Облікова картка дисертації

I. Загальні відомості

Державний обліковий номер: 0425U000383

Особливі позначки: відкрита

Дата реєстрації: 27-11-2025

Статус: Захищена

Реквізити наказу МОН / наказу закладу:

II. Відомості про здобувача

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Романюк Валентина Миколаївна
2. Valentyna Romaniuk

Кваліфікація:

Ідентифікатор ORCID ID: Не застосовується

Вид дисертації: кандидат наук

Аспірантура/Докторантура: так

Шифр наукової спеціальності: 24.00.02

Назва наукової спеціальності: Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

Галузь / галузі знань: Не застосовується

Освітньо-наукова програма зі спеціальності: Не застосовується

Дата захисту: 19-11-2025

Спеціальність за освітою: Фізичне виховання

Місце роботи здобувача: Заклад вищої освіти "Академія рекреаційних технологій і права"

Код за ЄДРПОУ: 39246025

Місцезнаходження: вул. Промислова, Луцьк, Луцький р-н., 43023, Україна

Форма власності: Приватна/недержавна

Сфера управління:

Ідентифікатор ROR:

III. Відомості про організацію, де відбувся захист

Шифр спеціалізованої вченої ради (разової спеціалізованої вченої ради): Д 32.051.04

Повне найменування юридичної особи: Волинський національний університет імені Лесі Українки

Код за ЄДРПОУ: 02125102

Місцезнаходження: проспект Волі, Луцьк, Луцький р-н., 43025, Україна

Форма власності: Державна

Сфера управління: Міністерство освіти і науки України

Ідентифікатор ROR:

IV. Відомості про підприємство, установу, організацію, в якій було виконано дисертацію

Повне найменування юридичної особи: Заклад вищої освіти "Академія рекреаційних технологій і права"

Код за ЄДРПОУ: 39246025

Місцезнаходження: вул. Промислова, Луцьк, Луцький р-н., 43023, Україна

Форма власності: Приватна/недержавна

Сфера управління:

Ідентифікатор ROR:

V. Відомості про дисертацію

Мова дисертації: Українська

Коди тематичних рубрик: 77.03.05

Тема дисертації:

1. Програмування корекційно-профілактичних занять із чоловіками з різним станом біомеханіки опорно-рухового апарату
2. Programming of Correctional and Preventive Training Sessions for Men with Different Conditions of the Musculoskeletal System Biomechanics

Реферат:

1. Дослідження науково-методичної літератури та інтернет-джерел, а також узагальнення досягнень українських і закордонних науковців дали змогу ідентифікувати ключові фактори зовнішнього середовища, що впливають на стан опорно-рухового апарату сучасної людини. Це також уможливило систематизацію результатів досліджень у галузі фізичної культури та спорту, які стосуються біомеханіки постави чоловіків зрілого віку й важливості її врахування під час розроблення корекційно-профілактичних програм. У дисертаційній роботі теоретично обґрунтовано, розроблено та експериментально апробовано програму корекційно-профілактичних занять із чоловіками з різним станом біомеханіки опорно-рухового апарату. Результати проведеного педагогічного експерименту довели ефективність корекційно-профілактичних занять з огляду на позитивний вплив на показники гоніометрії тіла й фізичної підготовленості чоловіків

другого періоду зрілого віку з круглою спиною.

