УДК 616.8:159.9:37.015.3(045)
DOI https://doi.org/10.32782/2077-6594/2026.3/30

Анголенко В. В.[1], Печериця Н. М.[1], Тарасенко Н. В.[1], Школа О. М.[1], Жамардій В. О.[2]

Оздоровчо-рекреаційна рухова активність як фактор зміцнення соціального здоров'я спеціалістів соціономічної сфери в Україні

[1] Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради, м. Харків, Україна
[2] Полтавський державний медичний університет, м. Полтава, Україна

Anholenko V. V.[1], Pecherytsia N. M.[1], Tarasenko N. V.[1], Shkola O. M.[1], Zhamardiy V. O.[2]

Health-promoting and recreational physical activity as a factor in strengthening the social health of professionals in the socionomic sphere in Ukraine

[1] Municipal Establishment "Kharkiv Humanitarian-Pedagogical Academy" of the Kharkiv Regional Council, Kharkiv, Ukraine
[2] Poltava State Medical University, Poltava, Ukraine

v_angolenko@ukr.net

Вступ

У сучасних умовах глобальних соціальних трансформацій, цифровізації, зростання професійних ризиків та загального посилення психоемоційного навантаження особливої актуальності набувають питання використання оздоровчої рухової активності для зміцнення соціального здоров'я особистості. Це стосується насамперед майбутніх фахівців соціономічної сфери, професійна діяльність яких пов'язана з інтенсивною міжособистісною взаємодією, наданням підтримки різним соціальним групам, роботою у стресогенних середовищах і необхідністю високого рівня емоційної стійкості, комунікаційної компетентності та соціальної відповідальності.

Соціальне здоров'я майбутніх соціальних працівників, викладачів, психологів, медиків та інших представників «людиноорієнтованих» професій є ключовим ресурсом їхнього професійного становлення, ефективності діяльності та здатності забезпечувати якісну соціальну підтримку населенню. Воно охоплює здатність до конструктивної комунікації, співпраці, емпатії, конфліктологічної компетентності, регулювання емоцій, розвитку позитивної самооцінки, а також навички підтримання міжособистісної рівноваги у складних професійних ситуаціях.

Сучасні українські реалії, що позначені воєнними діями, внутрішнім переміщенням населення, соціальною нестабільністю та зростанням рівня психосоціальної напруги у суспільстві, висувають нові вимоги до підготовки фахівців соціономічної сфери. Зростає потреба у використанні інноваційних методів та технологій, здатних забезпечити зміцнення їхнього соціального здоров'я ще під час здобуття вищої освіти [1–4].

Одним із перспективних інструментів поліпшення соціального здоров'я майбутніх фахівців соціономічної сфери виступають засоби оздоровчої рухової активності. На відміну від традиційної фізичної підготовки, оздоровча рухова активність орієнтована не лише на розвиток фізичних якостей, але й на формування психологічної врівноваженості, зниження рівня тривожності, подолання емоційного вигорання, покращення міжособистісної взаємодії та підвищення здатності до соціальної адаптації.

Наукові дослідження свідчать, що участь здобувачів освіти у програмах оздоровчої рухової активності сприяє зміцненню психоемоційної стабільності, розвитку комунікаційних навичок, формуванню навичок стрес-менеджменту, підвищенню мотивації до навчання та покращенню загального самопочуття. Проте, попри значний потенціал цього напряму, у науковому дискурсі досі бракує комплексних моделей, що описують механізми розвитку соціального здоров'я саме майбутніх фахівців соціономічної сфери засобами оздоровчої фізичної культури [5–9].

Невирішеними залишаються питання щодо оптимальних педагогічних умов реалізації таких програм, їхньої структури, інтеграції у підготовку майбутніх фахівців, ефективності різних форм оздоровчої рухової активності, а також впливу цих засобів на компоненти соціального здоров'я – від емоційної регуляції до соціально-комунікативних умінь. Сучасна система вищої освіти також потребує оновлених підходів до фізичного виховання здобувачів освіти, спрямованих на формування особистісної та професійної стійкості [10–14].

Таким чином, наукова проблема полягає у виявленні потенціалу оздоровчої рухової активності як інструменту формування соціального здоров'я майбутніх фахівців соціономічної сфери, визначенні ефективних педагогічних умов, технологій та методів, здатних забезпечити розвиток їхніх соціальних компетентностей, психоемоційної стійкості та професійної готовності до діяльності в умовах інтенсивної соціальної взаємодії.

Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні та експериментальній перевірці педагогічних умов формування соціального здоров'я майбутніх фахівців соціономічної сфери засобами оздоровчої фізичної культури.

Об'єкт, матеріали і методи дослідження

Дослідження процесу формування соціального здоров'я майбутніх фахівців соціономічної сфери засобами оздоровчої рухової активності передбачало створення комплексної методологічної основи, що забезпечує можливість достовірної оцінки вихідного рівня соціального здоров'я здобувачів освіти, виявлення його структурних компонентів та визначення ефективності впливу спеціально організованої оздоровчо-фізкультурної програми.

У межах дослідження було сформовано вибіркову сукупність, яка охоплювала 170 респондентів – здобувачів освіти спеціальностей «Соціальна робота», «Початкова освіта», «Дошкільна освіта», «Фізична культура» та «Музичне мистецтво», що навчаються у Харківському педагогічному фаховому коледжі Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради. Респонденти були поділені на експериментальну (ЕГ) та контрольну (КГ) групи, що забезпечило можливість порівняльного аналізу ефективності освітньо-оздоровчого впливу.

Контрольна група навчалася за традиційною освітньою програмою відповідно до навчального плану коледжу. Здобувачі освіти відвідували обов'язкові заняття з фізичного виховання, передбачені освітньо-професійною програмою, які включали загальнорозвивальні вправи, спортивні ігри, елементи легкої атлетики та гімнастики. Організація занять здійснювалася без цілеспрямованого акценту на формування соціального здоров'я як інтегративної характеристики особистості. Експериментальна група брала участь у впровадженні спеціально розробленої програми формування соціального здоров'я засобами оздоровчої рухової активності.

Експериментальна робота включала три взаємопов'язані етапи: констатувальний (визначення вихідних рівнів соціального здоров'я), формувальний (впровадження спеціально розроблених педагогічних умов формування соціального здоров'я засобами оздоровчої рухової активності) та контрольний (оцінка динаміки змін). У процесі експериментальної роботи було визначено й апробовано три педагогічні умови, що забезпечують цілеспрямований вплив оздоровчої рухової активності на розвиток соціального здоров'я майбутніх фахівців соціономічної сфери. Кожна з умов репрезентує комплексний підхід, який поєднує рухову активність, соціально-педагогічні технології та психоемоційну підтримку здобувачів освіти, спрямовану на формування професійно значущих компетентностей. Реалізація цих умов дала можливість створити інноваційне освітнє середовище, орієнтоване на гармонізацію психофізичного стану здобувачів освіти, оптимізацію міжособистісної взаємодії та розвиток соціальної відповідальності.

