

Міністерство освіти і науки України

Національний університет фізичного виховання і спорту України

На правах рукопису

ПАСІЧНЯК ЛЮБОМИР ВАСИЛЬОВИЧ

УДК 796.035:712.253(1-21)

ПРОЕКТУВАННЯ ТА РЕАЛІЗАЦІЯ ПРОГРАМ СПОРТИВНОЇ  
АНІМАЦІЇ У МІСЦЯХ МАСОВОГО ВІДПОЧИНКУ НАСЕЛЕННЯ

24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

Дисертація  
на здобуття наукового ступеня кандидата наук  
з фізичного виховання та спорту

Науковий керівник  
Дутчак Мирослав Васильович,  
доктор наук з фізичного  
виховання та спорту, професор

Київ – 2017

## З М І С Т

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ .....	5
ВСТУП.....	6
РОЗДІЛ 1. НАУКОВІ ОСНОВИ СПОРТИВНОЇ АНІМАЦІЇ У МІСЦЯХ МАСОВОГО ВІДПОЧИНКУ НАСЕЛЕННЯ.....	13
1.1 Характерні ознаки спортивної анімації як складової сфери фізичної рекреації.....	13
1.2 Сучасні підходи до вивчення проблеми функціонування та розвитку спортивної анімації.....	24
1.3 Концептуальні аспекти технологічного процесу проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення.....	33
1.3.1 Теоретичний аналіз проблеми проектування програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення.....	37
1.3.2 Організаційні особливості реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення.....	41
Висновки до розділу 1.....	43
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	45
2.1 Методи дослідження .....	45
2.1.1 Теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел та документальних джерел.....	45
2.1.2 Соціологічні методи.....	46
2.1.3 Педагогічні методи.....	50
2.1.4 Психологічні методи.....	53
2.1.5 Медико-біологічні методи.....	53
2.1.6. Методи математичної статистики.....	56

2.2 Організація дослідження.....	58
РОЗДІЛ 3. СУЧАСНИЙ СТАН ЗАЛУЧЕННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ ДО СПОРТИВНОЇ АНІМАЦІЇ У МІСЦЯХ МАСОВОГО ВІДПОЧИНКУ НАСЕЛЕННЯ (НА МАТЕРІАЛІ МІСЬКИХ ПАРКІВ).....	61
3.1 Особливості залучення різних груп населення до активного відпочинку у місцях масового відпочинку (на матеріалі міських парків).....	61
3.1.1 Організаційні особливості залучення населення до активного відпочинку у міських парках.....	61
3.1.2 Види активного відпочинку різних груп населення в умовах міських парків.....	65
3.1.3 Аналіз мотивації та умов залучення населення до активного відпочинку у міських парках.....	70
3.2 Стримуючі та стимулюючі чинники впливу на залучення різних груп населення до спортивної анімації у місцях масового відпочинку (на матеріалі міських парків).....	75
3.2.1 Актуалізація потреби залучення різних груп населення до спортивної анімації у міських парках.....	75
3.2.2 Стримуючі чинники впливу на залучення населення до спортивної анімації у міських парках.....	79
3.2.3 Стимулюючі чинники впливу на залучення населення до спортивної анімації у міських парках.....	85
Висновки до розділу 3.....	93
РОЗДІЛ 4. ТЕОРЕТИЧНЕ ОБГРУНТУВАННЯ ТА ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ ТЕХНОЛОГІЇ ПРОЕКТУВАННЯ ТА РЕАЛІЗАЦІЇ ПРОГРАМ СПОРТИВНОЇ АНІМАЦІЇ У МІСЦЯХ МАСОВОГО ВІДПОЧИНКУ НАСЕЛЕННЯ (НА	

ПРИКЛАДИ МІСЬКИХ ПАРКІВ).....	95
4.1 Теоретичне обґрунтування технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку (на матеріалі міських парків).....	95
4.1.1 Актуалізація необхідності впровадження технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у міських парках.....	95
4.1.2 Теоретичний аналіз базових положень щодо розробки технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у міських парках.....	99
4.1.3 Структура технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків).....	105
4.2 Ефективність технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків).....	113
4.2.1 Проектування та реалізація програм спортивної анімації у міському парку для сімей з дітьми 8-10 років.....	113
4.2.2 Результати експериментального використання технології проектування та реалізації програми спортивної анімації у міському парку для сімей з дітьми 8-10 років.....	120
Висновки до розділу 4.....	143
РОЗДІЛ 5. АНАЛІЗ ТА УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	145
ВИСНОВКИ.....	159
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	164
ДОДАТКИ.....	194

**ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ**

АТ	–	Артеріальний тиск
ВООЗ	–	Всесвітня організація охорони здоров'я
ЄС	–	Європейський Союз
ЖЄЛ	–	Життєва ємність легень
ЗМІ	–	Засоби масової інформації
ІМТ	–	Індекс маси тіла
ООН	–	Організація Об'єднаних Націй
ФСТ	–	Фізкультурно-спортивні товариства
ЦФЗН	–	Центри фізичного здоров'я населення
ЧСС	–	Частота серцевих скорочень
ЮНЕСКО	–	Організація Об'єднаних Націй з питань освіти, науки і культури

## ВСТУП

**Актуальність.** В сучасних умовах авторитетні міжнародні організації (ООН, ЮНЕСКО, ВООЗ, Рада Європи, Європейський Союз) вказують на необхідність удосконалення діяльності суспільства та державних інституцій щодо сприяння здоровому способу життя населення шляхом створення сприятливих умов для підвищення рівня його залучення до рухової активності.

В Указі Президента України від 9 лютого 2016 р. № 42 «Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» зазначається, що метою цієї стратегії є формування у суспільстві умов для оздоровчої рухової активності та здорового способу життя для формування здоров'я громадян як найвищої соціальної цінності в державі. Серед завдань, які необхідно вирішити для досягнення зазначеної мети, у місцях масового відпочинку населення виділено: формування інфраструктури сучасних і привабливих спортивних споруд, що мають бути легко доступні для різних верств населення; збільшення кількості загальнодоступних спортивних заходів для активного сімейного відпочинку; удосконалення міського планування в частині створення місць для активного відпочинку (зокрема, парків для рухової активності та спорту на свіжому повітрі) [211].

У зв'язку з цим вкрай необхідною є реалізація різноманітних програм, спрямованих на подолання в Україні сучасного соціального виклику – низького рівня залучення населення до оздоровчо-рекреаційної рухової активності як обов'язкової умови та генеруючої частини здорового способу життя (Є. В. Імас, М. В. Дутчак [202]; В. О. Кашуба [95]).

Значний резерв у цьому відношенні вбачається у фізичній рекреації – одному із напрямів реалізації оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Теоретичні та технологічні аспекти впровадження фізичної рекреації

знайшли відображення у працях зарубіжних (D. C. Blakenship [237], A. Г. Фурманов [213], D. M. Anderson [233], M. Napierała [259]) та вітчизняних учених (Т. Ю. Круцевич [119, 120], Є. Н. Приступа [212], О. В. Андреева [13], О. М. Жданова [77]).

В умовах сьогодення відзначається інтенсифікація розвитку анімаційної діяльності з використанням різних видів рухової активності. Передова практика вказує на її пріоритетність у сфері туризму, що підтверджується й відповідними науковими дослідженнями (С. І. Байлик [21], А. Б. Воронина [42], О. І. Міхо [140]). Разом з цим враховуючи, що туристичні поїздки практикуються лише епізодично (здебільшого під час відпустки), видається, що для забезпечення регулярної рухової активності різних груп населення доцільним буде більш ширше використання для вказаних цілей місць масового відпочинку населення, насамперед міських парків.

Спортивна анімація – оздоровчо-рекреаційна рухова активність розважального характеру для отримання задоволення та посилення мотивації до активного відпочинку як необхідної умови ведення здорового способу життя (A. Lobo [256], М. Журавлева [83], А. І. Альошина [4]). Проте, спортивна анімація ще не набула широкого використання у місцях масового відпочинку населення, передусім у міських парках, через відсутність, зокрема, у науковій літературі обґрунтованих технологій проектування відповідних програм та їх реалізації у вказаних місцях для отримання задоволення та посилення мотивації різних груп населення до активного відпочинку як необхідної умови ведення здорового способу життя. Актуальність розв'язання цього наукового завдання обумовила вибір теми дисертаційного дослідження, його мету та завдання.

**Зв'язок з науковими планами, темами.** Дослідження виконувалося відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту на 2011-2015 рр. за темою 3.9. «Удосконалення наукових засад спорту для всіх,

фітнесу та рекреації» (номер державної реєстрації 0111U001735), а також згідно з планом наукової роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2016–2020 рр. за темою 3.15 «Теоретико-методологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення (номер державної реєстрації 0116U001630).

Роль автора (як співвиконавця) полягала в обґрунтуванні технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків).

**Мета дослідження** – обґрунтувати технологію проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків) для підвищення рівня оздоровчо-рекреаційної рухової активності особи й на цій основі забезпечення покращення її фізичного та психічного стану й залучення до здорового способу життя.

**Завдання дослідження:**

1. Узагальнити положення літературних джерел та інформаційних ресурсів мережі Інтернет з наукових основ спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення.

2. Здійснити аналіз особливостей активного відпочинку різних груп населення у місцях масового відпочинку (на матеріалі міських парків).

3. Виявити стримуючі та стимулюючі чинники впливу на залучення населення до спортивної анімації у місцях масового відпочинку (на матеріалі міських парків).

4. Розробити технологію проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків) та експериментально перевірити її ефективність.

**Об'єкт дослідження** – спортивна анімація.

**Предмет дослідження** – технологія проектування та реалізація програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків).



**Методи дослідження.** У процесі виконання дисертаційної роботи було використано такі методи: аналіз наукової літератури, інформаційних ресурсів мережі Інтернет та документальних джерел, передового зарубіжного та вітчизняного досвіду; соціологічні, педагогічні, психологічні, медико-біологічні методи; методи математичної статистики.

**Наукова новизна отриманих результатів:**

- уперше науково обґрунтовано технологію проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків), що характеризується декомпозицією мети (основної цілі) на проміжні та первинні цілі, які обумовлюють відповідно складові технології та технологічні операції, а також врахуванням особливостей активного відпочинку різних груп населення та стримуючих і стимулюючих чинників залучення їх до спортивної анімації;

- уперше за підсумками соціологічного дослідження визначено такі особливості активного відпочинку різних груп населення у місцях масового відпочинку (на матеріалі міських парків): здебільшого використовується як частина комбінованого відпочинку; реалізується переважно у вихідні та святкові дні; характеризується одноманітністю та домінуванням різних видів прогулянок; сучасні види фізичної рекреації, в тому числі спортивна анімація, ще не отримали належної популярності;

- уперше виявлено стримуючі чинники впливу на залучення населення до спортивної анімації у міських парках, що обумовлюють пасивне ставлення населення до такого виду фізичної рекреації (недостатність відповідної пропаганди та інформування населення; низький рівень особистої культури здоров'я; обмеженість доходів населення; невміння організувати власне дозвілля), а також охарактеризовано наявні організаційні перешкоди;

- вперше виділено стимулюючі чинники впливу на залучення населення до спортивної анімації у міських парках: посилення мотивації до здорового способу життя та рухової активності; зняття психічної та фізичної

втоми; досягнення належного фізичного стану; забезпечення інформаційно-заохочувального впливу засобів масової інформації; отримання задоволення від участі в програмах спортивної анімації; включення до програм спортивної анімації видів рухової активності, що відповідають потребам відвідувачів у різні вікові періоди; залучення до роботи з організації та проведення спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх»;

- набули подальшого розвитку теоретичні положення про технологізацію процесу фізичної рекреації, перспективність впровадження різних форм рухової активності на відкритому повітрі, використання міських парків для активного відпочинку осіб різних вікових груп, можливості впровадження спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення, залучення волонтерів до організації і проведення рекреаційних заходів;

- доповнено й розширено наукові знання про характерні ознаки, функціонування та розвиток спортивної анімації як складової сфери фізичної рекреації, а також про рівень та динаміку показників фізичного та психічного стану, ведення здорового способу життя та залученості до рухової активності оздоровчо-рекреаційної спрямованості у чоловіків та жінок першого зрілого віку та їхніх дітей 8–10 років.

**Практичне значення проведених досліджень** полягає у розробці рекомендацій обласним та міським центрам фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» щодо впровадження запропонованої нами технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення, насамперед у міських парках, що забезпечує підвищення рівня оздоровчо-рекреаційної рухової активності особи й на цій основі покращення її фізичного та психічного стану й залучення до здорового способу життя. Матеріали дисертації можуть бути використані для підготовки здобувачів освітніх ступенів бакалавра та магістра спеціальності з фізичної культури і спорту, а також для підвищення кваліфікації фахівців фізкультурно-оздоровчих закладів, центрів фізичного здоров'я населення та

структурних підрозділів з питань фізичної культури і спорту виконавчих органів місцевого самоврядування.

Результати наукових досліджень впроваджено у практику діяльності комунального закладу «Обласний центр фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» Рівненської обласної ради», Івано-Франківського обласного центру фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх», Кременчуцького міського центру фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» Полтавської області, а також у навчальний процес кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації Національного університету фізичного виховання і спорту України, що підтверджено відповідними актами.

**Особистий внесок здобувача** у спільно опублікованих наукових працях полягав у виявленні проблеми, організації та проведенні досліджень, аналізі отриманих даних, їх інтерпретації й теоретичному узагальненню, формулюванні висновків та практичних рекомендацій.

**Апробація результатів дослідження.** Основні результати дисертаційної роботи було оприлюднено на IV Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми розвитку спорту для всіх: досвід, досягнення, тенденції» (Тернопіль, 2012), Міжнародній науково-практичній конференції «Здоров'я і рухова активність: соціально-економічні та медичні аспекти» (Київ, 2013), щорічних Міжнародних наукових конференціях молодих учених «Молодь та олімпійський рух» (Київ, 2014–2015), III Міжнародній науково-практичній конференції «Інноваційні технології в системі підвищення кваліфікації фахівців фізичного виховання і спорту» (Суми, 2016), Всеукраїнській науково-практичній конференції «Історичні, теоретико-методичні, медико-біологічні аспекти фізичної культури і спорту» (Чернівці, 2016), X Всеукраїнській науково-практичній конференції з міжнародною участю «Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення» (Львів, 2016), щорічних науково-практичних конференціях кафедри здоров'я, фітнесу і рекреації

Національного університету фізичного виховання і спорту України (2012–2016).

**Публікації.** Основні положення дисертаційного дослідження викладено у восьми наукових працях, з яких п'ять – у наукових фахових виданнях України, в тому числі одна – в електронному виданні, (з них дві включено до міжнародних наукометричних баз) та три публікації апробаційного характеру в матеріалах наукових конференцій.

## РОЗДІЛ 1

### НАУКОВІ ОСНОВИ СПОРТИВНОЇ АНІМАЦІЇ У МІСЦЯХ МАСОВОГО ВІДПОЧИНКУ НАСЕЛЕННЯ

#### 1.1 Характерні ознаки спортивної анімації як складової сфери фізичної рекреації

В сучасних умовах суспільного життя, що змінюється та ускладнюється під впливом соціальних процесів та перетворень, актуалізується питання стану здоров'я населення [65, 88, 129, 189, 227].

Проблема здоров'я населення в Україні є однією із важливих, оскільки здоров'я нації визначає рівень розвитку та достатку держави.

У матеріалах Національної стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» відмічається про тенденцію до зниження рівня здоров'я населення України [211]. Підтвердженням цьому є статистичні матеріали та результати соціологічних досліджень, які дають змогу констатувати, що здоров'я нації щороку стає гіршим [57, 63, 182, 267].

За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я розрахункова очікувана тривалість життя в Україні на 8-10 та 12-15 (відповідно для жінок та чоловіків) років менше у порівнянні зі Швейцарією, Швецією, Норвегією, Фінляндією, Австрією, Францією, Німеччиною. Процентна частка тривалості життя, прожитого у стані так званого «повного здоров'я» (не обтяженого хронічними неінфекційними захворюваннями) становить для України лише 88,1 %, що відповідає 42 місцю серед країн Європи [71].

Рівень здоров'я у більшій половині населення визначається як нижче за середній рівень. З віком прослідковується негативна тенденція. Так, у молоді (16–19 років) цей показник становить 61%; у осіб віком 20–29 років частка таких становить 67,2 %; у віці 30–39 років частина людей із вище зазначеним рівнем складає 66 %. Після сорока років у абсолютної більшості

спостерігається рівень здоров'я нижче за середній: 40–49 років – 81,5 %; 50–59 років – 81%; 60 років і старші – 98,1% [13].

Це явище в повній мірі залежить від поширення чинників ризику, зокрема поширення хронічних інфекційних захворювань, зловживання шкідливими звичками, недотримання режиму дня, нераціонального харчування, недотримання гігієнічних норм та малорухомого способу життя.

Також, доведено, що прогресуюче зниження рівня здоров'я передусім пов'язане із проблемою дефіциту рухової активності [114, 243, 257]. Узагальнені дані наукових досліджень підтверджують, що дефіцит рухової активності, основного чинника здорового способу життя, здійснює негативний вплив на організм, що призводить до гіподинамії та є наслідком різних захворювань, низького рівня фізичного розвитку і функціональних можливостей та зниження працездатності населення [16, 62, 85, 184].

Науковці стверджують, що сьогодні зазначений рівень здоров'я не відповідає оптимальним показникам як у дітей, підлітків та учнівської молоді, задіяних в регламентованих заняттях фізичними вправами, так і у дорослого населення [65, 120, 184]. Результати моніторингових досліджень вказують, що рухова активність населення триває приблизно 15 хвилин впродовж дня, при цьому реалізовується лише 20-25 % природних потреб людини у рухах. При цьому, лише 13% українців мають необхідний, фізіологічно обумовлений рівень рухової активності, тоді як в країнах ЄС частина таких складає 40-60%, а в Японії – 70-80% [111, 124].

Вказана ситуація ускладнюється тим, що у суспільстві не сформована на належному рівні система культури здоров'я, окрім цього населенням ігноруються основні складові здорового способу життя та не усвідомлюється важливість здоров'я як найвищої цінності життя, мають місце недоліки, які є у нормативно-правовій базі, організаційно-управлінському та ресурсному забезпеченні.

Прямий та опосередкований вплив на стан здоров'я людини здійснюють соціальні (матеріальний добробут людей), економічні

(прискорений темп рівня життя, впровадження нових технологій, механізація та автоматизація виробничих процесів) та екологічні (екологія навколишнього середовища та продуктів харчування) чинники, що прискорюють процеси життєдіяльності населення, в результаті чого істотно зростають потреби в сучасних видах і формах відпочинку, відновлення населення. Можливості фізичної рекреації у цьому випадку виступають одним із факторів фізичного і психічного оздоровлення та підвищення творчого потенціалу людини. Саме тому, фізична рекреація розглядається як вид фізичної культури, добровільний, доступний та ефективний напрямок досягнення максимально позитивного результату у відновленні фізичних та психічних сил та покращанні стану здоров'я [40, 120, 143, 212].

На даний час перед державою стоїть завдання збільшити рівень рухової активності населення шляхом застосування нових форм і видів рухової активності для зміцнення здоров'я осіб різної статі та віку та пошук оптимальних шляхів нормалізації життєдіяльності людини.

Системний аналіз відповідних наукових праць дав змогу констатувати, що фізична рекреація, не втрачаючи свого значення у відновленні та оздоровленні організму людини, є найважливішим компонентом способу життя та поведінки людини, що проявляється через її рухову активність у сфері дозвілля шляхом використання найпростіших доступних фізичних вправ [13, 119, 186].

Однією з дослідницьких парадигм фізичної рекреації є розгляд її як однієї з форм організації дозвілля людини. Питання дозвілля досліджували у своїх працях В. Воловик [41], Т. Киселева [100], І. Петрова [169], Р. Стеббинс [201], Н. Цимбалюк [216], J. Dumazedier [241] та інші. Вони дійшли висновку, що незважаючи на величезну кількість видів дозвілля, більшість груп населення обирають стандартизоване проведення вільного часу, для якого властивий достатньо вузький набір форм проведення дозвілля та обмежена їх тривалість, що характеризується здебільшого пасивним відпочинком.

Водночас, науковці [78, 161, 236] вказують, що особливого значення набуває вільний час, пов'язаний із перетворенням його на засіб формування здорового способу життя – це підвищення рівня рухової активності людини, що пов'язане із збільшенням витрат часу на заняття фізичною культурою та спортом. Разом із цим, у своїх дослідженнях В. Куцевич засвідчує про зниження витрат вільного часу на заняття фізичними вправами у чоловіків і жінок, що відбулося за останні 20 років (цим видом діяльності займаються менше 40 % населення у віці до 30 років і тільки 25 % – старші 30 років) [133]. Однак, прагнення людей до активних форм проведення дозвілля збільшується з кожним роком [76, 111, 196].

Отже, складні соціально-економічні процеси, які відбуваються в Україні значною мірою мають відображення на формуванні культури дозвілля та інфраструктури дозвіллевої діяльності. Саме тому, для вирішення проблеми дозвілля недостатньо збільшити кількість тих чи інших культурних і фізкультурно-спортивних закладів, необхідно змінити ставлення населення до рекреаційно-дозвіллевої діяльності. Така діяльність дозволить підвищити рівень рухової активності та створити якісно нове середовище, що об'єднуватиме в собі багато функцій, а це сприятиме активному формуванню здорової та всебічно розвинутої, гармонійної особистості.

Науково досліджено різні аспекти порушеної проблеми, зокрема, фахівцями [8, 47, 147, 151, 152] розглядаються різні підходи до організації рекреаційної діяльності різних груп населення. З одного боку, вивчаються рекреаційні потреби соціальних груп, встановлюючи їх зв'язок з потребами більших соціальних утворень та суспільства в цілому, психічні вимоги до рекреаційного середовища, властиві різним категоріям населення, ціннісні орієнтації соціально-територіальних спільностей людей, які утворюються на базі спільного відношення до території, на якій вони відпочивають та проживають. З іншого – визначають ефективність різних програм та заходів, які проводяться, пропонують новий рівень надання рекреаційно-дозвіллевих послуг з використанням нових технологій та створюють умови для широкого



їх застосування та залучення різних верств населення до здорового способу життя.

Провідним методологічним підґрунтям для вдосконалення сфери фізичної рекреації, є концепція анімації. Останнім часом організація культурного дозвілля, розваг та організація послуг оздоровчого характеру отримала назву «анімація», яка визначається новим напрямом рекреаційної діяльності. У сучасних умовах розвитку анімації приділяється велика увага зарубіжних та вітчизняних вчених.

Не зважаючи на значний доробок зарубіжних [50, 121, 134, 177, 204] та вітчизняних [21, 33, 126] науковців, тема анімації у сфері фізичної рекреації розглядається у поодиноких працях О. Андрєєвої, О. Благій та Б. Пангелова [13, 30, 150]. У роботах Т. Лесіної, О. Літвінової-Головань, А. Сидорук, висвітлені питання підготовки майбутніх фахівців з вищою освітою до анімаційної діяльності [126, 127, 192].

Актуальність теми обумовлюється багатьма аспектами розвитку сучасного суспільства, адже економічна, політична та демографічна кризи в Україні, урбанізація соціального життя, технократизація, значне розшарування дозвіллевої діяльності, комерціалізація дозвілля, низький рівень організації дозвілля, недостатня диференціація дозвіллевих пропозицій значною мірою впливають на якість анімаційної діяльності.

Саме тому, у рамках досліджуваної проблеми цей напрямок потребує вивчення ознак спортивної анімації, як складової сфери фізичної рекреації, досвіду використання для оздоровлення населення у місцях масового відпочинку, впливу її на усі компоненти здоров'я (соматичне, фізичне, психічне, моральне), наукового обґрунтування технологій проектування відповідних програм та їх реалізації фахівцями, що мають необхідний рівень підготовленості.

Анімація у нашій країні – порівняно нове поняття, хоча термін «анімація» існує ще з часів Стародавнього Риму. За своєю етимологією слово «анімація» має латинське походження («*anima*» – життя, душа; «*animus*» –

оживляю) і означає одухотворення, піднесення, стимулювання життєвих сил та залучення до активності [168, 197, 225].

У сучасному просторі анімація визначається за формулою «Три D»: *delassiment* «розслаблення» – *divertissement* «розвага» – *developpement* «розвиток», яка передбачає фізичне відновлення людини (розслаблення) через переживання радості та задоволення (розвага), а також задоволення потреб (розвиток) [226, 264].

Це поняття вживається у багатьох сферах людської діяльності, проте, багато сучасних вчених розглядають анімацію з позицій культурології, педагогіки та культурно-дозвіллевої діяльності, що засвідчує про інтерес до цього явища та про усвідомлення науковим співтовариством її значущості та перспектив впровадження у практику.

Узагальнення теоретичного матеріалу дало змогу стверджувати, що анімація є одним з найбільш перспективних видів роботи з населенням, оскільки, носить багатосторонній характер, який відповідає широкому колу потреб, інтересів та запитів людей. Окрім цього, анімація спрямована на всебічний розвиток особистості (соціальний, духовний, фізичний), підвищує внутрішній потенціал особистості, необхідний для подолання негативних проявів та сприяє особистісному удосконаленню.

З огляду на зазначене, науковці вкладають у зміст анімації різне значення та розглядають її як спеціальну організовану діяльність, яка спрямована на створення умов для задоволення потреб людини та соціуму [20, 96], підвищення якості надання послуг та створення відчуття задоволення від відпочинку [50, 52], активізацію міжгрупових та міжособистісних відносин [230, 265], вирішення соціальних проблем та виступає ефективним механізмом покращення життя людей [42, 204], впливу на їх «життєві сили» [79] та активного споживання інформації [84].

R. Labourie вказує, що феномен анімації має подвійне значення, будучи одночасно методом пристосування, соціальної терапії та «ідеологією звільнення через участь» [254].

Аналіз спеціальної науково-методичної літератури та результатів відповідних досліджень свідчить, що розвитку анімаційної діяльності сприяє поступове збільшення обсягу вільного часу населення.

Проведені соціологічні дослідження дозволили встановити, що приблизно 2/3 дорослого населення України орієнтовані на домашній спосіб проведення дозвілля. Так, 60 % бюджету вільного часу населення проводить у помешканнях, причому ці особливості залежать від віку людей. 18-24-літні особи витрачають на домашній відпочинок і заняття у квартирі близько половини свого вільного часу, 40-літні – 70 % і більше. У робочі дні вдома проходить 60-70 % вільного часу, а у вихідні – близько половини. Пасивний спосіб проведення дозвілля зумовлений накопиченням застійних явищ у роботі закладів дозвілля, культурно-видовищного і фізкультурно-спортивного призначення та зростанням матеріального забезпечення окремих верств населення [123, 132].

Зарубіжний досвід показує, що система організації дозвілля населення ефективно функціонує у США, Канаді, країнах Західної Європи (Франція, Німеччина, Австрія, Данія, Бельгія, Нідерланди). Разом з цим, слід відзначити, що найбільшого поширення тут набула туристична та готельна анімація, насамперед – у курортних зонах.

У структурі туристичної та готельної анімації особливе місце відводиться спортивній анімації, яка включає в себе одночасно розважальні заходи та різноманітні спортивні та рухливі ігри, вправи та змагання, що робить програми цікавими та корисними для формування здоров'я [21, 50, 52, 121].

За своєю типологією спортивна анімація у широкому сенсі (значенні) розглядається з одного боку як інноваційний процес, що активізує учасників анімаційного процесу до виявлення та розкриття потреб і якостей в нових умовах, дає можливість досягнути найбільшого відновлювально-оздоровчого ефекту та підвищити якість життя, а у вузькому – як комплекс активізуючих

програм проведення вільного часу, які складені із врахуванням відповідної спрямованості видів рухової активності [2, 125, 208, 251].

Узагальнюючи теоретичні ідеї анімації та досвід організації анімаційної діяльності у низці зарубіжних країн можна стверджувати, що теоретичне обґрунтування широкого сенсу поняття спортивна анімація повинно бути пов'язане із усіма компонентами соціального середовища та повсякденного життя індивіда – політикою держави, способом життя, професійною діяльністю, соціальною активністю та статусом, міжособистісними відносинами, соціальними, національно-етнічними та регіональними особливостями і традиціями та наявним досвідом отримання рекреаційних послуг та розваг і не розцінюватись як проста техніка організація дозвілля [248, 251, 266].

Отже, на думку фахівців [32, 49, 55, 134] спортивна анімація може бути представлена певним комплексом, у якому відображено поєднання трьох взаємопов'язаних рівнів, які визначають специфіку та її структуру:

- організаційний рівень являє собою сукупність взаємопов'язаних елементів (державні органи влади та установи, державні та громадські організації, асоціації, фонди та цільова аудиторія);

- діяльнісний рівень визначає мету та функціональне призначення аніматорів або анімаційної служби. До змісту аніматорської діяльності входить сукупність форм, методів та засобів, які відповідають потребам, інтересам та запитам особистості або соціуму, що проявляються у повсякденному житті та у вільний час;

- технологічний рівень, що характеризується способами взаємодії аніматора з цільовою аудиторією. У цій системі провідну роль відіграють аніматори (професійні або добровільні), які мають належний теоретичний, методичний та практичний рівень підготовленості.

В основу спортивної анімації закладено здоровий спосіб життя. Здоровий спосіб життя об'єднує все те, що сприяє виконанню людиною суспільних, професійних і побутових функцій. Заняття фізичними вправами,

видами масового спорту, туризмом з активними формами пересування виступають ефективним засобом формування здоров'я, сприяють зниженню ризику різних типів захворювань, а також виступають як засіб профілактики девіантної поведінки [21].

Основне призначенням будь-якої анімації, у тому числі спортивної, – поживати 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.

У цьому аспекті основними цілями спортивної анімації визначаються: педагогіка розуміння та посередництва (анімація виступає посередником між об'єктом та суспільством); ствердження відносин рівності, що переборюють ієрархічну підлеглість; встановлення взаємовідносин на основі права вибору і самостійності; забезпечення індивідуального вибору анімаційних заходів; надання можливості особистості обирати шлях для самореалізації та самовдосконалення; не обмежуватись стандартними ситуаціями, а враховувати їх різноманітність. У зв'язку із зазначеним, науковці вказують на те, що спортивна анімація, як вид фізичної рекреації, має значні потенційні можливості [48, 50, 97].

Впровадження спортивної анімації у сферу фізичної рекреації на сьогодні обумовлено практичною необхідністю. В Україні існує дефіцит привабливих анімаційних послуг, які б створювали умови для формування здорового способу життя та відповідали специфічним рекреаційним потребам населення. Більшість таких послуг носять стихійний та несистемний характер, є одноразовими й однотипними. Вони не вирізняються з-поміж інших фізкультурно-оздоровчих заходів і не викликають жвавого зацікавлення у відвідувачів місць масового відпочинку населення. Відсутність належного ресурсного забезпечення (кадри, площинні загальнодоступні споруди, пункти прокату спортивного інвентарю тощо), низький рівень методичного забезпечення та інновацій не заохочує населення

до організованих форм проведення дозвілля, що у свою чергу призводить до загострення існуючих соціально-економічних проблем у державі загалом та особистісному розвитку зокрема [23, 25, 233].

Основними характеристиками анімаційного інтересу є: видовищність та привабливість для споживачів (характеризується різноманіттям видів рухової активності з урахуванням інтересів та мотивів дорослих, молоді та дітей); рекреаційність (можливість організації відпочинку та оздоровлення) та пізнавальна цінність (зв'язок із спортивними подіями, святами, заходами та відомими спортсменами, обумовлена національними та регіональними традиціями тощо); популярність (поширеність серед населення через те, що здійснюється у вільний час та відрізняється свободою вибору); виразність (взаємодія з різними соціальними групами та навколишнім середовищем, спортивними спорудами і природою) та місце розташування рекреаційної зони [43, 208].

Емоції людини, перш за все, пов'язані з її потребами. Вони відображають стан, процес і результат задоволення потреби. Діапазон потреб достатньо широкий, оскільки залежить від запитів та мотиваційних установок особи [58, 185]. Анімаційне враження складається з багатьох компонентів, але саме задоволення від отриманих анімаційних послуг визначається позитивними емоціями.

Відповідно, у спортивній анімації необхідно враховувати: потребу у русі, задоволення якої із приємними переживаннями; потребу у відчутті нового (під час міжособистісних та міжгрупових контактів та подолання труднощів); потребу у спілкуванні та додатковій комунікації; потребу у психологічному розвантаженні; потребу людей у духовному розвитку та потребу у самореалізації особистості [61, 98, 121].

Особливість спортивної анімації в сучасному суспільстві зумовлена тими функціями, які вона здатна реалізувати. Враховуючи спектр дії спортивної анімації функціональне її наповнення відповідає функціональній концепції дозвілля (рекреація, розвага, розвиток) та за даними літературних

джерел [55, 97, 98, 137] передбачає: рекреаційну функцію, що пов'язана з відновленням та розвитком фізичних та психічних сил людини, всебічним гармонійним розвитком особистості та зміцненням здоров'я; адаптаційну функцію, яка забезпечує пристосування людини до факторів зовнішнього середовища, перелаштування з «буденного стану у відпочинковий»; стимуляційна функція, яка забезпечує створення умов, за яких неможливо відмовитись від анімаційної послуги; інформаційну функцію, яка поглиблює знання та інтереси людини з питань фізичної культури, здорового способу життя, організації змістовного дозвілля; стабілізуючу функцію, яка створює позитивні емоції, стимулює психологічну рівновагу та відновлює втрачену енергію; компенсаційну функцію, яка дає можливість задовольнити фізичні, соціальні та духовні потреби різних груп населення; виховну функцію, яка сприяє формуванню культури здоров'я та створює умови до зміни способу життя; комунікативну функцію, яка передбачає процес спілкування та взаємодії між аніматорами та відпочиваючими; пропагандистську функцію, яка дає можливість через анімаційні програми зробити відпочиваючих носіями інформації, що розповсюджується за принципом «ланцюгової реакції»; креативну функцію, яка дає можливість творчо підходити до здійснення анімаційного процесу.

Отже, на основі вище викладеного можна виділити такі характерні ознаки спортивної анімації: реалізується у сфері фізичної рекреації; ґрунтується на оздоровчо-рекреаційній руховій активності; сприяє оздоровленню різних груп населення, використовуючи засоби рекреації в якості одного з інструментів формування здоров'я; носить розважальний (гедоністичний), інформаційний, виховний та рекламний характер; містить фізичні, емоційні та виховні компоненти; сприяє самореалізації особистості, надаючи можливість індивіду вибрати цікаву діяльність і найбільш повно проявити себе в ній; основним її елементом є відпочиваючий, який залучається до участі у відповідних заходах за допомогою аніматора; здійснюється у вільний час; здійснюється переважно в природних умовах на

добровільних, самодіяльних засадах та за сприяння державних установ та громадських організацій.

## **1.2 Сучасні підходи до вивчення проблеми функціонування та розвитку спортивної анімації**

В останні роки увага науковців усього світу привернута до вивчення питань проблеми здоров'я людини та способу її життя. Суспільні та економічні зміни, які відбуваються у розвинутих державах потребують удосконалення та пошуку нових підходів до вирішення проблем здоров'я, рухової активності та активного проведення дозвілля людей [129, 261, 268, 259, 269].

У зарубіжних країнах цим проблемам приділяється значно більше уваги, що підтверджується економічним і соціальним розвитком цих держав та якістю життя населення. Об'єднуючи зусилля держави та науковців, постійно ведеться пошук нових форм рухової активності та засобів залучення до неї (технологічних, інформаційних, технічних тощо), які можуть покращити стан вирішення зазначеної проблеми [173].

В Україні інфраструктура фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи за місцем навчання, роботи, проживання і відпочинку населення та індустрія здоров'я у порівнянні із зарубіжними країнами суттєво поступається за рівнем розвитку. Кожен п'ятидесятий житель України залучається до участі у фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходах загальнодоступного характеру. Для 84-86 % частини населення характерна фізична пасивність [63, 210, 224]. Низький рівень оздоровчої рухової активності населення стримує формування здорового способу життя, від якого більше як на половину залежить стан здоров'я людини.

Однією з головних умов позитивного вирішення цих проблем є формування і реалізація державної політики у сфері фізичної культури і спорту, лобювання її на рівні органів місцевої виконавчої влади та місцевого



самоврядування, промислових і фінансових структур, засобів масової інформації.

В Україні проведення заходів, що регламентуються існуючою законодавчо-нормативною базою з питань розвитку фізичної культури недостатньо впливають на здійснення державної політики у вказаній сфері. Громадські організації не володіють арсеналом виправданих форм контролю за якістю фізкультурно-оздоровчих послуг громадянам, їхня діяльність обмежується лише формальними показниками. Також, відмічається різке зменшення кількості джерел, які забезпечують передачу культурних та духовних цінностей населенню та скорочення кадрового потенціалу [76, 108, 148, 175, 179].

На противагу Україні, розвитку анімаційної діяльності у зарубіжних країнах сприяє державна політика, наукова і громадська робота, різноманітні організаційно-управлінські технології. Враховуючи, що сама людина стає об'єктом власної соціалізації, в сучасних умовах вона здійснює пошук змістовного та активного дозвілля. Для вивчення дозвіллевої та рекреаційної проблематики у низці країн створюються відповідні установи: National Recreation and Park Association, Leisure Studies Association (США), Фонд парків та рекреації (Японія), Міжнародна асоціація з питань розвитку дозвіллевої сфери, Німецьке товариство з проблем дозвілля, Італійська культурно-дозвіллева організація та Національний інститут громадської рекреації, Інститут управління у галузі дозвілля та розваг (Великобританія). За рахунок впровадження різних програм (Behavioral Risk Factor Surveillance System Questionnaire, Програма «Здоров'я населення 2000» (США)) ведеться облік основних показників здоров'я, відслідковується динаміка її розвитку, розробляються та пропонуються багаточисельні рекомендації стосовно рухових режимів, що є потужним інструментом для орієнтації та створення заходів щодо формування здоров'я та проведення активного дозвілля [164, 239, 255, 260].

Ряд країн (Австралія, Бразилія, Канада, Китай, Єгипет, Італія, Йорданія, Південна Корея, Мексика, Націй в Карибському басейні та В'єтнам) намагаються перейняти американський досвід шляхом розробки аналогічної системи моніторингу.

Маючи потужний кадровий потенціал, інфраструктуру та матеріально-технічну базу дозвілленої сфери, яка є доступною для кожного, жителі провідних країн світу є активними учасниками різноманітних анімаційних заходів. Завдяки рекомендаціям Ради Європи та ЮНЕСКО поняття «анімація» та відповідна практика поширюється у країнах Європи та Північної Америки.

У США на державному рівні створено велику кількість організацій та заходів, які займаються сучасними проблемами, надають анімаційні послуги та контролюють їх якість, поширюють ідеї здорового способу життя, впроваджують передові практичні програми у процес оздоровлення населення усіх штатів. Основними напрямками діяльності організацій «Американський альянс охорони здоров'я, фізкультурної освіти, рекреації і танців» (American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance) та «Асоціація бізнес розваг на свіжому повітрі» (Outdoor Amusement Business Association) є покращення державної освіти й сприяння обміну інформацією; зростання індустрії розваг на відкритому повітрі, охорона здоров'я всіх американців і надання різного плану послуг, популяризація фізкультурно-спортивних ідей та здорового способу життя серед молоді і дорослого населення, контроль за діяльністю фізкультурно-спортивних та оздоровчих установ [136, 137, 231].

У Франції населення звертається до роботи Асоціації культурного розвитку (АДАК) та Семеа (Centre d'entrainement aux Methodes d'education Active). Основною метою роботи яких є надання людям можливості вибрати собі хобі до смаку, створюють умови для самореалізації та самоствердження та ведуть пропаганду здорового способу життя. Географія Семеа має

розвоювання в таких країнах, як Нова Каледонія, Гваделупа, Полінезія тощо [134, 204].

Шведська атлетична асоціація сьогодні нараховує більше 15 тисяч клубів із спортивних видів дозвілля для сімей. В даний час у Швейцарії у сфері соціально-культурної анімації існує вже більше двох тисяч різного роду установ і центрів [218].

Особливу увагу привертає робота Міжнародної асоціації спорту для всіх (TAFISA), спрямована на залучення якомога більшої кількості населення різних країн до систематичних занять фізичними вправами для оздоровлення та активного відпочинку. Оздоровчо-рекреаційні програми, що передбачають використання різних видів спорту для всіх, враховують окрім особистісних характеристик відпочиваючих й особливості різних країн: політико-адміністративні, культурні, соціальні, економічні та інші [66].

Якість надання анімаційних послуг залежить від рівня майстерності фахівців. Зарубіжна практика має великий досвід з цього питання. У більшості випадків професійна підготовка аніматорів здійснюється у навчальних закладах та на спеціалізованих курсах. Навчальний процес ґрунтується на єдності практичної і теоретичної складових.

Так, у Канаді фах працівника дозвіллевої сфери здобувають на факультетах більш як двадцяти університетів, що дає можливість отримати ступінь бакалавра, магістра, доктора соціальних наук. У Франції підготовка спеціаліста культурно-дозвіллевої діяльності триває щонайменше три роки [102, 164].

У Великобританії, Польщі, США, Швейцарії створюються школи, центри та табори з підготовки компетентних фахівців, які більшою мірою підтримуються державою. Робота аніматорів Франції, Італії, Фінляндії, Португалії та ін. об'єднується Європейською асоціацією аніматорів (ENOA) [1, 5, 102].

Сфера дозвілля є невід'ємною складовою життєдіяльності людини, яка є з'єднуючою ланкою між її основними видами діяльності. Дозвілля є одним

із важливих чинників формування особистості як суб'єкта власного життя та діяльності, яке безпосередньо впливає на її навчальну та виробничу сферу діяльності [2, 195, 251].

Останнім часом людина потребує тісного контакту з природою. В усіх сферах людської діяльності все більше людей перебуває у закритому приміщенні, що призводить до зростання різного роду захворювань. Тому, людина більше пізнає ціну необхідних природних ресурсів та осередків, які створюють сприятливий мікроклімат для повноцінної життєдіяльності та все частіше використовує порівняно тривале перебування в умовах природного середовища (парки, гори, ліси, водне середовище тощо) з метою відновлення, оздоровлення та стимулювання зростання працездатності. Проте, проведення дозвілля у цих місцях максимально наближено до стану абсолютного спокою [101, 188].

Зв'язок рухової активності з характером навколишнього середовища є очевидним [15, 234, 245]. Вивчаючи особливості формування рекреаційних територій, досвід світових практиків вказує на два напрями: розвиток урбанізованих територій на базі курортних населених пунктів або цілих курортних агломерацій (курорти і курортні місцевості, приморські рекреаційні райони) та розвиток рекреації на міжсільбищних територіях шляхом створення рекреаційних парків [200].

Важливою формою спортивної анімації є робота у міських парках відпочинку. Вона спрямована на залучення різних категорій населення до рухової активності у певному рекреаційному просторі.

У цьому контексті на думку науковців [36, 56, 106, 110] парки є найдоступнішими та абсолютно безкоштовними місцем для проведення дозвілля, основною метою діяльності яких є організація вільного часу, активного відпочинку, задоволення запитів різних груп населення, створення умов для відновлення фізичних, духовних сил, спілкування людей у сфері дозвілля. Вони розраховані на відвідувачів будь-якого віку та соціального статусу та надають населенню різні культурно-просвітні, видовищні,

спортивні та рекреаційні послуги. Однак, увесь комплекс рекреаційних послуг у міських парках не завжди відповідає специфічним рекреаційним потребам населення.

Таким чином, всезагальна доступність міських парків – це унікальна можливість розвитку і збереження нації та забезпечення рекреаційного впливу. В Україні, організація дозвілля на відкритому повітрі, у своєму розвитку спирається на досвід розвинених держав. Зарубіжна практика показує, що кожна держава прагне до створення та розвитку умов для відпочинку, лікування, відновлення працездатності власних громадян.

Завдяки роботі організацій у різних країнах світу [61, 125, 239, 255, 260] активно вивчаються проблеми паркового середовища. У свою чергу вони виконують значну інформаційну, методичну та наукову роботу з питань дозвілля, утримують центри для підвищення кваліфікації фахівців дозвіллевої сфери, співпрацюють з рекреаційними закладами.

Спеціалізовані видання («Parks and Recreation», «Amusement Business», «InPak magazine», «eJournal USA» та ін.) висвітлюють питання: взаємозв'язку між відвідувачами парку та природним середовищем, матеріально-технічного оснащення; характеристики рекреаційних послуг різним соціально-демографічним групам населення; організації рекреаційної роботи у парках [232, 242, 246, 262].

Перспективи розвитку паркової індустрії розглядаються на міжнародних конгресах, конференціях, симпозіумах, що проводяться Міжнародною асоціацією соціологів, Міжнародною службою тематичних парків, Міжнародною асоціацією розважальних парків та атракціонів. Для реалізації розроблених програм у кожній країні діє організація, пріоритетними завданнями якої є вивчення паркових проблем – Національна асоціація парків і рекреації (США), Національний фонд рекреації й туризму (США), Інститут управління у сфері дозвілля та розваг (Велика Британія), Асоціація керівників муніципальних парків і садів (Нідерланди), Фонд парків і рекреації (Японія) та інші [133].

Застосування спортивної анімації у парковому середовищі вимагає поєднання відповідних організаційно-технологічних умов та інфраструктури для рекреації. У контексті сучасних тенденцій розвитку спортивної анімації важливим завданням є розвиток інфраструктури, забезпечення масової доступності до спортивних об'єктів, вирішення соціальних завдань для розвитку фізичної культури, здорового способу життя, самовдосконалення та духовного розвитку нації. Отже, створення та розвиток цілісних природних спортивних парків можуть виступати активним соціальним місцем розвитку особистості, центром розвитку одночасно різних видів масового спорту, щоденними тренувальними майданчиками для різних вікових верств населення, місцем активних прогулянок для сім'ї.

У зв'язку з цим діяльність парків активно модернізується, впроваджуються інноваційні технології дозвіллевого обслуговування різних категорій населення [32].

Приклад зарубіжної практики показує, що в умовах масової забудови, зберігаються та свідомо виділяються території для масової релаксації, активності та відпочинку населення. При цьому, чітко вирізняються особливості ландшафтного дизайну спортивних об'єктів, комбінуються комплекси спортивних і культурних зон, гармонійно поєднуються «зелені зони» та маршрути руху відвідувачів із врахуванням різних видів фізкультурно-оздоровчої діяльності, враховуються вимоги до шумоізоляції, розподілу сонячного проміння та вітрозахисту, а також – висока пропускна спроможність території парку та довготривала стійкість ландшафту [133, 190, 199].

