DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.05k(191).23
УДК 316.6:613.95

Курчаба Т. М.
канд. наук з фіз. виховання і спорту, доцент кафедри гуманітарних дисциплін, завідувачка кафедри,
Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, м. Львів, Україна
https://orcid.org/0000-0001-7039-0292
Свищ Я. С.
канд. наук з фіз. виховання і спорту, доцент,
ректор Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського,
м. Львів, Україна
https://orcid.org/0000-0002-1573-8599

ВПЛИВ ПОВЕДІНКОВИХ ФАКТОРІВ НА СТАН ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ (соціологічний аналіз)

Вплив поведінкових факторів на стан здоров'я людини (соціологічний аналіз). У статті подається соціологічний аналіз впливу поведінкових факторів на стан здоров'я людини та її рухової активності, вивчено вплив інформаційного та матеріального забезпечення на рухову активність людини. У дослідженні зроблено пошук взаємозв'язку між психологічними особливостями та поведінкою споживача фізкультурно-оздоровчих послуг. Автор підкреслює, що разом із статистичними дослідженнями сфери фізкультурно-оздоровчих послуг, доцільно належну увагу приділяти проведенню соціологічних досліджень з метою вивчення зацікавлень різних категорій населення до різних видів рухової активності, та вивченню задоволеності громадян розвитком фізичної культури та спорту на різних рівнях.

Ключові слова: *здоров'я людини, рухова активність, фізкультурно-оздоровчі послуги, поведінкові фактори, дослідження, методи дослідження, соціологічні дослідження.*

Kurchaba T.M., Svysch Y.S. The influence of behavioral factors on human health (sociological analysis). *The article presents a sociological analysis of the influence of behavioral factors on human health and physical activity. It also examines the role of informational and material support in encouraging physical activity.The study aims to identify connections between individuals' psychological traits and their behavior as users of health and physical education services.The author highlights the importance of complementing statistical research in physical culture and healthcare with sociological studies.These should focus on the interests of different population groups in various types of physical activity, as well as assess public satisfaction with the development of sports and physical culture at all levels.*

Keywords: *human health, physical activity, physical education and healthcare services, behavioral factors, research, research methods, sociological research.*

Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями. Проблеми взаємозв'язку здоров'я людини та її рухової активності, вплив поведінкових факторів, правового, інформаційного та матеріального забезпечення займають значне місце в наукових дослідженнях сфери фізкультурно-оздоровчих послуг. Як зазначає Курчаба Т [7], на сучасному етапі розвитку суспільства фізична культура та спорт є однією з найбільших соціальних сфер. Тому, великого значення набувають наукові дослідження, що відбуваються в сфері фізичної культури та спорту та суміжних з нею галузях наукового пізнання - соціології, педагогіці, психології, біології тощо.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Повноцінна розробка інноваційних проблем фізичної культури та спорту передбачає, на думку Москаленко Н., Боднар І.Р., Ажиппо О.Ю. Бєлікової Н., Ващенко Л.М., Маринич В.Л., Марущенко О.А. [1; 3; 4; 8; 9; 10; 11]**,** проведення конкретних соціологічних, соціально-психологічних, педагогічних та інших досліджень з метою діагностики інноваційного потенціалу різних професійних групах**.** У зв'язку з погіршенням стану здоров'я населення, розуміння сучасною людиною цінності здорового способу життя, особливо в умовах стресу яким є війна, діяльність, що спрямована на формування культури здоров'я особистості набуває великого соціально-культурного значення.

Метою дослідження є з'ясувати розуміння сучасною людиною цінності здорового способу життя та визначити вплив поведінкових факторів на стан здоров'я людини.

Матеріал і методи дослідження: Для досягнення поставленої мети і вирішення завдань дослідження використовувався комплекс взаємопов'язаних методів: теоретичний аналіз проблеми та узагальнення на основі вивчення наукової літератури з теорії та методики фізичного виховання, соціології, педагогіки, психології; метод опитування - анкетування (добір респондентів здійснювався методом механічної вибірки); метод статистичного аналізу даних; методи візуалізації даних застосовувались для наочності, лаконічності та універсальності графічних зображень.

