

## АНОТАЦІЯ

***Королянчук А.В.* Формування у студентської молоді ціннісного ставлення до здоров'я засобами фізичної культури. Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.**

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії у галузі педагогіки за спеціальністю 011 Освітні, педагогічні науки. Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, Чернівці, 2026.

Дисертаційне дослідження присвячено теоретичному обґрунтуванню та експериментальній перевірці педагогічної моделі формування у студентської молоді ціннісного ставлення до здоров'я засобами фізичної культури в умовах закладу вищої освіти. Актуальність теми зумовлена тим, що студентський вік є критичним періодом закріплення життєвих стратегій, механізмів саморегуляції та поведінкових моделей, які визначають довготривалу траєкторію здоров'я особистості. У міжнародних і національних документах, а також у сучасних наукових публікаціях констатується зниження рівня рухової активності молоді, поширення малорухомого способу життя та зростання психоемоційного виснаження. За цих умов фізична активність постає не лише чинником фізичного розвитку, а й доступним немедикаментозним ресурсом підтримки життєстійкості, саморегуляції та відповідальної організації способу життя.

Об'єкт дослідження – процес формування ціннісного ставлення до здоров'я у студентської молоді в умовах закладу вищої освіти. Предмет дослідження – педагогічні умови, зміст і методика формування у студентської молоді ціннісного ставлення до здоров'я засобами фізичної культури. Мета дослідження полягала у теоретичному обґрунтуванні, розробленні та експериментальній перевірці ефективності педагогічної моделі формування у студентської молоді ціннісного ставлення до здоров'я засобами фізичної культури.

У ході теоретичного осмислення проблеми сформовано теоретико-методологічне підґрунтя дослідження, яке поєднує аксіологічний і діяльнісний

підходи, положення холістичного бачення здоров'я та психологічну теорію ставлень, що розглядає ставлення як інтеграцію когнітивного, емоційно-ціннісного й поведінково-вольового компонентів. Методологічно значущими стали ідеї психологічної теорії ставлень, у межах якої ставлення трактується як система вибіркового свідомих зв'язків, що внутрішньо визначають дії, переживання та поведінкові пріоритети особистості. У сучасних дослідженнях цей підхід конкретизується через аналіз структури та регулятивної функції ставлення (Л. Коробка, М. Каніболоцька), що дає змогу розглядати його як механізм переходу від усвідомлення цінності до її поведінкової реалізації. У контексті педагогічного потенціалу фізичної культури враховано доробок Т. Круцевич, Н. Пангелової, В. Данилка, В. Корягіна, О. Блавт, Г. Грибана та інших учених, які обґрунтували її оздоровчий, адаптаційний і соціалізаційний потенціал, а також окреслили можливості її використання як засобу формування особистісно значущих установок і стійких поведінкових практик.

Здійснено міждисциплінарний аналіз категорій «здоров'я», «ставлення до здоров'я», «ціннісне ставлення до здоров'я» як послідовних рівнів наукового осмислення досліджуваного феномена. Уточнено авторське трактування ціннісного ставлення до здоров'я як інтегративного особистісного утворення, що поєднує когнітивний компонент – усвідомлення значущості здоров'я та знання про умови його збереження, мотиваційно-ціннісний – внутрішню значущість і готовність обирати здоров'язбережувальні рішення, та поведінково-саморегулятивний – реальні практики і здатність підтримувати їх у часі. Доведено, що стійкі поведінкові зміни можливі лише за умови узгодження цих трьох площин, а отже проблема здоров'язбережувальної поведінки має передусім мотиваційно-ціннісний і саморегулятивний характер та не зводиться до інформаційного впливу.

Наукову проблему конкретизовано як суперечність між декларованою значущістю здоров'я та недостатньою інтеграцією здоров'язбережувальних практик у спосіб життя студентів. Результати психолого-педагогічних досліджень О. Єжової, Н. Зимівець, М. Каніболоцької, О. Мірошніченко,

I. Табачник та інших дослідників підтверджують стійкість цього феномена. У дисертації його операционалізовано як ціннісно-поведінковий розрив – ситуацію, за якої здоров'я визнається провідною життєвою цінністю, але не виконує функції внутрішнього регулятора повсякденної поведінки. Саме це положення стало одним із концептуальних вузлів дослідження.