У ландшафтно-архітектурній практиці Сполучених Штатів Америки (Central Park, Hudson River Park, Bryant Park East River Park, Riverbank State Park), Великої Британії (Hyde Park, St. James's Park, Greenwich Park), Росії (Парк Горького, спортивний парк на острові «Відпочинок» у Красноярську), Франції (спортивний парк в Трамблі), Литві (парк «Здоров'я» на курорті Паланга), Фінляндії (народно-спортивний парк в Ріхімаки), Польщі

(фізкультурно-спортивний парк), які визначаються своєю складністю, новизною та масштабністю, особливе місце займають такі спортивні об'єкти як: іподроми, гольф-поля, скейт-площадки, майданчики для катання на роликах та занять спортивними танцями, відкриті тенісні корти тощо. Створюються доріжки для занять бігом, поля для занять йогою, гри у футбол, волейбол, баскетбол, регбі, організуються дитячі як спортивні, так і розважально-ігрові майданчики. Багато таких місць у зимовий період трансформуються на льодові катки масового використання. За рахунок цього паркові осередки перетворюються у потужні комплекси відпочинку – спортивні парки, народно-спортивні парки, парки фізичної реабілітації та олімпійські парки [26, 38, 53, 128].

Інноваційні технології спортивної анімації у більшій мірі пов'язані із зразками парків типу Діснейленду (США, Франція, Японія), Леголенду (Данія, Англія, США, Німеччина, Малазія), Фентезіленду – Країна Мрій (Німеччина). Серед різноманітних парків особливими є аквапарки (Японія, Словаччина, Туреччина, Іспанія), що надають можливість проводити активний відпочинок на воді. Важливою ознакою цих парків є тематична спрямованість та підпорядкування усіх складових парку (атракціонів, заходів, рекреаційних програм, майданчиків тощо) певній темі. Зазначені парки оснащені високоякісним обладнанням, технікою та використовують видовищні ефекти. Пріоритетний вибір надається тим формам, які сприяють виявленню та реалізації фізичних та творчих здібностей, естетичних смаків, формують у людей особисту фізичну культуру, культуру здоров'я, екологічну та дозвіллеву культуру [38, 118, 164].

У різних країнах існує розмаїття програм спортивної анімації. Реалізація функцій спортивної анімації здійснюється у різних формах і видах. Деякі з них цілком можуть бути запозичені вітчизняними рекреаційними осередками.

Наприклад, у парках Китаю, Японії та Індії застосовують ізометричні фізичні вправи та вправи у сповільнених рухах з концентрацією уваги

(асани). Цю форму рухової активності запозичили США та Канада. У Шрі-Ланці щонеділі влаштовуються фестивалі «Танці Сходу», де всі бажаючі можуть пройти курс навчання мистецтва східного танцю. У Колумбії влаштовують томатні бої, в Італії – апельсинові, в Таїланді та Індонезії – бананові. В Італії групи аніматорів влаштовують гладіаторські бої в Колізеї, змагання лицарів у храмі всіх богів Пантеоні [84, 164].

У Росії найбільш традиційні форми анімації – «День Нептуна», будівництво сніжної фортеці, ігри в сніжки, «Лицарський турнір», «Гладіаторські бої», проведення екстремальних ігор «Останній герой», «Безлюдний острів», які включають їзду верхи, метання списів, стрільбу з луку, підйом ваги, бій на мечях, проходження імпровізованої середньовічної смуги перешкод [121, 164, 204].

Парки атракціонів у Нідерландах, Іспанії, Німеччині, Швеції, Китаї втілюють концепцію відпочинку як участі в різноманітних атракціонах, що мають на меті оздоровити людину, забезпечити цікавий відпочинок, розвинути кмітливість, спритність, витримку, вміння орієнтуватися на місцевості з перешкодами, координацію рухів, швидкість реакції, інтуїцію. Ефективність діяльності парків визначається системністю їх роботи, зовнішньою привабливістю, рівнем удосконаленості форм, методів та засобів роботи, попитом серед відвідувачів [164].

Для ефективною реалізації спортивної анімації соціологічними службами систематично вивчаються запити відвідувачів, їх бажання та потреби, що дає змогу більш якісно організувати взаємодію відвідувачів з персоналом парку, паркові заходи, сімейний відпочинок, визначати форми та методи роботи та обслуговування різних категорій населення.

В Україні анімаційні послуги поступово починають пропонувати міські парки Києва, Львова, Рівного, Тернополя, Дніпра. Відвідувачам пропонуються ранкові руханки із чемпіонами, фестиваль сімейного здоров'я, навчання танцям, орієнтування на місцевості, подолання смуг перешкод та переправ тощо. Але, на жаль, більшість цих послуг не носять системного



характеру та здійснюються за шаблоном і є одноразовими, не вирізняються з-поміж інших і не викликають жвавого зацікавлення у відвідувачів [15, 190, 210].

Таким чином, добре організована анімаційна робота – це критерій успішності діяльності і вирішальна умова ефективного функціонування паркового середовища, що потребує науково обґрунтованих технологічних рішень щодо впровадження програм спортивної анімації.

### **1.3 Концептуальні аспекти технологічного процесу проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення**

В останні десятиліття у світі спостерігається стійка тенденція підвищення інтересу до вивчення нових сучасних технологій у сфері дозвілля, фізкультурно-оздоровчої та рекреаційної діяльності [9, 10, 93, 107, 144]. Провідні фахівці [56, 109, 145] сфери освіти, економіки, культурології, туризму, дозвілля, фізичного виховання займаються вивченням зазначеної проблеми. Проведені дослідження [27, 135, 167, 180, 219, 149] створюють необхідне наукове теоретичне та практичне підґрунтя для визначення концептуальних підходів та аспектів технологічного процесу у сфері дозвілля та рекреаційної діяльності, що дають можливість розкрити його ознаки (суть, структуру, напрямки та етапи).

Так, Н. Ковальновою [105] розроблена технологія проектування позакласної роботи старшокласників, К. Пацалюк [162] визначив етапи та зміст технології рекреаційної діяльності фізкультурно-оздоровчих боулінг-клубів, А. Гакман [47] обґрунтувала технологію розробки рекреаційно-оздоровчих програм у літньому оздоровчому таборі, С. Савіним [187] представлено педагогічне проектування занять фітнесом з жінками зрілого віку, О. Демченко [56] запропонував типологію сучасних соціально-культурних технологій паркової рекреації населення. Разом з цим,

актуальним видається дослідження, спрямоване на обґрунтування технології проектування програм спортивної анімації та їх реалізації у місцях масового відпочинку населення, зокрема у міських парках.

Останнім часом ідеї проектування дозвілля почали широко застосовувати у різних сферах перебування людини, що стало одним із компонентів інтелектуального, духовного, морального та фізичного її розвитку, формування здорового способу життя та культури дозвілля [37, 49, 81, 165, 167]. Його ототожнюють з поняттями планування, передбачення, прогнозування, конструювання та моделювання [178].

Одна група науковців [7, 105] розглядає проектування як цілеспрямовану діяльність, що містить послідовність процедур, які ведуть до досягнення ефективних рішень, відмінною рисою при цьому визначають його практичну спрямованість. Інші вчені [37, 81, 167] проектну діяльність відносять до розряду інноваційної, творчої діяльності, яка передбачає перетворення реальності та будується на базі відповідної технології. Характерною особливістю при цьому є уніфікація, пізнання того, що може виникнути і вплинути на об'єкт та його удосконалення.

Узагальнюючи дані різних авторів, можна стверджувати, що технологія проектування програм спортивної анімації – це креативна, теоретична і одночасно практична діяльність з впровадження інновацій, що будується на основі відповідного алгоритму дій для досягнення очікуваного результату шляхом застосування необхідних засобів за певних умов та передбачає можливість оцінити його переваги і недоліки та внести відповідні корективи.

Вивчаючи різні аспекти проектування у рекреаційній та дозвіллевій сфері, у загальній структурі проектної діяльності виділяють: загальну мету та завдання, критерії відповідності, етапи, компоненти та критерії ефективності. Процес проектування рекреаційно-оздоровчої діяльності визначається своєю складністю та багаторівневістю за організацією та проведенням, суттєвою ознакою якого є технолізація, яка характеризується відповідною структурою, неухильним дотриманням змісту, взаємозалежністю елементів, які

функціонують у відповідності до вимог, принципів та закономірностей розвитку суспільства та послідовністю впровадження етапів [7, 37, 49, 222].

Узагальнюючі дані, представлені різними авторами [2, 59, 105, 167, 220] нами визначені основні специфічні ознаки технології проектування програм спортивної анімації: мультидисциплінарність – використання теорій, концепцій та методів, які мають наукове обґрунтування; ієрархічність – анімаційна діяльність являє собою цілісний та послідовний процес, що передбачає використання окремих процедур, операцій і методів технології нижчого порядку із врахуванням ресурсного забезпечення (специфіки рекреаційної території та суб'єкту анімаційної діяльності); гнучкість – висока варіативність завдань, операцій і процедур, методів, засобів і критеріїв оцінювання; уніфікованість та нормативність – відпрацьовані та перевірені прийоми роботи, стандартні ситуації та процедури, які існують у дозвіллевій сфері, засновані на принципах доцільності, безпеки та обумовлені професійною етикою; досяжність – детальне визначення кінцевого результату і точне його досягнення; керованість – можливості адаптації до будь-яких умов, корекції запланованих дій, варіювання раціонально продуманими прийомами організації, методами діяльності та засобами. ефективність та економічність – можливість досягнення запланованих результатів анімаційної діяльності при оптимальному рівні ресурсного забезпечення; гарантованість – забезпечується шляхом дотримання чіткої послідовності операцій через застосування необхідних засобів за певних умов.

Результатом проектування є проект (програма), функціональна специфіка якого залежить від стану середовища, особливостей об'єктів (соціально-демографічні ознаки) та суб'єктів, зайнятих підготовкою конкретного проекту, функціональних зв'язків між елементами проекту, можливостей його ефективного використання та очікуваних результатів. На основі загально визнаних принципів дозвілля (системність, добровільність, диференціація, доступність та якісність дозвіллевих послуг, їх відповідність

місцевим умовам, принцип інтересу) сформульовано важливий принцип розробки технології та її реалізації на практиці, який базується на концепції раціональної організації дозвілля – принцип безпосереднього впливу на особистість або групу людей шляхом створення сприятливих умов для: задоволення, доцільної корекції та подальшого розвитку психофізіологічних, комунікативних, пізнавальних та естетичних потреб; стимулювання соціально значущих мотивів дозвіллевої діяльності; залучення широких верств населення до оздоровчо-рекреаційної рухової активності; формування та розвитку вмінь і навичок раціонально будувати власне дозвілля [54, 164].

Методологічними підставами для проектування дозвіллевої та рекреаційної діяльності виступають: науковий підхід – дозволяє комплексно підійти до виявлення проблеми та являє собою науково розроблене її вирішення, що ґрунтується на досягненнях теорії і практики; формально-описовий підхід, що передбачає опис цілей, змісту, методів і засобів, алгоритмів дій, що застосовуються для досягнення запланованих результатів; процесуально-дієвий підхід передбачає сам процес реалізації діяльності, послідовність та порядок функціонування і зміни всіх його компонентів, в тому числі об'єктів і суб'єктів діяльності [105, 145, 147, 167, 187].

Алгоритм технології передбачає покрокове виконання операцій та процедур у строгій послідовності та у відповідності до визначених етапів. Технологічний процес проектування включає: вивчення та аналіз об'єкта впливу, прогнозування його перспективного стану як результату виховання, цілепокладання і планування діяльності, результат та його корекцію.

Процес проектування проходить чотири послідовні етапи [167, 206, 219, 222]: теоретичний – який передбачає етап пошуку та розробки ідеї, яку належить втілити у систему і довести до масового використання; технологічний етап – створення одиничного зразка, у процесі якого розроблена ідея повинна збагатитися всіма якостями системи та втілитися в технологію; експериментальний етап – передбачає експеримент з перевірки ефективності створеного зразка; впроваджувальний етап – оформлення

кінцевого проекту, у ході якого відбуваються конструктивні зміни в межах створеної моделі з тим, щоб забезпечити створеному проекту можливість застосування в масовій дозвіллевій практиці.

Отже, технологічний процес проектування програм спортивної анімації розглядається як система дій, яка спрямована на покращення таких інтегральних характеристик, як рівень задоволеності, здоровий спосіб життя, самопочуття, рівень рухової активності, рівень здоров'я.

Таким чином, виникає необхідність у створенні такої технології спортивної анімації у місцях масового відпочинку, яка забезпечить впровадження технологічних процедур, відтворення запропонованої ідеї через алгоритм дій, який вибудовується у відповідності до цільових установок та очікуваного результату.

**1.3.1 Теоретичний аналіз проблеми проектування програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення.** В сучасному світі, що характеризується як технократичний, дедалі більших темпів набирає інтенсифікація праці, прискорюється ритм життя, погіршується екологічна обстановка, у людей все частіше спостерігається фізична і психічна перевтома. Явище урбанізації та індустріалізації для нашої країни так само характерно, як і в усьому світі, тому, населення також потребує організованого та ефективного відпочинку [263].

Організація дозвілля в Україні має свої проблеми, що обумовлюються економічними та соціальними змінами, руйнуванням сталої традиційної інфраструктури дозвілля, сегментацією та шаблонністю дозвілля, виникненням нових комерціалізованих форм дозвіллевої активності, стихійною зміною дозвіллевих практик та культурних пріоритетів населення [170, 193].

У цих умовах важливого значення набуває анімаційна діяльність, як напрямок формування та самовизначення людини, відновлення та відтворення її життєвих сил. У контексті формування дозвіллевої сфери сьогодні анімаційну діяльність варто розглядати не тільки як засіб інтеграції,

консолідації та розвитку української нації, збереження та розвитку національних культурних традицій, а й як потужний економічний чинник, що має працювати на економіку регіонів. Під час проектування програм спортивної анімації закладаються не тільки цілі, які передбачають формування позитивного настрою і самопочуття, а й враховується важливість завдань щодо здорового способу життя, підвищення рівня оздоровчо-рекреаційної рухової активності, формування культури здоров'я, способу життя, самоактуалізації, самовдосконалення та самореалізації, що неможливо без оволодіння педагогічними, психологічними та управлінськими знаннями та вміннями.

Зарубіжний досвід показує, що анімаційна практика має комплексний характер, де акцентується увага з одного боку на діяльності місцевих громад, а з іншого – на особистості, її діяльності та розвитку [166, 249]. Задоволення потреб населення в активному проведенні дозвілля є невід'ємною частиною державної політики. При цьому, проектування анімаційної діяльності передбачає врахування природних, матеріально-технічних, ресурсних, фінансових, організаційних, управлінських та освітніх компонентів. Тому, «вертикальний вектор» розвитку анімаційної діяльності має об'єднувати представників державних і муніципальних громад та різних соціальних груп, незважаючи на наявність суттєвих відмінностей дозвіллевих можливостей та прагнень. Це уможлиблюється через прояв власної активності громадян, які зацікавлені в розвитку цих установ, створення громадських організацій, робота яких спрямована на підтримку дозвіллевої та рекреаційної діяльності на різних рівнях. Інфраструктура, зміст, дозвіллеві вподобання мають зважати на можливості різнорівневого наповнення дозвілля під час якої об'єднуються цінності різних рівнів організації соціального середовища [3, 33, 55, 147].

Досліджуючи проблематику анімації у сфері дозвілля основними причинами, що обумовлюють деструктивну динаміку визначено [24, 29, 126, 170]: слабка мотивація населення до активного відпочинку; погіршення

експлуатаційного стану більшості спортивних споруд; обмежені можливості населення користуватися рекреаційними послугами; незначний вплив органів місцевого самоврядування на розвиток рекреаційної сфери та дозвілля; недостатня підготовленість кадрів для проведення рекреаційно-оздоровчих заходів у місцях масового відпочинку; недосконалість регламентації рекреаційної діяльності нормативно-правовими і законодавчими документами.

Аналіз організації дозвілля у місцях масового відпочинку свідчить, що на даний час в Україні не існує єдиної системи організації масової фізкультурно-оздоровчої роботи серед населення, спостерігається дефіцит рухової активності та обмежене використання засобів фізичної культури. Незважаючи на наявні можливості, вільний час значної частини населення складається з відносно пасивних форм поведінки, у значної кількості населення спостерігається зниження мотивації до систематичних занять фізичною культурою, що визначається низьким рівнем здоров'я, фізичної підготовленості та працездатності [6, 33, 92, 165, 257].

Разом із цим, як показують дослідження [29, 117, 194, 217] на сьогодні в Україні недостатня увага приділяється механізмами взаємодії між державними установами та рекреаційними осередками, а також підготовці кваліфікованих фахівців у сфері фізичної культури та дозвілля до організації дозвілльєвої діяльності.

За оцінками сучасних дослідників [132, 164], в умовах рекреаційних комплексів, особливо актуальною є проблема організації анімаційної діяльності та проектування програм спортивної анімації для дітей, молоді, етноменшин, «важких підлітків», людей з обмеженими можливостями та людей похилого віку. За їх твердженням цей напрямок значною мірою відстає у розвитку у порівнянні із зарубіжним досвідом. Це зумовлюється певною низкою протиріч між: розвитком сегменту анімаційного сервісу та відсутністю кадрового забезпечення та якісного навчально-методичного забезпечення анімаційної діяльності у дозвілльєвій практиці; розвитком ринку

послуг та мінімальною кількістю розроблених анімаційних програм, що пропонуються; збільшенням попиту серед населення на організацію активного проведення дозвілля і потребу у руховій активності та несформованістю якісного анімаційного сервісу в Україні та регіонах.

Спортивна анімація покликана взаємодіяти з відвідувачами, за допомогою ігрових, конкурсно-ігрових, конкурсно-видовищних, танцювально-розважальних, спортивно-оздоровчих та комплексних програм.

В Україні уповільнені темпи проникнення спортивної анімації у структуру дозвілля населення у місцях масового відпочинку. Спостерігається відсутність диференційованого підходу, комплексності в організації заходів, систематичності проведення заходів та їх цілеспрямованості, свободи вибору та добровільності в участі, видовищності та синтезу різних видів рухової активності.

Разом із цим, науковці констатують про обмежену ресурсну базу, яка визначається кваліфікованими фахівцями, методичним та матеріально-технічним забезпеченням. Недостатня кількість анімаційних служб та аніматорів зумовлена тим, що нормативними документами не передбачено професію аніматора в Україні [103]. У деяких вищих навчальних закладах фрагментарно розглядаються аспекти анімаційної діяльності, тому підготовка здійснюється тільки під час спеціально організованих курсів, яких в Україні практично не існує.

Наукові розробки [49, 91] більшою мірою носять теоретичний характер, а змісту і структурі процесу формування готовності до анімаційної діяльності фахівців, методикам та алгоритму роботи аніматорів, методичному супроводу щодо проектування програм спортивної анімації не приділяється належної уваги. Нерідко у запропонованих програмах атрактивна складова залишається поза увагою, що знижує ефект дії анімаційної діяльності.

Технічні об'єкти для проведення анімаційних програм – це складна технічна й соціальна система, успішне функціонування якої залежить від



цілого ряду факторів: місця розташування, досконалості й надійності устаткування тощо. Проектування цих об'єктів (спортивних майданчиків, зон для занять руховою активністю, площинних споруд, пунктів прокату спортивного інвентарю тощо) значною мірою впливає на підготовку програм спортивної анімації та їх реалізацію.

**1.3.2 Організаційні особливості реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення.** На сучасному етапі у спеціальній літературі розглядаються різні технології, моделі, програми та сценарії анімаційної діяльності, які пов'язані із організацією дозвілля. Проте, у більшості випадків, анімаційні послуги розглядаються як додаткові, які необхідні для створення комфортних умов, поживлення відпочинку та підвищення рівня зацікавленості у відпочиваючих [21, 56, 166]. Питання покращення фізичного стану та підвищення рівня рухової активності залишається в деякій мірі поза увагою, що не дає можливості створити умови для формування у людей відповідного ставлення до фізичної культури, культури здоров'я та здорового способу життя.

Аналіз наукових праць вказує на те, що якість та ефект від надання анімаційних послуг залежить від виконання вимог та дотримання правил, які висуваються до організації і проведення анімаційної діяльності та проведення пропаганди [49, 90, 142, 206].

При цьому, розроблені програми повинні мати науково-теоретичне підґрунтя, реалізація яких повинна бути заснована на концепції анімаційної діяльності, особистісних контактах аніматора з людьми, спільній участі у розвагах та ресурсному забезпеченні. При виборі форм, методів та засобів необхідно враховувати особливості цільової аудиторії (категорія населення, їх потреби, інтереси, запити) та можливості рекреаційної території. Планування проведення програм спортивної анімації повинно бути приведено у стан систематизації та регулярності [170, 194, 218].

Отже, враховуючи вище зазначені особливості можна стверджувати, що технологія проектування програм спортивної анімації та їх реалізація у

місяцях масового відпочинку може відображати не тільки холістичний характер рекреаційної діяльності, але і урізноманітнювати відпочинок, у не примусовій або ігровій формі залучати людину до активних дій, розширити основні потреби, привернути увагу до здорового способу життя, змінити спосіб життя та формувати культуру здоров'я.

У процесі створення анімаційної бази важливо враховувати спектр прогнозованих потреб споживачів анімаційної діяльності. Для цільового конструювання програм необхідно визначити програми, які дають максимальний ефект від їх проведення та створити банк конкретних сценаріїв та циклів рекреаційних занять із врахуванням особистісних, регіональних, ландшафтних особливостей та національних традицій.

За своєю типологією програми спортивної анімації поділяють на дві групи – типові та конкретні. Структура типової програми визначається шістьма видами програм: ігрова (в основу закладена гра), конкурсно-ігрова та конкурсно-видовищна (пріоритетною типологічною ознакою виступає метод змагань), танцювально-розважальна (заснована на методі ритмічного руху), спортивно-оздоровча (орієнтовані на учасників будь-якого віку) та комплексна (передбачає взаємозв'язок усіх елементів вище зазначених програм). Конкретна програма спортивної анімації, за структурою відповідає типовій, але враховує конкретні умови проведення та інтереси певної вікової групи (молодь, сім'ї з дітьми, люди зрілого або похилого віку) [3].

Створення сценарію програми та його втілення потребує чіткого визначення задуму, розгорнутого плану дій, визначення організаційних форм та прийомів організації дій. Переведення задуму у технологічну послідовність переходить у реальну конструкцію анімаційної програми, яка здійснюється у відповідності до поставлених цілей та завдань та трансформуються у форму конкретного очікуваного результату [205].

Його специфічними ознаками є: креативність, структурність, хронологічність, дієвість та конкретність. Крім загального композиційного

рішення в сценарії розробляються і зміст кожного із елементів, який він включає – ігор, конкурсів, естафет, розваг, показових виступів, свят, тощо.

Важливим інструментом в організації та управлінні анімаційним процесом є аніматор (анімаційна служба), який виступає суб'єктом анімаційної діяльності [21, 248, 266]. У роботі анімаційної служби важливими якісними характеристиками повинні бути: узгодженість, підпорядкованість та координація всіх її структурних елементів. Основними компетентнісними якостями повинні бути: проектна (знання теоретичних основ проектування, вміння розробляти концепції та проектувати анімаційну діяльність із врахуванням вітчизняного та зарубіжного досвіду особливостей контингенту та їх потреб), технологічна (знання технологій організації анімаційної діяльності, класифікацій та типологій відпочиваючих, вміння розробляти анімаційні програми та сценарії, організовувати матеріально-технічне забезпечення), організаційно-управлінська (організаторські навички, вміння взаємодіяти з аудиторією та приймати швидкі рішення, застосовуючи різні форми взаємодії).

## **Висновки до розділу 1**

Аналіз наукової та спеціальної літератури й практики дозвілєвої діяльності засвідчує, що важливою складовою фізичної рекреації, як самостійного напрямку фізичної культури, є спортивна анімація – оздоровчо-рекреаційна рухова активність розважального характеру для отримання задоволення та посилення мотивації до активного відпочинку як необхідної умови ведення здорового способу життя.

У сучасних умовах спортивна анімація набула популярності у відповідних готелях та туристичних базах здебільшого на морських узбережжях. Разом з тим, як засвідчує передовий зарубіжний досвід (США, Канада, Швеція, Велика Британія, Японія) зазначений вид фізичної рекреації має значні потенційні можливості для реалізації і в інших місцях масового

відпочинку населення, зокрема у міських парках. В Україні лише епізодично реалізуються заходи анімаційного характеру у зазначених місцях.

У галузі науки з фізичного виховання і спорту сформовано певну систему знань з технологізації процесу активного дозвілля різних груп населення, що створює необхідні наукові передумови для проведення подальших теоретичних та емпіричних досліджень проблеми, обумовленої наявними протиріччями у системі залучення та участі різних груп населення у заходах зі спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення. У цьому контексті найбільш актуальним видається наукове обґрунтування технології проектування та реалізації відповідних програм, що передбачає необхідність виявлення особливостей залучення різних груп населення до активного відпочинку в умовах міського парку, встановлення стимулюючих та стримуючих чинників цього процесу, а також проведення на основі отриманих даних та сучасних наукових положень теоретичної розробки алгоритму технологічних операцій з підготовки та втілення програм спортивної анімації для відвідувачів міських парків й здійснення експериментальної перевірки її ефективності.

Результати досліджень, що містяться у цьому розділі, подано у публікаціях [67].

## РОЗДІЛ 2

### МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

#### 2.1 Методи дослідження

Вибір методів дослідження визначався метою та завданнями роботи, характером фактичного матеріалу на кожному етапі дослідження та необхідністю отримання достовірних даних шляхом їх математичного аналізу.

У процесі виконання дисертаційної роботи використано такі методи дослідження:

- аналіз наукової літератури, інформаційних ресурсів мережі Інтернет та документальних джерел, передового зарубіжного та вітчизняного досвіду;
- соціологічні методи;
- педагогічні методи;
- психологічні методи;
- медико-біологічні методи;
- методи математичної статистики.

**2.1.1 Аналіз наукової літератури, інформаційних ресурсів мережі Інтернет та документальних джерел, передового зарубіжного та вітчизняного досвіду** проводився з метою детального вивчення особливостей організації та проведення спортивної анімації у місцях масового відпочинку.

Узагальнення даних літературних джерел дало змогу вивчити понятійний апарат, який покладений в основу дослідження, та визначити характерні ознаки спортивної анімації як складової фізичної рекреації (суть, зміст, цільове призначення, структуру та функції).

Значна увага приділялась вивченню зарубіжного та вітчизняного досвіду щодо питання організації спортивної анімації у міських парках відпочинку. На широкому фактологічному й аналітичному матеріалі таких країн як США, Франція, Німеччина, Швейцарія, Японія розглянута характеристика сучасних типів парків та їх класифікація, вивчено досвід їх роботи, а також розглянуті найбільш поширені форми та види спортивної анімації, які можуть бути запозичені вітчизняними парковими осередками. Разом із цим, нами визначено значення парків та паркових зон як важливих осередків у процесі розвитку дозвіллевої сфери населення та залучення їх до оздоровчо-рекреаційної діяльності.

Результати опрацьованого теоретичного матеріалу дали підстави визначити тенденції розвитку спортивної анімації у нашій країні, окреслити напрями застосування анімаційних технологій та визначити основні специфічні ознаки технології проектування програм спортивної анімації в умовах міських парків відпочинку населення.

Загалом за темою дисертаційного дослідження було вивчено й опрацьовано 269 літературних джерел та матеріалів мережі Інтернет, у тому числі наукові монографії, дисертаційні роботи або їх автореферати, статі з науково-методичних та науково-теоретичних періодичних видань, публікації з матеріалів наукових конференцій. Окремо було приділено увагу законодавчим й нормативним документам, які визначають політику щодо розвитку сфери фізичної культури і спорту.

**2.1.2 Соціологічні методи.** Враховуючи складність явищ, які пов'язані із залученням населення до спортивної анімації у місцях масового відпочинку (на матеріалі міських парків) і розробкою та реалізацією її програм, у нашій роботі використовувались такі форми опитування як анкетування (письмове опитування) [113].

Анкета, яка була нами запропонована, включала 29 запитань (Додаток А). Соціологічним опитуванням було охоплено 698 респондентів, які

відвідували місця масового відпочинку, зокрема парк культури та відпочинку імені Т. Г. Шевченка міста Івано-Франківська.

Серед опитаних 54,0% становили чоловіки та 46,0% – жінки. Вік опитаних коливався у діапазоні від 16 років (мінімальний вік) до 82 років (максимальний вік). Найбільша частина опитаних – це особи зрілого віку – 69,2% (серед них 31,1% – жінки, 38,1% – чоловіки). Частки серед молоді та групи похилого та старшого віку становили приблизно однакову кількість респондентів: 15,1% (8,1% – жінки, 7,0% – чоловіки) та 15,7% (6,8% – жінки, 8,9% – чоловіки) відповідно (табл. 2.1).

Таблиця 2.1

**Розподіл респондентів за віковими ознаками, % (n=689)**

Вік	Група	К-ть	%	Стать			
				Жінки		Чоловіки	
				К-ть	%	К-ть	%
16-(20)21 р.	Молодь	104	15,1	56	8,1	48	7,0
21(22)-55(60) р.	Зрілий вік	477	69,2	214	31,1	263	38,1
56(61)-82 р.	Похилий і старший вік	108	15,7	47	6,8	61	8,9
<b>Всього</b>		<b>689</b>		<b>317</b>	<b>46,0</b>	<b>372</b>	<b>54,0</b>

Отже, в ході опитуванні нами були охоплені категорії відвідувачів, які умовно можна поділити на населення молодше працездатного віку, тобто люди, які навчаються, населення працездатного віку та населення старші працездатного віку – пенсійного віку.

Розглядаючи вибіркочну сукупність за ознакою сімейний стан, можна відзначити, що більша половина її складу (66,2%) представлена особами, які перебувають у шлюбі. Істотно нижчою виявилась питома вага осіб, які не перебувають у шлюбі (14,1%) або розлучені (11,6%). Порівняно невелика частина опитаних (8,1%) відноситься до осіб, які втратили чоловіка або дружину. Значна частина представників чоловічої статі домінує у порівнянні з жінками за показниками «неодружений», «розведений», проте, частина

жінок похилого та старшого віку має перевагу над чоловіками за позицією «вдова».

Абсолютна більшість респондентів (91,9%) відвідує міський парк з дітьми. Серед яких, більше третини опитаних відвідують міський парк маючи одну (36,3%) або двоє дітей (34,1%). Понад п'яту частину (21,5%) респондентів мають троє і більше дітей. Незначна їх частина (8,1%) відмітили у своїх відповідях про відсутність дітей.

Визначаючи соціальний статус відвідувачів міського парку нами встановлено, що найчисельніші групи опитаних становили особи, які відносять себе до категорії пенсіонерів – 31,7% та робітників – 20,2%. Помітне місце у складі вибірки займають представники категорії службовці (10,4%) та безробітні (11,6%). Приблизно однакову частку складають особи, які займаються підприємницькою діяльністю (7,5 %) та військовослужбовці (7,1 %), а також молодь, яка навчається (учні і студенти) – 5,4% та 4,5% відповідно. Найменшу частину опитаних (1,6%), становили представники, які очолюють установи та підприємства.

На рівень проведення дозвілля у міському парку значною мірою має вплив матеріальне становище. Тому, у ході опитування фіксувалися відповіді, які дали можливість оцінити матеріальний достаток респондентів. Як індикатор цієї ознаки були враховані показники, що відображали приблизний розмір середньомісячного доходу. При цьому, дані доходу визначалися у гривнях. Слід зазначити, що 12,0% опитаних відмовились надати таку інформацію. Разом із цим, близько половини респондентів (45,7%) відмітили про низький рівень їхнього доходу, який коливається у межах від 1000 до 2000 гривень. Близько третини (26,1%) відмітили у своїх відповідях, що мають середній рівень (від 2000 до 3000 гривень) матеріального достатку та 11,6% констатували про високий рівень (від 3000 гривень і більше) та незначна частина (4,6 %) опитаних, до складу якої була віднесена молодь, яка навчається, відмітили про дуже низький рівень



достатку, який становив до 1000 гривень. При цьому рівень доходів чоловічої половини значно більший ніж жіночої.

З метою експериментальної оцінки ефективності впровадження обґрунтованої нами технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення, в якій взяли участь сім'ї з дітьми 8-10 років, для батьків був застосований опитувальник-анкета «Орієнтовна оцінка здорової поведінки» [22] (додаток Б), а для дітей – анкета розроблена Н. В. Москаленко [144] (додаток В).

Експертне опитування проводилось з метою отримання оцінки фахівцями сфери фізичної культури і спорту щодо розвитку та функціонування спортивної анімації в умовах міського парку (Додаток Г).

Цільову аудиторію експертів становили представники органів місцевого самоврядування, спортивних організацій тощо. Серед яких були керівники відділів, їх заступники і фахівці, які займаються питаннями фізичної культури і спорту у державних адміністраціях обласного та міського рівнів; представники обласного та міського центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх», керівники та фахівці обласних структур фізкультурно-спортивних товариств «Колос», «Україна» і «Спартак». Крім того, до складу експертної групи увійшли тренери та викладачі вищих навчальних закладів. Загальний обсяг експертної групи – 28 осіб, з яких 71,4 % – чоловіки та 28,6 % – жінки. Вік членів експертної групи в середньому становив 47,4 роки, досвід роботи – 22,6 роки. Переважна більшість осіб (96,4 %), які увійшли до складу експертної групи, мали вищу освіту, з них троє були кандидатами наук, а двоє – Заслуженими працівниками фізичної культури і спорту та один – Заслуженим працівником освіти України.

Оцінка рівня рухової активності для батьків та дітей 8–10 років здійснювалась згідно анкети, яка складена на основі міжнародного опитувальника рухової активності (IPAQ) коротка версія [247]. Відповідно до цієї методики кількісна оцінка рухової активності здійснювалась в одиницях

метаболического эквивалента (МЕТ). Для анализа данных использовались расчеты энергетической стоимости разных видов деятельности: ходьба (низкая руховая активність) = 3,3 МЕТ, помірна руховая активність = 4,0 МЕТ, руховая активність високої інтенсивності = 8,0 МЕТ. Використовуючи ці значення визначалась загальна кількість (обсяг) рухової активності за тиждень, яка дорівнювала сумі рухової активності низької, помірної та високої інтенсивності, де: кількість рухової активності низької інтенсивності =  $3,3 \times$  кількість хвилин в день  $\times$  кількість днів у тижні; кількість рухової активності помірної інтенсивності =  $4,0 \times$  кількість хвилин в день  $\times$  кількість днів у тижні; кількість рухової активності високої інтенсивності =  $8,0 \times$  кількість хвилин в день  $\times$  кількість днів у тижні. За отриманими показниками визначалися рівні рухової активності:

низький рівень – характерний для категорії осіб, які не відзначали жодної діяльності або відзначали деякі види діяльності, проте їх результати не можна було віднести до середнього або високого рівнів;

середній рівень визначався за наступними критеріями: виконання діяльності високої інтенсивності три або більше днів, мінімум 20 хвилин на день або виконання діяльності помірної інтенсивності або ходьба п'ять або більше днів не менше 30 хвилин на день або комбінація різних видів ходьби, виконання діяльності помірної або високої інтенсивності п'ять або більше днів з показником не менше 600 МЕТ-хвилин/на тиждень;

високий рівень – виконання діяльності високої інтенсивності мінімум три дні з накопиченням щонайменше 1500 МЕТ-хвилин/на тиждень або комбінація різних видів ходьби, діяльність помірної або високої інтенсивності сім днів з накопиченням щонайменше 3000 МЕТ-хвилин /на тиждень.

**2.1.3 Педагогічні методи.** Ці методи включали педагогічне спостереження, тестування та педагогічний експеримент.

Метод педагогічного спостереження використовувався для аналізу організації роботи у міському парку з надання рекреаційних послуг,

виявлення основних чинників, які впливають на залучення населення до спортивної анімації. Особлива увага зверталась на стан матеріально-технічної бази міського парку (наявність рекреаційних зон, спортивного інвентарю та обладнання, пунктів прокату), способи проведення дозвілля відвідувачами міського парку, рівень їх рухової активності, кількість рекреаційних послуг та якість їх надання, цінову політику, кількість проведених оздоровчо-рекреаційних заходів, їх зміст та рівень організації, рівень задоволеності відвідувачів від участі у цих заходах, способи їх залучення до оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Під час формувального експерименту спостереження велося за дотриманням організаційно-методичних вимог у ході впровадження запропонованої технології. Увага зверталась на способи залучення відвідувачів до програм спортивної анімації, підвищення мотивації до оздоровчо-рекреаційної рухової активності та роботу анімаційної служби (організаторські та комунікативні вміння, колективна взаємодія та співпраця із відвідувачами, ставлення аніматорів до виконання своїх обов'язків, вміння швидко приймати рішення залежно від ситуації).

Дані, отримані методом «невключеного спостереження», доповнювались за допомогою використання бесіди, яка проводилася в умовах спілкування з адміністрацією, працівниками міського парку, аніматорами та відвідувачами.

Узагальнені дані педагогічного спостереження були використані у процесі впровадження технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у міському парку відпочинку імені Т. Г. Шевченка міста Івано-Франківська.

Педагогічне тестування використовувалось для визначення стану рухових здібностей у дорослих шляхом використання п'яти тестових вправ: 12-хвилинний тест Купера, стрибок у довжину з місця, підтягування на перекладині (для чоловіків), згинання та розгинання рук в упорі лежачи (для жінок), нахил тулуба вперед та піднімання тулуба в сід за 30 с; для дітей було

використано: 6-хвилинний тест Купера, стрибок у довжину з місця, згинання та розгинання рук в упорі лежачи, нахил тулуба вперед та човниковий біг 3x10м. При виконанні вказаних тестів фіксувались результати, які переводились у бали [191]. Оцінювання результатів для дорослих здійснювалось у відповідності до розробленої шкали: менше 10 – низький рівень; 11–15 – нижчий за середній; 16–19 – середній; 20–23 – вищий за середній; більше 23 – високий. Для дітей шкала мала таку градацію: менше 10 – низький рівень; 11–14 – нижчий за середній; 15–18 – середній; 19–22 – вищий за середній; більше 22 – високий.

Педагогічний експеримент проводився у два етапи: констатувальний та перетворювальний.

У ході констатувального експерименту здійснювався аналіз особливостей активного відпочинку різних груп населення у місцях масового відпочинку (на матеріалі міських парків) та було виявлено стримуючі та стимулюючі чинники впливу на залучення населення до спортивної анімації у міських парках. На цьому етапі проведено соціологічне опитування відвідувачів міського парку відпочинку імені Т. Г. Шевченка міста Івано-Франківська.

Тривалість перетворювального експерименту, який проводився з метою оцінки ефективності запропонованої технології проектування та реалізації програми спортивної анімації у міському парку, становила 5 місяців. У експерименті взяли участь 22 сім'ї з дітьми 8–10 років, які відвідували міський парк відпочинку ім. Т.Г. Шевченка м. Івано-Франківська. Основним критерієм відбору для участі в експерименті було особисте бажання батьків та дітей. Кратність проведення анімаційних заходів на тиждень складала 2 або 3 рази (за умови, якщо на тиждень припадав святковий день). Загалом було проведено 47 занять, тривалість кожного з них – 90 хвилин.

У ході проведення перетворювального експерименту до уваги брались такі показники: кількість залучених до анімаційних програм, частота їх участі в анімаційних заходах та рівень задоволеності ними, які фіксувались

після кожного заняття. На початку реалізації програм, під час їх проведення та після завершення оцінювались показники рухової активності, фізичного, функціонального та психоемоційного стану, реєструвались зміни у веденні здорового способу життя; визначалася динаміка цих показників.

**2.1.4 Психологічні методи.** У ході реалізації програм спортивної анімації нами визначався психоемоційний стан відвідувачів міського парку. Оцінка показників здійснювалась шляхом використання методики «САН», яка передбачала відображення думки відвідувачів міського парку у підготовлених бланках власного самопочуття, активності та настрою [22].

Для визначення рівня задоволеності від участі в анімаційних заходах сімей з дітьми 8–10 років ми керувалися методикою В.А. Ядова [229].

Індекс задоволеності (Y) визначався за формулою 2.1:

(2.1)

$$Y = \frac{a(+1) + b(+0,5) + c(0) + d(-0,5) + e(-1)}{n},$$

де: n – кількість опитаних респондентів.

a(+1) – задоволені повністю;

b(+0,5) – швидше задоволені, ніж не задоволені;

c(0) – важко відповісти;

d(-0,5) – швидше не задоволені, ніж задоволені;

e(-1) – не задоволені.

**2.1.5 Медико-біологічні методи дослідження** використовувались з метою комплексної оцінки функціонального стану організму батьків та дітей, які брали участь у перетворювальному експерименті.

Характеристика функціонального стану передбачала вимірювання таких показників: антропометричних (довжина та маса тіла); функціональних (ЧСС у стані спокою, АТ, ЖЄЛ, час затримки дихання на вдиху і видиху); фізичної працездатності (функціональна проба Руф'є для дітей) та Бельгійського тесту для дорослих.

Вимірювання антропометричних показників проводилось за загальноприйнятою методикою [139]. Частота серцевих скорочень (ЧСС) визначалася за допомогою пульсометра SIGMA PC 3.11.

Систолічний ( $AT_C$ ) і діастолічний ( $AT_D$ ) артеріальний тиск визначався за допомогою тонометра OMRON R3-I відповідно до правил, встановлених Всесвітньою організацією охорони здоров'я [87].

Життєву ємність легень визначали з використанням спірометра SPIROBANK "MIR" (Італія) (точність вимірювання 50 мл).

Враховуючи те, що проби з затримкою дихання використовуються для висновку про кисневе забезпечення організму та характеризують загальний рівень тренуваності людини та реакції серцево-судинної системи на дефіцит кисню, нами застосовано проби Штанге та Генчі [139].

На основі вимірянних показників розраховували індекс маси тіла (ІМТ), індекс Руф'є (ІР), адаптаційний потенціал Баєвського, індекс Скібінські, індекс працездатності серцево-судинної системи [51, 73, 89, 149, 183].

Індекс маси тіла (ІМТ) для дорослих визначався за формулою 2.2:

$$IMT = \frac{m \text{ (кг)}}{h^2 \text{ (м}^2\text{)}} \quad (2.2)$$

Для дітей ІМТ визначався за центильними таблицями [149].

Для оцінки фізичної працездатності у дітей застосовано пробу Руф'є. Результати оцінювались за індексом, що визначався за формулою 2.3:

$$IP = \frac{4 \times (P1 + P2 + P3) - 200}{10}, \quad (2.3)$$

де: P1 – частота серцевих скорочень в положенні сидячи за 15 с;

P2 – частота серцевих скорочень за 15 с після виконання навантаження;

P3 – частота серцевих скорочень за 15 с першої хвилини відновлення.

Визначення фізичного стану батьків проводилося за показниками антропометричного статусу та функціонування серцево-судинної системи на

основі даних, які були отримані у стані спокою. З цією метою розраховувався індекс фізичного стану (ІФС) за коефіцієнтом О.А. Пирогової [172].

Враховуючи те, що показник адаптаційного потенціалу достовірно характеризує рівень адаптації цілісного організму до численних впливів навколишнього середовища, а його основні складові є індикаторами здоров'я людини, для визначення фізичного стану за показниками антропометричного статусу та функціонування серцево-судинної системи нами проведено кількісну оцінку адаптаційного потенціалу системи кровообігу досліджуваних груп за методикою, розробленим Р. Баєвським зі співавторами рівнянням [139].

Інтерпретацію результатів адаптаційних можливостей організму дітей оцінювали за індексом функціональних змін у модифікації, запропонованій А.В. Костенко та співавторами [112], для дорослих – за розробленою Р. Баєвським [139].

Оцінка функціональних резервів кардіореспіраторної системи дорослих проводилася за індексом Скібінського [17], який розраховувався за формулою 2.4:

(2.4)

$$IC = \frac{0,01 \times ЖЄЛ \times t}{ЧСС},$$

де: ЖЄЛ – життєва ємність легень (мл);

ЧСС – частота серцевих скорочень (уд·хв<sup>-1</sup>);

t – час затримки дихання на вдику (с).

Результати оцінюються за шкалою: величина індексу менше 5 – дуже погані, величина індексу 5–9 – погані, величина індексу 10–29 – задовільні, величина індексу 30–60 – добрі, величина індексу більше 60 – відмінні.

Рівень реакції серцево-судинної системи на фізичне навантаження визначався шляхом виконання дорослими Бельгійського тесту [28, 181] та

оцінювався за узагальненим показником реакції (ПР), який визначався за формулою 2.5:

(2.5)

$$\text{ПР} = ((\text{ЧСС 1} + \text{ЧСС 2} + \text{ЧСС 3}) - 33) / 10,$$

де: ЧСС 1 – частота серцевих скорочень за 10 секунд після 5-хвилинного відпочинку сидячи;

ЧСС 2 – частота серцевих скорочень за 10 секунд зразу після завершення виконання 20 нахилів тулуба вперед і вниз з опусканням рук (під час нахилу – вдих, випрямлення – видих);

ЧСС 3 – частота серцевих скорочень за 10 секунд після 1-хвилинного відпочинку після виконання нахилів.

**2.1.6 Методи математичної статистики.** Статистичний аналіз матеріалів дослідження проводилася на персональному комп'ютері IBM PC з використанням електронних таблиць MS Excel та пакета прикладних програм “Statistika 6.0”.

Для кількісного аналізу результатів педагогічних досліджень застосовували такі параметри математичної статистики: середнє арифметичне ( $\bar{x}$ ); стандартна похибка середнього арифметичного ( $m$ ); стандартне відхилення ( $S$ ). Достовірність різниці середніх двох нормально розподілених вибірок до та після експерименту проводили за  $t$ -критерієм Стьюдента для двох корельованих вибірок за загальноприйнятою формулою. Якщо обчислене значення критерію  $t > t^*$  ( $t^*$  – критичне значення критерію), то нульова гіпотеза відхилялася. Критичне значення  $t^* = t(P, f = n_x + n_y - 2)$  знаходили за таблицею розподілу Стьюдента [141, 146].

Розходження між середніми величинами визнавалися суттєвими при достовірному рівні від 95 до 99,9 відсотків.

