



**МІЖНАРОДНИЙ НАУКОВИЙ КОНГРЕС  
"ОЛІМПІЙСЬКИЙ СПОРТ І СПОРТ ДЛЯ ВСІХ"**

*Присвячується 80-річчю Національного університету  
фізичного виховання і спорту України*

**ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ**

**5–8 жовтня 2010 р.  
Київ, Україна**

Д. М. АНИКЕЕВ. ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ СИЛОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ В ОЗДОРОВЛЕНИИ НАСЕЛЕНИЯ .....	593
Г. А. АПАНАСЕНКО. КОЛИЧЕСТВЕННАЯ ОЦЕНКА ЗДОРОВЬЯ: РЕАЛЬНОСТЬ ИЛИ ФИКЦИЯ? .....	594
В. В. БАБИЙ, Н. В. МАЛИКОВ. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ ТЕННИСОМ В ПОВЫШЕНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....	595
Ю. І. БЕЛЯК. СПІВВІДНОШЕННЯ ЗАСОБІВ РІЗНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ В ПРОГРАМАХ ОЗДОРОВЧОГО ФІТНЕСУ ДЛЯ ЖІНОК ЗРІЛОГО ВІКУ .....	596
В. В. БІЛІЦЬКА, В. П. СЕМЕНЕНКО. ОСОБЛИВОСТІ ВПРОВАДЖЕННЯ ФІТНЕС-ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОЦЕС ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ШКОЛЯРІВ .....	597
Л. А. БЛАГИЙ, Е. А. ЗАХАРИНА. ВЗАИМОСВЯЗЬ МОТИВАЦИОННОЙ СТРУКТУРЫ ЛИЧНОСТИ С УРОВНЕМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ .....	598
Н. Г. БРАЙКО. ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ .....	599
ВАН СЮЕ МАНЬ, А. С. БОНДАРЬ. СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА НЕКОТОРЫХ АСПЕКТОВ МАССОВОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ КИТАЯ И УКРАИНЫ .....	600
Г. В. ВЛАСОВ. ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ ІЗ ЗАСТОСУВАННЯМ НАРОДНИХ ТРАДИЦІЙНИХ ЗАХОДІВ .....	601
А. В. ГАКМАН. ПРОБЛЕМИ ОРГАНІЗАЦІЇ РЕКРЕАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПІДЛІТКІВ У ЛІТНЬОМУ ТАБОРІ ВІДПОЧИНКУ .....	602
Н. В. ГАМАЛІЙ. КОМПОНЕНТНИЙ СКЛАД МАСИ ТІЛА У ЖІНОК ПЕРШОГО ЗРІЛОГО ВІКУ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ВЕЛОКІНЕТИКОЮ .....	603
С. В. ГОЗАК. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА У ШКОЛІ: ПОГЛЯД КРІЗЬ ПРИЗМУ ЗДОРОВ'Я .....	604
Г. Н. ГОЛУБЕВА. ПОДХОДИ К ФОРМИРОВАНИЮ АКТИВНОГО ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА РЕБЕНКА ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .....	605
Н. Н. ГОНЧАРОВА. ХАРАКТЕРИСТИКА ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ 8—11 ЛЕТ .....	606
Д. Н. ДАВИДЕНКО. ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ — ОСНОВНАЯ ЗАДАЧА ОБЩЕГО ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ .....	607
О. В. ДАВИДЕНКО, С. В. ТРАЧУК. КРИТЕРІЇ ОЦІНКИ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ШКОЛЯРІВ .....	608
Л. С. ДВОРКИНІ, О. Ю. ДАВЫДОВ. АТЛЕТИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА — СИСТЕМА БАЗОВОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКОГО ВУЗА .....	609
О. О. ДЕМБІЦЬКА. ВОЛОНТЕРСЬКА ДІЯЛЬНІСТЬ У СИСТЕМІ СПОРТУ ДЛЯ ВСІХ .....	610
С. В. ДМИТРУК. ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ ТУРИЗМОМ .....	611
