

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ,  
СПОРТ І ТУРИСТСЬКО-  
КРАЄЗНАВЧА РОБОТА  
В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ

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

*ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ*

ПЕРЕЯСЛАВ-ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ  
2017

УДК 796.011.3+[796.5:908(082)

ББК 75.1+75.8+26.89я43

А 43

**ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, СПОРТ І ТУРИСТСЬКО-КРАЄЗНАВЧА  
РОБОТА В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ : Збірник наукових праць. –  
Додаток до Гуманітарного вісника ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький  
державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». –  
Переяслав-Хмельницький, ФОП Домбровська Я.М., 2017. – 382 с.**

*Науково-теоретичний збірник засновано у 2000 році*

**ЗАСНОВНИК:**

*ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний  
педагогічний університет імені Григорія Сковороди»*

**ГОЛОВНИЙ РЕДАКТОР**

**В.П. Коцур**, доктор історичних наук, професор, чл.-кор. АПН України

**РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:**

Ганопольський В.І., к.хім. наук, доц., (м. Мінськ, Білорусь), Горбачев О.О., д.пед. наук, проф., (м. Краснодар, Росія), Закопайло С.А., к.пед. наук, доц., Конох А.П., д.пед.н., проф., Круцевич Т.Ю., д.н. з фіз.вих. і спорту, проф., Куйбіда В.В., д. іст. наук, доц., Обозний В.В., д.пед.н., проф., Пангелов Б.П., к.пед.н., доцент., Пангелова М.Б., к. філ. наук, ст.викл., Пангелова Н.Є., д.н. з фіз.вих. і спорту, проф., Пивовар А.А., к.наук з фіз. вих і спорту, доц., Рик С.М., к.філос. н., доц., Серебрій В.С., головний редактор газети «Краєзнавство. Географія. Туризм», Токмань Г.Л., д.пед.н., проф., Троценко Т.Ю., к.пед.н., доц., Базилевич Н.О., к.пед. наук, доц., Шапран О.І., д.пед.н., проф., Абрамов В.В., доцент.

РЕКОМЕНДОВАНО ВЧЕНОЮ РАДОЮ ПЕРЕЯСЛАВ-ХМЕЛЬНИЦЬКОГО  
ДЕРЖАВНОГО ПЕДАГОГІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ ГРИГОРІЯ СКОВОРОДИ  
(ПРОТОКОЛ № 7 ВІД 03 ЛЮТОГО 2017 Р.)

СВІДОЦТВО ПРО ДЕРЖАВНУ РЕЄСТРАЦІЮ КВ № 16427-4899Р ВІД 20.01.2010 РОКУ.  
ЗБІРНИК ЗАТВЕРДЖЕНО НАКАЗОМ МІНІСТЕРСТВА ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЯК ФАХОВЕ З ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК ВІД 07.10.2016 № 1222

ISBN 978-617-7009-50-3

© ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький ДПУ  
імені Григорія Сковороди», 2017

<b>Ігор Палатний, Оксана Палатна</b> ТУРИСТСЬКО-КРАЄЗНАВЧА ХАРАКТЕРИСТИКА ПІШОХІДНОГО ТУРИСТСЬКОГО МАРШРУТУ МАСИВОМ СВИДОВЕЦЬ ТА ПІВНІЧНО- ЗАХІДНОЮ ЧАСТИНОЮ ЧОРНОГОРСЬКОГО ХРЕБТА .....	245
<b>Наталія Пангелова, Борис Пангелов</b> РУХОВА АКТИВНІСТЬ ЯК СИСТЕМОУТВОРЮЮЧИЙ ЧИННИК ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ .....	251
<b>Віталій Поліщук</b> ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ СПЕЦІАЛІСТІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ – ОРГАНІЗАТОРІВ ТУРИСТИЧНОЇ РОБОТИ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ .....	257
<b>Марина Прокоф'єва, Татьяна Имангулова</b> АСТАНА «ЕХРО-2017» И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ИНДУСТРИИ СФЕРЫ ГОСТЕПРИИМСТВА В КАЗАХСТАНЕ .....	263
<b>Інна Рожі</b> РОЛЬ КОМПЕТЕНТНІСНОГО ПІДХОДУ В ОНОВЛЕННІ КРАЄЗНАВЧО-ТУРИСТСЬКОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ-ГЕОГРАФІВ .....	268
<b>Ірина Скрипченко</b> ВПРОВАДЖЕННЯ ПРАКТИКО-ОРІЄНТОВАНОГО НАВЧАННЯ У ПІДГОТОВКУ ФАХІВЦІВ ДЛЯ СФЕРИ ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКОГО ТУРИЗМУ У ВНЗ УКРАЇНИ .....	274
<b>Людмила Щербак</b> ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОЦЕСУ ПРОЕКТУВАННЯ У РОЗРІЗІ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ МЕНЕДЖЕРІВ ТУРИЗМУ ДО РЕАЛІЗАЦІЇ ІНВЕСТИЦІЙНИХ ПРОЕКТІВ .....	281

