

СРІЗ ПІЧНО КУ



# Вісник Прикарпатського університету

Івано-Франківськ  
2012

## ЗМІСТ

### ВАЛЕОЛОГІЯ

- Тетяна Довбенко.* Окремі проблеми здорового способу життя учнівської та студентської молоді..... 3

### ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

- Тетяна Завгородня.* Ідеї взаємозв'язку духовного та фізичного розвитку особистості в педагогічній спадщині Василя Сухомлинського..... 9

### БІОЛОГІЯ І БІОМЕХАНІКА СПОРТУ

- Роман Ярій, Богдан Мицкан, Войтик Чорний.* Зміни морфофункціональних властивостей дітей молодшого шкільного віку під впливом занять футболом..... 13

### МЕТОДОЛОГІЯ І МЕНЕДЖМЕНТ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРИ

- Вадим Гоншовський, Олександр Скавронський.* Технологія індивідуалізації фізичної підготовки майбутніх рятувальників у вищому військовому навчальному закладі..... 23

- Юрій Юрчишин.* Технологія залучення студентів до рухової активності оздоровчої спрямованості під час фізичного виховання..... 30

- Віктор Слюсарчук, Микола Прозар.* Програмування занять із покращення фізичного стану дітей 8–10 років під час фізичного виховання..... 35

### ПСИХОЛОГІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

- Геннадій Єдинак, Богдан Мицкан, Лідія Завацька.* Стан та деякі теоретичні аспекти посилення мотивації студентів до систематичної рухової активності оздоровчого спрямування..... 44

- Олег Грецький.* Вплив самоконтролю на формування мотивації юних спортсменів до виконання індивідуальних домашніх завдань..... 50

### ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ І ТУРИЗМ

- Мирослав Дутчак, Любомир Пасічняк.* Актуалізація проблеми підготовки та реалізації програм спортивної анімації в місцях масового відпочинку населення..... 53

- Юлія Беляк, Наталія Опришко.* Обґрунтування нових підходів програмування оздоровчих занять для жінок зрілого віку..... 58

- Олександр Скавронський, Вадим Гоншовський.* Диференціація фізичної підготовки учнів військового ліцею на основі соматотипів..... 66

- Ірина Хоменко.* Фахово-термінологічна компетентність майбутніх фахівців із фізичної культури..... 74

- Володимир Мисів.* Організація диференційованого підходу до учнів у системі фізичного виховання в школі..... 78

- Микола Прозар.* Педагогічні умови покращення фізичного стану учнів 4–5 класів засобами спортивних ігор..... 84

### СПОРТ

- Сергій Рихлюк.* Морфофункціональні показники спортивної обдарованості юних гімнастів на етапі попередньої базової підготовки..... 91

- Мар'ян Пітин.* Ігровий метод у теоретичній підготовці стрільців з лука на етапі початкової підготовки..... 95

- Андрій Базілевський, Іван Глазирін.* Вплив рівня розвитку спеціальних рухових здібностей на ефективність ігрової діяльності баскетболістів 10–13 років..... 101

УДК 796.011.3: 796.03

ББК 75.116

Мирослав Дутчак, Любомир Пасічняк

### АКТУАЛІЗАЦІЯ ПРОБЛЕМИ ПІДГОТОВКИ ТА РЕАЛІЗАЦІЇ ПРОГРАМ СПОРТИВНОЇ АНІМАЦІЇ В МІСЦЯХ МАСОВОГО ВІДПОЧИНКУ НАСЕЛЕННЯ

*У статті обґрунтовано своєчасність і необхідність дослідження проблеми підготовки та реалізації програм спортивної анімації в місцях масового відпочинку населення. Визначено основні завдання подальшого дослідження зазначеної проблеми.*

*Ключові слова: спортивна анімація; дозвілля; програма; місця масового відпочинку населення.*

*В статье обоснованы своевременность и необходимость исследования проблемы подготовки и реализации программ спортивной анимации в местах массового отдыха населения. Определены основные задачи дальнейшего исследования указанной проблемы.*

*Ключевые слова: спортивная анимация; досуг; программа; места массового отдыха населения.*