Першою педагогічною умовою стала інтеграція оздоровчо-рекреаційних технологій у професійну підготовку здобувачів освіти. Її реалізація ґрунтувалась на систематичному включенні різних форм рухової активності до освітнього процесу. Зокрема, використовувались групові фітнес-модулі (функціональні тренування, пілатес, стретчинг, кардіокомплекси), спрямовані на розвиток життєвого тонусу, покращення загального фізичного стану та стабілізацію емоційного фону. Важливе місце посіли командні спортивно-ігрові заняття (проведені у змішаному форматі навчання), які забезпечували природне формування навичок командної взаємодії, взаємопідтримки, відповідальності та конструктивної комунікації. Застосування цих методик сприяло формуванню у здобувачів освіти позитивної мотивації до рухової активності, усвідомленому ставленню до неї як ресурсу професійного довголіття та зміцненню соціальних навичок, необхідних у роботі з клієнтами.

Другою педагогічною умовою виступив цілеспрямований розвиток комунікативної, емоційно-регулятивної та стресостійкої компетентності засобами оздоровчої рухової активності. На цьому етапі застосовувалися спеціальні тренінги, які поєднували фізичні вправи з психосоціальними технологіями формування саморегуляції та емоційного балансу. Тренінги комунікативної компетентності були спрямовані на розвиток умінь конструктивного діалогу, активного слухання, емпатійної взаємодії та розв'язання конфліктів. Емоційно-регулятивні заняття включали антистресові дихальні комплекси, техніки релаксації, майндфулнес-практики та вправи на контроль психоемоційних реакцій. Моделювання професійних ситуацій у поєднанні з руховою активністю забезпечувало трансфер отриманих навичок у контекст майбутньої професійної діяльності, що сприяло розвитку стресостійкості та емоційної зрілості здобувачів освіти.

Третьою педагогічною умовою стало використання інтерактивних соціально-педагогічних технологій, спрямованих на формування навичок соціальної підтримки, кооперації та ефективної міжособистісної взаємодії. У ході реалізації цієї умови застосовувалися соціально-педагогічні кейси, які моделювали реальні ситуації професійної практики фахівців соціономічної сфери. Виконання здобувачами освіти рухових, командних і аналітичних завдань у межах кейсів забезпечувало розвиток здатності до колективного розв'язання проблем, лідерства, відповідальності та взаємної підтримки. Інтерактивні групові вправи сприяли згуртованості, формуванню довіри та розвитку здатності надавати допомогу іншим. Особливе значення мали рефлексивні сесії, під час яких здобувачі освіти аналізували власні поведінкові стратегії, усвідомлювали сильні та слабкі сторони соціальної взаємодії,

визначали напрями самовдосконалення. Завершальним елементом цієї умови стали командні проєкти з елементами оздоровчої рухової активності, що сприяли інтеграції теоретичних знань і практичного досвіду, розвитку лідерських рис і формуванню професійної відповідальності.

Комплексна реалізація трьох педагогічних умов забезпечила активізацію фізичних, соціальних та психологічних ресурсів здобувачів освіти, сприяла формуванню здоров'язбережувальних моделей поведінки та розвитку професійно значущих компетентностей. Такий підхід дозволив створити педагогічну систему, в якій оздоровча рухова активність виступає ефективним інструментом формування соціального здоров'я майбутніх фахівців соціономічної сфери, забезпечуючи підвищення їх адаптивності, професійної стресостійкості та готовності до роботи в умовах сучасних соціальних викликів.

Зауважимо, що апробовані умови в експериментальній групі поєднували традиційні й інноваційні форми оздоровчої рухової активності: групові оздоровчі фітнес-модулі, командні рухові ігри, тренінги комунікативної та емоційно-регулятивної компетентності, вправи з розвитку стресостійкості та соціальної підтримки, антистресові дихальні комплекси й інтерактивні соціально-педагогічні кейси. Реалізація педагогічних умов відбувалася у змішаному форматі навчання.

У процесі експериментальної роботи застосовувався комплекс взаємодоповнювальних методів дослідження. Педагогічне спостереження дозволило простежити особливості міжособистісної взаємодії здобувачів освіти під час занять фізичною культурою, ступінь їхньої активності, комунікативності та емоційної включеності. Бесіди і структуровані інтерв'ю дали змогу виявити індивідуальні уявлення здобувачів освіти про соціальне здоров'я, рівень мотивації до рухової активності та установки на саморозвиток. Анкетування та соціометричні опитування забезпечили отримання кількісних даних щодо показників соціальної адаптації, згуртованості групи та емоційного благополуччя.

Оздоровчо-рекреаційний блок включав тестування координаційних, витривалих, швидкісно-силових якостей та психофізіологічних характеристик здобувачів освіти. Це дозволило простежити, яким чином функціональні параметри фізичної підготовленості корелюють із компонентами соціального здоров'я. Паралельно здійснювався кількісний та якісний аналіз навчальної документації, що стосувалася організації оздоровчої рухової активності в закладах вищої освіти на заняттях із фізичної культури, з метою виявлення можливостей для впровадження соціально орієнтованих оздоровчих модулів.

Математична обробка даних. Для статистичної перевірки достовірності отриманих результатів застосовувалися методи математичної статистики, зокрема t-критерій Стьюдента, χ^2-критерій Пірсона та кореляційний аналіз. Це забезпечило можливість не лише фіксувати зміни показників соціального здоров'я, а й виявляти статистично значущі взаємозв'язки між фізичною і соціальною складовими частинами розвитку майбутніх фахівців соціономічної сфери. Якісний аналіз отриманих даних здійснювався через інтерпретацію поведінкових проявів здобувачів освіти, оцінку особливостей їхньої групової взаємодії та динаміки емоційного стану в ході занять оздоровчою фізичною культурою.

Результати дослідження

У процесі констатувального етапу експерименту було здійснено діагностику вихідного рівня сформованості соціального здоров'я майбутніх фахівців соціономічної сфери за мотиваційно-ціннісним, когнітивним та операційно-діяльнісним критеріями, кожен із яких відображає певний компонент структури соціального здоров'я майбутніх фахівців соціономічної сфери. Кожен критерій має свій зміст, показники, поведінкові прояви та методи вимірювання.

Мотиваційно-ціннісний критерій відображає ступінь сформованості внутрішньої готовності майбутнього фахівця до зміцнення власного соціального здоров'я, усвідомлення його значущості для професійного становлення та готовності до застосування здоров'язбережувальних практик у майбутній професійній діяльності. Він демонструє, наскільки здобувач освіти приймає цінності здорового способу життя, соціальної відповідальності, конструктивної взаємодії, емоційної стійкості та професійної етики.

Показниками цього критерію є: внутрішня мотивація до систематичної фізичної активності, розуміння її значення для саморегуляції емоційного стану та професійної витривалості; ціннісне ставлення до соціального здоров'я як до складника професійної компетентності, орієнтація на збереження власного психосоціального благополуччя; усвідомлення важливості фізичної культури для професійної діяльності соціономічних фахівців, зокрема у роботі з клієнтами у кризових ситуаціях; прагнення до саморозвитку та професійного зростання, зокрема в частині комунікативних, емоційно-регулятивних і здоров'язбережувальних навичок; готовність до впровадження здорових поведінкових моделей, уміння ставити особисті та професійні цілі, пов'язані зі зміцненням соціального здоров'я.