#### **РОЗДІЛ 4 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ**

<b>Валерій Абрамов, Марія Покоłodна</b> ДОРЕЧНОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ДЕЯКИХ ТЕРМІНОЛОГІЧНИХ КОНСТРУКЦІЙ В СУЧАСНОМУ ЕКСКУРСОЗНАВСТВІ .....	288
<b>Диана Горбачева, Александр Горбачев, Галина Сазыка</b> СОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ В СИСТЕМЕ ТРЕХУРОВНЕВОГО ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ КУЛЬТУРЫ: ИННОВАЦИОННАЯ ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ .....	296
<b>Валентина Данилко</b> ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ РЕАЛІЗАЦІЇ РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ .....	307
<b>Тетяна Круцевич, Олена Андрєєва, Олександра Благій, Людмила Погасій</b> ХАРАКТЕРИСТИКА СКЛАДОВИХ ТЕОРІЙ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ .....	313
<b>Лань Давей</b> РЕКРЕАЦИОННО-ТУРИСТСКИЕ РЕСУРСЫ ПРОВИНЦИИ ХЭБЭЙ (КИТАЙ) .....	320

УДК 796.011.1:061.237

Тетяна Круцевич,  
Олена Андрєєва,  
Олександра Благий,  
Людмила Погасій

## ХАРАКТЕРИСТИКА СКЛАДОВИХ ТЕОРІЙ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ

В статті висвітлено методологічну проблематику, яка існує в загальному наукознавстві і ще не здобула активного застосування у фізкультурно-спортивній галузі знань. Здійснено спробу теоретичного узагальнення окремих положень щодо аналізу теорій фізичної рекреації та основних її складових, що характеризує парадигмальний підхід, широко розповсюджений у сучасних різнопрофільних наукових дослідженнях. Для аналізу наукового матеріалу використано загальнонаукові методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел та документальних матеріалів; історичні методи; методи системного аналізу, порівняння та зіставлення. Сучасний розвиток наукових знань про фізичну рекреацію показує, що її предметні межі незмірно розширюються, вона наповнюється новим змістом, збагачується новими функціями і розглядається як багатомірний феномен, як складова об'єктивної реальності, процес, спосіб і результат перетворення природно-заданої й соціальної сутності людини. Обґрунтовано основні складові теорії фізичної рекреації: систематизовано ознаки, охарактеризовано об'єкт, предмет, функції фізичної рекреації. Представлено наявний в спеціальній літературі огляд ознак і функцій фізичної рекреації та їх взаємозв'язок з розвитком знань про фізичну культуру. Узагальнено підходи до визначення головних та специфічних функцій фізичної рекреації у контексті залучення населення до рухової активності.

**Ключові слова:** теорія, фізична рекреація, ознаки, функції, рухова активність

*Круцевич Т., Андрєєва Е., Благий А., Погасій Л. Характеристика составляющих теории физической рекреации. В статье освещена методологическая проблематика, которая существует в общем науковедении и еще не получила активного применения в физкультурно-спортивной отрасли знаний. Предпринята попытка теоретического обобщения отдельных положений анализа теорий физической рекреации и основных ее составляющих, характеризующих парадигмальным подход, широко распространенный в современных разнопрофильных научных исследованиях. Для анализа научного материала использованы общенаучные методы исследования: теоретический анализ и обобщение литературных источников и документальных материалов; исторические методы; методы системного анализа, сравнения и сопоставления. Современное развитие научных знаний о физической рекреации показывает, что ее предметные границы неизмеримо расширяются, она наполняется новым содержанием, обогащается новыми функциями и рассматривается как многомерный феномен, как составляющая объективной реальности, процесс, способ и результат преобразования природно-заданной и социальной сущности человека. Обоснованы основные составляющие теории физической рекреации: систематизированы признаки, охарактеризованы объект, предмет, функции физической рекреации. Представлен имеющийся в специальной литературе обзор признаков и функций физической рекреации и их взаимосвязь с развитием знаний о физической культуре. Обобщены подходы к определению главных и специфических функций физической рекреации в контексте привлечения населения к двигательной активности.*

