

# Молодий вчений

ISSN 2304-5809

СПЕЦВИПУСК



ДВНЗ  
«ПЕРЕЯСЛАВ-  
ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ  
ДЕРЖАВНИЙ  
ПЕДАГОГІЧНИЙ  
УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ГРИГОРІЯ СКОВОРОДИ»

XVI МІЖНАРОДНА  
НАУКОВО-ПРАКТИЧНА  
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЯ

«АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ  
І ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,  
СПОРТУ  
І ТУРИСТСЬКО-КРАЄЗНАВЧОЇ  
РОБОТИ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ»

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ  
УНІВЕРСИТЕТ імені ГРИГОРІЯ СКОВОРОДИ

4.2 (56.2)  
2018

ISSN (Print): 2304-5809  
ISSN (Online): 2313-2167

*Науковий журнал*  
**«Молодий вчений»**

№ 4.2 (56.2) квітень 2018 р.

## Редакційна колегія журналу

Базалій Валерій Васильович – доктор сільськогосподарських наук (Україна)  
Балашова Галина Станіславівна – доктор сільськогосподарських наук (Україна)  
Гриценко Дмитро Сергійович – кандидат технічних наук (Україна)  
Змерзлий Борис Володимирович – доктор історичних наук (Україна)  
Іртищєва Інна Олександрівна – доктор економічних наук (Україна)  
Коковіхін Сергій Васильович – доктор сільськогосподарських наук (Україна)  
Лавриненко Юрій Олександрович – доктор сільськогосподарських наук (Україна)  
Лебедева Надія Анатоліївна – доктор філософії в галузі культурології (Україна)  
Морозенко Дмитро Володимирович – доктор ветеринарних наук (Україна)  
Наумкіна Світлана Михайлівна – доктор політичних наук (Україна)  
Нетюхайло Лілія Григорівна – доктор медичних наук (Україна)  
Пекліна Галина Петрівна – доктор медичних наук (Україна)  
Писаренко Павло Володимирович – доктор сільськогосподарських наук (Україна)  
Романенкова Юлія Вікторівна – доктор мистецтвознавства (Україна)  
Севостьянова Наталія Іларіонівна – кандидат юридичних наук (Україна)  
Стратонов Василь Миколайович – доктор юридичних наук (Україна)  
Ходосовцев Олександр Євгенович – доктор біологічних наук (Україна)  
Шаванов Сергій Валентинович – кандидат психологічних наук (Україна)  
Шайко-Шайковський Олександр Геннадійович – доктор технічних наук (Україна)  
Шапошников Костянтин Сергійович – доктор економічних наук (Україна)  
Шапошнікова Ірина Василівна – доктор соціологічних наук (Україна)  
Шепель Юрій Олександрович – доктор філологічних наук (Україна)  
Шерман Михайло Ісаакович – доктор педагогічних наук (Україна)  
Шипота Галина Євгенівна – кандидат педагогічних наук (Україна)  
Яковлев Денис Вікторович – доктор політичних наук (Україна)

## Міжнародна наукова рада

Arkadiusz Adamczyk – Professor, dr hab. in Humanities (Poland)  
Giorgi Kvinikadze – PhD in Geography, Associate Professor (Georgia)  
Janusz Wielki – Professor, dr hab. in Economics, Engineer (Poland)  
Inessa Sytnik – Professor, dr hab. in Economics (Poland)  
Вікторова Інна Анатоліївна – доктор медичних наук (Росія)  
Глущенко Олеся Анатоліївна – доктор філологічних наук (Росія)  
Дмитрієв Олександр Миколайович – кандидат історичних наук (Росія)  
Марусенко Ірина Михайлівна – доктор медичних наук (Росія)  
Швецова Вікторія Михайлівна – кандидат філологічних наук (Росія)  
Яригіна Ірина Зотовна – доктор економічних наук (Росія)

Повний бібліографічний опис всіх статей журналу представлено у:  
Національній бібліотеці України імені В.В. Вернадського,  
Науковій електронній бібліотеці Elibrary.ru, Polish Scholarly Bibliography

Журнал включено до міжнародних каталогів наукових видань і наукометричних баз:  
РИНЦ, ScholarGoogle, OAJI, CiteFactor, Research Bible, Index Copernicus.  
Index Copernicus (IC™ Value): 4.11 (2013); 5.77 (2014); 43.69 (2015); 56.47 (2016)

Свідоцтво про державну реєстрацію  
друкованого засобу масової інформації – серія КВ № 18987-7777Р від 05.06.2012 р.,  
видане Державною реєстраційною службою України.

