

**ВИСНОВОК**  
**ПРО НАУКОВУ НОВИЗНУ, ТЕОРЕТИЧНЕ ТА ПРАКТИЧНЕ**  
**ЗНАЧЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДИСЕРТАЦІЇ**  
**СТЕПАНЮКА Вадима Володимировича**  
**«Технологія залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної**  
**рухової активності в умовах спортивного клубу закладу вищої освіти»**  
**на здобуття ступеня доктора філософії**  
**з галузі знань 01 Освіта / Педагогіка**  
**за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт**

У відповідності до пп. 25–26 Порядку підготовки здобувачів вищої освіти ступеня доктора філософії та доктора наук у закладах вищої освіти (наукових установах), затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 23 березня 2016 р. № 261 (із змінами), на кафедрі оздоровчо-рекреаційної рухової активності Національного університету фізичного виховання і спорту України 23 квітня 2026 року СТЕПАНЮКОМ Вадимом було проведено публічну презентацію наукових результатів дисертації на тему: «Технологія залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в умовах спортивного клубу закладу вищої освіти» та її обговорення (науковий керівник – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор Олена АНДРЕЄВА).

За результатами проведення публічної презентації та обговорення дисертації на засіданні кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності було прийнято рішення надати здобувачу СТЕПАНЮКУ Вадиму позитивний висновок про наукову новизну, теоретичне та практичне значення результатів дисертації.

**ВИСНОВОК**

**Актуальність теми дисертації** зумовлена об'єктивною необхідністю пошуку ефективних шляхів збереження і зміцнення здоров'я студентської молоді в умовах воєнного стану. Сучасне соціальне середовище характеризується тривалим впливом стресогенних чинників, серед яких провідне місце займають хронічне психоемоційне напруження, порушення звичного способу життя, нестабільність безпекової ситуації, а також обмеження доступу до спортивної та рекреаційної інфраструктури. Додатковим фактором виступає домінування дистанційних і змішаних форм навчання, що об'єктивно сприяє зниженню рівня рухової активності та формуванню малорухливого способу життя.

За таких умов традиційна система фізичного виховання у закладах вищої освіти виявляється недостатньо гнучкою та адаптивною до нових викликів. Орієнтація на стандартизовані підходи, обмеженість варіативності форм занять

та недостатня інтеграція сучасних мотиваційних механізмів не забезпечують належного рівня залученості студентів до систематичної рухової активності. Це, своєю чергою, призводить до поширення явищ гіподинамії, погіршення психофізичного стану, зниження працездатності та якості життя здобувачів освіти.

Особливої значущості набуває проблема формування у студентської молоді стійких здоров'язбережувальних установок, здатності до саморегуляції та підтримання оптимального рівня рухової активності в умовах обмежених ресурсів. У цьому контексті актуалізується необхідність впровадження інноваційних технологій організації рухової активності, які поєднують фізичні, психоемоційні та соціальні аспекти розвитку особистості.

Перспективним напрямом розв'язання зазначеної проблеми є активізація діяльності спортивних клубів закладів вищої освіти як відкритих, гнучких і мотиваційно привабливих середовищ. Такі структури здатні забезпечити варіативність форм занять, індивідуалізацію навантаження, інтеграцію цифрових технологій та соціальної взаємодії, що сприяє підвищенню внутрішньої мотивації студентів до занять руховою активністю.

Перехід від традиційних моделей фізичного виховання до інноваційно орієнтованих підходів, заснованих на діяльності спортивних клубів закладів вищої освіти, є не лише актуальним, а й стратегічно необхідним напрямом модернізації системи фізичного виховання. Це дозволяє не лише мінімізувати негативні наслідки воєнного стану для здоров'я студентської молоді, але й сформувані довготривалі поведінкові стратегії, спрямовані на збереження та зміцнення фізичного і психічного благополуччя.

Представлена до розгляду дисертаційна робота СТЕПАНЮКА Вадима спрямована на вирішення важливої науково-практичної проблеми підвищення ефективності оздоровчо-рекреаційної рухової активності студентської молоді.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційну роботу виконано відповідно до Плану науково-дослідної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2021–2025 рр. 3.1 «Теоретичні та технологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності та здорового способу життя різних груп населення» (номер держреєстрації 0121U107534). Роль автора, як співвиконавця даної теми, полягала в обґрунтуванні та розробці технології залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в умовах спортивного клубу закладу вищої освіти.