Для дослідження впливу обґрунтованої нами технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку



населення застосовували критерій однорідності  $\chi^2$ , емпіричне значення якого обчислювали за формулою 2.6:

(2.6)

$$\chi^2 = n \cdot m \cdot \sum_{i=1}^L \frac{\left( \frac{n_i}{n} - \frac{m_i}{m} \right)^2}{\frac{n_i + m_i}{n + m}},$$

де:  $L$  – градації балів у порядковій шкалі;

$n$  – вектор балів групи після експерименту;

$m$  – вектор балів групи до експерименту;

$n_i$  – кількість членів групи після експерименту, які отримали  $i$ -й бал;

$m_i$  – кількість членів групи до експерименту, які отримали  $i$ -й бал.

Ступінь узгодженості думок експертів перевірявся за допомогою обчислення коефіцієнта конкордації [146], який розраховувався за формулою 2.7:

(2.7)

$$W = \frac{12S}{m^2(n^3 - n)},$$

де  $S$  – сума квадратів відхилень суми рангів,

$m$  – кількість експертів,

$n$  – кількість видів діяльності.

Враховуючи дані загальноприйнятої градації рівнів узгодженості коефіцієнти інтерпретували наступним чином: 0,95–0,99 – відмінна надійність, 0,90–0,94 – добра, 0,80–0,89 – допустима, 0,70–0,79 – погана, 0,60–0,69 – сумнівна.

## 2.2. Організація дослідження

Дослідно-експериментальна робота проводилась на базі Івано-Франківського обласного центру фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх», Івано-Франківського міського парку імені Т.Г. Шевченка та Івано-Франківського коледжу фізичного виховання Національного університету фізичного виховання і спорту України впродовж 2012–2016 років.

Загальна кількість респондентів, які брали участь в опитуванні, становила 689 осіб, з яких чоловіків 372 особи, жінок – 317 осіб. До складу експертної групи увійшли компетентні фахівці сфери фізичної культури і спорту у кількості 28 чоловік.

У перетворювальному експерименті, який проводився на базі Івано-Франківського міського парку імені Т.Г. Шевченка, брали участь 27 сімей з дітьми 8–10 років. З них були відібрані 22 сім'ї, які відвідали не менше 36 занять з 47 проведених. Вибірка дітей становила 32 особи, з них – 17 хлопчиків і 15 дівчат.

Дослідження здійснювалось у період 2012–2016 рр. у чотири етапи.

*Перший етап* (жовтень 2012 – лютий 2013) мав на меті систематизацію проблематики дослідження організації та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку (на прикладі міських парків); визначення мети, завдань, об'єкта, предмета та програми дослідження, підбору адекватних взаємодоповнюючих та взаємозв'язаних методів дослідження.

На цьому етапі із зазначених питань вивчали літературні джерела, що зберігаються у фондах Національної бібліотеки України імені В. І. Вернадського, бібліотеки Національного університету фізичного виховання і спорту України, а також – в мережі Інтернет. Опрацьовували статистичні факти за даними ВООЗ, Європейської бази даних «Здоров'я для всіх», Міністерства охорони здоров'я України, Міністерства молоді і спорту України.

*Другий етап* (березень 2013 – лютий 2014) дослідження передбачав проведення констатувального експерименту, метою якого було отримання інформації про вивчення особливостей здійснення анімаційної діяльності у місцях масового відпочинку та виявлення чинників, які стримують та дають можливість оптимізувати цей процес.

Протягом цього етапу проведено аналіз зарубіжного та вітчизняного досвіду роботи парків відпочинку, організації анімаційної діяльності у місцях масового відпочинку, розглянуті варіації анімаційних програм.

Соціологічне опитування передбачало визначення особливостей проведення вільного часу, мети та мотиваційної складової перебування населення у парковій зоні, пріоритетних видів оздоровчо-рекреаційної рухової діяльності; чинників, які спонукають їх до використання рухової діяльності під час дозвілля та проблем, що виникають у населення під час проведення активного дозвілля у місцях масового відпочинку.

Шляхом експертного оцінювання здійснювалась оцінка стану організації спортивної анімації у місцях масового відпочинку, виявлення чинників, що найкращим чином впливають на залучення населення до програм спортивної анімації та дій з їх реалізації у місцях масового відпочинку.

Протягом *третього етапу* (березень 2014 – грудень 2015) результати зазначених досліджень впроваджувались у практику діяльності Рівненського та Івано-Франківського обласних центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх».

На підставі узагальнення результатів констатувального експерименту і теоретичного аналізу відповідних базових положень було розроблено технологію проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків). Ефективність її впровадження оцінювалась за визначеними критеріями після п'яти місяців перетворювального педагогічного експерименту. На основі статистичної обробки отриманих показників було здійснено аналіз їх динаміки.

На *четвертому етапі* (січень – грудень 2016) результати дослідження було систематизовано, узагальнено та впроваджено в роботу Кременчуцького міського центру фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» Полтавської області, а також у навчальний процес Національного університету фізичного виховання і спорту України.

Проведено обговорення отриманих нами експериментальних даних дослідження, формулювання висновків та оформлення дисертаційної роботи.

## РОЗДІЛ 3

### СУЧАСНИЙ СТАН ЗАЛУЧЕННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ ДО СПОРТИВНОЇ АНІМАЦІЇ У МІСЦЯХ МАСОВОГО ВІДПОЧИНКУ НАСЕЛЕННЯ (НА МАТЕРІАЛІ МІСЬКИХ ПАРКІВ)

#### 3.1 Особливості залучення різних груп населення до активного відпочинку у місцях масового відпочинку (на матеріалі міських парків)

**3.1.1 Організаційні особливості залучення населення до активного відпочинку у міських парках.** У результаті проведеного анкетування виявлено, що більша половина опитаних (53,7 %), під час проведення дозвілля у міських парках, віддають перевагу комбінованому відпочинку (поєднання активного та пасивного відпочинку) (рис. 3.1). При цьому, більше третини (37,8%) вважають своє дозвілля активним, 8,5 % – пасивним.

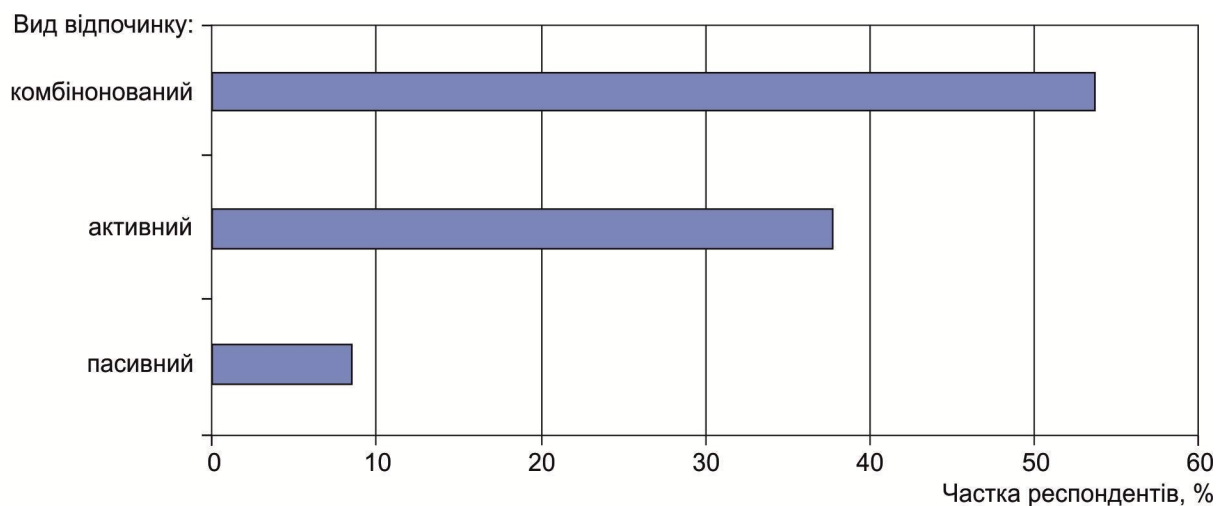


Рис. 3.1 Розподіл населення за видом відпочинку у міських парках, % (n=689)

Аналіз даних залежно від віку респондентів дав змогу констатувати, що активне дозвілля у міських парках більш характерне для представників зрілого віку (40,9 %) (табл. 3.1). Порівняльний аналіз виду відпочинку

засвідчує, що домінування комбінованого проведення дозвілля характерне для осіб усіх вікових груп. Звертає на себе увагу те, що пасивний відпочинок характерний для людей похилого і старшого віку (16,7 %), а також юнацького віку (16,4 %).

*Таблиця 3.1*

**Розподіл відповідей респондентів на питання:  
«Який вид відпочинку Ви обираєте у міських парках?», %**

Вид відпочинку	Респонденти		
	Юнацького віку (n=104)	Зрілого віку (n=477)	Похилого і старшого віку (n=104)
Комбінований	55,8	54,1	50,0
Активний	27,8	40,9	33,3
Пасивний	16,4	5,0	16,7

Кожен другий з респондентів (52,3 %), на жаль, немає можливості регулярно відвідувати міський парк через обмеженість вільного часу (рис. 3.2.). 21,3 % респондентів зазначили, що щоденне перебування у парку у більшості пов'язане із розташування «їхнього» навчального закладу або установи, підприємства чи організації біля міського парку (зручно проходити через парк до місця праці чи навчання). Разом з цим, майже третина (28,5 %) намагаються відвідувати паркове середовище один (11,4 %), два (9,4 %) та три (7,7 %) рази на тиждень.

Більше як 6 з 10 відвідувачів (64,5 %) міських парків перебувають у них у вихідні та святкові дні (42,3 % респондентів відпочивають у вихідні дні та 22,2 % – у святкові дні). 35,5 % респондентів все ж таки намагаються відпочити в кінці робочого дня та у вільний від навчання час, що дає можливість відволіктись від робочих та буденних справ та відновити фізичні та психічні кондиції (рис. 3.3.).

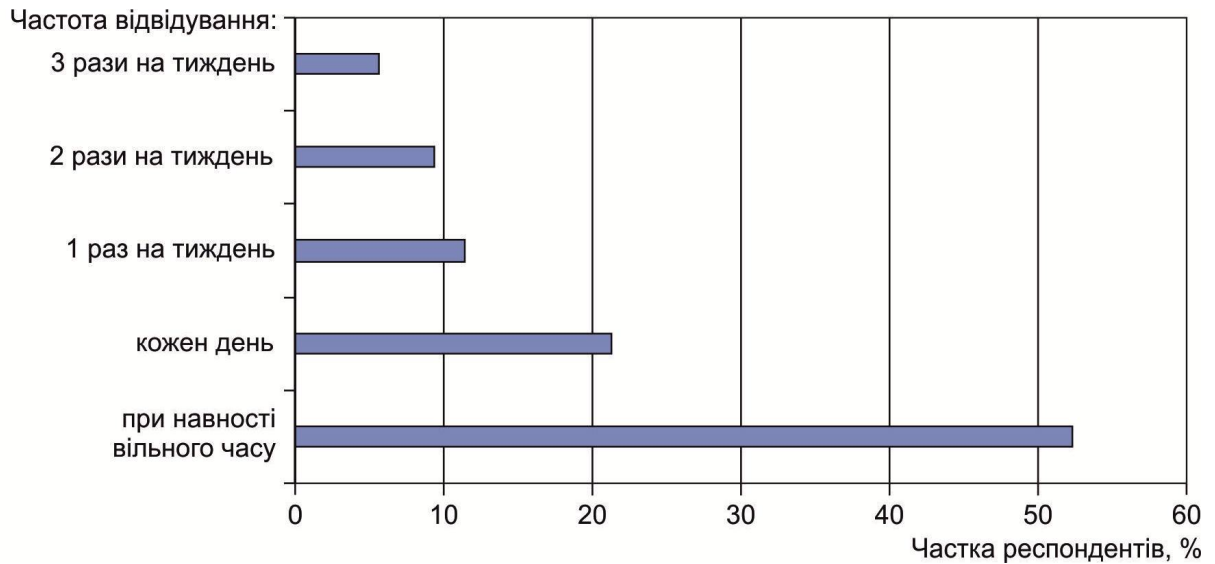


Рис. 3.2 Розподіл населення за частотою відвідування міських парків, % (n=689)

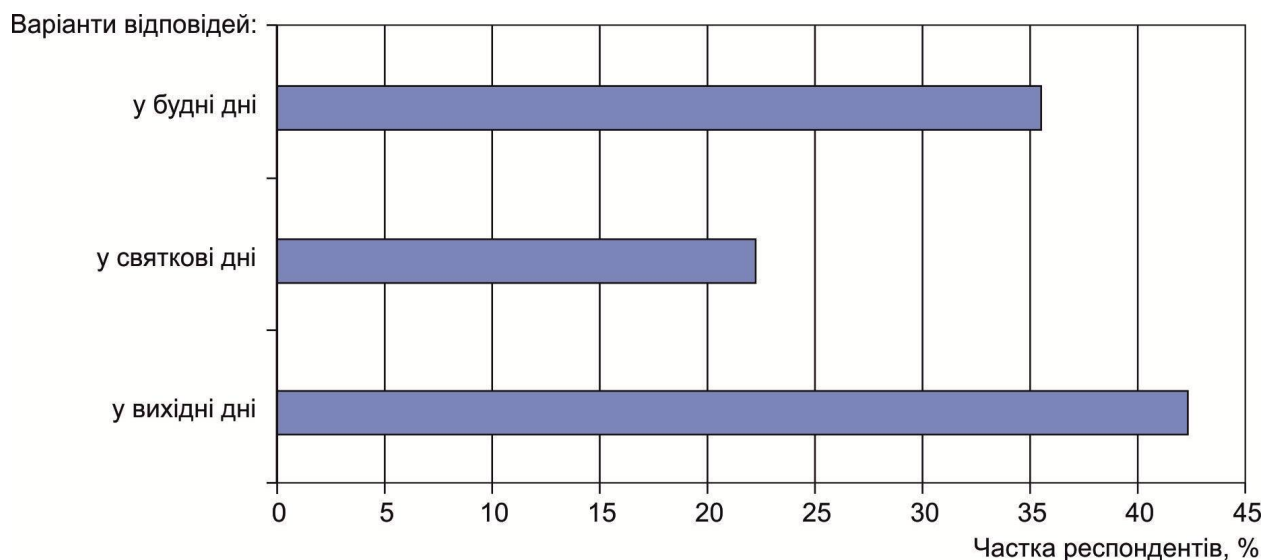


Рис. 3.3. Розподіл відповідей респондентів на питання: «В які дні тижня Ви відвідуєте міські парки для відпочинку», % (n=689)

Результати опитування показали, що найбільша частина відвідувачів (39,5 %) перебуває у міському парку короткий проміжок часу (до однієї години), який у більшості випадків витрачається на відпочинок під час обідньої перерви або перерви між навчальними заняттями учнівської та студентської молоді, а також для проходу через паркову зону до місця роботи, навчання чи проживання (рис. 3.4). Разом із цим, для 37,2 %

респондентів характерна середня тривалість перебування у парку, серед яких 22,7 % витрачають тут на відпочинок від однієї до двох годин, 14,5% – від двох до трьох годин, а 23,3 % осіб намагаються проводити у міському парку понад три години.

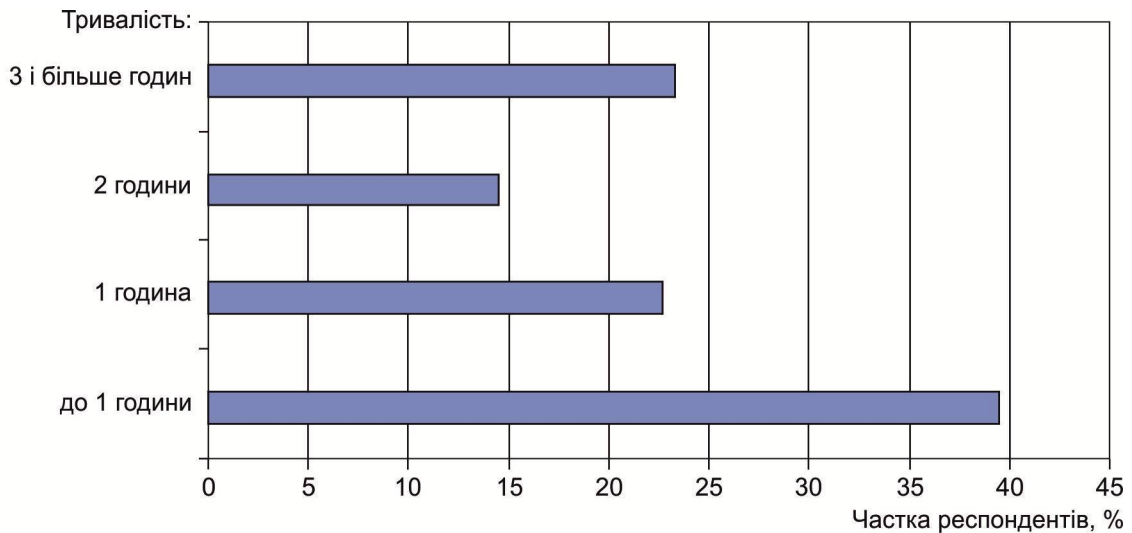


Рис. 3.4 Розподіл населення за тривалістю перебування у міських парках, % (n=689)

Більша половина (56,6 %) учасників опитування у своїх відповідях відмітили те, що міський парк відвідують протягом всього року. До такої категорії увійшли здебільшого особи зрілого, похилого та старшого віку. Разом з цим, майже п'ята частина респондентів (19,7 %) надає перевагу відпочинку в осінній період, 13,5 % – у весняний період та а кожен десятий (10,2 %) – у літній період.

Встановлено, що для більшої половини (52,4 %) відвідувачів міських парків найсприятливішим часом для перебування у цих місцях масового відпочинку населення є друга половина дня (з 15.00 до 18.00 години) (табл. 3.2). У своїй більшості вказаний час обирає для себе молодь (66,4 %) та особи зрілого віку (50,9 %). Першій половині дня (до 12.00 години) надають перевагу 40,8 % опитаних і це в основному люди зрілого (46,5 %) та



похилого (50,0 %) віку. Лише для 6,8 % респондентів оптимальним часом є перебування з 12.00 до 15.00 години.

Таблиця 3.2

**Розподіл населення за найбільш сприятливим часом протягом дня для перебування у міських парках, %**

Час перебування	Респонденти			
	Юнацького віку (n=104)	Зрілого віку (n=477)	Похилого і старшого віку (n=108)	Загальна вибірка (n=689)
До 12 години	-	46,5	50,0	40,8
З 12.00 до 15.00 години	33,6	2,6	-	6,8
З 15.00 до 18.00 години	66,4	50,9	16,7	52,4

Отже, для більшості відвідувачів міських парків характерними є такі організаційні особливості відпочинку: поєднання активного та пасивного відпочинку з тенденцією до посилення першого із зазначених видів; найбільш типовим є відпочинок у вихідні та святкові дні протягом року; тривалість відпочинку немає явних домінант та диференціюється часом від однієї до більше як трьох годин і зазвичай з 15.00 до 18.00.

**3.1.2. Види активного відпочинку різних груп населення в умовах міських парків.** Аналіз результатів анкетування показав, що незалежно від вікових та демографічних ознак основним видом активного проведення відпочинку у міському парку є прогулянки (табл. 3.3). Ранжування способів проведення активного дозвілля виявило, що найбільш популярними є прогулянки із друзями (відмітило 56,5 % опитаних), при цьому самостійним прогулянкам надають перевагу 27,8 % респондентів, прогулянкам із сім'єю – 21,0 %, велопогулянкам – 15,3 %. Майже четверта частина опитаних (23,3 %) обирає для себе заняття різними видами фізичних вправ, а пріоритетом для 17,3 % є відвідування атракціонів, 15,1 % – проведення вільного часу у закладах громадського харчування (барах, ресторанах).

Таблиця 3.3

**Розподіл респондентів різних вікових груп за  
видами відпочинку у міських парках, %**

Види відпочинку	Респонденти			
	Юнацького віку (n=104)	Зрілого віку (n=477)	Похилого і старшого віку (n=108)	Загальна вибірка (n=689)
Прогулянки з друзями	79,8	52,4	51,9	56,5
Самостійні прогулянки	18,3	25,9	46,3	27,8
Заняття фізичними вправами	54,8	15,7	25,9	23,3
Сімейні прогулянки	20,2	15,7	45,4	21,0
Відвідування атракціонів	56,7	12,6	-	17,3
Велопогулянки	36,5	10,3	16,7	15,3
Відвідування барів та ресторанів	10,6	19,5	-	15,1
Прогулянки із тваринами	12,5	7,8	15,7	9,7
Відвідування комп'ютерних клубів	14,4	1,3	-	3,1
Відвідування більярдних	-	4,2	-	2,9
Читання книг, журналів тощо	-	-	15,7	2,5
Фотографування	5,8	1,1	1,9	1,9
Прослуховування музики	2,9	1,3	-	1,3
Малювання	-	-	3,7	0,6

Поряд із вище зазначеними видами дозвілля у міських парках кожен десятий обирає для себе більш пасивний варіант відпочинку, а саме: відвідування комп'ютерних клубів (3,1 %), читання художньої літератури, газет та

журналів (2,5 %), заняття фотографією (1,9 %), прослуховування музики (1,3 %) та малювання (0,6 %). В ході опитування респонденти могли обирати всі види відпочинку, які вони використовують під час відвідування міських парків.

Серед видів відпочинку особи юнацького віку до перших трьох пріоритетів відносять: 1) прогулянки з друзями (79,8 %); 2) відвідування атракціонів (56,7 %); 3) організовані заняття фізичними вправами (54,8 %). Для людей зрілого віку, а також похилого і старшого віку, найбільш популярними видами відпочинку є прогулянки з друзями (52,4 % та 51,9 % відповідно) і самостійні прогулянки (25,9 % та 46,3 % відповідно). Окрім цього особи похилого віку відають перевагу ще й сімейним прогулянкам.

Характер проведення дозвілля у міських парках обумовлює й вибір видів спеціально організованої рухової діяльності. На цей вибір впливають ще й оточуюче середовище, мода, особисті потреби, інтереси тощо.

Опрацьовані результати опитування демонструють привабливість людей різних вікових груп до тих чи інших видів рухової активності. При виборі форм активного відпочинку респонденти віддають перевагу найбільш простим і доступним видам рухової активності (рис. 3.5). Оскільки, як зазначалось вище, прогулянки є найбільш популярним видом активного відпочинку у міських парках, то, природно, що для представників усіх вікових груп ходьба посідає перше місце як вид рухової активності, який практикується у вказаних місцях масового відпочинку населення (табл. 3.4). При цьому більша частина жінок вважають за краще для себе обирати ходьбу у вигляді сімейних прогулянок, що дає змогу наблизитись до об'єктів природного середовища та здійснювати виховний вплив на дітей та внуків через спілкування.

Окрім ходьби відвідувачі міських парків достатньо часто використовують й інші циклічні види рухової активності, зокрема оздоровчий біг – пріоритетний для кожного п'ятого респондента (20 %), їзду

на велосипеді обирає 15 % опитаних, а в зимовий час пересування на лижах – 3,3 %.

Друге місце за рівнем пріоритетності видів рухової активності для відвідувачів міських парків посідає ранкова гімнастика, яку виконує 40,8 % респондентів. Силу гімнастику обирають для себе 11,5 % відвідувачів міських парків.

Особливо слід підкреслити, що спортивна анімація ще недостатньо використовується у місцях масового відпочинку населення, зокрема у міських парках, у відповідних заходах бере участь лише 7,3 % відвідувачів (див. рис. 3.5).

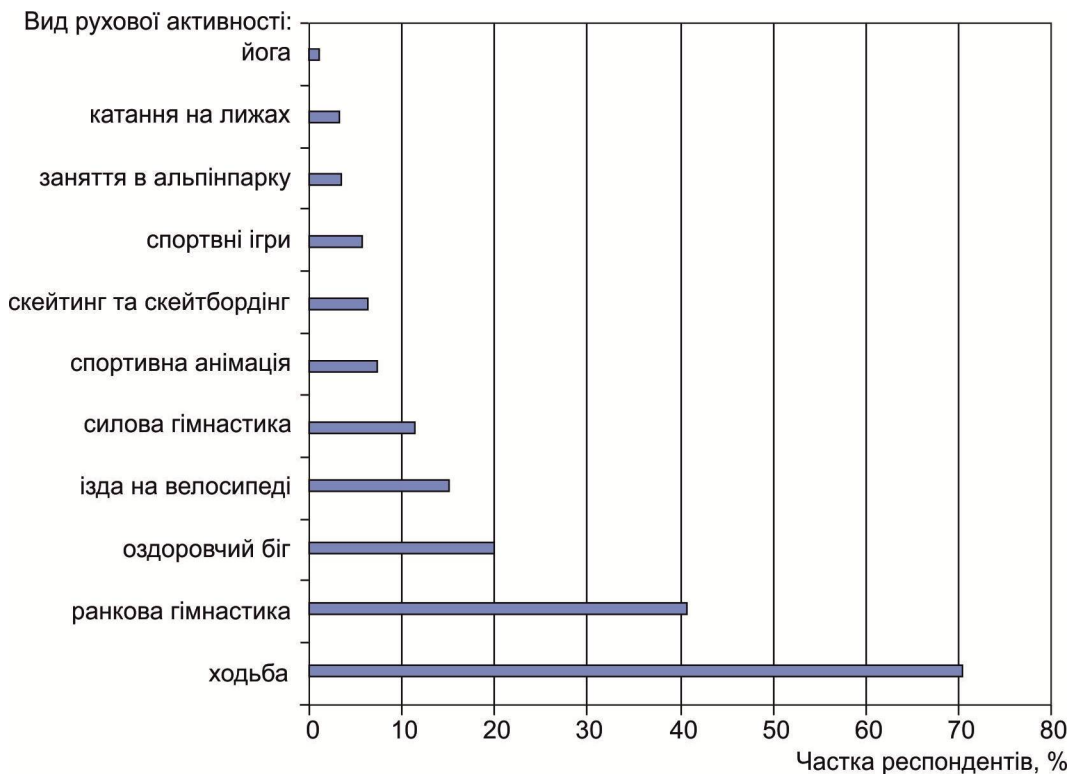


Рис. 3.5 Розподіл респондентів за пріоритетністю видів рухової активності, які вони обирають для занять у міських парках, % (n=689)

Порівнюючи рівень пріоритетності спортивної анімації за віковими та статевими показниками необхідно відзначити, що найвищим він є для чоловіків юнацького (29,2 %) та зрілого (16,7 %) віку, далі – дівчати юнацького віку (14,3 %), а незначними аналогічні дані фіксуються у жінок

зрілого віку (3,7 %). Респонденти похилого та старшого віку не залучаються до спортивної анімації (див. табл. 3.4). Загалом, юнаки та чоловіки зрілого віку обирають для себе найбільш активні види рекреації, зокрема спортивні ігри (футбол, стрітбол, волейбол та інші), заняття на тренажерах, катання на велосипеді, роликах, скейтбордах тощо. Люди похилого та старшого віку надають перевагу вправам низької інтенсивності та безпечним і доступним видам рухової активності.

Таблиця 3.4

**Розподіл відповідей респондентів на питання:  
«Який вид рухової активності Ви обираєте у міських парках?», %**

Вид рухової активності	Респонденти					
	Юнацького віку		Зрілого віку		Похилого і старшого віку	
	Жінки (n=56)	Чоловіки (n= 48)	Жінки (n=214)	Чоловіки (n=263)	Жінки (n=47)	Чоловіки (n=61)
Ходьба	48,2	40,0	94,9	49,4	95,7	82,0
Ранкова гімнастика	8,9	20,8	24,7	47,2	74,5	88,5
Оздоровчий біг	10,7	22,9	17,8	19,4	25,5	32,8
Їзда на велосипеді	14,3	62,5	4,2	21,3	-	-
Силова гімнастика	-	50,0	5,1	21,3	-	-
Спортивна анімація	14,3	29,2	3,7	16,7	-	-
Скейтинг та скейтбордінг	14,3	58,3	0,9	1,9	-	-
Спортивні ігри	7,1	22,9	1,4	6,5	-	6,6
Заняття у мотузковому парку та/або на скалодромі	5,4	16,7	0,9	3,8	-	-
Катання на лижах	-	6,3	3,2	4,9	-	-
Йога	-	-	2,3	0,8	-	-

Таким чином, у ході проведеного досліджено встановлено, що активний відпочинок відвідувачів міських парків характеризується одноманітністю та домінуванням різних видів прогулянок з використанням ходьби, рідше – велосипеда та інколи – лиж. Види рухової активності, що реалізуються у міських парках, також є простими й базуються на природніх локомоціях (ходьба та біг). Сучасні види фізичної рекреації (спортивна анімація, екстремальні види, заняття у мотузковому парку та/або на скалодромі тощо) ще не отримали належної популярності у місцях масового відпочинку населення, зокрема у міських парках.

**3.1.3 Аналіз мотивації та умов залучення населення до активного відпочинку у міських парках.** Наведені данні свідчать про те, що більшість людей різного віку усвідомлюють важливість рекреаційної діяльності у місцях масового відпочинку. При цьому 64,2 % опитаних вважають, що власне дозвілля необхідно проводити в активній формі й що рухова активність є важливою складовою їхнього способу життя. Однак, більше третини респондентів (35,8 %) ці питання залишають поза своєю увагою, зокрема 15,1 % – взагалі не вважають, що їхнє дозвілля має бути активним, а кожен п'ятий (20,7 %) – ніколи не звертали на це увагу.

В ході дослідження нами визначені стимулюючі та стримуючі чинники, які пливають на рівень залучення населення до активного проведення відпочинку у міському парку. При виборі певного виду рухової активності під час дозвілля у міському парку, відвідувачі керуються потребами, які відображають внутрішні спонукальні мотиви їх діяльності.

Результати дослідження вказують на те, що основним мотивом, який виникає у населення під час відвідування паркової зони є відпочинок. За цих умов можемо констатувати, що у майже половини опитаних (46,7 %) вибір певних видів занять оздоровчо-рекреаційною руховою активністю обумовлюється потребою розважитись та отримати задоволення (табл. 3.5). 25,8 % респондентів вважають, що велике навантаження на роботі призводить до перенапруження, тому необхідно використовувати фізичну

рекреація як найкращий засіб післяробочого відновлення. При цьому, 22,5 % опитаних вказують на те, що під час перебування у парковому середовищі, якому притаманні умови наближенні до природних (рельєф, повітря, тиша, рослинний та тваринний світ), вони можуть отримати естетичне задоволення від перебування у ньому. Разом із цим, 19,2 % відвідують міський парк з метою зняти фізичне та психологічне навантаження. Для того, щоб відійти від робочої обстановки у 11,8 % опитаних виникає потреба у додатковому спілкуванні, яка обумовлена урбанізованим середовищем та 4,5 % – відновитися після хвороб і травм. Разом із цим, кожен десятий відвідувач (10,6 %) вважає, що йому необхідно просто підвищити рівень власної рухової активності. Майже таку ж частку респондентів (10,2 %) спонукає до активного відпочинку бажання проводити більше часу із сім'єю, а вдвічі менше опитаних (4,9 %) прагнуть до усамітнення під час рухової активності. Проте, 1,9 % відвідувачів не відчують жодної потреби здійснюючи вибір того чи іншого виду активного відпочинку в умовах міських парків.

Таблиця 3.5

**Розподіл респондентів за мотивами, які спонукають їх до занять організованою руховою активністю у міському парку, % (n=689)**

Мотив	Кількість респондентів, %
Отримання задоволення, позитивних емоцій	46,7
Відволіктися від побутових та професійних проблем, емоційна розрядка	25,8
Наближення до природного середовища	22,5
Поліпшення самопочуття	19,2
Спілкування з друзями	11,8
Підвищення рівня рухової активності	10,6
Потреба більше часу проводити із сім'єю	10,2
Бажання залишитись на одинці	4,9
Фізична реабілітації	4,5
Інше	1,9

Поряд із вище зазначеним, в результаті проведеного опитування нами були визначені умови залучення населення до активного відпочинку у міських парках шляхом виявлення основних проблем, які виникають у цьому процесі, а також встановлення пріоритетних напрямів цільового удосконалення паркового середовища.

Однією з головних причин, що перешкоджають респондентам активно проводити власне дозвілля, є їх відчуття відсутності необхідного для цього часу, що відмітило 27 % опитаних. Це найбільш характерна проблема для представників юнацького та зрілого віку (табл. 3.6). Для зміни їх пріоритетів у проведенні дозвілля доцільним видається посилення відповідної роз'яснювальної і пропагандистської роботи. Серед перешкод до застосування у міських парках активного відпочинку виділяється недостатня

*Таблиця 3.6*

**Розподіл респондентів за виділеними причинами, що перешкоджають їм проводити власне дозвілля в активній формі, %**

Причини	Респонденти			
	Юнацького віку (n=104)	Зрілого віку (n=477)	Похилого і старшого віку (n=108)	Загальна вибірка (n=689)
Недостатньо часу	29,8	28,3	18,5	27,0
Недостатність спортивних майданчиків	10,6	31,0	13,9	25,3
Недостатність місць для активних розваг	5,8	23,7	23,2	20,9
Матеріальне становище осіб	40,4	1,3	34,3	12,4
Парк знаходиться далеко від місця проживання	4,8	8,8	11,1	8,6
Відсутність власного спортивного інвентарю	8,7	3,6	13,0	5,8



кількість тут спортивних майданчиків (найбільш типова проблема для осіб зрілого віку – 31,0 %), а також – недостатня кількість місць для активних розваг, насамперед для спортивної анімації, на це вказав кожен п'ятий респондент (20,9 %).

Зараз існує значна диференціація в доходах населення, але питома частка малозабезпеченого населення – найбільша. Тому, однією з причин, яка перешкоджає організувати активне дозвілля у міських парках є низький рівень матеріальних можливостей відвідувачів, про що засвідчили 12,4 % учасників опитування (найбільшу частку тут становлять юнаки – 40,4 % та люди похилого та старшого віку – 34,3 %). Суттєвим гальмівним чинником тут є й відсутність власного індивідуального спортивного інвентарю, а інколи й спортивної форми – 5,8 %. Цю обставину необхідно врахувати та намагатися створювати умови для задоволення потреб осіб відповідно до їх матеріальних можливостей. Поряд із цим, у своїх відповідях незначна частина опитаних (8,6 %) констатує, що міський парк знаходиться далеко від їхнього місця проживання і це перешкоджає використовувати його для активного відпочинку.

Для того, щоб у повній мірі задовільнити власні потреби та максимально правильно організувати активне дозвілля у міському парку, учасники опитування вказали на основні напрями удосконалення паркового середовища (табл. 3.7). Найвище значення (для майже третини респондентів – 29,2 %) тут має створення груп за інтересами. Вказаний напрям найбільш актуальний для осіб похилого та зрілого віку (33,3 %). Важливою для опитаних є наявність спеціально обладнаних місць для активного відпочинку (28,9 %), до яких відносяться спортивні майданчики для ігрових видів спорту, тренажерні майданчики, місця для проведення анімаційних заходів тощо. Серед вікових груп цей напрям удосконалення паркового середовища є пріоритетним для осіб зрілого віку (35,2 %). Не менш значимим у вказаному контексті видається кадрове супроводження активного відпочинку різних груп населення у міських парках, що відмітило

22,8 % учасників опитування. Перспективним є також облаштування велодоріжок у міських парках (9,9 %) та відкриття й забезпечення функціонування пунктів прокату спортивного інвентарю для активного відпочинку (це можуть бути пересувні пункти місцевих фізкультурно-оздоровчих установ).

Таблиця 3.7

**Розподіл респондентів за виділеними напрямками удосконалення  
паркового середовища для проведення активного дозвілля, %**

Напрями удосконалення	Респонденти			
	Юнацького віку (n=104)	Зрілого віку (n=477)	Похилого і старшого віку (n=108)	Загальна вибірка (n=689)
Створення груп за інтересами	15,4	31,2	33,3	29,2
Наявність спеціально обладнаних зон	17,3	35,2	12,0	28,9
Кадрове супроводження	13,5	20,1	43,5	22,8
Облаштування велодоріжок	36,5	5,9	1,9	9,9
Наявність пунктів прокату інвентарю	17,3	7,6	9,3	9,2

Отже, нами встановлено, що провідними мотивами, що спонукають представників різних груп населення активно відпочивати у міських парках, є: 1) отримання задоволення та позитивних емоцій (46,7 % респондентів вказали на це); 2) бажання відволіктися від побутових та професійних проблем, емоційна розрядка (25,8 %); 3) наближення до природного середовища (22,5 %); 4) поліпшення самопочуття (19,2 %). Серед умов залучення населення до активного дозвілля у парковому середовищі слід відзначити такі: 1) посилення відповідної інформаційно-пропагандистської роботи; 2) покращання матеріально-технічної бази для різних видів фізичної

рекреації (облаштування та забезпечення функціонування спортивних майданчиків, місць для різних видів активного відпочинку, бігових та велосипедних доріжок, тренажерних містечок тощо); 3) організація роботи груп за «спортивними інтересами»; 4) збільшення кількості кадрів, залучених до здійснення заходів з фізичної рекреації.

### 3.2 Стримуючі та стимулюючі чинники впливу на залучення різних груп населення до спортивної анімації у місцях масового відпочинку (на матеріалі міських парків)

**3.2.1 Актуалізація потреби залучення різних груп населення до спортивної анімації у міських парках.** У процесі дослідження більша половина опитаних (60,0 %) вказали на те, що ніколи не чули про анімаційну діяльність й не брали участі у таких заходах, 24,2 % – частково обізнані й також не брали у них участі та 15,8% – знають, що собою являють анімаційні програми (рис. 3.6). Низький рівень такої поінформованості у більшості демонструють люди старшого та похилого віку. При цьому лише 38,8 % вказують на позитивне ставлення до їх реалізації, однак питома частка опитаних, яка становила 61,2 % не змогли визначити своє відношення до анімаційних заходів.

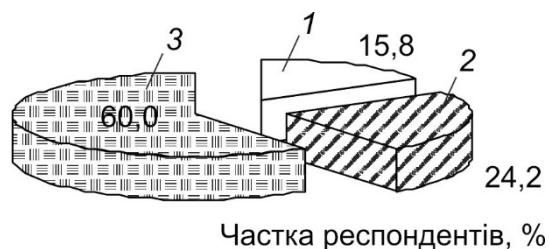


Рис. 3.6 Розподіл респондентів за рівнем обізнаності про анімаційні програми, % (n=689): 1 – знають; 2 – частково знають; 3 – ніколи не чули

Разом із цим, усвідомлюючи значення програм спортивної анімації, 46,2 % респондентів вказують, що їх впровадження є дуже важливим і актуальним на сьогоднішній день. Однак частина відвідувачів міських парків, яка становить 34,5 %, вважають, що такі програми бажані, проте вони невпевнені у цьому (рис. 3.7). У 5,8 % респондентів виникають сумніви стосовно необхідності проектування та реалізації таких програм, що засвідчує про низький рівень відповідної поінформованості та мотивації до рухової активності, а 13,5 % – не змогли дати відповідь на це питання.

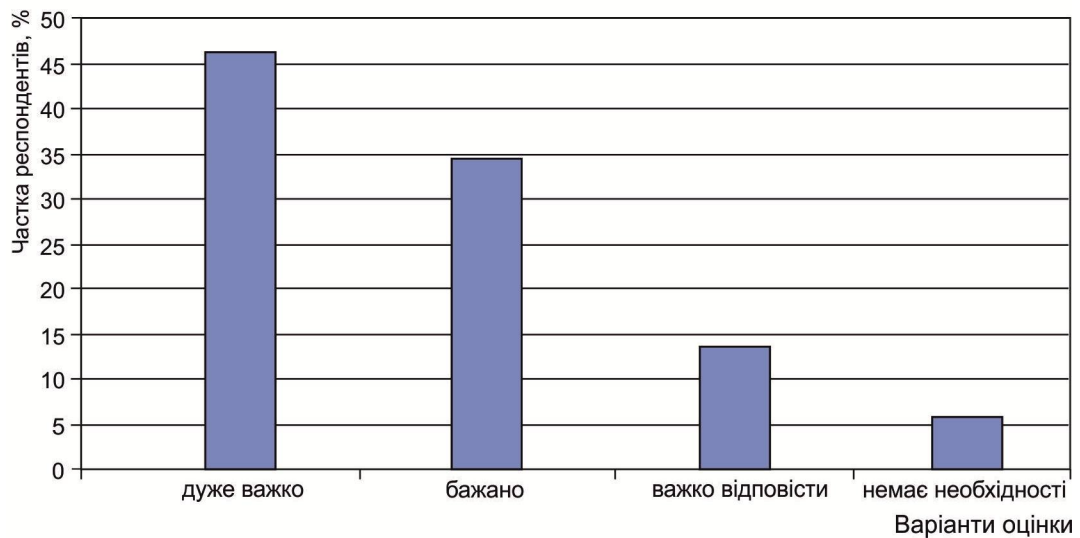


Рис. 3.7 Розподіл респондентів за оцінкою значення програм спортивної анімації у міських парках, % (n=689)

Також, привертає увагу те, що абсолютна більшість (84,2 %) респондентів під час дозвілля не беруть участі у жодних анімаційних заходах і це здебільшого пов'язане із незнанням того, що являє собою анімаційна діяльність. Поряд із цим, незначна частина опитаних (15,8 %) залучаються до анімаційних програм, але при цьому перевагу надають готельній (9,1 %), туристичній (3,8 %) та дитячій анімації – 2,9 %.

Проектування та реалізація програм спортивної анімації у міських парках потребує певних умов для їх впровадження. Стосовно цього питання, результати опитування засвідчують, що 14,9 % опитаних не змогли дати на нього відповідь. Однак, 38,2 % респондентів вказали, що такі умови швидше

є, ніж немає, 28,6 % – дали однозначну позитивну відповідь, 13,6 % – констатували, що вказані умови скоріше відсутні, ніж присутні, а 4,7 % – визнали їх повну відсутність.

Поряд із думкою пересічних громадян нами було враховано думку експертів. Результати експертного оцінювання дозволяють чітко визначити ряд чинників, що обумовлюють актуальність наукового вирішення проблеми проектування та реалізації програм спортивної анімації в умовах міських парків.

Визначаючи ефективність роботи в Україні щодо залучення населення до спортивної анімації більша половина (92,9 %) експертів оцінюють її як неефективну. Однак, невелика частка опитаних (7,1 %) вважають державну політику із впровадження спортивної анімації швидше ефективною ніж неефективною. Кожен четвертий з експертів (25 %) вказав, що така робота взагалі не здійснюється або здійснюється неефективно (рис. 3.8).

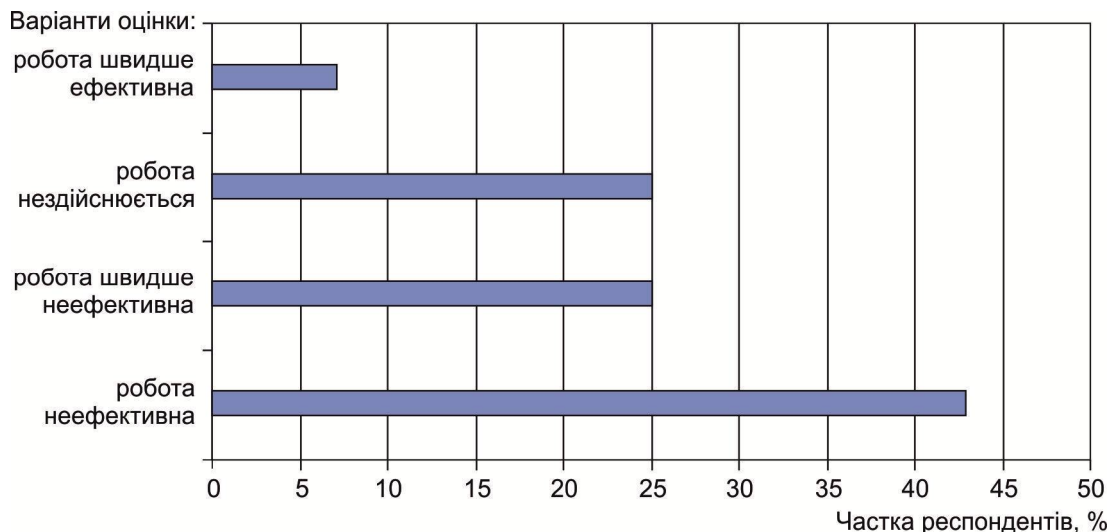


Рис. 3.8 Розподіл експертів за оцінкою ефективності роботи у державі із залучення населення до спортивної анімації, (n=28)

Активні форми проведення дозвілля у міському парку більшою половиною експертної групи (57,2 %) визначаються як непопулярні та малопопулярні. Разом із цим, 42,8 % експертів вважають, що вище зазначені

форми є доступними та достатньо розповсюдженими серед різних груп населення.

Незначна частина (7,2 %) експертів не змогла визначитись із відповіддю щодо важливості впровадження програм спортивної анімації в умовах міського парку. Однак, абсолютна більшість (92,8 %) експертів притримується думки, що проведення таких заходів є важливою та вкрай необхідною умовою для максимального залучення населення до оздоровчо-рекреаційної рухової активності та формування здоров'я. У цьому відношенні експертні оцінки з вказаного питання збігаються з результатами опитування відвідувачів міських парків. Однак, серед населення більша частка, ніж серед експертів, осіб, для яких ця можливість є в цілому неважливою (5,8 % проти 3,6 %).

Оцінюючи стан організації спортивної анімації у міському парку більша половина (53,6 %) експертів визначають його як незадовільний (рис. 3.9). Чверть (25 %) експертів вважає, що ця робота відповідає задовільному рівню. При цьому, незначна частина, яка становить 3,6 %, дають позитивну оцінку. Однак, майже п'ята частина (17,8 %) не змогли оцінити вказану ситуацію. Загалом оцінка експертної групи збігається із думкою відвідувачів міських парків.

Таким чином, в результаті проведених досліджень встановлено, що залучення різних груп населення до спортивної анімації у міських парках є вкрай важливою та актуальною проблемою сьогодення, що посилюється через недостатню ефективність організації такої роботи. Вирішення вказаної проблеми передбачає визначення стримуючих та стимулюючих чинників впливу на залучення різних груп населення до спортивної анімації у місцях масового відпочинку (на матеріалі міських парків).