Відповідальність за зміст, добір та викладення фактів у статтях несуть автори. Редакція не завжди поділяє позицію авторів публікацій. Матеріали публікуються в авторській редакції. Передрукування матеріалів, опублікованих в журналі, дозволено тільки зі згоди автора та редакції журналу.

<b>Ганопольский В.И., Соловых Т.К.</b> Информационное обеспечение и организация спортивно-патриотических походов в Беларуси.....	110
<b>Горбенко М.І.</b> Картографічне краєзнавство – ключовий аспект туристично-пізнавальної діяльності учнів.....	115
<b>Зигунов В.Н.</b> Военно-прикладное значение видов спортивного туризма.....	118
<b>Зігунова І.С.</b> Сутність інноваційної системи професійної підготовки інструкторів гірсько-пішохідного туризму в університеті.....	122
<b>Конох А.А.</b> Формування фахової компетентності майбутніх викладачів фізичного виховання у сфері екологічного туризму: теоретичний аспект проблеми.....	126
<b>Конох А.П.</b> Формування професійної компетентності майбутніх фахівців фізичної культури і туризму.....	130
<b>Криволапов Е.А.</b> Модель формування професійної компетентності з безпеки туризму у майбутніх фахівців туристичної галузі.....	134
<b>Люта Д.А.</b> Методологічні підходи у формуванні готовності майбутніх фахівців з туризмознавства до професійної діяльності.....	138
<b>Обозний В.В.</b> Теоретико-методологічні засади освітньої стратегії розвитку регіонального туризму.....	141
<b>Палатний І.А., Палатна О.М.</b> Використання засобів спортивно-оздоровчого туризму та краєзнавства в боротьбі проти булінгу.....	146
<b>Поліщук В.В.</b> Розвиток фізичних здібностей учнів середньої ланки в процесі туристсько-краєзнавчої діяльності.....	151
<b>Сидорук А.В.</b> Освітньо-інформаційне середовище як засіб підготовки майбутніх фахівців з туризмознавства до професійної діяльності.....	155
<b>Смирнов І.Г.</b> Відновлення бувшої польської астрономічно-метеорологічної обсерваторії «Білий слон» у Карпатах та його вплив на туристичний розвиток регіону.....	159
<b>Троценко В.В.</b> Вплив занять туризмом на показники рівня фізичного здоров'я підлітків.....	163
<b>Фастоведь О.О.</b> Міста як центри розвитку міського (урбан) туризму.....	167

## РОЗДІЛ 4

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ  
ЗАСАДИ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ

<b>Горбенко М.І., Лой Б.І.</b> Організаційно-технологічні особливості анімаційних програм для молодіжного туризму.....	171
<b>Круцевич Т.Ю., Андреева О.В., Благій О.А., Садовський О.О.</b> Проблема формування рекреаційної культури студентської молоді в умовах активного дозвілля.....	175
<b>Маковецька Н.В., Конох О.Є.</b> Використання зарубіжного досвіду дистанційного навчання у підготовці фахівців галузі туризму та готельно- ресторанної справи.....	180
<b>Пангелов Б.П., Заруба О.В.</b> Фітнес-туризм як різновид спортивно-оздоровчого сервісу.....	184
<b>Пешкова О.Ю.</b> До проблеми впливу фітнес-технологій на формування здорового способу життя студентської молоді.....	187
<b>Підгайна В.О.</b> Вплив фізкультурно-оздоровчих занять з елементами акварекреації на рівень фізичного розвитку і показники серцево-судинної та дихальної систем організму юнаків 16-17 років.....	191
<b>Танана С.М.</b> Маркетингові інформаційні технології у професійній підготовці фахівців сфери обслуговування.....	195
<b>Троценко Т.Ю., Пивоваров А.А.</b> Перспективи розвитку аквафітнесу у фізичному вихованні молодших школярів.....	199

## РОЗДІЛ 5

ОЛІМПІЙСЬКИЙ  
ТА ПРОФЕСІЙНИЙ СПОРТ

<b>Кадыров Р.Р., Кривенко Ю.А., Курочкин В.Г.</b> Исторические предпосылки развития женского хоккея на траве в Андижане.....	204
<b>Мовчан В.П.</b> Проблема травматизму в спорті та його профілактика.....	207
<b>Чиженок Т.М., Коваленко Ю.О.</b> Показники тренувальних навантажень і ступінь їх впливу на стан здоров'я юних каратистів.....	211
<b>Шульга М.П.</b> Методичні особливості відбору юних бігунів в бігу на середні дистанції на різних етапах підготовки.....	217
<b>Юрченко І.В.</b> Методика розвитку швидкісно-силових здібностей у студентів-боксерів.....	221

УДК 796.015.62-055.1

## ПРОБЛЕМА ФОРМУВАННЯ РЕКРЕАЦІЙНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ АКТИВНОГО ДОЗВІЛЛЯ

Круцевич Т.Ю., Андрєєва О.В., Благій О.Л., Садовський О.О.

