

КОВАЛЬЧУК Андрій

аспірант кафедри фізичної культури, спорту та здоров'я

Луцький національний технічний університет

<https://orcid.org/0009-0004-7853-6144>e-mail: kovalok0407@gmail.com**БАКІКО Ігор**

доктор наук з фізичного виховання та спорту,

професор кафедри фізичної культури, спорту та здоров'я,

Луцький національний технічний університет

<https://orcid.org/0000-0002-8835-8781>e-mail: bakiko_igor@ukr.net**КАБАК Віталій**

кандидат педагогічних наук, доцент,

завідувач кафедри цифрових, освітніх технологій,

Луцький національний технічний університет

<https://orcid.org/0000-0001-9823-825X>e-mail: kabak.volyn@gmail.com**МОНІТОРИНГ ОЦІНКИ СТАНУ ЗДОРОВ'Я ЗДОБУВАЧІВ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

Важливість дослідження оцінки стану здоров'я у здобувачів закладу вищої освіти обумовлена сучасними проблемами у галузі фізичного виховання та спорту. В умовах інтенсивного навчального навантаження, стресів та нерегулярної фізичної активності, проблема підтримання здоров'я здобувачів стає особливо актуальною. Спорт, як важливий елемент фізичної культури, здатний значно покращити функціональний стан організму, підвищити фізичну витривалість і зміцнити імунну систему. Проте, для оцінки реального впливу спортивних навантажень на стан здоров'я людини, необхідний комплексний моніторинг, яка включає в себе фізіологічні, психофізичні та соціальні аспекти.

Наукове дослідження у даній галузі має велике значення для розвитку системи фізичного виховання, для формування здорового способу життя серед здобувачів і створення ефективних методик профілактики та корекції захворювань. Моніторинг оцінки стану здоров'я здобувачів освіти, які займаються спортом, дозволяє більш точно враховувати індивідуальні особливості організму і забезпечити оптимальні умови для розвитку фізичних можливостей молоді.

Дослідження проводилось на кафедрі фізичної культури, спорту та здоров'я Луцького національного технічного університету. У роботі взяли участь 60 здобувачів чоловічої статті. Вік юнаків складав 18 – 19 років. Здобувачів було поділено на три групи: 1 група – юнаки, які спортом не займаються, але відвідують заняття з фізичного виховання протягом навчального року (20 осіб); 2 група – здобувачі, які відвідують секцію з волейболу (20 осіб); 3 група – юнаки, які займаються легкою атлетикою (бігом на середні дистанції) (20 осіб).

Таким чином, дослідження стану здоров'я у здобувачів ЗВО різних груп є актуальним і важливим для формування здорового способу життя, профілактики захворювань, розробки ефективних програм фізичного виховання та підвищення загального рівня здоров'я молоді.

Ключові слова: здоров'я, юнаки, спорт, волейбол, легка атлетика.

[https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1\(1\).81](https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1(1).81)

1. ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ У ЗАГАЛЬНОМУ ВИГЛЯДІ ТА ЇЇ ЗВ'ЯЗОК ІЗ ВАЖЛИВИМИ НАУКОВИМИ ЧИ ПРАКТИЧНИМИ ЗАВДАННЯМИ

Важливість дослідження оцінки стану здоров'я у здобувачів закладу вищої освіти (далі – ЗВО) обумовлена сучасними проблемами у галузі фізичного виховання та спорту. В умовах інтенсивного навчального навантаження, стресів та нерегулярної фізичної активності, проблема підтримання здоров'я здобувачів стає особливо актуальною [9]. Спорт, як важливий елемент

фізичної культури, здатний значно покращити функціональний стан організму, підвищити фізичну витривалість і зміцнити імунну систему. Проте, для оцінки реального впливу спортивних навантажень на стан здоров'я людини, необхідний комплексний моніторинг, яка включає в себе фізіологічні, психофізичні та соціальні аспекти [18].

Вивчення фізичного стану здоров'я у здобувачів ЗВО, які активно займаються спортом, дозволяє не лише оцінити рівень їхньої фізичної підготовленості, а й визначити

вплив різних видів спортивної діяльності на загальний стан людини. Оскільки традиційні методи оцінки здоров'я не завжди можуть відобразити повну картину, розробка нових, комплексних підходів є необхідною для науково обґрунтованого моніторингу стану здоров'я здобувачів [10, 12].

Таким чином, наукове дослідження у даній галузі має велике значення для розвитку системи фізичного виховання, для формування здорового способу життя серед здобувачів і створення ефективних методик профілактики та корекції захворювань. Моніторинг оцінки стану здоров'я здобувачів освіти, які займаються спортом, дозволяє більш точно враховувати індивідуальні особливості організму і забезпечити оптимальні умови для розвитку фізичних можливостей молоді.

2. АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ І ПУБЛІКАЦІЙ

Значна кількість авторів [3, 4, 7, 14, 21] вказують на погіршення стану здоров'я під час навчання у ЗВО. Вони вказують, що навчання – це важка напружена праця, яка обумовлюється певною емоційною та інтелектуальною напругою, гіпокінезією, стресовими ситуаціями. Сукупність суб'єктивних і об'єктивних чинників, які негативно впливають на організм людини, призводить до виникнення, прояву або загострення серцево-судинних, психічних, нервових, шлунково-кишкових та інших захворювань.

Зростання захворюваності характеризується не лише впливом різних негативних соціальних та природних факторів, а й недостатньою увагою до питань формування здорового способу життя. Адже стан здоров'я на 50 – 70% залежить не від сприятливих зовнішніх умов, а від неї самої, від рівня фізичного розвитку, способу життя, культури здоров'я [1].

Виховання свідомого ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших громадян як найвищої соціальної цінності, формування гігієнічних навичок та засад здорового способу життя, зміцнення фізичного та психічного здоров'я має бути одним із пріоритетів освіти.

Враховуючи наведене, питання зміцнення і збереження здоров'я здобувачів ЗВО є важливою проблемою сьогодення.

Зважаючи на це, тема роботи є актуальною та соціально важливою.

3. ВИДІЛЕННЯ НЕВИРІШЕНИХ РАНІШЕ ЧАСТИН ЗАГАЛЬНОЇ ПРОБЛЕМИ, КОТРИМ ПРИСВЯЧУЄТЬСЯ ОЗНАЧЕНА СТАТТЯ

Зважаючи на вищесказане, ми визначили основну проблематику нашої роботи, що полягає в оцінці стану здоров'я здобувачів ЗВО. Узагальнюючи дані літературних джерел, можна стверджувати, що питання щодо оцінки стану здоров'я здобувачів залишається актуальним та важливим питанням.

4. ФОРМУВАННЯ ЦІЛЕЙ СТАТТІ

Формулювання цілей статті – визначити стан здоров'я здобувачів ЗВО.

5. ВИКЛАД ОСНОВНОГО МАТЕРІАЛУ ДОСЛІДЖЕННЯ З ПОВНИМ ОБҐРУНТУВАННЯМ ОТРИМАНИХ НАУКОВИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

У передмові Статуту Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) йдеться про те, що здоров'я – це не лише відсутність хвороб або фізичних вад, а й стан повного фізичного, психічного та соціального добробуту [2].

А. Біла та ін. основі аналізу різних джерел виділив найбільш типові елементи визначення здоров'я:

1. Нормальна функція організму на всіх рівнях його організації (органів, гістологічних, клітинних і генетичних структур, нормальний перебіг фізіологічних і біохімічних процесів, що сприяють індивідуальному виживанню й відтворенню);

2. Динамічна рівновага організму та його функцій з навколишнім середовищем;

3. Здатність до повноцінного виконання основних соціальних функцій, участь у соціальній діяльності та суспільно корисній праці;

4. Здатність організму пристосовуватися до постійно змінюваних умов у навколишньому середовищі, здатність підтримувати сталість внутрішнього середовища організму, забезпечуючи нормальну та різнобічну життєдіяльність і збереження живого початку в організмі;

5. Відсутність хвороби, хворобливих станів, хворобливих змін;

6. Повне фізичне, духовне, розумове і соціальне благополуччя [5].

Л. Марина та ін. [13] вказують, що існує понад 300 дефініцій здоров'я, О. Lutyunenko et. al. [20] констатують, що поняття «здоров'я» неможливо сформулювати однозначно, так як його налічується понад 400 визначень. Критичне осмислення великої кількості визначень стану здоров'я свідчить про те, що це поняття багатобічне і має різні трактування, які потребують конкретизації і певної визначеності. Тому можна погодитися з Статутом ВООЗ, де говориться: «Здоров'я – це стан повного фізичного, психічного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних дефектів». 14 листопада 1997 року ВООЗ приймає нове рішення щодо правки до поняття «здоров'я», що «здоров'я – це динамічний стан», а решту змісту залишає без змін.

Дослідження проводилось на кафедрі фізичної культури, спорту та здоров'я Луцького національного технічного університету. У роботі взяли участь 60 здобувачів чоловічої статті. Вік юнаків складав 18 – 19 років. Здобувачів було поділено на три групи: 1 група – юнаки, які спортом не займаються, але відвідують заняття з фізичного виховання протягом навчального року (20 осіб); 2 група – здобувачі, які відвідують секцію з волейболу (20 осіб); 3 група – юнаки, які займаються легкою атлетикою (бігом на середні дистанції) (20 осіб).

Обробка результатів досліджень проводилась за допомогою загальноприйнятих методів математичної статистики. Математична обробка фактичного матеріалу проводилась з метою інтерпретації результатів педагогічного експерименту. Усі дані, отримані під час дослідження, оброблені за допомогою комп'ютерної програми статистичної обробки даних SPSS Statistics (версія 23).

