

Облікова картка дисертації

I. Загальні відомості

Державний обліковий номер: 0525U000484

Особливі позначки: відкрита

Дата реєстрації: 07-11-2025

Статус: Захищена

Реквізити наказу МОН / наказу закладу:



II. Відомості про здобувача

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Індика Світлана Ярославівна

2. Svitlana Indyka

Кваліфікація: к. фіз.вих, доцент, 24.00.03

Ідентифікатор ORCID ID: 0000-0003-0676-9227

Вид дисертації: доктор наук

Аспірантура/Докторантура: ні

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: 20-11-2025

Спеціальність за освітою: фізична реабілітація

Місце роботи здобувача: 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:

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: 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:

V. Відомості про дисертацію

Мова дисертації: Українська

Коди тематичних рубрик: 77.03.05

Тема дисертації:

1. Теоретико-методичні засади впливу фізичної активності на якість життя населення працездатного віку
2. Theoretical and methodological foundations of the influence of physical activity on the quality of life of the working-age population

Реферат:

1. Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю 24.00.02 – Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, 2025. Дисертація присвячена теоретико-методичному обґрунтуванню впливу фізичної активності на якість життя, пов'язаної зі здоров'ям, населення працездатного віку. Установлено інтегрований характер взаємозв'язку між рівнем фізичної активності, психоемоційним станом і якістю життя у соціально вразливих і професійних груп населення працездатного віку. Науково обґрунтовано та розроблено теоретико-методичні засади концепції покращення якості життя населення працездатного віку з використанням різних форм фізичної активності, яка поєднує теоретико-методологічні засади, управлінські механізми та практичні інструменти реалізації. Змоделювано процес прогнозування якості життя населення працездатного віку на основі алгоритму Random Forest й створено комп'ютерну програму «Прогнозування якості життя працездатного населення» (<http://pha.vnu.edu.ua>), в основу якої покладено

модель у форматі інтерактивного вебсервісу. Вона забезпечує персоналізоване оцінювання показників якості життя, пов'язаної зі здоров'ям, реалізує інформаційно-просвітницьку функцію. Результати мають теоретичну, практичну й прикладну значущість для розвитку державної політики у сфері фізичної культури, спорту та громадського здоров'я.

2. The dissertation is devoted to the theoretical and methodological substantiation of the impact of physical activity on health-related quality of life (HRQoL) of the working-age population. The study revealed an integrated relationship between the level of physical activity, psycho-emotional state, and quality of life among socially vulnerable (variable-service military personnel, internally displaced persons, the unemployed) and professional groups (academic staff, teachers, social workers). The findings show that not the total volume but the type, form, and intensity of physical activity are of decisive importance. Leisure-time physical activity was identified as the leading predictor of physical and psycho-emotional well-being, whereas hypodynamia and high levels of distress negatively affect quality-of-life components, regardless of social or professional status. Based on the results of the research, an author's concept for improving the quality of life of the working-age population through various forms of physical activity was scientifically substantiated and developed. The concept is presented as an integrated multi-level strategic system that combines theoretical and methodological foundations, management mechanisms, and practical implementation tools aimed at enhancing the efficiency of physical activity in society. Its methodological framework integrates systemic, human-centered, innovation-adaptive, contextual, gender-sensitive, and digital approaches, providing a comprehensive vision of physical activity as a resource for improving quality of life. The structure of the concept includes three interrelated components: normative-target, procedural-content, and practical-implementation, which reflect the logical transition from strategy to practice. The normative-target component defines the social demand, goal, legal foundations, and principles of implementation; the procedural-content component specifies mechanisms, forms, and methods of realization; the practical-implementation component encompasses key instruments and benchmarks that ensure the achievement of strategic outcomes and the transition from national guidelines to applied programs and initiatives. The implementation of the concept is based on intersectoral interaction and multi-level coordination, combining horizontal cooperation across institutions with vertical integration of management decisions. As part of its practical implementation, a machine learning-based model for predicting the quality of life of the working-age population was developed and tested. A computer program, "Forecasting the Quality of Life of the Working-Age Population" (<http://pha.vnu.edu.ua>), was created, which operates as an interactive web service. It enables personalized assessment of health-related quality-of-life indicators and performs an informational and educational function, disseminating knowledge about the factors influencing quality of life and physical activity, as well as recommendations for its improvement. The results of the dissertation possess theoretical, practical, and applied significance for the development of state policy in the fields of physical culture, sports, and public health.