Національний університет фізичного виховання і спорту України

У статті з урахуванням сучасного етапу розвитку галузевих наукових знань та на основі комплексного аналізу понятійно-категоріального апарату рекреації уточнено трактування поняття «рекреаційна культура», як складової фізичної культури. Здійснено систематизацію рекреаційних потреб студентської молоді. Розроблено та обґрунтовано структуру і зміст технології формування рекреаційної культури студентської молоді та визначено й опрацьовано організаційно-методичні умови її реалізації у вищому навчальному закладі засобами оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Доведено ефективність застосування технології формування рекреаційної культури студентської молоді з огляду позитивного впливу на показники фізичного стану, теоретичної підготовленості, обсягу рухової активності, організацію корисного дозвілля та активного відпочинку, рівня рекреаційної культури.

**Ключові слова:** рекреаційна культура, студенти, фізичне виховання, вільний час, дозвілля.

**Постановка проблеми.** Студентський вік – це специфічний стан становлення особистості, пов'язаний із стадією розквіту її фізичних та духовних можливостей, адже в цьому віці відбувається інтенсивна соціалізація особистості та розуміння вагомості свого інтелектуального та фізичного розвитку, як передумови успішної фахової підготовки до майбутньої творчої праці й щасливого особистого життя. Як стверджують автори [12, с. 79; 18, с. 8 та ін.] саме у вищій школі необхідно залучати студентів не тільки до регламентованих розкладом занять, а й формувати у них культуру дозвілля. Загальна культура, рівень розвитку молодого людини розкриваються у вмінні використовувати свій вільний час.

Як засвідчують науковці [9, с. 147; 13, с. 28] актуальність проблеми формування рекреаційної культури молоді зумовлена також рядом суперечностей між потребою суспільства у поглибленні культури дозвілля студентів і відсутністю системи науково-методичної підтримки формування такої культури у процесі фізичного виховання; потребою молоді у самоствердженні, спілкуванні, творчій самореалізації та невмінням раціонально використовувати для цього вільний час; значним потенціалом засобів фізичної рекреації у вихованні рекреаційної культури студентів і обмеженням їх використання у вільний час. Недостатня наукова розробленість зазначеної проблеми викликає необхідність її глибокого і послідовного вирішення.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Аналіз спеціальної науково-методичної літератури свідчить, що у сучасних дослідженнях недостатньо уваги приділено рекреаційній культурі студентської молоді. Вивчення стану питання показало, що дослідниками рекреаційна культура розглядається як добровільна рухова активність з використанням фізичних вправ, спрямованих на поліпшення психофізіологічної працездатності, розвага і різнобічне вдосконалення особистості студентів в процесі професійної підготовки [19], як одна з функцій культури, пов'язана з відновленням людиною своїх духовних сил, оновленням і приведенням в норму свого духовного потенціалу, проведенням своєрідної «профілактики» духовного стану, як результат підтримки і відновлення здоров'я, як феномен загальної культури,

що відображає спосіб організації та змістовну наповненість вільного часу з метою всебічного розвитку особистості студента та вираження своєї сутності як освіченість, фізична підготовленість та удосконалення особистості, відображені у здоровому способі життя [7, с. 220]. Окремим питанням формування культури дозвілля приділяли увагу О. Бойко [6, с. 124], С. Пішун [13, с. 87], К. Сергієнко [14, с. 16] та інші науковці.

Водночас встановлено, що у науковій літературі недостатньо дослідженим залишається питання формування і розвитку рекреаційної культури студентської молоді у сучасних умовах.

**Мета статті.** Виявити проблеми та обґрунтувати підходи щодо формування рекреаційної культури студентської молоді в умовах активного дозвілля.

**Виклад основного матеріалу.** Узагальнення теоретичних положень щодо визначення сучасного змісту поняття «рекреаційна культура» дозволило нам на основі доповнення наявних трактувань представити власне визначення «рекреаційна культура – сукупність засвоєних форм людської поведінки, надбаних знань і видів рухової діяльності, орієнтованих на задоволення фізичних, духовних і соціальних потреб людей у вільний час за допомогою використання засобів оздоровчо-рекреаційної рухової активності».