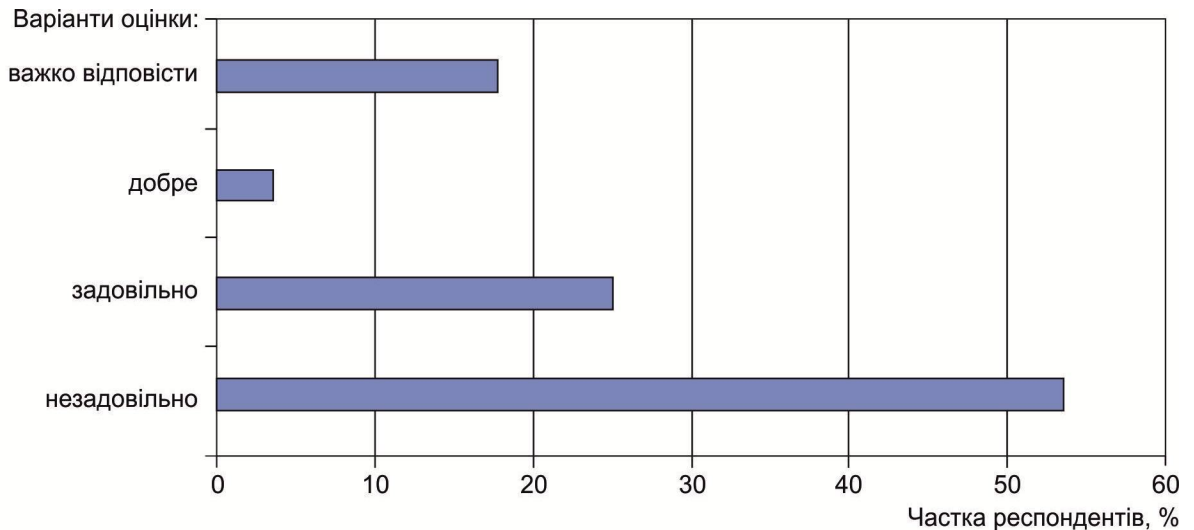


Рис. 3.9 Експертна оцінка стану організації спортивної анімації у міському парку (% до числа опитаних, n=28)

**3.2.2 Стримуючі чинники впливу на залучення населення до спортивної анімації у міських парках.** За підсумками опитування різних груп населення встановлено, що основним стримуючим чинником впливу на залучення населення до спортивної анімації у міських парках є низький рівень використання форм і засобів пропаганди та інформування, про це заявила значна кількість респондентів – 60,8 % (табл. 3.8). В свою чергу, троє з чотирьох (75,0 %) опитаних вказують на відсутність спортивної анімації в їхньому місті, а кожен четвертий – не знають чи такі заходи проводяться.

Окрім цього у своїх відповідях відвідувачі міських парків вказують, що серед основних причин пасивного ставлення до спортивної анімації є стан здоров'я (37,4 %). Цікаво, що цей чинник є характерним як для молодих людей (43,3 %), так і для осіб похилого та старшого віку (46,2 %). Суттєвий стримуючий вплив на вказаний процес має й рівень доходів населення, що зазначає 36,3 % респондентів. Цей показник практично рівномірно розподіляється серед представників усіх вікових груп.

Майже кожен третій (30,8 %) з респондентів зазначає, що пасивне ставлення до спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення детермінується низьким рівнем особистої культури здоров'я. Близько

третини (27,1 %) опитаних визначають у вказаному аспекті недостатню кількість вільного часу, що має пріоритетне значення для осіб зрілого віку (29,6 %). Четверта частина (25,8 %) респондентів відмічає негативний вплив на залучення до анімаційних заходів місця розташування міських парків.

Таблиця 3.8

**Розподіл респондентів за визначенням причин, які обумовлюють їх пасивне ставлення до спортивної анімації у міських парках, %**

Причини	Респонденти			
	Юнацького віку (n=104)	Зрілого віку (n=477)	Похилого і старшого віку (n=108)	Загальна вибірка (n=689)
Низький рівень пропаганди та інформування	56,7	60,6	65,7	60,8
Стан здоров'я	43,3	34,6	46,2	37,4
Рівень доходів	39,4	36,3	33,3	36,3
Низький рівень культури здоров'я	27,9	30,4	35,2	30,8
Відсутність вільного часу	17,3	29,6	25,9	27,1
Місце розташування міського парку	27,9	25,8	24,1	25,8
Невміння організувати власне дозвілля	13,5	21,6	36,1	22,6
Відсутність мотивації	24,0	23,5	12,0	21,8
Патерналістичні настрої	13,5	19,3	22,2	19,0

Стримуючу роль щодо участі у програмах зі спортивної анімації для кожного п'ятого з опитаних (22,6 %) має невміння організувати власне дозвілля. Найсуттєвішим є вплив цього чинника для осіб похилого та старшого віку (29,6 %). Відсутність належної мотивації також стримує впливає на залучення населення до спортивної анімації, що підкреслило 21,8 % респондентів. Ця причина найбільш актуальна для осіб юнацького (24,0 %) та зрілого віку (23,5 %). Патерналістичні (від латинського слова



*pater* – батько) настрої (розрахунок на надмірну опіку та піклування зі сторони держави та інших суб'єктів при особистій пасивності) на думку 19,0 % опитаних також стримуючи впливають на участь людей у заходах зі спортивної анімації. На цьому акцентують увагу, насамперед, особи похилого та старшого віку (22,2 %).

Серед важливих чинників, які обумовлюють пасивне ставлення населення до спортивної анімації у міських парках, більша половина (64,3 %) експертної групи визнала низький рівень відповідної пропаганди та інформування, близько половини (46,4 %) від загального складу експертної групи назвала у цьому контексті невміння відвідувачами міських парків організувати власне дозвілля, а також низький рівень їх особистої культури здоров'я (46,3 %). При цьому не менш важливими були – низький рівень доходів населення (39,3 %) та відсутність мотивації (28,6 %). Разом із цим, стан здоров'я (14,3 %), відсутність вільного часу (10,7 %) та патерналістичні настрої (3,6 %) визначаються експертами як другорядні (табл. 3.9).

Таблиця 3.9

**Розподіл експертів та респондентів за визначенням причин, які обумовлюють пасивне ставлення населення до спортивної анімації у міських парках, %**

Причини	Експерти (n=28)	Респонденти (n=689)	Середнє значення
Низький рівень пропаганди та реклами	64,3	60,8	62,5
Невміння організувати власне дозвілля	46,4	22,6	34,5
Низький рівень культури здоров'я	46,3	30,8	38,5
Рівень доходів	39,3	36,3	37,8
Відсутність мотивації	28,6	21,8	25,2
Стан здоров'я	14,3	37,4	25,9
Відсутність вільного часу	10,7	27,1	18,9
Патерналістичні настрої	3,6	19,0	11,3
Місце розташування міського парку	–	25,8	12,9

Порівнюючи наведені вище експертні оцінки з аналогічними оцінками, які були отримані у ході опитування населення, можна відзначити, що за показником рівня відповідної пропаганди та інформування відслідковується висока узгодженість стосовно їх пріоритетності, що свідчить про збіг поглядів експертів і населення на це питання. Разом з тим, можна відзначити, що відносно певних причин оцінки експертів і населення помітно різняться. Наприклад, експерти менше, ніж населення, оцінюють дезорганізуючий вплив таких чинників, як патерналістичні настрої, стан здоров'я, відсутність вільного часу, а місце розташування парку взагалі не відносять до складу таких причин. В той же час вони, дещо вище оцінюють роль таких чинників, як невміння організувати власне дозвілля, низький рівень культури здоров'я та відсутність мотивації. З метою формування консолідованої оцінки зазначених причин було визначено середня значення частки респондентів та експертів за кожним показником (див. табл. 3.9).

Як зазначалось вище (див. підрозділ 3.2.1), відвідувачі міських парків розуміють та підтримують необхідність впровадження тут спортивної анімації, однак, 43,8 % із них вказують на те, що для здійснення цього треба усунути найважливішу організаційну перешкоду (табл. 3.10), а саме налагодити у міських парках роботу спортивних аніматорів, які будуть запрошувати та залучати до реалізації відповідних програм ймовірних учасників та надавати їм організаційно-методичну допомогу та інформаційну підтримку. Вказану організаційну перешкоду особливо виділяють опитані особи юнацького (57,8 %), похилого і старшого віку (52,8 %).

Відсутність спортивної анімації у міських парках 21,7 % респондентів пов'язують із економічною ситуацією в країні, що впливає на рівень фінансування таких заходів зі сторони органів місцевого самоврядування, які здебільшого є власниками міських парків. Ця проблема найбільше турбує осіб зрілого віку (28,1 %).

Стримуючим чинником впливу на залучення населення до спортивної анімації у міських парках є мала кількість тут спортивних споруд (це

відзначило 18,5 % респондентів) та дефіцит доступного спортивного інвентарю й обладнання (12,0 %). Незначна частина опитаних, частка яких становить 4,4 %, вказують на таку організаційну перешкоду у вказаному процесі як низький рівень відповідного методичного забезпечення.

Таблиця 3.10

**Розподіл респондентів за визначеними організаційними перешкодами щодо залучення населення до спортивної анімації у міських парках, %**

Організаційні перешкоди	Респонденти			
	Юнацького віку (n=104)	Зрілого віку (n=477)	Похилого і старшого віку (n=108)	Загальна вибірка (n=689)
Відсутність аніматорів	57,8	38,8	52,8	43,8
Недостатнє фінансування	6,7	28,1	8,3	21,7
Мала кількість спортивних споруд	24,0	15,9	18,5	17,6
Недостатня кількість спортивного інвентарю та обладнання	11,5	12,8	12,0	12,5
Низький рівень методичного забезпечення	-	4,4	8,3	4,4

У результаті експертного оцінювання виявлено, що низька організація спортивної анімації в умовах міського парку обумовлюється такими чинниками: економічна ситуація в країні, матеріально-технічне, методичне та кадрове забезпечення. Загалом з вказаних позицій думка кваліфікованих фахівців збігається із думкою населення. Однак, практично усі експерти вважають, що визначальним чинником тут є недостатнє фінансування місцевих центрів фізичного здоров'я населення «Спорту для всіх», а відвідувачі місць масового відпочинку населення перше місце з цього питання, як зазначалось вище, відвели недостатньому кадровому забезпеченню відповідної роботи (рис. 3.10).

Іншою не менш важливою причиною з цього питання є відсутність відповідних фахівців, про що засвідчило 50 % експертів, і це положення майже повністю співпадає з думкою населення. Приблизно однакова частина експертів визнають, що низький рівень організації спортивної анімації у міському парку пов'язаний із недостатньою кількістю площинних загальнодоступних спортивних споруд (42,9 %) та недостатньою кількістю спортивного інвентарю та обладнання (39,3 %). Разом із цим, майже третина експертів (28,6 %) вказує на низький рівень відповідного методичного забезпечення.

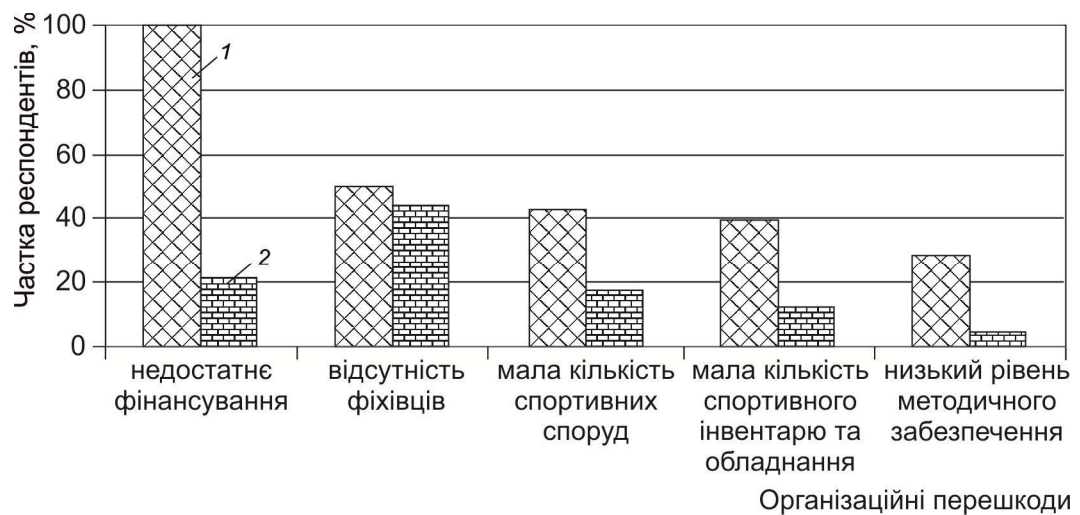


Рис. 3.10 Порівняльний аналіз розподілу за визначеними організаційними перешкодами щодо залучення населення до спортивної анімації у міських парках, %: 1 – експерти (n=28); 2 – респонденти (n=689)

В результаті проведеного дослідження встановлено, що до стримуючих чинників впливу на залучення населення до спортивної анімації у міських парках належать причини, які обумовлюють пасивне ставлення населення до такого виду фізичної рекреації, а також виявлені організаційні перешкоди. Відвідувачі міських парків та експерти до числа головних таких причин відносять (за консолідованою оцінкою – середнє значення частки респондентів та експертів): 1) недостатність відповідної пропаганди та

інформування населення (62,5 %); 2) низький рівень особистої культури здоров'я (38,5 %); 3) обмеженість доходів населення (37,8 %); 4) невміння організувати власне дозвілля (34,5 %). Серед організаційних перешкод провідне місце має недостатнє фінансування відповідної роботи з місцевих бюджетів (60,9 %), відсутність фахівців для проектування та реалізації програм спортивної анімації у міських парках (46,9 %) і мала кількість тут спортивних споруд (30,3 %).

**3.2.3 Стимулюючі чинники впливу на залучення населення до спортивної анімації у міських парках.** Один із аспектів дослідження полягав у визначенні вагомих чинників, які б могли позитивно впливати на рівень залучення населення до спортивної анімації у міських парках. Більша половина (57,2 %) респондентів у свої відповідях в першу чергу відмітили поінформованість про подібні заходи через засоби масової інформації (табл. 3.11). Ця умова є пріоритетною для представників усіх вікових груп.

Важливою стимулюючою умовою впливу на залучення населення до спортивної анімації, на думку відвідувачів парку, є потреба ведення здорового способу життя. На це вказало 49,2 % респондентів, серед яких особи похилого та старшого віку відвели зазначеній умові перше місце серед інших. Задоволення потреби у знятті фізичної та психічної втоми та потреби у руховій активності також може позитивно вплинути на спонування відвідувачів парків до спортивної анімації, що підтверджують відповідно 41,7 % опитаних. Якщо задоволення потреби у знятті фізичної та психологічної втоми більш жадане для осіб юнацького віку (53,9 %), то потреба у руховій активності є пріоритетною для осіб похилого та старшого віку (50,9 %). Майже кожен третій (28,9 %) з респондентів серед умов, які позитивно впливатимуть на залучення населення до спортивної анімації у міських парках, виділив потребу досягнення належного фізичного стану. Також до спонукальних чинників респонденти (24,2 %) віднесли рівень задоволення від участі у відповідних заходах. П'ята частина опитаних у

зазначеному контексті виділили потребу у спілкуванні та поради друзів – 20,8 % і 20,6 % відповідно.

Певне значення для залучення населення до спортивної анімації у міських парках матиме приклад відомого спортсмена (на це вказало 9,6 % опитаних, серед яких найбільший внесок юнацтва), а також – рівень добробуту (6,8 %) та особливі спортивні події (2,3 %).

Таблиця 3.11

**Розподіл респондентів за визначенням умов, що позитивно впливатимуть на залучення населення до спортивної анімації у міських парках, %**

Умови	Респонденти			
	Юнацького віку (n=104)	Зрілого віку (n=477)	Похилого і старшого віку (n=108)	Загальна вибірка (n=689)
Вплив ЗМІ	56,7	55,4	65,7	57,2
Потреба ведення здорового способу життя	34,6	44,4	84,3	49,2
Потреба у знятті фізичної та психічної втоми	53,9	38,4	44,4	41,7
Потреба у руховій активності	32,7	37,3	50,9	38,8
Потреба досягнення належного фізичного стану	20,2	31,0	27,8	28,9
Задоволення від участі у заходах зі спортивної анімації	22,1	24,3	25,9	24,2
Потреба у спілкуванні	10,6	27,7	-	20,8
Поради друзів	26,9	23,9	-	20,6
Приклад відомого спортсмена	26,0	8,2	-	9,6
Достатній рівень добробуту	-	6,8	-	6,8
Особлива спортивна подія	2,3	-	-	2,3

Серед чинників, які обумовлюють позитивний вплив на залучення населення до спортивної анімації, можна вибудувати певну ієрархічну послідовність залежно від їх значення, на яке вказали експерти (табл. 3.12). Отже, на думку абсолютної більшості експертів (75,0 %) до числа чинників, що найбільшою мірою можуть впливати на вказаний процес можна віднести потребу ведення здорового способу життя, потребу у руховій активності (42,9 %), рівень задоволення від участі у заходах зі спортивної анімації (39,3 %) та потребу досягнення належного фізичного стану (35,7 %). Не менш важливим фахівці визначають потребу у знятті фізичної та психічної втоми (28,6 %), вплив засобів масової інформації (25,0 %), потребу у спілкуванні та рівень добробуту (14,3 %). Проте, дію таких чинників як поради друзів, особлива спортивна подія, приклад відомого спортсмена відзначає незначна частина експертної групи (3,6 %).

Порівнюючи оцінки експертів з думкою відвідувачів парку можна констатувати, що останні дещо по іншому вибудовують ієрархічну послідовність. Тільки за однією позицією, а саме бажання бути здоровим, думки збігаються. Населення першочерговим чинником визначає вплив засобів масової інформації. Також, до групи основних важелів, які б могли позитивно впливати на залучення населення до спортивної анімації є потреба у знятті фізичної та психічної втоми та потреба у руховій активності. Разом з цим, за іншими показниками менша частина населення у порівнянні з експертами виділяє їх як значимі.

Для відповіді на питання: які ж умови найбільш позитивно впливатимуть на залучення населення до спортивної анімації у міських парках нами було розраховано середню частку респондентів та експертів, які відзначили певну з таких умов (див. табл. 3.12). За таким підходом ми одержали такий ієрархічний ряд:

- потреба ведення здорового способу життя – 62,1 %;
- вплив ЗМІ – 41,1 %;
- потреба у руховій активності – 40,9 %;

- потреба у знятті фізичної та психічної втоми – 35,2 %;
- потреба досягнення належного фізичного стану – 32,3 %;
- задоволення від участі у заходах зі спортивної анімації – 31,8 %;
- потреба у спілкуванні – 17,6 %;
- поради друзів – 12,1 %;
- приклад відомого спортсмена – 6,6 %;
- особлива спортивна подія – 3,0%.

Таблиця 3.12

**Розподіл експертів та респондентів за визначенням умов, що  
позитивно впливатимуть на залучення населення до  
спортивної анімації у міських парках, %**

Умови	Експерти (n=28)	Респонденти (n=689)	Середнє значення
Потреба ведення здорового способу життя	75,0	49,2	62,1
Потреба у руховій активності	42,9	38,8	40,9
Задоволення від участі у заходах зі спортивної анімації	39,3	24,2	31,8
Потреба досягнення належного фізичного стану	35,7	28,9	32,3
Потреба у знятті фізичної та психічної втоми	28,6	41,7	35,2
Вплив ЗМІ	25,0	57,2	41,1
Потреба у спілкуванні	14,3	20,8	17,6
Достатній рівень добробуту	14,3	6,8	10,6
Поради друзів	3,6	20,6	12,1
Особлива спортивна подія	3,6	2,3	3,0
Приклад відомого спортсмена	3,6	9,6	6,6

На думку більше як третини (34,3 %) респондентів, рівень зацікавленості та участі в реалізації програм спортивної анімації у міських



парках буде більшим за умови включення до такої програми рекреаційних рухливих ігор. Такий пріоритет найбільш характерний для осіб юнацького та зрілого віку (табл. 3.12). Майже така ж частина (33,7%) опитаних віддають перевагу включенню до програм спортивної анімації оздоровчих видів гімнастики, зокрема різних видів аеробіки, вправ загальнорозвивальної спрямованості, дихальної гімнастики, елементів східних єдиноборств та йоги, акробатичних вправ, виконання яких здійснюється під музичний супровід. Цей вибір зробили в основному представники юнацького (38,5 %) та зрілого (36,7 %) віку.

Таблиця 3.12

**Розподіл респондентів за обраними видами рухової активності, включення яких до програми спортивної анімації, позитивно впливатиме на участь різних груп населення в їх реалізації, %**

Види рухової активності	Респонденти			
	Юнацького віку (n=104)	Зрілого віку (n=477)	Похилого і старшого віку (n=108)	Загальна вибірка (n=689)
Рекреаційні рухливі ігри	25,0	41,1	13,9	34,3
Оздоровчі види гімнастики	38,5	36,7	15,7	33,7
Оздоровчі ходьба і біг	10,6	16,8	59,3	22,5
Елементи народних та сучасних танців	17,3	3,6	11,1	6,8
Вправи зі спортивних ігор	4,8	1,1	-	1,5
Елементи активного туризму	3,9	0,8	-	1,2

Кожен п'ятий (22,5%) з респондентів вважає, що програми спортивної анімації у міських парках мають базуватись на використанні оздоровчої ходьби та бігу, що найбільш характерно для осіб похилого та старшого віку

(59,3 %). Відносно незначна частина відвідувачів міських парків (від 6,8 % до 1,2 %) пропонують із вказаною ціллю застосовувати елементи народних та сучасних танців, вправи зі спортивних ігор та елементи активного туризму.

Враховуючи думки різних груп населення щодо визначення суб'єктів, які найбільшою мірою можуть сприяти вирішенню проблеми залучення до спортивної анімації у місцях масового відпочинку, нами визначено (рис. 3.11), що пріоритетними за цим критерієм є органи місцевого самоврядування (так вважає 69,8 % респондентів), засоби масової інформації (62,4 %), міські парки (56,2 %) та центри фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх (46,9 %). Суттєво менша частка опитаних віддають перевагу у цьому відношенні фізкультурно-спортивним товариствам (16,8 %), відомим спортсменам (13,4 %) та медичним установам (11,2 %). Незначна кількість відвідувачів міських парків (від 8,7 % до 1,6 %) виділяють такі суб'єкти як профспілки, місцеві федерації з видів спорту, адміністрації підприємств та установ, молодіжні організації та спортивні клуби.

Серед першочергових заходів, які слід реалізувати для підвищення рівня залученості різних груп населення до спортивної анімації у міських парках, більша половина (53,6 %) експертів вказують на необхідність здійснити «інформаційну атаку» – агітаційну роботу через засоби масової інформації щодо значення, місця проведення та змісту програм спортивної анімації. Майже третина (32,1 %) експертів пропонують збільшити бюджетні асигнування на відповідні цілі для місцевих центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх». Певний резерв експерти вбачають у покращенні кадрового і матеріально-технічного (28,6 % опитаних) та методичного (14,3%) потенціалу міських парків для впровадження програм спортивної анімації та у застосовуванні заохочувальних засобів для учасників (7,1 %).

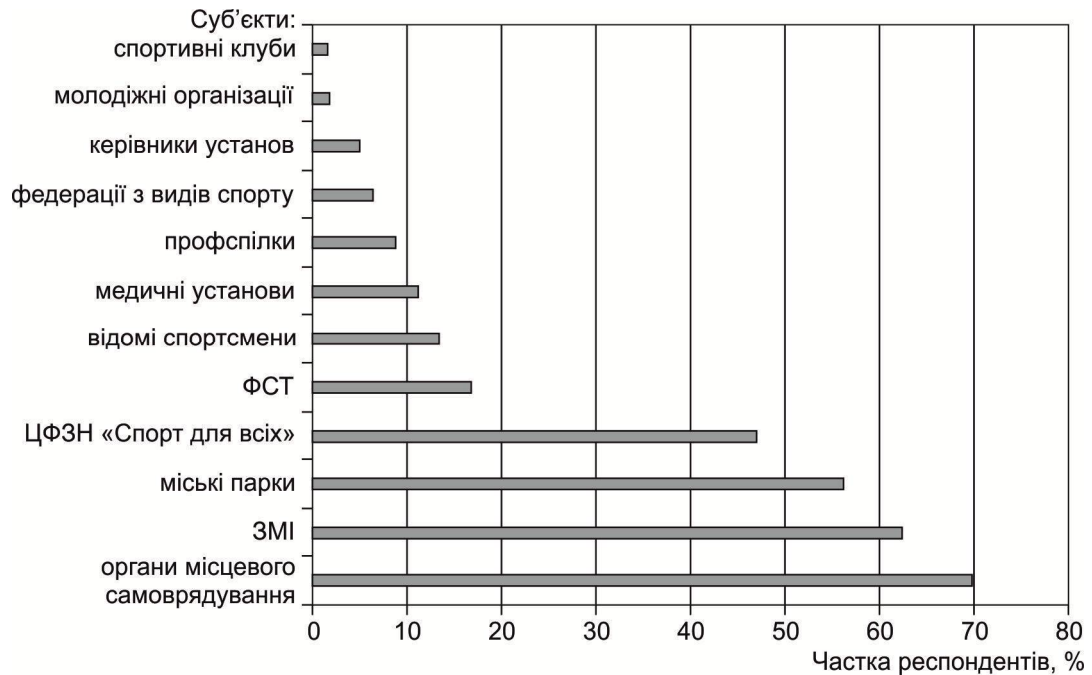


Рис. 3.11 Розподіл респондентів за визначенням суб'єктів, які найбільшою мірою можуть сприяти вирішенню проблеми залучення населення до спортивної анімації у міських парках, % (n=689).

У ході дослідження нами встановлено, що на думку абсолютної більшості (85,7 %) експертів місцеві центри фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» мають найбільші можливості сприяти вирішенню проблеми залучення населення до спортивної анімації у міських парках (рис. 3.12). Половина (50,0 %) експертів серед таких суб'єктів виділяють органи місцевого самоврядування. Суттєва частина (42,9 %) експертів віддають перевагу молодіжним організаціям у вирішенні зазначеної проблеми. По 25 % експертів обрали такі суб'єкти як засоби масової інформації та міські парки. Інші суб'єкти, що досліджувались, були виділені значно меншою кількістю експертів.

Таким чином, стимулюючі чинники впливу на залучення населення до спортивної анімації у міських парках об'єднують умови, що позитивно впливатимуть на вказаний процес, відповідні види рухової активності та суб'єкти, що найбільше можуть сприяти вирішенню зазначеної проблеми. До першої групи таких чинників віднесено: бажання особи бути здоровою;

вплив засобів масової інформації; потреба у руховій активності; потреба у знятті фізичної та психічної втоми; бажання підтримувати себе у хорошому фізичному стані; отримання задоволення від участі у заходах зі спортивної анімації.

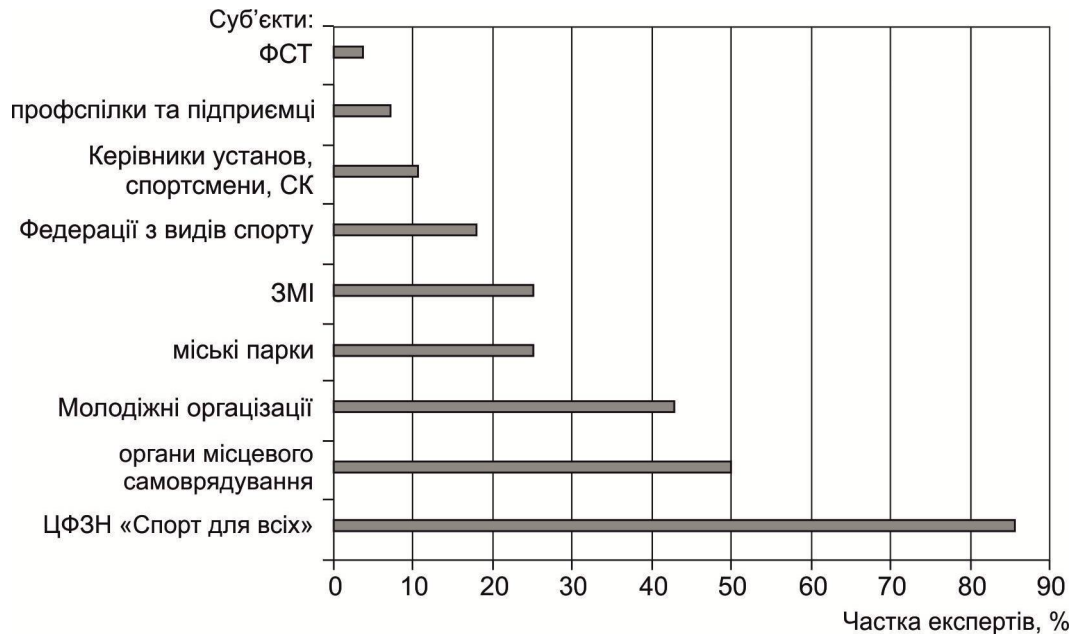


Рис. 3.12 Розподіл експертів за визначенням суб'єктів, які найбільшою мірою можуть сприяти вирішенню проблеми залучення населення до спортивної анімації у міських парках, % (n=28).

Позитивно впливатиме на участь різних груп населення в реалізації у міських парках програм спортивної анімації, включення до них таких видів рухової активності: рекреаційні рухливі ігри; оздоровчі види гімнастики; оздоровчі ходьба і біг. Серед суб'єктів, які найбільшою мірою можуть сприяти вирішенню проблеми залучення населення до спортивної анімації у міських парках, на думку відвідувачів парків та експертів (за консолідованою оцінкою – середнє значення частки респондентів та експертів), слід виділити такі: 1) місцеві центри фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» (66,3 %); 2) органи місцевого самоврядування (59,9 %); 3) засоби масової інформації (43,7 %); 4) міські парки (40,6 %).

### Висновки до розділу 3

Нами досліджено особливості залучення різних груп населення до активного відпочинку у місцях масового відпочинку (на матеріалі міських парків). Встановлено, що для більшості відвідувачів міських парків характерними є такі організаційні особливості: комбіноване проведення відпочинку (поєднання його активного та пасивного видів); для відпочинку використовуються переважно вихідні та святкові дні; відпочинок зазвичай триває від однієї до більше як трьох годин у другій половині дня. Для залучення населення до активного дозвілля у парковому середовищі доцільно забезпечити: посилення відповідної інформаційно-пропагандистської роботи; покращання матеріально-технічної бази для різних видів фізичної рекреації; організацію роботи груп за «спортивними інтересами»; збільшення кількості кадрів, залучених до здійснення заходів з фізичної рекреації. Активний відпочинок відвідувачів міських парків характеризується одноманітністю та домінуванням різних видів прогулянок з використанням ходьби, рідше – велосипеда та інколи – лиж. Види рухової активності, що реалізуються у міських парках, також є простими й базуються на природних локомоціях (ходьба та біг). Спортивна анімація ще не отримала належної популярності у місцях масового відпочинку населення, зокрема у міських парках.

Стримуючими чинниками впливу на залучення населення до спортивної анімації у міських парках є причини, які обумовлюють пасивне ставлення населення до такого виду фізичної рекреації, а також організаційні перешкоди. Головні такі причини: недостатність відповідної пропаганди та інформування населення; низький рівень особистої культури здоров'я; обмеженість доходів населення; невміння організувати власне дозвілля. Серед організаційних перешкод провідне місце має недостатнє фінансування відповідної роботи з місцевих бюджетів, відсутність фахівців для підготовки та реалізації програм спортивної анімації у міських парках і мала кількість тут спортивних споруд.

Стимулюючі чинники впливу на залучення населення до спортивної анімації у міських парках передбачають посилення відповідної мотивації відвідувачів (формування потреб до здорового способу життя та рухової активності; зняття психічної та фізичної втоми; досягнення належного фізичного стану), інформаційно-заохочувальний вплив засобів масової інформації та отримання задоволення від участі у програмах спортивної анімації. Позитивно впливатиме на участь різних груп населення в реалізації програм спортивної анімації, включення до них рекреаційних рухливих ігор, оздоровчих видів гімнастики, оздоровчої ходьба та бігу. А також залучення до цієї роботи центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх», органів місцевого самоврядування, засобів масової інформації та міських парків.

Основні наукові результати розділу опубліковані у працях [153, 155, 156, 157].

**РОЗДІЛ 4**  
**ТЕОРЕТИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ТА ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА**  
**ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ ТЕХНОЛОГІЇ ПРОЕКТУВАННЯ ТА**  
**РЕАЛІЗАЦІЇ ПРОГРАМ СПОРТИВНОЇ АНІМАЦІЇ У МІСЦЯХ**  
**МАСОВОГО ВІДПОЧИНКУ НАСЕЛЕННЯ**  
**(НА МАТЕРІАЛІ МІСЬКИХ ПАРКІВ)**

**4.1 Теоретичне обґрунтування технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків)**

**4.1.1 Актуалізація необхідності впровадження технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у міських парках.** Системний аналіз підсумків наших досліджень та наукових праць щодо розвитку рекреаційної діяльності у місцях масового відпочинку дав можливість обґрунтувати та розробити технологію проектування та реалізації програм спортивної анімації у міських парках.

Результати проведеного нами констатувального експерименту стосовно особливостей організації відпочинку населення у міських парках вказують на його значні потенційні можливості для удосконалення та підвищення ефективності проведення відвідувачами власного дозвілля, заміщення пасивних форм рекреаційної діяльності. Такий спосіб проведення дозвілля характеризується низьким рівнем організації фізкультурно-оздоровчих заходів та їх недостатньою кількістю, відсутністю належної та своєчасної інформації про проведення відповідних заходів, вадами матеріально-технічного та кадрового забезпечення. Вказані заходи та форми залучення до них відвідувачів міських парків не спричиняють задоволення їх потреб в активному відпочинку та не викликають зацікавленості до рухової активності як ключового чинника здорового способу життя. Зазначена ситуація

актуалізує необхідність теоретичного обґрунтування технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у міських парках.

Для оцінки перспективності такого наукового пошуку та очікувань практики стосовно зазначеної технології було враховано результати проведеного нами дослідження стримуючих та стимулюючих чинників впливу на залучення різних груп населення до спортивної анімації у міських парках, а також взято до уваги думку кваліфікованих фахівців сфери фізичної культури та спорту стосовно цього питання.

Як було зазначено вище (див. підрозділ 3.2.1), у заходах зі спортивної анімації не брала участі абсолютна більшість відвідувачів міських парків (84,2%), хоча значна їх частина (46,2%) вказує на важливість та своєчасність впровадження таких програм у місцях масового відпочинку населення. Окрім цього більша половина експертів (53,6%) оцінюють організацію спортивної анімації у міських парках як незадовільну. Абсолютна більшість опитаних експертів (92,8 %) відзначає необхідність впровадження анімаційних заходів в умовах місць масового відпочинку населення. Майже однотайно фахівці висловлювали свою позицію щодо розуміння важливості програм спортивної анімації, впровадження яких спрямоване на максимальне залучення населення до оздоровчо-рекреаційної рухової активності. При цьому, 53,6 % експертів у своїх відповідях відмітили, що такий напрямок фізкультурно-оздоровчої роботи практично ще не реалізовується у міських парках.

На основі попередньо проведених досліджень нами було виокремлено основні напрями удосконалення роботи з впровадження спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків), а саме:

- 1) наукове обґрунтування та практичне використання технології проектування та реалізації відповідних програм;
- 2) збільшення фінансових ресурсів міських та обласних центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» та посилення їх співпраці з міськими парками;



3) покращення кадрового забезпечення цієї роботи (зокрема, підготовка та використання аніматорів-волонтерів) та створення відповідної матеріально-технічної бази – збільшення кількості загальнодоступних площинних споруд, спортивного інвентарю та обладнання;

4) здійснення агітаційно-пропагандистської роботи через засоби масової інформації й соціальні інтернет-мережі для популяризації спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення, формування зацікавленості у різних груп населення до таких фізкультурно-оздоровчих занять, а також для демонстрації оздоровчих, соціальних та економічних переваг рухової активності під час дозвілля;

5) використання різних видів та форм заохочення відвідувачів парків до активної участі в анімаційних заходах, зокрема надання їм (відвідувачам) інформаційних буклетів, програм, спортивної атрибутики, подарунків, призів тощо.

Для визначеності пріоритетності вказаних напрямів удосконалення роботи з впровадження спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків) нами було організовано проведення експертами ранжирування цих напрямів шляхом визначення їхнього рангу в порядку спадання значущості (оцінка «1» призначалась для найбільш значимого напрямку, а оцінка «5» – для найменш значимого); чим менша сума рангів всіх експертів, тим вища оцінка відповідного напрямку (табл. 4.1).

Найбільш значимим напрямом удосконалення роботи з впровадження спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків) експерти визначили «обґрунтування та використання технології проектування та реалізації спеціальних програм» (сума рангів становить 36), що засвідчує актуальність й доцільність відповідних наукових досліджень. На другому місці – «здійснення необхідної агітаційно-пропагандистської роботи» (сума рангів – 62), а далі з відносно незначним розривом – «збільшення фінансових ресурсів місцевих центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» та посилення їх співпраці з міськими

парками» (сума рангів – 70). Четвертими за значенням експертами оцінено «покращення кадрового забезпечення цієї роботи та створення відповідної матеріально-технічної бази» (сума рангів – 118), на п'ятому місці – «використання різних видів та форм заохочення осіб до участі у відповідних заходах» (сума рангів – 131). Коефіцієнт конкордації Кенделла становив  $W=0,81$ , що свідчить про високий рівень узгодженості зазначених оцінок експертів.  $\chi^2$ -критерій для вказаного коефіцієнта конкордації дорівнював 90,72, що підтверджує високу статистично значиму узгодженість думок експертів ( $p \leq 0,01$ ).

Таблиця 4.1

**Експертна оцінка напрямів удосконалення роботи з впровадження  
спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення  
(на матеріалі міських парків), n=28**

Напрями	Сума рангів, $\Sigma$	Місце
Обґрунтування та використання технології проектування та реалізації спеціальних програм	36	1
Здійснення необхідної агітаційно-пропагандистської роботи	62	2
Збільшення фінансових ресурсів місцевих ЦФЗН «Спорт для всіх» та посилення їх співпраці з міськими парками	70	3
Покращення кадрового забезпечення цієї роботи та створення відповідної матеріально-технічної бази	118	4
Використання різних видів та форм заохочення осіб до участі у відповідних заходах	131	5

Примітка:  $\Sigma$  – сума рангів, чим менше сума рангів, тим вище місце (оцінка) експертів

Отже, доцільність впровадження технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у міських парках підтвердилась результатами

констатувального експерименту, експертного оцінювання та зумовлена такими чинниками:

- наявністю кризового стану у дозвіллевій практиці, що підтверджується невідповідністю між потребами населення та реальними можливостями їх задоволення, між ціннісними орієнтаціями, духовними інтересами та реальним змістом заходів, які проводяться;
- зростаючою потребою у проведенні активного дозвілля, що не задовольняється існуючими підходами та послугами, які характеризуються недоліками методичного, ресурсного та кадрового забезпечення, а це призводить в основному до пасивного відпочинку громадян;
- посиленням тенденції до зниження культури проведення вільного часу у місцях масового відпочинку, що вимагає створення сприятливих умов для організації активного дозвілля, яке забезпечить залучення різних груп населення до відповідної рекреаційної діяльності для реалізації можливостей кожного відвідувача.

**4.1.2 Теоретичний аналіз базових положень щодо розробки технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у міських парках.** Необхідною передумовою розробки технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у міських парках є визначення базових положень цього процесу.

Технологія в системі освіти трактується як «науковий опис засобів і методів педагогічного процесу, який веде до наперед запланованого результату». Центральна проблема розробки технології навчання вбачається у правильному визначенні та чіткому формулюванні цілей відповідного процесу, які проектують (передбачають) одержання результату. До вказаних технологій, крім цілей, входить визначення умов і процедур, за допомогою яких можна досягти саме такого результату [72].

На основі аналізу сучасних наукових досліджень підкреслюється, що педагогічна технологія – це науково обґрунтована системна модель діяльності вчителя, яка містить опис алгоритму його дій з розв’язання певної навчально-виховної проблеми [163].

У сфері фізичної культури і спорту технологія соціальних процесів передбачає визначення алгоритму послідовного здійснення певних технологічних операцій (типових дій, процедур тощо), реалізація яких забезпечує очікуваний результат (досягнення визначеної мети та завдань) в умовах перманентної зміни внутрішнього та зовнішнього середовища соціальної системи [66, 68].

Проектування – це спосіб освоєння й перетворення дійсності, що відрізняється необхідністю діяти в умовах неповної інформації, вибору альтернативних засобів системного розгляду об’єктів і процесів. У наукових джерелах [12, 105, 135, 162] подані критерії, яким повинна відповідати технологія проектування системи рекреаційної діяльності:

- наукової обґрунтованості;
- професійної компетентності суб’єктів рекреаційного процесу;
- системності й структурності: рекреаційна діяльність повинна являти собою цілісний і послідовний процес, елементи якого взаємозалежні та взаємозумовлені;
- економічності й ефективності – гарантованого досягнення запланованих результатів рекреаційної діяльності при оптимальному рівні ресурсного забезпечення;
- керованості – можливості внесення необхідних змін, варіювання засобами й методами, параметрами навантаження та відпочинку з метою поточного й етапного корегування процесу і досягнення результатів занять;
- відтворюваності – можливості тиражування (повторного відтворення) технології проектування іншими суб’єктами.

Методологічними підставами для проектування оздоровчо-рекреаційної діяльності виступають [12, 14]:

системний підхід, що дозволяє уявити процес діяльності як цілісне явище, що розвивається в єдності, ієрархічній послідовності та упорядкованості безлічі системно-структурних елементів;

нормативно-цільовий підхід, що передбачає постановку цілей, проектування структури, змісту й результатів діяльності щодо загальноприйнятних сценаріїв і норм;

особистісно-орієнтований підхід, що дозволяє формувати й практично реалізовувати спрямованість процесу оздоровчо-рекреаційних занять на розвиток особистої фізичної культури й культури здоров'я індивідуума.

У ході розроблення технології проектування рекреаційної діяльності необхідно враховувати принципи добровільності, доступності, відповідності місцевим умовам, інтересу та системності [12].

Наслідком технологічного процесу проектування рекреаційної діяльності є програма, її зміст. Відповідно до Тлумачного словника української мови [203] одне із значень слова «програма» трактується як «наперед продуманий план якої-небудь діяльності, роботи і таке інше».

У літературних джерелах [120, 198, 212, 213] охарактеризовані основні концептуальні положення впровадження фізичної рекреації, що можуть бути екстрапольовані на створення програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку, а саме: соціальна актуальність, цілеспрямованість, інформативність, цільова аудиторна спрямованість, емоційне наповнення, комфортність, безпечність, доступність, варіативність змістовної частини та креативність.

У туризмології [209] сформовані такі вимоги до програм анімаційного впливу:

мають спонукати до зовнішньої активності особистості в процесі реалізації часу, відведеного на дозвілля;

задоволення потреби рекреантів до самовираження;

заохочення осіб до розвитку своїх вмінь;  
спрямування розваг у позитивному напрямі;  
позбавлення від щоденних проблем та стресів;  
зміна іміджу рекреанта та зняття напруженості;  
отриманні додаткових знань у сфері рекреації.

Як зазначають вказані дослідники [209], щоб програми анімаційного впливу відповідали цим критеріям, їх слід змінювати протягом сезону за змістом, інтенсивністю, часом проведення та іншими параметрами. Зміст програми залежить від кадрового забезпечення та матеріально-технічної бази, яка насамперед має підтримувати безпеку рекреантів. Головне завдання анімаційної програми вбачається у створенні «прекрасного настрою» відпочиваючим, дружнього настрою у відношеннях між ними та аніматорами й приємних вражень від дозвілля і бажання повернутись ще раз до участі в такій програмі.

Характерними ознаками анімаційної діяльності, обумовленими специфікою дозвілля, являються такі: відповідна діяльність здійснюється у вільний час; відрізняється свободою вибору, добровільністю, активністю, ініціативою як однієї людини, так і різних соціальних груп; обумовлена національними, релігійними, регіональними особливостями і традиціями; характеризується різноманіттям видів рухової активності на базі різних інтересів та мотивів дорослих, молоді та дітей; відрізняється глибокою особистісною зацікавленістю; носить гуманістичний, культурологічний, розвиваючий, оздоровчий і виховний характер. Процес сприйняття анімації залежить від вікових (стать, вік учасників), соціальних (соціальний статус, рівень освіченості) та психологічних (психоемоційний стан на момент реалізації програм) особливостей рекреантів. Якість надання послуг визначається задумом анімаційних програм, впровадженням нових форм організації відпочинку та розваг, великим арсеналом засобів та способів реалізації програм [21, 171, 209].

Враховуючи, що кінцевим результатом проектування рекреаційної діяльності, як зазначалось вище, є програма, то логічним є виділення окремо особливостей її реалізації. В сучасних умовах, на наш погляд, технологія має передбачати два алгоритми технологічних операцій: проектування програми та реалізації програми.

На думку Н. В. Ковальнової [105] реалізаційний рівень є складовою технології проектування позакласної роботи старшокласників з фізичного виховання і включає компоненти, які відображають послідовність та смислове значення етапів проектування.

Для застосування засобів рекреаційної діяльності у практиці фізкультурно-спортивного клубу К. Г. Пацалюк [162] пропонує дотримуватись ряду вимог і правил:

вибір засобів завжди залежить від мети якого-небудь заходу, саме ціль визначає засіб;

кількість і характер обраних засобів впливу повинні відповідати завданням, недолік засобів та їхній надлишок однаково шкідливі;

інструктор повинен досконало оволодіти методикою застосування засобів, знати їхні слабкі й сильні сторони;

наявні в розпорядженні засоби повинні бути завжди «під рукою» та у повній справності.

Анімаційна діяльність потребує якісного кадрового забезпечення. Оскільки сфера дозвілля є зоною емоційно позитивних переживань особистості, то своєрідність аніматора криється в його природньому оптимізмі, почутті гумору, артистизмі, комунікативній культурі, високому розвитку інтелектуально-емоційної культури [209].

Беручи до уваги, що технологія в анімаційній діяльності має забезпечувати досягнення запланованого результату (мети діяльності), обґрунтування такої технології доцільно здійснювати шляхом об'єднання в одну систему декомпозиції основної цілі та технологічних операцій.

Вказана гіпотеза базується на сучасному розумінні технологічної побудови освітнього процесу, що передбачає послідовну орієнтацію на чітко визначені цілі, досягнення яких може бути діагностовано. Для того, щоб суб'єкти освітнього процесу діяли технологічно, вказується, що їм необхідно чітко визначати структуру процесу досягнення мети та послідовність використання для цього відповідних засобів [198].