**Наукова новизна одержаних наукових результатів** полягає в тому, що:

– уперше науково обґрунтовано цілісну технологію залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в умовах спортивного клубу ЗВО, яка базується на інтеграції компетентнісного, особистісно орієнтованого, діяльнісного та здоров'язбережувального підходів,

реалізується через поетапну адаптивну структуру (діагностично-підготовчий, організаційно-мотиваційний, практично-діяльнісний, контроль-коригувальний) із використанням цифрового моніторингу та варіативних форм та видів рухової активності, і забезпечує комплексний вплив на рівень рухової активності, компоненти фізичний стан, мотиваційну залученість і якість життя студентів з урахуванням сучасних соціальних викликів, зокрема умов воєнного стану;

– уперше виявлено комплексні особливості змін якості життя та психоемоційного стану здобувачів вищої освіти України в умовах воєнного стану, що дало змогу встановити специфічну структуру їхнього благополуччя; доведено, що найбільш уразливими доменами є «загальне здоров'я» та «життєздатність», а психологічний компонент здоров'я є статистично значуще нижчим за фізичний, що свідчить про домінуючий вплив хронічного стресового навантаження;

– уперше встановлено та обґрунтовано особливості взаємозв'язків між показниками якості життя, фізичного стану та рівнем рухової активності студентської молоді, які, на відміну від існуючих підходів, що розглядають зазначені показники ізольовано, інтерпретуються як взаємопов'язана багаторівнева система;

– уперше розроблено та науково обґрунтовано прогностичні моделі компонентів якості життя студентської молоді із застосуванням сучасних методів інтелектуального аналізу даних, що дозволило встановити відмінності у детермінації складових якості життя: фізичний компонент характеризується відносно лінійними залежностями та вищою точністю прогнозування, тоді як психологічний компонент має складну нелінійну структуру та потребує використання моделей із багатофакторною взаємодією предикторів; ідентифіковано фактор «безпеки» як системоутворюючий предиктор якості життя та задоволеності оздоровчо-рекреаційною руховою активністю студентів;

– удосконалено науково-методичні підходи до оцінювання ефективності оздоровчо-рекреаційної рухової активності студентів, які, на відміну від традиційних, що переважно базуються на ізольованому аналізі фізичної підготовленості або обсягу рухової активності, передбачають інтегровану багатокомпонентну оцінку, що поєднує показники якості життя, мотиваційної сфери, компонентів фізичного стану;

– удосконалено підходи до організації діяльності спортивних клубів ЗВО як середовища формування здоров'язбережувальної поведінки студентської молоді, які, на відміну від існуючих організаційно-адміністративних моделей, орієнтованих переважно на спортивну діяльність, базуються на інтеграції мотиваційно-поведінкових, соціально-педагогічних та цифрових компонентів. Запропоновані підходи дозволяють підвищити ефективність діяльності спортивних клубів у контексті формування стійкої

мотивації до рухової активності та забезпечують перехід від епізодичного залучення студентів до формування довготривалих здоров'язбережувальних поведінкових стратегій;

– забезпечено подальший розвиток положення про гендерну специфіку адаптації молоді до екстремальних умов; виявлено, що студентки демонструють вищу задоволеність життям завдяки активнішому використанню копінг-механізмів (соціальна підтримка, емоційна регуляція), попри об'єктивно нижчі показники фізичної підготовленості порівняно з хлопцями;

– розширено наукові дані про бар'єри залучення до рухової активності, підтверджено універсальність дефіциту часу як основного обмежувального чинника, проте встановлено, що системні перешкоди (некомфортні умови, брак підтримки) мають статистично більший негативний вплив на студентів із низькою частотою відвідування занять на базі спортивного клубу ЗВО.