Кризовий стан системи фізичного виховання у ЗВО, яка не відповідає державним і міжнародним вимогам щодо стану здоров'я та фізичної підготовленості здобувачів; три роки пандемії Covid-19, яка призвела до самоізоляції і різкого зниження рухової активності; три роки воєнного стану, які ще більше поглибили кризу фізичного виховання і збільшили психоемоційний стрес серед молоді в Україні, породили нові

виклики перед ЗВО та українським суспільством. Наразі тенденція до погіршення самопочуття є прогресуючою, відбувається зниження інтересу та мотивації здобувачів до занять фізичними вправами та спортом. Водночас державна політика у галузі освіти спрямована на забезпечення здоров'я людини в усіх її складових: духовній, соціальній, психічній, фізичній. Пріоритетним завданням системи освіти є навчання людини відповідальному ставленню до власного здоров'я і здоров'я оточуючих як до найвищих індивідуальних і суспільних цінностей. Це має здійснюватися через розвиток ефективної валеологічної освіти, повноцінного медичного обслуговування, оптимізацію режиму навчально-виховного процесу, створення екологічно сприятливого життєвого простору, залучення до фізичної культури і спорту всіх учасників навчально-виховного процесу [8].

Завдання для викладачів поставлені, але їх вирішення відбувається в складних умовах воєнного стану, зниження соціально-економічних можливостей країни, зміни звичного способу життя здобувачів і викладачів, широкого використання онлайн навчання, відсутність розуміння до чого призведуть військові дії, погіршення здоров'я значно вплинуло на страх, тривожність та психічний стан здобувачів. Користуючись, розробленою методикою Г. Грибана самооцінки здоров'я здобувачів [8] за критеріями, які здобувачі оцінюють за спрощеною 5-бальною системою:

- 1) рівень фізичного розвитку, фізичної працездатності та фізичної підготовленості;
- 2) відсутність спадкових, хронічних та інших захворювань;
- 3) відсутність болей в голові, суглобах, спині, внутрішніх органах;
- 4) робота аналізаторів (слух, зір, координація тощо);
- 5) апетит, сон, настрої, самопочуття, задоволення від життя;
- 6) відсутність захворювань при обстеженні лікаря [8].

Під час аналізу стану здоров'я у трьох групах обстежуваних (рис. 1 – 3) було виявлено різне відсоткове співвідношення значень рівня фізичного здоров'я. На рис. 1 видно, що більшість здобувачів, які не займаються спортом, мають середній рівень фізичного здоров'я (12 осіб). Вищий за

середній рівень мають 3 здобувача, нижчий за середній – 3 юнака, і низький рівень – 2 здобувача. Це свідчить про те, що відсутність регулярних фізичних навантажень може призводити до зниження стану здоров'я, що

підтверджується літературними джерелами [6, 11, 19], які вказують на важливість фізичних навантажень для підтримки здоров'я.

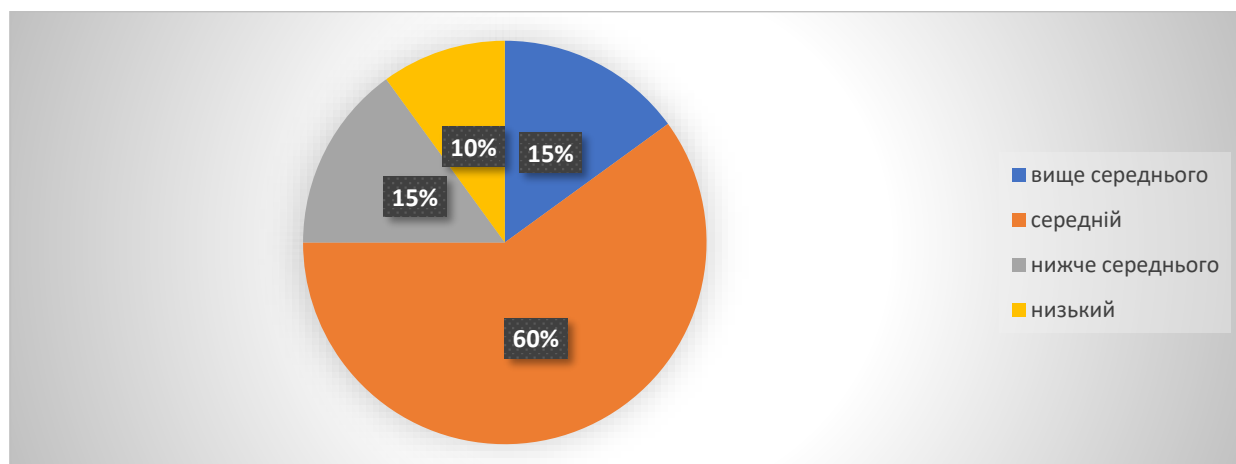


Рис. 1. Стан здоров'я здобувачів, які не займаються спортом, %

У другій групі (рис. 2) більшість здобувачів мають середній стан здоров'я (7 осіб), але також значна кількість здобувачів мають нижчий за середній рівень (9 осіб). Вищий за середній рівень мають 4 здобувача. Це може бути пов'язано з тим, що волейбол є інтенсивним видом спорту, який вимагає високих фізичних навантажень, але не всі юнаки можуть підтримувати оптимальний рівень фізичної підготовки. Літературні джерела підтверджують [15, 17], що інтенсивні фізичні навантаження можуть мати як позитивний, так і негативний вплив на здоров'я залежно від індивідуальних