Емпірично вказаний розрив підтверджено на констатувальному етапі (n=172): здоров'я посідає провідні позиції в ієрархії життєвих цінностей студентів (M=4,57 за шкалою 1-5), 83,0% респондентів визначили його як одну з найважливіших життєвих цінностей. Водночас поведінкові індикатори систематичної рухової активності виявилися істотно нижчими: 51,0% продемонстрували високий рівень за показником «активність як звична частина способу життя», а 56,0% – за показником «регулярна активність поза навчальними заняттями». Таким чином, зафіксовано виразну розбіжність між ціннісними деклараціями та реальною поведінковою практикою, що потребує цілеспрямованої педагогічної інтеріоризації цінності здоров'я.

Виявлений розрив став концептуальним імпульсом для розроблення авторської структурно-функціональної моделі формування ціннісного ставлення до здоров'я засобами фізичної культури. Фізичну культуру інтерпретовано як педагогічно організований простір ціннісного розвитку, у межах якого забезпечується перехід від зовнішньо заданої вимоги до внутрішньо прийнятої особистісної норми. Концептуальним ядром моделі визначено положення про те, що цінність здоров'я набуває регулятивної сили тоді, коли рухова активність переживається як особистісно значущий, посильний і соціально підтриманий досвід автономного вибору, закріплений у поведінковій практиці.

Систематизовано педагогічні умови реалізації цього принципу: створення мотиваційно підтримувального освітнього середовища; індивідуалізація рухової діяльності; розширення суб'єктності студентів через варіативність форм і видів активності, право вибору та ситуації успіху; організація рефлексивного осмислення власного досвіду; розвиток саморегуляції як механізму довготривалого підтримання здоров'язбережувальних практик. У сукупності ці

умови забезпечують перехід від зовнішньо зумовленої участі в руховій діяльності до внутрішньо детермінованої поведінки, що спирається на особистісно прийняті ціннісні орієнтири.

Розроблено критеріально-показниковий апарат сформованості ціннісного ставлення до здоров'я, структурований за чотирма взаємопов'язаними критеріями – когнітивним, мотиваційно-ціннісним, емоційно-рефлексивним і поведінково-діяльним – із визначенням низького, середнього, достатнього й високого рівнів сформованості. Діагностичний інструментарій побудовано на засадах триангуляції та сформовано як поєднання модифікованих і адаптованих опитувальників ціннісних орієнтацій і мотиваційних установок, шкал самооцінювання регулярності та звичності фізичної активності, індикаторів автономності поведінки, а також розрахунку інтегрального індексу сформованості ціннісного ставлення до здоров'я. Така конструкція забезпечила валідне й комплексне вимірювання не лише фактичного рівня рухової активності, а й ієрархії життєвих цінностей, мотиваційних підстав вибору, рефлексивних механізмів саморегуляції та стабільності поведінкових практик.

Когнітивний критерій конкретизовано через показники усвідомлення значущості здоров'я в системі особистісних пріоритетів, обізнаності щодо умов і чинників його збереження та розуміння ролі рухової активності як ресурсу життєстійкості й саморегуляції. Мотиваційно-ціннісний критерій відображає внутрішню значущість здоров'я, готовність надавати перевагу здоров'язбережувальним рішенням у ситуації альтернативного вибору, наявність особистісно прийнятих цілей у сфері фізичної активності. Емоційно-рефлексивний критерій охоплює здатність до самооцінювання власної активності, переживання її особистісного сенсу, усвідомлення індивідуальної динаміки та відповідальності за спосіб життя. Поведінково-діяльним критерій фіксує регулярність і звичність фізичної активності, її інтеграцію в повсякденний режим, самостійність позааудиторних практик і здатність підтримувати їх без зовнішнього контролю. У сукупності така критеріально-діагностична система дала змогу виявити не лише кількісні зрушення окремих показників, а й

структурні зміни у співвідношенні когнітивної, мотиваційно-ціннісної та поведінково-діяльнісної складових, що є принципово важливим для доведення подолання ціннісно-поведінкового розриву.