**Практичне значення роботи** полягає в тому, що розроблені та науково обґрунтовані у дисертації положення доведені до рівня конкретних методичних рішень і можуть бути безпосередньо використані в освітній, фізкультурно-оздоровчій та управлінській практиці закладів вищої освіти. Насамперед практична цінність роботи визначається розробленням та апробацією технології залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в умовах спортивного клубу ЗВО, яка: забезпечує підвищення рівня рухової активності студентів, їх фізичної підготовленості та функціонального стану; сприяє покращенню показників якості життя та психоемоційного благополуччя, що є особливо важливим в умовах воєнного стану; формує стійку внутрішню мотивацію до систематичних занять, орієнтовану на довготривалу здоров'язбережувальну поведінку. Ідентифіковано ключові бар'єри та мотиваційні чинники, що дозволяє цілеспрямовано формувати програми залучення; розроблено підходи до підвищення задоволеності заняттями, що безпосередньо впливає на регулярність відвідування; враховано гендерні та психоемоційні особливості студентів, що підвищує ефективність педагогічного впливу. Результати дисертаційного дослідження отримали практичне підтвердження та були впроваджені в діяльність закладів вищої освіти (освітній процес Національного університету фізичного виховання і спорту України (акт впровадження від 01.10.2025; акт впровадження від 02.02.2026); практику роботи спортивного клубу Національного університету харчових технологій (акт впровадження від 08.04.2026).

Практична значущість дисертації полягає у створенні ефективного, адаптивного та відтворюваного інструментарію залучення студентської молоді до рухової активності, який може бути масштабований у різних закладах вищої освіти та сприяє формуванню здорового способу життя в умовах сучасних соціальних викликів.

**Теоретичне значення отриманих результатів** полягає у розвитку та поглибленні наукових уявлень про закономірності формування, організації та стимулювання оздоровчо-рекреаційної рухової активності студентської молоді в умовах сучасних соціальних викликів, зокрема воєнного стану. Насамперед, розширено концептуальні засади дослідження рухової активності як багатовимірного феномену, що інтегрує фізіологічні, психоемоційні, мотиваційні та соціально-поведінкові компоненти. На відміну від традиційних підходів, у роботі обґрунтовано доцільність розгляду оздоровчо-рекреаційної рухової активності як цілісної системи, що функціонує в тісному взаємозв'язку з показниками якості життя та психічного благополуччя студентів. Суттєвого розвитку набули наукові положення щодо ролі спортивного клубу закладу вищої освіти як соціально-педагогічного середовища формування здоров'язбережувальної поведінки. Доведено, що спортивний клуб виступає не лише організаційною формою реалізації рухової активності, а й ефективним інструментом впливу на мотиваційну сферу, психоемоційний стан і соціальну адаптацію студентської молоді. Удосконалено теоретичні підходи до оцінювання ефективності оздоровчо-рекреаційної діяльності, які, на відміну від існуючих, базуються на інтегрованому аналізі показників якості життя, фізичного стану, мотиваційної залученості та задоволеності заняттями. Це дозволило сформувати цілісне уявлення про механізми впливу рухової активності на психофізичне благополуччя особистості. Важливим теоретичним результатом є встановлення взаємозв'язків між показниками якості життя, рівнем рухової активності та компонентами фізичного стану, що дало змогу обґрунтувати їх як елементи єдиної адаптаційної системи. Доведено, що психологічний компонент якості життя має більш складну, нелінійну структуру детермінації порівняно з фізичним, що потребує застосування багатофакторних моделей аналізу. Подальшого розвитку набули положення про мотиваційні механізми залучення студентської молоді до рухової активності. Уточнено структуру мотиваційної сфери, виокремлено ключові бар'єри та чинники залучення, а також доведено їх диференційований вплив залежно від статі, рівня активності та умов освітнього середовища. Суттєво доповнено наукові уявлення про адаптацію студентської молоді до екстремальних умов життєдіяльності. Встановлено специфіку змін психоемоційного стану та якості життя в умовах воєнного стану, що дозволило поглибити розуміння механізмів формування стресостійкості та життєздатності особистості. Теоретично обґрунтовано доцільність використання сучасних методів інтелектуального аналізу даних у дослідженнях фізичної культури і спорту, що розширює методологічний інструментарій галузі та відкриває нові можливості для моделювання складних багатофакторних процесів.

Результати дослідження роблять внесок у розвиток теорії фізичного виховання, оздоровчо-рекреаційної рухової активності, поглиблюючи наукове

розуміння закономірностей формування здоров'язберезувальної поведінки студентської молоді в умовах сучасних соціальних трансформацій.

**Ступінь обґрунтованості і достовірності наукових положень, висновків і рекомендацій, сформульованих у дисертації.** Наукові положення, висновки та практичні рекомендації, що висвітлені в дисертаційній роботі, повною мірою відповідають меті і завданням та обґрунтовані наведеними даними згідно з результатами дослідження. Розв'язання поставлених у роботі завдань супроводжується використанням комплексу взаємозв'язаних сучасних валідних методів дослідження.