особливостей та рівня фізичної підготовленості.

З рис. 3 видно, що більшість юнаків, які займаються легкою атлетикою, мають вищий за середній стан здоров'я (7 осіб) або середній (7 осіб). Лише 2 здобувача мають нижчий за середній рівень і 4 юнака мають високий рівень здоров'я. Це свідчить про те, що регулярні заняття легкою атлетикою сприяють покращенню стану здоров'я, що підтверджується науковими дослідженнями [16], які вказують на позитивний вплив аеробних вправ на серцево-судинну систему та загальний фізичний стан.

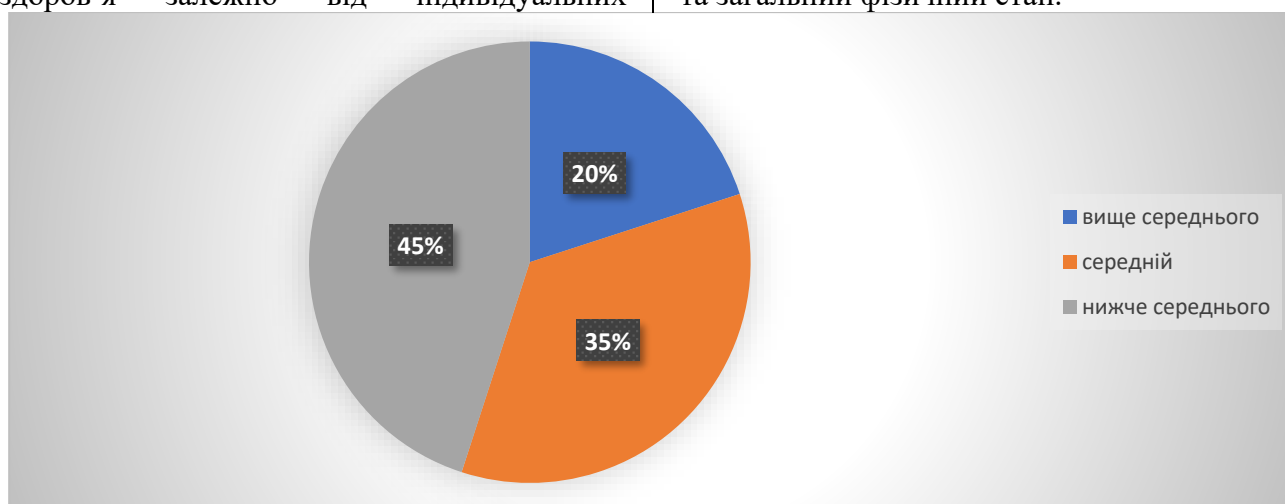


Рис. 2. Стан здоров'я здобувачів, які займаються волейболом, %

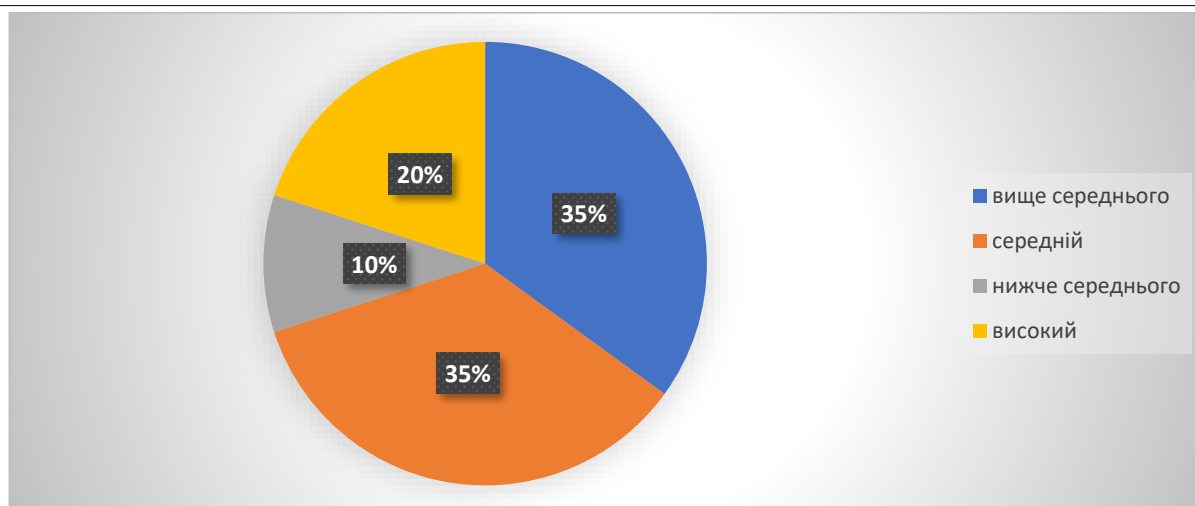


Рис. 3. Стан здоров'я здобувачів, які займаються легкою атлетикою, %

6. ВИСНОВКИ З ДАНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ І ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ РОЗВІДОК У ДАНОМУ НАПРЯМКУ

Таким чином, аналіз отриманих результатів вказує на те, що регулярні фізичні навантаження, особливо заняття легкою атлетикою, сприяють покращенню рівня здоров'я здобувачів ЗВО. Відсутність фізичної активності або недостатній рівень підготовки можуть призводити до зниження фізичного здоров'я. Отже, дослідження стану здоров'я у юнаків різних груп обумовлена кількома важливими аспектами. Насамперед, вік навчання в ЗВО є критичним періодом для формування здорових звичок, які впливатимуть на здоров'я протягом усього життя. Вивчення стану здоров'я здобувачів дозволяє виявити потенційні проблеми на ранніх етапах і розробити ефективні стратегії для їх вирішення.

Крім того, сучасний спосіб життя часто характеризується низьким рівнем фізичної активності, що може призводити до розвитку різних серцево-судинних захворювань, ожиріння, діабету. Дослідження фізичного здоров'я здобувачів, які займаються різними видами спорту, дозволяє оцінити вплив фізичної активності на здоров'я і підкреслити важливість регулярних тренувань.

