

УДК 371.134

DOI: 10.12958/2227-2844-2019-4(327)-2-85-92

Мороз Юрій Миколайович,

кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання, спорту та здоров'я людини Полтавського національного технічного університету імені Юрія Кондратюка, м. Полтава, Україна.
morzev1978@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0003-2788-913X>

Остапов Андріан Васильович,

старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та здоров'я людини Полтавського національного технічного університету імені Юрія Кондратюка, м. Полтава, Україна.
elenaostapova04@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-8747-5663>

Остапова Олена Олександрівна,

старший викладач кафедри медико-біологічних дисциплін і фізичного виховання Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка, м. Полтава, Україна.
elenaostapova04@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-5411-7456>

**ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ
З ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО
ВИХОВАННЯ**

Реформування національної економіки пов'язане з глибокими структурними перетвореннями у всіх сферах суспільного життя, трансформацією господарського комплексу України, здійсненням ефективної регіональної політики і т.д. Не менш важливим завданням залишається пошук раціональних методів та способів активізації розвитку тих видів діяльності, для котрих існують всі необхідні умови і які по своїй соціальній результативності та економічній віддачі можуть скласти гідну конкуренцію традиційним галузям господарства. Серед таких своєрідних «ядер росту» пріоритетне місце займає рекреаційна сфера.

У 20-му столітті відпочинок став невід'ємною складовою життєдіяльності людини та забезпечував її нормальне фізіологічне та психічне функціонування. У 21-му столітті з огляду на погіршення екологічної ситуації на всій планеті поступово збільшується кількість зацікавлених у покращенні власного здоров'я. Це пояснюється, зокрема, необхідністю у біологічному відновленні, відпочинку та релаксації після стресів, які кожна людина стала отримувати щоденно. Таким чином, усе більше людей, причому не тільки похилого віку та хворих,

приймають рішення про використання курортних послуг, а рекреаційна діяльність, що спрямована на відновлення розумових, духовних і фізичних сил людини шляхом загальнооздоровчого і культурно-пізнавального відпочинку, туризму, санаторно-курортного лікування, набирає обертів. Сучасні технології звільнили людину від багатьох видів діяльності. Як результат більшої кількості вільного часу, рекреація стала невід'ємною частиною людського життя. Проте людина може використовувати час конструктивно або деструктивно для себе. Тому одне з основних завдань фізичної рекреації полягає в правильній організації вільного часу (Андрєєва, 2004). Фізична рекреація – ефективний профілактичний засіб, що може протидіяти негативним наслідкам розвитку сучасної цивілізації (урбанізації, підвищенню толерантності до стресових впливів, гіподинамії, індустріалізації тощо). Більшість рекреаційних занять є простими й доступними для широкого загалу. Вищезазначені чинники спричиняють швидкий розвиток фізичної рекреації як окремої науки. Розвиток фізичної рекреації підтверджується чималим обсягом наукової літератури, публікаціями в зарубіжних і вітчизняних журналах («Journal of Travel Research», «Tourism Management», «Tourism Recreation Research», «Міжнародний туризм»), дисертаційними працями тощо.

Проблеми розвитку та становлення фізичної рекреації як науки вивчали такі вітчизняні фахівці, як Є. Приступа, О. Жданова, О. Андрєєва, М. Дутчак, Т. Круцевич, Ю. Шкрєбтій, А. Дзундза й ін. Щодо функціонування галузевих терміносистем, то слід відзначити праці В. Іващенко, Т. Кияка, Л. Симоненко Т. Михайленко, Г. Наконечної, Е. Огар, Б. Михайлишина, І. Янківа. Рекреаційна освіта розглядалася у публікаціях О. Андрєєвої, О. Благій, Є. Колотової, Л. Лук'янової, проблеми рекреаційної підготовки у вищих навчальних закладах фізкультурного профілю досліджували О. Жданова, В. Жолдак, Л. Заневська, В. Зігунов, В. Квартальнов, Т. Круцевич, В. Поляковський, Є. Приступа, Ю. Рижкін, А. Тучак, В. Чепік, Г. Щука та ін. У різних країнах проводять систематичні фундаментальні та прикладні дослідження з цієї тематики (Данилевич, 2013).