Отримані результати дослідження базуються на інформативних методах та фактичному матеріалі, що цілком забезпечує належну достовірність і обґрунтованість основних наукових положень дисертаційної роботи та сформульованих у ній висновків. Ступінь вірогідності отриманих кількісних даних забезпечений значним обсягом дослідження, тривалістю дослідження, кількістю випробовуваних, отриманими цифровими даними, використанням у роботі сучасних методів дослідження та застосуванням адекватних методів математичного опрацювання матеріалів.

**Повнота викладення матеріалів дисертації в опублікованих працях.** Основні наукові положення дисертації опубліковано в наукових журналах та представлено в тезах на науково-практичних конференціях різного рівня. В опублікованих наукових працях зі співавторами та без дисертант самостійно виконав експериментальну частину дослідження та проаналізував отримані результати.

Наукові результати дисертації висвітлені в 15 наукових публікаціях: 8 статей у наукових виданнях з переліку наукових фахових видань України, 1 стаття у періодичному науковому виданні України, проіндексованому в базі даних Scopus (Q3), 1 стаття у періодичному науковому виданні Румунії, проіндексованому в базі даних Scopus (Q4); 5 публікацій апробаційного характеру.

**Апробація результатів дисертації.** Основні положення дисертації оприлюднені у матеріалах конференцій та доповідях на XVII та XVIII Міжнародній конференції молодих вчених «Молодь та олімпійський рух» (Київ, 2024, 2025); Міжнародній науково-практичній конференції «Сталий розвиток і спадщина у спорті: проблеми та перспективи» (Київ, 2024); XIV Міжнародній науково-практичній конференції «Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення» (Львів, 2024), VI, VII Міжнародній конференції «Сталий розвиток і спадщина у спорті: проблеми та перспективи» (Київ, 2022, 2023), I та II Міжнародних науково-практичних конференціях «Актуальні проблеми фізичного виховання різних груп населення» пам'яті професора Т. Ю. Круцевич (Київ, 2024, 2025), XXIII Міжнародній науково-практичній конференції молодих учених «Сучасні

проблеми фізичного виховання і спорту різних груп населення» (Суми, 2023), Міжнародній науково-практичній конференції «Наука та освіта в умовах викликів сьогодення» (Чернігів, 2023); V Міжнародній науково-практичній конференції «Фізична культура і спорт: досвід та перспективи» (м. Чернівці, 2025), II Всеукраїнському круглому столі приуроченому відзначенню Дня науки в Україні та Всесвітньому дню Руху заради здоров'я (12 травня 2025 р., м. Чернівці)

**Конкретний особистий внесок дисертанта в одержання наукових результатів, що виносяться на захист.** Особистий внесок дисертанта полягає у самостійному визначенні наукової проблеми, формулюванні мети, завдань, об'єкта та предмета дослідження, а також у розробленні цілісної концепції дослідження, спрямованого на обґрунтування та впровадження технології залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в умовах спортивного клубу закладу вищої освіти. Дисертантом здійснено ґрунтовний теоретичний аналіз сучасних наукових джерел з проблематики рухової активності, якості життя, психоемоційного стану та мотивації студентської молоді, що дозволило визначити актуальні напрями дослідження, уточнити понятійно-категоріальний апарат та обґрунтувати методологічні підходи до вирішення поставлених завдань. Автором самостійно розроблено програму емпіричного дослідження, визначено критерії відбору учасників, сформовано вибірку, організовано та проведено констатувальний і формувальний етапи експерименту на базі закладу вищої освіти. Дисертант безпосередньо здійснив збір первинних даних із використанням соціологічних, психодіагностичних та педагогічних методів дослідження, забезпечив їхню достовірність та етичність проведення. Вагомим особистим внеском є розроблення та наукове обґрунтування авторської технології залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності, яка включає структурні компоненти (цільовий, змістовий, організаційно-методичний, контрольний-оцінювальний), поетапну реалізацію та комплекс організаційно-педагогічних умов ефективності.