Розглядаючи оздоровчо-рекреаційну діяльність, слід відмітити, що існує декілька методологічних підходів до розкриття її сутності: діяльність, спрямована на оптимізацію оперативної працездатності, підтримка і відновлення життєвих сил; активне дозвілля, відпочинок у вільний час, розваги; засіб набуття і реалізації життєвих цінностей. Сутність формування рекреаційної культури студентської молоді полягає у створенні таких умов у фізкультурно-освітньому процесі, за яких студент стає її суб'єктом, здатним розробляти і реалізувати власні програми оздоровчо-рекреаційної діяльності. Процес формування рекреаційної культури студентської молоді повинен здійснюватися на основі взаємодії педагогічної та соціальної систем, які забезпечують всебічний розвиток особистості, формування усвідомленої потреби в активному способі життя, задоволенні потреби студентів у зміцненні і збе-

реженні здоров'я, рухової активності, раціональному відпочинку і розвагах, творчому розвитку і спілкуванні. Для підвищення рухової активності студентів мають бути враховані їх переваги у виборі форм, видів, змісту і організації оздоровчо-рекреаційної діяльності.

У фаховій літературі представлено три підходи до визначення рекреаційної культури: аксіологічний (розглядає рекреаційну культуру як форму її нормативно-ціннісної регуляції та матеріально-технічного забезпечення, змістовну наповненість вільної життєдіяльності); акмеологічний (розглядає культуру дозвілля як прагнення людини виразити свою сутність, розкрити соціальну активність, що сприяє всебічному розвитку особистості; спосіб реалізації та збагачення основних сутнісних сил людини у процесі вільно обраної діяльності); адаптивний (культура дозвілля розглядається як спосіб організації дозвілля, спосіб опанування творчим потенціалом вільного часу).

Ми згодні з твердженням С. Пішуна [17, с. 86], що для дослідження проблеми формування рекреаційної культури надзвичайно важливою є мотиваційна діяльність молоді. Щоб мотивувати свою діяльність, особистість повинна визначити предмет своєї потреби або уявити його у вигляді якогось суб'єктивного образу, мети, котрі необхідно задовольнити. Тому нами досліджувалася мотивація студентів. Результати анкетування засвідчили, що провідними мотивами до оздоровчо-рекреаційної рухової активності студентської молоді виступають такі, як задоволення від руху (8,56 балів); позитивні емоції (8,37 балів); спілкування (8,14 балів); самовдосконалення (7,86 балів); домінування (7,63 бали), ігри та розваги (7,58 балів), самовдосконалення (7,37 балів); звички (7,17 балів). Отримані нами дані кореспондуються з результатами досліджень О.В. Андрєєвої, У.М. Катерини, О.О. Садовського [2], О.Л. Благій, М.Ю. Ячнюка [8].

В основі суспільно значущих мотивів лежать види діяльності, які забезпечують самовдосконалення людини. До основних мотивів участі в рекреаційній діяльності ми віднесли: мотиви, пов'язані з прагненням до самореалізації в конкретній діяльності (прагнення на практиці проявити свої здібності); мотиви, переважно пов'язані з рекреаційною спрямованістю (прагнення відпочити після напруженої праці, навчання, змістовно і цікаво провести вільний час); мотиви, переважно пов'язані з реалізацією комунікативних інтересів (прагнення духовно збагатитися від спілкування з цікавими людьми); мотиви, переважно пов'язані з предметно-споглядацькою спрямованістю; престижні мотиви (прагнення досягти визнання, успіху); мотиви, пов'язані з прагненням людини перенести елементи творчості в сферу дозвілля; мотиви, пов'язані з прагненням бути схожим на інших (мода, наслідування).

Нашими дослідженнями встановлено, що привабливими видами рухової активності для студентської молоді є засоби спортивної анімації. Узагальнення теоретичного матеріалу свідчить, що анімація є одним з найбільш перспективних видів роботи з населенням, оскільки, носить багатосторонній характер, який відповідає широкому колу потреб, інтересів та запитів людей. Основне призначенням будь-якої анімації, у тому числі

спортивної, – поживавити процес дозвілля, оновити поведінку і погляди людей, залучити якомога більше населення до корисного відпочинку, забезпечити при цьому максимум позитивних емоцій, сприяти відновленню втрачених кондицій та самовдосконаленню. Окрім цього, анімація спрямована на всебічний розвиток особистості (соціальний, духовний, фізичний), підвищує внутрішній потенціал особистості, необхідний для подолання негативних проявів та сприяє особистісному удосконаленню [8, с. 56]. Спортивна анімація включає в себе одночасно розважальні заходи та різноманітні спортивні та рухливі ігри, вправи та змагання, що робить програми цікавими та корисними для формування рекреаційної культури, підвищення рівня здоров'я.

