

Облікова картка дисертації

I. Загальні відомості

Державний обліковий номер: 0825U004331

Особливі позначки: відкрита

Дата реєстрації: 19-12-2025

Статус: Наказ про видачу диплома

Реквізити наказу МОН / наказу закладу: Наказ від 02.01.2026 № 2-ст



II. Відомості про здобувача

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Бобренко Світлана Михайлівна

2. Svitlana Bobrenko

Кваліфікація:

Ідентифікатор ORCID ID: Не застосовується

Вид дисертації: доктор філософії

Аспірантура/Докторантура: ні

Шифр наукової спеціальності: 017

Назва наукової спеціальності: Фізична культура і спорт

Галузь / галузі знань: освіта

Освітньо-наукова програма зі спеціальності: 37045 Фізична культура і спорт

Дата захисту: 19-12-2025

Спеціальність за освітою: Фізична культура і спорт

Місце роботи здобувача: 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:

III. Відомості про організацію, де відбувся захист

Шифр спеціалізованої вченої ради (разової спеціалізованої вченої ради): PhD 11249

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:

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

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:

V. Відомості про дисертацію

Мова дисертації: Українська

Коди тематичних рубрик: 77.03.15, 77.03.51

Тема дисертації:

1. Організаційно-методичне забезпечення оздоровчо-рекреаційної рухової активності кіберспортсменів
2. Organizational and methodological support for recreational and health physical activity of cyber athletes

Реферат:

1. Дисертаційну роботу присвячено дослідженню характерних типових порушень здоров'я кіберспортсменів, враховуючи швидкий розвиток кіберспорту в Україні та специфіку тренувальної й змагальної діяльності. Проаналізовано їхній фізичний і емоційний стан, рухову активність, якість життя, фізичну та розумову працездатність. У дослідженні брали участь 35 кіберспортсменів 17–21 років (23 % професійні гравці, 57 % геймери, 20 % аматори), які надали інформовану згоду. Дослідження проведено відповідно до Гельсінської декларації (1982). Мета роботи – розроблення та обґрунтування моделі організаційно-методичного забезпечення оздоровчо-рекреаційної рухової активності кіберспортсменів з метою підвищення показників їхнього фізичного стану, профілактики типових захворювань. Завдання дослідження: За даними науково-методичної літератури вивчити особливості використання оздоровчо-рекреаційної рухової активності в тренувальному процесі кіберспортсменів. Оцінити рівень рухової активності, фізичного та емоційного стану,

розумової працездатності, якості життя, захворюваності. Розробити модель організаційно-методичного забезпечення та програму занять для кіберспортсменів. Оцінити ефективність запропонованої моделі. У роботі використано методи теоретичного аналізу, системного та порівняльного аналізу, педагогічні, соціологічні, медико-біологічні, психофізіологічні та статистичні методи. Вперше створено модель із чотирьох блоків (організаційний, діагностичний, програмно-методичний, контрольний) та програму занять, що поєднує кардіо-, силові, коригувальні та відновлювальні вправи й елементи екзергеймінгу. Аналіз показав низьку поінформованість кіберспортсменів щодо безпечної організації діяльності: майже 100,0 % потребують відповідних знань; 74,3 % мають облаштоване робоче місце; 57,1 % – ергономічне крісло; 65,0 % знають про санітарні норми ПК; близько 70,0 % проводять за комп'ютером понад 6 годин. У 70,0 % виявлено низький рівень рухової активності; 71,0 % мають болі у спині; 35,0 % – порушення постави; 80,0 % – проблеми із зором; 58,0 % переживають стрес; 71,4 % засинають після опівночі; 31,4 % мають біль у серці. 37,0 % – з підвищеною емоційністю; сильний стрес у 89,0 %. Депресивні прояви – у всіх: 72,0 % потребують психолога, 17,0 % – психіатра. Лише 6,8 % задоволені життям; 70,0 % мають низьку самооцінку; 40,0 % оцінюють свою якість життя як нижче середнього. Експертна оцінка підтвердила значущість чинників фізичного й психоемоційного стану для результативності: коефіцієнт конкордації $W = 0,88$; $\chi^2 = 55,74$ при $\chi^2 = 14,07$ ($p < 0,05$). Кореляційний аналіз (тривожність–рухова активність; агресивність–рухова активність) показав узгоджені зміни: $R^2 = 26$ %, Спірмен $-0,51$; t-критерій: $p > 0,05$, $3,4 > 2,032$. Ефективність програми підтверджено: інтенсивні навантаження зросли на 4,03 % ($p < 0,05$); час сидіння зменшився на 31,08 % ($p < 0,05$); маса тіла змінилась на 0,12 % ($p > 0,05$); час ходіння збільшився на 2,64 % ($p > 0,05$); помірні навантаження – +36,6 % ($p < 0,05$). Покращилися показники фізичної підготовленості: гнучкість – +12,82 %; витривалість – +5,98 %; сила – +6,64 %; швидкість – +3,56 %; координація – +5,52 % (усі $p < 0,05$). Розумова працездатність: 100,0 % показали високий рівень безпомилковості; на 43,0 % більше гравців із рівнем вище середнього; 14,0 % перейшли з низького до нижче середнього. Частота помилок: 34,0 % – без помилок, 49,0 % – небагато, 17,0 % – середня кількість, 0,0 % – багато. Покращилась емоційна стійкість: +2,0 % високий рівень; +6,0 % – вище середнього; сильний і небезпечний стрес – 8,0 % та 9,0 % замість 20,0 %. Депресія відсутня. Мотивація +14,0 %. Задоволені життям +7,2 %, незадоволені – 11,0 % (–9,0 %). Висока задоволеність – 51,0 % (+21,0 %), низька – 9,0 % (–21,0 %). Висока самооцінка +31,0 %, середня +29,0 %, нормальна +18,0 %, низька –16,0 %. Отримані дані дозволили сформулювати науково обґрунтовані рекомендації щодо планування профілактичних програм для кіберспортсменів.