Також, порівняння фізичного стану юнаків, які займаються різними видами спорту, допомагає визначити найбільш ефективні види фізичної активності для підтримки здоров'я. Наприклад, результати дослідження показують, що здобувачі, які займаються легкою атлетикою, мають кращі показники фізичного здоров'я порівняно з тими, хто не займається спортом, або займається волейболом. Це може бути корисним для розробки рекомендацій щодо фізичної активності для підростаючого покоління.

Окрім цього, дослідження фізичного здоров'я здобувачів має важливе значення для закладів освіти, оскільки дозволяє оцінити ефективність програм фізичного виховання і внести необхідні корективи. Це сприяє створенню здорового освітнього середовища, яке підтримує фізичний розвиток молодого покоління.

Таким чином, дослідження стану здоров'я у здобувачів ЗВО різних груп є актуальним і важливим для формування здорового способу життя, профілактики захворювань, розробки ефективних програм фізичного виховання та підвищення загального рівня здоров'я молоді.

Перспективи подальших розвідок у даному напрямку будуть полягати в оцінці стану здоров'я серед здобувачок ЗВО.

Література

1. Бабаджян В.В., Семаль Н.В., Беседа Н.А. та ін. Сучасний стан фізичного виховання студентів в закладах вищої освіти під час війни в Україні. *Наука і техніка*. 2023. №2(16). С. 167–176. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-6025-2023-2\(16\)-167-176](https://doi.org/10.52058/2786-6025-2023-2(16)-167-176)
2. Бакіко І.В., Дмитрук В.С., Гнітецький Л.В., Боровська Н.І. Формування мотивації до занять фізичною культурою серед школярів закладів загальної середньої освіти. *Olympicus*. 2024. (3). С. 8–12. <https://doi.org/10.24195/olympicus/2024-3.2>