2. Research aim is to theoretically substantiate the approaches to programming and to develop a program of correctional and preventive training sessions for men of the second period of mature age using health fitness means, aimed at correcting postural biomechanics disorders, improving the indicators of its biogeometric profile, and enhancing physical fitness. To achieve the aim set in the dissertation and the corresponding research objectives, the implementation of a complex of complementary scientific research methods (theoretical, sociological, pedagogical, medico-biological, and methods of mathematical statistics) was substantiated, as well as the adequacy of their application for elucidating the declared object and subject of the study, and the organization of the research and the contingent involved were described. In general, men working with computers are characterized by an average level of the biogeometric profile of the working posture of a personal computer user. Among them, the majority are those whose elbows rest on the table while working at a personal computer (57,7 %), and whose legs are bent under the table (59,2 %). At the same time, only 19,7 % of respondents control their working posture while using a personal computer, 32,4 % take active breaks during their professional activities, and 16,9 % perform self-massage. As a result, 66,2 % of respondents report musculoskeletal pain in the spinal regions, 46,5 % – in the joints, 62 % experience systematic or periodic headaches, 59,2 % – vision disorders, and 50,7 % – musculoskeletal system diseases. It was established that, with the exception of the visual angle (a2), the value of which in men aged 36–40 and 41–45 did not differ statistically significantly ($p>0,05$), statistically significant ($p<0,05$) differences were recorded between other angles. In particular, the head inclination angle (a1) in men aged 36–40 was statistically significantly ($p<0,05$) greater by 0,64° compared to men aged 41–45. In addition, statistically significant differences were observed in the visual angle (a2) in favor of men aged 41–45. The analysis of physical fitness of men in the age groups 36–40 and 41–45 revealed statistically significant differences. In particular, in the group aged 36–40, indicators of absolute strength of the shoulder girdle muscles were 10,0 % higher and flexibility indicators were 20,0 % higher compared to men aged 41–45. However, the identified differences were not statistically significant ($p>0,05$). An interesting result was obtained in the test “Sit-ups, 30 s, times,” where men aged 41–45 demonstrated statistically significantly ($p<0,05$) better results. Regarding men’s speed-strength abilities, the study showed that in men aged 36–40 the average score of this indicator corresponded to a good level of development, whereas in men aged 41–45 – to a satisfactory one. However, statistically significant differences between the assessments of men’s speed-strength abilities depending on age group were not found ($U=98,0$; $p=0,266$). The ascertainment experiment enabled the theoretical substantiation and development of a corrective-preventive program for men of the second period of adulthood with hyperkyphosis. The program is based on health-fitness techniques using accessible equipment, and includes a defined purpose, design principles, a step-by-step implementation algorithm, and effectiveness criteria. The training cycle consists of three functional sections. The author’s program aims to correct posture biomechanics disorders, reduce spinal pain, improve the biogeometric profile and physical fitness, and enhance mood and overall well-being. The scientific novelty of the dissertation lies in the following: for the first time, a theoretically substantiated corrective-preventive program for men aged 36–45 with round back has been developed using health-fitness methods, defining its purpose, principles, implementation algorithm, and efficiency criteria. The program includes three sections, uses isotonic rings, mini-bands (“L” and “M”), medium-resistance bands, 10–15 kg dumbbells, cones, and a myofascial roller, and is based on seven key movement patterns (Squat, Lunge, Hinge, Step, Twist, Push, Pull) and a programming scheme; for the first time, risk factors for posture biomechanics disorders in men aged 36–45 exposed to adverse environmental influences have been identified; for the first time, the factorial structure of physical development and physical fitness in men aged 36–45 with round back has been determined; the application of biomechanical control using the “Torso” program for diagnosing the biogeometric posture profile of men in health-fitness training has been further developed; the approaches to differentiating physical load in designing health-fitness sessions for men of the second period of adulthood, based on goniometry and physical fitness indicators, have been further developed.

Державний реєстраційний номер ДіР:

Пріоритетний напрям розвитку науки і техніки: Інформаційні та комунікаційні технології

Стратегічний пріоритетний напрям інноваційної діяльності: Розвиток сучасних інформаційних, комунікаційних технологій, робототехніки

Підсумки дослідження: Теоретичне узагальнення і вирішення важливої наукової проблеми

Публікації:

- 1. Альошина А., Романюк В., Петрович В. Стан біомеханіки опорно-рухового апарату чоловіків зрілого віку як передумова програмування корекційно-профілактичних та фізкультурно-оздоровчих занять. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2022. № 14 (33). С. 29–38. https://doi.org/10.31652/2071-5285-2022-14(33)-29-38.
- 2. Альошина А., Романюк В., Петрович В. Фактори зовнішнього середовища, що впливають на стан просторової організації тіла сучасної людини. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві / укладачі: А. В. Цьось, С. Я. Індика; Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. Луцьк, 2022. № 4(60). С. 33–41. https://doi.org/10.29038/2220-7481-2022-04-33-41.
- 3. Асаулюк І., Альошина А., Романюк В. [та ін.]. Сучасні підходи до програмування занять оздоровчим фітнесом для осіб зрілого віку. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2023. № 15 (34). С. 7–17. https://doi.org/10.31652/2071-5285-2023-15(34)-7-17
- 4. Альошина А., Романюк В., Петрович В. Корекційно-профілактичні заходи для офісних працівників з функціональними порушеннями опорно-рухового апарату. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві / укладачі: А. В. Цьось, С. Я. Індика; Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. Луцьк, 2023. № 3(63). С. 19–26. https://doi.org/10.29038/2220-7481-2023-03-19-26
- 5. Альошина А., Романюк В., Петрович В. [та ін.]. Деякі тенденції та характерні особливості фізичного розвитку чоловіків 36–45 років із круглою спиною. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини / [редкол.: Єдинак Г. А. (відп. ред.) та ін]. Кам'янець-Подільський, 2023. № 28(4). С. 204–209. https://doi.org/10.32626/2309-8082.2023-28(4).204-209
- 6. Романюк В., Альошина А., Петрович В. Структура та зміст програми корекційно-профілактичних заходів для офісних працівників із різним станом біомеханіки опорно-рухового апарату. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві / укладачі: А. В. Цьось, С. Я. Індика; Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. Луцьк, 2023. № 4(64). С. 79–85. https://doi.org/10.29038/2220-7481-2023-04-79-85
- 7. Романюк В., Альошина А. Ефективність упровадження програми корекційно-профілактичних заходів для офісних працівників із різним станом біомеханіки опорно-рухового апарату. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я в сучасному суспільстві. 2024. № 1(65). С. 25–32. https://doi.org/10.29038/2220-7481-2024-01-25-32
- 8. Aloshyna Alla, Romaniuk Valentyna, Demianchuk Olena [et al.]. Influence of the workplace environment and lifestyle on health of modern men aged 36–45 who use computers for work. Zdravotnícke listy. 2024. Vol 12. No. 4. P. 28–36. Scopus. URL: https://zl.tnuni.sk/fileadmin/Archiv/2024/2024-12.c.4/ZL_2024_12_3_05_Aloshyna.pdf.
- 9. Альошина А., Романюк В., Петрович В. Порушення просторової організації тіла осіб другого періоду зрілого віку – виклик сьогодення. Фізична активність і якість життя людини: прогр. VI Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. (23 черв. 2022 р.). Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2022. С. 31–33. URL: https://conferences.vnu. edu.ua/2022/06/23
- 10. Альошина А., Романюк В., Петрович В. Функціональні порушення та захворювання хребта – актуальна проблема XXI століття. Матеріали II Всеукраїнської електронної науково-практичної конференції з міжнародною участю (16 груд. 2022 р.). Київ: Нац. ун-т фіз. вих. і спорту України. С. 67–69. URL: https://uni-sport.edu.ua/sites/