Для реалізації відповідних програм оздоровлення населення в нашій державі актуальним стає питання підготовки достатньої кількості висококваліфікованих фахівців з рекреації, адже питанню підготовки фахівців для сфери рекреації в Україні не приділяється належної уваги.

Відсутність ґрунтовних досліджень за обраною проблематикою обумовило вибір теми та визначило мету статті: висвітлення особливостей підготовки фахівців з фізичної рекреації.

Під час проведення дослідження були використані такі методи як: аналіз науково-методичної та спеціальної літератури, нормативних документів, систематизація, узагальнення.

Збереження здоров'я людини вважається глобальною проблемою соціального розвитку сучасного суспільства. Основна стратегія її вирішення полягає в залученні населення до здорового способу життя.

Шляхи втілення цієї ідеї відображено в основних документах ООН (резолуції Генеральних Асамблей «Спорт як засіб сприяння вихованню, здоров'ю, розвитку і миру»), ЮНЕСКО (Міжнародна хартія фізичного виховання і спорту), Всесвітньої організації охорони здоров'я (Глобальна стратегія з харчування, рухової активності та здоров'я), Ради Європи (Європейська спортивна хартія), Європейського Союзу (Біла книга про спорт). Залучення людей до активних занять фізичною культурою, в поєднанні з раціональним харчуванням, боротьбою зі шкідливими звичками, відповідними екологічними умовами забезпечує належний рівень здоров'я та високу тривалість активного життя громадян (Паффенбаргер, 1999). Поряд із зауваженнями щодо недостатнього використання оздоровчих можливостей рухової активності населенням, найбільш перспективним шляхом для їх реалізації фахівці вбачають в провадженні інноваційних стратегій, які стимулюють існуючі прогресивні підходи та сприяють інтеграції у вітчизняну систему передового світового досвіду (Андрєєва, 2004).

Значне коло таких інновацій містять у собі рекреаційні технології, які сьогодні втілюються у різних сферах людської діяльності. Грунтуючись на використанні засобів фізичної культури різної спрямованості а також завдяки поєднанню з іншими факторами здорового способу життя вони здатні вирішувати широке коло завдань – від забезпечення активного відпочинку, розваги та відновлення, до покращення функціональних резервів організму, що в соціальному аспекті сприяє підвищенню оздоровчого потенціалу усього населення.

Не викликає сумнівів той факт, що на сучасному етапі розвитку суспільства рекреаційна діяльність перетворилася в один з найважливіших соціально-економічних факторів. Забезпечення різноманітних рекреаційних потреб населення стає можливим завдяки формуванню та розвитку певної сфери суспільно-організованої праці – рекреаційної галузі, що включає санаторно-курортне обслуговування, масовий відпочинок та дозвілля.

Незважаючи на те, що за останні 15–17 років український ринок рекреаційних послуг значно розширився, до занять фізичною культурою залучена ще досить мала кількість людей – 2% населення, порівняно з їх кількістю в США –14% населення, та європейськими країнами – 6% (Паффенбаргер, 1999). Ці факти свідчать про великі резерви та перспективність розвитку даної галузі. Розширення інфраструктури рекреаційних зон в Україні обумовлює додаткові перспективи розвитку фізичної рекреації. Стрімкий ріст кількості оздоровчо-рекреаційних баз, відпочинкових комплексів, які сьогодні відкриваються, створюють робочі місця для фахівців рекреаційного напрямку. Разом з цим, практика свідчить, що посади фахівців з фізичної рекреації нерідко займають люди без спеціальної освіти, які в кращому випадку пройшли навчання на експрес-курсах, організованих навчальними центрами, або взагалі займались самоосвітою, черпаючи інформацію з інтернету та популярних видань. Короткотривале навчання на експрес-курсах може в

даному випадку розглядатись як підвищення кваліфікації фахівців відповідного профілю, проте не в змозі забезпечити їх фундаментальної підготовки, яка дозволяла б ефективно вирішувати усе коло завдань, та функціональних обов'язків. Вище сказане обумовлює необхідність організації спеціалізованої підготовки фахівців даного профілю на базі вищих навчальних закладів (Данилевич, 2013).