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. Ortenburger D. E., Wąsik J., Tsos A., Bielikowa N., Andrijchuk O., Indyka S. Forms of expressing anger in hospitalised Ukrainian post-deployed™ service members. *Annals of Agricultural and Environmental Medicine*. 2017. 24 (3). <https://doi.org/10.26444/aaem/75141>
- 2. Соціально-педагогічні та медико-біологічні основи фізичної активності різних груп населення: кол. моногр. / [А. Цьось, А. Хомич, А. Сорока, С. Индика та ін.]; наук. ред. і упоряд. проф. А. В. Цьося. Луцьк: Вежа-Друк. 2018. 312 с.

- 3. Ortenburger D. E., Wąsik J., Tsos A., Andrijchuk O., Bielikova N., Indyka S. Selected aspects of the health condition of hospitalised soldiers after military action and the manifestation of externalising anger. *Medical Studies/Studia Medyczne*. 2019. 35(4). P. 288–293. <https://doi.org/10.5114/ms.2019.91246>
- 4. Bielikova N., Tsos A., Indyka S. [et al.]. The Motor Activity Status and Students` Self-Assessment of Health During a COVID-19 Pandemic. *Sport Mont*. 2021. 19(S2). P. 95–99. <https://doi.org/10.26773/smj.210901>
- 5. Якість життя та фізична активність різних груп населення: кол. моногр. / [А. Цьось, Н. Белікова, Ю. Павлова, С. Индика та ін.]; наук. ред. й упоряд. проф. А. В. Цьося. Луцьк: Вежа-Друк. 2021. 192 с.
- 6. Цьось А., Белікова Н., Павлова Ю., Индика С. [та ін.]. Письмовий твір «Колективна монографія «Якість життя та фізична активність різних груп населення». Свідоцтво про реєстрацію авторського права на твір № 106056 від 09.07.2021 р., видане Державною службою інтелектуальної власності України.
- 7. Индика С., Белікова Н. Сутнісна характеристика та взаємозв'язок понять «рухова активність» і «фізична активність». *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2021. 4(56). С. 3–9. <https://doi.org/10.29038/10.29038/2220-7481-2021-04-03-09>
- 8. Oderov A., Kuznetsov M., Romanchuk S., Pohrebniak D., Indyka S., Bielikova N. Analysis of the level of physical fitness of cadets of the Military College of Sergeants of the National Academy of Land Forces in Lvivat the primary stage. *Sport i Turystyka. Środkowoeuropejskie Czasopismo Naukowe*. 2022. Vol. 5. No. 1. P. 93–102. <https://doi.org/10.16926/sit.2022.01.05>
- 9. Белікова Н., Индика С., Цьось А., Ващук Л. Якість життя населення, яке постраждало від військових дій. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2022. 1(56). С. 3–9. <https://doi.org/10.29038/10.29038/2220-7481-2022-01-03-09>
- 10. Индика С., Белікова Н. Якість життя, пов'язана зі здоров'ям, та концептуальні підходи до її оцінки. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2022. 4(60). С. 11–22. <https://doi.org/10.29038/10.29038/2220-7481-2022-04-11-22>
- 11. Nebozhuk O., Matveiko O., Pylypchak I., Lototskyi I., Indyka S., Bielikova N. General physical fitness of servicemen as the main element of increasing military-special training. *Sport i Turystyka. Środkowoeuropejskie Czasopismo Naukowe*. 2022. Vol. 5. No. 4. P. 39–51. <http://dx.doi.org/10.16926/sit.2022.04.02>
- 12. Otkydach V., Korchagin M., Potsiluiko P., Fishchuk I., Indyka S., Bielikova N. The influence of complex military and sports training on the psycho-physiological abilities of university cadets. *Sport i Turystyka. Środkowoeuropejskie Czasopismo Naukowe*. 2023. Vol. 6. No. 1. P. 87–98. <http://dx.doi.org/10.16926/sit.2023.01.05>
- 13. Белікова Н. О., Индика С. Я., Цьось А. В. Науковий твір «Діагностичний інструментарій для визначення фізичної активності та якості життя населення, яке постраждало від бойових дій в Україні»: Свідоцтво про реєстрацію авторського права на твір № 121223 від 11.08.2023. Державна організація «Український національний офіс інтелектуальної власності та інновацій»
- 14. Индика С., Белікова Н. Дослідження показників якості життя, пов'язаної зі здоров'ям в розрізі трудової діяльності та безробіття (міжнародний досвід). *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2023. 3(63). С. 12–18. <https://doi.org/10.29038/10.29038/2220-7481-2023-03-12-18>
- 15. Индика С. Я. Вплив фізичної активності на якість життя людини. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2023. 12(172). С. 96–100. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2023.12\(172\).18](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2023.12(172).18)
- 16. Oderov A., Arabskyi A., Pankevych Y., Indyka S. [et al.]. The Influence of CrossFit on the Dynamics of Physical Fitness Indicators of Youth. *Sport i Turystyka. Środkowoeuropejskie Czasopismo Naukowe*. 2024. Vol. 7. No. 1 P. 47–59. <http://dx.doi.org/10.16926/sit.2024.01.03>
- 17. Индика С. Я., Белікова Н. О. Ключові стратегії покращення фізичної активності населення у глобальному вимірі. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*,