Експериментальна перевірка ефективності моделі здійснювалася у три послідовні етапи: констатувальний, формувальний і контрольний. На формувальному етапі реалізовано комплекс педагогічних умов і методичних рішень, спрямованих на поетапну інтеріоризацію цінності здоров'я. Запроваджено варіативну організацію занять із правом вибору видів рухової активності; здійснено індивідуалізацію навантаження з урахуванням фізичних можливостей і мотиваційних запитів студентів; інтегровано систематичні рефлексивні процедури – самооцінювання рівня активності, аналіз особистої динаміки, постановку індивідуальних цілей, ведення коротких рефлексивних звітів; посилено підтримувальний стиль педагогічної взаємодії, орієнтований на розвиток внутрішньої мотивації та відповідальності за власний спосіб життя. Зміст занять доповнено блоками ціннісного осмислення досвіду фізичної активності, що забезпечило інтеграцію когнітивного, мотиваційно-ціннісного й поведінково-саморегулятивного компонентів ціннісного ставлення до здоров'я.

Динаміку змін відстежено шляхом повторної діагностики за розробленим критеріально-показниковим апаратом із застосуванням модифікованих і адаптованих опитувальників, шкал самооцінювання мотивації та регулярності фізичної активності, а також узагальнених індексів сформованості ціннісного ставлення до здоров'я. Порівняльний аналіз результатів експериментальної та контрольної груп здійснено з використанням методів описової статистики та перевірки статистичної значущості відмінностей. Такий підхід дав змогу зафіксувати не лише кількісне зростання показників, а й зміну внутрішньої структури феномена: зменшення частки студентів із низьким рівнем сформованості, зростання частки з достатнім і високим рівнями, посилення внутрішньо детермінованої мотивації та стабілізацію поведінкових практик поза межами обов'язкових занять.

За інтегральним індексом у експериментальній групі частка студентів із високим рівнем сформованості ціннісного ставлення до здоров'я зростає з 28,8% до 49,4%, тоді як частка з низьким рівнем зменшилася з 25,0% до 12,1%; у контрольній групі зміни мали несистемний і статистично незначущий характер. Статистичну значущість відмінностей між експериментальною та контрольною групами на контрольному етапі підтверджено t-критерієм Стьюдента: за когнітивним компонентом  $t=2,11$  ( $p \leq 0,05$ ), мотиваційно-ціннісним  $t=2,64$  ( $p \leq 0,01$ ), емоційно-рефлексивним  $t=2,72$  ( $p \leq 0,01$ ), поведінково-діяльнісним  $t=3,48$  ( $p \leq 0,001$ ), інтегральним індексом  $t=3,12$  ( $p \leq 0,01$ ). Найвищий рівень статистичної значущості зафіксовано за поведінково-діяльнісним компонентом ( $p \leq 0,001$ ), що безпосередньо узгоджується зі спрямованістю педагогічного впливу на подолання ціннісно-поведінкового розриву.

Отримані результати засвідчили педагогічно керований характер змін і довели ефективність запропонованої моделі як механізму подолання ціннісно-поведінкового розриву. Фізична культура виявилася не лише засобом рухової активності, а й аксіологічно насиченим освітнім середовищем, у межах якого цінність здоров'я функціонує як внутрішньо прийнята норма життєдіяльності.

Наукова новизна полягає в обґрунтуванні фізичної культури як цілісного педагогічного простору формування внутрішньо прийнятої цінності здоров'я; у розробленні та експериментальній перевірці структурно-функціональної моделі, що інтегрує аксіологічні засади, мотиваційно-психологічні механізми та діяльнісний потенціал рухової активності; в обґрунтуванні педагогічних умов її ефективної реалізації; в удосконаленні критеріально-діагностичного інструментарію оцінювання сформованості ціннісного ставлення до здоров'я.

Практичне значення результатів полягає в готовності запропонованої моделі до впровадження в освітній процес закладів вищої освіти для модернізації змісту й методики викладання дисципліни «Фізичне виховання» з орієнтацією на інтеріоризацію цінності здоров'я, розвиток саморегуляції та формування відповідальної здоров'язбережувальної поведінки студентської молоді.

