

2025 року. Наказ МОН № 194 від 15.02.2021 р. [Електронний ресурс]. Режим доступу: https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/80880/

4. Сороколіт Н. С., Чопик Р. В. Нормативно-програмне забезпечення фізичного виховання в умовах Нової української школи. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2023. Вип. 5К (165). С. 130–133. DOI: 10.31392/NPU-nc.series15.2023.5K(165).29.

5. Сочинський А. Я., Шалар О. Г. Програма секційної (гурткової) роботи з футболу. *Фізичне виховання у школах України*. 2013. № 7. С. 27–39.

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-622-5-5>

THE IMPORTANCE OF RECREATIONAL AREAS IN THE ORGANIZATION OF LEISURE AND RECREATION

ЗНАЧЕННЯ РЕКРЕАЦІЙНИХ ЗОН В ОРГАНІЗАЦІЇ ДОЗВІЛЛЯ ТА ВІДПОЧИНКУ

Moroz Yu. M.

*Candidate of Pedagogical Sciences,
Associate Professor, Head of the
Department of Physical Education and
Psychological and Pedagogical
Disciplines
Uman National University
Uman, Ukraine*

Мороз Ю. М.

*кандидат педагогічних наук, доцент,
завідувач кафедри фізичного
виховання та психолого-педагогічних
дисциплін
Уманський національний університет
м. Умань, Україна*

Moroz I. Yu.

*student of the Department of
Management Engineering, Faculty:
Management, specialty: Business
Management
Białystok Polytechnic
Białystok, Poland*

Мороз І. Ю.

*студентка відділу Інженерії
управління, факультет:
менеджмент, спеціальність:
управління в бізнесі
Політехніка Білостоцька
м. Білосток, Польща*

В останній час в світовому масштабі спостерігається велика зацікавленість новими сучасними технологіями в галузі дозвілля та відпочинку, що в свою чергу приводить до зростання ролі рекреаційних зон, які стають незамінними елементами організації дозвілля та відпочинку.

Використання рекреаційних зон в організації дозвілля та відпочинку є однією з характерних особливостей рекреаційної діяльності. Саме рекреаційні зони є центром забезпечення дозвілля та відпочинку, якого потребує людина під час психологічного відпочинку від міського оточення. Багатофункціональність рекреаційних зон дозволяє в ширшому аспекті реалізовувати важливі культурно-виховні завдання, покращувати рекреаційну, просвітницьку, соціальну та інші функції оздоровчого спрямування [1, с. 9]. Одним із головних напрямів використання рекреаційних зон є організація заходів у природному просторі, в безпосередньому спілкуванні з навколишнім природним середовищем.

Переважає більшість фахівців з фізичної рекреації, реабілітологів, фізіологів і психотерапевтів вважають, що для продуктивної трудової і суспільної діяльності індивідуума необхідна така структура дозвілля, в складі якої невідомою частиною повинна бути діяльність, яка б сприяла відновленню фізичні та психічні сили, і для цього рекреаційні зони є найкращим рішенням даної проблеми. Тому перед суспільством постає нагальна необхідність у вивченні передового досвіду роботи рекреаційних зон в різних регіонах, а також пошуку нових методик і технологій у сфері рекреаційної діяльності [4, с. 47].

Необхідно зазначити, що у сучасній практиці з рекреаційної діяльності недостатньо проведено конкретних наукових досліджень з питань потреби людини в рекреаційному просторі, ефективності оздоровчого впливу на особистість рекреаційного середовища. Аналізуючи дану ситуацію можемо стверджувати, що виникла необхідність у детальному вивченні зарубіжного досвіду, де проблеми рекреаційних технологій висвітлюються досить ґрунтовно і комплексно [3, с. 82].

Важливі питання щодо розвитку рекреаційних зон постійно розглядаються на засіданнях Ради Національної асоціації парків і рекреацій США. Основними проблемами, які піднімаються на засіданнях, є питання щодо збільшення фінансування, покращення здоров'я, популяризація здорового способу життя, активізація роботи з молоддю, проблема збереження природних рекреаційних зон в межах рекреаційної діяльності.

На основі дослідження, яке було проведено науковцями з Кембриджського університету, підготовлений детальний аналіз різних аспектів розвитку рекреаційних зон у Великобританії, а саме: реалізація програми рекреаційних зон у міському ландшафті, програма дій в сфері організації рекреаційної роботи, методики роботи з різними соціальними та віковими групами, а також питання облаштування і матеріально-технічного забезпечення рекреаційних зон [5, с. 362].