Як стверджують автори [6; 16] наслідком нерационального використання вільного часу студентами є невпорядкованість їх життєдіяльності, яка відображається в таких компонентах як несвоєчасний прийом їжі, систематичне недосипання, виконання домашніх завдань в час призначений для сну, низька тривалість перебування на свіжому повітрі, наявність шкідливих звичок, що в свою чергу неминуче призводить до зниження рівня здоров'я молоді. Зазначені положення були враховані нами при розробці технології формування рекреаційної культури студентської молоді.

Аналіз рухової активності досліджуваного контингенту свідчить, загалом, про низький її рівень. Результати наших досліджень корелюють з даними отриманими європейськими дослідниками, які свідчать про те, що основними мотивами до занять руховою активністю є: задоволення, бажання бути у формі, дух суперництва, інтерес [23; 24; 25 та ін.]. Стримуючими факторами до занять фізичною активністю були фактори пов'язані з навчанням (виконання самостійної роботи, відсутність часу). Сучасна студентська молодь зацікавлена в участі у руховій активності під час дозвілля, якщо остання передбачає відпочинок у компанії однолітків у місцях відпочинку (парки, нічні клуби, рекреаційні центри). Рекреаційні центри мають великий вплив на формування загального відношення студентів до фізичної культури загалом. Опитування американських студентів показало, що студенти, які регулярно відвідують рекреаційний центр у вільний від навчання час, активно беруть участь у спортивній діяльності університету, в той час як студенти, які не відвідують рекреаційний центр, зовсім не зацікавлені в навчальному процесі та діяльності у вищому навчальному закладі [26]. Крім цього останні більш схильні до шкідливих для здоров'я звичок (куріння, вживання алкоголю тощо) та ведуть пасивний спосіб життя.

Нами досліджувалися питання оцінки рівня рекреаційної культури студентської молоді. Ми підтримуємо думку більшості науковців щодо включення до структури рекреаційної культури студентської молоді декількох компонентів: мотиваційно-особистісний компонент (рівень сформованості мотиваційно-потребової сфери); інтелектуальний компонент (рівень теоретичних знань, практичних умінь і навичок самостійно використовувати засоби фізичної культури і спорту); особистісно-діяльнісний компонент (рівень фізичної кондиції).

Для кількісної оцінки рекреаційної культури нами був використаний підхід, запропонований роботі О.А. Томенка [19, с. 14], на основі якого розроблена та обґрунтована інтегральна оцінка. Для використання в умовах навчального процесу з фізичного виховання студентської молоді та в процесі самостійних занять фізичними вправами нами запропоновано експрес-індекс оцінювання рекреаційної культури. До його змісту були включені найбільш зручні для підрахунку і використання показники, які можуть бути визначені шляхом анкетування: обсяг добової рухової активності високого або середнього рівня (в годинах), рівень теоретичної підготовленості, рівень фізичної працездатності (за пробою Руф'є), кількість самостійних занять фізичними вправами, свідомо потреба в заняттях фізичною культурою, яка прямо характеризує аксіологічну складову рекреаційної культури.

За розробленим алгоритмом оцінки визначено показник рівня сформованості рекреаційної культури студентської молоді. Встановлено, що більшість студентів мають низький рівень рекреаційної культури.

Незважаючи на наявність численних наукових здобутків у сфері оздоровчо-рекреаційної рухової активності [6; 15 та ін.], залишаються не вирішеними питання щодо формування рекреаційної культури студентської молоді у процесі позанавчальних занять з фізичного виховання.

На сьогоднішній день технологічний підхід до різних видів діяльності став розглядатися як один з найактуальніших і в рекреаційно-оздоровчій сфері [6]. Дослідженнями встановлено ефективність його впровадження у процес фізичного виховання молодших школярів [21], практику роботи літніх оздоровчих таборів з дітьми середнього шкільного віку (11-14 років) [3], процес позаурочної фізкультурно-оздоровчої та рекреаційної діяльності школярів старших класів [5], процес фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів [13]. Тому нами були вивчені передумови розробки технології формування рекреаційної культури студентської молоді у процесі фізичного виховання.

До основних передумов розробки нами віднесено соціально-психологічні, що включають ціннісні орієнтації студентів, їх мотивацію до оздоровчо-рекреаційних занять, особливості вільночасової діяльності, та організаційні, що містять рівень залучення молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової активності, відношення студентів до організації занять з фізичного виховання, рівень теоретичних знань і практичних умінь, особливості програмно-методичного забезпечення процесу фізичного виховання у навчальному закладі тощо.