2. The dissertation is devoted to the study of typical health disorders among esports athletes, taking into account the rapid development of esports in Ukraine and the specifics of their training and competitive activities. The physical and emotional condition, motor activity, quality of life, as well as physical and cognitive performance of esports athletes were analyzed. The study involved 35 esports athletes aged 17–21 (23% professional players, 57% gamers, 20% amateurs), all of whom provided informed consent. The research was conducted in accordance with the Helsinki Declaration (1982). The aim of the study is to develop and justify a model of organizational and methodological support for health-recreational motor activity of esports athletes in order to improve their physical condition and prevent typical diseases. Research tasks: – To study, based on scientific and methodological literature, the features of using health-recreational motor activity in the training process of esports athletes. – To assess the level of motor activity, physical and emotional state, cognitive performance, quality of life, and morbidity. – To develop a model of organizational and methodological support and a training program for esports athletes. – To evaluate the effectiveness of the proposed model. The study employed methods of theoretical, systemic, and comparative analysis, as well as pedagogical, sociological, biomedical, psychophysiological, and statistical methods. For the first time, a four-block model (organizational, diagnostic, program-methodical, and control) and a training program combining cardio, strength, corrective, and recovery exercises, along with exergaming elements, were developed. The analysis revealed low awareness of safe work organization among esports athletes: nearly 100.0% require relevant knowledge; 74.3% have a properly equipped workspace; 57.1% use an ergonomic chair; 65.0% are aware of computer sanitary norms; about 70.0% spend more than 6 hours per day at the computer. A low level of motor activity was identified in 70.0%; back pain in 71.0%; posture disorders in

35.0%; vision problems in 80.0%; stress in 58.0%; 71.4% fall asleep after midnight; 31.4% report heart pain. Increased emotionality was found in 37.0%; severe stress in 89.0%. Depressive symptoms were present in all participants: 72.0% required a psychologist, 17.0% a psychiatrist. Only 6.8% were satisfied with their lives; 70.0% had low self-esteem; 40.0% rated their quality of life as below average. Expert evaluation confirmed the importance of physical and psycho-emotional factors for performance: concordance coefficient $W = 0.88$; $\chi^2 = 55.74$ with $\chi^2 = 14.07$ ($p < 0.05$). Correlation analysis (anxiety–motor activity; aggressiveness–motor activity) showed consistent changes: $R^2 = 26\%$, Spearman -0.51 ; t -criterion: $p > 0.05$, $3.4 > 2.032$. The effectiveness of the program was confirmed: intensive physical activity increased by 4.03% ($p < 0.05$); sitting time decreased by 31.08% ($p < 0.05$); body mass changed by 0.12% ($p > 0.05$); walking time increased by 2.64% ($p > 0.05$); moderate physical activity increased by 36.6% ($p < 0.05$). Physical fitness improved: flexibility +12.82%; endurance +5.98%; strength +6.64%; speed +3.56%; coordination +5.52% (all $p < 0.05$). Cognitive performance improved: 100.0% demonstrated a high level of accuracy; there were 43.0% more players with above-average performance; 14.0% shifted from low to below-average level. Error rates: 34.0% – no errors, 49.0% – few, 17.0% – moderate, 0.0% – many. Emotional stability improved: +2.0% high level; +6.0% above average; severe and dangerous stress decreased to 8.0% and 9.0% (previously 20.0%). Depression was absent in all participants. Motivation increased by 14.0%. Life satisfaction increased by 7.2%; dissatisfaction decreased to 11.0% (–9.0%). High life satisfaction reached 51.0% (+21.0%); low – 9.0% (–21.0%). High self-esteem increased by 31.0%; average by 29.0%; normal by 18.0%; low decreased by 16.0%. The results made it possible to develop scientifically grounded recommendations for planning preventive programs for esports athletes.