Здобувачі освіти з високим рівнем мотиваційно-ціннісного критерію відзначаються позитивною професійною спрямованістю, високою самооцінкою власних можливостей, відповідальним ставленням до оздоровчо-фізкультурної діяльності та внутрішньою потребою підтримувати соціальну рівновагу й конструктивну взаємодію.

Когнітивний критерій охоплює систему знань, необхідних для розуміння сутності та структури соціального здоров'я, його визначальних чинників, а також

ролі оздоровчої рухової активності в оптимізації психосоціального стану особистості. Він визначає рівень поінформованості здобувачів освіти про теоретичні засади соціального здоров'я, здоров'язбереження та соціальної взаємодії як професійно важливих категорій.

Показниками когнітивного критерію є: знання про зміст і структуру соціального здоров'я; розуміння ролі оздоровчої рухової активності в підтримці психічної рівноваги та соціальної стабільності, знання механізмів впливу фізичних вправ на емоційний стан; обізнаність щодо технологій оздоровчої рухової активності, таких як різні фітнес-програми, релаксаційні методики, дихальні техніки, антистресові комплекси, командні рухові активності; знання методів конструктивного спілкування, технік саморегуляції, основ конфліктології та групової взаємодії; розуміння специфіки професійної діяльності соціономічних фахівців, особливо в контексті роботи з уразливими групами, де високий рівень соціального здоров'я є критично важливим. Сформованість когнітивного критерію забезпечує основу для свідомого застосування оздоровчо-фізкультурних засобів у майбутній професійній діяльності, підтримки клієнтів у кризових станах та організації соціально-оздоровчих заходів.

Операційно-діяльнісний критерій характеризує здатність здобувачів освіти практично реалізовувати знання та ціннісні установки у процесі взаємодії, саморегуляції та організації оздоровчо-фізкультурної діяльності. Він відображає рівень розвитку професійно важливих умінь, що забезпечують ефективну соціальну поведінку й оптимальне функціонування в командній та індивідуальній діяльності.

До показників операційно-діяльнісного критерію належать: уміння організовувати та проводити оздоровчо-рекреаційні заходи, зокрема групові заняття, ігрові та тренінгові вправи; здатність до конструктивної комунікації, чітке висловлення позицій, активне слухання, прояв емпатії; здатність працювати в команді, приймати рішення, розподіляти ролі, підтримувати партнерів; вміння застосовувати техніки саморегуляції, такі як дихальні вправи, рухові комплекси, релаксаційні методики; здатність розв'язувати конфлікти, управляти власними емоціями, уникати деструктивних моделей поведінки; сформованість лідерських і організаційних навичок, здатність координувати групову діяльність, забезпечувати психологічну безпеку учасників; готовність до діяльності в умовах стресу та соціальної нестабільності, здатність підтримувати власну стійкість і сприяти стійкості групи. Операційно-діяльнісний компонент забезпечує майбутньому фахівцеві конкурентоспроможність на ринку праці, здатність до ефективної взаємодії з клієнтами та колегами, а також високу результативність професійної діяльності у соціономічній сфері.

Зокрема, у межах мотиваційно-ціннісного критерію оцінювалися показники, що відображають внутрішню готовність здобувачів освіти до зміцнення власного соціального здоров'я, усвідомлення його професійної значущості та готовність до практичного застосування здоров'язбережувальних стратегій у професійній діяльності. Під час діагностики зверталася увага на такі показники мотиваційно-ціннісного критерію, як внутрішня мотивація до систематичної рухової активності. Цей процес включав регулярне виконання різних фітнес-вправ, зацікавленість у підтриманні фізичного стану та усвідомлення її впливу на психоемоційну стабільність і професійну витривалість; ціннісне ставлення до соціального здоров'я. Соціальне здоров'я проявляється у сприйнятті власного психосоціального благополуччя як важливого аспекту професійної компетентності та орієнтації на його збереження, у професійній усвідомленості щодо оздоровчої рухової активності, зокрема в умовах взаємодії з клієнтами у кризових ситуаціях, де важливо зберігати власну стресостійкість та емоційну рівновагу; прагнення до саморозвитку та професійного зростання. Також цей процес включав роботу над комунікативними, емоційно-регулятивними і здоров'язбережувальними навичками; готовність до впровадження здорових поведінкових моделей, уміння формулювати та реалізовувати особисті й професійні цілі, спрямовані на зміцнення соціального здоров'я.

Аналіз отриманих даних показав різницю у рівні сформованості мотиваційно-ціннісного критерію між експериментальною та контрольною групами на констатувальному та контрольному етапах дослідження, що представлено у табл. 1.

З наведених даних видно, що на констатувальному етапі обидві групи мали переважно середній рівень мотиваційно-ціннісної готовності, тоді як високий рівень спостерігався лише у незначної частини здобувачів освіти (10%). Низький рівень показників був представлений у близько 40% учасників.

Після проведення експериментального дослідження, спрямованого на формування здоров'язбережувальної поведінки та професійної мотивації, у КГ зміни були незначними: невелике зростання частки

Таблиця 1

Аналіз узагальнених даних за мотиваційно-ціннісним критерієм на початку та після експериментального дослідження

Група	Етап дослідження	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
КГ	Констатувальний (до експерименту)	40%	50%	10%
КГ	Контрольний (після експерименту)	35%	50%	15%
ЕГ	Констатувальний (до експерименту)	42%	48%	10%
ЕГ	Контрольний (після експерименту)	15%	45%	40%

здобувачів з високим рівнем (з 10% до 15%) і незначне зниження низького рівня (з 40% до 35%).

Натомість у ЕГ спостерігалася суттєва позитивна динаміка: кількість здобувачів освіти з високим рівнем мотиваційно-ціннісного критерію зросла з 10% до 40%, а низький рівень знизився з 42% до 15%. Це свідчить про ефективність впроваджених заходів у формуванні внутрішньої мотивації до підтримання соціального здоров'я, усвідомлення його значущості та готовності до впровадження здоров'язбережувальних практик у професійній діяльності.

Таким чином, мотиваційно-ціннісний критерій виступає ключовим індикатором успішності формування соціального здоров'я майбутніх соціономічних фахівців, демонструючи, наскільки здобувачі освіти приймають цінності здорового способу життя, соціальної відповідальності та емоційної стійкості у професійній практиці.

Когнітивний критерій оцінює систему знань здобувачів освіти про соціальне здоров'я, його структуру та визначальні чинники, а також розуміння ролі оздоровчої фізичної культури в оптимізації психосоціального стану особистості. Важливими показниками цього критерію є знання про зміст і структуру соціального здоров'я, розуміння впливу фізичної активності на емоційний стан, обізнаність щодо здоров'язбережувальних технологій (оздоровчих фітнес-модулів, командних рухових ігор, релаксаційних методик, дихальних технік, антистресових комплексів), а також знання методів конструктивного спілкування, технік саморегуляції та групової взаємодії (див. табл. 2).

Аналіз даних засвідчує, що на констатувальному етапі дослідження рівні сформованості когнітивного критерію у КГ та ЕГ були: низький рівень знань становив 43–45%, середній – 45–47%, високий – лише 10% респондентів. Це свідчить про те, що обидві групи мали подібну вихідну підготовку щодо знань про соціальне здоров'я та роль оздоровчої рухової активності.