З метою перевірки необхідності та доцільності впровадження в процес фізичного виховання вищих навчальних закладів технології формування рекреаційної культури студентської молоді було проведено експертне опитування викладачів фізичного виховання ВНЗ міста Києва. Була виявлена думка експертів щодо необхідності та етапів впровадження означеної технології, виявлені основні критерії ефективності технології формування рекреаційної культури студентської молоді, проблеми і недоліки розроб-

ки та впровадження існуючих технологій формування культури дозвілля та вільного часу, а також визначені пріоритетні види рекреації, які слід включати до технології. Більшість експертів вважають за доцільне впровадження в процес фізичного виховання зазначених технологій.

На основі отриманих у констатувальному експерименті даних, визначених передумов, експертного оцінювання доцільності створення технології розроблено, обґрунтовано та запроваджено структуру та зміст технології формування рекреаційної культури студентської молоді, яка містить мету, завдання, принципи, етапи реалізації, програма з використанням засобів спортивної анімації, форми організації, засоби, критерії ефективності.

При розробці технології формування рекреаційної культури студентської молоді, окрім загальнонавчальних, також були враховані підходи Л.Р. Щур [22], С.М. Футорного [20] щодо теоретичного обґрунтування технології формування навичок здорового способу життя, яка дає змогу в умовах навчальних та самостійних занять фізичним вихованням впливати на процес формування навичок здорового способу життя студентів.

Практичною складовою технології формування рекреаційної культури студентської молоді виступила програма, з використанням засобів спортивної анімації та рекреаційних ігор.

Програма включала теоретичний та практичний блоки та містила інформацію про особливості організації позанавчальних занять з фізичного виховання, питання контролю та самоконтролю показників фізичного стану студентів в процесі занять оздоровчо-рекреаційною руховою активністю, використання інноваційних засобів організації занять під час активного дозвілля, нормування фізичних навантажень в процесі таких занять.

Також доведено доцільність та необхідність використання інноваційних засобів рухової активності та форм організації позанавчальних занять при розробці подібних програм, що суттєво впливає на підвищення мотивації молоді до участі у таких програмах. Так, нами розширено та доповнено наявні розробки науковців щодо актуальності застосування інтерактивних методів підвищення рівня теоретичних знань. Для підвищення якості навчального процесу з теоретико-методичної підготовки студентів нами використовувались наступні інтерактивні методи навчання: інформаційні повідомлення, «мозковий штурм», інтерактивні презентації, міні-лекції, запитання та відповіді, дебати на задану тему.

Оцінка ефективності запропонованої технології формування рекреаційної культури студентів здійснювалася у процесі педагогічного експерименту, тривалість якого склала один навчальний рік.

Проведений педагогічний експеримент дозволив визначити ефективність запропонованих заходів, які оцінювались за допомогою виділених критеріїв ефективності, в якості яких виступили визначені складові рекреаційної культури: рівень теоретичних знань, практичних умінь, зміни у мотиваційно-ціннісному ставленні, показники фізичного та психоемоційного стану студентської молоді. Про ефективність розроблених заходів свідчить покращення рівня рекреації культури загалом і окремих її компонентів, зокрема.

Так, спостерігалось підвищення рівня рухової активності студентів, особливо на середньому та високому рівнях, зниження захворюваності досліджуваного контингенту впродовж навчального року. Достовірні зміни відбулися і у покращення показників теоретичного підготовленості студентів, показників фізичного та психоемоційного стану. Серед показників фізичного стану достовірно покращилися показники працездатності та фізичного здоров'я. Достовірні зміни відбувалися і у покращенні самопочуття, активності та настрою. Впроваджена технологія змістила акценти в розумінні цінностей фізичної культури. Так, у юнаків найбільш суттєві зрушення виявлено в цінності «набуття теоретичних знань, необхідних в майбутньому», яка покращила рангове становище порівняно з початком дослідження (п'яте на противагу восьмому), ставши таким чином домінуючою. Дівчата більше почали цінувати психічні якості, адже цінність фізичної культури «виховання психічних якостей» перейшло з групи індиферентних в ядро (2 місце). Крайніх позицій надано цінностям «всебічний гармонійний розвиток» (четверте місце проти сьомого), «підвищення розумової та фізичної працездатності» (шосте проти восьмого), а також цінності «набуття теоретичних знань».

Впроваджені розробки сприяли підвищенню рівня обізнаності студентів з основними компонентами рекреаційної культури, де, з одного боку, студенти знайомилися з теоретичними складовими формування рекреаційної культури, а з іншого, оволодівали практичними навичками оздоровлення і проведення дозвілля за допомогою засобів спортивної анімації. Відмічалося збільшення кількості студентів, які задово-

лені організацією процесу фізичного виховання в умовах дозвілля.