Виклад основного матеріалу. Проведення конкретних соціологічних, соціально-психологічних, педагогічних та інших досліджень з метою діагностики інноваційного потенціалу різних професійних групах дозволила з'ясувати наступне:

- більшість опитаних респондентів відзначили здоров'я як важливу життєву цінність - 79 %;
- більшість людей у віці 18+ зазначили добрий стан здоров'я як найбільш важливу базову цінність;
- у свідомості переважної більшості респондентів всіх вікових груп здоров'я та родина зайняли 1-2 місце серед важливих соціальних цінностей - освіти, роботи та матеріальних статків.

Більшість опитаних 81,5% усвідомлюють, що стан їхнього здоров'я залежить, передусім, від них. Лише серед людей похилого віку цей показник зменшується до 67,1%, що пояснюється високим рівнем захворюваності у цій групі та здатністю перекладати відповідальність за своє здоров'я на державу (рис.1).

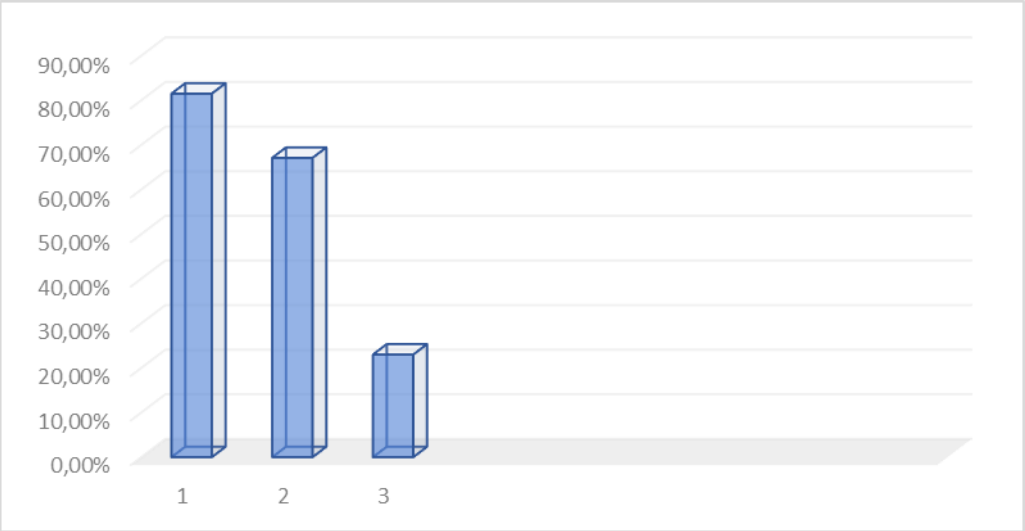


Рис.1. Усвідомлення та реальність турботливого ставлення до свого здоров'я.

Проте велика кількість респондентів на практиці досить недбало ставиться до свого здоров'я. Значна частина населення не призвичаєні провадити такий спосіб життя, що забезпечує попередження захворювань, а також піддаються впливу негативних соціальних норм та традицій. Результати проведеного нами опитування про розповсюдження позитивних та негативних соціальних факторів, що впливають на стан здоров'я, дають підстави стверджувати, що частка тих, хто у повсякденному житті дбає про своє здоров'я, не перевищує 23%. Визнаючи декларативно важливість здоров'я, необхідність занять фізичною культурою, шкідливість паління тощо, більшість людей у реальному житті нехтують можливостями збереження здоров'я та ризиком його втратити.

Негативний прояв суб'єктивних (особистісних) якостей респондентів у їх ставленні до власного здоров'я виявляється, наприклад, у негативних чинниках: не дотримуються режиму харчування - 62 % респондентів; не займаються спортом - 74 %; регулярно палять - 33 % респондентів; вживають алкогольні напої - 83 % (рис.2).