Державний реєстраційний номер ДіР:

Пріоритетний напрям розвитку науки і техніки: Науки про життя, нові технології профілактики та лікування найпоширеніших захворювань

Стратегічний пріоритетний напрям інноваційної діяльності: Не застосовується

Підсумки дослідження: Нове вирішення актуального наукового завдання

Публікації:

- 1. Бобренко С., Андреева О. Рівень задоволеності та якості життя гравців у кіберспорті. Physical culture and sport: scientific perspective. 2024. Т. 1. № 1. С. 199–207. DOI: <https://doi.org/10.31891/pcs.2024.1.31>
- 2. Бобренко С., Хрипко І. Особливості психоемоційного стану кіберспортсменів. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. 2024. Вип. 29. № 3. С. 137–144. DOI: [https://doi.org/10.32626/2309-8082.2024-29\(3\).137-144](https://doi.org/10.32626/2309-8082.2024-29(3).137-144)
- 3. Бобренко С. М., Андреева О. В., Горенко З. А., Хрипко І. В. Вплив ігрової діяльності та рухової активності на стан здоров'я гравців у кіберспорт. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. 2024. Серія 15. № 9(182). С. 46–53. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.9\(182\).06](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.9(182).06)
- 4. Бобренко С., Андреева О. Організаційно-методичне забезпечення оздоровчо-рекреаційної рухової активності кіберспортсменів. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. 2024. Серія 15. № 12 (185). С. 51–59. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.12\(185\).09](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.12(185).09)
- 5. Бобренко С. М., Благій В. О., Шиманський Г. М., Галета М. О., Парасочка С. В., Михайлова М. В. Ефективність використання фітнес та СПА технологій в оздоровчо-рекреаційній діяльності здобувачів вищої освіти. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. 2025. Серія 15. № 9 (196). С. 34–41. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.09\(196\).07](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.09(196).07)
- 6. Бобренко С. М., Андреева О. В., Благій О. Л., Горенко З. А., Федорчук С. В. Вплив програми оздоровчо-рекреаційної рухової активності на показники фізичної підготовленості кіберспортсменів. Педагогічна Академія: наукові записки. № 23. 2025. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.17459872>

Наукова (науково-технічна) продукція: модель організаційно-методичного забезпечення оздоровчо-рекреаційної рухової активності кіберспортсменів, що враховує специфіку професійної діяльності в кіберспорті, зокрема підвищену когнітивну та психоемоційну напруженість, низький рівень загальної рухової активності, схильність до професійно обумовлених порушень здоров'я; - програма занять із використанням засобів оздоровчо-рекреаційної рухової активності для кіберспортсменів, адаптовану до умов тренувального процесу, що включає поєднання кардіо-, силових, коригувальних та відновлювальних вправ, з урахуванням інтерактивних форм рухової активності.

Соціально-економічна спрямованість: підвищення рівня фізичного стану, профілактики типових захворювань кіберспортсменів

Охоронні документи на ОПВ:

Впровадження результатів дисертації: Впроваджено

Зв'язок з науковими темами: 0121U107534

VI. Відомості про наукового керівника/керівників (консультанта)

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Андреева Олена Валеріївна
2. Olena Andriieva

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:

VII. Відомості про офіційних опонентів та рецензентів

Офіційні опоненти

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Школа Олена Миколаївна
2. Олена М. Школа

Кваліфікація: к.пед.н., професор, 13.00.02

Ідентифікатор ORCID ID: 0000-0003-3013-0423

Додаткова інформація:

Повне найменування юридичної особи: Комунальний заклад "Харківська гуманітарно-педагогічна академія" Харківської обласної ради

Код за ЄДРПОУ: 02125591

Місцезнаходження: провулок Руставелі, Харків, Харківський р-н., 61001, Україна

Форма власності: Комунальна

Сфера управління: Держадміністрація

Ідентифікатор ROR:

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Пятисоцька Світлана Сергіївна

2. Svitlana Piatysotska

Кваліфікація: д. фіз. вих., доц., 24.00.01

Ідентифікатор ORCID ID: 0000-0002-2246-1444

Додаткова інформація:

Повне найменування юридичної особи: Харківська державна академія фізичної культури

Код за ЄДРПОУ: 02928261

Місцезнаходження: вул. Клочківська, Харків, Харківський р-н., 61058, Україна

Форма власності: Державна

Сфера управління: Міністерство освіти і науки України

Ідентифікатор ROR:

Рецензенти

Власне Прізвище Ім'я По-батькові:

1. Гордеева Марія Володимирівна

2. Mariya V. Gordieieva

Кваліфікація: к. фіз.вих, 24.00.01

Ідентифікатор ORCID ID: 0000-0003-1887-4390

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. Яковенко Олена Олегівна
2. Olena Yakovenko

Кваліфікація: к. фіз.вих, доцент, 24.00.01

Ідентифікатор ORCID ID: 0000-0002-7165-5229

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:

VIII. Заключні відомості

**Власне Прізвище Ім'я По-батькові
голови ради**

Марченко Оксана Юріївна

**Власне Прізвище Ім'я По-батькові
головуючого на засіданні**

Марченко Оксана Юріївна

**Відповідальний за підготовку
облікових документів**

Опанасюк Наталія Анатоліївна

Реєстратор

Юрченко Тетяна Анатоліївна

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



Юрченко Тетяна Анатоліївна