Е. А. ДУДНИКОВА. ВАРИАБЕЛЬНОСТЬ СЕРДЕЧНОГО РИТМА У СТУДЕНТОК 17—20 ЛЕТ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ .....	612
М. В. ДУТЧАК. СИСТЕМА СПОРТУ ДЛЯ ВСІХ ЯК СКЛАДОВА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ .....	613
Л. А. ЕРАКОВА, Р. В. КРОПТА. ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ШКОЛЬНИКОВ: ПРОБЛЕМНЫЕ ВОПРОСЫ ДИАГНОСТИКИ И ИНТЕРПРЕТАЦИИ ДАННЫХ .....	614
Б. Г. ЕСЖАН. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ДЕТЕЙ ВТОРОГО КЛАССА .....	615
Г. О. ЖУК. ЗАСТОСУВАННЯ ЗАСОБІВ АКВАФІТНЕСУ З ДІТЬМИ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ .....	616
В. О. ЖУКОВ, П. С. КОЗУБЕЙ, Ю. О. УСАЧОВ. ОПТИМІЗАЦІЯ РУХОВОГО РЕЖИМУ СТУДЕНТОК РІЗНОГО СОМАТОТИПУ .....	617
Н. Н. ЗАВИДІВСЬКА. ЕПІСТЕМОЛОГІЯ КОМПЕТЕНТІСНО ОРІЄНТОВАНОГО ПІДХОДУ У СИСТЕМІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ .....	618
А. Н. ИЛЬЯСОВА, Э. К. ОСПАНОВА. ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ КАК ОСНОВНОЙ КОМПОНЕНТ УКРЕПЛЕНИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА .....	619
В. А. КАШУБА, Н. Н. ГОНЧАРОВА. ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КЕЙС-ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ .....	620
І. О. КОГУТ, В. Л. МАРИНИЧ. ОРГАНІЗАЦІЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ СЕРЕД ШКОЛЯРІВ .....	621
С. С. КОЗЛОВ, С. В. ВЛАСОВА. ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ МЕТОДИКИ ПРОВЕДЕНИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ АЭРОБИКИ, УЧИТЫВАЮЩЕЙ ОСОБЕННОСТИ ЖЕНСКОГО ОРГАНИЗМА .....	622
О. Д. КРИВЧИКОВА, Т. І. ЛЯСОТА. ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ДО УМОВ НАВЧАННЯ В ШКОЛІ .....	623
Н. А. КУНАШЕНКО. ДОСУГОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПОДРОСТКОВ МАЛОГО ГОРОДА .....	624
В. В. КУЧЕРЕНКО. МОТИВАЦИЯ К ЗАНЯТИЯМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ЖЕНЩИН ВТОРОГО ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ФИТНЕС-ЦЕНТРА .....	625
Ю. И. ЛАЗАКОВИЧ, Л. А. ЕРАКОВА. ОЦЕНКА СРОЧНЫХ АДАПТАЦИОННЫХ РЕАКЦИЙ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ ОРГАНИЗМА ЖЕНЩИН ПЕРВОГО ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА НА ЗАНЯТИЯХ ПИЛАТЕСОМ .....	626
С. Н. ЛИТВИНЕНКО. СИТУАТИВНОЕ И ЛИЧНОСТНОЕ СПОРТИВНОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ СТУДЕНТОВ УНИВЕРСИТЕТА ПРИ ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКИМ ВОСПИТАНИЕМ .....	627
А. И. МАХАНОВА. СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ МАЛЬЧИКОВ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ДВУХ ЭТНИЧЕСКИХ ГРУПП, НЕ ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТОМ .....	628
П. С. НАЗАР, О. О. ШЕВЧЕНКО. ФЕНОМЕН ЗДОРОВ'Я — АКТУАЛЬНА ПРОБЛЕМА СЬОГОДЕННЯ .....	629
И. Н. НИКУЛИН, А. А. КОНИК. ВЛИЯНИЕ РЕКРЕАТИВНЫХ ЗАНЯТИЙ С ОТЯГОЩЕНИЯМИ НА ПРОПОРЦИОНАЛЬНОСТЬ ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ ЖЕНЩИН 20—30 ЛЕТ .....	630
С. О. ПАРФЕНОВА. ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ .....	631