**Ключевые слова:** теория, физическая рекреация, признаки, функции, двигательная активность.

*T. Krutsevich, O. Andreieva, O. Blahiy, L. Pohasiy. Characteristic components of the theory of physical recreation. The article highlights the methodological problematics that exists in the general science studies and have not been yet widely applied in the field of physical culture and sports science. An attempt is made of theoretical generalizing of certain provisions concerning the analysis of the theories of physical recreation and its main components, that characterizes the paradigmatic approach being widely used in various scientific research. To analyze the research data, the general research methods were used including the theoretical analysis and generalization of scientific publications and documentary materials, historical method, method of systemic analysis, and method of comparison. Characteristics and functions of physical recreation represented in scientific literature are reviewed, and their relationship with the development of knowledge about physical*

*culture is discussed. Approaches to identification of the main and specific functions of physical recreation in the context of involvement of population in physical activity are generalized. The current development of scientific knowledge about physical recreation demonstrates that its subject boundaries are immeasurably expanded, it is filled with new content, enriched with new functions and regarded as a multi-dimensional phenomenon, as a part of an objective reality, the process, method and result of the transformation of nature-given and social essence of human being. The main components of the theory of physical recreation are substantiated: the characteristics are systematized, the object, subject and functions of physical recreation are characterized, and the content of the recreational activities of various groups of the population is identified.*

*Key words: theory, physical recreation, characteristics, functions, physical activity.*

**Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями.** Огляд історичних передумов виникнення й розвитку знань про фізичну рекреацію показує, що джерела цих знань досить різноманітні, вони виникали в багатьох сферах життєдіяльності людей і на різних етапах історичного розвитку мали неоднаковий ступінь пріоритетності. На першому етапі розвитку знань про фізичну рекреацію головну увагу приділяли її біологічним ознакам (адаптаційно-відновлювальним ознакам, компенсаційність фізичної рекреації) [Пангелов, 2009: с. 140]. Альтернативним підходом стало виділення групи ознак, пов'язаних з характером, змістом і умовами рухової діяльності – добровільність, самостійність рухової діяльності, яка здійснюється відповідно до вікового психофізіологічного розвитку, стану здоров'я, не регламентована (не має жорстких нормативних правил і просторово-часових обмежень, відмінність змісту і форм рекреаційної діяльності від професійної, побутової та громадської, їх зумовленість ієрархією потреб, специфічністю засобів і методів), проявляється переважно в ігровій формі і характеризується різноманіттям форм, засобів, способів її здійснення [Круцевич, 2010: с. 15]. Іншою дослідницькою парадигмою є розуміння фізичної рекреації як однієї із форм організації відпочинку, дозвілля людини [Андреева, 2014: с. 36]. Зокрема, фізичну рекреацію розглядають як компонент індустрії дозвілля, організації діяльності дозвілля людей у процесі проведення видовищних масових заходів, надання різних спортивних послуг. Її ототожнюють з ігровою діяльністю, у якій переважає фізична, рухова активність, пов'язана з отриманням задоволення від самого процесу виконання фізичних вправ. Наступний підхід полягає у сприйнятті фізичної рекреації як засобу відновлення фізичних і духовних сил, витрачених в процесі професійної праці, навчання [Выдрин, 2004: с. 18]. Деякі дослідники розглядають фізичну рекреацію з позицій її ціннісного аспекту [Виноградов, 1998: с. 51]. Таким чином, фізичну рекреацію розглядають із позицій кількох методологічних підходів – як діяльність, спрямовану на відпочинок та організацію дозвілля; як засіб відновлення сил, витрачених у процесі праці; як засіб набуття і реалізації життєвих цінностей. У процесі аналізу основних методологічних напрямів закономірним є висновок про те, що всі вони не мають між собою протиріч, а доповнюють один одного. Встановлено, що через зміни соціально-економічних умов, проблема організації рекреаційних занять та залучення населення до них вивчена недостатньо.

Дослідження виконано згідно з планом наукової роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2016–2020 рр. за темою «Теоретико-методологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення» (номер держреєстрації 0116U001630).

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Не можна сказати, що проблеми залучення різних груп населення до оздоровчо-рекреаційної рухової активності не були раніше предметом досліджень, але до цього часу методологічною основою переважної більшості цих досліджень був аналітичний підхід з акцентом на вивченні окремих

особистих проблем без врахування особливостей змісту і структури цілісної системи активної рекреаційної діяльності в її широкому розумінні. На основі аналізу поданих у спеціальній літературі численних думок, підходів, ідей, поглядів і дефініцій багатьма авторами вже виконувалися спроби визначити перелік її специфічних ознак. Проте через певну неузгодженість думок дослідників виникає необхідність згрупувати представлені ознаки за чітко окресленими характеристиками. Підходи до класифікації, за думкою Ю.Є. Рижкіна [Рижкин, 2005: с. 77], визначають, що ці ознаки мають враховувати соціально-економічні умови, що обумовлюють діяльність людини у конкретний історичний період. Такий шлях досліджень цілком виправданий, оскільки конкретні умови формують і конкретні уявлення про феномен, що пізнається.