3. Бакіко І., Ковальчук В., Савчук С., Гребік О., Дмитрук В. Особливості формування ціннісних орієнтацій школярів середніх класів в процесі рухової активності. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура*, 2024. (42). С. 55–64. <https://doi.org/10.15330/fcult.42.55-64>
4. Башавець Н.А., Ігнатенко С.О. Матеріали теоретичного аналізу проблеми організації фізичного виховання студентів професійних коледжів. Комплексна оцінка стану здоров'я студентів. *Журнал фізичної культури і спорту*, Запоріжжя. 2023. С. 63–67.
5. Біла А., Бондаренко І., Бондаренко О., Головаченко І. Взаємозв'язок адаптаційного потенціалу з показниками статодинамічної стійкості студентів під впливом фізичного навантаження. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. 2023. 28 (2). С. 82–91. [https://doi.org/10.32626/2309-8082.2023-28\(2\).82-91](https://doi.org/10.32626/2309-8082.2023-28(2).82-91)
6. Герасименко С., Васильченко Д. Діагностування параметрів індивідуальних адаптаційних можливостей студенток ЗВО. *Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення*. 2023. С. 42–46.
7. Гончаренко В.В., Литвиненко І.М. Оцінка фізичного стану студентів, які займаються спортом. *Науковий журнал фізичної культури і спорту*. 2021. С. 78–82.
8. Грибан Г. Сучасні проблеми здоров'я здобувачів закладів вищої освіти. *Вісник національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка. Серія «Педагогічні науки»*. 2024. №25(181). С. 189-184. <https://doi.org/10.58407/visnik.242530>
9. Ковальчук О.В., Сидоренко О.М. Вплив фізичної активності на стан здоров'я студентів. *Вісник Черкаського національного університету*. 2022. С. 45–50.
10. Кучеренко Г.В., Мороз Д.В. Взаємозв'язок між інтенсивністю навантаження і рівнем фізичної підготовленості. *Проблеми реабілітації: Зб. наук. пр. (за мат. наук.-практ. конф.)*. Одеса: 2023. С. 254–258.
11. Максимченко В.І., Дудник О.К., Іващенко О.О. Сучасний стан фізичного виховання в закладах вищої освіти. *Інноваційна педагогіка*. 2024. Т.1. Вип. 70. С. 48–52. <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2024/70.1.9>
12. Мамотенко А.В., Гугля В.В. Оцінка потенціалу фізичного здоров'я у дітей з різним руховим режимом. *Informational, modern and recent theories of development: Abstracts of XXI International Scientific and Practical Conference, Madrid, Spain, May 29–31, 2023*. Madrid, 2023. P. 63–67.
13. Маріна Л., Токар Л., Москалик Р., Данилюк П. Вплив занять фізичною культурою на показники здоров'я та фізичної підготовленості студентської молоді. *Фізична культура і спорт, туризм і рекреація – здоров'я нації. Мат. Всеукр. наук. конф. та темат. сем., 17–18 травня 2024 року. Івано-Франківськ: Відокремл. структур. підрозділ «Івано-Франківський фаховий коледж фізичного виховання НУФВСУ»*. 2024. С. 42.
14. Марченко О., Бричук М., Дедух М. Особливості мотивації студентів до самостійних занять руховою активністю в умовах воєнного стану. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2022. (3). С. 44–50. <https://doi.org/32652/tmfvs.2022.3.44-50>
15. Мироненко С.Г., Шостак Є.Ю. Оперативний контроль стану серцево-судинної системи на заняттях фізичною культурою та спортом студентів. In *Collection of Scientific Papers with the Proceedings of the 1st International Scientific and Practical Conference «Modern Science: Exploring Theories, Innovations and Practical Solution» (September 9–11, 2024, Odesa, Ukraine)*. European Open Science Space. 2024. P. 109.
16. Нагорна В.Є., Павленко Є.Є. Формування здоров'я студентської молоді у процесі навчання. *Сучасні тенденції спрямовані на збереження здоров'я людини*. Національний фармацевтичний університет, Харків, Україна, 2023. С. 162–166.
17. Apriyano B., Zainuddin Z.A., Hashim A.H.M. Physical fitness of student at the junior high school. In *1st International Conference of Physical Education (ICPE 2019)*, Atlantis Press, 2020, August. P. 105–110. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200805.030>
18. Griban G.P., Kobernyk O., Terentieva N., Shkola O., Dikhtiarenko Z., Mychka I., Prontenko K. Formation of health and fitness competencies of students in the process of physical education. *Sport Mont*, 18 (3), 2020. P. 73–78. <https://doi.org/10.26773/smj.201008>
19. Griban G., Yahupov V., Svystun V., Dovgan N., Yeromenko E., Udych Z., Bloshchynskyi I. Dynamics of the students' physical fitness while studying at higher educational institutions. *International Journal of Applied Exercise Physiology*. 2020. 9 (9), P. 147–156.
20. Lytvynenko O., Zlatova L., Zasenkov V., Prokhorenko L., Lunov V. Adaptive potential of young people as a factor of mental health-preserving. *Journal of History Culture and Art Research*. 2020. 9(3), P. 374–385. <https://doi.org/10.7596/taksad.v9i3.2846>
21. Martyniuk O.V., Vilyanskiy V.M., Shamardina G.M. Assessment of the adaptive potential of students of the first course of a technical university. *Health, sport, rehabilitation*. 2020. 6(2), P. 33–40. <https://doi.org/10.34142/HSR.2020.06.02.03>