**Ключові слова:** ціннісне ставлення до здоров'я, культура здоров'я, студентська молодь, фізична культура, здоров'язбереження, педагогічна модель, структурно-функціональна модель, педагогічні умови, мотивація до фізичної активності, здоров'язбережувальна поведінка, аксіологічний підхід, фізичне виховання у закладі вищої освіти, професійна готовність викладача, рухова активність.

## ABSTRACT

***Korolianchuk A. Forming a value-based attitude towards health among students through physical culture. Qualifying scientific work as a manuscript.***

Dissertation for obtaining the Doctor of Philosophy degree in Pedagogy, specialty 011 Educational, Pedagogical Sciences. Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University, Chernivtsi, 2026.

The dissertation research is devoted to the theoretical substantiation and experimental verification of a pedagogical model for developing a value-based attitude toward health among university students by means of physical culture in the context of higher education institutions. The relevance of the topic is determined by the fact that student age represents a critical period for consolidating life strategies, self-regulation mechanisms, and behavioral patterns that determine an individual's long-term health trajectory. International and national policy documents, as well as contemporary scholarly publications, indicate a decline in youth physical activity, the spread of sedentary lifestyles, and an increase in psycho-emotional exhaustion. Under these conditions, physical activity emerges not only as a factor of physical development but also as an accessible non-pharmacological resource for supporting resilience, self-regulation, and the responsible organization of one's lifestyle.

The object of the research is the process of developing a value-based attitude toward health among university students in the context of higher education institutions. The subject of the research is the pedagogical conditions, content, and methodology for developing a value-based attitude toward health among students through physical

culture. The aim of the research was to theoretically substantiate, design, and experimentally verify the effectiveness of a pedagogical model for developing a value-based attitude toward health among students by means of physical culture.

In the course of the theoretical analysis of the problem, a theoretical and methodological framework was developed, integrating the axiological and activity-based approaches, the principles of a holistic understanding of health, and the psychological theory of attitudes, which conceptualizes attitude as an integration of cognitive, emotional-value, and behavioral-volitional components. Methodologically significant are the ideas of the psychological theory of attitudes, within which attitude is interpreted as a system of selective conscious relations that internally determine an individual's actions, experiences, and behavioral priorities. In contemporary studies, this approach is further specified through the analysis of the structure and regulatory function of attitudes, which allows them to be considered as a mechanism for the transition from awareness of value to its behavioral realization. In the context of the pedagogical potential of physical culture, the contributions of T. Krutsevych, N. Pangelova, V. Danylko, V. Koryahin, O. Blavt, H. Hryban, and other scholars have been taken into account; these researchers have substantiated its health-promoting, adaptive, and socializing potential, as well as outlined the possibilities of its use as a means of forming personally significant attitudes and sustainable behavioral practices.

An interdisciplinary analysis of the categories "health," "attitude toward health," and "value-based attitude toward health" was carried out as successive levels of scientific conceptualization of the studied phenomenon. The author's interpretation of a value-based attitude toward health has been clarified as an integrative personal construct that combines three interrelated components: the cognitive component, which encompasses awareness of the significance of health and knowledge about the conditions for its preservation; the motivational-value component, which reflects the internal significance of health and the readiness to choose health-preserving decisions; and the behavioral and self-regulatory component, which includes actual practices and the ability to sustain them over time.

It has been substantiated that stable behavioral changes are possible only under the condition of coherence among these three dimensions. Therefore, the problem of health-preserving behavior is primarily motivational-value and self-regulatory in nature and cannot be reduced to informational influence alone.

The scientific problem has been specified as a contradiction between the declared importance of health and the insufficient integration of health-preserving practices into students' lifestyles. The results of psychological and pedagogical studies confirm the persistence of this phenomenon. In the dissertation, it is operationalized as a value-behavior gap—a situation in which health is recognized as a leading life value but does not perform the function of an internal regulator of everyday behavior. This position constitutes one of the key conceptual nodes of the study.

Empirically, this gap was confirmed at the diagnostic (ascertaining) stage (n=172): health occupies leading positions in the hierarchy of students' life values (M=4.57 on a 1-5 scale), with 83.0% of respondents identifying it as one of the most important life values. At the same time, behavioral indicators of systematic physical activity were significantly lower: 51.0% demonstrated a high level on the indicator “activity as a habitual component of lifestyle,” and 56.0% on the indicator “regular activity outside formal classes.” Thus, a pronounced discrepancy between value-based declarations and actual behavioral practices has been identified, which necessitates purposeful pedagogical internalization of the value of health.

