

урахуванням психологічних особливостей тощо. Враховувати матеріальні, побутові умови життя дітей. Проте підібрати ефективний комплекс фізичних вправ, корекційно оздоровчих методик можна за будь-яких умов.

ЛІТЕРАТУРА

1. Афанасьєва О. С. Фізична реабілітація слабкочуючих дітей середнього шкільного віку з порушеннями постави: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту: спец. 24.00.03; НУФВСУ. Київ, 2014. 20 с.
2. Джевага В. В. Корекція порушень координаційних здібностей дітей молодшого шкільного віку з вадами слуху в процесі фізичного виховання: автореф. дис.... канд. наук з фізичного виховання і спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / В. В. Джевага. Київ, 2017. 20 с
3. Івахненко А. А. Корекція та розвиток психомоторної функції глухих дітей молодшого шкільного віку засобами рухливих ігор: монографія. Запоріжжя: ЗНТУ, 2014. 214 с.
4. Когут І. О. Соціально-гуманістичні засади розвитку адаптивної фізичної культури в Україні (на матеріалі адаптивного спорту): автореф. дис. ... д-р з фіз. вих. і спорту: спец. 24.00.02. Київ, 2016. 44 с.

ФІЗИЧНА РЕКРЕАЦІЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

Токар А. П.

*здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
факультету здоров'я фізичної культури і спорту
Приватного вищого навчального закладу
«Міжнародний економіко-гуманітарний університет
імені академіка Степана Дем'янчука»*

Сірман О. В.

*кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри здоров'я людини та фізичної терапії
Приватного вищого навчального закладу
«Міжнародний економіко-гуманітарний університет
імені академіка Степана Дем'янчука»*

Сьогоднішня Україна в період війни у просторі і часі супроводжується підвищенням емоційно-психологічної напруженості серед верств населення України, зростанням екологічних проблем, інвалідністю та травматизмом. Повинна зростати державна підтримка рекреаційно-оздоровчої сфери, призначенням якої є: відновлення працездатності населення; збільшення обсягу рухової активності різних соціальних категорій; якісне наповнення вільного часу дітей, підлітків, молоді, дорослих цікавими та ефективними формами рекреаційної діяльності.

Фізична культура і спорт за кордоном у період між двома світовими війнами розвивалися в умовах загальної світової кризи. Після Першої світової війни спортивно-гімнастичний рух у розвинених країнах підпорядковувався завданням військово-фізичної підготовки молоді та ідеологічному вихованню. Водночас у

капіталістичних країнах значно розширюються масштаби спортивно рекреаційного руху – збільшилася кількість спортивних і гімнастичних організацій, клубів, спілок. Все це було наслідком виняткового інтересу до фізичного виховання і спорту урядів країн, представників панівних кіл, які за допомогою фізичної культури і спорту намагалися допомогти населенню. Рекреаційна діяльність трактується як процес або спосіб раціонально-організованої психофізичної активності людини, спрямованої на реалізацію певної мети у вільний від основних професійних, громадських і родинних обов'язків час.

Рекреація поєднує низку духовних і матеріальних досягнень у суспільстві для задоволення рекреаційних потреб сучасної людини. Будь-який етап становлення рекреації характеризується своєрідним ціннісним значенням і є предметом використання для кожного, хто виявляє рекреаційну активність. Тобто це своєрідна форма використання рекреаційних послуг. Прикладом є доступні в сучасному суспільстві оздоровчі гімнастичні системи та системи здорового способу життя, які базуються на чинниках релаксації, психотренінгу, загартування організму, комплексні дієтичних рекомендацій.

Відпочинок – будьяка діяльність або бездіяльність, спрямована на відновлення сил людини, що може здійснюватися як на території постійного проживання людини, так і за її межами. Відпочинок і Дозвілля ми розглядаємо як синоніми: посуті, це дещо різні позначення одного явища. Види відпочинку можуть бути самими різноманітними. Це, насамперед, сон як основна і сама необхідна форма відпочинку. Відпочинок включає набір видів діяльності, пов'язаних із розвагами і спортом, прогулянками та ін.