**Формулювання мети дослідження** – узагальнити існуючі підходи до визначення ознак і функцій фізичної рекреації, вивчити їх взаємозв'язок із рівнем залучення різних груп населення до оздоровчо-рекреаційної рухової активності.

**Методи та організація дослідження.** При підготовці матеріалу використовувалися загальнонаукові методи дослідження: аналіз, синтез, узагальнення, порівняння; теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел та документальних матеріалів; історичні; метод системного аналізу.

**Виклад основного матеріалу.** Усе різноманіття ознак фізичної рекреації можна згрупувати за характеристиками, в кожній з яких буде превалювати одна з груп ознак. Однією з підстав до класифікації ознак фізичної рекреації є виділення її як виду матеріальної і духовної культури людини [Бердус, 2003: с. 52], основу якої становить ціннісний аспект, а саме, розуміння того, які загальнолюдські цінності засвоюються людиною через рухову активність і які створюються. Ця група ознак характеризується надзвичайним різноманіттям підходів, головними, з яких на думку Ю.Є. Рижкіна [Рижкин, 2005: с. 78] та М.Г. Бердуса [Бердус, 2003: с. 33], є формування культури здоров'я, гармонійний розвиток особистості, формування соціальної спільноти, самодостатність і самоцінність тощо. Шляхом іншого підходу до класифікації ознак деякі дослідники [Андрєєва, 2014: с. 42] обирають соціально-психологічний підхід – приємність, яку приносить рекреаційна активність, відчуття задоволення від участі у рекреаційній діяльності та її результатах, свобода вибору та можливості задоволення рекреаційних потреб залежно від особистих цінностей, потреб, мотивів й інтересів, відсутність економічних мотивів під час участі у рекреаційній діяльності [Круцевич, 2012: с. 179].

Основний зміст фізичної рекреації розкривають Т.Ю. Круцевич та Г.В. Безверхня [Круцевич, 2010: с. 15]. Вони виокремлюють такі ознаки: базується на руховій активності; як головний засіб використовують фізичні вправи; здійснюється у вільний чи спеціально визначений час; включає культурно-ціннісні аспекти; містить інтелектуальні, емоційні, фізичні компоненти; має переважно розважальний характер (гедоністичний); здійснюється на добровільних і самодіяльних засадах; має оптимізуючий вплив на організм людини; наявні певні рекреаційні послуги; здійснюється переважно в природних умовах; має чітко окреслену науково-методичну базу. Це далеко не повний перелік ознак фізичної рекреації. У спеціальній літературі подається інформація про різні за спрямованістю, важливістю сторони фізичної рекреації. Можливо, окремі з представлених ознак мають опосередкований характер, а деякі навіть відіграють першочергову роль. Як зазнає у своїх публікаціях Ю.Є. Рижкін [Рижкин, 2005: с. 76], такий аналітичний шлях пізнання фізичної рекреації допустимий, проте він не дає відповіді на питання чи всі виділені ознаки у необхідній і достатній кількості складають її основну структурну будову. Можна думати, що за час накопичення знань про даний

феномен і розширення практичного досвіду ця класифікація ознак буде доповнюватися і уточнюватися.

Ключовою проблемою аналізу теорії фізичної рекреації дослідники визначають питання про об'єкт, предмет, специфіку фізичної рекреації [Бердус, 2003: с. 51]. Як зазначає у своїй роботі С.Б. Пангелов [Пангелов, 2009: с. 139], для того аби мати більш повне уявлення про феномен фізичної рекреації, необхідно визначити її специфіку стосовно до фізкультурної і спортивної діяльності. Порівняльні характеристики видів фізичної культури, розроблені Г.П. Виноградовим [Виноградов, 1998: с. 33], виділяють загальні і відмінні риси фізичної рекреації щодо фізичного виховання, спорту і фізичної реабілітації.