The identified gap served as a conceptual impetus for the development of the author's structural-functional model for fostering a value-based attitude toward health by means of physical culture. Physical culture is interpreted as a pedagogically organized space of value development, within which the transition from externally imposed requirements to internally accepted personal norms is ensured. The conceptual core of the model is the proposition that the value of health acquires regulatory power when physical activity is experienced as personally meaningful, attainable, and socially supported, and is consolidated in behavioral practice as an autonomous choice.

The pedagogical conditions for implementing this principle have been systematized as follows: the creation of a motivationally supportive educational

environment; the individualization of physical activity; the expansion of students' agency through variability in forms and types of activity, the right to choose, and situations of success; the organization of reflective comprehension of personal experience; and the development of self-regulation as a mechanism for the long-term maintenance of health-preserving practices. Taken together, these conditions ensure the transition from externally conditioned participation in physical activity to internally determined behavior grounded in personally accepted value orientations.

A criterion-based and indicator framework for assessing the formation of a value-based attitude toward health has been developed, structured around four interrelated criteria—cognitive, motivational-value, emotional-reflective, and behavioral-activity—with the identification of four levels of formation: low, medium, sufficient, and high. The diagnostic toolkit is grounded in the principle of triangulation and comprises a combination of modified and adapted questionnaires on value orientations and motivational dispositions, self-assessment scales of the regularity and habitual nature of physical activity, indicators of behavioral autonomy, and the calculation of an integral index of the formation of a value-based attitude toward health. This design ensured valid and comprehensive measurement not only of the actual level of physical activity but also of the hierarchy of life values, motivational grounds for choice, reflective mechanisms of self-regulation, and the stability of behavioral practices.

The cognitive criterion is specified through indicators of awareness of the significance of health within the system of personal priorities, knowledge of the conditions and factors of its preservation, and understanding of the role of physical activity as a resource for resilience and self-regulation. The motivational-value criterion reflects the internal significance of health, readiness to prioritize health-preserving decisions in situations of alternative choice, and the presence of personally accepted goals in the domain of physical activity. The emotional-reflective criterion encompasses the ability to self-assess one's activity, to experience its personal meaning, to comprehend individual dynamics, and to assume responsibility for one's lifestyle. The behavioral-activity criterion captures the regularity and habitual nature

of physical activity, its integration into daily routines, the autonomy of extracurricular practices, and the ability to maintain them without external control.

Taken together, this criterion-based diagnostic system made it possible to identify not only quantitative shifts in individual indicators but also structural changes in the relationships among cognitive, motivational-value, and behavioral-activity components, which is of fundamental importance for demonstrating the overcoming of the value-behavior gap.

The experimental verification of the model's effectiveness was carried out in three successive stages: diagnostic (ascertaining), formative, and control. At the formative stage, a set of pedagogical conditions and methodological solutions aimed at the gradual internalization of the value of health was implemented. A variable organization of classes with the right to choose types of physical activity was introduced; workload was individualized with regard to students' physical capacities and motivational needs; systematic reflective procedures were integrated, including self-assessment of activity level, analysis of personal dynamics, goal setting, and the maintenance of brief reflective reports; and a supportive style of pedagogical interaction focused on fostering intrinsic motivation and responsibility for one's own lifestyle was strengthened. The content of classes was supplemented with modules devoted to the value-based comprehension of physical activity experience, which ensured the integration of cognitive, motivational-value, and behavioral and self-regulatory components of a value-based attitude toward health.

The dynamics of change were monitored through repeated diagnostics using the developed criterion-based framework, including modified and adapted questionnaires, self-assessment scales of motivation and regularity of physical activity, and aggregated indices of the formation of a value-based attitude toward health. A comparative analysis of the results of the experimental and control groups was conducted using methods of descriptive statistics and tests of statistical significance. This approach made it possible to identify not only quantitative growth in the indicators but also changes in the internal structure of the phenomenon: a decrease in the proportion of students with a low level of formation, an increase in those with sufficient and high

levels, a strengthening of intrinsically determined motivation, and the stabilization of behavioral practices beyond compulsory classes.