## СИСТЕМА СПОРТУ ДЛЯ ВСІХ ЯК СКЛАДОВА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ



*Національний університет фізичного виховання і спорту України,  
Київ, Україна*

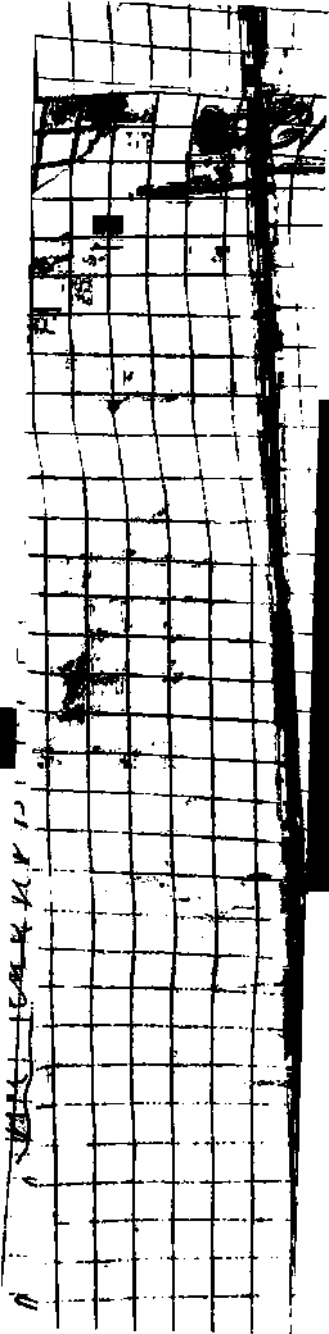
Спорт для всіх, який у 60-х роках ХХ ст. зародився як спортивний рух, завдяки важливості та корисності для суспільства, зростаючій популярності та певній типовості в реалізації, сформувався як соціальне явище. Визначено такі ознаки спорту для всіх: наявність доступної рухової активності належного обсягу та інтенсивності (визначальна ознака); здійснення під час дозвілля; заняття у формальних та/або неформальних групах, участь у масових спортивних заходах, самостійні заняття; спрямованість на профілактику захворювань та зміцнення здоров'я.

Спорт для всіх як соціальна система — це сукупність взаємопов'язаних та взаємодіючих суб'єктів для досягнення визначеної мети та реалізації відповідних функцій. Його мета — залучення людей до рухової активності під час дозвілля для зміцнення здоров'я. Критерієм рівня реалізації цієї мети є показник співвідношення кількості людей, які мають достатню активність, до загальної кількості населення. Обґрунтовано ієрархію цілей для досягнення вказаної мети, в основі якої формування, підтримання та задоволення інтересу людини до відповідної рухової активності, що виступає системотвірним компонентом та визначає характер зв'язків як всередині, так і ззовні цієї системи. Функції спорту для всіх об'єднуються в такі групи: оздоровчі; соціальні; економічні.

Головним суб'єктом і об'єктом системи спорту для всіх є конкретна людина. Інші суб'єкти розподілені на три групи: суб'єкти, які безпосередньо організують та здійснюють заходи із залучення людей до рухової активності; суб'єкти, які сприяють залученню людей до рухової активності; суб'єкти, які забезпечують управління взаємодією зазначених вище суб'єктів. Перші дві групи суб'єктів за формою власності та організаційно-правовим статусом об'єднуються в три сектори: муніципально-державний, громадський та приватний. Взаємодія між людиною та іншими суб'єктами системи спорту для всіх стає можливою завдяки реалізації таких програм: масові спортивні; фітнес-програми; рекреаційні.

Спорт для всіх розглядається як складова системи вищого рівня — здорового способу життя. Передовий світовий досвід засвідчує, що впровадження спорту для всіх в поєднанні з раціональним харчуванням, відмовою від шкідливих звичок, належними екологічними умовами забезпечує підвищення функціональних резервів організму та профілактику хронічних неінфекційних захворювань.

Започатковано новий науковий напрям, що передбачає вивчення спорту для всіх як самостійної соціальної системи та підсистеми здорового способу життя з орієнтацією не на внутрішні критерії, а на критерії, що визначаються вказаною системою вищого рівня, в органічному взаємозв'язку з іншими компонентами здорового способу життя, а також з урахуванням особливостей та національних традицій окремих країн.



11  
 15  
 16  
 17  
 18  
 19  
 20  
 21  
 22  
 23  
 24  
 25  
 26  
 27  
 28  
 29  
 30  
 31  
 32  
 33  
 34  
 35  
 36  
 37  
 38  
 39  
 40  
 41  
 42  
 43  
 44  
 45  
 46  
 47  
 48  
 49  
 50  
 51  
 52  
 53  
 54  
 55  
 56  
 57  
 58  
 59  
 60  
 61  
 62  
 63  
 64  
 65  
 66  
 67  
 68  
 69  
 70  
 71  
 72  
 73  
 74  
 75  
 76  
 77  
 78  
 79  
 80  
 81  
 82  
 83  
 84  
 85  
 86  
 87  
 88  
 89  
 90  
 91  
 92  
 93  
 94  
 95  
 96  
 97  
 98  
 99  
 100