На думку М.Г. Бердуса [Бердус, 2003: с. 54] труднощі експлікації об'єктної й предметної сфери, об'єкта, предмета фізичної рекреації та її теорії визначається тим, що зміст цієї гносеологічної градації обумовлений ієрархічно й змінюється залежно від ступеня наближення субординаційного рівня розгляду до досліджуваного об'єкта. Тому зіставлення втілень цієї градації у різних авторів, навіть стосовно одного об'єкта, але з позицій різних ієрархічних рівнів – не виявляє їхнього передбачуваного сполучення. Ієрархічна обумовленість детермінує й постійну динаміку взаємопереходів об'єкта, предмета й відповідних їм царин, оскільки гносеологічно з різних ієрархічних позицій, фізична рекреація або будь-який її аспект виступають в одному випадку як об'єкт, а в іншому – як предмет того чи іншого дослідження.

Для визначення специфіки цілей фізичної рекреаційної діяльності необхідно виділити підходи до розуміння її сутності. У межах теорії фізичної культури, психології фізичної культури і спорту існує низка методологічних напрямів, за допомогою яких розкривається зміст поняття фізичної рекреації і цілей фізичної рекреаційної діяльності.

Фізична рекреація розглядається як вид фізичної культури [Бердус, 2003: с. 7]. Що ж до поняття «фізична рекреація» базовим буде «фізична культура». Так В.М. Видрін [Видрін, 2004: с. 18] визначає фізичну рекреацію як вид фізичної культури, використання фізичних вправ, а також видів спорту у спрощених формах для активного відпочинку людей, переключення з одного виду діяльності на інший. Представниками цього підходу фізична рекреація ототожнюється з масовою фізичною культурою, масовим або аматорським спортом.

Іншою дослідницькою парадигмою є розуміння фізичної рекреації як однієї із форм організації відпочинку – дозвілля людини [Андрєєва, 2014: с. 90]. В даному напрямі фізична рекреація розглядається як компонент індустрії дозвілля, організації діяльності дозвілля людей у процесі проведення видовищних масових заходів, надання різноманітних спортивних послуг. У межах цього підходу фізична рекреація розуміється як ігрова діяльність дозвілля, у якій переважає рухова активність, пов'язана з отриманням задоволення від самого процесу виконання фізичних вправ. Інший підхід полягає у розумінні фізичної рекреації як засобу відновлення фізичних і духовних сил, витрачених у процесі професійної праці, навчання.

Таким чином, фізичну рекреацію розглядають із позицій декількох методологічних підходів – як діяльність, спрямовану на відпочинок та організацію дозвілля; як засіб відновлення сил, витрачених у процесі праці; як засіб набуття і реалізації життєвих цінностей. Аналізуючи основні методологічні напрями закономірно зробити висновок, що кожен із підходів не суперечить іншим, а доповнює один одного.

Як наголошується у дослідженнях М.Г. Бердуса [Бердус, 2003: с. 8] визначення предмета (провідного гносеологічного аспекту) і предметів (значимих гносеологічних аспектів) теорії фізичної рекреації можна здійснити на підґрунті, принаймні, двох

підходів. Перший – це системний аналіз, згідно з вимогами якого необхідно виявити компоненти фізичної рекреації, їх взаємозв'язок, внутрішні й зовнішні функції, генезис і прогноз подальшого розвитку фізичної рекреації. Другий підхід можна віднести до сфери логічного синтаксису, а гносеологічна проблема у цьому випадку формулюється у формі питань про фізичну рекреацію: хто займається фізичною рекреацією (аспекти віку, професійної належності тощо), тобто соціологічне знання; які використовуються засоби й форми занять, тобто методичне знання; які процеси та зміни при цьому відбуваються, тобто фізіологічне, педагогічне, психологічне знання; де й у чому (в якому одязі) займаються фізичною рекреацією, тобто знання архітектурне, екологічне, гігієнічне тощо.

Згідно з дослідженими у фаховій літературі підходами, можна подати наступну концепцію об'єктно-предметних відносин у сфері теорії фізичної рекреації: об'єктною цариною теорії фізичної рекреації виступають теоретичні основи фізичної культури, об'єктом – технології фізичної рекреації; предметною цариною теорії фізичної рекреації є теоретичні основи рекреаційної діяльності, а предметом – закони, понятійний апарат, цілі й завдання, засоби, методи, організаційні форми використання фізичної рекреації. Об'єктом спеціалізованих дисциплін, що вивчають фізичну рекреацію, таких, як педагогіка фізичної рекреації, психологія фізичної рекреації, соціологія фізичної рекреації тощо, також є фізична рекреація, але у цьому випадку предметом виступають відповідні педагогічні, психологічні, соціологічні та інші аспекти фізичної рекреації.

