



# ВПЛИВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ФАКТОРУ НА ХАРЧОВУ ПОВЕДІНКУ УЧНІВ СТАРШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

## НАУКОВІ КЕРІВНИКИ:

**МАРКОВА ОЛЕНА ВІТАЛІЇВНА**, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання Центральноукраїнського державного педагогічного університету ім. Володимира Винниченка  
**КУЛЯЄВА НАТАЛІЯ ЮРІЇВНА**, вчитель хімії Голованівського ліцею ім. Т. Г. Шевченка Голованівської селищної ради Кіровоградської області

**КОЛОМІЙЧУК СОФІЯ МИХАЙЛІВНА**, учениця 11 класу Голованівського ліцею ім. Т. Г. Шевченка Голованівської селищної ради Кіровоградської області



## ЗАВДАННЯ:

1. Теоретично обґрунтувати актуальність дослідження.
2. Визначити індекс маси тіла (ІМТ), рівень сприйняття образу власного тіла та психологічного благополуччя в учнів старшого шкільного віку.
3. Дослідити особливості взаємозв'язку у старшокласників з відхиленнями ІМТ з досліджуваним психологічним фактором.
4. Розробити і впровадити в навчально-виховний процес методику корекції адиктивної харчової поведінки в учнів 11-А класу.

## МЕТА

теоретично обґрунтувати та практично перевірити вплив психологічного фактору на харчову поведінку старшокласників.

## ЕТАПИ ДОСЛІДЖЕННЯ

Антропометрія та визначення індексу маси тіла (ІМТ)

Розподіл учнів на групи за показниками ІМТ

Дослідження рівня прийняття образу власного тіла

Дослідження психологічного благополуччя

Порівняльна характеристика психологічних особливостей учнів з нормальними і підвищеними значеннями ІМТ

Розробка і впровадження в навчальний процес методики корекції харчової поведінки учнів 11-А класу

## ОБ'ЄКТ ДОСЛІДЖЕННЯ

психологічний фактор впливу на харчову поведінку

## ПРЕДМЕТ ДОСЛІДЖЕННЯ

взаємозв'язок між зайвою вагою тіла і складових психологічного фактору в учнів старшого шкільного віку

## ЕЛЕМЕНТИ НАУКОВОЇ НОВИЗНИ

полягають у дослідженні особливостей рівня сприйняття власного тіла та психологічного благополуччя у старшокласників з нормальною масою тіла та такими учнями, в яких маса тіла не відповідає нормі; розробці методики впливу на адиктивну харчову поведінку старшокласників із зайвою масою тіла за показниками ІМТ.

## ВИСНОВКИ

У групі учнів з нормальною вагою тіла, найбільшу кількість балів набрав фактор, який має найнижчі показники в групі старшокласників з надмірною вагою і станом «передожиріння», а саме «позитивні відносини з оточуючими».

У групі школярів з відхиленням від норми маси тіла простежується лінійний зв'язок між соматичною складовою – показниками ІМТ і психічною складовою – рівнем прийняття образу власного тіла та рівнем психологічного благополуччя. У групі старшокласників з нормальним ІМТ, такий зв'язок не прослідковується. Проаналізувавши особливості психологічного фактору, старшокласникам була запропонована інтегрована методика зниження маси тіла.

Впроваджена методика корекції харчової поведінки старшокласників виявилася ефективною і призвела до наступних змін: зниження маси тіла в учнів з високим рівнем ІМТ, покращення сприйняття образу власного тіла й підвищення рівня психологічного благополуччя.

## МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

1. Антропометрія
2. Визначення індексу маси тіла
3. Онлайн-опитування (опитувальник «образу власного тіла»)
4. Опитування («Шкала психологічного благополуччя»)
5. Методи математичної статистики

## ЗМІСТ МЕТОДИКИ ЗНИЖЕННЯ ІМТ

## ІНДЕКС МАСИ ТІЛА