2024. Вип. 3К (176) 24. С. 227-232. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K\(176\).50](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K(176).50)

- 18. Góra T., Tsos A., Indyka S. Bibliometric Analysis of the Application of Digital Technology in Physical Rehabilitation. *Sport and Tourism Central European Journal*. 2024. Vol. 7. No. 4. P. 133–146
<https://doi.org/10.16926/sit.2024.04.07>
- Белікова Н. О., Индика С. Я., Беліков О. В. Фізична активність і якість життя внутрішньо переміщених осіб. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2024. 4(68). С. 26-31.
<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2024-04-26-31>
- 20. Индика С., Белікова Н. Фізична активність та соціально-демографічні характеристики безробітних в умовах воєнного стану в Україні. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. 2025. 3К(188). С. 141-148. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.03k\(188\).30](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.03k(188).30)
- 21. Индика С., Белікова Н. Фізична активність та якість життя військовослужбовців у період воєнного стану. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. 2025. 4(190). С. 36-42. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.04\(190\).07](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.04(190).07)
- 22. Индика С. Фізична активність та якість життя безробітного населення в умовах воєнного стану. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. 2025. 1(30). С. 40-46. [https://doi.org/10.32626/2309-8082.2023-30\(1\).40-46](https://doi.org/10.32626/2309-8082.2023-30(1).40-46)
- 23. Индика С. Я., Белікова Н. О., Цьось А. В., Пастернак Я. М. Прогнозування фізичної активності та якості життя працездатного населення. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2025. 1(69). С. 26-35. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2025-01-26-35>
- 24. Индика С. Я., Белікова Н. О. Стан фізичної активності науково-педагогічних працівників у контексті соціально-демографічних характеристик. Педагогічна Академія: наукові записки. 2025. (18).
<https://doi.org/10.5281/zenodo.15594529>
- 25. Индика С. Я., Белікова Н. О., Цьось А. В. Фізична активність та якість життя викладачів закладів вищої освіти: досвід України та країн Центральної Європи. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2025. 2(70). С. 45-55. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2025-02-45-55>
- 26. Пастернак Я. М., Индика С. Я., Белікова Н. О., Цьось А. В. Науковий твір «Комп'ютерна програма «Прогнозування якості життя працездатного населення»: Свідоцтво про реєстрацію авторського права на твір № 137241 від 23.06.2025. Державна організація «Український національний офіс інтелектуальної власності та інновацій»
- 27. Tsos A., Andriiczuk O., Bielikova N., Indyka S. The Condition of physical and Mental Health in the Life Quality of Combat Veterans, Which Were Under Treatment and Rehabilitation Course. VI Miedzynarodowa Konferencja Naukowa «Teoria i praktyka adaptowanej aktywnosci fizycznej». (9-10 pazdzienika). Biala Podlaska, Poland, 2019. P. 20
- 28. Белікова Н., Цьось А., Индика С. Самооцінка рухової активності студентів у період карантину з приводу КОВІД-19. Фітнес, харчування та активне довголіття: зб. матеріалів I Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. (23 берез. 2021 р.). Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2021. С. 18.
<https://conferences.vnu.edu.ua/2021/03/>
- 29. Белікова Н., Цьось А., Индика С. [та ін]. Стан рухової активності та спосіб життя студентів у період пандемії КОВІД-19. Фізична активність і якість життя людини: зб. тез доп. V Міжнар. наук.-практ. конф. (8-10 черв. 2021 р.). Луцьк: Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2021. С. 10.
<https://conferences.vnu.edu.ua/2021/06/>
- 30. Белікова Н., Индика С., Цьось А., Вашук Л. Якість життя населення, яке постраждало від військових дій. Фізична активність і якість життя людини. зб. тез доп. VI Міжнар. наук.-практ. конф. 23 черв. 2022 р. Луцьк. Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2022. С. 3-4. <https://conferences.vnu.edu.ua/2022/06/>
- 31. Индика С., Белікова Н., Цьось А. Історичні аспекти дослідження якості життя людини. Історія фізичної культури і спорту народів Європи: зб. тез доп. V Міжнар. наук. конгр. іст. фіз. культ. 27 верес. 2022 р. Луцьк: Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2022. С. 9-10. <https://conferences.vnu.edu.ua/2022/09/>