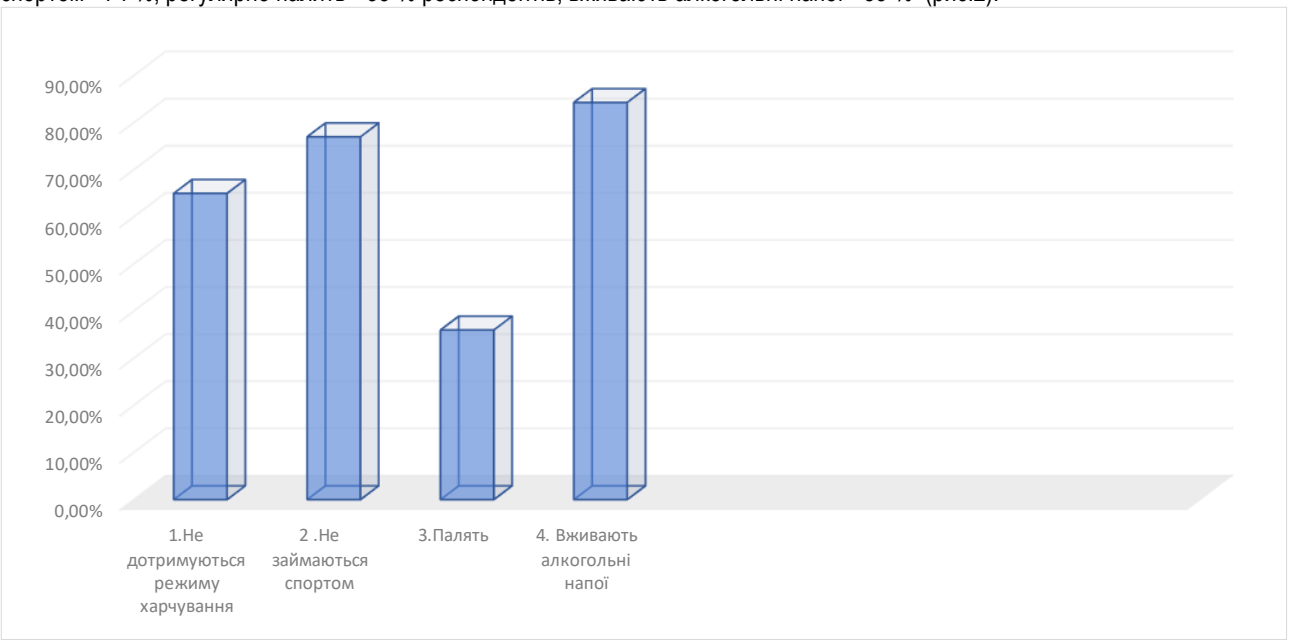


Рис.2. Негативний прояв суб'єктивних (особистісних) якостей респондентів у їх ставленні до власного здоров'я

У дослідженні ми намагалися знайти взаємозв'язок між психологічними особливостями та поведінкою споживача фізкультурно-оздоровчих послуг. Це дає підстави зробити наступні висновки:

1. Належність до певного суспільного прошарку обумовлює різні можливості людини для занять спортом. Для окремих соціальних категорій заняття ординарними видами спорту виявляються недоступними. Ймовірність залученості до загальнодоступної спортивної діяльності залежить від характеристик соціального статусу респондента: освіта, професія, щомісячний прибуток, умови життя тощо. Залученість до спорту молоді значною мірою визначається статусними характеристиками батьків.

2. В дослідженні виявлена тенденція до вираженої концентрації молоді, що належить до одного соціального прошарку. Тому, можемо зазначити, що спорт є важливим засобом соціалізації в межах соціальної групи, а також стійкою ознакою соціального розшарування, що призводить до посиленої диференціації суспільних груп. Це підтверджується тим, що ті види спорту, які найбільш позитивно впливають на біологічний, соціальний, психологічний розвиток людини - потребують матеріальних ресурсів (спорядження, матеріальна база, особистий тренер). Тому, вони залишаються привілеєм для тих, хто займає достатньо високе соціальне та матеріальне положення. Зазначимо також, що на обрання виду спорту впливає як успадкований так і набутий соціальний статус. При цьому, великого значення набуває успадкований статус, що обумовлений професійним та соціально-політичним статусом батьків. Серед характеристик набутого статусу найбільш вагомими виявляються професія та рівень освіти спортсмена.

Жданова О.М., Чеховська Л.Ю. [6] зазначають, що важливими є критерії оцінки ефективності діяльності, що дозволяє оцінити результати фізкультурно-спортивної роботи.