У соціальних системах, як особливо складних, досягнення головної цілі (мети) здійснюється шляхом реалізації серії більш простих та взаємопов'язаних цілей, що дозволяє сформувати ієрархію цілей від найвищої до найнижчої. Супідрядність цілей для наочності подається у вигляді так званого “дерева цілей”, яке дозволяє системно показати порядок руху до мети шляхом досягнення цілей нижчого рівня. Рекомендовані такі основні вимоги до якості цілей: віддзеркалення протиріччя між наявною ситуацією та реальними суспільними потребами; досяжність та реалістичність, несуперечність закономірностям самоорганізації; зрозумілість викладення; вимірюваність рівня досягнення за певними одиницями характерних ознак; кількісне оформлення в показниках, що базуються на вибраних критеріях. Важливу роль у визначенні та досягненні мети відіграють: несуперечність та сумісність цілей різних ієрархічних рівнів; зворотній зв'язок у процесі функціонування системи; можливість перевірки та корекції взаємодій; застосування стимулів за узгоджену діяльність та штрафних санкцій за зривання цілісного функціонування. Цілі соціальної системи є домінантою визначення шляхів і засобів їх досягнення, структури системи, організації її функціонування і реалізації управління нею. Крім цього, доцільно враховувати, що цілі соціальної системи є одночасно важливими як для розвитку конкретної людини, так і суспільного поступу загалом [66].

Таким чином, нами здійснено аналіз базових положень технологізації впровадження спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення, що об'єднують: сучасне трактування основних понять (технологія,



проектування, реалізація, програма); методологічні підстави та принципи розроблення технологій проектування та реалізації програм спортивної анімації; вимоги та характерні ознаки програм анімаційного впливу; обґрунтування поєднання у структурі вказаної технології декомпозиції основної цілі та технологічних операцій.

**4.1.3 Структура технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків).** На основі проведеного опитування відвідувачів міських парків, експертної оцінки та теоретичного аналізу базових положень нами запропоновано технологію проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків), що подана на рис. 4.1.

Теоретико-методологічною основою технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків) є базові положення технологізації впровадження спортивної анімації у зазначених місцях, що наведені нами вище (див. 4.1.2).

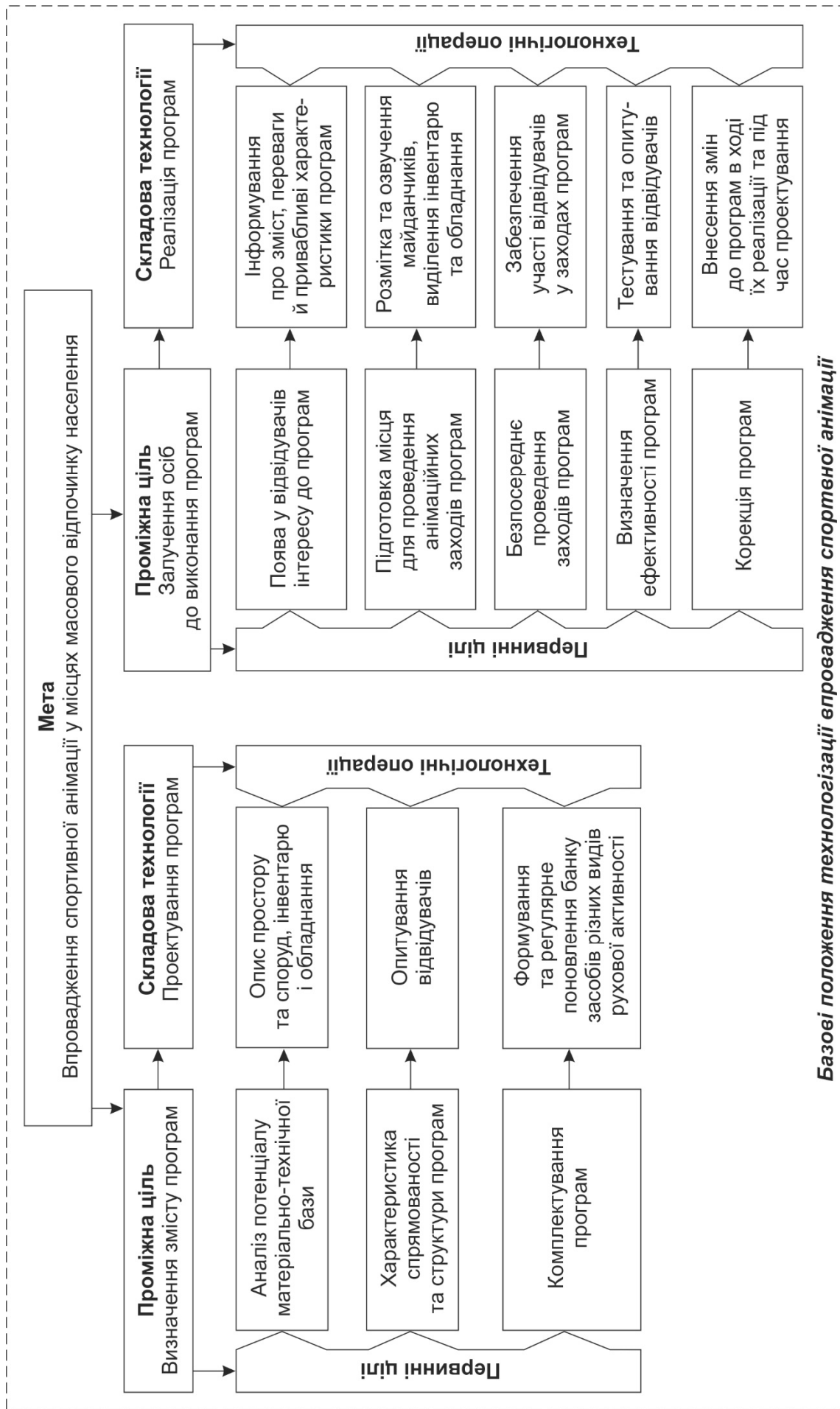
Мета (основна ціль) розробленої технології – впровадження спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення, зокрема у міських парках, для підвищення рівня оздоровчо-рекреаційної рухової активності особи й на цій основі покращення її фізичного та психічного стану й залучення до здорового способу життя.

Для досягнення цієї мети її доцільно розділи на дві проміжні цілі:

- 1) визначення змісту програм спортивної анімації;
- 2) залучення осіб до виконання програм спортивної анімації.

Зазначені цілі обумовлюють потребу у двох відповідних складових розробленої технології:

- 1) проектування програм спортивної анімації;
- 2) реалізація програм спортивної анімації.



*Базові положення технологізації впровадження спортивної анімації*

Рис. 4.1 Технологія проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків)

Для кожної із вказаних проміжних цілей запропоновано первинні цілі, які у свою чергу детермінують адекватні технологічні операції. Зокрема, визначення змісту програм спортивної анімації (перша проміжна ціль), що здійснюється в процесі проектування вказаних програм (перша складова технології), передбачає такі первинні цілі і обумовлені ними – технологічні операції:

- здійснення аналізу потенціалу існуючої матеріально-технічної бази місць масового відпочинку населення, зокрема міських парків, для спортивної анімації досягається шляхом ознайомлення та опису простору та споруд у цих місцях, а також інвентарю та обладнання, які можуть бути використані для спортивної анімації;
- наведення характеристики спрямованості та структури програм спортивної анімації з урахуванням вікових та статевих особливостей відвідувачів місць масового відпочинку населення, зокрема міських парків, – проведення опитування відвідувачів цих місць на вказаний предмет, а також для виявлення їх відповідних інтересів та потреб;
- комплектування програм спортивної анімації засобами та методами з урахуванням інтересів та потреб відвідувачів місць масового відпочинку населення, зокрема міських парків, – опис конкретної програми для вказаних відвідувачів певних статево-демографічних характеристик з використанням банку засобів різних видів рухової активності; цей банк необхідно сформувати та регулярно поновлювати з урахуванням специфіки спортивної анімації.

У програмах спортивної анімації зазначається: вік та стать відвідувачів; місце проведення, розклад та спрямованість окремих занять; перелік засобів та методів їх використання, хронометраж занять; функції аніматорів; перелік необхідного інвентарю та обладнання.

Програми спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення, зокрема у міських парках, доцільно щорічно розраховувати на два

п'ятимісячні сезони – літній (травень-вересень) та зимовий (листопад-березень), а у квітні та жовтні – здійснювати зазначені вище технологічні операції, що спрямовані на визначення змісту програм спортивної анімації на наступний вказаний сезон.

У межах однієї програми спортивної анімації плануються анімаційні заходи у вихідні та святкові дні, а саме в їх другій половині після 15.00. Тривалість одного заняття від 60 до 90 хвилин.

За статево-демографічними критеріями програми спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення, зокрема у міських парках, диференціюються для: сімей з дітьми 6–8 або 8–10 років; осіб молодіжного віку (комплексні; окремо для дівчат та окремо для юнаків); осіб зрілого віку (комплексні; окремо для жінок та окремо для чоловіків); осіб похилого віку (комплексні; окремо для жінок та окремо для чоловіків).

Другій проміжній цілі – залучення осіб до виконання програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення, зокрема у міських парках, відповідає друга складова технології – реалізація програм спортивної анімації. Досягнення цієї цілі передбачає такі первинні цілі та обумовлені ними технологічні операції:

- поява у відвідувачів місць масового відпочинку населення, зокрема у міських парках, інтересу до програм спортивної анімації досягається шляхом їх інформування про зміст, переваги й привабливі характеристики програм спортивної анімації; для цього доцільно використовувати різні канали поширення інформації: засоби масової інформації, насамперед місцеві радіостанції та соціальні мережі в Інтернеті; носії зовнішньої реклами (білборди, сітілайти, громадський транспорт тощо); радіомережу та інформаційні стенди у міських парках; волонтерів, які будуть ходити територією парку і у доброзичливій та веселій формі запрошувати відвідувачів взяти участь в анімаційних заходах;

- підготовка місця для проведення анімаційних заходів програм – проведення розмітки та озвучення майданчиків, що будуть використовуватись для реалізації програм, виділення необхідного інвентарю та обладнання для цього;
- безпосереднє проведення заходів програм спортивної анімації – забезпечення участі відвідувачів місць масового відпочинку населення, зокрема міських парків, які виявили бажання, в анімаційних заходах, зміст та розклад яких визначено у відповідній програмі;
- визначення ефективності програм спортивної анімації – здійснення оцінки рівня задоволеності учасників програм спортивної анімації, частоти їх участі в анімаційних заходах у межах відповідних програм, рівня оздоровчо-рекреаційної рухової активності, психічного та фізичного стану, ведення здорового способу життя; для цього використовуються інформативні методики та тести до початку реалізації програми, у формі оперативного контролю після кожного заняття (рівень задоволеності та частота участі у заходах), етапного контролю через 10-12 тижнів виконання програми, підсумкового – після завершення реалізації програми (5 місяців);
- корекція програм спортивної анімації – внесення змін до змісту, місця проведення та розкладу заходів у межах вказаної програми в разі потреби може здійснюватися як у процесі її реалізації на основі даних оперативного та етапного контролю, так і після завершення з використанням аналізу результатів підсумкового контролю під час проектування аналогічної програми для нового сезону.

Запропонована технологія проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення призначена для використання місцевими центрами фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх». Враховуючи обмежені ресурсні можливості цих центрів та керуючись необхідністю їх оптимального використання виправданим для них буде

залучення до використання запропонованої технології команд волонтерів, яких центрам треба відбирати та готувати разом з відповідними вищими навчальними закладами або громадськими організаціями.

Команді волонтерів при місцевих центрах фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» для впровадження спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення, зокрема у міських парках, мають бути притаманні такі якісні характеристики як: фаховість, узгодженість, підпорядкованість і координованість діяльності.

Для обслуговування однієї програми спортивної анімації така команда повинна мати відповідну організаційну структуру (рис. 4.2) та орієнтовно нараховувати 8-12 волонтерів.

Місцевий центр фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» через одного зі своїх фахівців здійснює спрямування роботи вказаної команди волонтерів, виділення для неї необхідних матеріально-технічних ресурсів та забезпечення їх взаємодії з відповідальними працівниками місць масового відпочинку населення, зокрема міських парків.



Рис. 4.2 Організаційна структура команди волонтерів ЦФЗН «Спорт для всіх» для впровадження спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення

Діяльність команди волонтерів місцевих центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» для впровадження спортивної анімації у місцях масового відпочинку організовує та координує її менеджер – викладач або

студент старших курсів чи здобувач освітнього ступеня магістр. Окрім цього зазначена команда волонтерів об'єднує:

проектувальників – дві-три особи, які виконують такі технологічні операції: ознайомлення та опис простору та споруд місць масового відпочинку населення, зокрема міських парків, а також інвентарю та обладнання, які можуть бути використані для спортивної анімації; формування та регулярне поновлення банку засобів різних видів рухової активності, що можуть використовуватись у спортивній анімації; опитування відвідувачів місць масового відпочинку населення, зокрема міських парків, на предмет спрямованості, структури та змісту програм спортивної анімації, а також для виявлення відповідних інтересів та потреб цих осіб; розроблення для відвідувачів вказаних місць програм спортивної анімації; здійснення оцінки рівня задоволеності осіб, залучених до програм спортивної анімації, частоти їх участі у заходах цих програм, рівня рухової активності, психічного та фізичного стану, ведення здорового способу життя; внесення змін до змісту та розкладу заходів у межах програми спортивної анімації як в процесі її реалізації, так і під час проектування аналогічної програми для нового сезону;

агітаторів – дві-три особи, які використовуючи різні канали поширення інформації для емоційно привабливого повідомлення відвідувачам місць масового відпочинку населення, зокрема міських парків, про зміст та переваги програм спортивної анімації;

технічний персонал – одна-дві особи, які готують майданчики (розмітка, озвучення, музикальний супровід, інвентар та обладнання) для проведення анімаційних заходів;

спортивних аніматорів – три-чотири особи, які безпосередньо проводять анімаційні заходи, зміст та розклад яких визначено у відповідній програмі, для відвідувачів місць масового відпочинку населення, зокрема міських парків.

Формування вказаної команди волонтерів доцільно здійснювати з кращих студентів, які мають схильність до виконання зазначених функцій та здобувають вищу освіту за спеціальністю «017 Фізична культура і спорт». Для підвищення мотивації студентів доцільним вбачається їх роботу у вказаній команді передбачити як форму практичної підготовки за вибором здобувачів вищої освіти. Менеджеру команди потрібно регулярно здійснювати інструктивні бесіди з членами команди щодо їх роботи з впровадження спортивної анімації, а також надавати необхідні консультації з цих питань.

Отже, для використання технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення, зокрема у міських парках, місцевим центрам фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» необхідно здійснити низку організаційних заходів:

- 1) укладання угод про співробітництво з міськими парками, де буде здійснюватись провадження спортивної анімації;
- 2) укладання угод про співробітництво з партнером (вищим навчальним закладом, в якому здійснюється підготовка здобувачів вищої освіти за спеціальність «017 Фізична культура і спорт», або громадською організацією фізкультурно-спортивної спрямованості) щодо створення команди волонтерів для участі у проектуванні та реалізації програм спортивної анімації;
- 3) здійснення фінансових розрахунків вартості використання вказаної технології та визначення джерел покриття затрат.

Запропонована технологія проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків) рекомендована для впровадження у практичну діяльність місцевих центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх».



## **4.2 Ефективність технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків)**

З метою визначення ефективності технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків) було проведено перетворювальний педагогічний експеримент на базі Івано-Франківського обласного центру фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх», Івано-Франківського міського парку імені Т. Г. Шевченка та Івано-Франківського коледжу фізичного виховання Національного університету фізичного виховання і спорту України.

**4.2.1 Проектування та реалізація програм спортивної анімації у міському парку для сімей з дітьми 8–10 років.** Використовуючи запропоновану технологію (див. 4.1.3) нами було здійснено визначені технологічні операції для проектування та реалізації програми спортивної анімації у міському парку для сімей з дітьми 8–10 років.

*Перша технологічна операція – ознайомлення та опис простору, споруд, інвентарю та обладнання, які можуть бути використані для спортивної анімації.* Для програми спортивної анімації було обрано Івано-Франківський міський парк відпочинку імені Т. Г. Шевченка, який є парком-пам'яткою садово-паркового мистецтва та має статус дендрологічного парку. Він займає площу 24,4 га і є повністю пішохідним.

Для спортивної анімації можуть бути використані прогулянкові зони цього парку (центральні та пішохідні алеї) та зони для активного відпочинку, які включають стадіон, спортивні майданчики, дитячі сектори відпочинку, «альпін-парк» та літню сцену.

У вказаному парку є таке загальнодоступне обладнання для спортивної анімації: прості тренажерні конструкції (перекладина (поперечина), шведська стінка, горизонтальна драбина, паралельні бруси тощо); дитяче ігрове обладнання (гральний лабіринт, дитячі конструктори, гральні доріжки,

стаціонарні килимки з фігурками, гірки та гойдалки) та обладнання для «альпін-парку» (підвісні лінії перешкод, канатні тарзанки, драбини, мости тощо).

*Друга технологічна операція – проведення опитування відвідувачів міського парку для визначення спрямованості програми спортивної анімації з урахуванням їх віку, статі, інтересів та потреб.* Нами використано результати опитування, проведеного на етапі констатуючого експерименту (див. Розділ 3), оскільки у ньому брали участь відвідувачі цього ж Івано-Франківського міського парку імені Т. Г. Шевченка. Враховуючи, що рівень пріоритетності спортивної анімації за віковими та статевими показниками найвищий у чоловіків і жінок юнацького та зрілого віку, та беручи до уваги важливість збереження та примноження сімейних цінностей, прийнято рішення здійснити проектування та реалізацію програми спортивної анімації для сімей з дітьми 8–10 років. Серед їх інтересів та потреб виділяється необхідність ведення здорового способу життя, збільшення рухової активності оздоровчо-рекреаційної спрямованості, зняття фізичної та психічної втоми, досягнення належного фізичного стану та отримання задоволення від участі в анімаційних заходах. З поміж популярних засобів активного відпочинку вказана категорія відвідувачів міських парків віддають перевагу рекреаційним рухливим іграм, конкурсам та естафетам, а також оздоровчим видам гімнастики (насамперед різним варіантам танцювальної аеробіки). Доцільно використовувати, хоча і в менших обсягах такі засоби як вправи зі спортивних ігор та елементів активного туризму.

*Третя технологічна операція – опис програми спортивної анімації для сімей з дітьми 8–10 років.* Програма була розрахована на літній сезон (травень–вересень) 2015 року і передбачала проведення анімаційних заходів у вихідні та святкові дні (загалом 47 занять) у їх другій половині після 15.00. Для кожного заняття було вказано перелік конкретних заходів, їх тривалість, місце проведення та функції членів команди волонтерів. У Додатку Д наведено приклад такого окремого заняття. Для формування та задоволення

інтересу батьків і дітей до участі у цих заняттях здійснювалась урізноманітнення анімаційних заходів, що використовувались у зазначеній програмі спортивної анімації (Додаток Е). Було сформовано та забезпечено оновлення банку відповідних засобів оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Вказану технологічну операцію технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків) здійснювали волонтери-проектувальники.

*Четверта технологічна операція – інформування батьків та дітей 8–10 років про зміст, переваги й привабливі характеристики програми спортивної анімації у міському парку.* Для поширення відповідної інформації Івано-Франківський обласний центр фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» співпрацював з радіостанціями «Західний полюс», «Радіо 24» та радіо «Люкс FM», місцевими телеканалами «Галичина» та «3 Студія», а також використовував можливості ресурсів Інтернету.

При вході до міського парку були розташовані інформаційні щити про заняття програми спортивної анімації, час і місце їх проведення. Волонтери-агітатори надавали консультативну допомогу відвідувачам парку, розповсюджували засоби наочної агітації (листівки та флаєра тощо), а також усно закликали до участі у відповідних заходах.

*П'ята технологічна операція – розмітка та озвучення майданчиків, виділення інвентарю та обладнання.* Розмітка майданчика проводиться перед проведенням анімаційного заходу технічним персоналом команди волонтерів. Нескладну розмітку здійснюють спортивні аніматори одночасно з поясненням змісту та правил заходу. Межі майданчика повинні бути чіткими, добре помітними, з чітко окресленими лініями. Визначаючи межі майданчика, необхідно дотримуватись правил техніки безпеки. Такі межі повинні бути віддалені не менше, ніж на три метри від обмежувальних або інших сторонніх предметів. Не рекомендується розмічати майданчик канавками, кілочками, планками, які виступають.

З метою озвучення майданчиків користувались автономними аудіо підсилювачами, зокрема ручними мегафонами.

Для проведення занять спортивної анімації використовувались прапорці, стійки, кольорові фішки, пов'язки або жилети, м'ячі різних розмірів, гімнастичні палиці, кеглі, обручі, скакалки, канати та інші. Вказаний інвентар відповідав таким вимогам: безпечності (без гострих кутів, виступаючих гвіздків тощо); адекватності (за вагою і розміром відповідати можливостям учасників; бути яскравим та добре помітним) санітарно-гігієнічним (необхідно протирати перед початком заняття та слідкувати за його станом); доступності (у відповідності до правил гри та з врахуванням кількості учасників інвентар повинен бути у достатній кількості та поруч із місцем проведення заходів). Виділення вказаного інвентарю здійснювалось Івано-Франківським центром фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх».

Інвентар роздавався учасникам заняття програми спортивної анімації або розставлявся на визначених місцях тільки після пояснення змісту та правил заходу, оскільки передчасна його видача могла відволікати увагу батьків та дітей. До цієї роботи залучався технічний персонал команди волонтерів.

*Шоста технологічна операція – забезпечення участі відвідувачів міського парку (батьків та дітей 8–10 років) у заняттях програми спортивної анімації.* Заняття проводяться спортивними аніматорами команди волонтерів відповідно до опису занять програми спортивної анімації, здійсненого під час третьої технологічної операції.

Розподіл учасників на команди може проводитися різними способами, а саме: на розсуд спортивного аніматора, за розрахунком та за призначенням капітанів. Капітани можуть обиратися за домовленістю або за допомогою лічилок. Перед початком проведення заходу спортивним аніматорам необхідно звернути увагу на організацію учасників. Учасників анімаційної програми розташовують так, щоб вони добре бачили і чули аніматорів. Для цього використовують такі способи шиккування учасників: у шеренгу (дві,

три, чотири); у коло (учасники стають у коло, а аніматор – на лінії кола, між учасниками); у дві шеренги, одна навпроти іншої (аніматор розташовується на фланзі між шеренгами); у дві (або більше) колони (аніматор розташовується перед колонами, в яких найнижчі учасники стоять на першому місці); довільне розташування – учасники розташовуються довільно в межах того майданчика, на якому будуть проводитись анімаційні заходи. При цьому спортивні аніматори повинні враховувати джерело освітлення (учасників шикують обличчям проти сонця); враховувати спосіб шиккування, яке б було зручне для переміщення, витрачаючи на це мінімум часу. На пояснення витратити мінімум часу (розповідь повинна бути короткою, чіткою, логічною та послідовною); оголосити назву гри, функції гравців і місця їх розташування, хід гри, її правила та результат гри; застосовувати розповідь за умови, якщо гра (конкурс, змагання) використовується вперше, надалі можна нагадувати лише основні моменти та правила; розповідь супроводжувати демонстрацією, яка може бути фрагментарною та з'ясувати, чи всі учасники зрозуміли зміст і правила.

В ході проведення анімаційного заходу спортивні аніматори здійснюють хронометраж, спостерігають за діями учасників, контролюють дотримання визначених правил, виправляють помилки та надають вказівки щодо правильності виконання індивідуальних і колективних дій, коригують етичність у поведінці учасників, регулюють навантаження та стимулюють необхідний рівень змагань впродовж всього заходу. Тривалість загальної руханки складає 10–15 хвилин, рухливих ігор – 8–10 хвилин, танцювальних вправ – 20–30 хвилин, у спортивних іграх проводяться тайми по 10 хвилин зі зміною учасників (команд). Рівень навантаження визначається за загальноприйнятими об'єктивними та суб'єктивними ознаками.

Разом із цим, регулювати навантаження в анімаційному заході можна шляхом: збільшення (зменшення) поля заходу; зміни числа його учасників; зміни характеру рухів або їх інтенсивності; зміни правил; зменшення (збільшення) загального часу заходу, а також кількості повторів; зупинки для

вказівок на допущені помилки; пауз для відпочинку; перерозподілу обов'язків, перестановки та зміни місць для учасників.

Для здійснення суддівства можна використовувати свисток, голос, прапорець. При визначенні результатів необхідно враховувати не тільки швидкість, але і якість виконання того чи іншого завдання, про що учасників попереджають заздалегідь. Помилки, яких припускаються учасники, можна прирівнювати до секунд, метрів – як штрафні бали, що додаються до загального результату. Засобами заохочення можуть виступати призначення додаткових балів за якість виконання, надання кращим командам деяких переваг, висунення кращих гравців на роль капітана. Підрахунки результатів повинні бути наочними. Для цього необхідно систематично повідомляти про зміни в рахунку гри і час до її закінчення. Оголошувати результат необхідно лаконічно, без привілей для окремих гравців.

*Сьома технологічна операція – тестування та опитування учасників занять програми спортивної анімації.* Для визначення ефективності вказаних програм проєктувальники з команди волонтерів здійснюють контрольні заходи до початку реалізації програм, під час її проведення та після її завершення. Основними формати контролю виступають:

- оперативний контроль – здійснюється після кожного анімаційного заняття, при цьому визначається рівень задоволеності осіб, кількість залучених до анімаційних програм та частота їх участі в анімаційних заходах та з'ясовуються нові інтереси та побажання відвідувачів;
- етапний контроль – здійснюється через 10–12 тижнів виконання програми; до уваги беруться показники психоемоційного і функціонального стану організму, рухової активності та виявлення змін у веденні здорового способу життя тих, хто приймає участь у анімаційних заходах; перевіряється ефективність засобів, методів та організаційних форм;
- підсумковий контроль – здійснюється після завершення програми (5 місяців); при цьому співставляються вихідні показники кількості

залучених до анімаційних програм та частоти їх участі в анімаційних заходах, змін у веденні здорового способу життя, рівня задоволеності, рівня рухової активності, фізичного і психоемоційного стану осіб, які брали участь в програмі спортивної з такими ж показниками, які були зафіксовані в ході оперативного та етапного контролю.

Рівень задоволеності від участі у заняттях програм спортивної анімації визначався шляхом проведення анкетування за методикою В. А. Ядова [229]. Кількість залучених до програми спортивної анімації та частота їх участі у відповідних заняттях оцінювались за спеціальними протоколами відвідування. Рівень оздоровчо-рекреаційної рухової активності учасників експерименту визначався за модифікованою анкетною International Physical Activity Questionnaire [247]. Для аналізу психоемоційного стану батьків та дітей, залучених до програми спортивної анімації, використовувалась методика «САН» [22]. Фізичний стан оцінювався шляхом встановлення індексу маси тіла (ІМТ) за стандартною методикою [258], а також за показниками фізичної підготовленості (для батьків: нахил тулуба вперед з положення сидячи; стрибок у довжину з місця; піднімання тулуба в сід за 30 с; підтягування на перекладені (для чоловіків) та згинання і розгинання рук в упорі, лежачи на підлозі (для жінок); 12-хвилинний тест Купера; для дітей: стрибок у довжину з місця; нахил тулуба вперед з положення сидячи; човниковий біг 3 x 10м; згинання і розгинання рук в упорі, лежачи на підлозі; 6-хвилинний тест Купера) та за функціональними показниками (для батьків: індекс Скібінського [183] та Бельгійський тест [28, 181]; для дітей: проба Руф'є [89] та оцінка адаптаційно-резервних можливостей організму [51]). З метою діагностики ведення батьками здорового способу життя було використано опитувальник-анкету «Орієнтовна оцінка здорової поведінки» [44, 22].

*Восьма технологічна операція – внесення змін до змісту та розкладу занять у межах програма спортивної анімації, яка реалізується, та під проектування такої програми на наступний сезон. Відповідно до показників*

оперативного та етапного контролю проектувальники команди волонтерів вносили корективи у підбір заходів, методів та організаційних форм для подальших занять програми спортивної анімації. За підсумками реалізації цієї програми впродовж було сформовано рекомендації щодо спрямованості, розкладу та характеристики рекреаційних заходів для занять програми спортивної анімації нового сезону.

Для реалізації вказаних технологічних операцій Івано-Франківським обласним центром фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» було сформовано команду волонтерів з числа студентів Івано-Франківського коледжу фізичного виховання Національного університету фізичного виховання і спорту України у кількості 12 осіб. Вказана команда об'єднувала: менеджера, двох проектувальників, трьох агітаторів, двох представників технічного персоналу та чотирьох спортивних аніматорів. Відбір волонтерів та розподіл функцій між ними здійснювався представниками зазначеного центру та коледжу на основі проведених співбесід з претендентами та з урахуванням їх інтересів та рівня підготовленості.

**4.2.2 Результати експериментального використання технології проектування та реалізації програми спортивної анімації у міському парку для сімей з дітьми 8–10 років.** Для визначення ефективності використання технології проектування та реалізації програм спортивної анімації нами був проведений перетворювальний педагогічний експеримент. Учасниками експерименту були відвідувачі міського парку з дітьми 8–10 років, у кількості 22 сімей. Середній вік батьків становив  $32,6 \pm 2,98$  років. Загальна кількість дітей – 32 особи, серед яких 15 дівчат та 17 хлопчиків, середній вік яких –  $9,2 \pm 0,82$  років.

Ефективність запропонованої технології визначалась на основі комплексної педагогічної, соціологічної, психологічної та функціональної діагностики учасників до, під час та після експерименту.

Одним із основних показників ефективності запропонованої технології було визначення рівня задоволення від участі у програмі спортивної анімації.



На основі отриманих результатів нами виявлено, що рівень задоволення батьків зростав у відповідності до логарифмічної моделі (рис. 4.3)

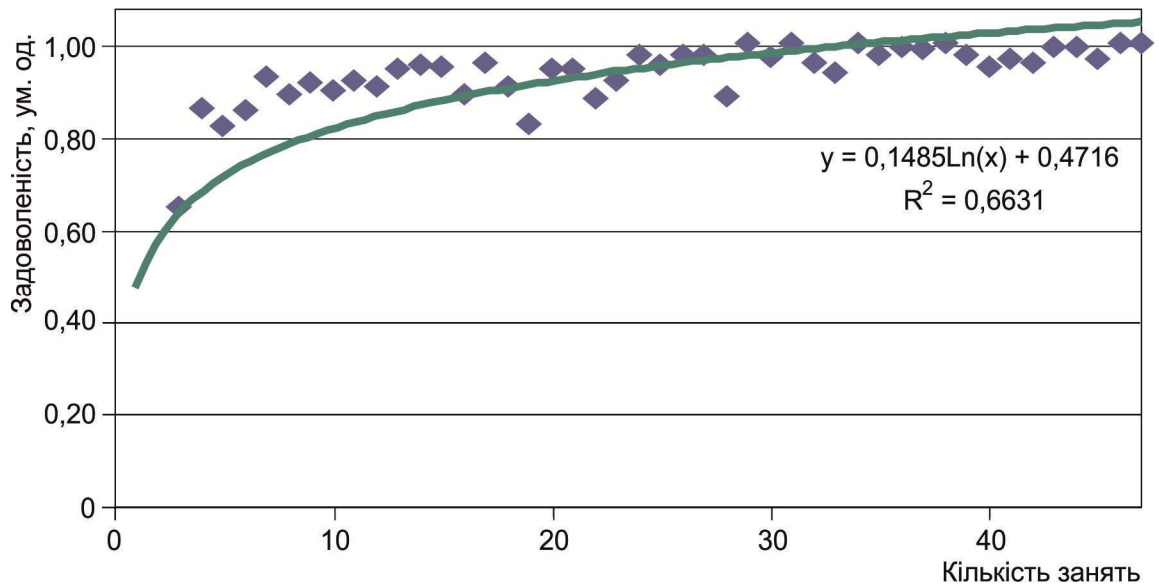


Рис. 4.3 Логарифмічна модель рівня задоволення батьків (n=44) під час відвідування анімаційних занять

Разом із цим, на початку експерименту у дорослих був зафіксований найнижчий показник рівня задоволення. Однак, після 8–10 заняття спостерігалась позитивна динаміка його зростання і до завершення експерименту показник залишався стабільним. При цьому середнє значення рівня задоволення батьків становило  $0,90 \pm 1,16$  ум.од. У жінок рівень задоволення був дещо вищим  $0,91 \pm 0,16$  ум.од., ніж у чоловіків ( $0,89 \pm 0,17$  ум.од.), що обумовлюється їхньою підвищеною природною емоційністю.

Рівень задоволення дітей від участі у програмі спортивної анімації мав тенденцію до зростання відповідно до лінійної моделі (рис. 4.4). При цьому середнє значення становило  $0,86 \pm 0,10$  ум.од.

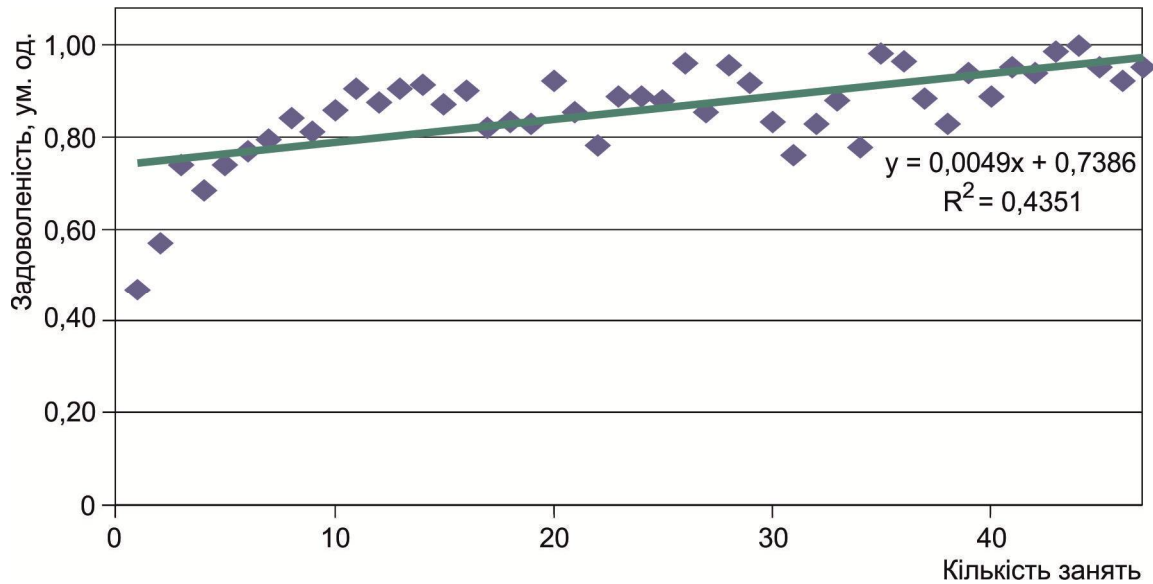


Рис. 4.4 Лінійна модель рівня задоволення дітей (n=32) під час відвідування анімаційних занять

За гендерною ознакою показник рівня задоволення знаходився в однакових межах як у дівчаток ( $0,85 \pm 0,10$  ум.од.), так і у хлопчиків ( $0,86 \pm 0,12$  ум.од.), а різниця між початковими та кінцевими показниками була незначною.

Аналіз рівня задоволення засвідчив, що участь в анімаційних заходах значною мірою вплинула на кількість залучених до програми спортивної анімації та частоту їх участі у відповідних заходах (рис. 4.5).

Показники протоколів відвідувань, дали змогу констатувати, що впродовж проведення експерименту із 27 сімей, які були залучені до анімаційної програми, 22 сім'ї систематично відвідували анімаційні заходи. Частота їх участі у заходах становила  $38,23 \pm 2,95$  разів, середня відвідуваність на одному занятті складала  $70,29 \pm 7,74$  %.

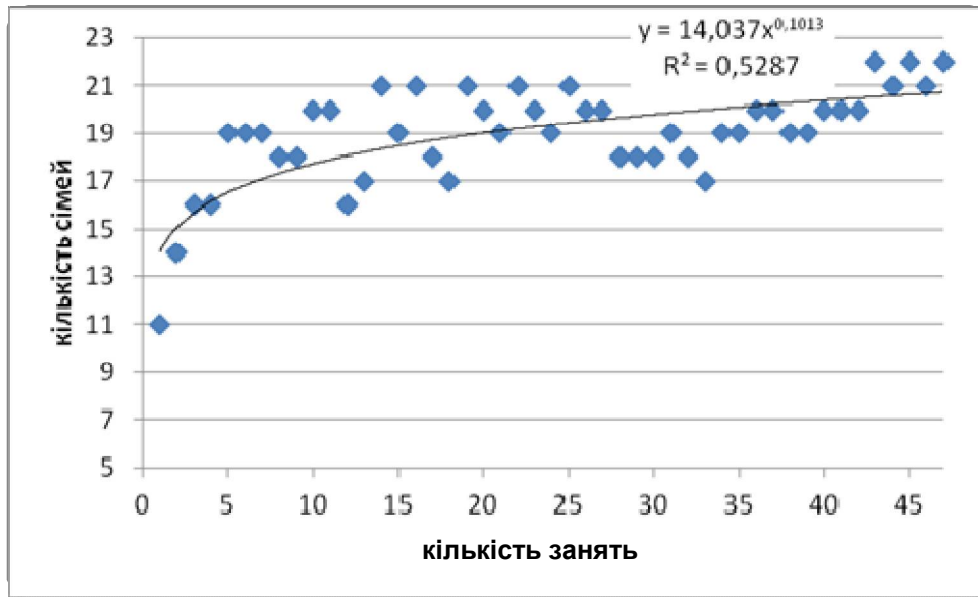


Рис. 4.5 Динаміка відвідуваності програм спортивної анімації у міському парку

Наступним етапом оцінки ефективності запропонованої технології було дослідження рівня рухової активності батьків та дітей. Встановлено, що після участі в програмі спортивної анімації спостерігалось достовірне збільшення рівня рухової активності як у батьків ( $\chi^2 = 10,41$ ;  $p < 0,01$ ), так і у дітей ( $\chi^2 = 6,50$ ;  $p < 0,05$ ) (рис. 4.6).

У батьків після експерименту не виявлено осіб із низьким рівнем рухової активності проти 13,6 % до експерименту, який визначався виконанням вправ низької інтенсивності, а саме ходьба не менше 10 хвилин (106,9 хв. на тиждень). Перерозподіл за рівнями рухової активності, який відповідав середньому (68,2 % проти 75 %) та високому рівням (31,8 % проти 11,4 %), обумовлений збільшення часу відведеного на виконання видів помірної (193,0 хв. на тиждень) та інтенсивної (180,1 хв. на тиждень) рухової активності. Після експерименту чоловіки і жінки стали витрачати на рухову активність різної спрямованості більше часу ніж до його проведення, у 3,3 та 3,9 разів відповідно.

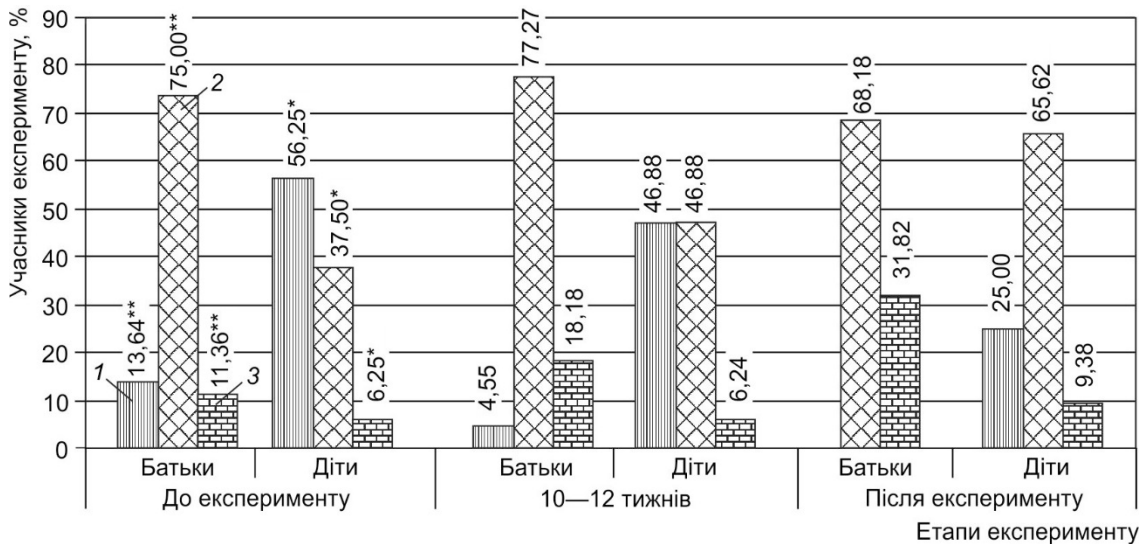


Рис. 4.6. Динаміка розподілу учасників експерименту (батьки  $n=44$ ; діти  $n=32$ ) за рівнями рухової активності: 1 – низький; 2 – середній; 3 – високий; \* – достовірність відмінностей розподілу ( $p < 0,05$ ); \*\* – достовірність відмінностей розподілу ( $p < 0,01$ ).

У дітей після виконання програми спортивної анімації майже на половину зменшилась кількість осіб із низьким рівнем рухової активності, тоді як до експерименту частка таких становила 56,3 %. На ходьбу, яка виконувалась щонайменше 10 хвилин, діти витрачали 120,8 хвилин на тиждень. Відзначено збільшення частки дітей із середнім рівнем рухової активності (65,6 % проти 37,5 %) за рахунок збільшення часу, який відводився на виконання різних видів рухової активності, у тому числі виконання ранкової гімнастики. Підвищення рівня рухової активності до високого (9,4 % проти 6,3%) спостерігалось за рахунок збільшення часу, відведеного на спеціально організовану рухову активність (74,8 хв. на тиждень). Аналізуючи загальні показники рухової активності нами встановлено, що час на виконання вправ помірної інтенсивності у дівчат збільшився у 2,7 раза, у хлопчиків – у 3,9 раза. При виконанні вправ високої інтенсивності збільшення відбулось як у дівчат, так і у хлопців у 1,8 раза.

З метою оцінки ефективності запропонованої технології нами був проведений порівняльний аналіз показників психоемоційного стану відвідувачів міського парку, що брали участь в експерименті (табл. 4.2).

Таблиця 4.2

**Динаміка показників психоемоційного стану батьків, які брали участь в експерименті, бали**

Контингент	Показники психоемоційного стану		
	Самопочуття	Активність	Настрій
	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$
до початку експерименту			
Чоловіки (n=22)	5,07 ± 0,7	3,59 ± 1,0	5,26 ± 0,61
Жінки (n=22)	5,51 ± 0,67	3,44 ± 1,34	5,52 ± 0,68
після 10–12 тижнів			
Чоловіки (n=22)	5,31 ± 0,53	3,92 ± 0,76	5,42 ± 0,47
Жінки (n=22)	5,71 ± 0,63	3,80 ± 0,96	5,66 ± 0,65
після експерименту			
Чоловіки (n=22)	5,33 ± 0,52	4,11 ± 0,68*	5,43 ± 0,46
Жінки (n=22)	5,77 ± 0,59	4,04 ± 0,79*	5,67 ± 0,64

Примітка:

\* – відмінності на рівні статистичної тенденції ( $p < 0,10$ )

У ході дослідження встановлено, що у батьків, які систематично брали участь в програмі спортивної анімації, відбулося значне покращення психоемоційного стану. Зокрема, як у чоловіків, так і у жінок спостерігались зміни на рівні статистичної тенденції ( $p < 0,10$ ) у показниках, які характеризують зміну енергетичного потенціалу життєдіяльності (активності) залежно від ситуації та оточення, що проявлялось у підвищенні середніх показників на 0,52 та 0,6 балу відповідно.

Крім того, після експерименту на 36,4 % зменшилась частка жінок із низьким рівнем активності та відповідно на 27,3 % і на 9,1 % збільшилася частка із середнім і високим рівнями ( $\chi^2 = 8,30$ ;  $p < 0,05$ ). Аналогічні зміни

відбулися й у чоловіків. Так, після експерименту серед них не виявлено осіб з низьким рівнем активності, тоді як до експерименту таких було 31,82 %, середній рівень мали 27,27 %, а високий 4,55 % ( $\chi^2 = 8,40$ ;  $p < 0,05$ ).

Оцінюючи рівень самопочуття нами встановлено, що після експерименту серед батьків не виявлено осіб із низьким рівнем самопочуття. Зменшення майже на половину у чоловіків та на 2/3 у жінок осіб із середнім рівнем призвело до збільшення кількості респондентів із високим рівнем – майже абсолютна більшість жінок (86,4 %) та чоловіків (72,7 %) оцінили свій стан як високий.

Аналізуючи позитивні емоції дорослих, які були викликані програмою спортивної анімації, можна також відзначити позитивну динаміку. Зокрема, після впровадження вказаної програми в абсолютній більшості жінок – 90,9 % проти 50,0% до експерименту – було виявлено високий емоційний рівень, середній рівень наприкінці експерименту мали 9,1 % жінок ( $\chi^2 = 8,84$ ;  $p < 0,05$ ). У чоловіків динаміка перерозподілу хоч і була позитивною, проте зміни не були достовірними.

Наступним етапом оцінки ефективності запропонованої технології було дослідження фізичного та функціонального станів батьків і дітей та їх фізичної підготовленості. Нами встановлено, що після п'яти місяців відвідування програми спортивної анімації спостерігалася нормалізація маси тіла як у батьків, так і в дітей. У чоловіків середнє значення ІМТ зменшилося на  $1,42 \text{ кг/м}^2$ , у жінок – на  $0,74 \text{ кг/м}^2$ . У дітей зміни були менш вираженими і становили  $0,42 \text{ кг/м}^2$  у хлопчиків та  $0,54 \text{ кг/м}^2$  у дівчаток. Не дивлячись на відсутність достовірних змін в абсолютних показниках слід відзначити статистично достовірні зміни у розподілі за рівнями ІМТ у дорослих (рис. 4.7).

У батьків на 18,18 % зменшилась кількість осіб, які мали ожиріння та на 9,09 % – виснаження, зменшилась частка осіб з поганим рівнем ІМТ – з 18,18% до 11,36%. Це призвело до збільшення частки людей із середнім і

оптимальним рівнями ІМТ. Так, після експерименту частка таких становила 75,00 % проти 59,09 % до експерименту ( $\chi^2 = 11,06$ ;  $p < 0,05$ ).