- 32. Индика С., Белікова Н., Цьось А. Наукові позиції розуміння якості життя, пов'язаної зі здоров'ям у історичному контексті. Історичні аспекти дослідження якості життя людини. Історія фізичної культури і спорту народів Європи. зб. тез доп. VI Міжнар. наук. конгр. іст. фіз. культ. 19 верес. 2023 р. Луцьк: Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2023. С. 8п9. <https://conferences.vnu.edu.ua/2023/09/>
- 33. Indyka S., Bielikova N., Tsos A.. Gender peculiarities of health-related quality of life among an working-age population. 4rd World Scientific Congress «Quality of Life in Interdisciplinary Approach». Kochcice, Poland, 2023. October 25п27. S. 40. URL: <https://wcongress.pl/wp-content/uploads/2023/10/BookofAbstractsQoL2023a.pdf>
- 34. Белікова Н., Индика С., Цьось А., Ойович С. Соціально-демографічні показники як предиктор оцінки якості життя внутрішньо переміщених осіб. Фітнес, харчування та активне довголіття: IV Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. (28 берез. 2024 р.). Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2024. С. 22-23. URL: conferences.vnu.edu.ua/2024/12/06/
- 35. Indyka S., Bielikova N., Tsos A. Features of servicemen`s stress resistance in the context of current challenges and threats under martial law. 5th International Scientific Conference. «Physical Activity, Health and Quality of Life». Košice, Slovakia, 2024. April 24п26. P. 47п48. URL: <https://unibook.upjs.sk/img/cms/2024/physical-activity-health-and-quality-of-life.pdf>
- 36. Белікова Н., Индика С., Ойович С. Аналіз взаємозв'язку фізичної активності та якості життя внутрішньо переміщених осіб. Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення: матеріали XIV Міжнар. наук.-практ. конф. (10-11 трав. 2024 р., м. Львів)/ за заг. ред. Л. Чеховської. Львів: ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2024. С. 179п182. URL: <https://repository.ldufk.edu.ua/server/api/core/bitstreams/b2df021f-1d4d-406a-8792-263fca344970/content>
- 37. Ortenburger D., Góra T., Indyka S., Kuligowska P., Tsos A. Pain and physical activity referenced to selected personality traits. 5 th World Scientific Congress «Quality of Life in Interdisciplinary Approach»: Kochcice, Poland, November 6п8. 2024. P. 51. URL: <https://wcongress.pl/wp-content/uploads/2024/11/BookofAbstractsQoL2024.pdf>
- 38. Indyka S., Bielikova N., Tsos A. Gender peculiarities of health-related quality of life among an working-age population. 5rd World Scientific Congress «Quality of Life in Interdisciplinary Approach»: Kochcice, Poland, 2024. November 6п8. P. 45. wcongress.pl/BookofAbstractsQoL2024.pdf