References

1. Babajanyan, V.V., Semal, N.V. & Beseda, N.A. etc. (2023). Suchasnyi stan fizychnoho vykhovannia studentiv v zakladykh vyshchoi osvity pid chas viiny v Ukraini [The current state of physical education of students in higher education institutions during the war in Ukraine]. *Science and technology*. №2(16). Pp. 167–176. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-6025-2023-2\(16\)-167-176](https://doi.org/10.52058/2786-6025-2023-2(16)-167-176) [In Ukrainian]
2. Bakiko, I.V., Dmytruk, V.S., Hnitetskyi, L.V. & Borovska, N.I. (2024). Formuvannia motyvatsii do zaniat fizychnoiu kulturoiu sered shkolariv zakladiv zahalnoi serednoi osvity [Formation of motivation for physical education

among students of secondary education institutions]. *Olympicus*. (3). Pp. 8–12. <https://doi.org/10.24195/olympicus/2024-3.2> [In Ukrainian]

3. Bakiko, I., Kovalchuk, V., Savchuk, S., Hrebik, O. & Dmytruk, V. (2024). Osoblyvosti formuvannia tsinnisnykh oriientatsii shkoliariv serednikh klasiv v protsesi rukhovoi aktyvnosti [Peculiarities of the formation of value orientations of middle school students in the process of motor activity]. *Bulletin of the Precarpathian University. Series: Physical Culture*, (42). Pp. 55–64. <https://doi.org/10.15330/fcult.42.55-64> [In Ukrainian]

4. Bashaves, N.A. & Ignatenko, S.O. (2023). Materialy teoretychnoho analizu problemy orhanizatsii fizychnoho vykhovannia studentiv profesiinykh koledzhiv. Kompleksna otsinka stanu zdorov'ia studentiv [Materials of theoretical analysis of the problem of organizing physical education of students of vocational colleges. Comprehensive assessment of students' health status]. *Journal of Physical Culture and Sports*, Zaporizhzhia. Pp. 63–67. [In Ukrainian]

5. Bila, A., Bondarenko, I., Bondarenko, O. & Holovachenko, I. (2023). Vzaimozv'iazok adaptatsiinoho potentsialu z pokaznykamy statodynamichnoi stiikosti studentiv pid vplyvom fizychnoho navantazhennia [The relationship between adaptive potential and indicators of statodynamic stability of students under the influence of physical activity]. *Bulletin of the Ivan Ohienko Kamianets-Podilskyi National University. Physical Education, Sports and Human Health*. 28 (2). Pp. 82–91. [https://doi.org/10.32626/2309-8082.2023-28\(2\).82-91](https://doi.org/10.32626/2309-8082.2023-28(2).82-91) [In Ukrainian]

6. Gerasimenko, S. & Vasylenko, D. (2023). Diahnostuvannia parametriv indyvidualnykh adaptatsiinykh mozhlyvostei studentok ZVO [Diagnostics of parameters of individual adaptation capabilities of female students of higher education institutions]. *Current problems of physical education of different segments of the population*. Pp. 42–46. [In Ukrainian]

7. Goncharenko, V.V. & Litvinenko, I.M. (2021). Otsinka fizychnoho stanu studentiv, yaki zaimaiutsia sportom [Assessment of the physical condition of students involved in sports]. *Scientific Journal of Physical Culture and Sports*. Pp. 78–82. [In Ukrainian]

8. Griban, G. (2024). Suchasni problemy zdorov'ia zdobuvachiv zakladiv vyshchoi osvity [Modern health problems of higher education students]. *Bulletin of the National University «Chernihiv Collegium» named after T.H. Shevchenko. Series «Pedagogical Sciences»*. №25(181). Pp. 189–184. <https://doi.org/10.58407/visnik.242530> [In Ukrainian]

9. Kovalchuk, O.V. & Sydorenko, O.M. (2022). Vplyv fizychnoi aktyvnosti na stan zdorov'ia studentiv [The impact of physical activity on students' health]. *Bulletin of Cherkasy National University*. Pp. 45–50. [In Ukrainian]

10. Kucherenko, G.V. & Moroz, D.V. (2023). Vzaimozv'iazok mizh intensyvniстю navantazhennia i rivnem fizychnoi pidhotovlenosti [The relationship between exercise intensity and level of physical fitness]. *Problems of rehabilitation: Collection of scientific works (for the materials of the scientific-practical conference)*. Odesa. Pp. 254–258. [In Ukrainian]

11. Maksymchenko, V.I., Dudnik, O.K. & Ivashchenko, O.O. (2024). Suchasnyi stan fizychnoho vykhovannia v zakladakh vyshchoi osvity [The current state of physical education in higher education institutions]. *Innovative Pedagogy*. Vol. 1. Issue 70. Pp. 48–52. <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2024/70.1.9> [In Ukrainian]

12. Mamotenko, A.V. & Guglya, V.V. (2023). Otsinka potentsialu fizychnoho zdorov'ia u ditei z riznym rukhovym rezhymom [Assessment of physical health potential in children with different motor regimes]. *Informational, modern and recent theories of development: Abstracts of XXI International Scientific and Practical Conference, Madrid, Spain, May 29–31*. Madrid, 2023. P. 63–67. [In Ukrainian]