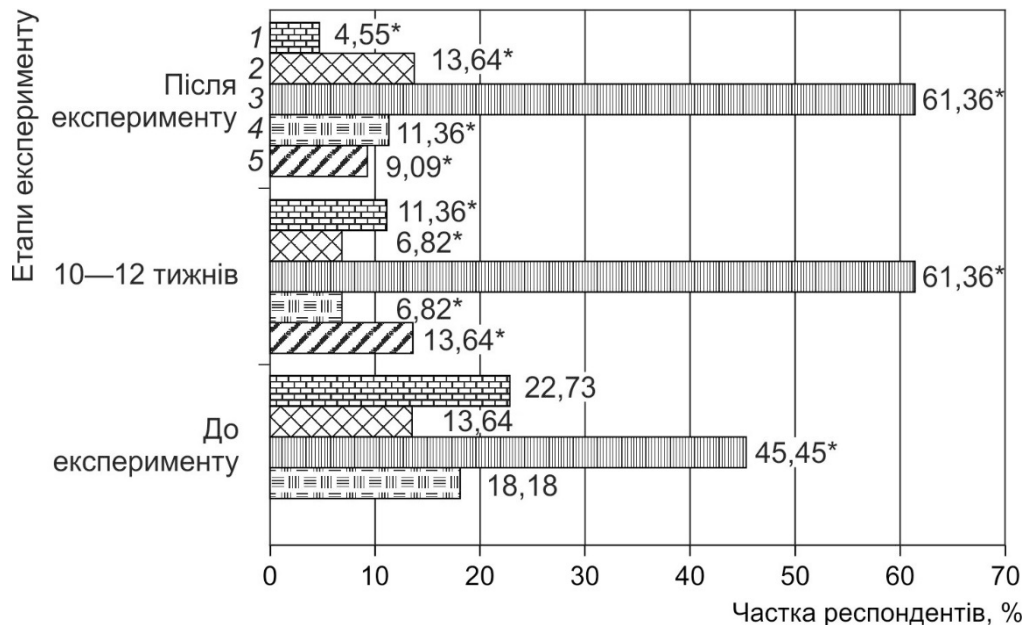


Рис. 4.7 Динаміка розподілу батьків ( $n=44$ ) за рівнями ІМТ ( $\text{кг}/\text{м}^2$ ) під впливом програми спортивної анімації: 1 – ожиріння; 2 – оптимальний; 3 – середній; 4 – поганий; 5 – виснажений; \* – достовірні відмінності відносно розподілу за рівнями до експерименту ( $p < 0,05$ ).

У дітей після завершення експерименту на 3,1 % зменшилась кількість осіб, які мали ожиріння (рис. 4.8). Так, якщо до експерименту частка таких становила 9,4 %, то після нього 6,3 %, оптимальний рівень ІМТ був виявлений у 68,8 % проти 65,6 % до експерименту ( $p > 0,1$ ).

Участь батьків у програмі спортивної анімації та підвищення під її впливом рівня їх залученості до рухової активності обумовили позитивні зміни у діяльності серцево-судинної системи (табл. 4.3).

Характерною особливістю було зниження частоти серцевих скорочень у стані спокою. При цьому достовірні зміни спостерігались як у чоловіків, так і у жінок: середнє значення ЧСС у чоловіків зменшилося на 5,68 уд./хв. ( $t = 2,21$ ;  $p < 0,05$ ), у жінок різниця становила 5,19 уд./хв. ( $t = 2,14$ ;  $p < 0,05$ ).

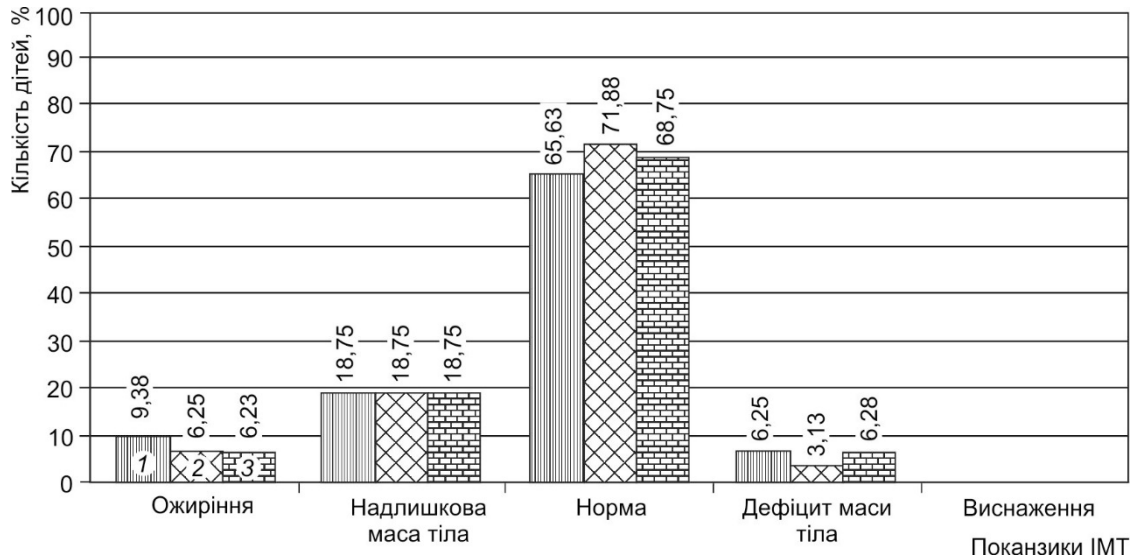


Рис. 4.8 Динаміка розподілу дітей (n=32) за показниками ІМТ (кг/м<sup>2</sup>) під впливом програми спортивної анімації: 1 – до експерименту; 2 – через 10–12 тижнів; 3 – після експерименту.

Таблиця 4.3

**Динаміка зміни показників функціонального стану батьків до та після відвідування програм спортивної анімації у міському парку**

Показники	Стать	До експерименту	10-12 тижнів експерименту	Після експерименту
		$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$
ЧСС, уд/хв.	Ч (n=22)	71,68 ± 10,71	66,70 ± 6,10	66,00 ± 5,60**
	Ж (n=22)	76,55 ± 9,18	72,14 ± 7,0	71,36 ± 6,20**
ЖЄЛ, мл	Ч (n=22)	4002,27 ± 249,51	4145,50 ± 268,60	4247,70 ± 343,10**
	Ж (n=22)	2161,36 ± 489,88	2400,0 ± 427,9	2438,64 ± 465,97*
Час затримки на вдиху, с	Ч (n=22)	62,36 ± 17,58	72,50 ± 21,30	75,90 ± 25,10**
	Ж (n=22)	41,00 ± 12,98	48,02 ± 11,51	49,77 ± 14,10**
Час затримки на видиху, с	Ч (n=22)	52,01 ± 35,86	53,20 ± 25,50	53,18 ± 25,50
	Ж (n=22)	30,59 ± 7,42	32,80 ± 6,00	32,82 ± 6,01
Індекс Скібінського, ум.од.	Ч (n=22)	35,95 ± 12,51	45,90 ± 15,80	49,55 ± 18,0**
	Ж (n=22)	11,90 ± 5,60	16,40 ± 6,40	17,57 ± 7,97**
Бельгійський тест, ум.од.	Ч (n=22)	0,57 ± 0,43	0,43 ± 0,20	0,38 ± 0,20*
	Ж (n=22)	0,80 ± 0,44	0,66 ± 0,30	0,59 ± 0,27*

Примітки:

\* – відмінності на рівні статистичної тенденції ( $p < 0,10$ );

\*\* – достовірні відмінності між показниками ( $p < 0,05$ ).



Проведений нами Бельгійський тест дав змогу визначити реакцію серцево-судинної системи на навантаження й тим самим оцінити стан здоров'я досліджуваних. Отримані результати вказують на позитивні зміни у роботі серцево-судинної системи на рівні статистичної тенденції як у чоловіків, так і у жінок. Різниця у середніх показниках становила 0,19 ум.од. ( $t = 1,96$ ;  $p < 0,1$ ) та 0,21 ум.од. ( $t = 1,85$ ;  $p < 0,1$ ) відповідно.

Перерозподіл за рівнями показав, що лише у незначної частки батьків (6,9 %) стан здоров'я потребує пильної уваги та лікарської допомоги, тоді як до експерименту такий стан спостерігався у кожного четвертого респондента. Кількість респондентів, стан здоров'я яких відповідав середньому рівню, збільшився до 31,8 % проти 22,7 % до експерименту. Разом з цим, у більшій половини батьків (61,3 %) був зафіксований добрий та відмінний стани здоров'я, тоді як до експерименту частка таких становила 52,3% ( $\chi^2 = 8,02$ ;  $p < 0,05$ ) (рис. 4.9).

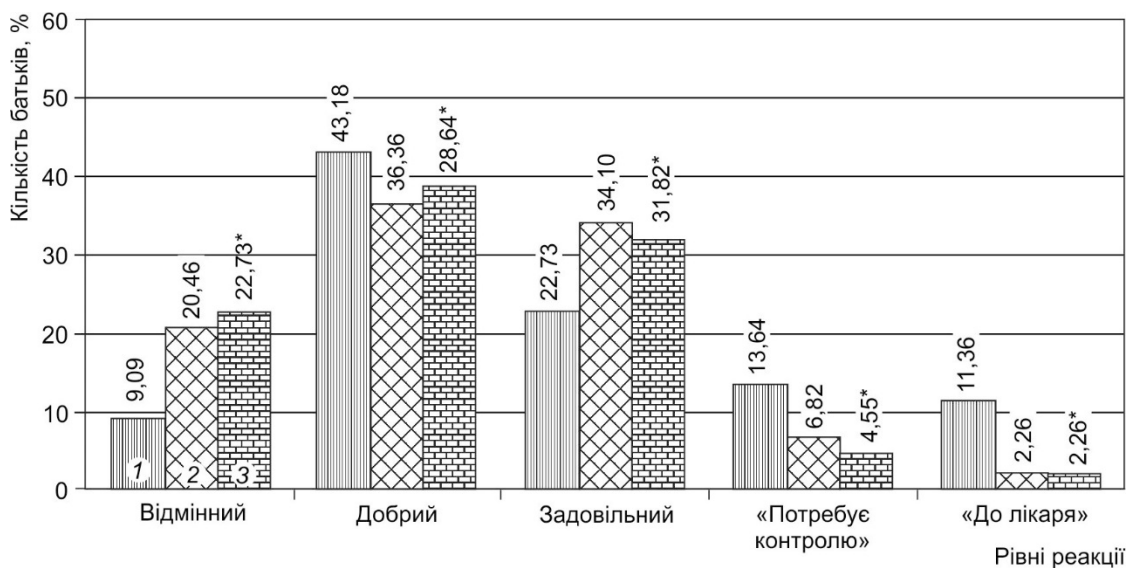


Рис. 4.9 Динаміка розподілу батьків ( $n=44$ ) за рівнями реакції серцево-судинної системи на навантаження під впливом програми спортивної анімації: 1 – до експерименту; 2 – через 10–12 тижнів; 3 – після експерименту; \* – достовірні відмінності між розподілами до та після експерименту ( $p < 0,05$ ).

Порівнюючи показники за гендерною ознакою нами відзначено відмінності на рівні статистичної тенденції. Так, після відвідування анімаційних заходів серед чоловіків не виявлено осіб, стан здоров'я яких потребує пильної уваги та лікарської допомоги, тоді як серед жінок частка таких становила 13,6 %. Задовільний рівень був виявлений у кожного четвертого чоловіка (22,7 %), у жінок – майже у кожної другої (40,9 %). Разом із цим, у більшій частини чоловіків (77,3 %) був зафіксований добрий та відмінний стани, у жінок – майже у половини досліджуваних – 45,5 % ( $\chi^2 = 7,80$ ;  $p < 0,1$ ).

Відзначено позитивні зміни у роботі дихальної системи батьків, які підтверджуються зрушеннями у пробах із затримкою дихання та показниках ЖЄЛ. Показники функціональної проби на затримку дихання на вдиху після занять за розробленою програмою порівняно з вихідними даними суттєво покращилися. Так, наприкінці експерименту у чоловіків цей показник становив  $75,90 \pm 25,10$  с проти  $62,36 \pm 17,58$  с до експерименту ( $t = 2,07$ ;  $p < 0,05$ ), у жінок –  $49,77 \pm 14,10$  с проти  $41,0 \pm 12,98$  с ( $t = 2,10$ ;  $p < 0,05$ ). Час затримки дихання на видиху не зазнав достовірних змін як у чоловіків, так і жінок.

Дослідження проведені після експерименту показали істотний приріст середнього значення ЖЄЛ. Так, у чоловіків він збільшився на 245,43 мл ( $t = 2,71$ ;  $p < 0,05$ ), у жінок ці зміни відбулись на рівні статистичної тенденції ( $t = 1,88$ ;  $p < 0,1$ ).

Результати оцінки функціонального стану батьків показали достовірне збільшення індексу Скібінського у всіх учасників експерименту. Так, після експерименту у чоловіків цей показник зріс на 13,6 ум.од. ( $t = 2,91$ ;  $p < 0,05$ ), у жінок – на 5,67 ум.од. ( $t = 2,66$ ;  $p < 0,05$ ), що свідчить про підвищення функціональних можливостей органів дихання й кровотоку та стійкості організму до гіпоксії. Порівняльний аналіз за індексом Скібінського дав нам можливість констатувати, що частка батьків, функціональні резерви яких відповідали поганому рівню, після експерименту зменшилась на 15,9 % і

становила 4,6 % (рис. 4.10). Кількість респондентів із задовільним рівнем збільшилась, а з добрим – зменшилась на 4,6 %. Внаслідок цього збільшилася частка батьків із відмінним рівнем – з 2,3 % до 18,2 % ( $\chi^2 = 10,16$ ;  $p < 0,05$ ).

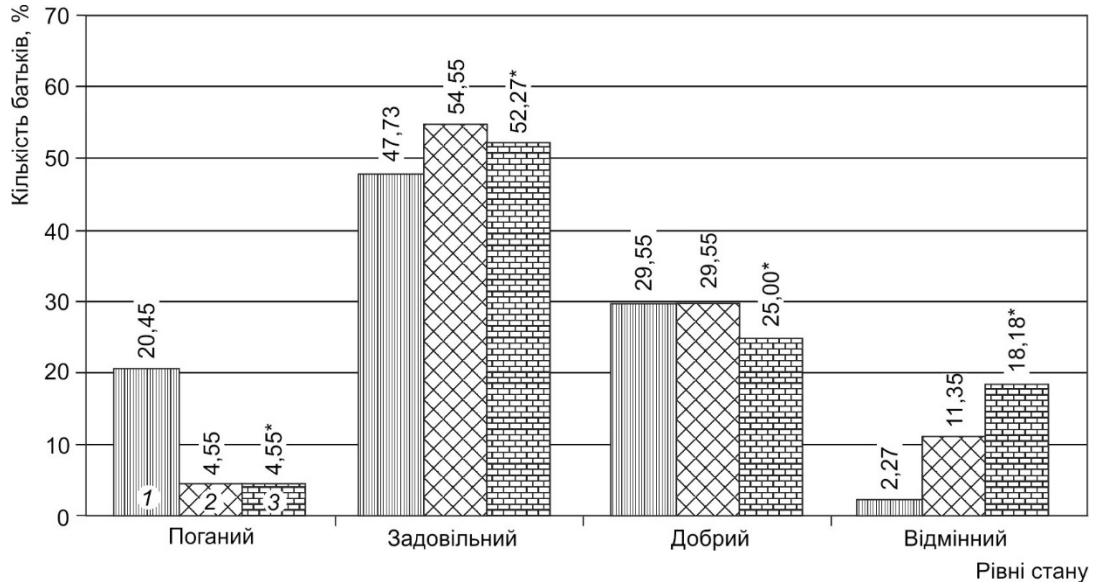


Рис. 4.10 Динаміка розподілу батьків (n=44) за рівнями функціонального стану дихальної системи під впливом програми спортивної анімації: 1 – до експерименту; 2 – через 10–12 тижнів; 3 – після експерименту; \* – достовірні відмінності між розподілами до та після експерименту ( $p < 0,05$ ).

Згідно отриманих результатів можна констатувати позитивні зрушення як у розподілі за рівнями адаптації організму до навантажень, так і за абсолютними значеннями величини адаптаційного потенціалу. Так, після експерименту у батьків не було виявлено осіб із ознаками зриву та незадовільної адаптації. В абсолютній більшості (93,2 %) учасників було виявлено напругу механізмів адаптації, тоді як до експерименту частка таких становила 81,82 %, а задовільна адаптація, спостерігалась у 6,8 % – проти 13,6 % до експерименту.

Загальна оцінка фізичного стану батьків дала нам можливість констатувати наступне. Після п'яти місяців відвідування анімаційних заходів серед батьків не було виявлено осіб із рівнем фізичного стану нижче за

середній, тоді як до експерименту такий рівень було зафіксовано у кожного шостого (15,9 %) (рис. 4.11). Більше третини (34,1 %) батьків підвищили рівень фізичного стану до середнього проти 45,5 % до експерименту. При цьому, у 2/3 всіх учасників (65,9%) зафіксовано вище середнього та високий рівні, тоді як до участі в програмі спортивної анімації частка таких становила 38,7% ( $\chi^2 = 10,88$ ;  $p < 0,05$ ).

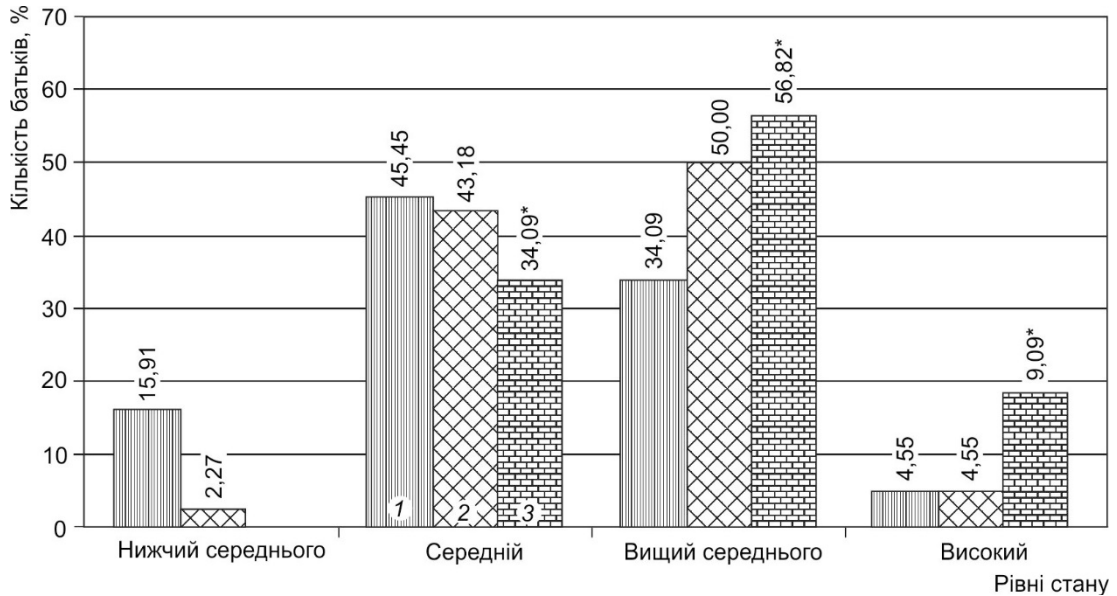


Рис. 4.11 Динаміка розподілу батьків ( $n=44$ ) за рівнями фізичного стану під впливом програми спортивної анімації: 1 – до експерименту; 2 – через 10–12 тижнів; 3 – після експерименту; \* – достовірні відмінності між розподілами до та після експерименту ( $p < 0,05$ ).

У дітей після відвідування анімаційних заходів також спостерігались істотні зміни у функціональних показниках кардіореспіраторної системи (табл. 4.4).

Проведені дослідження вказують на достовірний приріст середнього значення ЖЄЛ у дівчаток, яке після проведення експерименту збільшилось до  $2083,30 \pm 287,02$  мл проти  $1803,33 \pm 358,80$  мл до експерименту ( $t = 2,33$ ;  $p < 0,05$ ). Подібна тенденція спостерігалася й у хлопчиків, проте приріст ЖЄЛ не був статистично достовірним.

Таблиця 4.4

**Динаміка зміни показників функціонального стану дітей до та після відвідування програм спортивної анімації у міському парку**

Показники	Стать	До експерименту	10-12 тижнів експерименту	Після експерименту
		$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$
ЧСС, уд./хв.	Х (n=17)	75,94 ± 10,07	73,24 ± 10,01	67,29 ± 8,09**
	Д (n=15)	91,33 ± 20,86	87,07 ± 18,76	84,20 ± 15,90
ЖЄЛ, мл	Х (n=17)	2641,18 ± 543,21	2641,18 ± 543,21	2800,0 ± 523,21
	Д (n=15)	1803,33 ± 358,80	1803,33 ± 358,8	2083,3 ± 287,02**
Час затримки на вдиху, с	Х (n=17)	32,94 ± 10,41	32,94 ± 10,41	40,29 ± 8,83**
	Д (n=15)	31,81 ± 8,50	31,80 ± 8,50	39,53 ± 9,37**
Час затримки на видиху, с	Х (n=17)	14,24 ± 5,77	14,24 ± 5,77	20,12 ± 5,85**
	Д (n=15)	18,07 ± 7,81	18,07 ± 7,81	23,8 ± 8,60*
Індекс Руф'є, ум.од.	Х (n=17)	7,08 ± 4,01	5,94 ± 3,50	4,26 ± 3,32**
	Д (n=15)	11,16 ± 6,83	9,27 ± 5,62	8,53 ± 5,01

Примітки:

\* – відмінності на рівні статистичної тенденції ( $p < 0,10$ );

\*\* – достовірні відмінності між показниками до і після ( $p < 0,05$ ).

Більш вираженими були темпи приросту максимального часу затримки дихання на вдиху і видиху. Так, середнє значення цих показників збільшилися у хлопчиків відповідно на 7,35 с ( $t = 2,19$ ;  $p < 0,05$ ) і 5,88 с ( $t = 2,91$ ;  $p < 0,05$ ), у дівчаток – відповідно на 7,73 с ( $t = 2,32$ ;  $p < 0,05$ ) і 5,73 с ( $t = 1,87$ ;  $p < 0,1$ ). Отже, у ході експерименту збільшилась стійкість організму дітей до гіпоксії.

Слід відзначити, що після експерименту у дітей відбулося зменшення показника ЧСС, що засвідчує нормалізацію діяльності серцево-судинної системи (у хлопчиків – на 6,9 уд./хв. ( $t = 2,73$ ;  $p < 0,05$ ), а у дівчаток – 7,13 уд./хв. ( $t = 1,04$ ;  $p > 0,1$ )).

Порівнюючи середні значення індексу Руф'є можна охарактеризувати зміни, що відбулись у показниках роботи серцево-судинної системи дітей. Зокрема, після експерименту нами було відзначено достовірні зміни у хлопчиків, у яких середнє значення індексу зменшилось до  $4,26 \pm 3,32$  ум.од.

проти  $6,69 \pm 4,00$  ум.од. ( $t = 2,26$ ;  $p < 0,05$ ). У дівчаток індекс працездатності не зазнав достовірних змін.

Розподіл дітей в цілому за індексом працездатності вказує на те, що після п'яти місяців експерименту серед дітей не було виявлено осіб із поганим рівнем (рис. 4.12). Разом із цим, нами встановлено істотне зменшення кількості дітей із задовільним рівнем до 6,3 % проти 31,3 % на початку експерименту. При цьому, в абсолютної більшості дітей (84,4 %) виявлено добрий та відмінний рівні, тоді як до експерименту частка таких становила 53,1 % ( $\chi^2 = 10,88$ ;  $p < 0,05$ ).

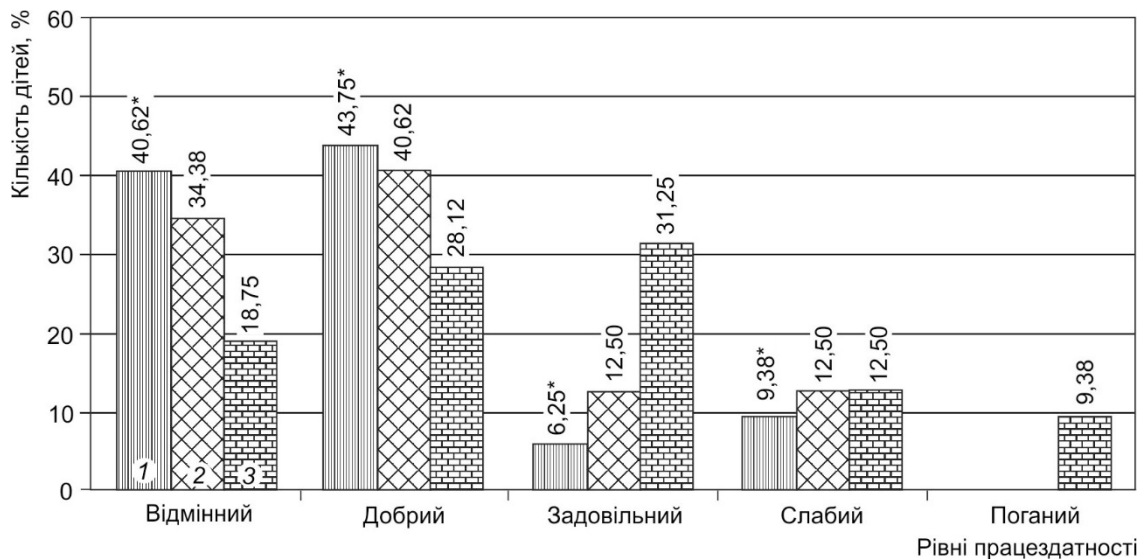


Рис. 4.12 Динаміка розподілу дітей ( $n=32$ ) за рівнем працездатності під впливом програми спортивної анімації: 1 – після експерименту; 2 – через 10–12 тижнів; 3 – до експерименту; \* – достовірні відмінності між розподілами до та після експерименту ( $p < 0,05$ ).

Розподіл дітей за індексом Руф'є вказує, що найбільш виражену тенденцію до його покращення було виявлено у хлопчиків. Так, із слабким рівнем працездатності після експерименту не виявлено жодної дитини, тоді як до його проведення їх частка становила 11,8 %. Кількість осіб, рівень працездатності яких відповідав задовільному рівню, зменшилась майже у вісім разів і становила після експерименту 5,9 % проти 41,2 %. При цьому, в

абсолютної більшості хлопчиків (94,1 %) був відзначений добрий та відмінний рівні працездатності проти 47,0 % до проведення дослідження ( $\chi^2 = 9,83$ ;  $p < 0,05$ ).

У дівчаток після експерименту достовірних змін виявлено не було, однак спостерігались істотні зміни у перерозподілі за рівнями. Так, у ході експерименту нами не було виявлено осіб із поганим рівнем працездатності, тоді як до експерименту частка таких становила 13,3 %. Вказані зміни у показниках призвели до збільшення числа учасників із слабким рівнем працездатності до 20,0 % та зменшення частки із задовільним рівнем до 6,7 % проти 40,0 %. Однак, у більшій половині дівчат (73,4 %) було виявлено добрий та відмінний рівень працездатності, тоді як до експерименту частка таких становила лише 33,3 % ( $\chi^2 = 8,69$ ;  $p < 0,1$ ).

Аналізуючи показники адаптаційно-резервних можливостей організму дітей нами встановлено, що після регулярних занять за програмою спортивної анімації як у дівчаток, так і у хлопчиків не виявлено зриву адаптації, тоді як до проведення експерименту частки таких становили 33,3 % і 17,6 % відповідно. Незадовільна адаптація виявлена у 40,0 % дівчаток та у 17,6 % хлопчиків. У хлопчиків, порівняно з дівчатками, де кожна друга мала напруження механізмів адаптації, спостерігалась тенденція до зростання кількості таких – 82,4 % проти 23,5 %. Задовільна адаптація, як показник здоров'я і стабільної рівноваги всіх систем організму дитини, виявлена у 11,8 % хлопчиків та 6,7 % дівчаток.

Отже, в цілому розподіл дітей за рівнями адаптаційного потенціалу зазнав достовірних змін під впливом запропонованої програми (рис. 4.13).

Після експерименту не виявлено дітей із зривом адаптації, тоді як до експерименту цей показник фіксувався у кожній четвертій дитини. На 3,2 % зменшилась частка дітей із незадовільною адаптацією. У більшій половині дітей (62,5 %) виявлено напруження механізмів адаптації проти 28,1 % до експерименту ( $\chi^2 = 12,73$ ;  $p < 0,05$ ).

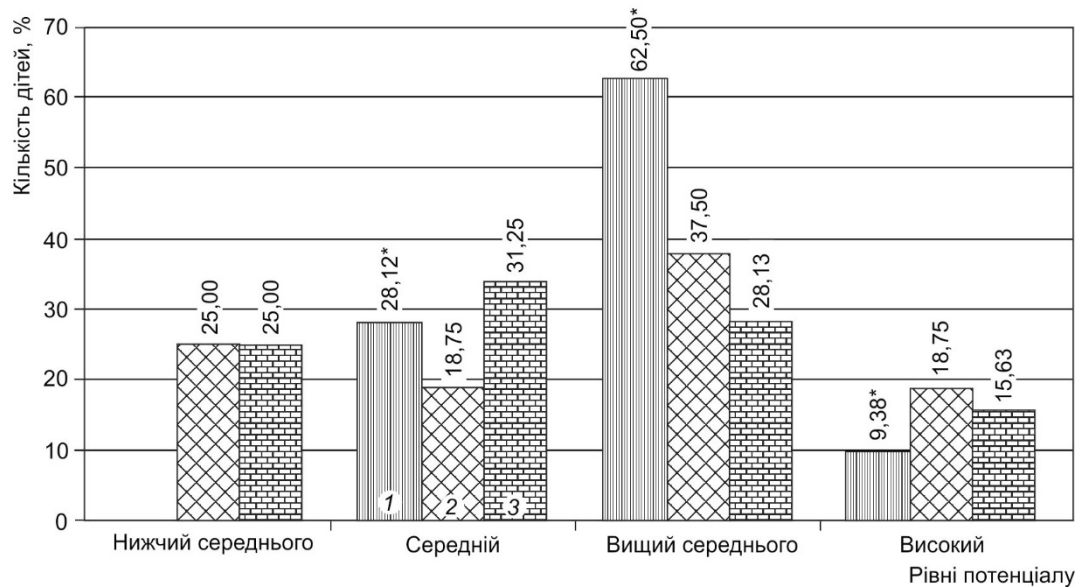


Рис. 4.13 Динаміка розподілу дітей (n=32) за рівнем адаптаційного потенціалу під впливом програми спортивної анімації: 1 – після експерименту; 2 – через 10–12 тижнів; 3 – до експерименту; \* – достовірні відмінності між розподілами до та після експерименту ( $p < 0,05$ ).

Позитивні зміни у функціональних показниках позначилися на загальному фізичному стані дітей. Після п'яти місяців занять у більшій половині дітей (68, 8%) фізичний стан дітей покращився і характеризувався високим рівнем та вище за середній проти 43,8 %. Низький рівень не був виявлений у жодної дитини, що вплинуло на перерозподіл дітей із рівнем нижче за середній на 3,1 % ( $\chi^2 = 3,08$ ;  $p > 0,1$ ).

Зміни фізичного стану хлопчиків відбулися на рівні статистичної тенденції. Частка хлопчиків із середнім рівнем зменшилась до 11,8 % проти 29,4 %, за рахунок чого в абсолютній більшості (88,2%) був відзначений фізичний стан, який відповідав вище середньому та високому рівням проти 53,0 % до експерименту ( $\chi^2 = 7,92$ ;  $p < 0,1$ ).

Аналогічна позитивна динаміка фізичного стану спостерігалась й у дівчаток. Так, після експерименту, не виявлено осіб із низьким рівнем фізичного стану, тоді як до експерименту такий рівень був майже у третини дівчаток (26,7 %). Разом із цим, нами встановлені однакові частки дітей



(26,7 %) із нижче за середній та середнім рівнями, які на початку експерименту становили 6,7 % та 33,3 % відповідно. Такий перерозподіл призвів до збільшення частки учасників із рівнем вище за середній до 40,0 % проти 26,7 %.

Оцінюючи рівень фізичної підготовленості у дорослих нами встановлено, що систематична участь у програмі спортивної анімації позитивно вплинула на динаміку відповідних показників (табл. 4.5).

Так, після п'яти місяців занять достовірні зміни зафіксовані у вправах на силу та гнучкість як у чоловіків, так і у жінок. Середні значення у підтягуванні на перекладні покращились на 58,9 % ( $t = 4,44$ ;  $p < 0,01$ ), згинанні та розгинання рук в упорі лежачи – на 61,5 % ( $t = 3,48$ ;  $p < 0,01$ ). Показники гнучкості в середньому у чоловіків збільшились у 2,2 раза ( $t = 3,74$ ;  $p < 0,01$ ), у жінок – на 72,7 % ( $t = 2,95$ ;  $p < 0,01$ ).

Зміни на рівні статистичної тенденції були відзначені при виконанні швидкісно-силової вправи у всіх батьків і тесту на витривалість у жінок.

Середні значення у вправі піднімання тулуба в сід за 30 с збільшились на 5,8 % у чоловіків ( $t = 1,89$ ;  $p < 0,1$ ) та на 11,1 % у жінок ( $t = 1,73$ ;  $p < 0,1$ ). У 12-хвилинному бігу показники жінок у середньому покращились на 8,1 % ( $t = 1,75$ ;  $p < 0,1$ ).

Таблиця 4.5

**Динаміка зміни показників фізичної підготовленості батьків до та після відвідування програм спортивної анімації у міському парку**

Тестова вправа	Стать	До експерименту	10-12 тижнів Експерименту	Після експерименту
		$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$
1	2	3	4	5
Тест Купера, м	Ч (n=22)	2110,45 ± 416,3	2183,18±412,94	2307,27±404,85
	Ж (n=22)	1784,55±271,92	1842,73±274,52	1928,64±273,76*

Продовження табл. 4.5.

1	2	3	4	5
Стрибок у довжину з місця, см	Ч (n=22)	195,27±15,38	199,05±16,14	202,82±15,80*
	Ж (n=22)	160,27±20,79	163,55±19,67	166,86±18,95*
Підтягування / згинання та розгинання рук в упорі, разів	Ч (n=22)	6,09±2,96	8,18±2,86	9,68±2,38***
	Ж (n=22)	7,09±4,36	9,23±4,10	11,45±3,94***
Піднімання тулуба за 30с, разів	Ч (n=22)	22,14±2,46	22,59±2,26	23,41±1,99*
	Ж (n=22)	21,23±5,21	22,32±4,47	23,59±3,72*
Нахил тулуба, см	Ч (n=22)	1,69±3,74	3,57±2,83	5,43±2,79***
	Ж (n=22)	7,32±6,92	10,59±5,63	12,64±4,87***

Примітки:

\* – відмінності на рівні статистичної тенденції ( $p < 0,10$ );

\*\* – достовірні відмінності між показниками до і після ( $p < 0,05$ );

\*\*\* – достовірні відмінності між показниками до і після ( $p < 0,01$ ).

Перерозподіл за рівнями фізичної підготовленості вказав на достовірні зміни фізичної підготовленості батьків (рис. 4.14). Після експерименту у три рази (18,2 %) зменшилась кількість осіб з низьким рівнем фізичної підготовленості, тоді як на початку такий рівень був зафіксований майже у кожного другого учасника (56,8 %).

На 21,5 % збільшилась частка батьків із рівнем фізичної підготовленості нижче за середній. Середній рівень мав кожен п'ятий (20,5 %) проти 9,1 % до експерименту. Зокрема, 6,8 % покращили свій рівень фізичної підготовленості до рівня вище за середній ( $\chi^2 = 11,32$ ;  $p < 0,05$ ). При цьому, після експерименту у жінок зміни у розподілі за рівнем фізичної підготовленості були більш суттєвими ( $\chi^2 = 10,3$ ;  $p < 0,05$ ), тоді як у чоловіків він відбувся лише на рівні статистичної тенденції ( $\chi^2 = 6,33$ ;  $p < 0,1$ ).

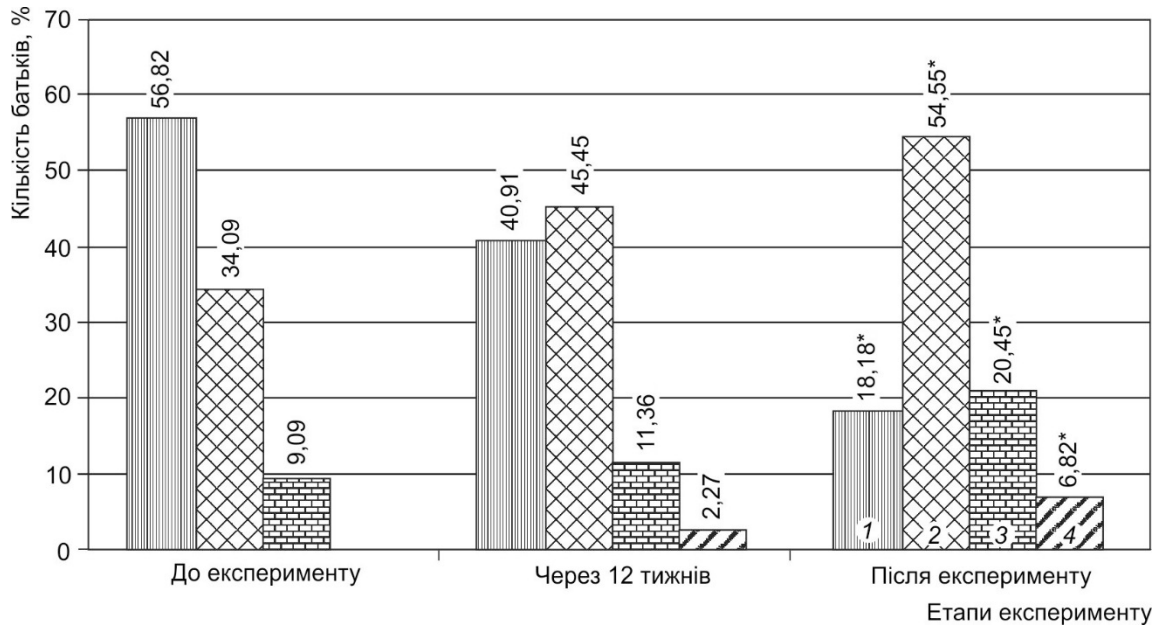


Рис. 4.14 Динаміка розподілу батьків ( $n=44$ ) за рівнями фізичної підготовленості під впливом програми спортивної анімації: 1 – низький; 2 – нижчий середнього; 3 – середній; 4 – вищий середнього; \* – достовірні відмінності між розподілами до та після експерименту ( $p < 0,05$ ).

Порівнюючи показники фізичної підготовленості дітей до та після експерименту нами відзначено також позитивну динаміку за всіма значеннями, окрім вибухової сили м'язів ніг (табл. 4.6).

Зокрема, у хлопчиків зафіксовано достовірні зміни у вправах, які визначають розвиток сили, витривалості та гнучкості, де в середньому показники збільшилися на 46,6 % ( $t = 3,90$ ;  $p < 0,01$ ), 15,1 % ( $t = 2,75$ ;  $p < 0,05$ ) та 36,5 % ( $t = 3,20$ ;  $p < 0,01$ ) відповідно. Зміни на рівні статистичної тенденції спостерігалися у вправі на спритність, в якій результати покращилися на 3,3 % ( $t = 2,00$ ;  $p < 0,1$ ).

У дівчаток достовірні зміни були виявлені у вправах на силу, витривалість та спритність. Середні значення показників до та після експерименту збільшилися на 58,8 % ( $t = 2,50$ ;  $p < 0,05$ ), 14,8 % ( $t = 2,70$ ;  $p < 0,05$ ) та 4,2 % ( $t = 2,70$ ;  $p < 0,05$ ) відповідно.

Таблиця 4.6

**Динаміка зміни показників фізичної підготовленості дітей до та після відвідування програм спортивної анімації у міському парку**

Тестова вправа	Стать	До експерименту	10-12 тижнів експерименту	Після експерименту
		$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$
Згинання та розгинання рук, разів	Х (n=17)	12,1 ± 4,1	14,2 ± 4,0	17,8 ± 4,3 <sup>***</sup>
	Д (n=15)	5,7 ± 4,1	7,6 ± 3,7	9,0 ± 3,0 <sup>**</sup>
Стрибок у довжину з місця, см	Х (n=17)	142,6 ± 12,3	146,4 ± 12,4	148,5 ± 12,2
	Д (n=15)	126,6 ± 16,0	131,1 ± 15,5	132,5 ± 15,2
Тест Купера, м	Х (n=17)	1007,6 ± 143,1	1077,4 ± 145,9	1160,3 ± 138,6
	Д (n=15)	821,7 ± 125,2	855,3 ± 132,7	943,3 ± 117,3 <sup>**</sup>
Човниковий біг 3x10м, с	Х (n=17)	9,3 ± 0,5	9,2 ± 0,5	9,0 ± 0,4 <sup>*</sup>
	Д (n=15)	10,1 ± 0,4	9,9 ± 0,4	9,7 ± 0,4 <sup>***</sup>
Нахил тулуба, см	Х (n=17)	5,0 ± 2,3	5,5 ± 1,9	6,8 ± 1,3 <sup>***</sup>
	Д (n=15)	8,5 ± 2,9	9,1 ± 2,4	9,9 ± 2,1

Примітки:

\* – відмінності на рівні статистичної тенденції ( $p < 0,10$ );

\*\* – достовірні відмінності між показниками до і після ( $p < 0,05$ );

\*\*\* – достовірні відмінності між показниками до і після ( $p < 0,01$ ).

Істотні зміни у показниках позитивно вплинули на загальний рівень фізичної підготовленості дітей (рис. 4.15). Отримані результати вказали на достовірні зміни у перерозподілі за рівнями.

Після завершення перетворювального експерименту нами не виявлено дітей із низьким рівнем фізичної підготовленості, тоді як на його початку кожен шостий (15,63 %) мав такий рівень. Окрім цього на 12,5 % зменшилась частка дітей із рівнем нижчим за середній, 40,6 % дітей покращили свій рівень до вищого за середній проти 28,1 % до експерименту. Зазначений перерозподіл призвів до збільшення кількості дітей із високим рівнем до

34,4 %, тоді як до експерименту частка таких становила лише 3,1 % ( $\chi^2 = 17,33$ ;  $p < 0,01$ ).

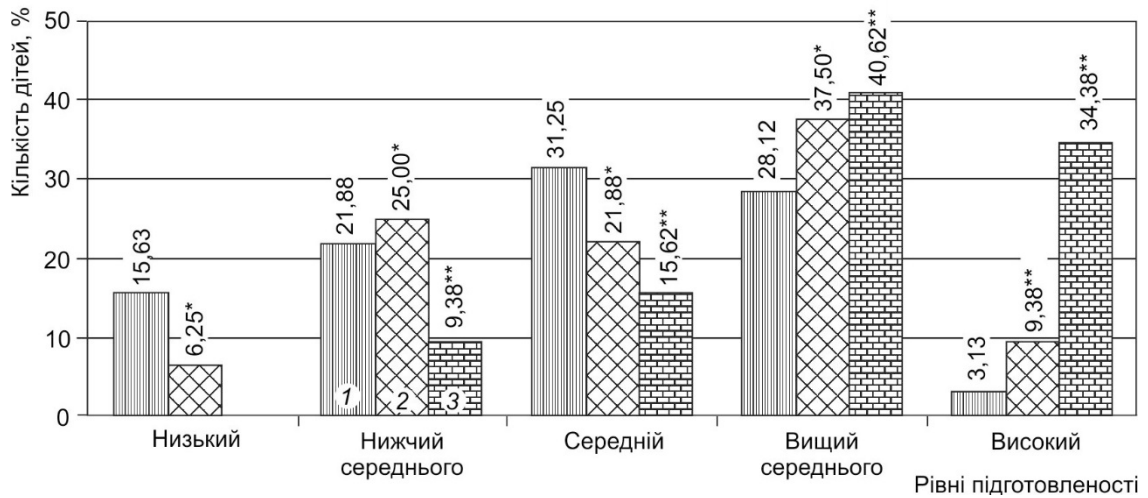


Рис. 4.15 Динаміка розподілу дітей (n=32) за рівнями фізичної підготовленості під впливом програми спортивної анімації: 1 – до експерименту; 2 – через 10–12 тижнів; 3 – після експерименту; \* – достовірні відмінності між розподілами порівняно з вихідним ( $p < 0,05$ ); \*\* – достовірні відмінності між розподілами порівняно з вихідним ( $p < 0,01$ ).

У результаті впровадження програм спортивної анімації у міських парках спостерігалися зміни у веденні здорового способу життя учасників перетворювального експерименту. На основі проведеного опитування серед батьків встановлено, що після участі у програмі спортивної анімації значна їх частина переглянула своє ставлення до власного здоров'я та способу життя (рис. 4.16).

Так, після відвідування анімаційних заходів серед батьків не виявлено осіб, які нехтують своїм здоров'ям, тоді як до експерименту майже кожен десятий (9,09 %) не звертав на це уваги, на 11,36 % зменшилась частка батьків, які посередньо ставляться до власного здоров'я. Близько половини опитаних респондентів (47,73 %) зрозуміли, що їх поведінка та спосіб життя потребує змін, тоді як на початку дослідження так оцінювала свій стан лише третя частина. 11,36 % оцінюють стан здоров'я як добрий, проте розуміють,

що можуть значно покращити свої можливості та для цього необхідний потенціал. Такий перерозподіл призвів до збільшення кількості батьків (18,18 % проти 15,91 %), які дуже шанобливо відносяться до свого здоров'я та оцінюють його як відмінне ( $\chi^2 = 7,78$ ;  $p < 0,1$ ).