Отже, постійне висвітлення в закордонних наукових виданнях ролі рекреації в цілому, а також проблематики, пов'язаної з створенням

і функціонуванням рекреаційних зон, сприяло виникненню зацікавленості з боку вітчизняних науковців і практиків даною тематикою.

Для якісного функціонування сучасних рекреаційних зон існує певна система вимог і правил, які сприяють гармонійній інтеграції оздоровчо-рекреаційного потенціалу в суспільно-значущі сфери діяльності людини. Набула популярності тенденція перетворення багатьох рекреаційних зон у великі рекреаційні центри з широким спектром послуг.

Як свідчить вітчизняний досвід, багатофункціональність рекреаційних зон дає можливість населенню в широкому і вільному виборі різноманітних форм проведення дозвілля та фізичного відпочинку, сприяє збагаченню життєвого досвіду, розвиває індивідуальні здібності, допомагає накопиченню інтелектуального потенціалу, стає місцем розваг та відпочинку не тільки для дітей, а й для дорослих. У цьому неповторна особливість діяльності рекреаційних зон, причина їх зростаючої популярності у широких верств населення, посилення значення їх ролі в соціально-дозвіллевій сфері [2, с. 112].

На жаль у вітчизняній науці не до кінця з'ясована роль рекреаційної зони як засобу відновлення психічного і фізичного здоров'я людини. Проблема рекреаційного дозвілля залишається ще недостатньо вивченою і дослідженою. Однак, не викликає сумніву, що в сучасних умовах потреба людини в рекреації постійно зростає. Тому рекреаційні зони місцевого масштабу можуть перетворитися на потужні культурно-рекреаційні центри всеукраїнського та міжнародного рівня.

Література:

1. Андрєєва О. Оцінка перспективності розвитку окремих видів фізичної рекреації в умовах мегаполісу. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту* : збірник наукових праць за ред. С.С. Єрмакова. Харків, 2004. № 15. С. 9.
2. Величко В. В. Організація рекреаційних послуг : навчальний посібник. Харків : Харківський національний університет міського господарства ім. О. М. Бекетова, 2013. 202 с.
3. Савранчук Л. А., Явкін В. Г. Рекреаційна географія. Письмові консультації. Чернівці : Чернівецький національний університет, 2012. 110 с.
4. Товт В. А. Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності : навчальний посібник для викладачів і студентів. Ужгород, ДВНЗ «УжНУ», «Говерла». 2015. 88 с.
5. Legislation and regulations affecting scenic overflights above national parks: Hearing before the subcomm. on aviation of the Comm. on publ.

works a. transportation. House of representatives, 103d Congr., 2d sess., July 27, 1994. Washington : Gov. print. off., 1994. 641 p.

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-622-5-6>

FORMATION OF HEALTH CULTURE OF MIDDLE SCHOOL STUDENTS USING FITNESS EQUIPMENT IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS

ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я УЧНІВ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ФІТНЕСУ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Sumenkov M. V.

*Postgraduate student of the
Department of Pedagogy
Psychology and Methods of Physical
Education,
National University "Chernihiv
Collegium" named
after T. H. Shevchenko
Chernihiv, Ukraine*

Суменков М. В.

*аспірант кафедри педагогіки
психології та методики фізичного
виховання,
Національний університет
«Чернігівський колегіум»
імені Т. Г. Шевченка
м. Чернігів, Україна*

Zhlobo T. M.

*Candidate of Pedagogical Sciences,
Associate Professor,
Head of the Department of Physical
Education and Choreography,
National University "Chernihiv
Collegium" named
after T. H. Shevchenko
Chernihiv, Ukraine*

Жлобо Т. М.

*кандидат педагогічних наук, доцент,
завідувач кафедри фізичного виховання
та хореографії,
Національний університет
«Чернігівський колегіум»
імені Т. Г. Шевченка
м. Чернігів, Україна*

Сучасний освітній простір характеризується стрімкими соціальними змінами, інтенсивною цифровізацією навчального процесу, зростанням когнітивного навантаження на учнів та зниженням рівня їхньої рухової активності. Ці тенденції призводять до погіршення фізичного стану школярів, збільшення надлишкової маси тіла, порушення постави, гіподинамії та психоемоційного виснаження. У таких умовах формування культури здоров'я стає не лише педагогічною, а й суспільною проблемою, адже саме вона визначає готовність молодого покоління