13. Marina, L., Tokar, L., Moskalyk, R. & Danylyuk, P. (2024). Vplyv zaniat fizychnoiu kulturoiu na pokaznyky zdorov'ia ta fizychnoi pidhotovlenosti studentskoi molodi [The impact of physical education classes on health and physical fitness indicators of student youth]. *Physical culture and sports, tourism and recreation - the health of the nation. Mat. All-Ukrainian scientific conf. and thematic sem., May 17–18*. Ivano-Frankivsk: Separate structural unit «Ivano-Frankivsk Professional College of Physical Education of the National University of Physical Education of Ukraine». Pp. 42. [In Ukrainian]

14. Marchenko, O., Brychuk, M. & Dedukh, M. (2022). Osoblyvosti motyvatsii studentiv do samostiinykh zaniat rukhovoiu aktyvnistiю v umovakh voiennoho stanu [Peculiarities of students' motivation for independent physical activity in conditions of martial law]. *Theory and methodology of physical education and sports*. (3). Pp. 44–50. <https://doi.org/32652/tmfvs.2022.3.44-50> [In Ukrainian]

15. Myronenko, S.G. & Shostak, E.Yu. (2024). Operativnyi kontrol stanu sertsevo-sudynnoi systemy na zaniattiakh fizychnoiu kulturoiu ta sportom studentiv [Operational monitoring of the cardiovascular system during physical education and sports classes for students]. In *Collection of Scientific Papers with the Proceedings of the 1st International Scientific and Practical Conference «Modern Science: Exploring Theories, Innovations and Practical Solution» (September 9–11, 2024, Odesa, Ukraine)*. *European Open Science Space*. P. 109. [In Ukrainian]

16. Nagorna, V.E. & Pavlenko, C.C. (2023). Formuvannia zdorov'ia studentskoi molodi u protsesi navchannia [Formation of health of students in the process of studying]. *Modern trends are aimed at preserving human health*. National University of Pharmacy, Kharkiv, Ukraine. Pp. 162–166. [In Ukrainian]

17. Apriyano, B., Zainuddin, Z.A. & Hashim, A.H.M. (2020). Physical fitness of student at the junior high school. In *1st International Conference of Physical Education (ICPE 2019)*, Atlantis Press, August. P. 105–110. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200805.030> [In English]

18. Griban, G.P. et al. (2020). Formation of health and fitness competencies of students in the process of physical education. *Sport Mont*, 18 (3). P. 73–78. <https://doi.org/10.26773/smj.201008> [In English]

19. Griban, G. et al. (2020). Dynamics of the students' physical fitness while studying at higher educational institutions. *International Journal of Applied Exercise Physiology*. 9 (9), P. 147–156. [In English]

20. Lytvynenko, O. et al. (2020). Adaptive potential of young people as a factor of mental health-preserving. *Journal of History Culture and Art Research*. 9(3), P. 374–385. <https://doi.org/10.7596/taksad.v9i3.2846> [In English]
21. Martyniuk, O.V., Vilyanskiy, V.M. & Shamardina, G.M. (2020). Assessment of the adaptive potential of students of the first course of a technical university. *Health, sport, rehabilitation*. 6(2), P. 33–40. <https://doi.org/10.34142/HSR.2020.06.02.03> [In English]

Abstract

KOVALCHUK Andriy, BAKIKO Ihor, KABAK Vitalii

Lutsk National Technical University

MONITORING OF THE HEALTH ASSESSMENT OF HIGHER EDUCATION INSTITUTION STUDENTS

The importance of studying the health status of higher education students is due to modern problems in the field of physical education and sports. In conditions of intensive academic load, stress and irregular physical activity, the problem of maintaining the health of students becomes especially relevant. Sport, as an important element of physical culture, can significantly improve the functional state of the body, increase physical endurance and strengthen the immune system. However, to assess the real impact of sports loads on human health, comprehensive monitoring is necessary, which includes physiological, psychophysical and social aspects.

Scientific research in this field is of great importance for the development of the physical education system, for the formation of a healthy lifestyle among students and the creation of effective methods of prevention and correction of diseases. Monitoring the health status of students involved in sports allows us to more accurately take into account the individual characteristics of the body and provide optimal conditions for the development of the physical capabilities of young people.

The study was conducted at the Department of Physical Culture, Sports and Health of Lutsk National Technical University. 60 male applicants participated in the study. The age of the young men was 18-19 years. The applicants were divided into three groups: Group 1 - young men who do not play sports, but attend physical education classes during the academic year (20 people); Group 2 - applicants who attend the volleyball section (20 people); Group 3 - young men who are involved in athletics (middle-distance running) (20 people).

Thus, the study of the health status of applicants of different groups of higher education institutions is relevant and important for the formation of a healthy lifestyle, disease prevention, development of effective physical education programs and improving the general health of young people.

Key words: health, young men, sports, volleyball, athletics.

Стаття надійшла до редакції 04.02.2025 р.