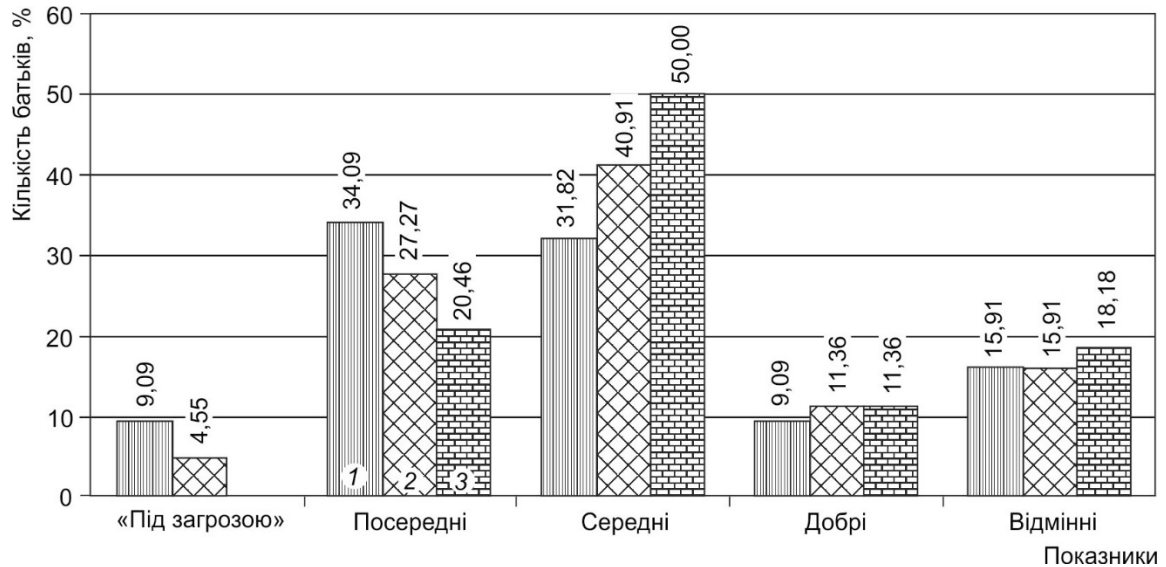


Рис. 4.16 Динаміка розподілу батьків ( $n=44$ ) за показниками ведення здорового способу життя під впливом програми спортивної анімації: 1 – до експерименту; 2 – через 10–12 тижнів; 3 – після експерименту.

Результати проведеного опитування серед дітей показали, що участь в програмі спортивної анімації позитивно вплинула на мотиваційну складову дітей, що зумовлено формуванням конкретних мотивів, інтересів та потреб. Так, після відвідування відповідних заходів у дітей основними мотивами були: змінити ставлення до власного здоров'я для того, щоб довго жити, бути здоровим, сильним, кращим за інших та красивим, інтелектуально збагатитись, налагодити взаємовідносини з однолітками через спілкування, навчитися раціонально витратити власний час для досягнення очікуваних результатів у навчанні та спорті.

Розуміння дітьми значимості фізичної культури у їх житті сприяло виробленню стійкого інтересу до занять фізичною вправами та бажання ними

займатися, що підтверджується збільшенням частки дітей до 71,9 % проти 53,1 % до експерименту. Майже половина з них (46,9 %) відзначила у своїх відповідях про бажання брати активну участь у спортивних заходах. При цьому значна кількість дітей почала займатися спеціально організованою руховою активністю, а саме: виконувати ранкову гімнастику стали біля 75 % опитаних дітей, займатися у секціях з видів спорту почала абсолютна більшість – 96,9 %, тоді як до експерименту небажання займатися виявляла більша половина (53,1 %) дітей. При цьому пріоритетними видами спорту були: єдиноборства (34,4 %) , плавання (21,9 %), танці (18,7 %), гімнастика (12,5 %) та футбол (9,4 %).

Значна частина дітей змінила зміст власного дозвілля. При цьому 12,5 % опитаних менше почали витратити часу на перегляд телепрограм та 18,8 % – електронні гаджети, тоді як до експерименту частка таких становила 81,3 %. При цьому у третини дітей (32 %) виникла потреба активно проводити дозвілля, що задовольнялось шляхом занять фізичною культурою та прогулянками на відкритому повітрі. Разом із цим, більшість дітей (59,4 %) усвідомила, що необхідною умовою здорового способу життя є рухова активність та половина опитаних (53,1 %) вважають, що не менш важливою його складовою є раціональне харчування.

Таким чином, результати впровадження програми спортивної анімації у міському парку показали, що вона позитивно впливає на показники, які характеризують стан здоров'я, психоемоційний стан, рівень задоволення від участі у таких програмах, рівень фізичної підготовленості та рухової активності батьків та їх дітей 8–10 років.

#### **Висновки до розділу 4**

Проведено теоретичне обґрунтування технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків) шляхом актуалізації необхідності

такої технології, аналізу базових положень щодо її розробки, зокрема визначено: сучасне трактування основних понять (технологія, проектування, реалізація, програма); методологічні підстави та принципи розроблення технологій проектування та реалізації програм спортивної анімації; вимоги та характерні ознаки програм анімаційного впливу; обґрунтування поєднання у структурі вказаної технології декомпозиції основної цілі та технологічних операцій. Визначено мету розробленої технології, її первинні цілі та обумовлені ними складові технології, а також первинні цілі й детерміновані ними технологічні операції. Охарактеризовано організаційну структуру команди волонтерів ЦФЗН «Спорт для всіх» для впровадження спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення.

З використанням теоретично обґрунтованої нами технології здійснено визначення технологічних операцій для проектування та реалізації програми спортивної анімації у міському парку для сімей з дітьми 8–10 років. Перетворювальний педагогічний експеримент проведено на базі Івано-Франківського обласного центру фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх», Івано-Франківського міського парку імені Т. Г. Шевченка та Івано-Франківського коледжу фізичного виховання Національного університету фізичного виховання і спорту України. Синтезування результатів проведеного експерименту свідчить, що обґрунтована нами технологія забезпечує підвищення рівня оздоровчо-рекреаційної рухової активності особи й на цій основі покращення її фізичного та психічного стану й залучення до здорового способу життя.

Основні наукові результати розділу опубліковані у працях [158, 159, 160].



## РОЗДІЛ 5

### АНАЛІЗ ТА УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ

На сучасному етапі розвитку українського суспільства у площині загострення економічних, соціальних та екологічних проблем все більш актуальним стає формування здоров'я окремої людини та соціуму. Інтенсифікація суспільно-економічних відносин стає для особи значним викликом, що призводить до зростання фізичних, розумових та нервово-психічних навантажень. Це породжує цілий спектр потреб, реалізацію яких забезпечує оздоровчо-рекреаційна рухова активність.

Значення оздоровчо-рекреаційної рухової активності в наш час важко переоцінити, оскільки провідним її завданням є протистояння гіподинамії, що з кожним роком зростає серед населення. Гіподинамія стала визначальним чинником збільшення хронічних захворювань та передчасної смертності населення [34, 69].

В усіх сферах життєдіяльності все більше людей перебуває у закритому приміщенні, що призводить до зростання специфічних захворювань, пов'язаних з порушенням природної рівноваги між витратами життєвих сил та їх відновленням. У зв'язку з цим населення все частіше використовує порівняно тривале перебування в умовах природного середовища (парки, гори, ліси, водне середовище тощо) з метою відновлення, оздоровлення та стимулювання зростання працездатності. Проте, проведення дозвілля у цих місцях здебільшого характеризується домінуванням спокою та низьким рівнем активності. Лише третина населення України регулярно займається різними видами рухової діяльності [46].

Зв'язок рухової активності з характером навколишнього середовища є очевидним [74, 245, 250]. У цьому контексті міські парки, як суб'єкти сфери дозвілля, є найбільш доступним для щоденного проведення дозвілля усіх верств населення. Однак, наявний комплекс рекреаційних послуг у міських

парках не завжди відповідає специфічним рекреаційним потребам особи з урахуванням її вікових, демографічних та професійних особливостей.

Отже, основним завданням політики органів місцевого самоврядування є забезпечення належних та привабливих умов для занять руховою активністю різних груп населення у місцях масового відпочинку. Це, до-речі, передбачено у Національній стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація», що затверджена Указом Президента України від 9 лютого 2016 р. № 42 [211].

Аналіз практики розвитку оздоровчо-рекреаційної рухової активності переконує, що така активність задля формування здоров'я людини та покращення якості її життя має бути організованою, тобто відрізнятися планомірністю та певним порядком її реалізації для досягнення визначеної мети [11, 70].

На основі аналізу наукової літератури та практики нами сформовано наукову гіпотезу про те, що в умовах сьогодення ефективнішим засобом залучення населення до оздоровчо-рекреаційної діяльності у міському парку є надання анімаційних послуг. Такий вид рекреаційної діяльності дозволить викликати позитивні емоції, відчути задоволення від відпочинку, збільшити рівень рухової активності та сформувати бажання повернутися та знову виконувати фізичні вправи та вести здоровий спосіб життя задля профілактики хронічних неінфекційних захворювань, підвищення рівня фізичного та психічного благополуччя.

Вказана гіпотеза була підтверджена в результаті проведеного нами дисертаційного дослідження, яке забезпечило розв'язання конкретного наукового завдання стосовно обґрунтування технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків) для підвищення рівня оздоровчо-рекреаційної рухової активності особи й на цій основі покращення її

фізичного та психічного стану й залучення до здорового способу життя, що має істотне значення для галузі науки з фізичного виховання і спорту.

У ході нашого дослідження набули подальшого розвитку наукові знання про перспективність впровадження різних форм рухової активності на відкритому повітрі, використання міських парків для активного відпочинку різних груп населення.

У 70–80-х роках минулого століття проведено ряд наукових досліджень дисертаційного рівня, спрямованих на вивчення актуальних на той час питань щодо розвитку фізичної культури у міських парках: проектування та класифікації маршрутів терренкура (лікувальної ходьби) на міських рекреаційних територіях [104]; обґрунтування схем розміщення та складу споруд «фізкультурних зон» міських парків, а також доступних видів та форм фізкультурно-спортивної роботи [174]; історичні аспекти проблеми щодо форм охоплення населення фізкультурно-спортивною діяльністю у міських парках [45]; перспективності та доцільності забезпечення росту фізкультурно-спортивної діяльності у місцях масового відпочинку населення [82].

У 1991 році О. С. Кравченком на базі тодішнього Київського державного інституту фізичної культури (нині – Національного університету фізичного виховання і спорту України) було завершено фундаментальне дослідження на тему «Фізкультурно-оздоровча робота у зонах масового відпочинку населення як напрям подальшого удосконалення фізкультурного руху» [115]. Обґрунтована доцільність залучення до фізкультурно-масових заходів у парках працівників організацій, що розміщені поруч з ним, а також запропоновано зміст і методикау діяльності консультативних пунктів для самостійних занять фізичною культурою у міських парках. Вказаним дослідником розроблено структуру та визначено функції фізкультурно-спортивного клубу за інтересами, що має функціонувати у міських парках.

В. А. Астаховим [18] вперше були розроблені соціально-педагогічні аспекти організації фізкультурно-оздоровчої роботи у місцях масового

відпочинку населення з використанням природніх умов міст та з урахуванням можливості надання комерційних послуг. Обґрунтовано зміст і методику роботи лікарсько-педагогічних консультативних пунктів та студентських педагогічних загонів як соціально-педагогічних засобів і умов організації самостійних й групових занять фізичною культурою у місцях масового відпочинку населення.

На початку 2000-х років в Україні продовжено науковий пошук використання міських парків для оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення. Зокрема, О. М. Жданова [75] досліджувала рекреаційний потенціал міських парків. С. Мельничук [138] вивчав історичні аспекти фізкультурно-оздоровчої діяльності у міських парках. Група молодих на той час науковців з'ясувала рекреаційно-оздоровчий потенціал регіонального ландшафтного парку «Знесіння» міста Львова [80].

Протягом останніх 10 років слід відзначити дослідження, що проведене О. М. Любченко [128] і присвячене визначенню еволюції європейського парку як природно-антропогенного і дозвіллево-розважального простору. Окрім цього уточнено особливості процесу інституалізації парків в Україні. Зарубіжні вчені вивчають особливості застосування тренажерів на відкритому повітрі в умовах міських парків [240].

Проведене нами дослідження показало ефективність використання спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення, зокрема у міських парках. Це, з однієї сторони, доповнило уже наведені наукові результати інших вчених в частині урізноманітнення форм та видів фізичної рекреації на відкритому повітрі в умовах міських парків, а з другої – показало більш універсальні можливості спортивної анімації, яка традиційно використовується в готелях на морських узбережжях.

Вперше термін «анімація» (від лат. animation – оживляти, надихати, одухотворювати) з'явився ще на початку ХХ століття у Франції у зв'язку з введенням закону про створення різних асоціацій і трактувалось як діяльність, що спрямована на посилення живого інтересу до культури,

художньої творчості. У другій половині минулого століття термін «анімація» стали використовувати вже у декількох значеннях, де анімація розглядається ще і як діяльність зі створення мультфільмів. До кінця ХХ століття соціально-культурна анімація являє собою самостійний напрям психолого-педагогічної діяльності у сфері культурного дозвілля [42, 121].

В ужитку туристичної діяльності та термінології готельного обслуговування виникло поняття «туристичної анімації» – вид діяльності, що скерована на задоволення анімаційних потреб туристів (осіб, які подорожують за межами місця їх постійного проживання на термін від 24 годин до одного року без здійснення будь-якої оплачуваної діяльності із зобов'язанням залишити країну або місце перебування у визначений термін). Анімація в туризмі являє собою цілісний процес взаємодії аніматорів з туристами на основі поєднання формального керівництва та неформального лідерства фахівця, який здійснює взаємодію. В результаті такої взаємодії задовольняються рекреаційно-оздоровчі, культурно-освітні, культурно-творчі потреби та інтереси учасників зазначеного процесу, створюються умови для формування соціально активної особи, яка здатна до перетворення оточуючої дійсності й себе у ній [42, 209].

Анімація в туризмі почала активно розвиватися в останній чверті ХХ століття, а за 15–20 років стала його невід'ємною складовою. Вона здійснюється на турпідприємстві (туркомплексі, готелі), транспортному засобі (круїзному теплоході, турпотязі, автобусі) або у місці перебування туристів (на міській площі, в театрах або парках міста), залучає туристів до різноманітних заходів через участь у спеціально розроблених програмах організації дозвілля. Основою туристичної анімаційної діяльності є використання людьми свого вільного часу для культурного саморозвитку та самореалізації, тому вона є суттєвою складовою туризмології [209].

Як зазначає Т. І. Ільтьо [91], добре організована анімаційна робота – це критерій успішності туристичної діяльності і вирішальна умова ефективного функціонування готельного підприємства. Правильно організована анімація

не залишає гостя без належної уваги, а значить, він постійно зайнятий тим видом дозвілля, що доставляє йому задоволення, викликає позитивні емоції, формує прекрасний настрій і збуджує бажання повертатися до таких емоцій знову, а отже, й повернутися у готель. Анімаційна діяльність для успішного функціонування повинна, з одного боку, дотримуватися концепції закладу, з іншого – збільшувати спектр ексклюзивних та різноманітних анімаційних послуг, які змусять постійних відвідувачів повернутися у заклад неодноразово, а також привернути увагу потенційних відвідувачів. На українському ринку готельних послуг є всі перспективи для розвитку анімаційної діяльності.

Серед значного розмаїття видів туристичної анімації особливе місце відводиться спортивній анімації (аквааеробіка, водні шоу, ігри у волейбол, баскетбол, теніс, рухливі ігри, оздоровчий фітнес, прокат велосипедів та роликів, стрільба з луку та арбалету, дайвінг-центр тощо), яка все частіше розглядається фахівцями як окремий вид фізичної рекреації.

Аналіз фундаментальних праць [13, 120, 212, 213] дозволяє стверджувати, що важливою складовою фізичної рекреації, як самостійного напрямку фізичної культури, є спортивна анімація – оздоровчо-рекреаційна рухова активність розважального характеру для отримання задоволення та посилення мотивації до активного відпочинку як необхідної умови ведення здорового способу життя.

Завдяки своїй значимості та затребуваності спортивна анімація останнім часом набуває ознак самостійного виду анімаційної діяльності, оскільки її використання виходить за межі туристичного та готельного бізнесу (де вона почала формуватись) і все частіше використовується на спортивних спорудах під час офіційних спортивних змагань та масових спортивних заходів, а також у навчальних закладах та місцях масового відпочинку населення. Це особливо важливо для забезпечення належної систематичності та регулярності у проведенні заходів з огляду на те, що поки

люди в основному під час проведення дозвілля лише епізодично мають можливість брати участь у таких заходах.

З точки зору системного підходу до анімаційної діяльності спортивна анімація виступає рекреаційною послугою, яка спрямована на формування анімаційного інтересу, задоволення специфічних потреб, та отримання позитивного анімаційного враження [43].

В системі туристичної рекреації уже накопичено відповідний досвід та система наукових знань [21, 121, 209, 238] щодо використання різних видів рухової активності (спортивної анімації) для покращення ефективності обслуговування туристів. В доповнення до цього, нами в результаті проведених досліджень доказана доцільність впровадження спортивної анімації й в місцях масового відпочинку населення, зокрема у міських парках під час їх вихідних та святкових днів. До реалізації відповідних програм можуть залучатись як місцеві жителі, так і туристи.

Окрім зазначеного нами в ході додаткових досліджень [154] встановлено, що саме спортивна анімаційна діяльність формує у підлітків з набутими вадами опорно-рухового апарату відчуття власної гідності та потреби людям; вона є найкращим засобом для відновлення соціальних зв'язків підлітків з набутими вадами опорно-рухового апарату. Саме спортивна анімація актуалізує духовні потреби підлітків з вадами, які згодом допоможуть у подоланні психологічних і фізичних обмежень. Спортивна анімація дозволяє переключитися підлітку з негативних психоемоційних станів на позитивні, які сприяють стимулюванню потенційних фізичних і творчих здібностей підлітків з набутими вадами опорно-рухового апарату.

В результаті проведеного нами дослідження набули подальшого розвитку теоретичні положення про технологізацію процесу фізичної рекреації. Суттєвий внесок у формування та розвиток концепції рекреаційно-оздоровчої діяльності різних груп населення зроблено науковою школою професора О. В. Андрєєвої. Цією вченою для підвищення ефективності залучення населення до занять руховою активністю та задоволення їх

рекреаційних потреб розроблено концепцію рекреаційно-оздоровчої діяльності різних груп населення, що є системою поглядів на теоретико-методологічні та технологічні засади вказаної діяльності, і складається з теоретичної і практичної складової. Теоретична складова концепції містить діалектичний, особистісний, аксіологічний, діяльнісний, синергетичний, соціально-культурний, системний підходи, що покладено в основу мети, завдань, принципів і умов її реалізації. Практична складова включає в себе технологію проектування рекреаційно-оздоровчої діяльності, що передбачала експериментально обґрунтовані форми, засоби і методи рекреаційно-оздоровчої діяльності різних груп населення; враховує принципи проектування, педагогічні умови ефективної реалізації її змісту в навчальних закладах, оздоровчих таборах відпочинку, фізкультурно-оздоровчих клубах [14].

Розроблена О. В. Андрєєвою технологія проектування знайшла своє практичне застосування з модифікацією окремих структурних компонентів залежно від об'єкту впровадження у процес фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку [220], практику роботи літніх оздоровчих таборів з дітьми середнього шкільного віку (11–14 років) [47], позаурочну фізкультурно-оздоровчу та рекреаційну діяльність школярів старших класів [105], процес фізкультурно-оздоровчої та рекреаційної діяльності осіб зрілого віку (на прикладі фізкультурно-оздоровчих боулінг-клубів) [162], а також у модель використання фітнес-технологій у процесі фізичного виховання для оздоровлення студентської молоді та організаційно-методичні засади її реалізації в умовах Палестини [215].

Базуючись на зазначених теоретичних та емпіричних даних, з однієї сторони, а з іншої – на положеннях про доцільність для соціальних систем, як особливо складних, здійснювати декомпозицію мети на цілі нижчого порядку, досягнення яких забезпечуватиме реалізацію мети системи [116, 176], нами було запропоновано визначати зміст технологічних операцій в залежності від первинних цілей фізичної рекреації. Така пропозиція



кореспондується з обґрунтованою ієрархією цілей системи спорту для всіх в Україні [66] та узгоджується із розробленою прогнозною моделлю розвитку громадського сектору в системі оздоровчо-рекреаційної рухової активності державних службовців (на матеріалі Фізкультурно-спортивного товариства «Спартак»), що зокрема ґрунтується на «дереві цілей» (основна–проміжні–первинні цілі), «проблемно-цільовому ромбі» та оптимальних завданнях для вирішення встановлених проблем і досягнення визначених цілей [19].

У ході проведеного нами дослідження отримано нові наукові знання, що розкривають додаткові особливості залучення волонтерів до організації і проведення рекреаційних заходів. Місцеві центри фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх», як комунальні установи, що покликані створювати сприятливі умови для залучення різних груп населення до оздоровчо-рекреаційної рухової активності за місцем проживання і відпочинку, мають недостатні кадрові ресурси для реалізації інноваційних технологій. У зв'язку із зазначеним нами запропоновано цим центрам використовувати для підготовки та реалізації програми зі спортивної анімації у міських парках команди волонтерів, укомплектовані студентами вищого навчального закладу, які здобувають фах у сфері фізичної культури і спорту. До складу такої команди входить 8–12 волонтерів, які за функціями розподіляються на: проектувальників; агітаторів; технічний персонал; спортивних аніматорів; менеджера. Результати проведеного нами експерименту та акти впровадження їх в практику підтвердили ефективність такої організації діяльності команд волонтерів місцевих центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх».

Отримані нами результати доповнюють наукові знання, що сформовані у дисертаційному дослідженні Т. Л. Лях [130]. Доведено, що за своєю сутністю соціально-педагогічна діяльність студентських волонтерських груп спрямована на створення сприятливих умов соціалізації, всебічного розвитку особистості, задоволення її соціокультурних потреб або відновлення соціально схвалених способів життєдіяльності людини. Працюючи на базі центрів

соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді, громадських організацій і вищих навчальних закладів, студентські волонтерські групи здійснюють соціально-педагогічну діяльність у профілактичному, інформаційно-просвітницькому, рекреативному, реабілітаційному, діагностико-корекційному, соціально-рекламному, соціально-побутовому, охоронно-захисному і фандрейзинговому напрямках. Напрямок діяльності студентської волонтерської групи, як правило, визначається місцем та завданнями організації, на базі якої вона функціонує. Вказана вчена обґрунтувала комплекс умов забезпечення діяльності студентських волонтерських груп. Об'єктивні умови становлять дві підгрупи: організаційні й методичні. Організаційні умови передбачають планування, організацію залучення та відбір волонтерів; управління роботою студентських волонтерських груп; адміністрування їх соціально-педагогічної діяльності; визнання та заохочення студентів-волонтерів. Методичними умовами є: вивчення потреб волонтерів у знаннях, уміннях та навичках, необхідних для роботи; упровадження програм їх підготовки; здійснення моніторингу й оцінки; супровід студентів-волонтерів шляхом супервізії та інтервізії. Суб'єктивними умовами забезпечення соціально-педагогічної діяльності студентських волонтерських груп є мотиваційні, особистісні та когнітивно-операційні характеристики студентів-волонтерів.

Охарактеризовані нами особливості залучення здобувачів вищої освіти до волонтерської діяльності, що сприяє формування практичних компетентностей майбутніх фахівців, підтверджують валідність розробленої З. П. Бондаренко [35] моделі організації волонтерської роботи майбутніх соціальних педагогів в умовах вищого навчального закладу. Ця модель спрямована на підвищення рівня підготовленості майбутніх соціальних педагогів до виконання професійних функцій через залучення їх до добровільної діяльності, підтримки та розвитку соціальних ініціатив. Вона поєднує на базі Центру соціальних ініціатив і волонтерства суб'єктів волонтерської роботи, визначає мету, завдання, напрями та зміст підготовки майбутніх соціальних педагогів у навчальному та позанавчальному процесі, позааудиторній роботі. У результаті експериментальної роботи відбулися

суттєві позитивні зрушення рівнів сформованості у майбутніх соціальних педагогів готовності до волонтерської роботи, що є інтегративним особистісним утворенням, ядро якого складають позитивне ставлення до професії, наявність певного комплексу знань, умінь та професійно-особистісних якостей, потрібних для успішного здійснення волонтерської роботи. Встановлено, що професійне становлення та особистісний розвиток майбутніх соціальних педагогів у вищому навчальному закладі забезпечується завдяки організації їх участі у волонтерській роботі. Завдяки цьому у нас є підстави стверджувати, що участь студентів, які навчаються за спеціальністю з фізичної культури і спорту, у волонтерській діяльності з проектування та реалізації програм спортивної анімації сприятиме їх подальшому професійному зростанню.

Проведене нами дослідження в частині використання команд волонтерів для досягнення важливого завдання із залучення різних груп населення до активного відпочинку підтверджує висновки І. В. Юрченко [228] про те, що процес становлення волонтерського руху в Україні як соціального інституту перебуває у завершальній фазі, рух розвивається і розширюється, активно продовжується робота з вдосконалення усіх його структур та систем.

Вперше за підсумками соціологічного дослідження нами визначено такі особливості активного відпочинку різних груп населення у місцях масового відпочинку (на матеріалі міських парків): здебільшого використовується як частина комбінованого відпочинку; реалізується переважно у вихідні та святкові дні; характеризується одноманітністю та домінуванням різних видів прогулянок; сучасні види фізичної рекреації, в тому числі спортивна анімація, ще не отримали належної популярності. Отже, активний відпочинок, зокрема у міських парках, ще не став поширеною формою реалізації дозвілля в Україні. Такий висновок узгоджується з результатами соціального моніторингу рівня залучення населення до спорту для всіх [64], відповідно до яких лише троє зі ста

громадян України мають достатню рухову активність для зміцнення здоров'я, для 6% – характерна помірна зайнятість спортом, а у кожного третього з опитаних була низька рухова активність оздоровчої спрямованості. Більшість населення (56% респондентів) протягом року жодного разу не використовувала свій вільний час для занять спортом для всіх. Отримані нами дані кореспондуються з результатами дослідження, проведеного Соціологічною групою «Рейтинг» у грудні 2016 року [86], проте, що лише 9% співгромадян займаються спортом майже щодня, 15% – сказали, що роблять це кілька разів на тиждень, 14% – кілька разів на місяць, 12% – кілька разів на рік; водночас половина опитаних не займаються спортом взагалі.

Пасивне ставлення населення до спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення, зокрема у міських парках, як вперше виявлено нами, обумовлено такими чинниками: недостатність відповідної пропаганди та інформування населення; низький рівень особистої культури здоров'я; обмеженість доходів населення; невміння організувати власне дозвілля; організаційними перешкодами (недостатнє фінансування відповідної роботи з місцевих бюджетів; відсутність фахівців для підготовки та реалізації програм спортивної анімації у міських парках; дефіцит спортивних споруд у місцях масового відпочинку населення).

За наслідками проведеного дисертаційного дослідження нами вперше виділено стимулюючі чинники впливу на залучення населення до спортивної анімації у міських парках, а саме: посилення мотивації до здорового способу життя та рухової активності; зняття психічної та фізичної втоми; досягнення належного фізичного стану; забезпечення інформаційно-заохочувального впливу засобів масової інформації; отримання задоволення від участі в програмах спортивної анімації; включення до програм спортивної анімації видів рухової активності, що відповідають потребам відвідувачів у різні вікові періоди; залучення до роботи з організації та проведення спортивної

анімації у місцях масового відпочинку населення центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх».

На основі отриманих нами результатів вперше науково обґрунтовано технологію проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків), що характеризується поєднання декомпозиції мети (основної цілі) на проміжні та первинні цілі, які обумовлюють відповідно складові технології та технологічні операції, а також врахуванням особливостей активного відпочинку різних груп населення та стримуючих і стимулюючих чинників залучення їх до спортивної анімації.

Таким чином, у ході проведеного нами дослідження отримано нові науково обґрунтовані результати, які вирішують актуальне завдання із проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення.

*Отримані результати дозволили підтвердити:*

- наявні положення про низький рівень залученості населення в Україні до оздоровчо-рекреаційної рухової активності (М. В. Дутчак [64], О. М. Кириленко [99], О. В. Андрєєва [14]);
- значні потенційні можливості міських парків для активного відпочинку різних груп населення (J. Kruger [253], G. Godbey, A. Mowen [244], О. М. Любченко [128], L. Cranney [240]);
- ефективність роботи центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» із залучення осіб до організованої рухової активності оздоровчої спрямованості під час дозвілля (М. В. Дутчак [66], О. М. Вареник [39], О. М. Жданова [79]);
- роль рухової активності як генеруючого чинника здорового способу життя (Н. Kohl [252], В. О. Кашуба [94], С. М. Футорний [214]).

*В ході дослідження доповнено та вдосконалено:*

- наукові положення про фізичну рекреацію у контексті залучення населення до рухової активності (Т. Ю. Круцевич [120], Є. Н. Приступа [212], А. Г. Фурманов [213], О. В. Андрєєва [13]);
- теоретичні та емпіричні знання про функціонування та розвитку анімаційної діяльності загалом та спортивної анімації зокрема (Л. В. Тарасов [204], M. Napierała [259], Camarda A. [238], А. І. Альошина [4]);
- відомості про технологічні особливості проектування та реалізації програм із залучення населення до оздоровчо-рекреаційної рухової активності (О.Л. Благій [31], К. Г. Пацалюк [162], R. J. Barcelona, M. S. Wells, S. Arthur-Banning [235]);
- підходи до відбору, підготовки та використання волонтерів для залучення населення до рухової активності (Т. Л. Лях [130], І. В. Юрченко [228], Л. Я. Чеховська [221]).

*Принципово новим в дисертації є:*

- використання диференціації мети соціальної системи на складові її цілі як основи для характеристики операцій розробленої технології, що враховує особливості, позитивні і негативних ознаки відповідного явища;
- визначення особливостей активного дозвілля осіб у міському парку як одному з місць масового відпочинку населення;
- з'ясування стримуючих та стимулюючих чинників впливу на залучення населення до спортивної анімації у міських парках;
- експериментальне обґрунтування ефективності запропонованої технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків).

## ВИСНОВКИ

1. Аналіз літературних джерел та інформаційних ресурсів мережі Інтернет з упровадження спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення свідчить, що вказана проблема обумовлена такими протиріччями між: значними потенційними можливостями оздоровчо-рекреаційної рухової активності розважального характеру для підвищення ефективності відпочинку й ведення здорового способу життя різних груп населення та недостатньою реалізацією цих можливостей у місцях масового відпочинку населення, насамперед у міських парках; практичною необхідністю впровадження програм спортивної анімації у міських парках та відсутністю науково обґрунтованої технології проектування та реалізації таких програм, що мають базуватись на вивченні особливостей, стримуючих та стимулюючих чинників цього процесу та відповідати сучасним концептуальним положенням технологізації активного дозвілля особистості.

2. Активний відпочинок різних груп населення в міських парках характеризується такими особливостями: вказаний вид відпочинку більшістю відвідувачів міських парків (53,7 %) використовується як частина комбінованого в поєднанні з пасивним, а для більш як третини (37,8 %) активний відпочинок є домінуючим; у міських парках для активного відпочинку використовуються переважно вихідні та святкові дні й триває він від однієї до більше як трьох годин у другій половині дня, на це вказала більшість респондентів; активний відпочинок відвідувачів міських парків характеризується одноманітністю та домінуванням різних видів прогулянок з використанням ходьби (відмітили 70,5 % опитаних) та бігу (20,0 %), рідше – велосипеда (15,0 %) та інколи – лиж (3,3 %); інші види рухової активності, що в основному реалізуються в міських парках, також є простими й традиційними, зокрема – це ранкова (40,8 %) та атлетична (11,5 %) гімнастики; сучасні види фізичної рекреації, в тому числі спортивна анімація, ще не отримали належної популярності в місцях масового відпочинку

населення, зокрема в міських парках; у заходах зі спортивної анімації не брала участі абсолютна більшість респондентів (84,2 %), хоча значна їх частина (46,2 %) вказують на важливість та своєчасність впровадження таких програм у місцях масового відпочинку населення; стан організації спортивної анімації у міських парках визначається більшою половиною експертів (53,6 %) як незадовільний.

3. Стримуючі чинники впливу на залучення населення до спортивної анімації у міських парках об'єднують причини, які обумовлюють пасивне ставлення населення до такого виду фізичної рекреації, а також виявлені організаційні перешкоди. Відвідувачі міських парків та експерти до числа головних таких причин відносять (за консолідованою оцінкою – середнє значення частки респондентів та експертів): 1) недостатність відповідної пропаганди та інформування населення (62,5 %); 2) низький рівень особистої культури здоров'я (38,5 %); 3) обмеженість доходів населення (37,8 %); 4) невміння організувати власне дозвілля (34,5 %). Серед організаційних перешкод провідне місце посідає недостатнє фінансування відповідної роботи з місцевих бюджетів (60,9 %), відсутність фахівців для підготовки та реалізації програм спортивної анімації у міських парках (46,9 %) і мала кількість тут спортивних споруд (30,3 %).

4. Стимулюючі чинники впливу на залучення населення до спортивної анімації у міських парках: посилення відповідної мотивації відвідувачів парків, зокрема формування потреб ведення здорового способу життя (консолідована оцінка респондентів та експертів – 62,1 %), рухової активності (40,9 %), зняття психічної та фізичної втоми (35,2 %), досягнення належного фізичного стану (32,3 %); забезпечення інформаційно-заохочувального впливу засобів масової інформації на відвідувачів міських парків (41,1 %); отримання особами різних вікових груп задоволення від участі в програмах спортивної анімації (31,8%); включення до програм спортивної анімації для осіб юнацького віку оздоровчих видів гімнастики (на це вказало 38,5 % респондентів відповідної вікової групи), рекреаційних



рухливих ігор (25,0 %) та елементів народних і сучасних танців (17,3 %), для осіб зрілого віку – рекреаційних рухливих ігор (41,1 %), оздоровчих видів гімнастики (36,7 %), оздоровчої ходьби та бігу (16,8 %), а для осіб похилого та старшого віку – оздоровчої ходьби і бігу (59,3 %), оздоровчих видів гімнастики (15,7 %), рекреаційних рухливих ігор (13,9 %) та елементів народних і сучасних танців (11,1 %); залучення до роботи з організації та проведення спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» (консолідована оцінка респондентів та експертів – 66,3 %), органів місцевого самоврядування (59,9 %), засобів масової інформації (43,7 %) та міських парків (40,6 %).

5. Серед п'яти напрямів удосконалення роботи з впровадження спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків) найбільш значимим експерти визначили «обґрунтування та використання технології проектування та реалізації спеціальних програм» (сума рангів – 36). Установлено високий рівень узгодженості зазначених оцінок експертів (коефіцієнт конкордації Кенделла –  $W = 0,81$ ); цей рівень характеризується й високою статистичною значущістю ( $\chi^2 = 90,72$ ,  $p \leq 0,01$ ).

6. Обґрунтовано технологію проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків), теоретико-методологічною основою якої є базові положення технологізації зазначеного процесу (сучасне трактування основних положень, принципи, вимоги та характерні ознаки відповідних програм, запропонована нами гіпотеза про доцільність поєднання в структурі вказаної технології декомпозиції основної цілі та технологічних операцій).

Мета (основна ціль) розробленої технології – впровадження спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення, зокрема у міських парках, для підвищення рівня оздоровчо-рекреаційної рухової активності особи і на цій основі покращення її фізичного та психічного стану й залучення до здорового способу життя. Для досягнення цієї мети її доцільно розділи на дві

проміжні цілі: визначення змісту програм спортивної анімації та залучення осіб до виконання програм спортивної анімації.

Перша проміжна ціль реалізується в процесі проектування вказаних програм (перша складова технології) та диференціюється на такі первинні цілі і обумовлені ними технологічні операції: здійснення аналізу потенціалу існуючої матеріально-технічної бази досягається шляхом ознайомлення та опису наявного простору та споруд, інвентарю та обладнання; наведення характеристики спрямованості та структури програм з урахуванням вікових та статевих особливостей відвідувачів – проведення їх опитування на вказаний предмет, а також для виявлення відповідних інтересів та потреб; комплектування програм – формування та регулярне поновлення банку засобів різних видів рухової активності, що можуть використовуватись у спортивній анімації, та описання програми.

Другій проміжній цілі відповідає друга складова технології – реалізація програм, що передбачає такі первинні цілі та детерміновані ними технологічні операції: поява у відвідувачів інтересу до програм досягається шляхом інформування про їх зміст, переваги й привабливі характеристики; підготовка місця для анімаційних заходів програм – проведення розмітки та озвучення майданчиків, виділення необхідного інвентарю та обладнання; безпосереднє проведення заходів програм – забезпечення участі в них відвідувачів; визначення ефективності програм – здійснення тестування та опитування відвідувачів; корекція програм спортивної анімації – внесення змін до змісту, місця проведення та розкладу заходів у межах програми як в процесі її реалізації, так і після завершення під час її проектування для нового сезону.

7. Після впровадження технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків) відзначено статистично достовірне підвищення рівня рухової активності як у батьків ( $\chi^2 = 10,41$ ;  $p < 0,01$ ), так і у дітей ( $\chi^2 = 6,50$ ;  $p < 0,05$ ). Після експерименту чоловіки і жінки стали витратити на рухову активність

різної спрямованості, передусім під час дозвілля, більше часу, ніж до його проведення, у 3,3 та 3,9 разів відповідно. У їхніх дітей 8–10 років збільшилась тривалість виконання вправ помірної інтенсивності (у дівчаток – у 2,7 разів, хлопчиків – у 3,9 разів), а рухової активності високої інтенсивності – у 1,8 разів як у дівчаток, так і хлопців. Зафіксовано тенденцію до підвищення рівня задоволення від участі у вказаних програмах осіб різних вікових та гендерних ознак. Позитивною є динаміка психоемоційного стану батьків (статистично достовірно ( $p < 0,05$ ) збільшилась частка осіб із середнім та високим рівнями активності та самопочуття). Зросла кількість батьків ( $p < 0,05$ ), маса тіла яких відповідає нормі. Участь у програмах спортивної анімації та обумовлене цим підвищення рівня рухової активності різної спрямованості детермінували підвищення резервів функціонування серцево-судинної та дихальної систем як у батьків, так і у дітей. Серед показників фізичної підготовленості у чоловіків та жінок відзначено статистично достовірний ( $p < 0,01$ ) приріст силових здібностей та гнучкості, а у їхніх дітей аналогічно покращились показники сили та витривалості, а також гнучкості ( $p < 0,01$ ) – у хлопчиків та спритності ( $p < 0,05$ ) – у дівчаток. Відбулась переорієнтація поведінки батьків щодо розуміння важливості та необхідності дотримання здорового способу життя. Значна частина дітей (71,9 %) змінила зміст свого дозвілля з пасивного на використання різних видів рухової активності.

Синтезування результатів проведеного експерименту свідчить, що обґрунтована нами технологія забезпечує підвищення рівня оздоровчо-рекреаційної рухової активності особи й на цій основі покращення її фізичного та психічного стану й залучення до здорового способу життя.

*Перспективи подальших досліджень* вбачаються в обґрунтуванні та впровадженні програм спортивної анімації в різних місцях масового відпочинку населення (на центральних міських майданах, міських пляжах, у торговельних комплексах та інших).

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абрамов Л.К. Центр місцевої активності для розвитку громад / Л. К. Абрамов, Т. В. Азарова. – Кіровоград: ІСКМ, 2012. – 144 с.
2. Авансова Г.А. Культурно-досуговая деятельность: Теория и практика организации : Учебное пособие для студентов вузов / Г. А. Аванесова. – М.: Аспект Пресс, 2006. – 236 с.
3. Агеева И.С. Возможности использования анимационных программ в туризме / И.С. Агеева. – Молодой ученый. – 2012. – №6. – С.123–125.
4. Альошина А. І. Анімація як вид рекреаційної діяльності / Алла Альошина, Олександр Бичук, Анастасія Альошина // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт : журнал / уклад. А. В. Цьось, А. І. Альшина. – Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2016. – Вип. 21. – С. 15–18.
5. Амман Г. Социально-культурная анимация в Швейцарии / Г. Амман // Теория и практика социальной работы: отечественный и зарубежный опыт: В 2х т. – М.; Тула, 1993. – Т. 1. – С. 230.
6. Андреева О. Аналіз мотиваційних теорій у сфері оздоровчої фізичної культури та рекреації / О. Андреева // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2004. – № 2. – С. 81–84.
7. Андреева О. Розробка та впровадження технології проектування активної рекреаційної діяльності різних груп населення [Електронний ресурс] / Андреева Олена. – Режим доступу до ресурсу: [file:///C:/Users/User/Downloads/svp\\_2015\\_1\\_2%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/svp_2015_1_2%20(1).pdf)
8. Андреева О. Соціально-психологічні чинники, що детермінують рекреаційно-оздоровчу активність осіб різного віку / Олена Андреева // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2014. – № 3. – С. 25–30.
9. 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.

10. 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.

11. Андреева О. Пріоритетні напрями наукових досліджень сфери фізичної рекреації / О. Андреева, В. Кашуба // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2011. – № 3. – С. 31–35.

12. Андреева О. Концептуальні та прикладні аспекти технологізації проектувальної діяльності в сфері фізичної рекреації / Олена Андреева // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2013. – №1. – С. 35–39.

13. Андреева О. В. Фізична рекреація різних груп населення: [монографія] / О. В. Андреева. – К.: ТОВ «НВП Поліграфсервіс», 2014. – 280 с.

14. Андреева О. В. Теоретико-методологічні засади рекреаційної діяльності різних груп населення: автореф. дис. ... д-ра наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / О. В. Андреева; Нац. ун-т фізичного виховання і спорту України. – К., 2014.– 44 с.

15. Андрусяк Н. С. Рекреаційна діяльність молоді м. Чернівці/Н.С. Андрусяк // Науковий вісник Чернівецького університету: збірник наукових праць. Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2014. – С.112–116.

16. Анікієв Д. М. Рухова активність у способі життя студентської молоді : автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Д. М. Анікієв; Нац. ун-т фізичного виховання і спорту України. – К., 2012. – 19 с.

17. Апанасенко Г. Л. Медицинская валеология / Г. Л. Апанасенко, Л. А. Попова. – Ростов н/Д. : Феникс, 2000. – 248 с.

18. Астахов В. А. Социально-педагогические аспекты организации физкультурно-оздоровительной работы в городских зонах отдыха (на примере г. Днепропетровска): автореф. дис. на соиск. учен. степени канд. пед. наук / В. А. Астахов. – М., 1994. – 22 с.

19. Баженков Є. В. Функціонування та розвиток громадського сектору в системі оздоровчо-рекреаційної рухової активності державних службовців:

автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Є. В. Баженов; Нац. ун-т фізичного виховання і спорту України. – К., 2016. – 21 с.

20. Байлик С. И. Вступление в анимацию гостеприимства: учеб. пособие / С. И. Байлик. – Х.: Прапор, 2006. – 160 с.

21. Байлик С. І. Організація анімаційних послуг в туризмі : навч. посібник / С. І. Байлик, О. М. Кравець. – Харків : ХНАМГ, 2008. – 197 с.

22. Барканова О.В. Теоретические основы и психологическая диагностика здоровья личности: учебное пособие. – Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. – Красноярск, 2014. – 365 с.

23. Безверхня Г. В. Мотивація до занять фізичною культурою і спортом школярів 5-11 класів : автореф. дис. на здобуття наукового ступеню канд. наук з фізичного виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Г. В. Безверхня. – Львів, 2004. – 23 с.

24. Безверхня Г. В. Фактори, що впливають на вибір дозвілля людини. / Г. В. Безверхня // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2009. – №2–3. – С. 56–60.

25. Безверхня Г. В. Формування ціннісних орієнтацій у процесі фізичного виховання / Г. В. Безверхня // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. – Харків, 2009. – № 3. – С. 24–28.

26. Беспалько О. В. Організація соціально-педагогічної роботи з дітьми та молоддю у територіальній громаді: теоретико-методичні основи [монографія] / О. В. Беспалько. – К., 2006. – 457с.

27. Беспалько В. П. Слагаемые педагогической технологии / В. П. Беспалько. – М.: Высшая школа, 1989. – 300 с.

28. Бельгийский тест [електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: [http://heartschool.com.ua/in\\_touch\\_with\\_dr/tips/1227/](http://heartschool.com.ua/in_touch_with_dr/tips/1227/)

29. Белецька І. В. Сучасна соціокультурна ситуація у сфері дозвілля молоді / І. В. Белецька // Вісник Луганського національного університету ім. Тараса Шевченка. – Луганськ, 2010. – №9. – С.71–76.

30. Благій О. Вплив анімаційних програм на психоемоційний стан дітей шкільного віку / Олександра Благій, Олена Андреева // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2013. – № 3. – С. 32–35.

31. Благій О. Л. Сучасні підходи до управління фізичним станом чоловіків зрілого віку в процесі кондиційного тренування / Олександра Благій // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2015. – № 1. – С. 22–25.

32. Божук Т. І. Інноваційні підходи до організації анімації в рекреаційно-туристичній діяльності [Електронний ресурс] / Божук Т. І. – Режим доступу: [http://vlp.com.ua/files/64\\_1.pdf](http://vlp.com.ua/files/64_1.pdf)

33. Бойко О. П. Культура дозвілля: трансформації та перспективи розвитку в добу глобалізації: автореф... дис. докт. філос. наук: 09.00.04/ О. П. Бойко. – Харків, 2011. – 34 с.

34. Бондар А. С. Менеджмент рекреаційно-оздоровчої роботи: навч. посібник / А. С. Бондар. – Харків, 2010. – 178 с.

35. Бондаренко З. П. Організація волонтерської роботи майбутніх соціальних педагогів в умовах вищого навчального закладу: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.05 / З. П. Бондаренко; Академія пед. наук України. Ін-т проблем вих. – К., 2008. – 23 с.

36. Бочелюк В. Й. Дозвіллезнавство: навч. посіб. / В. Й. Бочелюк, В. В. Бочелюк. – К.: Центр навчальної літератури. – 2006. – 208 с.

37. Бреславська Г. Б. Проектна технологія організації культурного дозвілля сучасної молоді / Г. Б. Бреславська, З. Г. Дзюба, М. Ю. Коржевський // Слобожанський науковий вісник. – 2009. – С. 292–295.

38. Букарева Т. В. Художня освіта та дозвілля: зарубіжні практики [Електронний ресурс] / Т. В. Букарева. – Режим доступу до ресурсу: <http://knukim.edu.ua/wp-content/uploads/2016/06/5.pdf>

39. Вареник О. М. Організаційна взаємодія між суб'єктами спорту для всіх на місцевому рівні: автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / О. М. Вареник; Нац. ун-т фізичного виховання і спорту України. – К., 2014. – 20 с.

40. Васкан І. Науково-методичні основи розвитку рухової активності підлітків у позаурочній діяльності / Іван Васкан // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : збірник наукових праць. – 2014. – № 2 (26). – С. 24-30.

41. Воловик А. Ф. Педагогіка дозвілля: підручник / А. Ф. Воловик, В. А. Воловик. – Харків: ХДАК, 1999. – 332 с.

42. Воронина А. Б. Анимация, анимационная деятельность: сущность понятий / А. Б. Воронина // Ученые записки Таврического национального университета им. В.И.Вернадского, Серия «География». – Том 25(64). – 2012. – № 3. – С. 49–55.

43. Вороніна Г. Анімаційний інтерес і ресурси анімації як фактор розвитку атрактивності території / Ганна Вороніна, Ілля Воронін // Наукові записки, серія «Рекреаційна географія і туризм». – 2011. – С. 157–162.