**Висновки.** Проведений аналіз свідчить про невідповідність рекреаційної діяльності сучасних студентів її потенційним можливостям, що зумовлено відсутністю рекреаційних програм, проєктів у вищих навчальних закладах, недостатньою залученістю молоді до різних видів і форм дозвілля; неналежною професійною підготовкою та відсутністю мотивації педагогів до її організації та проведення; відсутністю партнерської співпраці між вищими навчальними закладами та дозвілєвими установами в його організації і проведенні.

На основі проведених досліджень нами розроблено та обґрунтовано структуру і зміст технології формування рекреаційної культури студентської молоді (мету, завдання, принципи, умови, програми, критерії ефективності) та визначено й опрацьовано організаційно-методичні умови її реалізації у вищому навчальному закладі засобами оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Результати проведеного педагогічного експерименту довели ефективність застосування технології формування рекреаційної культури студентської молоді з огляду позитивного впливу на показники фізичного стану, теоретичної підготовленості, обсягу рухової активності, організацію корисного дозвілля та активного відпочинку, рівня рекреаційної культури.

**Перспективи подальших досліджень.** Подальшого наукового вивчення потребують питання організації оздоровчо-рекреаційних занять з використанням засобів оздоровчо-рекреаційної рухової активності, підвищення рівня рекреаційної культури різних груп населення.

## Список літератури:

1. Андреева О.В. Організація вільного часу студентської молоді / О.В. Андреева, У.М. Катерина, О.О. Садовський // Актуальні проблеми фізичної культури, спорту та здоров'я людини у сучасному суспільстві : мат. наук.-практ. конференції (Чернівці, 24-25 квітня 2015 р.) / за редакцією Я.Б. Зорія. – Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2015. – С. 54–57.
2. Андреева О.В. Технологія розробки рекреаційно-оздоровчих програм у літньому оздоровчому таборі / О.В. Андреева, А.В. Гакман // Слобожан. наук.-спорт. вісн. – 2011. – № 4. – С. 216–220.
3. Андреева О. Технологія проектування рекреаційної діяльності старшокласників / О.В. Андреева, Н.В. Ковальова // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2012. – № 2. – С. 29–33.
4. Андреева О.В. Фізична рекреація різних груп населення / О.В. Андреева. – К.: Поліграфсервіс, 2014. – 280 с.
5. Благій О. Технологія впровадження засобів туризму в рекреаційну діяльність студентської молоді / О. Благій, М. Ячнюк // Молодіж. наук. вісн. Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2015. – Вип. 3. – С. 34–38.
6. Бойко О.П. Культура дозвілля у суспільстві ризику : монографія / О.П. Бойко. – Суми: ДВНЗ «УАБС НБУ», 2011. – 285 с.
7. Виноградов Г.П. Физическая рекреация: учебник / Под ред. Г.П. Виноградова, Е.А. Ивченко. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 240 с.
8. Дутчак М.В. Актуалізація проблеми підготовки та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення / М.В. Дутчак, Л.В. Пасічник // Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. – 2012. – Вип. 16. – С. 54–58.
9. Кожевнікова Л. Формування культури дозвілля сучасного студента в контексті технологізації навчального процесу / Л. Кожевнікова, З. Дзюба, Г. Бреславська // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : збірник наукових праць Волинського держ. ун-ту ім. Лесі Українки / Волинський НУ ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2008. – Т. 2. – С. 145–149.
10. Корж Н.Л. Аналіз сформованості мотивації до самостійних занять фізичною культурою у студентів перших курсів технічних спеціальностей / Корж Н.Л. // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт : зб. наук. праць ; гол. ред. Носко М.О. – Чернівці: ЧНПУ, 2015. – Вип. 129. – Т. III. – С. 171–174.
11. Круцевич Т. Креативні заняття як чинник формування дозвільної культури [Текст] / Тетяна Круцевич, О. Андреева, О. Благій // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2008. – № 01. – С. 3–7.
12. Круцевич Т.Ю. Формування фізичної культури студентів у системі вищої освіти / Т.Ю. Круцевич, О. Марченко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2009. – № 2. – С. 78–81.
13. Пішун С.Г. Формування культури дозвілля студентів вищих навчальних закладів в умовах роботи студентського клубу : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07 / Пішун Сергій Григорович. – Суми, 2005. – 254 с.