На контрольному етапі експерименту було отримано такі результати, зокрема, у КГ зміни були незначними: частка здобувачів освіти із низьким рівнем зменшилася на 5% (з 45% до 40%), середній рівень підвищився на 5% (з 45% до 50%), високий рівень залишився на рівні 10%. Це вказує на відсутність суттєвого впливу стандартних навчальних методів на формування когнітивного критерію.

У ЕГ після впровадження педагогічних умов спостерігаються значні зміни: частка здобувачів освіти із низьким рівнем зменшилася з 43% до 18%, середній рівень трохи знизився з 47% до 42%, а високий рівень знань зріс у 4 рази – з 10% до 40%. Така динаміка свідчить про ефективність експериментального впливу та підтверджує, що запропоновані методики (активні форми оздоровчої рухової активності, командні рухові вправи, релаксаційні комплекси, дихальні техніки) суттєво підвищили знання та усвідомлення ролі оздоровчої рухової активності у формуванні соціального здоров'я.

Отже, аналіз узагальнених даних демонструє, що експериментальна програма сприяла істотному покращенню когнітивного рівня здобувачів освіти ЕГ, що створює міцну основу для свідомого застосування здоров'язбережувальних технологій у майбутній професійній діяльності соціономічних фахівців, а також для організації соціально-оздоровчих заходів та підтримки клієнтів у кризових станах.

Операційно-діяльнісний критерій характеризує здатність здобувачів освіти практично реалізовувати знання та ціннісні установки у процесі взаємодії, саморегуляції та організації оздоровчої рухової активності. Він відображає рівень розвитку професійно важливих умінь, що забезпечують ефективну соціальну поведінку й оптимальне функціонування в командній та індивідуальній діяльності. Аналіз узагальнених даних за операційно-діяльнісним критерієм на початку експериментального дослідження показав, що у КГ 50% здобувачів освіти мали низький рівень сформованості операційно-діяльнісних умінь, 45% – середній рівень і лише 5% – високий рівень. У ЕГ розподіл був подібним: 48% респондентів продемонстрували низький рівень, 47% – середній і 5% – високий рівень. Це свідчило про початкову приблизно однакову підготовку обох груп до практичної реалізації знань та навичок у соціально-ефективній діяльності.

На контрольному етапі експерименту в КГ спостерігалася незначна позитивна динаміка: низький рівень зменшився до 45%, середній зріс до 48%, а високий рівень досяг 7%. У ЕГ результати після впровадження педагогічних умов показали суттєві зміни: частка респондентів із низьким рівнем знизилася до 20%, середній рівень охопив 40%, а високий рівень зріс до 40%. Така динаміка свідчить про значне зростання практичних навичок та здатності до соціально ефективної взаємодії, що було досягнуто завдяки інтеграції рухових, командних і тренінгових вправ у освітній процес, для наочності дані представлено у табл. 3.

Для оцінки статистичної значущості отриманих результатів використовувалися методи математичної

Таблиця 2

Аналіз узагальнених даних за когнітивним критерієм на початку та після експериментального дослідження

Група	Етап дослідження	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
КГ	Констатувальний (до експерименту)	45%	45%	10%
КГ	Контрольний (після експерименту)	40%	50%	10%
ЕГ	Констатувальний (до експерименту)	43%	47%	10%
ЕГ	Контрольний (після експерименту)	18%	42%	40%

Таблиця 3

Аналіз узагальнених даних за операційно-діяльнісним критерієм на початку та після експериментального дослідження

Група	Етап дослідження	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
КГ	Констатувальний (до експерименту)	50%	45%	5%
КГ	Контрольний (після експерименту)	45%	48%	7%
ЕГ	Констатувальний (до експерименту)	48%	47%	5%
ЕГ	Контрольний (після експерименту)	20%	40%	40%

статистики [15]: критерій Стьюдента для порівняння середніх показників двох груп; χ^2-критерій Пірсона для оцінки частотного розподілу рівнів; кореляційний аналіз для виявлення взаємозв'язків між фізичною та соціальною складовими частинами розвитку.

Якісний аналіз здійснювався через інтерпретацію поведінкових проявів здобувачів освіти, оцінку особливостей групової взаємодії та динаміки емоційного стану під час занять різними видами оздоровчої рухової активності (табл. 4).

Таким чином, проведене експериментальне дослідження підтвердило ефективність запропонованих педагогічних умов формування соціального здоров'я майбутніх фахівців соціономічної сфери засобами різних видів оздоровчої рухової активності.

Експериментальна робота продемонструвала, що інтеграція активних здоров'язбережувальних технологій, тренінгів з комунікативної та емоційно-регулятивної компетентності, командних рухливих ігор та інтерактивних соціально-педагогічних кейсів сприяє суттєвому підвищенню всіх трьох компонентів соціального здоров'я: мотиваційно-ціннісного, когнітивного та операційно-діяльнісного.

Аналіз даних показав, що у ЕГ відбулося статистично значуще зростання високих рівнів мотиваційно-ціннісної готовності (з 10% до 40%), когнітивних знань про соціальне здоров'я та роль оздоровчої рухової активності (з 10% до 40%), а також операційно-діяльнісних умінь (з 5% до 40%). У КГ зміни були незначними, що свідчить про вплив саме цілеспрямованої експериментальної програми.

Кореляційний аналіз засвідчив сильний достовірний позитивний зв'язок між фізичною та соціальною складовими частинами розвитку у ЕГ ($r = 0,68$; $p < 0,01$), тоді як у КГ зв'язок був недостовірним ($r = 0,21$; $p > 0,05$). Це підкреслює взаємозалежність рухової активності та соціального здоров'я і підтверджує роль систематизованої фізкультурно-оздоровчої діяльності у формуванні професійно значущих компетентностей майбутніх соціономічних фахівців.

Узагальнено результати дослідження демонструють, що реалізація комплексної педагогічної системи оздоровчої рухової активності: сприяє активізації фізичних, психоемоційних і соціальних ресурсів здобувачів освіти; забезпечує формування здоров'язбережувальних моделей поведінки та професійно значущих навичок; підвищує адаптивність, стресостійкість та готовність до роботи в умовах сучасних соціальних викликів.

Отже, запропонована методика може бути рекомендована для впровадження в освітніх програмах соціономічних спеціальностей, оскільки вона створює умови для гармонійного розвитку соціального здоров'я здобувачів освіти, підвищення їхньої професійної

Таблиця 4

Результати статистичної перевірки показників якісного аналізу за визначеними критеріями

Критерій	Група	Констатувальний $\bar{X} \pm SD$	Контрольний $\bar{X} \pm SD$	t	p	χ^2	p	Висновки
Мотиваційно-ціннісний	КГ	2,70 ± 0,50	2,80 ± 0,48	1,25	>0,05	2,15	>0,05	Зміни незначні
	ЕГ	2,68 ± 0,52	3,50 ± 0,45	5,42	<0,05	14,62	<0,05	Зміни статистично значущі
Когнітивний	КГ	2,65 ± 0,51	2,70 ± 0,49	1,05	>0,05	2,35	>0,05	Зміни незначні
	ЕГ	2,67 ± 0,50	3,40 ± 0,46	5,18	<0,05	13,84	<0,05	Зміни статистично значущі
Операційно-діяльнісний	КГ	2,55 ± 0,50	2,60 ± 0,46	1,15	>0,05	2,92	>0,05	Зміни незначні
	ЕГ	2,56 ± 0,48	3,60 ± 0,44	6,12	<0,01	18,74	<0,01	Значне зростання практичних умінь

Таблиця 5

Кореляційний аналіз (після експерименту)

Група	r	p	Висновок
Експериментальна група	0,68	<0,01	Сильний достовірний позитивний зв'язок між фізичною та соціальною складовими частинами
Контрольна група	0,21	>0,05	Зв'язок недостовірний

компетентності та ефективності майбутньої професійної діяльності.