*In article timeliness and the need to research the problems of preparation and implementation the programs of sports animation in places of public recreation. Identify key tasks for further study of this problem.*

*Key words: sports animation; leisure; program; places of public recreation.*

**Постановка проблеми та аналіз результатів останніх досліджень.** У сучасних умовах авторитетні міжнародні організації (ООН, ЮНЕСКО, ВООЗ, Рада Європи, Європейський Союз) указують на необхідність удосконалення діяльності суспільства та державних інституцій щодо сприяння здоровому способу життя населення шляхом створення сприятливих умов для підвищення рівня залучення громадян до рухової активності. Гіпокінезія посідає четверте місце серед чинників, що в глобальному масштабі зумовлюють передчасну смертність людей [8].

В Україні ще значна кількість населення не залучена до оздоровчо-рекреаційної рухової активності, що в поєднанні з ігноруванням інших складових здорового способу життя (насамперед раціонального харчування та відмови від шкідливих звичок) складає одні з найгірших у Європі показники середньої тривалості життя громадян.

За даними ВООЗ розрахункова очікувана тривалість життя в Україні для жінок становить 73,2 роки, а для чоловіків – 62,3 роки, що відповідно на 8–10 та 12–15 років менше в порівнянні зі Швейцарією, Швецією, Норвегією, Фінляндією, Австрією, Францією, Німеччиною. Процентна частка вказаної тривалості життя, прожитого в стані так званого “повного здоров’я” (не обтяженого хронічними неінфекційними захворюваннями) становить для України лише 88,1%, що відповідає 42 місцю серед країн Європи [2].

З метою подолання зазначеної загрози для гуманітарної безпеки України необхідно створювати відповідні умови для формування здорового способу життя шляхом суттєвого підвищення рівня залучення різних груп населення до активних форм дозвілля. Значний резерв у цьому сенсі вбачається у фізичній рекреації – одному з напрямів реалізації оздоровчо-рекреаційної рухової активності [6].

Теоретичні й технологічні аспекти впровадження фізичної рекреації в дозвілля людей знайшли відображення в працях зарубіжних [10; 13; 15] і вітчизняних учених [1; 7; 12]. Відзначаючи вагоме наукове й практичне значення вказаних праць, доцільно зауважити, що особливо важливим є здійснення подальшого наукового пошуку інноваційних технологій організації в місцях масового відпочинку населення, активного до-

звілля конкретної людини, що передбачає використання фізичних навантажень розважального характеру для отримання передусім задоволення.

Серед видів фізичної рекреації на сучасному етапі значні потенційні можливості для залучення населення до активного дозвілля має спортивна анімація, що передбачає використання різноманітних видів рухової активності у формі ігор, розваг та забав у місцях масового відпочинку населення [4; 14]. Проте в Україні спортивна анімація рідко розглядається як об'єкт наукових досліджень, що, безумовно, ускладнює її ефективне впровадження у вітчизняну практику. Передусім доцільним видається визначення важливих для сьогодення проблем з реалізації функцій та зміни кількісних і якісних характеристик системи спортивної анімації як підсистеми фізичної рекреації.

Матеріал підготовлено відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр. за темою 3.9. “Удосконалення наукових засад спорту для всіх, фітнесу та рекреації” (№ державної реєстрації 0111U001735).

**Мета роботи** – обґрунтувати своєчасність і необхідність дослідження проблеми підготовки та реалізації програм спортивної анімації в місцях масового відпочинку населення.

**Методи дослідження:** загальнонаукові методи (аналіз, синтез, індукція, дедукція, екстраполяція, інтерпретація, абстрагування, узагальнення й синергія); аналіз наукових джерел, передового вітчизняного та зарубіжного досвіду; метод системного аналізу; метод порівняння та зіставлення; метод функціонально-структурного аналізу.

**Результати дослідження.** В умовах сьогодення на суспільному рівні виникають протиріччя між потребою суспільства у здоровій нації та критичним станом здоров'я населення, який пов'язаний із соціально-економічними змінами, між потребою суспільства у стабільній соціальній ситуації та зростаючим напруженням емоційним станом людей у складних (несприятливих) умовах життя. На індивідуальному рівні існують протиріччя між потребою людини в активному відпочинку й відновленні та низьким рівнем обізнаності населення у сфері фізичного виховання та спорту, між доступністю й ефективним оздоровчим впливом різних напрямів та видів рухової активності [7].