- 39. Indyka S., Bielikova N., Tsos A. International Experience in Implementing Key Strategies for Improving Physical Activity of the Working Population. 3 rd International Conference «Sport, Health and Physical Education» (October 23-24, 2024. Ústí nad Labem, Czech Republic.) P. 75. https://www.researchgate.net/publication/384894338_3rd_International_Conference_of_Sport_Health_and_Physical_Activity_of_Abstracts
- 40. Индика С., Белікова Н., Цьось А. Особливості фізичної активності учителів в умовах воєнного стану. Фізична активність і якість життя людини: зб. тез доп. IX Міжнар. наук.-практ. конф. 12п13 черв. 2025 р. Луцьк: Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2025. С. 49п50. <https://conferences.vnu.edu.ua/2025/10/23>

Наукова (науково-технічна) продукція:

Соціально-економічна спрямованість:

Охоронні документи на ОПВ:

Впровадження результатів дисертації: Планується до впровадження

Зв'язок з науковими темами: 0123U101765

VI. Відомості про наукового керівника/керівників (консультанта)

VII. Відомості про офіційних опонентів та рецензентів

Офіційні опоненти

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Григус Ігор Михайлович
2. Igor M. Grygus

Кваліфікація: д. мед. н., професор, 14.01.33

Ідентифікатор ORCID ID: 0000-0003-2856-8514

Додаткова інформація:

Повне найменування юридичної особи: Національний університет водного господарства та природокористування

Код за ЄДРПОУ: 02071116

Місцезнаходження: вул. Соборна, Рівне, Рівненський р-н., 33028, Україна

Форма власності: Державна

Сфера управління: Міністерство освіти і науки України

Ідентифікатор ROR:

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Андреева Олена Валеріївна
2. Olena Andriieieva

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

Ідентифікатор ORCID ID: 0000-0002-2893-1224

Додаткова інформація: Scopus ID:56626526000

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. Гакман Анна Вікторівна
2. Anna V. Hakman

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

Ідентифікатор ORCID ID: 0000-0002-7485-0062

Додаткова інформація:

Повне найменування юридичної особи: Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

Код за ЄДРПОУ: 02071240

Місцезнаходження: вул. Коцюбинського, Чернівці, 58012, Україна

Форма власності: Державна

Сфера управління: Міністерство освіти і науки України

Ідентифікатор ROR:

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**

Ліповська-Маковецька Наталія Іванівна

Реєстратор

Юрченко Тетяна Анатоліївна

**Керівник відділу УкрІНТЕІ, що є
відповідальним за реєстрацію наукової
діяльності**



Юрченко Тетяна Анатоліївна