According to the integral index, in the experimental group the proportion of students with a high level of formation of a value-based attitude toward health increased from 28.8% to 49.4%, while the proportion with a low level decreased from 25.0% to 12.1%; in the control group, the changes were unsystematic and statistically insignificant. The statistical significance of the differences between the experimental and control groups at the control stage was confirmed using Student's t-test: for the cognitive component,  $t = 2.11$  ( $p \leq 0.05$ ); motivational-value,  $t = 2.64$  ( $p \leq 0.01$ ); emotional-reflective,  $t = 2.72$  ( $p \leq 0.01$ ); behavioral-activity,  $t = 3.48$  ( $p \leq 0.001$ ); and the integral index,  $t = 3.12$  ( $p \leq 0.01$ ). The highest level of statistical significance was observed for the behavioral-activity component ( $p \leq 0.001$ ), which directly corresponds to the focus of the pedagogical intervention on overcoming the value-behavior gap.

The obtained results demonstrate the pedagogically guided nature of the changes and confirm the effectiveness of the proposed model as a mechanism for overcoming the value-behavior gap. Physical culture proved to be not only a means of physical activity but also an axiologically enriched educational environment in which the value of health functions as an internally accepted norm of life activity.

The scientific novelty lies in substantiating physical culture as a holistic pedagogical space for the formation of an internally accepted value of health; in the development and experimental verification of a structural-functional model integrating axiological foundations, motivational-psychological mechanisms, and the activity-based potential of physical activity; in the justification of pedagogical conditions for its effective implementation; and in the refinement of the criterion-based diagnostic toolkit for assessing the formation of a value-based attitude toward health.

The practical significance of the results lies in the readiness of the proposed model for implementation in the educational process of higher education institutions to modernize the content and methodology of teaching the discipline "Physical Education," with a focus on the internalization of the value of health, the development

of self-regulation, and the formation of responsible health-preserving behavior among students.

**Keywords:** value-based attitude toward health, health culture, university students, physical culture, health preservation, pedagogical model, structural-functional model, pedagogical conditions, motivation for physical activity, health-preserving behavior, axiological approach, physical education in higher education institutions, teacher professional readiness, physical activity.

## СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

### Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації

*Наукові праці у періодичних наукових виданнях, проіндексованих у наукометричних базах даних Web of Science Core Collection та/або Scopus:*

1. Galan Y., Moseychuk Y., Dutchak Y., **Korolianchuk A.**, Yermiia Y., Yarmak O., Kurnyshev Y., Duditska S., Hauriak O., Beshlei O. Improving the psychophysiological condition of secondary school learners through the Olympic education program during the COVID-19 pandemic. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*. 2023. № 49. P. 845–852. (Web of Science; Scopus, Q2 –

<https://www.scimagojr.com/journalsearch.php?q=21100468901&tip=sid&clean=0>)

(Внесок авторів: *Галан Я.*: здійснено пошук та вирішено організаційні питання щодо експериментальної бази дослідження. *Мосейчук Ю.*: здійснено узагальнену оцінку впливу запропонованої програми «Олімпійська освіта» на фізичний та психоемоційний стан дітей середнього шкільного віку. *Дутчак Ю.*: здійснено підбір арсеналу мобільних ігор та онлайн-завдань для учасників програми. *Королянчук А.*: здійснено кількісний аналіз змін фізичних і психоемоційних показників школярів до та після педагогічного експерименту. *Єремія Я.*: залучена до проведення дослідження в чернівецьких спеціалізованих школах для експериментальної перевірки ефективності запропонованої методики. *Ярмак О.*:

організація позакласних занять на основі запропонованої програми. *Курнишев Ю.*: проаналізовано критерії та показники інноваційності програми олімпійської освіти в поліпшенні фізичного та психоемоційного стану дітей середньої школи. *Дудіцька С.*: організація підготовчого етапу експериментального дослідження та апробації програми. *Гауряк О.*: проведено практичні заняття зі школярами в межах апробації експериментальної програми. *Бешлей О.*: здійснено мовно-стилістичне оформлення результатів дослідження).