Дисертант самостійно здійснив обробку та інтерпретацію отриманих результатів із застосуванням сучасних методів математичної статистики та інтелектуального аналізу даних, зокрема кореляційного, факторного, регресійного аналізу та методів машинного навчання (Random Forest). На основі проведеного аналізу встановлено закономірності взаємозв'язку між показниками якості життя, рухової активності, фізичного стану та мотиваційної сфери студентів. Особистим здобутком є обґрунтування прогностичних моделей компонентів якості життя студентської молоді та ідентифікація ключових предикторів, зокрема фактору безпеки, задоволеності життям та умов організації занять, що мають визначальний вплив на психофізичне благополуччя. Автором самостійно проведено експериментальну перевірку

ефективності запропонованої технології, узагальнено результати дослідження, сформульовано наукові положення, висновки та практичні рекомендації, які виносяться на захист.

Усі наукові результати, що викладені в дисертації та виносяться на захист, отримані дисертантом особисто. У спільних публікаціях роль автора полягала у зборі емпіричних даних, їх обробці, аналізі та інтерпретації результатів.

**Оцінка мови та стилю дисертації.** Дисертацію викладено грамотною українською мовою. Структура дисертації та стиль її подання відповідають вимогам МОН України. Побудова – логічна. Адекватно використано наукові терміни. Цифровий матеріал структуровано в таблицях та рисунках, що полегшує сприйняття змісту матеріалу, представленого в розділах.

**Відповідність змісту дисертації спеціальності, за якою вона подається до захисту.** Дисертаційна робота СТЕПАНЕНКА Вадима на тему: «Технологія залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в умовах спортивного клубу закладу вищої освіти» є завершеним науковим дослідженням і за змістом повністю відповідає спеціальності 017 Фізична культура і спорт.

**Рекомендація дисертації до захисту.** Розглянувши дисертацію СТЕПАНЮКА Вадима на тему: «Технологія залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в умовах спортивного клубу закладу вищої освіти» та наукові публікації за темою дисертації, визначивши особистий внесок у всіх зарахованих за темою дисертації наукових публікаціях, опублікованих зі співавторами, а також за результатами публічної презентації здобувачем наукових результатів дисертації та її обговорення, вважаємо, що робота є актуальною, виконана здобувачем ступеня доктора філософії особисто, являє собою повністю завершену наукову працю, під час підготовки якої застосовувалися сучасні методи досліджень, має наукову новизну, практичне значення, містить нові науково обґрунтовані результати проведених здобувачем досліджень, нове розв'язання актуального наукового завдання щодо теоретичного обґрунтування та розробки технології залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в умовах спортивного клубу закладу вищої освіти, декватна поставленій меті та містить висновки, які відповідають завданням. Було проведено метрологічну експертизу дисертаційного дослідження. У роботі відсутні порушення академічної доброчесності. Дисертаційна робота повністю відповідає вимогам, передбаченим пп. 6–7 Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 12 січня 2022 року № 44 (із змінами), що висуваються до дисертацій на здобуття ступеня доктора філософії,

та рекомендується до захисту з метою присудження здобувачу СТЕПАНЮКУ Вадиму ступеня доктора філософії з галузі знань 01 Освіта / Педагогіка за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

Комісія рекомендує вченій раді НУФВСУ утворити разову спеціалізовану вчену раду для розгляду та проведення разового захисту дисертації СТЕПАНЮКА Вадима з метою присудження йому ступеня доктора філософії у такому складі:

**голова спеціалізованої вченої ради:** Мирослав ДУТЧАК, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, професор кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності Національного університету фізичного виховання і спорту України;

**рецензент:** Оксана МАРЧЕНКО, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, директор Навчально-наукового інституту здоров'я, реабілітації та фізичного виховання Національного університету фізичного виховання і спорту України;

**рецензент:** В'ячеслав СЕМЕНЕНКО, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, професор, проректор з науково-педагогічної діяльності Національного університету фізичного виховання і спорту України;

**опонент:** Ірина ІВАНИШИНА, кандидат хімічних наук, доцент, завідувач кафедри теорії та методики фізичної культури Карпатського національного університету імені Василя Стефаника;

**опонент:** Олена ШКОЛА, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, професор, завідувач кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради.

Висновок підготувала комісія у складі:

Д.фіз.вих., професор  
Д.фіз.вих., професор  
К.фіз.вих., професор  
Голова засідання,  
К.пед.н., професор

Мирослав ДУТЧАК  
Оксана МАРЧЕНКО  
В'ячеслав СЕМЕНЕНКО  
Олександра БЛАГІЙ

Підписи Мирослава ДУТЧАКА, Оксани МАРЧЕНКО, В'ячеслава СЕМЕНЕНКА, Олександри БЛАГІЙ засвідчую

Начальник  
відділу кадрів