Сучасні тенденції розвитку галузі фізичної рекреації висувають високі вимоги до особистості фахівця. Він повинен вміти визначати показники фізичного стану людини і на їх основі призначати програму оздоровчих заходів, володіти сучасними технологіями фізичної рекреації і правильно їх застосовувати. Діяльність в сфері фізичної рекреації вимагає наявності спеціальних комунікативних вмінь та навичок роботи з різними верствами населення.

Для прикладу розглянемо особливості підготовки фахівців з фізичної рекреації в різних країнах світу.

В США відділення з підготовки фахівців даного напрямку називають «Лідерство для дозвілля», що підкреслює необхідність володіння не тільки спеціальними знаннями, але й розвитку особистісних організаційних здібностей, які дозволять забезпечити «лідерство» в певній групі людей, мотивуючи їх на активний відпочинок (Андрєєва, 2004).

На сьогоднішній день у деяких країнах світу рекреація виділяється у окремий напрям підготовки. Так, наприклад, у Польщі підготовка майбутніх фахівців за напрямом «Туризм та рекреація» на бакалавраті передбачає спеціалізацію «Оздоровлення біологічне», у магістратурі – «Курортний туризм та SPA» (Паффенбаргер, 1999). Навчання в університетах за першою спеціалізацією покликане підготувати висококласних фахівців, здатних керувати санаторіями, центрами відпочинку, закладами біологічного оздоровлення та спортивно-рекреаційною інфраструктурою. У Литві студенти Європейського гуманітарного університету, що закінчили програму «Культурне надбання», отримують ступінь бакалавра з рекреації та туризму (Приступа, 2010). А от у Канаді усі охочі можуть закінчити дипломну програму «Спа-менеджмент» (Spa Management) та отримати диплом з «Гостинності та управління курортами» (Hospitality & Resort Management Diploma) (Приступа, 2007). Навчання за цією програмою, наприклад у Канадському коледжі з туризму, передбачає вивчення таких дисциплін як: готельне господарство, вступ до спа-індустрії, фінансовий менеджмент спа-індустрії, ритейл-менеджмент в спа, лідерство і менеджмент в індустрії гостинності тощо. У Капіланському університеті (Північний Ванкувер) можливо також отримати диплом з «Управління курортними місцевостями» та «Управління відпочинком на свіжому повітрі» (Destination Resort Management Program, Outdoor Recreation Management Diploma) (Приступа, 2007).

Таким чином підсумовуючи вищевикладене, можна наголосити на тому, що Україна володіє потужним рекреаційним потенціалом, а

отже, головним завданням має стати забезпечення рекреаційної галузі достатньою кількістю висококваліфікованих фахівців, під час підготовки яких необхідно акцентувати увагу на соціальній значущості та перспективності здійснення даної підготовки.

Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні досвіду підготовки фахівців для сфери рекреації як в Україні, так і в різних країнах світу.

Список використаної літератури

- 1. Андрєєва О. В.** Аспекти підготовки кадрів з рекреаційно-туристської діяльності: матеріали IV наук.-практ. конф. «Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення». Львів: ЛДДФК, 2004. С.244-245.
- 2. Данилевич М.** Понятійний апарат професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до рекреаційно-оздоровчої діяльності. *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова*. Серія № 15: «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / Фізична культура і спорт: зб. наук. пр. / за ред. Арзютова. К.: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2013. Вип. 4 (29). С. 307–312.
- 3. Паффенбаргер Р.** *Здоровий образ життя*. К.: Олимпийская литература, 1999. 319 с.
- 4. Приступа Є.** Концепція вільного часу людини як важливої категорії рекреації // *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2007. № 1. С. 106–112.
- 5. Приступа Є.** *Фізична рекреація* : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту. Львів: ЛДУФК, 2010. 447 с.