Одним зі шляхів розв'язання вказаних протиріч є широке використання фізичної рекреації у структурі дозвілля сучасної людини, тобто у вільний від професійної діяльності, побутової праці, задоволення першочергових потреб (харчування, сон тощо) час, який використовується для відпочинку, подолання втоми, відновлення фізичних та психічних кондицій. Така діяльність здійснюється відповідно до певних інтересів і цілей конкретної людини.

У практиці фізичної рекреації все більшої популярності набуває спортивна анімація. За своєю етимологією слово “анімація” має латинське походження (“*anima*” – життя, душа; “*animare*” – оживляю) й означає одухотворення, піднесення, стимулювання життєвих сил та залучення до активності. Зазвичай анімація асоціюється з мультиплікацією – видом кіномистецтва, фільми якого створюються шляхом кінознімання фаз рухів графічних зображень або об'ємних фігур, унаслідок чого під часу показу на екрані створюється ілюзія руху [11]. Протягом останніх 30–40 років анімація активно використовується й у сфері маркетингу (для підвищення емоційності та “живості” презентацій товарів з метою збільшення їх продажу), культурно-суспільного життя (підвищення суспільної свідомості, розвитку культури демократії) і туризму (з метою забезпечення привабливості туристичного продукту за рахунок якіснішої розваги споживачів).

Останнім часом великого розвитку досягла туристська анімація на Середземноморському узбережжі Туреччини, Іспанії та Франції. Анімаційні служби тут з великим ентузіазмом займаються розвагою гостей, які прибувають на відпочинок з багатьох

країн світу. Володіючи декількома іноземними мовами, а також маючи музичну, хореографічну або спортивну освіту, працівники цієї сфери своєю працею створюють високатегорійним готелям світову популярність [3].

Туристичну анімацію розглядають як задоволення специфічних туристичних потреб, відповідно до яких виділяють [5] такі види анімації:

- анімація в русі – задовольняє потреби індивіда в руховій активності, які пов'язані із задоволенням та приємними переживаннями;
- анімація через переживання – задовольняє потреби у відчутті чогось нового, невідомого під час подолання труднощів, при відкриттях та при спілкуванні;
- анімація через спілкування – задовольняє потреби у спілкуванні з новими й цікавими людьми, із відкриттям внутрішнього світу інших та пізнанням себе через спілкування;
- анімація через заспокоєння – задовольняє потребу людей у психологічному розвантаженні від повсякденного ритму життя через заспокоєння, усамітнення, контакт із природою;
- культурна анімація – задовольняє потребу людей у духовному розвитку через знайомство з культурною спадщиною країни, регіону, народу та нації;
- творча анімація – задовольняє потреби людини у творчості, демонстрації своїх творчих здібностей і творчому спілкуванні, співпраці з іншими людьми.

У туризмі розрізняють окремі напрями розвитку анімації: 1) створення спеціальних музеїв і парків, організація костюмованих балів, шоу, свят та інших дійств за конкретними сценаріями (створення спеціалізованого турпродукту); 2) анімація – оживлення програм дозвілля туристів у місцях тривалого відпочинку – курортних готельних комплексах, туристичних центрах та базах, на круїзних судах тощо [3].

Слід зазначити, що в структурі туристичної анімації особливе місце відводиться спортивній анімації (складання та проведення відповідних спортивних програм з туристами). Завдяки своїй значимості та затребуваності спортивна анімація останнім часом набуває ознак самостійного виду анімаційної діяльності, оскільки її використання виходить за межі туризму (тимчасового виїзду особи з місця постійного проживання в певних цілях без здійснення оплачуваної діяльності в місці перебування) і все частіше використовується на спортивних спорудах під час офіційних спортивних змагань і масових спортивних заходів, а також у навчальних закладах та місцях масового відпочинку населення. Це особливо важливо для забезпечення належної регулярності оздоровчо-рекреаційної рухової активності з огляду на те, що люди в основному використовують туристичні поїздки, а відповідно й споживають анімаційні послуги лише епізодично (здебільшого під час відпустки).