2. Karatieieva S., Slobodian O., Honchar H., Nazarevych V., Slobodian K., **Korolianchuk A.** Establishment of types of the constitutions in students-athletes and in students-medicists with their further analysis. *Wiadomości Lekarskie*. 2022. Vol. 75, Issue 4, Part 2. P. 955–958. (Scopus). (Внесок авторів: *Каратєєва С.*: проаналізовано антропометричні показники та закономірності формування типів статури у студентів медичних спеціальностей під час навчання у ЗВО. *Слободян О.*: здійснено підбір методик антропометричного дослідження. *Гончар Г.*: здійснено компаративний аналіз антропометричних показників за гендерною ознакою. *Назаревич В.*: проаналізовано види і типи фізичної активності студентів, яка була включена в програму їх спеціальності, а також додаткових видів спорту (футбол, волейбол, теніс, фітнес, баскетбол, вільна боротьба). *Слободян К.*: реалізовано якісний кваліметричний підхід до проведення дослідження та аналізу його результатів. *Королянчук А.*: здійснено порівняльний аналіз методик визначення типів конституції на основі різних антропометричних індексів; проаналізовано розбіжності між результатами застосування різних індексів та обґрунтовано необхідність удосконалення критеріїв оцінки з метою їх подальшого практичного використання у фізичному вихованні та спортивному доборі).

***Наукові праці у виданнях, включених до переліку наукових фахових видань України:***

3. Кожокар М., **Королянчук А.**, Дмитрієва В. Педагогічні аспекти формування ціннісного ставлення до здоров'я у студентської молоді засобами фізичної культури. *Актуальні питання гуманітарних наук: міжвуз. зб. наук.*

*праць молодих учених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка. 2024. Вип. 81. Т. 1. С. 271–275. (Внесок авторів: Кожокар М.: розглянуто взаємозв'язок між фізичним та психологічним здоров'ям, наголошуючи на впливі фізичних навантажень на зниження рівня стресу, покращення емоційного стану та збільшення стійкості до стресових ситуацій; відзначено важливість правильного харчування, зокрема збалансованого раціону, і ролі фізичних вправ у підтримці здоров'я студентів. Королянчук А.: аргументовано актуальність формування ціннісного ставлення студентської молоді до здоров'я в умовах сучасного освітнього середовища; конкретизовано основні фактори, що негативно впливають на здоров'я студентів; проаналізовано останні дослідження та публікації, присвячені темі формування ціннісного ставлення до здоров'я засобами фізичної культури. Дмитрієва В.: доведено важливість державної політики у сфері фізичної культури та активного способу життя, а також необхідність адаптації навчальних програм до змінюваних пріоритетів студентської аудиторії; узагальнено рекомендації щодо вдосконалення підходів до навчання фізичної культури в університетах).*

4. Мосейчук Ю. Ю., **Королянчук А. В.** Вплив засобів фізичної культури та спорту на формування фізичних якостей студентів. *Інноваційна педагогіка. 2022. Вип. 44. Т. 3. С. 98–101. (Внесок авторів: Мосейчук Ю.Ю.: обґрунтовано забезпечення інтенсивної та напруженої творчої праці без перевантаження й перевтоми з великими затратами фізичного здоров'я, малорухливостю, одноманітністю робочої пози протягом тривалого часу як ефективної умови підготовки фахівців у вищому навчальному закладі; зацентровано увагу на методично правильній побудові та проведенні занять з фізичної культури. Королянчук А.А.: узагальнено наукові підходи до трактування фізичних якостей; розкрито їх значення у забезпеченні фізичної працездатності та збереженні здоров'я; зосереджено увагу на ролі фізичного виховання у ЗВО як чинника гармонійного розвитку особистості).*

5. Мосейчук Ю., **Королянчук А.**, Абдула А. Формування у студентської молоді ціннісного ставлення до здоров'я засобами фізичної культури. *Physical*

*Culture and Sport: Scientific Perspective*. 2024. Т. 1. № 1. С. 183–187. (Внесок авторів: *Мосейчук Ю.*: обґрунтовано заняття фізичною культурою як такі, що сприяють зниженню рівня стресу та тривоги, покращенню настрою та збільшенню енергії, що в свою чергу допомагає молоді впоратися з викликами навчання та підтримувати позитивне психічне становище. *Королянчук А.*: обґрунтовано роль фізичної культури у формуванні здорового способу життя студентської молоді, зокрема визначено умови активізації рухової діяльності здобувачів, систематизовано засоби впливу на формування здорового способу життя; акцентовано на значенні фізичної культури в умовах навчального навантаження. *Абдула А.*: продемонстровано можливості поєднання різних видів фізичної активності та спортивних заходів, завдяки чому молодь може розвивати не лише фізичне, але й психічне, соціальне та емоційне благополуччя).