Обговорення результатів дослідження

Серед сучасних наукових розвідок, присвячених проблемі формування соціального здоров'я майбутніх фахівців соціономічної сфери засобами оздоровчої фізичної культури, варто відзначити праці представників педагогіки, соціальної педагогіки та теорії фізичного виховання [8; 9; 16–21].

Зокрема, концептуальне осмислення соціального здоров'я як складника соціального благополуччя представлено автором Ю. Замазій [22], який проаналізував сутність поняття «соціальне здоров'я», визначив основні проблеми його формування в освітньому середовищі та окреслив практичні шляхи їх подолання. Організаційно-методичні засади формування соціального складника здоров'я особистості розкрили Г. Бондаренко та О. Ващенко [23]. Вони обґрунтували систему заходів, що спрямовані на формування навичок соціального здоров'я, соціально значущих орієнтацій і позитивної соціалізації учнів.

Теоретичний аналіз змісту та структури поняття «соціальне здоров'я підлітка» здійснено В. Бабичем [24], який визначив його структурні компоненти, змістовні частини та сутність кожного окремого компонента соціального здоров'я підлітка. Концептуальні засади формування соціального здоров'я студентської молоді в освітньому середовищі висвітлено у дослідженні А. Бобро [25], де доведено ефективність позааудиторної виховної роботи як чинника розвитку соціальної активності, відповідальності та ціннісних орієнтацій здобувачів освіти. Вагомий внесок у розроблення здоров'язбережувального напряму здійснено С. Бобровник [26], яка обґрунтувала сучасні підходи до використання здоров'язбережувальних технологій у фізичному вихованні студентів педагогічних університетів.

Попри наявність значної кількості досліджень, проблема впровадження оздоровчої рухової активності в аспекті соціального здоров'я майбутніх фахівців соціономічної сфери саме у системі підготовки фахівців у закладах фахової передвищої освіти залишається не досить розробленою, що зумовлює доцільність і наукову новизну проведеного дослідження.

Перспективи подальших досліджень

Перспективами подальших наукових досліджень є поглиблене вивчення механізмів взаємодії оздоровчої рухової активності та соціального здоров'я, розробка та апробація нових комплексних оздоровчо-педагогічних програм, адаптованих для різних категорій здобувачів освіти, а також аналіз довготривалих ефектів застосування інтегрованих методик на професійну компетентність та соціальну адаптивність фахівців соціономічної сфери.

Висновки

Проведене дослідження засвідчило, що впровадження педагогічних умов різних видів оздоровчої рухової активності сприяє суттєвому підвищенню соціального здоров'я майбутніх фахівців соціономічної сфери. Експериментальне дослідження підтвердило ефективність розроблених педагогічних умов: систематичне включення здоров'язбережувальних технологій в освітній процес, розвиток комунікативної та емоційно-регулятивної компетентності через рухову активність, а також застосування інтерактивних соціально-педагогічних технологій для формування навичок соціальної підтримки та колективної взаємодії.

Результати експериментального дослідження показали статистично достовірне зростання рівнів мотиваційно-ціннісного, когнітивного та операційно-діяльнісного компонентів соціального здоров'я в експериментальній групі. Зокрема, високий рівень мотиваційно-ціннісної готовності здобувачів зріс з 10% до 40%, когнітивного рівня – з 10% до 40%, а операційно-діяльнісних умінь – з 5% до 40%. У контрольній групі зміни були незначними, що підкреслює роль цілеспрямованої педагогічної програми.

Кореляційний аналіз засвідчив сильний позитивний взаємозв'язок між руховою активністю та соціальним здоров'ям у експериментальній групі, тоді як у контрольній групі такий зв'язок виявився недостовірним. Це свідчить про взаємозалежність фізичного розвитку та соціальної адаптивності, підкреслює важливість систематизованої фізкультурно-оздоровчої діяльності як засобу формування професійно значущих компетентностей.

Отримані дані дають підстави стверджувати, що запропонована методика створює умови для гармонійного розвитку фізичних, психоемоційних та соціальних ресурсів здобувачів освіти, формує здоров'язбережувальні моделі поведінки та підвищує готовність до професійної діяльності в умовах сучасних соціальних викликів. Реалізація такої педагогічної системи сприяє розвитку адаптивності, стресостійкості, комунікативної ефективності та соціальної відповідальності майбутніх фахівців соціономічної сфери.

Література

1. Школа ОМ, Макотченко ОА, Сичов ДВ. Особливості методик навчання з використанням оздоровчо-рекреаційних технологій в процесі занять зі здобувачами освіти спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Спортивна наука та здоров'я людини. Київ. 2025;1(13):236–248. https://doi.org/10.28925/2664-2069.2025.120.

2. Grynova M, Zhamardiy V, Kravchenko I, Shkola O, Donchenko V, Peleshenko I, Lyvatskyi O. Influence of aqua fitness training sessions on improving the biological age indicators in overweight female students. Acta Balneologica. 2023;6(178):392–400. https://doi.org10.36740/ABAL202306108.

3. Otravenko O, Shkola O, Zhamardiy V, Sokolenko O, Pavliuk O, Hadiuchko O. Analysis of the current state of training of future specialists in physical culture and sports in the conditions of distance learning. Journal of Positive School Psychology. 2022;6(8):6018–6031.

4. Otravenko OV, Shkola OM, Zhamardiy VO, Shynkarova OD, Fomenko OV, Poluliashchenko TL, Donchenko VI. Fostering the social activity of future specialists in physical education and sports in a health-preserving environment. Acta Balneologica. 2024;120(8):135–143. https://doi.org/10.36740/ABAL202402110.

5. Shkola O, Andriushchenko T, Zhamardiy V, Dubovoi O, Andreiev P. Rope skipping as a means of increasing students' physical activity. Journal for Educators, Teachers and Trainers, 2022;13(1):301–309. https://doi.org/10.47750/jett.2022.13.01.031.

6. Otravenko O, Shkola O, Zhamardiy V, Dubovoi O, Cherednychenko I, Halashko V, Lopuga A. Stress resistance as a professionally significant trait of the future rehabilitators in the system of physical education. Acta Balneologica. 2025;1(185):29–43. https://doi.org/10.36740/ABAL202501103.

7. Otravenko OV, Shkola OM, Zhamardiy VO, Pavliuk OM, Radchenko AV, Donchenko VI, Myronenko SG. Method of physical improvement of higher education students by means of functional training in the aspect of health-preservation. Acta Balneologica. 2024;1(179):40–48. https://doi.org/10.36740/ABAL202401107.