Дослідженню функцій фізичної рекреації присвячено чимало наукових розробок, проте проблему функцій фізичної рекреації вирішено ще недостатньо. Вважається доречним поділ функцій рекреації на основні або постійні та тимчасові, ті, що виникають лише на певних етапах рекреаційної діяльності. У спеціальній науковій літературі зазначається, що фізичній рекреації притаманні зовнішні та внутрішні функції. Зовнішня функція проявляється у взаємодії її з іншими соціальними явищами, внутрішня відображає взаємодію її структурно-компонентного складу. У роботах Ю.Є. Рижкіна [*Рыжкин, 2005: с. 80*] розглянуто функції фізичної рекреації у контексті її методологічного аналізу. Зокрема зазначається, що фізична рекреація як вид фізичної культури, реалізує у суспільстві загальнокультурні, загальнофізкультурні та специфічні функції.

Загальнокультурні функції фізичної рекреації виникають і проявляються у результаті взаємодії суб'єкта рекреаційної діяльності з іншими суспільними явищами, передусім культурою. Аналізуючи функції фізичної рекреації в рамках теорії культури автор [*Бердус, 2003: с. 28*] виходив з методологічного принципу, згідно з яким культурні функції фізичної рекреації включено до функцій загальної культури, що виражається насамперед у культурі тіла, культурі руху, культурі фізичного здоров'я. Окрім цього, фізична рекреація пов'язана зі спілкуванням людини, морально-етичними аспектами її поведінки. Загальнокультурними функціями фізичної рекреації, на думку Г.П. Виноградова [*Виноградов, 1998: с. 30*], виступають: пізнавальна, яка реалізується на заняттях фізичною рекреацією завдяки освоєнню людиною явищ природи, суспільства і самопізнання; перетворююча, комунікативна, яка забезпечує задоволення потреби у спілкуванні, покликана забезпечити інтеграцію людей у соціальну спільноту, напрацювання добровільно прийнятих норм і правил поведінки, взаємодії і діяльності у колективі, суспільстві. Ціннісно-орієнтаційна (аксіологічна) функція формує у людини особливе ставлення до себе, своєї тілесності, здоров'я, а також до природи і суспільства. Вона базується на оцінці співвідношення між вказаними явищами та ідеалами, потребами, інтересами людини. Важливу роль в усвідомленні соціальної



сутності рекреації відіграє визначення функцій рекреаційної сфери, які відтворюють потреби суспільства, закономірності суспільного розвитку, природу дозвілля, мають на меті максимально залучити особистість до рекреаційної діяльності, сприяти розвитку її самостійності, ініціативи та активності. Головними соціальними функціями рекреації є комунікативна, рекреаційна, творча, соціальна, ціннісно-орієнтаційна, пізнавальна та виховна. Варто зазначити, що останнім часом у зарубіжних країнах спостерігається тенденція до зближення культурної, соціальної, освітньої сфер суспільного життя, що відповідно позначається на сфері фізичної рекреації та її функціях.

До специфічних функцій фізичної рекреації автори [*Фізична рекреація, 2010: с. 60*] відносять функцію організації дозвілля, компенсаторно-релаксаційну (переключення з одного виду діяльності на інший, що сприяє зменшенню нервово-психічного напруження), гедоністичну (отримання задоволення від доступної рухової активності), креативну, видовищну, престижну функції. У розробках Є.Н. Приступи і співавторів [*Фізична рекреація, 2010: с. 64*] зазначається, що вказані функції рекреації мають неоднакове значення на різних етапах фізичного розвитку людини. Роль регенераційної функції підвищується протягом трудової діяльності людини, в той час, як розважальна функція рекреації є домінуючою протягом дитинства. Зважаючи на те що рекреація є надзвичайно багатофункціональним явищем, спектр її функцій є теж широким. Авторами [*Фізична рекреація, 2010: с. 88*], виділено такі функції, притаманні рекреації: регенераційна, розважальна, функція сприяння адекватній едукації людини, компенсаційна, креативна, катартична, інтеграційна, адаптаційна, стимуляційна, корекційна, емансипаційна, економічна, соціально-ідеологічна, локалізаційна.

Визначення основних функцій фізичної рекреації дозволяє правильно окреслити головні напрями рекреаційної діяльності, конкретизувати її завдання, піднести її значимість.