Розрізняють три форми використання часу, відведеного на рекреацію – туризм, лікування/оздоровлення та відпочинок. Для означення цього часу і видів діяльності, які відбуваються в його межах, задіяний рекреаційний-туризм, який включає всю (чи майже всю) сукупність явищ і процесів, пов'язаних з відновленням сил людини та задоволенням її фізіологічних і соціальних потреб.

Саме туризм у сучасному світі сприймається як головна форма рекреаційної діяльності, перетворившись на потужну самостійну галузь нематеріального виробництва, яка задовольняє рекреаційні потреби.

Дозвілля – спеціально-організований, вільний від праці час. Серед всіх складових фізичної рекреації найбільша увага приділяється рекреаційному результату (ефекту). Рекреаційний результат слугує головною системоутворюючою ознакою фізичної рекреації.

Як вже від-мічалось, фізична рекреація являє собою організовану рухову діяльність, яка спрямована на відновлення епізодично або хронічно зниженої фізичної і психічної працездатності людини за допомогою фізичних вправ, інноваційних технологій фізичної культури на основі закономірностей механізмів адаптації, а також – використання природних і гігієнічних факторів. У теперішній час еволюція рекреаційної діяльності обумовлює наявність наступних тенденцій: зростання значення оздоровчо-рекреативних, спортивно-рекреативних та пізнавально-рекреативних занять; відносне зниження значення лікувально-рекреативних

заходів; виникнення нових засобів і видів рекреаційної діяльності (боулінг, пейнтбол, бейстджампінг, паркур, кайтинг та ін.).

На основі аналізу сучасного стану рекреаційно-оздоровчих закладів виявлено їхню невідповідність сучасним потребам та вимогам соціальних і вікових груп населення, що виражається у недостатній їхній кількості, а також відсутності спеціалізованих закладів та незадовільному використанні природних ресурсів. Для того щоб зміцнити здоров'я, покращити психологічний стан, оздоровити дітей, залучити до рекреаційної діяльності людей з обмеженими можливостями, зміцнити дух Українського народу нам потрібні нові шляхи та зміни в рекреації.

ЛІТЕРАТУРА

1. Андреева О. В. Фізична рекреація різних груп населення. К.: ТОВ «НВП Поліграфсервіс», 2014. 280 с.
2. Т. Ю. Круцевич, Н. Є. Пангелова, С. Б. Пангелов Історія розвитку фізичної рекреації. К.: Академвидав, 2013. 159 с
3. Несен О. О., Соколова Т. Є. Рекреаційна спрямованість тенісу настільного як засіб популяризації гри. *Науковий вісник ужгородського університету*. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота». 2018. Вип. 1 (42). С. 344–349.
4. Охромій Г. В., Аніскевич С. В. Оптимізовані методології та інноваційні підходи до виконання національної програми «Фізична активність, здоровий спосіб життя – здоров'я нації». *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. пр. / за ред. О. В. Тимошенка. Київ: Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2019. Вип. 3 (111). С. 109–113.

ОЛІМПІЙСЬКА ОСВІТА В СУЧАСНИХ УМОВАХ

Щербашин Я. С.

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри історії та теорії олімпійського спорту Національного університету фізичного виховання і спорту України

Питання олімпійської освіти та виховання молоді все частіше розглядаються в спеціальній літературі [1–9]. Це пов'язано з постійним пошуком «універсальних ідеалів і цінностей», що володіють гуманістичним, культурним і духовно-моральним потенціалом, на яких може формуватися гармонійно розвинена особистість. До таких відносять олімпійські цінності, які реалізуються в олімпійському русі. Реалізація цих цінностей здійснюється через впровадження олімпійської освіти в навчально-виховний процес підростаючого покоління, де загальноосвітні навчальні установи займають одне з ключових місць.

Результати дослідження та їх обговорення. В сучасних умовах, незважаючи на стратегічні завдання освіти й виховання в Україні, достатню теоретичну розробленість проблеми гуманістичного виховання підростаючого покоління в загальноосвітніх навчальних закладах виникло ряд суперечностей між: соціально-