References

- 1. Andriieva, O. V.** (2004). Aspekty pidhotovky kadriv z rekreatsiino-turystskoi diialnosti [Aspects of personnel training for recreation and tourism activities]. Problemy aktyvizatsii rekreatsiino-ozdorovchoi diialnosti naseleння: materialy IV nauk.-prakt. konf. – Problems of Activation of the Recreational-Health Activity of the Population: materials of the IV Scientific-Practical Conference (pp. 244-245). Lviv: LDIFK [in Ukrainian].
- 2. Danylevych, M.** (2013). Poniatiinyi aparat profesiinoi pidhotovky maibutnikh fakhivtsiv z fizychnoho vykhovannia ta sportu do rekreatsiino-ozdorovchoi diialnosti [Conceptual apparatus for the training of future specialists in physical education and sports for recreation and recreation activities]. Naukovyi chasopys NPU im. M. P. Drahomanova. Serii № 15: «Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury» / Fizychna kultura i sport: zb. nauk. pr. – Scientific Journal of the Dragomanov National Pedagogical University. Series No 15: «Scientific and pedagogical problems of physical culture» / Physical culture and sports: a collection of scientific works, Vyp. 4(29), (pp. 307-312). K.: Vyd-vo NPU im. M. P. Drahomanova [in Ukrainian].
- 3. Paffenbarger, R.** (1999). *Zdorovyj obraz zhizni* [Healthy lifestyle]. K.: Olimpijskaya literatura [in Russian].
- 4. Prystupa, Ye.** (2007). Kontseptsiia vilnoho chasu liudyny yak vazhlyvoi katehorii rekreatsii [The concept of free human time as an important category

of recreation]. Pedagogika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu – Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports, 1, 106-112 [in Ukrainian]. **5. Prystupa, Ye.** (2010). Fizychna rekreatsiia [Physical recreation]. Lviv: LDUFK [in Ukrainian].

Мороз Ю. М., Остапов А. В., Остапова О. О. Особливості підготовки майбутніх фахівців з фізичної рекреації в системі фізичного виховання

В статті розкрито особливості підготовки майбутніх фахівців з фізичної рекреації в системі фізичного виховання. Розкрито важливість підготовки висококваліфікованих фахівців рекреаційної сфери, адже Україна володіє великим рекреаційним потенціалом, ефективно освоєння якого може забезпечити не тільки більш повне задоволення потреб населення в оздоровленні і відпочинку, а й принести реальну економічну вигоду. Для реалізації відповідних програм оздоровлення населення в нашій державі актуальним стає питання підготовки достатньої кількості висококваліфікованих фахівців з фізичної рекреації. Не викликає сумнівів той факт, що на сучасному етапі розвитку суспільства рекреаційна діяльність перетворилася в один з найважливіших соціально-економічних факторів. Забезпечення різноманітних рекреаційних потреб населення стає можливим завдяки формуванню та розвитку певної сфери суспільно-організованої праці – рекреаційної галузі, що включає санаторно-курортне обслуговування, масовий відпочинок та дозвілля. Залучення людей до активних занять фізичною культурою, в поєднанні з раціональним харчуванням, боротьбою зі шкідливими звичками, відповідними екологічними умовами забезпечує належний рівень здоров'я та високу тривалість активного життя громадян. Поряд із зауваженнями щодо недостатнього використання оздоровчих можливостей рухової активності населенням, найбільш перспективним шляхом для їх реалізації фахівці вбачають в провадженні інноваційних стратегій, які стимулюють існуючі прогресивні підходи та сприяють інтеграції у вітчизняну систему передового світового досвіду. Ґрунтуючись на використанні засобів фізичної культури різної спрямованості а також завдяки поєднанню з іншими факторами здорового способу життя вони здатні вирішувати широке коло завдань – від забезпечення активного відпочинку, розваги та відновлення, до покращення функціональних резервів організму, що в соціальному аспекті сприяє підвищенню оздоровчого потенціалу усього населення.

Сучасні тенденції розвитку галузі фізичної рекреації висувають високі вимоги до особистості фахівця. Він повинен вміти визначати показники фізичного стану людини і на їх основі призначати програму оздоровчих заходів, володіти сучасними технологіями фізичної рекреації і правильно їх застосовувати. Діяльність в сфері фізичної рекреації вимагає наявності спеціальних комунікативних вмінь та навичок роботи з різними верствами населення.

Ключові слова: фізична рекреація, здоровий спосіб життя, рекреаційні технології, фахівець з фізичної рекреації.

Мороз Ю. Н., Остапов А. В., Остапова А. А. Особенности подготовки будущих специалистов по физической рекреации в системе физического воспитания

В статье раскрыты особенности подготовки будущих специалистов по физической рекреации в системе физического воспитания. Раскрыто важность подготовки высококвалифицированных специалистов рекреационной сферы, ведь Украина обладает большим рекреационным потенциалом, эффективное освоение которого может обеспечить не только более полное удовлетворение потребностей населения в оздоровлении и отдыха, но и принести реальную экономическую выгоду.