8. Shkola O, Zhamardiy V, Kyzim P, Ramsey I, Zaria L. Fitness exercises as a means of motivation for physical education classes for high school students. Journal for Educators, Teachers and Trainers. 2022;13(2):243–251. https://doi.org/10.47750/jett.2022.13.02.023.

9. Shkola OM, Zhamardiy VO, Donchenko VI, Zolochevskyi VV, Poluliashchenko TL, Sokolenko OI, Pavliuk OM. Preparation of future specialists in physical culture and sports with an aim of preserving and restoring physical and mental health of individuals. Acta Balneologica. 2023;6(178):401–406. https://doi.org/10.36740/ABAL202306110.

10. Школа ОМ, Макотченко ОА, Пелешенко ІМ, Сичов ДВ. Підвищення ефективності тренувального процесу спортсменів з використанням фітнес-технологій. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Київ. 2025;1(186):172–177. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.01(186).35.

11.Школа ОМ, Фоменко ОВ, Пелешенко ІМ. Впровадження сучасних реабілітаційних технологій для покращення біомеханіки рухів на заняттях з фітнесу. Вісник національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Чернігів. 2025;31(187):165–169. https://doi.org/10.58407/visnik.253126.

12. Donchenko V, Zhamardiy V, Shkola O, Fomenko O, Khlus N, Kabatska O, Heta A. Formation of readiness of future occupational therapists to use modern rehabilitation technologies in professional activities. Acta Balneologica. 2024; 6 (184):392–399. https://doi.org/10.36740/ABAL202406104.

13. Ichenko O, Kononets N, Zhamardiy V, Shkola O, Voronetskyi V, Kobobel A. Motivational readiness of students to work at school as condition of professionalism of future teachers of physical culture. Journal for Educators, Teachers and Trainers. 2022;13(3):121–133.

14. Kononets N, Denysovets I, Derevianko L, Blahova T, Zhyrov O, Shkola O, Zhamardiy V. Resource-based learning of students in the system of crosscultural training of future specialists in fitness and recreation. Journal for Educators, Teachers and Trainers. 2022;13(1):41–50. https://doi.org/10.47750/jett.2022.13.01.005.

15. Огірко ОІ, Галайко НВ. Теорія ймовірностей та математична статистика: навчальний посібник. Львів. 2017. 292 с.

16. Вороніна ГЛ. Розвиток професійної компетентності керівників гуртків позашкільних навчальних закладів у системі післядипломної освіти: дис. … канд. пед. наук: 13.00.04. Переяслав-Хмельницький, 2017. 268 с.

17. Otravenko O, Shkola O, Shynkarova O, Zhamardiy V, Lyvatskyi O, Pelypas D. Leisure and recreational activities of student youth in the context of health-preservation. Journal for Educators, Teachers and Trainers. 2021;12(3):146–154. https://doi.org/10.47750/jett.2021.12.03.014.

18. Shkola O, Otravenko O, Donchenko V, Zhamardiy V, Saienko V, Tolchieva H. The influence of tae-bo on the development of motor potential of students of medical and pedagogical specialties and its efficiency in the process of extracurricular activities. Wiadomości Lekarskie. 2022;4(1):865–871. https://doi.org/10.36740/WLek202204121.

19. Shkola OM, Fomenko OV, Otravenko OV, Donchenko VI, Zhamardiy VO, Lyakhova NA, Shynkarova OD. Study of the state of physical fitness of students of medical institutions of higher education by means of crossfit in the process of physical education. Acta Balneologica. 2021;2(164):105–110. https://doi.org/10.36740/ABAL202102105.

20. Zhamardiy V, Shkola O, Kravchenko I, Butov R, Shekhavtsov M, Radchenko A, Kabatska O. Modern approaches to the formation of professional readiness of future specialists in physical rehabilitation in the context of restoring the health of athletes. Journal for Educators, Teachers and Trainers. 2022;13(1):9–15. https://doi.org/10.47750/jett.2022.13.01.002.

21. Школа ОМ, Жамардій ВО, Пелешенко ІМ, Сичов ДВ. Дистанційне навчання здобувачів вищої освіти Харківської гуманітарно-педагогічної академії в аспекті використання на заняттях інформаційно-комунікаційних технологій. Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Чернігів. 2023;176(20):110–114. https://doi.org/10.58407/visnik.232016.

22. Замазій ЮО. Формування соціального здоров'я здобувачів освіти як основа розбудови безпечного освітнього середовища. Соціокультурні та психолого-педагогічні аспекти організації освітньорозвиткового простору в сучасному закладі освіти: матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (23 трав. 2023 р., м. Харків). Харків, 2023;155–157.

23.Бондаренко ГЛ, Ващенко ОМ. Організаційно-методичні засади формування соціальної складової здоров'я молодших школярів. Теорія та методика дошкільної і початкової освіти в сучасному інноваційному просторі: монографія. Суми. 2021. 362 с.

24. Бабич ВІ. Зміст та структура поняття «соціальне здоров'я підлітка». Народна освіта. 2012;1(16).

25. Бобро А. Формування соціального здоров'я студентської молоді у позааудиторній виховній роботі вищого навчального закладу: автореф. дис. … канд. пед. наук: 13.00.07. Київ, 2017. 22 с.

26. Бобровник СІ. Сучасний підхід до використання здоров'язбережувальних технологій у фізичному вихованні студентів педагогічних університетів. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Київ: НПУ ім. М.П. Драгоманова. 2014;44:108–112.

References

1. Shkola OM, Makotchenko OA, Sychov DV. Osoblyvosti metodyk navchannia z vykorystanniam ozdorovcho-rekreatsiinykh tekhnolohii v protsesi zaniat zi zdobuvachamy osvity spetsialnosti 017 Fizychna kultura i sport [Specifics of teaching methods utilizing health-improving and recreational technologies in sessions with students majoring in 017 Physical culture and sport]. Sports science and human health. 2025;1(13):236–248. https://doi.org/10.28925/2664-2069.2025.120 [in Ukrainian].

2. Grynova M, Zhamardiy V, Kravchenko I, Shkola O, Donchenko V, Peleshenko I, Lyvatskyi O. Influence of aqua fitness training sessions on improving the biological age indicators in overweight female students. Acta Balneologica. 2023;6(178):392–400. https://doi.org/10.36740/ABAL202306108.

3. Otravenko O, Shkola O, Zhamardiy V, Sokolenko O, Pavliuk O, Hadiuchko O. Analysis of the current state of training of future specialists in physical culture and sports in the conditions of distance learning. Journal of Positive School Psychology. 2022;6(8):6018–6031.

4. Otravenko O, Shkola O, Shynkarova O, Zhamardiy V, Lyvatskyi O, Pelypas D. Leisure and recreational activities of student youth in the context of health-preservation. Journal for Educators, Teachers and Trainers. 2021;12(3):146–154. https://doi.org/10.47750/jett.2021.12.03.014.

5. Shkola O, Andriushchenko T, Zhamardiy V, Dubovoi O, Andreiev P. Rope skipping as a means of increasing students' physical activity. Journal for Educators, Teachers and Trainers, 2022;13(1):301–309. https://doi.org/10.47750/jett.2022.13.01.031.