14. Сергієнко С.М. Виховання культури дозвілля підлітків у позаурочній та позашкільній діяльності засобами педагогічної анімації: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.07 Теорія і методика виховання / С.М. Сергієнко. – К., 2013. – 20 с.
15. Томенко О.А. Міжнародний досвід організації проектів та програм зі здоров'язбереження і рухової активності різних груп населення / О.А. Томенко // Спортивна наука України. – 2014. – № 3. – С. 12–17.
16. Футурний С.М. Теоретико-методичні основи інноваційних технологій формування здорового способу життя студентів в процесі фізичного виховання: автореф. дис. ... д-ра наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Сергій Михайлович Футурний; НУФВСУ. – Київ, 2015. – 45 с.
17. Чернявський М. Рекреаційно-оздоровчі технології у процесі фізичного виховання молодших школярів / М. Чернявський, О. Андреева // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2007. – № 3. – С. 30–33.
18. Щур Л.Р. Формування здорового способу життя студентів спеціальності «образотворче та декоративно-ужиткове мистецтво»: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 / Лідія Романівна Щур; ЛДУФК. – Львів, 2015. – 19 с.
19. Attila Mosonyi. Leisure activities and travel habits of college students in the light of a survey (electronic resource) / Attila Mosonyi, Erika Kuncyves, Ibolya Fodor, Anetta Moller // Applied Studies in Agribusiness and Commerce. Mode of access: <http://apstract.net/index.php/2015/09/28/leisure-activities-and-travel-habits-of-college-students-in-the-light-of-a-survey/>.
20. Jonathan Lerner. Correlates of Physical Activity Among College Students (electronic resource) / Jonathan Lerner, Con Burns, Bine de Ryiste // Recreational Sports Journal – P. 95–106, Issue 2, October, 2011. – Mode of access: [http://www.humankinetics.com/acucustom/sitename/Documents/DocumentItem/02\\_lerner\\_RSJ\\_2010018\\_95-106.pdf](http://www.humankinetics.com/acucustom/sitename/Documents/DocumentItem/02_lerner_RSJ_2010018_95-106.pdf).
21. Manuel Gymez-Lypez. Perceived barriers by university students in the practice of physical activities / Manuel Gymez-Lypez, Antonio Granero Gallegos and Antonio Baena Extremera // Journal of Sports Science and Medicine, p. 374–381, September 2010.
22. Motivational factors for outdoor activity participation in the U.S. in 2013. <http://www.statista.com/statistics/190448/motivation-for-outdoor-activities-by-age-in-the-us-2009/>.

**Круцевич Т.Ю., Андреева Е.В., Благий А.Л., Садовский А.А.**

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

## **ПРОБЛЕМА ФОРМИРОВАНИЯ РЕКРЕАЦИОННОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ В УСЛОВИЯХ АКТИВНОГО ОТДЫХА**

### **Аннотация**

В статье с учетом современного этапа развития отраслевых научных знаний и на основе комплексного анализа понятийно-категориального аппарата рекреации уточнено определение понятия «рекреационная культура», как составляющей физической культуры. Осуществлена систематизация рекреационных потребностей студенческой молодежи. Разработано и обосновано структуру и содержание технологии формирования рекреационной культуры студенческой молодежи, определены и апробированы организационно-методические условия ее реализации в высшем учебном заведении средствами оздоровительно-рекреационной двигательной активности. Доказана эффективность применения технологии формирования рекреационной культуры студенческой молодежи с позиции положительного влияния на показатели физического состояния, теоретической подготовленности, объема двигательной активности, организацию полезного досуга и активного отдыха, уровня рекреационной культуры.

**Ключевые слова:** рекреационная культура, студенты, физическое воспитание, свободное время, досуг.

**Krutsevich T.Yu., Andrieieva O.V., Blagii O.L., Sadovskii O.O.**

National University of Physical Education and Sports of Ukraine

## **THE ISSUE OF THE DEVELOPMENT OF RECREATIONAL CULTURE IN STUDENT YOUTH IN THE CONTEXT OF ACTIVE LEISURE**

### **Summary**

In the article, taking into account the current stage of development of scientific knowledge in the field and on the basis of a comprehensive analysis of the conceptual and categorical framework of recreation, the interpretation of the concept of “recreational culture” as a component of physical culture is justified. The systematization of recreational needs of student youth is carried out. The structure and content of the technology of development of recreational culture in student youth is developed and substantiated. Furthermore, the organizational and methodological conditions for its implementation in the higher educational institution by means of health-enhancing and recreational physical activity are defined and elaborated. The efficiency of implementation of the technology of development of recreational culture in student youth is proved from the perspective of positive influence on physical fitness indicators, theoretical preparedness, volume of physical activity, organization of healthy leisure and active rest, and the level of recreational culture.

**Keywords:** recreational culture, students, physical education, free time, leisure.