Разом із цим, незважаючи на все більше “проникнення” спортивної анімації в практику активного дозвілля, досі не здійснено системного наукового вивчення цього феномену. Треба звернути увагу на різноманітність тлумачення самого поняття “спортивна анімація” в наукових джерелах [3; 4; 7; 12]. Очевидно, що дослідження проблеми функціонування та розвитку спортивної анімації як виду фізичної рекреації потребує насамперед наукового визначення вказаної дефініції.

Установлення наукових понять вимагає дотримання відповідних закономірностей, з-поміж яких провідною вважається використання у визначенні родової ознаки (загальна ознака, тобто властивість, притаманна безлічі предметів, уявно об'єднаних в одне ціле) і видової відмінності (ознаки, які вирізняють певний предмет у межах зазначеного цілого). Важливо, щоб такі відмінності взаємно не заперечували одна одну й мали важливе значення для проведення диференціації [9].

Зміст термінів, які характеризують певні явища, процеси та предмети, є динамічним і змінюється залежно від розвитку науки, що розкриває нові, раніше не відомі, ознаки об'єкта. Ці ознаки повинні відображатись в уточненому та доповненому визначенні терміна. Загалом формування термінів у будь-якій науковій галузі – це процес складний і суперечливий, що потребує консолідації зусиль значної кількості відповідних фахівців. При цьому необхідно бережливо ставитись до уставленої термінології й не намагатися будь-що видумувати нові дефініції або характеристики, які не відображають тієї чи іншої реальності, а є лише результатом “наукового словоблуддя”. Основні поняття, твердження мають бути чітко визначеними. Двозначність у тлумаченні термінів негативно впливає на динаміку відповідної галузі наукового пошуку.

Для забезпечення належної ефективності анімаційної діяльності необхідним є складання та реалізація відповідних програм. У сфері туризму здійснювалися спроби обґрунтування необхідних для цих цілей технологій [3]. Зокрема зазначається, що технологія створення та реалізації анімаційних програм – процес складний і багатоплановий, який передбачає виконання таких завдань як: створення анімаційних програм, розрахунок кошторису програми, реклама програм та їх реалізація, втілення анімаційних заходів з подальшим аналізом. Указаний технологічний процес складається із декількох взаємопов'язаних підсистем: організаційної (організація спільної діяльності анімаційної команди); інструктурсько-методичної (створення сценаріїв заходів, підбір спортивних ігор та змагань, розробка методичних рекомендацій); режисерської (розподілення ролей, розробка планів репетицій і постановки); технічної (вибір і підготовка місця для проведення заходів, інвентарю та обладнання, освітлення, музичного супроводу та інше).

Разом із цим, беручи до уваги специфічність спортивної анімації, очевидно стає некоректність для неї механічного використання вказаної технології, яка потребує, на наш погляд, суттєвого доопрацювання в частині визначення алгоритму реалізації необхідних технологічних операцій, а також урахування рівня задоволення інтересів та отримання задоволення учасниками анімаційних програм. Ураховуючи вищевикладене бачимо, що пріоритетною проблемою формування системи спортивної анімації є наукове обґрунтування технологій підготовки та реалізації відповідних програм у місцях масового відпочинку населення.

Із цією метою доцільним видається проведення соціологічного опитування осіб, що перебувають у місцях масового відпочинку населення, для визначення рівня їх залучення до анімаційних програм, у тому числі з використанням рухової активності, а також для встановлення чинників, що стимулюють і стримують цей процес. Особливу увагу слід звернути на стимулювання інтересу людей до рухової активності, подолання їх інертності та байдужості щодо участі в анімаційних програмах. Крім цього, необхідно здійснити експертне оцінювання процедур підготовки програм спортивної анімації та дій щодо їх реалізації в місцях масового відпочинку населення. За результатами соціологічного опитування й на базі узагальнення наукових знань і передової практики доцільно розробити технологію підготовки програм спортивної анімації в місцях масового відпочинку населення, на основі якої здійснити формування банку відповідних програм.