Серед таких критеріїв ми виділили наступні:

- кількість, що займається фізкультурно-спортивною роботою у відсотках від загальної чисельності населення;
- наявність органу управління з фізичної культури та спорту в структурі муніципальної освіти;
- кількість учасників масових фізкультурно-спортивних заходів;
- ефективність використання спортивних споруд (співвідношення реальної завантаженості до пропускної здатності);
- кількості, що займаються в спортивних секціях, % від кількості тих, що працюють та навчаються;
- участь команд та спортсменів муніципальної освіти в обласних змаганнях;
- кількість кваліфікованих тренерів, викладачів;
- обсяг позабюджетних коштів залучених до сфери фізичної культури та спорту;

Аналіз розвитку фізичної культури та спорту за кордоном як вказують Базенко В., Ващук Ф.Г. [2;5], свідчить що успішність розвитку цієї сфери необхідно оцінювати за критеріями та показниками соціально-економічного розвитку суспільства та за реалізацією соціальних, освітніх, економічних, політичних, військових, виховних та інших функцій (табл. 1).

Таблиця 1.

Критерії та показники успішності розвитку фізичної культури та спорту за кордоном

Критерії	Показники
Стан здоров'я населення	Кількість хворих. Кількість людей з інвалідністю.
Фізична підготовленість та розвиток населення.	Кількість виконаних нормативів.
Відсутність на робочому місці за хворобою.	Кількість пропущених днів у зв'язку із хворобою.
Військова підготовка молоді.	Кількість звільнених від військової підготовки за станом здоров'я.
Демографічна ситуація в країні.	Показники народжуваності та смертності.
Інтелектуальний, духовний, естетичний розвиток населення.	Загальний рівень культури.
Соціально-психологічні відносини в родинах.	Кількість повних родин, кількість розлучень.
Кількість людей з девіантною поведінкою.	Витрати на їх лікування та утримання тощо.
Стан навколишнього середовища.	Показники чистоти навколишнього середовища.
Здоровий спосіб життя і якість життя населення.	Яке місце займає спорт в житті людини (за результатами соціологічного опитування).
Успішність учнів та студентів.	Середня оцінка за всіма показниками.
Загальний освітній рівень населення.	Оцінюють міжнародні організації за спеціальними показниками.
Міжнародні зв'язки.	Кількість країн з якими укладено угоди про співробітництво.

Слід вказати на доцільність проведення соціологічних досліджень (моніторингів) з метою вивчення мотивів різних груп населення до різних видів рухової активності та досліджувати задоволеність населення розвитком фізичної культури та спорту в Україні, особливо враховуючи на необхідність збільшення фізкультурно-спортивних послуг для ветеранів війни.

Література

1. Ажиппо О.Ю., Мосейчук Ю.Ю., Курнишев Ю.А., Боднар І.Р. Педагогічні умови формування духовно-ціннісних орієнтацій старшокласників у процесі занять фізичною культурою. Інноваційна педагогіка. 2020;22;4:201–6.

2. Базенко В. Європейський досвід управління розвитком фізичної культури та спорту на місцевому рівні. Ефективність державного управління. 2017;1(50);1:156–65.

3. Бєлікова Н. Основні напрямки професійного розвитку вчителя фізичної культури через призму освітніх інновацій. Молодіжний науковий вісник Східноєвроп. нац. ун-ту імені Лесі Українки. 2019;35:85–9.

4. Ващенко Л.М. Система управління інноваційними процесами в загальній середній освіті регіону [дисертація]. Київ: Ін-т педагогіки АПН України; 2006. 455 с.

5. Ващук Ф.Г, редактор. Інтеграція в європейський освітній простір: здобутки, проблеми, перспективи: монографія. Ужгород: ЗакДУ; 2011. 560 с.

6.Жданова О. Залучення населення до оздоровчої рухової активності через спортивно-масові заходи / Ольга Жданова, Любов Чеховська, Ростислав Турка // Науковий дискурс у фізичному вихованні і спорті. – 2023. – № 1. – С. 17–26.

7. Курчаба Т.М. Свищ М.Здоров'я людини як соціально-культурний феномен (аналіз в умовах війни). Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : матеріали XIV Міжнар. наук.-практ. конф. (10–11 трав. 2024 р., м. Львів) / за заг. ред. Л. Чеховської. – Львів : ЛДУФК імені Івана Боберського, 2024. – С. 15–18.