**Висновки і перспективи подальших пошуків у цьому напрямку.** Накопичений дослідницький матеріал вимагає сучасного наукового переосмислення факторів впливу більш активного залучення до фізичної рекреації різних вікових та соціальних груп населення. Незважаючи на те, що наразі вченими теоретиками систематизовано окремі аспекти наукових знань про неї, водночас питання формування цілісної концепції рекреаційної діяльності різних груп населення, взаємозв'язок і взаємозалежність розвитку її основних структурних компонентів у культурно-антропологічному концепті самозбереження людини, не було предметом спеціальних досліджень. Відсутність філософсько-інтегративного знання про рекреацію не дозволяє сформувати цілісну наукову концепцію фізичної рекреації, що дала б змогу систематизувати загальну картину цього явища в житті людини з урахуванням цілей, мотивів і потреб її життєдіяльності у складних соціально-економічних умовах України. Постає проблема розробки важливих теоретико-методологічних підходів, пов'язаних із функціонуванням рекреаційної сфери. Насамперед, йдеться про потребу принципово нових поглядів на роль та місце фізичної рекреації в сучасному суспільстві релятивістських цінностей, на привабливі та доступні форми рекреаційно-оздоровчої діяльності, з урахуванням демографічної і матеріально-технічної ситуації. Саме з цих позицій необхідно визначати сутність рекреації, не обмежуючись лише традиційними уявленнями про неї. Незважаючи на широке застосування останніх у різних царинах суспільних знань, вони ще й досі не здобули усталеного і загальноновизнаного тлумачення, що, зрештою, свідчить про недостатній рівень розвиненості наукового напрямку. Нині за такого аспекту наукових пошуків характерною рисою є очевидна неузгодженість у використанні окремих термінів і понять, що призводить до хаосу інтерпретацій, а це не сприяє ефективності практичного

втілення теоретичних розвідок. Таким чином, набуття високого рівня розвитку фізкультурно-спортивної галузі знань у цілому і рекреаційній зокрема вимагає нового методологічного підходу, який дозволив би осмислити попередній досвід і окреслити зміст нової парадигми фізичної рекреації, що відповідає б сучасним українським реаліям.

#### ЛІТЕРАТУРА

- Андрєєва, 2014* – Андрєєва О.В. Теоретико-методологічні засади рекреаційної діяльності різних груп населення : дис. ... на здобуття наукового ступеня доктора наук з фізичного виховання і спорту 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення / О.В. Андрєєва. К. : НУФВСУ, 2014. – 466 с.
- Бердус, 2003* – Бердус М.Г. Формирование теории физической рекреации в контексте основ ее метатеории: дис. на соискание учен. степени канд. пед. наук : 13.00.04 / М.Г. Бердус. – М. : РГБ, 2003. – 215 с.
- Виноградов, 1998* – Виноградов Г.П. Теоретические и методические основы физической рекреации (на примере занятий с отягощениями) : дисс... на соиск. учёной степени доктора пед. наук 13.00.04 – теория и методика физ. воспитания, спорт. тренировки и оздоровительной физ. культуры. СПб., 1998. – 481 с.
- Выдрин, 2004* – Выдрин В.М. Физическая рекреация – вид физической культуры (истор.-теорет. анализ предмета исследования). / В.М. Выдрин // Культура физическая и здоровье. – 2004. – № 2. – С. 18–21.
- Круцевич, 2010* – Круцевич Т.Ю. Рекреация у фізичному вихованні різних груп населення / Т.Ю. Круцевич, Г.В. Безверхня. – К. : Олімп. літ., 2010. – 200 с.
- Круцевич, 2012* – Круцевич Т.Ю. Проблеми організації рекреаційно-оздоровчих занять в структурі дозвіллевої діяльності студентської молоді / Т.Ю. Круцевич, О.В. Андрєєва, О.Л. Благій // Гуманіт. вісн. ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький ДПУ імені Григорія Сковороди» : наук.-теор. зб. – Переяслав-Хмельницький : ПП «СКД», 2012. – С. 178–180.
- Пангелов, 2009* – Пангелов С. Формування передумов виникнення фізичної рекреації як форми дозвілля людини у первісному суспільстві / С.Б. Пангелов // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць у галузі фіз. культури та спорту. – Вип. 13 : у 4-х Т. – Львів : НВФ «Укр. технології», 2009. – Т. 4. – С. 138–143.
- Рыжкин, 2005* – Рыжкин Ю.Е. Социально-психологические проблемы физической рекреации / Ю.Е. Рыжкин – СПб. : Изд-во СПб ГПУ Нестор, 2005. – С. 76–84.
- Фізична рекреація, 2010* – 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. – Л. : ЛДУФК, 2010. – 447 с.