Для реализации соответствующих программ оздоровления населения в нашем государстве актуальным становится вопрос подготовки достаточного количества высококвалифицированных специалистов по физической рекреации. Не вызывает сомнений тот факт, что на современном этапе развития общества рекреационная деятельность превратилась в один из важнейших социально-экономических факторов. Обеспечение различных рекреационных потребностей населения становится возможным благодаря формированию и развитию определенной сферы общественно-организованного труда – рекреационной отрасли включает санаторно-курортное обслуживание, массовый отдых и досуг. Привлечение людей к активным занятиям физической культурой, в сочетании с рациональным питанием, борьбой с вредными привычками, соответствующими экологическими условиями обеспечивает надлежащий уровень здоровья и высокую продолжительность активной жизни граждан. Наряду с замечаниями по поводу недостаточного использования оздоровительных возможностей двигательной активности населением, наиболее перспективным путем для их реализации специалисты видят в производство инновационных стратегий, которые стимулируют существующие прогрессивные подходы и способствуют интеграции в отечественную систему передового мирового опыта. Основываясь на использовании средств физической культуры различной направленности а также благодаря сочетанию с другими факторами здорового образа жизни они способны решать широкий круг задач – от обеспечения активного отдыха, развлечения и восстановления, к улучшению функциональных резервов организма, что в социальном аспекте способствует повышению оздоровительного потенциала всего населения.

Современные тенденции развития отрасли физической рекреации предъявляют высокие требования к личности специалиста. Он должен уметь определять показатели физического состояния человека и на их основе назначать программу оздоровительных мероприятий, владеть современными технологиями физической рекреации и правильно их применять. Деятельность в сфере физической рекреации требует наличия специальных коммуникативных умений и навыков работы с различными слоями населения.

Ключевые слова: физическая рекреация, здоровый образ жизни, рекреационные технологии, специалист по физической рекреации.

Moroz Y., Ostapov A., Ostapova O. Features of the Training of Future Specialists in Physical Recreation in the System of Physical Education

The article reveals the peculiarities of the training of future specialists in physical recreation in the system of physical education. The importance of preparation of highly qualified specialists in the recreational sphere is revealed, because Ukraine possesses a great recreational potential, effective development of which can provide not only more complete satisfaction of the needs of the population in recovery and rest, but also bring real economic benefits. For the implementation of appropriate programs for the improvement of the population in our country, the issue of training a sufficient number of highly skilled specialists in physical recreation is becoming relevant. There is no doubt that at the present stage of the development of society, recreational activities have become one of the most important socio-economic factors. Provision of various recreational needs of the population becomes possible due to the formation and development of a certain sphere of socially-organized work - a recreational area that includes sanatorium and resort services, mass recreation and leisure. Involving people in active physical education, combined with rational nutrition, the fight against harmful habits, and appropriate environmental conditions provides an adequate level of health and a high life expectancy of citizens. Along with the comments about the insufficient use of recreational opportunities for motor activity by the population, experts consider the most promising way for their realization to implement innovative strategies that stimulate existing progressive approaches and promote integration into the national system of advanced world experience. A significant number of such innovations include recreational technologies, which are now embodied in various spheres of human activity. Based on the use of physical means of different orientation, and by combining with other factors of a healthy lifestyle, they are able to solve a wide range of tasks – from providing active recreation, recreation and restoration, to improving the functional reserves of the organism, which in the social aspect contributes to improving the health potential of the entire population.

Modern trends in the development of the field of physical recreation place high demands on the personality of a specialist. He must be able to determine the indicators of physical condition of a person and on their basis to design a program of recreational activities, to have modern technologies of physical rearing and to apply them correctly. Activities in the field of physical recreation require the presence of special communication skills and skills of working with different segments of the population.

Key words: physical recreation, healthy lifestyle, recreational technologies, specialist in physical recreation.

Стаття надійшла до редакції 16.04.2019 р.

Прийнято до друку 31.05.2019 р.

Рецензент – д.п.н., проф. Рибалко Л. М.