Далі з використанням результатів попередніх досліджень необхідно розробити технологію реалізації різних програм спортивної анімації в місцях масового відпочинку населення, що включатиме алгоритм відбору, підготовки та використання волонтерів з числа студентів, які здобувають вищу освіту в галузі знань “Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини”.

Для оцінювання ефективності розроблених технологій, на наш погляд, слід провести педагогічний експеримент, під час якого фіксуватиметься динаміка показників

співвідношення відвідувачів конкретного місця масового відпочинку населення, які братимуть участь у програмах спортивної анімації, до загальної кількості відвідувачів, а також рівень задоволеності учасників від запропонованих програм.

### **Висновки**

Проблема підготовки та реалізації програм спортивної анімації в місцях масового відпочинку населення є актуальною як для науки, так і для практики у сфері фізичної культури і спорту. Розв'язання вказаної проблеми потребує вивчення таких питань:

- охарактеризувати сучасний стан проблеми функціонування та розвитку спортивної анімації як виду фізичної рекреації, у т. ч. уточнити поняття “спортивна анімація”;
- установити рівень залучення населення до спортивної анімації в місцях масового відпочинку;
- виявити стимуляційні та стримувальні чинники щодо залучення населення до спортивної анімації в місцях масового відпочинку;
- розробити технологію підготовки й технологію реалізації програм спортивної анімації в місцях масового відпочинку населення та експериментально перевірити їх ефективність.

Послідовному вирішенню зазначених вище завдань будуть присвячені наші подальші дослідження.

1. Андреева О. В. Аналіз концепцій розвитку рекреації в зарубіжних країнах / О. В. Андреева // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2009. – № 4. – С. 85–89.
2. Атлас здоров'я в Європе / Всемирная организация здравоохранения. – 2008. – 139 с.
3. Байлик С. І. Організація анімаційних послуг в туризмі : навч. посіб. / С. І. Байлик, О. М. Кравець. – Х. : ХНАМГ, 2008. – 197 с.
4. Булыгина И. И. Об анимационной деятельности в туристских и спортивно-оздоровительных учреждениях / И. И. Булыгина, Н. И. Гаранин // Теория и практика физической культуры. – 2000. – № 11. – С. 26–29.
5. Гаранин Н. И. Менеджмент туристской и гостиничной анимации / Н. И. Гаранин, И. И. Булыгина. – М. : Советский спорт, 2004. – 127 с.
6. Дутчак М. В. Спорт для всіх в Україні: теорія і практика / М. В. Дутчак. – К. : Олімп. л-ра, 2009. – 279 с.
7. Круцевич Т. Ю. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. – К. : Олімп. л-ра, 2010. – 248 с.
8. Міжнародно-правові акти у сфері спорту (до Євро-2012) / заг. ред. В. М. Литвина. – К. : Парламентське вид-во, 2011. – 600 с.
9. Минто В. Дедуктивная и индуктивная логика / В. Минто. – Ми. : Харвест, 2002. – 352 с.
10. Рижкин Ю. Е. Физическая рекреация в сфере досуга человека / Ю. Е. Рижкин // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 5. – С. 17–19.
11. Сучасний словник іншомовних слів : близько 20 тис. слів і словосполучень / [уклад.: О. І. Скопненко, Т. В. Цимбалюк]. – К. : Довіра, 2006. – 789 с.
12. Фізична рекреація : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / [авт. кол.: Приступа Є. Н., Жданова О. М., Линець М. М. та ін. ; за наук. ред. Євгена Приступи]. – Львів : ЛДУФК, 2010. – 447 с.
13. Фурманов А. Г. Оздоровительная физическая культура: [учеб. для студ. вузов] / А. Г. Фурманов, М. Б. Юспа. – Ми. : Тесей, 2003. – 528 с.
14. Karlis G. The Future of Leisure, Recreation and Sport in Canada: A SWOT for Small Sized Enterprises / G. Karlis // The Sport Journal. – 2006. – № 9 (2). – P. 1–17.
15. Pilawska A. Zarys teorii i metodyki rekreacji ruchowej / A. Pilawska, A. Pilawski, W. Petryński. – Katowice : GWSH, 2003. – 144 s.

*Рецензент:* канд. наук з фіз. вих., доц. Луцький В. Я.