#### REFERENCES

- Andriieva, 2014* – Andriieva O.V. Teoretyko-metodolohichni zasady rekreatsiinoi diialnosti riznykh hrup naselennia : dys. ... na zdobuttia naukovoho stupenia doktora nauk z fizychnoho vykhovannia i sportu 24.00.02 – fizychna kultura, fizyчне vykhovannia riznykh hrup naselennia / O.V. Andriieva. K. : NUFVVSU, 2014. – 466 s.
- Berdus, 2003* – Berdus M.H. Formyrovanye teoryy fizycheskoi rekreatsyy v kontekste osnov ee metateoryy : dys. na soyskanye uchen. stepeny kand. ped. nauk : 13.00.04 / M.H. Berdus. – M. : RHB, 2003. – 215 s.
- Vynohradov, 1998* – Vynohradov H.P. Teoretycheskye y metodycheskye osnovy fizycheskoi rekreatsyy (na prymere zaniatyi s otiahoshcheniyamy) : dyss... na soysk. uchënoi

- stepeny doktora ped. nauk 13.00.04 – teoriya y metodyka fiz. vospytaniya, sportu trenirovki y ozdorovyitelnoi fiz. kultury. SPb., 1998. – 481 s.
- Vudryn, 2004 – Vudryn V.M. Fizycheskaia rekreatsiia – vyd fizycheskoi kulturu (ystoi teoret. analiz predmeta yssledovaniya). / V.M. Vudryn // Kultura fizycheskaia zdorove. – 2004. – № 2. – S. 18–21.
- Krutsevych, 2010 – Krutsevych T.Iu. Rekreatsiia u fizychnomu vykhovanni riznykh hr naselennia / T.Iu. Krutsevych, H.V. Bezverkhnia. – K. : Olimp. lit., 2010. – 200 s.
- Krutsevych, 2012 – Krutsevych T.Iu. Problemy orhanizatsii rekreatsiino-ozdorovchykh zaniat strukturi dozvillievoi diialnosti studentskoi molodi / T.Iu. Krutsevych, O.V. Andrieiev O.L. Blahii // Humanit. visn. DVNZ «Pereiaslav-Khmelnyskiyi DPU imeni Hryhori Skovorody» : nauk.-teor. zb. – Pereiaslav-Khmelnyskiyi : PP «SKD», 2012. S. 178–180.
- Panhelov, 2009 – Panhelov S. Formuvannia peredumov vynyknennia fizychnoi rekreatsii y formy dozvillia liudyny u pervisnomu suspilstvi / S.B. Panhelov // Moloda sportyvi nauka Ukrainy : zb. nauk. prats u haluzi fiz. kultury ta sportu. – Vyp. 13 : u 4-kh T. Lviv : NVF «Ukr. tekhnolohii», 2009. – T. 4. – S. 138–143.
- Ruzhkyn, 2005 – Ruzhkyn Iu.E. Sotsyalno-psykhologhycheskye problemu fizychesk rekreatsii / Iu.E. Ruzhkyn – SPb. : Yzd-vo SPb HPU Nestor, 2005. – S. 76–84.
- Fizychna rekreatsiia, 2010 – Fizychna rekreatsiia : navch. posib. dlia stud. vyshch. navch. zal fiz. vykhovannia i sportu / avt. kol. : Prystupa Ie.N., Zhdanova O.M., Lynets M.M [ta in.] ; za nauk. red. Yevhena Prystupy. – L. : LDUFK, 2010. – 447 s.

УДК 796.5(511.1)

Лань Давей

## РЕКРЕАЦИОННО-ТУРИСТСКИЕ РЕСУРСЫ ПРОВИНЦИИ ХЭБЭЙ (КИТАЙ)

*В статье представлены результаты структурного анализа ландшафтов и экскурсионных объектов провинции Хэбэй, что позволяет дать оценку её природных рекреационных ресурсов. Установлены предельно-допустимые нагрузки на рекреационные территории при использовании их с активного отдыха и спорта. На основании рекреационной оценки горных природно-территориальных комплексов и гидрологической сети региона разработаны маршруты по некоторым (наиболее популярным) видам спортивно-оздоровительного туризма: пеше-горному, водному и велосипедному.*

*Ключевые слова:* туристско-рекреационные ресурсы, экология, туризм.

*Лань Давей. Рекреаційно-туристські ресурси провінції Хебей (Китай). У статті наведено результати структурного аналізу ландшафтів та екскурсійних об'єктів провінції Хебей, що дозволило дати оцінку її природних рекреаційних ресурсів. Встановлені гранично-припустимі навантаження рекреаційній території при використанні їх для активного відпочинку і спорту. На підставі рекреаційної оцінки гірських природно-територіальних комплексів та гідрологічної мережі регіону розроблено маршрути деяких (найбільш популярних) видів спортивно-оздоровчого туризму: пішохідному, гірсько-водному і велотуризму.*

*Ключові слова:* туристсько-рекреаційні ресурси, екологія, туризм.