default/files/vseDocumenti/zbirnyk_materialiv_konferenciyi_2023_ostan.pdf

- 11. Алла Альошина, Валентина Романюк, Вікторія Петрович. Факторна структура фізичного розвитку та фізичної підготовленості чоловіків 36–45 років з круглою спиною. Біомеханіка спорту, оздоровчої рухової активності, фізкультурно-спортивної реабілітації: актуальні проблеми, інноваційні проєкти та тренди: матеріали III Всеукр. електрон. наук.-практ. конф. з міжнар. участю, м. Київ, 16–17 трав. 2024 р. Київ: НУФВСУ, 2024. С. 46–50. URL: https://uni-sport.edu.ua/naukovi-konferentsii-ta-seminary
- 12. 4. Валентина Романюк, Алла Альошина, Вікторія Петрович [та ін.]. Оздоровчий фітнес як засіб покращення працездатності офісних працівників. Фізична активність і якість життя людини: зб. тез доп. VIII Міжнар. наук.-практ. конф. (13–14 черв. 2024 р.). Луцьк: Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2024. С. 96–97. URL: https://surl.lu/hvxxer
- 13. Альошина Алла, Романюк Валентина. Обґрунтування корекційно-профілактичних заходів для офісних працівників. Пріоритетні напрями розвитку фізичної культури, спорту та рекреації: зб. матеріалів I Всеукр. наук. конф., 25 жовт. 2024 р. / голов. ред. І. Г. Глухов. Івано-Франківськ: ХДУ, 2024. С. 187–190. URL: https://ekhsuir.kspu.edu/items/79d68ffd-f633-4771-ad6a-8e50d15468b2

Наукова (науково-технічна) продукція:

Соціально-економічна спрямованість:

Охоронні документи на ОПІВ:

Впровадження результатів дисертації: Планується до впровадження

Зв'язок з науковими темами: 0111U001734; 0118U004196; 0123U102924

VI. Відомості про наукового керівника/керівників (консультанта)

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Петрович Вікторія Володимирівна

2. Viktoria Petrovich

Кваліфікація: к. фіз.вих, доц., 24.00.02

Ідентифікатор ORCID ID: 0000-0003-3332-3888

Додаткова інформація:

Повне найменування юридичної особи: Волинський національний університет імені Лесі Українки

Код за ЄДРПОУ: 02125102

Місцезнаходження: проспект Волі, Луцьк, Луцький р-н., 43025, Україна

Форма власності: Державна

Сфера управління: Міністерство освіти і науки України

Ідентифікатор ROR:

VII. Відомості про офіційних опонентів та рецензентів

Офіційні опоненти

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Кашуба Віталій Олександрович

2. Vitaliy O. Kashuba

Кваліфікація: д.фіз.вих., професор, 24.00.02

Ідентифікатор ORCID ID: 0000-0001-6669-738X

Додаткова інформація:

Повне найменування юридичної особи: Національний університет фізичного виховання і спорту України

Код за ЄДРПОУ: 02928433

Місцезнаходження: вул. Фізкультури, Київ, 03150, Україна

Форма власності: Державна

Сфера управління: Міністерство освіти і науки України

Ідентифікатор ROR:

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Колос Микола Анатолійович

2. Mykola Kolos

Кваліфікація: к.фіз.вих., доц., 24.00.02

Ідентифікатор ORCID ID: 0000-0001-9988-9935

Додаткова інформація:

Повне найменування юридичної особи: Державний податковий університет

Код за ЄДРПОУ: 44550814

Місцезнаходження: вул. Університетська, Ірпінь, 08201, Україна

Форма власності: Державна

Сфера управління: Міністерство фінансів України

Ідентифікатор ROR: 004ezwb23

Рецензенти

VIII. Заключні відомості

Власне Прізвище Ім'я По-батькові голови ради	Цьось Анатолій Васильович
Власне Прізвище Ім'я По-батькові головуючого на засіданні	Цьось Анатолій Васильович
Відповідальний за підготовку облікових документів	Індика Світлана Ярославівна
Реєстратор	Юрченко Тетяна Анатоліївна

Керівник відділу УкрІНТЕІ, що є відповідальним за реєстрацію наукової діяльності

Юрченко Тетяна Анатоліївна