6. Otravenko O, Shkola O, Zhamardiy V, Dubovoi O, Cherednychenko I, Halashko V, Lopuga A. Stress resistance as a professionally significant trait of the future rehabilitators in the system of physical education. Acta Balneologica. 2025;1(185):29–43. https://doi.org/10.36740/ABAL202501103.

7. Otravenko OV, Shkola OM, Zhamardiy VO, Pavliuk OM, Radchenko AV, Donchenko VI, Myronenko SG. Method of physical improvement of higher education students by means of functional training in the aspect of health-preservation. Acta Balneologica. 2024;1(179):40–48. https://doi.org/10.36740/ABAL202401107.

8. Shkola O, Zhamardiy V, Kyzim P, Ramsey I, Zaria L. Fitness exercises as a means of motivation for physical education classes for high school students. Journal for Educators, Teachers and Trainers. 2022;13(2):243–251. https://doi.org/10.47750/jett.2022.13.02.023.

9. Shkola OM, Zhamardiy VO, Donchenko VI, Zolochevskyi VV, Poluliashchenko TL, Sokolenko OI, Pavliuk OM. Preparation of future specialists in physical culture and sports with an aim of preserving and restoring physical and mental health of individuals. Acta Balneologica. 2023;6(178):401–406. https://doi.org/10.36740/ABAL202306110.

10. Shkola OM, Makotchenko OA, Peleshenko IM, Sychov DV. Pidvyshchennia efektyvnosti trenuvalnoho protsesu sportsmeniv z vykorystanniam fitnes-tekhnolohii [Improving the efficiency of the training process for athletes using fitness technologies]. Scientific journal of the Mykhailo Drahomanov Ukrainian State University. Series 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sport). 2025;1(186):172–177. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.01(186).35 [in Ukrainian].

11.Shkola OM, Fomenko OV, Peleshenko IM. Vprovadzhennia suchasnykh reabilitatsiinykh tekhnolohii dlia pokrashchennia biomekhaniky rukhiv na zaniattiakh z fitnesu [Implementation of modern rehabilitation technologies to improve movement biomechanics in fitness classes]. Bulletin of the National University "Chernihiv Collegium" named after T.H. Shevchenko. Series: Pedagogical sciences. 2025;31(187):165–169. https://doi.org/10.58407/visnik.253126 [in Ukrainian].

12. Donchenko V, Zhamardiy V, Shkola O, Fomenko O, Khlus N, Kabatska O, Heta A. Formation of readiness of future occupational therapists to use modern rehabilitation technologies in professional activities. Acta Balneologica. 2024; 6 (184):392–399. https://doi.org/10.36740/ABAL202406104.

13. Ichenko O, Kononets N, Zhamardiy V, Shkola O, Voronetskyi V, Kobobel A. Motivational readiness of students to work at school as condition of professionalism of future teachers of physical culture. Journal for Educators, Teachers and Trainers. 2022;13(3):121–133.

14. Kononets N, Denysovets I, Derevianko L, Blahova T, Zhyrov O, Shkola O, Zhamardiy V. Resource-based learning of students in the system of crosscultural training of future specialists in fitness and recreation. Journal for Educators, Teachers and Trainers. 2022;13(1):41–50. https://doi.org/10.47750/ jett.2022.13.01.005.

15. Ohirko OI, Halaiko NV. Teoriia ymovirnostei ta matematychna statystyka: navchalniy posibnyk [Probability theory and mathematical statistics: study guide]. Lviv. 2017. 292 p. [in Ukrainian].

16. Voronina HL. Rozvytok profesiinoi kompetentnosti kerivnykiv hurtkiv pozashkilnykh navchalnykh zakladiv u systemi pisliadyplomnoi osvity: dys. … kand. ped. nauk: 13.00.04 [Development of professional competence of club leaders in extracurricular educational institutions within the postgraduate education system: diss. … cand. ped. sc.: 13.00.04]. Pereiaslav-Khmelnytskyi, 2017. 268 p. [in Ukrainian].

17. Otravenko OV, Shkola OM, Zhamardiy VO, Shynkarova OD, Fomenko OV, Poluliashchenko TL, Donchenko VI. Fostering the social activity of future specialists in physical education and sports in a health-preserving environment. Acta Balneologica. 2024;120(8):135–143. https://doi.org/10.36740/ABAL202402110.

18. Shkola O, Otravenko O, Donchenko V, Zhamardiy V, Saienko V, Tolchieva H. The influence of tae-bo on the development of motor potential of students of medical and pedagogical specialties and its efficiency in the process of extracurricular activities. Wiadomości Lekarskie. 2022;4(1):865–871. https://doi.org/10.36740/WLek202204121.

19. Shkola OM, Fomenko OV, Otravenko OV, Donchenko VI, Zhamardiy VO, Lyakhova NA, Shynkarova OD. Study of the state of physical fitness of students of medical institutions of higher education by means of crossfit in the process of physical education. Acta Balneologica. 2021;2(164):105–110. https://doi.org/10.36740/ABAL202102105.

20. Zhamardiy V, Shkola O, Kravchenko I, Butov R, Shekhavtsov M, Radchenko A, Kabatska O. Modern approaches to the formation of professional readiness of future specialists in physical rehabilitation in the context of restoring the health of athletes. Journal for Educators, Teachers and Trainers. 2022;13(1):9–15. https://doi.org/10.47750/jett.2022.13.01.002.

21. Shkola OM, Zhamardii VO, Peleshenko IM, Sychov DV. Dystantsiine navchannia zdobuvachiv vyshchoi osvity Kharkivskoi humanitarno-pedahohichnoi akademii v aspekti vykorystannia na zaniattiakh informatsiino-komunikatsiinykh tekhnolohii [Distance learning for higher education students at the Kharkiv Humanities and Pedagogical Academy: the use of information and communication technologies in classes]. Bulletin of the T. H. Shevchenko National University "Chernihiv Collegium". Series: Pedagogical Sciences. Physical Education and Sport. 2023;176(20):110–114. https://doi.org/10.58407/visnik.232016 [in Ukrainian].

22. Zamazii YuO. Formuvannia sotsialnoho zdorovia zdobuvachiv osvity yak osnova rozbudovy bezpechnoho osvitnoho seredovyshcha. Sotsiokulturni ta psykholoho-pedahohichni aspekty orhanizatsii osvitnorozvytkovoho prostoru v suchasnomu zakladi osvity [The formation of a healthy social education is the basis of the development of safe vital health. Socio-cultural and psychological-pedagogical aspects of the organization of the lighting of the illuminated space in the everyday meeting of the lighting]. Materials Myzhnar. science and practice conf. 2023;155–157 [in Ukrainian].

23. Bondarenko HL., Vashchenko OM. Orhanizatsiino-metodychni zasady formuvannia sotsialnoi skladovoi zdorovia molodshykh shkoliariv. Teoriia ta metodyka doshkilnoi i pochatkovoi osvity v suchasnomu innovatsiinomu prostori: monohrafiia [Organizational and methodological foundations for shaping the social component of health in primary school children. Theory and methodology of preschool and primary education in the modern innovative space: a monograph]. Sumy. 2021. 362 p. [in Ukrainian].