6. Королянчук А. В. Роль футболу у формуванні всебічно розвиненої особистості студента в процесі навчання у ЗВО. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2021. Вип. 4К (132). С. 104–107.

### **Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації:**

7. Осадець М. М., Королянчук А. В. Формування у студентської молоді ціннісного ставлення до здоров'я засобами фізичної культури. *Innovative scientific research: theory and practice: матеріали X Міжнар. наук.-практ. конф.* (Стокгольм, 21–24 листоп. 2023 р.). 2023. С. 323–325. (Внесок авторів: *Осадець М.М.*: деталізовано причини тривожної ситуації різкого погіршення здоров'я та фізичного стану студентської молоді в Україні; обґрунтовано пряму необхідність радикальної перебудови системи фізичного виховання молоді відповідно до соціальних та економічних змін, що відбуваються в країні. *Королянчук А.В.*: проаналізовано стан здоров'я та фізичної підготовленості студентської молоді в Україні; обґрунтовано умови формування позитивної

мотивації до цінностей фізичної культури, визначено роль комплексного використання засобів фізичного виховання).

### **Наукові праці, які додатково відображають наукові результати дисертації:**

8. **Королянчук А.**, Мосейчук Ю. Сучасні погляди щодо організації освітнього процесу для фахівців фізичної культури та спорту. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура*. 2023. № 40. С. 43–46. (Внесок авторів: *Королянчук А.*: обґрунтовано методологічні засади професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури в умовах модернізації освітнього процесу; конкретизовано професійні функції, здібності та складові готовності майбутніх фахівців до педагогічної діяльності. *Мосейчук Ю.*: зацентровано увагу на проблемі формування професійної майстерності майбутніх учителів фізичної культури засобами інноваційних технологій; розкрито зміст посилення вимог до професійної підготовки фахівців).

9. Кожокар М. В., **Королянчук А. В.** Проблеми використання фітнес-технологій у контексті формування здоров'я населення. *Молодий вчений. Фізичне виховання та спорт*. 2021. № 2 (90). С. 199–201. (Внесок авторів: *Кожокар М.В.*: обґрунтовано необхідність пошуку шляхів підвищення ефективності процесу фізичного виховання молоді; конкретизовано основні проблеми, що впливають на здоров'я людей (малорухливий спосіб життя, стрес, наявність ряду захворювань, травм, що заважають займатися фізичними вправами); зацентровано увагу на важливості підбору рухової активності, яка найкраще підходить конкретній людині. *Королянчук А.В.*: виділено головні особливості сучасних видів фітнесу та визначено їх оздоровчу спрямованість; здійснено класифікацію сучасних фітнес-програм за основними напрямками; розкрито зміст і специфіку програм «Розумне тіло»; обґрунтовано їх вплив на розвиток фізичних якостей, стабілізацію психоемоційного стану, профілактику захворювань опорно-рухового апарату та підвищення працездатності).

10. Осадець М. М., **Королянчук А. В.** Вплив фізичної культури на процес адаптації студентів-першокурсників. *Молодий вчений. Фізичне виховання та*

*спорт. 2021. № 12 (100). С. 115–118. (Внесок авторів: Осадець М.М.: доведено необхідність допомоги студентам у якомога легшій адаптації до нових соціальних умов навчання; висвітлено гіпокінезний та гіподинамічний характер навчальної діяльності першокурсників. Королянчук А.В.: виокремлено та охарактеризовано основні труднощі адаптації першокурсників до навчання (дидактичні, соціально-психологічні, професійні) й розкрито їх вплив на психофізичний стан студентів; обґрунтовано роль фізичного виховання як засобу оптимізації адаптаційних процесів, підвищення працездатності та зміцнення здоров'я студентської молоді).*