8.Маринич В.Л. Інноваційні підходи в організаційному забезпеченні фізкультурно-оздоровчої роботи у позашкільних навчальних закладах [автореферат]. Київ: Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України; 2014. 23 с.

9.Марущенко О.А. Становлення інноваційної освіти в Україні [дисертація]. Харків: Харків. нац. ун-т імені В. Н. Каразіна; 2004.і спорту України; 2014. 23 с.

10. Москаленко Н. Інноваційна діяльність у фізичному вихованні загальноосвітніх навчальних закладів. В: Фізичне виховання, спорт і культура 418 здоров'я у сучасному суспільстві. Зб. наук. пр. Східноєвроп. нац. ун-ту імені Лесі Українки. Луцьк; 2015;4, с. 35–8.

11. Москаленко Н. В. Ефективність інноваційної технології теоретичної підготовки у фізичному вихованні учнів середньої школи / Н. Москаленко, Т. Кожедуб // Спортивний вісник Придніпров'я. 2015. №1. С. 32–37.

References

1. Azhippo O.Yu., MoseichukYu.Yu., KurnyshevYu.A., Bodnar I.R. Pedagogical conditions for the formation of spiritual and value orientations of high school students in the process of physical education classes. Innovative pedagogy.2020;22;4:201–6.

2. Bazenko V. European experience in managing the development of physical education and sports at the local level. Effectiveness of public administration.2017;1(50);1:156–65.

3. Belikova N. Main directions of professional development of a physical education teacher through the prism of educational innovations. Youth scientific bulletin of the Eastern European National University named after Lesya Ukrainka. 2019;35:85–9.

4. Vashchenko L.M. System of management of innovative processes in general secondary education of the region [dissertation]. Kyiv: Institute of Pedagogy of the Academy of Sciences of Ukraine;2006. 455 p.

5. Vashchuk F.G., editor. Integration into the European educational space: achievements,problems, prospects: monograph. Uzhgorod: ZakSU; 2011. 560 p.

6. Zhdanova O. Involvement of the population in health-improving physical activity through sports and mass events / Olga Zhdanova, Lyubov Chekhovska, RostyslavTurka // Scientific discourse in physical education and sports. 2023. No. 1.P. 17–26.

7. Kurchaba T.M. Sviysch M. Human health as a socio-cultural phenomenon (analysis in war conditions). Problems of intensification of recreational and health activities of the population: materials of the XIV International Scientific and Practical Conference (May 10–11, 2024, Lviv) / edited by L. Chekhovska.– Lviv: Ivan Bobersky State University of Physical Education and Sports, 2024. pp. 15–18.

8. Marynych V.L. Innovative approaches in the organizational provision of physical education and health work in extracurricular educational institutions[author's abstract]. Kyiv: National University of Physical Education and Sports of Ukraine; 2014. 23 p.

9. Marushchenko O.A. Formation of innovative education in Ukraine [dissertation].Kharkiv: Kharkiv. National University of Physical Education and Sports of Ukraine; 2004. and Sports of Ukraine; 2014.23 p.

10. Moskalenko N. Innovative activity in physical education of general educational institutions. In: Physical education, sports and culture 418 health in modern society. Collection of scientific works of Eastern Europe. National University named after Lesya Ukrainka. Lutsk; 2015;4, p. 35–8.

11. Moskalenko N.V. Effectiveness of innovative technology of theoretical training in physical education of secondary school students / N. Moskalenko, T. Kozhedub // Sports Bulletin of the Dnipro Region. 2015.№1. P. 32–37.

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.05k(191).24
УДК 373. 5. 015. 31 : 796] 159.944.4

Лук'янченко М. І.
доктор педагогічних наук, професор,
професор кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту,
Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ ЯК ЗАСІБ ПОДОЛАННЯ СТРЕСУ В УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ

У статті розглянуто проблему негативного впливу стресу у життєдіяльності учнівської молоді, яка в умовах сьогодення переживає не лише емоційні, психологічні, а також фізичні дискомфортні реакції, що склалися в певних умовах. На основі представлених літературних даних уточнено поняття «стрес», вказано на його наслідки, які