24. Babych VI. Zmist ta struktura poniattia «sotsialne zdorovia pidlitka» [Content and structure of the concept of "adolescent social health"]. Public education. 2012;1(16) [in Ukrainian].

25. Bobro A. Formuvannia sotsialnoho zdorovia studentskoi molodi u pozaaudytornii vykhovnii roboti vyshchoho navchalnoho zakladu: avtoref. dys. … kand. ped. nauk: 13.00.07 [Fostering the social health of university students through extracurricular educational activities at higher education institutions: abstract of candidate of pedagogical sciences dissertation: 13.00.07]. Kyiv, 2017. 22 p. [in Ukrainian].

26. Bobrovnyk SI. Suchasnyi pidkhid do vykorystannia zdorov'iazberezhuvalnykh tekhnolohii u fizychnomu vykhovanni studentiv pedahohichnykh universytetiv [A modern approach to the use of health-preserving technologies in the physical education of pedagogical university students]. Scientific Journal of the National Pedagogical Dragomanov University. Series: Scientific and Pedagogical Problems of Physical Culture (Physical Culture and Sport). 2014;44:108–112 [in Ukrainian].

Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні та експериментальній перевірці педагогічних умов формування соціального здоров'я майбутніх фахівців соціономічної сфери засобами оздоровчої фізичної культури.

Матеріали та методи. Дослідження проводилося на базі Харківського педагогічного фахового коледжу Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради. У межах дослідження було сформовано вибіркову сукупність, яка охоплювала 170 респондентів – здобувачів освіти спеціальностей «Соціальна робота», «Початкова освіта», «Дошкільна освіта», «Фізична культура» та «Музичне мистецтво».

Для реалізації поставленої мети застосовували такі методи дослідження, як: аналіз наукових джерел, педагогічне спостереження, анкетування, соціометрія, інтерв'ювання, тестування рівня фізичної підготовленості, а також методи математичної статистики (t-критерій Стьюдента, χ^2-критерій Пірсона, кореляційний аналіз).

Результати. Кореляційний аналіз засвідчив сильний достовірний позитивний зв'язок між фізичною та соціальною складовими частинами розвитку у ЕГ ($r = 0,68$; $p < 0,01$), тоді як у КГ зв'язок був недостовірним ($r = 0,21$; $p > 0,05$). Це підкреслює взаємозалежність рухової активності та соціального здоров'я і підтверджує роль систематизованої фізкультурно-оздоровчої діяльності у формуванні професійно значущих компетентностей майбутніх соціономічних фахівців.

Висновки. Отримані результати підтверджують ефективність розроблених педагогічних умов формування соціального здоров'я майбутніх фахівців соціономічної сфери засобами оздоровчої фізичної культури.

Ключові слова: оздоровча рухова активність, соціальне здоров'я, здоров'язбережувальні технології, майбутні фахівці соціономічної сфери.

Purpose. The aim of the study is to provide a theoretical rationale for and experimentally verify the pedagogical conditions for fostering the social health of future professionals in the socionomic sphere through health-oriented physical culture.

Materials and Methods. The study of the process of forming the social health of future specialists in the socio-economic sphere by means of recreational physical activity involved the creation of a comprehensive methodological framework that provides the possibility of reliably assessing the initial level of social health of education seekers, identifying its structural components, and determining the effectiveness of the impact of a specially organized recreational and physical education program.

The study was conducted at the Kharkiv Pedagogical Professional College of the Municipal Establishment "Kharkiv Humanitarian-Pedagogical Academy" of the Kharkiv Regional Council. A sample group comprising 170 respondents – students majoring in Social work, Primary education, Preschool education, Physical education, and Musical art – was formed for the study.

To achieve the stated objective, the following research methods were employed: analysis of scientific sources, pedagogical observation, surveying, sociometry, interviewing, physical fitness testing, and methods of mathematical statistics Student's t-test, Pearson's χ^2 test, and correlation analysis).

Results. Experimental work has demonstrated that the integration of active health-preserving technologies, training in communicative and emotional-regulatory competence, team outdoor games, and interactive socio-pedagogical cases contributes to a significant increase in all three components of social health: motivational-value, cognitive, and operational-activity.

Data analysis showed that in the experimental group there was a statistically significant increase in high levels of motivational and value readiness (from 10% to 40%), cognitive knowledge about social health and the role of health-improving physical activity (from 10% to 40%), as well as operational and activity skills (from 5% to 40%). In the control group, changes were insignificant, which indicates the impact of the targeted experimental program.

Correlation analysis revealed a strong, statistically significant positive relationship between the physical and social components of development in the experimental group ($r = 0.68$; $p < 0.01$), whereas in the control group, the relationship was not statistically significant ($r = 0.21$; $p > 0.05$). This highlights the interdependence of physical activity and social health and confirms the role of systematic physical education and health-promoting activities in shaping the professionally significant competencies of future professionals in the socionomic sphere.

In general, the results of the study demonstrate that the implementation of a comprehensive pedagogical system of health-improving physical activity: contributes to the activation of physical, psycho-emotional and social resources of students; ensures the formation of health-preserving behavioral models and professionally significant skills; increases adaptability, stress resistance and readiness to work in the conditions of modern social challenges.

Conclusions. The results of the experimental study showed a statistically significant increase in the levels of motivational-value, cognitive and operational-activity components of social health in the experimental group. In particular, the high level of motivational-value readiness of applicants increased from 10% to 40%, the cognitive level – from 10% to 40%, and operational-activity skills – from 5% to 40%. In the control group, the changes were insignificant, which emphasizes the role of a targeted pedagogical program.

Key words: health-promoting physical activity, social health, health-preserving technologies, future professionals in the socionomic sphere.

Конфлікт інтересів: відсутній.
Conflict of interest: absent.

Відомості про авторів

Анголенко Валентина Володимирівна – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри соціальної роботи Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради; вул. Шота Руставелі, 7, м. Харків, Україна, 61000.
v_angolenko@ukr.net, ORCID ID: 0000-0001-6673-4494 [A]

Печериця Наталія Михайлівна – кандидат педагогічних наук, доцент, старший викладач кафедри соціальної роботи Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради; вул. Шота Руставелі, 7, м. Харків, Україна, 61000.
natalapecerica8@gmail.com, ORCID ID: 0000-0002-9219-2294 [B, D]

Тарасенко Неллі Вікторівна – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри соціальної роботи Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради; вул. Шота Руставелі, 7, м. Харків, Україна, 61000.
nelliashka@gmail.com, ORCID ID: 0000-0002-3990-1813 [B, D]

Школа Олена Миколаївна – кандидат педагогічних наук, професор, завідувач кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради; вул. Шота Руставелі, 7, м. Харків, Україна, 61000.
alesikk1974@gmail.com ORCID ID: 0000-0003-3013-0423 [C]

Жамардій Валерій Олександрович – доктор педагогічних наук, професор, професор закладу вищої освіти кафедри фізичної та реабілітаційної медицини Полтавського державного медичного університету; вул. Шевченка, 23, м. Полтава, Україна, 36000.
Shamardi@ukr.net, ORCID ID: 0000-0002-3579-6112 [E, F]

Дата першого надходження статті до видання: 17.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 21.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 28.10.2026