44. Воронова В. И. Психология здоровья: учеб.-метод. Пособие для студентов высш. учеб. заведений физ. воспитания и спорта / В. И. Воронова, И. В. Толкунова, А. Р. Гринь и др. – К.: НУФВСУ, изд-во «Олимп. лит.», 2014. – С. 6–8.

45. Воскобойников В. Н. Становление и развитие советских парков культуры и отдыха (на материалах деятельности парков Москвы и Ленинграда в годы довоенных пятилеток 1928-1940 гг): автореф. дис. на соиск. учен. степени канд. пед. наук / В. Н. Воскобойников. – М., 1977. – 24 с.

46. Всеукраїнське дослідження про стан здоров'я українців [електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://healthy.org.ua/uk/>

47. Гакман А. В. Організація рекреаційно-оздоровчої діяльності дітей 11-14 років в умовах дитячого табору відпочинку : автореф. дис... канд. наук



з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / А. В. Гакман; Нац. ун-т фізичного виховання і спорту України. – К., 2012.– 20 с.

48. Гальперина Т. И. Режиссура курортно-досуговых программ в работе менеджера туристской анимации: Учеб. пособие / Т. И. Гальперина. – М.: Советский спорт, 2006. – 168 с.

49. Гальперина Т. И. Режиссура культурно-досуговых программ в работе менеджера туристской анимации: Учебное пособие / Т. И. Гальперина; Российская международная академия туризма. – М.: Советский спорт, 2008. – 292 с.

50. Гаранин Н. И. Менеджмент туристской и гостиничной анимации / Н. И. Гаранин, И. И. Булыгина. – М. : Советский спорт, 2004. – 127 с.

51. Гозак С. В. До питання оцінки адаптаційно-резервних можливостей організму дітейшкільного віку в гігієнічних дослідженнях / С. В. Гозак, О. Т. Слізарова // Гігієна населених місць. – 2012. – № 59. – С. 285–293.

52. Головки О.М. Організація готельного господарства / О. М. Головки. – К.: Кондор, 2011. – 408 с.

53. Горохов В. А. Спортивные парки [Электронный ресурс] / В. А. Горохов. – Режим доступа до ресурсу: <http://landscape.totalarch.com/>

54. Гудзовский С. И. Социальное проектирование: учебно-методическое пособие / С. И. Гудзовский. – Самара, 2003. – 25 с.

55. Дедурина Т. В. Функциональный подход к развитию анимационной деятельности учреждений культуры: социально-культурный аспект : автореф. дис. на соискание научн. степ. канд. пед. Наук / Т. В. Дедурина. – М. : МГУКИ, 2009. – 25 с.

56. Демченко О. А. Социально-культурные технологии рекреации городского населения в парках культуры и отдыха : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.05 / О. А. Демченко; Моск. гос. ун-т культуры и искусств. – М., 2007. – 23 с.

57. Державний комітет статистики України 2010. – [Електронний ресурс] / Експрес-випуск. – 2010. – 15 січня. – № 9 // Веб-сайт Держкомстату України. – Режим доступу: [www.ukrstat.gov.ua](http://www.ukrstat.gov.ua).
58. Джозеф Пайн П. Б. Экономика впечатлений / Пайн П. Б. Джозеф, Д. Гилмор. – Вильямс, 2005. – 304 с.
59. Дийчаківська І. М. Інноваційні педагогічні технології: навч. посібник / І. М. Дийчаківська. – К.: Академвидав, 2004. – 352 с.
60. Дозвілля очима європейських соціологів // Посвіт. – 2000. – № 2. – С. 34–38.
61. Доронкина Е. Г. Теория и практика организации рекреационной деятельности в США: Автореф. дис. на соиск. учен. степени канд. пед. наук / Е. Г. Доронкина. – М.: МГИК, 1990. – 16 с.
62. Дутчак М. В. Рухова активність у здоровому способі життя: стан та перспективи / М. В. Дутчак // Матеріали II Всеукр. конф. “Здоровий спосіб життя – здорова нація – здорове суспільство”, Кіровоград: КНТУ, 2011. – С. 64–67.
63. Дутчак М. В. Спорт для всіх в Україні: результати загальнонаціонального опитування / М. В. Дутчак // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. Х., 2006. – № 2. – С. 37–43.
64. Дутчак М. В. Моніторинг рівня залучення населення до спорту для всіх: результати всеукраїнського опитування та експертного оцінювання. М. В. Дутчак, П. М. Мартин, О. О. Ляшенко, М. Л. Касьян, Г. А. Володін. – К.: ПП “Алекс Принтер”, 2008. – 18 с.
65. Дутчак М. В. Теоретичні аспекти впливу способу життя на здоров’я молоді [Електронний ресурс] / М. В. Дутчак, О. Л. Благій // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – 2011. – Випуск 91. – Т. I. – С. 147–149.

66. Дутчак М. В. Теоретико-методологічні засади формування системи спорту для всіх в Україні: дис. ... д-ра наук з фіз. вих. та спорту: 24.00.02 / Мирослав Васильович Дутчак. – К., 2009. – 457 с.

67. Дутчак М. В. Актуалізація проблеми підготовки та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення / М. В. Дутчак, Л. В. Пасічняк // Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. – 2012. – Вип. 16. – С. 54–58.

68. Дутчак М. В. Обоснование технологии социального прогнозирования в области физической культуры и спорта / М. В. Дутчак, Е. В. Баженов // XVIII Международный научный конгресс «Олимпийский спорт и спорт для всех» 1-4 октября 2014 г.: материалы конгресса. – Алма-Ати: Казахская академия спорта и туризма, 2014. – С. 260–263.

69. Дутчак М.В. Парадигма оздоровчої рухової активності: теоретичне обґрунтування і практичне застосування / М.В. Дутчак // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2015. – № 2. – С. 44–52.

70. Дутчак М. В. Теоретичний аналіз дефініції «оздоровчо-рекреаційна рухова активність» [електронний ресурс] / М. В. Дутчак, Є. В. Баженов // Спортивна наука України. – 2015. – № 5(69). – С. 21–26. – Режим доступу до ресурсу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/356/345>

71. Европейская база данных "Здоровье для всех" (HFA-DB-2012 г.) [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: [http://data.euro.who.int/hfaddb/shell\\_ru.html](http://data.euro.who.int/hfaddb/shell_ru.html)

72. Енциклопедія освіти / Академ. пед. наук України ; головний ред. В. Г. Кремень. – К.: Юрінком Інтер, 2008. – 1040 с.

73. Епифанова В. А. Лечебная физкультура и врачебный контроль / В. А. Епифанова, Г. Л. Апанасенко. – М.: Медицина, 1990. – 368 с.

74. Еракова Л. А. Двигательная активность как фактор здорового образа жизни студенческой молодежи / Л. А. Еракова, А. А. Довгич // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15 «Науково-

педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт). – 2012. – Вип. 25. – С. 74–78.

75. Жданова О. М. Рекреаційний потенціал міських парків / О. М. Жданова // Матеріали Міжнародної конференції «Зелені міські зони – від проблем до розв'язків». – Львів, 2005. – С. 112–114.

76. Жданова О. Аналіз обсягів співпраці центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» / Ольга Жданова, Мирослава Данилевич, Любов Чеховська // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2010. – №2. – С. 71–77.

77. Жданова О. Форми залучення населення до рухової активності / Ольга Жданова, Любов Чеховська // Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : матеріали ІХ Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. – Львів, 2014. – С. 208–214.

78. Жданова О. Заходи залучення школярів до спеціально організованої рухової активності на дозвіллі / Ольга Жданова, Любов Чеховська // Молода спортивна наука України. – 2014. – Т.4. – С.26–32.

79. Жданова О. Удосконалення засад проведення моніторингу рівня охоплення населення масовим спортом / Л. Чеховська, О. Жданова, У.Шевців // Фізична культура, спорт та здоров'я: матеріали XIV Міжн. наук.-пр. конф. – Харків: ХДАФК, 2014. – С.22–24.

80. Жужевич К. Рекреаційно-оздоровчий потенціал регіонального ландшафтного парку «Знесіння» / К. Жужевич, С. Мельничук, В. Терлецький // Спортивная наука на рубеже столетий: материалы Международной конференции студентов, Киев, 25-27 мая 2000 г. – К, 2000. – С. 160–161.

81. Жуков Ю. М. Педагогические условия использования средств оздоровительной физичекой культуры организаторами анимационных програм в системе гостиничного обслуживания: дис... канд.. пед. наук: 13.00.04 / Ю. М. Жуков; Санкт-Петербургский институт гостеприимства. – Смоленск, 2005. – 169 с.

82. Жукова Н. В. Парк культуры и отдыха как специфическое культурно-просветительное учреждение: автореф. дис. на соиск. учен. степени канд. пед. наук / Н. В. Жукова. – Л., 1983. – 16 с.

83. Журавлева М. М. Анимация в рекреации и туристской деятельности: курс лекций / М. М. Журавлева. – Иркутск: ООО «Мегапринт», 2011. – 135 с.

84. Засимович Е. С. Новый язык туризма – анимация / Е. С. Зосимович, И. И. Волобуева // Современные проблемы сервиса и туризма. – 2010. – С. 41–48.

85. Захаріна Є. А. Формування мотивації до рухової активності у процесі фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів : автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Є. А. Захаріна; Нац. ун-т фізичного виховання і спорту України. – К., 2008.– 22 с.

86. Здоров'я та самопочуття українців [електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу:

[http://ratinggroup.ua/research/ukraine/zdorove\\_i\\_samo chuvstvie\\_ukraincev.html](http://ratinggroup.ua/research/ukraine/zdorove_i_samo chuvstvie_ukraincev.html)

87. Здоровье – 21: Основы политики достижения здоровья для всех в Европейском регионе ВООЗ / Европейская серия по достижению здоровья для всех. – №5. – Копенгаген, 2000. – 310 с.

88. Земцова В. Здоров'я чоловічої популяції в Україні та світі: проблеми та підходи до вирішення / В. Земцова, Є. Зубковська // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2013. – № 2. – С. 22–31.

89. Земцова І. І. Спортивна фізіологія / І. І.Земцова – К.: Олімп. л-ра, 2008. – 208 с.

90. Злагодух Г. В. Анімаційна робота у зарубіжному молодіжному туризмі в контексті діяльності БММТ «Супутник» / Г. В. Злагодух // Збірник наукових праць: наукові записки Рівненського державного гуманітарного університету. – 2011. – Випуск 17, Том 2. – С. 122–128.

91. Ільтьо Т. І. Розвиток та впровадження анімаційної діяльності в готельному господарстві на українському і світовому ринках [електронний

ресурс] / Т. І. Ільтьо // Електронне наукове видання «Глобальні та національні проблеми економіки». – 2015. – Випуск 6. – С. 174–178. – Режим доступу до ресурсу: <http://global-national.in.ua/archive/6-2015/35.pdf>

92. Карпук Н. Особливості формування мотивації до фізкультурно-оздоровчих занять жінок першого зрілого віку, які працюють у сфері організаційного менеджменту / Надія Карпук // Молода спортивна наука України. – 2013. – Т.4. – С. 83-87

93. Кашуба В. Проектування системи моніторингу фізичного стану школярів на основі інформаційних технологій / В. Кашуба, О. Андреева, К. Сергієнко, Н. Гончарова // Теорія і методика фізичного виховання і спорту, 2006. – №3. – С. 61 – 68.

94. Кашуба В. О. Оцінювання та аналіз складових здорового способу життя студентської молоді / В. О. Кашуба, С. М. Футорний, О. В. Андреева // Педагогіка, психологія, медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. пр. Харків: ХДАДМ, 2012. – № 7. – С. 59-65.

95. Кашуба В. Современные подходы, методики и технологии к формированию здорового образа жизни студентов в процессе физического воспитания / В. Кашуба, М. Дудко // Молодіж. наук.вісн. Східноєвроп. нац. ун- ту ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2015. – Вип. 17. – С. 52–57.

96. Килимистий С. М. Анімація в туризмі / С. М. Килимистий. – Київ: ФПУ, 2007. – 188 с.

97. Килимистий С. М. Соціокультурний аналіз анімації в туризмі / С. М. Килимистий // Культура і сучасність. – 2011. – № 1. – С. 142–146

98. Килимистий С. М. Сутність анімації в туризмі як культурної практики [Електронний ресурс] / С. М. Килимистий. – Режим доступу до ресурсу: [www.nbuv.gov.ua/old\\_jrn/Soc\\_Gum/Pk1/2009\\_25/Kylymystyj\\_S.M.pdf](http://www.nbuv.gov.ua/old_jrn/Soc_Gum/Pk1/2009_25/Kylymystyj_S.M.pdf)

99. Кириленко О. М. Трансформації інституту спорту в сучасному українському суспільстві: автореф. дис... д-ра соціологічних наук: 22.00.03 / О. М. Кириленко; Київський нац. ун-т ім. Тараса Шевченка. – К., 2013. – 34 с.

100. Киселева Т. Г. Теория досуга за рубежом / Т. Г. Киселева. – М., 1992. – 157 с.
101. Кілінська К. К. Парки-пам'ятки садово-паркового мистецтва Чернівецької області – об'єкти рекреаційного природокористування / К. Кілінська, Т. Скутар, Л. Лопушняк, Д. Паламар // Географія та туризм. – 2013. – Випуск 25. – С. 138–151.
102. Кірсанов В. В. Класифікація функцій і підготовка кадрів соціокультурних аніматорів у французькій культурології дозвілля (60-90-ті роки ХХ ст.) / В.В.Кірсанов // Вісник Книжкової палати. – 2000. – №5. – С. 24–29.
103. Класифікатор професій ДК 003: 2010 [Електронний режим] / Класифікатор професій ДК 003: 2010. – Режим доступу до ресурсу: <http://www.dk003.com/>
104. Клиорина Г. И. Вопросы проектирования маршрутов терренкуров на городских рекреационных территориях: автореф. дис. на соиск. учен. степени канд. тех. наук / Г. И. Клиорина. – Л., 1975. – 24 с.
105. Ковальова Н. В. Технологія проектування позакласної роботи старшокласників з фізичного виховання: автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Н. В. Ковальова; Нац. ун-т фізичного виховання і спорту України. – К., 2013.– 22 с.
106. Ковтун В. Д. Парки культури відпочинку у сфері індустрії розваг [Електронний ресурс] / В. Д.Ковтун. – Режим доступу: [http://culturalstudies.in.ua/knigi\\_8\\_38.php](http://culturalstudies.in.ua/knigi_8_38.php).
107. Козина Ж. Теоретико-методические основы применения инновационных технологий для формирования здорового образа жизни людей разных возрастных групп / Жаннета Козина // Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наукових праць / Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського; головний редактор В.М. Костюкевич. – Вінниця: ТОВ «Планер», 2015.– Випуск 19 (Том 1). – С. 197–205.

108. Концепція Загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2012-2016 роки, схвалена розпорядженням Кабінету Міністрів України від 31 серпня 2011 р. № 828-р [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу:

<http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/828-2011-%D1%80>

109. Копієвська О. Р. Використання сучасних рекреаційних технологій у парковій індустрії / О. Р. Копієвська // Матеріали міжнародної науково-практичної конференції «Педагогічні та рекреаційні технології в сучасній індустрії дозвілля». – К., 2004. – С. 38–39.

110. Копієвська О. Р. Соціально-культурні аспекти організації діяльності парків в країнах зарубіжжя: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.06 / О. Р. Копієвська; Київ. нац. ун-т культури і мистец. – К., 1999. – 19 с.

111. Корягін В. М. Оздоровча фізична культура в житті дорослого населення / Корягін В. М., Блавт О. З., Безгребельна О. П., Людовік Т. В. // Теорія та методика фізичного виховання. – 2012. – № 5. – С. 8–11.

112. Костенко А. В. Патент на корисну модель «Спосіб оцінки адаптаційних можливостей у дітей 6-17 років». – Патент на корисну модель № 26173, № 200703861; Заявл. 06.04.07; Опубл. 10.09.2007. Бюл. № 14 (співавт. Квашніна Л. В., Маковкіна Ю.А., Кузюк Л. Г.)

113. Костюкевич В. М. Основи науково-дослідної роботи магістрантів та аспірантів у вищих навчальних закладах (спеціальність: 017 Фізична культура і спорт): навч. посібник / В. М. Костюкевич, В. І. Воронова, О. А. Шинкарук, О. В. Борисова; за заг. ред. В. М. Костюкевича. – Вінниця: ТОВ «Нілан – ЛТД», 2016. – 554 с.

114. Кравченко А. І. Рухова активність як основа життєдіяльності сучасної людини / А. І. Кравченко – Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів і студентів України: матеріали XI Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених з міжнародною участю: у 2 т./ відп.



ред. М. О. Лянной; наук. ред. Т. О. Лоза. – Суми: СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2011. – Т.2. – С.60–65.

115. Кравченко А. С. Физкультурно-оздоровительная работа в зонах массового отдыха населения как направление дальнейшего совершенствования физкультурного движения: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры / Кравченко Александр Сергеевич. – К., 1991. – 220 с.

116. Кремень В. Г. Філософія управління: підручник для студ. вищ. навч. закл. / В. Г. Кремень, С. М. Пазиніч, О. С. Пономарьов. – К.: Знання України, 2007. – 360 с.

117. Крот О.М. Роль культурно-дозвілєвої сфери в економічному розвитку регіону: аналіз понятійно-категорійного апарату / О.М.Крот // Глобальні та національні проблеми економіки. – 2014. – Випуск 2. – С. 840–843

118. Круцевич Т. Ю. Зарубіжний досвід організації рекреаційної діяльності дітей в умовах паркових комплексів / Тетяна Круцевич, Наталія Пангелова // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2013. – № 2. – С. 41-43.

119. Круцевич Т. Ю. Історія розвитку фізичної рекреації : навч. посіб. / Т. Ю. Круцевич, Н. Є. Пангелова, С. Б. Пангелов. – К. : Академвидав, 2013. – 160 с.

120. Круцевич Т. Ю. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. – К. : Олімпійська література, 2010. – 246 с.

121. Курило Л. В. Теория и практика анимации: Ч. 1. Теоретические основы туристической анимации / Л. В. Курило. – М.: Советский спорт, 2006. – 195 с.

122. Курило Л. В. Основы экскурсионной деятельности: учебное пособие / Л. В. Курило, Е. В. Смирнова. – М.: Советский спорт, 2012. – 208 с.

123. Куцевич В. Соціологічні аспекти вільного часу як передумови формування типології закладів дозвілля [Електронний ресурс] / Вадим Куцевич. – Режим доступ до ресурсу:

[file:///C:/Users/User/Downloads/Uam\\_2014\\_23\\_10.pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/Uam_2014_23_10.pdf)

124. Левандовська Л. Основи та критерії оптимального нормування рухової активності школярів старших класів / Любов Левандовська // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: збірник наукових праць, 2013. – № 1 (21). – С. 181–185.

125. Лесіна Т. М. Анімація як інноваційний напрям соціально-педагогічної роботи в Польщі / Т. М. Лесіна // Соціальна педагогіка: теорія та практика. – 2012. – № 2. – С. 101–106.

126. Лесіна Т. М. Соціально-педагогічні умови стимулювання майбутніх соціальних педагогів до анімаційної діяльності: автореф...дис. пед. наук: 13.00.05 / Т. М. Лесіна / Луганський національний ун-т ім. Т. Шевченка. – Луганськ, 2009. – 22 с.

127. Літвінова-Головань О. Аналіз підготовки фахівців із дозвільної анімації у сучасних вищих навчальних закладах України / Ольга Літвінова-Головань, Лариса Безкоровайна// Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету: серія педагогіка. – 2014. – №2(13). – С. 339–344.

128. Любченко О. М. Парк в контексті дозвіллево-розважальних парадигм європейської культури: автореф. дис... канд. наук культурології: 20.00.01 / О.М.Любченко; Київ. нац. ун-т культури і мистець. – К., 2011. – 21 с.

129. Людський розвиток в Україні: соціальні та демографічні чинники модернізації національної економіки [колективна монографія] / Е. М. Лібанова, О. В. Макарова, І. О. Курило [та ін.]: за ред. Е. М. Лібанової. – К.: Ін-т демографії та соціальних досліджень ім. М. В. Птухи НАН України, 2012. – 320 с.

130. Лях Т. Л. Соціально-педагогічна діяльність студентських волонтерських груп: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.05 / Т. Л. Лях; Луганський нац. ун-т ім. Тараса Шевченка. – Луганськ, 2009. – 22 с.
131. Максимовська Н. О. Соціально-педагогічна діяльність у сфері дозвілля: анімаційний підхід / Н. О. Максимовська // Вісник Луганського національного університету ім. Т. Шевченка. Педагогічні науки. – 2013. – №23(1). – С.186–196.
132. Максимовська Н. О. Сучасний стан дозвіллевої сфери в Україні: соціально-педагогічний аспект / Максимовська Н. О. // Вісник Харківської державної академії культури. – 2011. – Вип.33. – С.264–272.
133. Мальська М. П. Міжнародний туризм і сфера послуг : підруч. / М. П. Мальська, Н. В. Антонюк, Н. М. Ганич; Львів. нац. ун-т ім. І.Франка. – К. : Знання, 2008. – 661 с.
134. Мамбеков Е. Б. Организация досуга во Франции: Анимационная модель : автореф. дис. ... к. пед. н. / Е. Б. Мамбеков. – СПб., 1992. – 16 с.
135. Мантула Т. І. Проектна технологія: теорія і практика: метод. посіб. / Т. І. Мантула; Кіровоград. обл. ін-т післядиплом. пед. освіти ім. В. Сухомлинського. – Кіровоград: ПОЛІМЕД-Сервіс, 2008. – 150 с.
136. Мединський С. В. Громадська спрямованість та наукова діяльність Американського альянсу здоров'я, фізкультурної освіти, рекреації та танцю / С. В. Мединський. // Актуальні проблеми розвитку фізичного виховання та спорту у навчальних закладах України : зб. наук. праць VIII Всеукр. наук-практ. конф. – Чернівці, 2012. – С. 214–219.
137. Мединський С. В. Ретроспективний аналіз діяльності Національної академії з кінезіології в США / С. В. Мединський // Науковий вісник ЧНУ. Вип. 547. Педагогіка та психологія. – Чернівці : ЧНУ, 2011. – С. 107–111.
138. Мельничук С. Фізкультурно-оздоровча діяльність у міських парках як засіб оздоровлення населення (історичний аспект) / С. Мельничук

// Молода спортивна наука: зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2004. – Вип. 8, 4. – С. 405–409.

139. Мицкан Б. М. Методи дослідження фізичного розвитку, фізичної підготовленості, фізичної працездатності та соматичного здоров'я людей різного віку / Б. М. Мицкан, С. Л. Попель, М. А. Мицкан. – Івано-Франківськ: Плай, 2000. – 32с.

140. Міхо О. І. Анімація в туризмі / О. І. Міхо // Туризмологія: концептуальні засади теорії туризму: монографія / [В. К. Федорченко, В. С. Пазенок, О. А. Кручек та ін.]. – К.: ВЦ «Академія», 2013. – С. 221–231.

141. Містулова Т. Є. Математичні методи в теорії і практиці спорту : [навч. посіб.] / Т. Є. Містулова. – К. : Науковий світ, 2004. – 90 с.

142. Мосейчук С. Б. Режиссура культурно-досугових програм / С. Б. Мойсейчук. – Минск: Беларус. гос. ун-т культуры и искусств. – 2011. – 99 с.

143. Москаленко Н. Тенденції та закономірності становлення фізичної рекреації на різних історичних етапах [Електронний ресурс] / Наталія Москаленко. – Режим доступу до ресурсу:

[file:///C:/Users/User/Downloads/Mnv\\_2013\\_11\\_2.pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/Mnv_2013_11_2.pdf)

144. Москаленко Н. В. Теоретико-методичні засади інноваційних технологій в системі фізичного виховання молодших школярів : дис. ... докт. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.02 / Наталія Василівна Москаленко. – Дніпропетровськ, 2009. – 461 с.

145. Муравьева Ж. В. Социально-культурные условия организации семейного досуга средствами рекреативно-оздоровительных технологий: автореф. автореф... канд.пед. наук: 13.00.05 / Ж. В. Муравьева; ГОУ ВПО «Тамбовский гос. ун-т им. Г. Р. Державина». – Тамбов, 2009. – 24 с.

146. Основы математической статистики и ее использование при обработке данных в сфере физической культуры и спорта (Методические рекомендации для студентов, магистров и аспирантов Ифкис) / Состав. Д. Н. Тогобицкая, Г. Н. Шамардина, Н.Г. Долбышева – Днепропетровск: ООО «Вета», 2009. – 63 с.

147. Нагорна В. О. Побудова рекреаційних занять з пул-більярду для осіб зрілого віку: автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / В. О. Нагорна; Нац. ун-т фізичного виховання і спорту України. – К., 2008.– 25 с.

148. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту, затверджена Указом Президента України від 28 вересня 2004 р. № 1148 [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу:

<http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1148/2004>

149. Павлишин Г. А. Сучасні підходи до діагностики дитячого ожиріння. Антистаріння: журн. укр. лікарської еліти. – 2012. – № 2–3 (26–27) – С. 47–51.

150. Пангелов Б. Спрямованість і зміст діяльності аніматорів у туристсько-рекреаційних комплексах / Борис Пангелов, Степан Пангелов // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2013. – № 2. – С. 184–187.

151. Пангелова Н. Зарубіжний досвід організації сімейного відпочинку з дітьми у рекреаційно-туристичних комплексах / Наталія Пангелова, Андрій Сем'янчук // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2014. – № 4. – С. 78–80.

152. Пангелов С. Б. Організаційно-методичні передумови виникнення та розвитку фізичної рекреації як форма активного дозвілля людини : автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / С. Б. Пангелов; Нац. ун-т фізичного виховання і спорту України. – К., 2012.– 20 с.

153. Пасічняк Л. Особливості залучення різних груп населення до активного відпочинку в умовах міського парку [електронний ресурс] / Любомир Пасічняк, Мирослав Дутчак // Спортивна наука України. – 2015. – № 5(69). – С. 21–26. – Режим доступу до ресурсу:

<http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/350/339>

154. Пасічняк Л. В. Проблеми впровадження елементів спортивної анімації у програми психологічної реабілітації підлітків з набутими вадами опорно-рухового апарату / Л. В. Пасічняк, І. М. Щурик // Вісник

Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Педагогічні науки. Фізичне виховання і спорт. – 2015. – Вип. 129. – Т. I. – С. 199–202.

155. Пасічняк Л. Стимулюючі та стримуючі чинники впливу на залучення населення до спортивної анімації у міських парках / Любомир Пасічняк // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2016. – № 2. – С. 48–53.

156. Пасічняк Л. Умови залучення населення до анімаційної діяльності в умовах міського парку / Любомир Пасічняк // Історичні, теоретико-методичні, медико-біологічні аспекти фізичної культури і спорту : матеріали наук.-практ. конф. (Чернівці, 6–7 квітня 2016 р.) / за ред. Я. Б. Зоря. – Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2016. – С. 106–107.

157. Пасічняк Л. В. Вікові особливості залучення населення до оздоровчо-рекреаційної рухової активності в умовах міського парку / Л. В. Пасічняк // Інноваційні технології в системі підвищення кваліфікації фахівців фізичного виховання і спорту : тези доповідей III Міжнародної науково-методичної конференції, м. Суми, 14–15 квітня 2016 р. – Суми : Сумський державний університет, 2016. – С. 267–269.

158. Пасічняк Л. Теоретичне обґрунтування технології проектування та реалізації програм спортивної анімації в місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків) / Любомир Пасічняк, Мирослав Дутчак // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт: журнал /уклад. А. В. Цьось, А. І. Альошина. – Луцьк: Східноєвроп. ун-т ім. Лесі Українки, 2016. – Вип. 21. – С. 68–76.

159. Пасічняк Л. Ефективність технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків) / Любомир Пасічняк // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт: журнал /уклад. А. В. Цьось, А. І. Альошина. –

Луцьк: Східноєвроп. ун-т ім. Лесі Українки, 2016. – Вип. 23. – С. 38–49.

160. Пасічняк Л. Вплив програм спортивної анімації у міських парках на рівень соматичного здоров'я / Любомир Пасічняк // Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : матеріали X Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнародною участю. – Львів : ЛДУФК, 2016. – С. 61–63.

161. Паффенбаргер Р. С. Здоровый образ жизни / Р. С. Паффенбаргер, Э. Ольсен; пер. с англ. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 320 с.

162. Пацалюк К. Г. Соціально-педагогічні умови рекреаційної діяльності фізкультурно-оздоровчих боулінг-клубів: автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / К. Г. Пацалюк; Нац. ун-т фізичного виховання і спорту України. – К., 2012. – 22 с.

163. Педагогічні технології: теорія та практика : навчально-методичний посібник / За ред. проф. М. В. Гриньової. – Полт. держ. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава: АСМІ, 2007. – 232 с.

164. Петрова І. В. Дозвілля в зарубіжних країнах: навч. посібник / І. В. Петрова. – К.: Кондор, 2005. - 408 с.

165. Петрова І. В. Культурно-дозвіллеві практики населення сучасної України: тенденції та пріоритети [Електронний ресурс] / Петрова І. В. – Режим доступу до ресурсу:

[http://archive.nbuv.gov.ua/portal/soc\\_gum./Kis/2011\\_1/21.pdf](http://archive.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum./Kis/2011_1/21.pdf)

166. Петрова І. В. Організація культурно-дозвіллевої діяльності клубів у країнах Західної Європи та США: автореф...канд. пед. наук: 13.00.06 / І. В. Петрова / Київський національний ун-т культури і мистецтв. – К., 2000. – 22 с.

167. Петрова І. В. Проектування в соціально-культурній сфері: навч. посіб. / І.В. Петрова.– К.: Вид-во КНУКіМ, 2007.– 372 с.

168. Петрова І. В. Соціально-культурна анімація як вид дозвілля / І. В. Петрова // Вісник Державної академії керівних кадрів культури і мистецтв. – К. : Міленіум, 2011. – № 3. – С. 71–74.

169. Петрова І. В. Соціальна цінність дозвілля в житті сучасної людини [Електронний ресурс] / І. В. Петрова. – Режим доступу до ресурсу: [http://culturalstudies.in.ua/sekcia\\_s\\_s2\\_6.php](http://culturalstudies.in.ua/sekcia_s_s2_6.php)
170. Петрова І. В. Сутність та особливості становлення індустрії дозвілля [Електронний ресурс] / І. В. Петрова. – Режим доступу до ресурсу: [http://www.nbuv.gov.ua/old\\_jrn/soc\\_gum/Kis/2009\\_2/16.pdf](http://www.nbuv.gov.ua/old_jrn/soc_gum/Kis/2009_2/16.pdf)
171. Петрова І. В. Дозвілля як універсум культури: теоретичні виміри сучасності / І. В. Петрова // Культура і Сучасність. – 2014. – № 1. – С. 71–74.
172. Пирогова Е. А. Совершенствование физического состояния человека / Е. А. Пирогова. – К. : Здоров'я, 1989. – 168 с.
173. Платонов В. Н. Сохранение и укрепление здоровья здоровых людей – приоритетное направление современного здравоохранения / В. Н. Платонов // Спорт. медицина. – 2006. – № 6. – С. 3–14.
174. Погожева Т. А. Вопросы планирования и благоустройства физкультурных зон городских парков: автореф. дис. на соиск. учен. степени канд. тех. наук / Т. А. Погожева. – М., 1975. – 24 с.
175. Положення про центри фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх», затверджене наказом Міністерства молоді та спорту України від 31 січня 2014р. № 323, зареєстрованим Міністерством юстиції України 24 лютого 2014 р. за № 310/25087 [Електронний ресурс] / – Режим доступу до ресурсу: <http://zakon0.rada.gov.ua/laws/show/z0310-14>
176. Починкин А. В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта: учеб. пособие / А. В. Починкин. – 2-е изд., доп. и перераб. – М.: Советский спорт, 2010. – 264 с.
177. Приезжева Е. М. Анимационный менеджмент / Е. М. Приезжева. – М.: Советский спорт, 2007. – 360 с.
178. Приходько Н. И. К проблеме педагогической инициативы, инноватики и проективной педагогики / Н. И. Приходько // Наукові записки. Серія: Психолого-педагогічні науки [за заг.ред. Є.І.Коваленко]. – Ніжин: Видавництво НДУ ім. М.Гоголя, 2008. – №1. – 192с.



179. Про фізичну культуру і спорт: закон України [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу:

<http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>

180. Пуцентейло П. Р. Економіка і організація туристично-готельного підприємництва: нав. посіб. / П. Р. Пуцентейло // . – К.: Центр учбової літератури, 2007. – 344 с.

181. Раєвський Р. Т. Професійно-прикладна підготовка студентів вищих навчальних закладів: нав.-метод. посіб. / Р. Т. Раєвський, С. М. Канішевський; за заг. ред. проф. Р. Т. Раєвського. – Одеса: Наука і техніка, 2010. – С. 240.

182. Регіональні особливості рівня здоров'я народу України (Аналітико-статистичний посібник). – К., 2011. – 165 с

183. Резерв дыхательной и кардио-сосудистой систем (индекс Скибинского) [електронний ресурс] // Режим доступу до ресурсу:

<http://xn--b1adef0ban2h.com.ua/sam-sebe-sanolog/rezerv-dyxatelnoj-i-kardio-sosudistoj-sistem-indeks-skibinskoj>

184. Ріпак І. М. Управління руховою активністю чоловіків розумової праці першого зрілого віку : автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / І. М. Ріпак; Львівський державний інститут фізичної культури. – Львів, 2003. – 21с.

185. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С.Л.Рубинштейн. – Издательство: Питер. – 2002. – 720 с.

186. Рыжкин Ю. Е. Социально-психологические проблемы физической рекреации: [монография] / Ю. Е. Рыжкин. – СПб.: РГПУ им. А.И.Герцена, Изд-во СПб ГПУ «Нестор». – 2005. – 165 с.

187. Савин С. В. Педагогическое проектирование занятий фитнесом с женщинами зрелого возраста : дисс. на соискание учен. степени канд. пед. наук: 13.00.04 / С. В. Савин; Московский гос. пед. ун-т. – М., 2008. – 234 с.

188. Сайт Асоціації «Українські центри нових технологій здоров'я» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://healthy.org.ua/uk/>

189. Санология. Основы управления здоровьем / Г. Апанасенко, Л. Попова, А. Маглеваний. – Saarbruchen: Lambert Academy Publisher, 2012. – 405 с.
190. Сахарук М. Парк як осередок організації дозвілля міського населення / М. Сахарук // Альманах наукового товариства «Афіна» кафедри культурології та музеєзнавства. – 2012. – Випуск 12. – С. 47–58.
191. Сергієнко Л. П. Спортивна метрологія: теорія і практичні аспекти / Л. П. Сергієнко. – К. : КНТ, 2010. – 776 с.
192. Сидорук А. В. Аналіз стану підготовки майбутніх фахівців фізичної культури до анімаційної діяльності / А. В. Сидорук, Н. В. Маковецька // Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology, III(28), Issue: 55, 2015. – С. 49–52.
193. Скляр С. Ю. Соціокультурні засади організації дозвілля молоді: регіональний аспект / С. Ю. Скляр // Наукові праці. – 2008. – Том 84. – Випуск 71. – С. 82–87.
194. Скляр С. Ю. Соціокультурні трансформації дозвіллевого простору молоді в умовах суспільних перетворень в Україні / С. Ю. Скляр // Соціальні технології. – 2010. – №10. – С.206–214.
195. Скорик Т. В. Освітньо-виховний потенціал дозвілля: від народних традицій до сучасності [Електронний ресурс] / Т. В. Скорик. – Режим доступу до ресурсу: [http://visnyk.chnpu.edu.ua/?wpfb\\_dl=1007](http://visnyk.chnpu.edu.ua/?wpfb_dl=1007)
196. Скрипник Л. П. Фізична рекреація у сфері дозвілля української молоді / Л. П. Скрипник, Г. М. Чепурда // Збірник наукових праць «Природа Західного Полісся та прилеглих територій». – Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2012. – №9. – С. 370–374.
197. Словник іншомовних слів / Уклад. Л. О. Пустовіт та ін. – К., 2000. – 1018 с.
198. Современные образовательные технологии : учебное пособие / коллектив авторов; под ред. Н. В. Бордовской. – 3-е изд., стер. – М. : КНОРУС, 2013. – 432 с.

199. Спортивные парки как объект городского ландшафта «Стройка Чувашии и Марий Эл» // Вишневый сад. – 2010. – № 18. – С. 92-93
200. Стафійчук В. І. Рекреалогія / В. І. Стафійчук. – К.: Альтерпрес, 2006. – 263 с.
201. Стеббинс Р. А. Свободное время: к оптимальному стилю досуга: (Взгляд из Канады) / Р. А. Стеббинс // Социс. – 2000. – № 7. – С. 12–19.
202. Стратегии и рекомендации по здоровому образу жизни и двигательной активности: сб. материалов ВОЗ / сост. Е. В. Имас, М. В. Дутчак, С. В. Трачук. – К.: НУФВСУ, изд-во «Олимп. лит.», 2013. – 528 с.
203. Сучасний тлумачний словник української мови: 50000 слів / За заг. ред. д-ра філог. наук, професора В. В. Дубічинського. – Х.: ВД «ШКОЛА», 2006. – 832 с.
204. Тарасов Л. В. Социокультурная анимация в XXI веке: концепция развития социально-поддерживающих гражданских инициатив в России: [монографія] / Л. В. Тарасов. – М.: Русаки, 2012. – 223 с.
205. Твердохліб Ж. О. Особливості проведення шкільних спортивно-масових свят: метод. рекомендації / Ж. О. Твердохліб, А. З. Крук, Л. І. Погребенник. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2009. – 62 с
206. Тихоновская Г. С. Сценарно-режиссерские технологии создания культурно-досуговых программ [Текст] : монография / Г. С. Тихоновская ; Моск. гос. ун-т культуры и искусств. – М. : МГУКИ, 2010. – 351 с.
207. Товт В. А. Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності: навчальний посібник для викладачів і студентів / В. А. Товт, І. І. Маріонда, Е. М. Сивохоп, В. Я. Сусла. – Ужгород, ДВНЗ «УжНУ», «Говерла». 2015. – 88 с.
208. Третьякова Т. Н. Анимационная деятельность в социально-культурном сервисе и туризме [Учебное пособие для вузов] / Т. Н. Третьякова. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 272 с.

209. Туризмологія: концептуальні засади теорії туризму : монографія / В. К. Федорченко, В. С. Пазенок, О. А. Кручек та ін. – К.: ВЦ «Академія», 2013. – 368 с.

210. Турка Р. «Тиждень доступного спорту» як засіб залучення населення до фізкультурно-оздоровчої діяльності / Ростислав Турка // Молода спортивна наука України. – 2013. – Т.4. – С. 186–191.

211. Указ Президента України від 9 лютого 2016 р. № 42 «Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» [електронний ресурс]. Режим доступу до ресурсу:

<http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/42/2016>

212. Фізична рекреація: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / авт. кол.: Є. Н. Приступа, О. М. Жданова, М. М. Линець [та ін.]; за наук. ред. Є. Приступи. – Л.: ЛДУФК, 2010. – 447 с.

213. Фурманов А. Г. Физическая рекреация: активный отдых, спорт для всех, оздоровление, туризм / А. Г. Фурманов. – Минск: МЕТ, 2012. – 495 с.

214. Футорний С. М. Теоретико-методичні основи інноваційних технологій формування здорового способу життя студентів в процесі фізичного виховання: автореф. дис... д-ра наук з фіз. вих. та спорту: 24.00.02 / С. М. Футорний; Нац. ун-т фізичного виховання і спорту України. – К., 2015.– 43 с.

215. Хадер Самер. Організаційно-методичні засади впровадження фітнес-технологій у фізичне виховання студентської молоді Палестини: автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Самер Хадер; Нац. ун-т фізичного виховання і спорту України. – К., 2016.– 20 с.

216. Цимбалюк Н. М. Дозвілля в Україні. Теоретичні та емпіричні аспекти: [монографія] / Н. М. Цимбалюк. – К.: ДАКККіМ, 2003. – 224 с.

217. Цимбалюк Н. М. Інституціональна модернізація культурно-дозвілдової сфери в Україні: автореф... д-ра соціол. наук: 22.00.04 / Н. М.

Цимбалюк / Київський національний ун-т ім. Тараса Шевченка. – К., 2005. – 40 с.

218. Чернишенко О. І. Соціокультурна анімація: міжнародний досвід, перспективи впровадження в Україні [Електронний ресурс] / О. І. Чернишенко. – Режим доступу до ресурсу:

[http://www.nbuv.gov.ua/old\\_jrn/Soc\\_Gum/Vchu/N123/N123p136-142.pdf](http://www.nbuv.gov.ua/old_jrn/Soc_Gum/Vchu/N123/N123p136-142.pdf)

219. Чернявська О. В. Технології соціальної роботи: Навчальний посібник для викладачів та студентів / О. В. Чернявська. – Харків, ХНУ імені В.Н. Каразіна, 2007. – 149 с.

220. Чернявський М. В. Рекреаційно-оздоровчі технології у процесі фізичного виховання молодших школярів [Текст]: дис. ...канд.наук з фіз.виховання і спорту: 24.00.02 / Максим Вікторович Чернявський: НУФВСУ. – Київ, 2010. – 204 с.

221. Чеховська Л. Особливості діяльності центрів «Спорт для всіх» різних адміністративних територій / Л. Чеховська, О. Жданова, М. Данилевич, І. Грибовська // Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фізичної культури та спорту, 2011.–Т.4.– С.170–175.

222. Шахрай В. М. Технології соціальної роботи: навчальний посібник / В. М. Шахрай. – К.: Центр навчальної літератури, 2006. – 464 с.

223. Шерстньова Н. А. Педагогическая технология: понятия и сущность / Н. А. Шерстньова // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2014. – № 10. – С.114-117

224. Шиян О. І. Освітня політика з питань забезпечення здорового способу життя молоді : монографія / О. І. Шиян. – Л., 2010. – 296 с.

225. Шульга И. И. Педагогическая анимация как социокультурный и психолого-педагогический феномен / И. И. Шульга // Педагогическое образование и наука. – 2008. – № 2. – С. 55–59.

226. Шульга И. И. Педагогическая анимация – социально-профессиональный феномен современности [Електронний ресурс] / И. И. Шульга. – Режим доступу до ресурсу: <http://ideaidealy.ru/>.

227. Щорічна доповідь про стан здоров'я населення, санітарно-епідемічну ситуацію та результати діяльності системи охорони здоров'я України. 2014 / за ред. Квіташвілі О.; МОЗ України, ДУ «УІСД МОЗ України». – 2015. – 460 с.

228. Юрченко І. В. Інституціоналізація волонтерського руху в Україні: автореф. дис...канд. соціологічних наук: 22.00.03 / І. В. Юрченко; Ін-т соціології Нац. академії наук України. – К., 2009. – 16 с.

229. Ядов В. А. Социологическое исследование. Методология. Програма. Методы / В. Я. Ядов. – М. : Наука, 1972. – 240 с.

230. Ярошенко Н. Н. Социально-культурная анимация: учеб. пособие / Н. Н. Ярошенко ; Московский гос. ун-т культуры и искусств. Рязанский заочный ин-т (филиал). – М., 2005. – 109 с.

231. American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу:  
<http://www.answers.com/topic/american-alliance-for-health-physical-education-recreationand-dance>

232. Amusement Business magazine [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.themeparkinsider.com/>

233. Anderson D. M. Outdoor Program Administration: Principles and Practices / D. M. Anderson. – Hardback, 2012. – 464 p.

234. Badland H. Transport, urban design, and physical activity: an evidence-based update / H. Badland, G. Schofield // Transportation Research Part D 10, 2005. – P. 177–196.

235. Barcelona R. J. Recreational Sport: Program Design, Delivery, and Management / R. J. Barcelona, M. S. Wells, S. Arthur-Banning. – Champaign: Human Kinetics, 2016. – 289 p.

236. Bielec G. Zarys teorii i metodyki rekreacji ruchowej / G. Bielec, W. Półtorak, K. Warchoń. – Kraków: Proksenia & Uniwersytet Rzeszowski, 2011. – 181 s.

237. Blakenship D. C. Applied research and evaluation methods in recreation / D. C. Blakenship. – Champaign, IL: Human Kinetics, 2010. – 200 p.

238. Camarda A. Entertainment and sports animation – effects and benefits / A. Camarda, D. Badau // Ovidius University Annals, Series Physical Education and Sport / SCIENCE, MOVEMENT AND HEALTH.–2010. – Issue 2 suppl. – P. 858–862.

239. Centers for Disease Control and Prevention [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://www.cdc.gov/brfss/about/index.htm>

240. Cranney L. Impact of an outdoor gym on park users' physical activity: A natural experiment / L. Cranney, P. Phongsavan, M. Kariuki, V. Stride, A. Scott, M. Hua, A. Bauman // Health & Place. – 2016. – Volume 37. – P. 26–34.

241. Dumazedier J. Sociologie empirique du Coisir. Critique et contrecritique de la civilization du Coisirv / J. Dumazedier. – Paris, 1974. – 250 p.

242. eJournal USA щомісячний електронний журнал [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу:

[http://photos.state.gov/libraries/ukraine/238746/ejournals/ejournal\\_parks\\_ukr.pdf](http://photos.state.gov/libraries/ukraine/238746/ejournals/ejournal_parks_ukr.pdf)

243. Eurobarometer Special Report on Sport and Physical Activity, 2010.

244. Godbey G. The Benefits of Physical Activity Provided by Park and Recreation Services: The Scientific Evidence / Geoffrey Godbey, Andrew Mowen. – Ashburn: National Recreation and Park Association, 2010. – 34 p.

245. Humpel N. Environmental factors associated with adults' participation in physical activity: a review / N. Humpel, N. Owen, E. Leslie // American Journal of Preventive Medicine. – 2002. – № 22(3). – P. 188–199

246. InPark magazine [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://www.inparkmagazine.com/>

247. International Physical Activity Questionnaire [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: [www.ipaq.ki.se](http://www.ipaq.ki.se)

248. Jordan P. Animator społeczny katalizator zmiany / Jordan Pawel, Skrzypczak Bohdan. – Warszawa : CAL. – 2005. – 88 s. (233)

249. Jordan P., Skrzypczak B. Szkoła animatorów społecznych. Kim jest animator społeczny? – 2003

250. Kahlmeier S. Health economic assessment tools (HEAT) for walking and for cycling. Methodology and user guide. Economic assessment of transport infrastructure and policies / S. Kahlmeier, N. Cavil, H. Dinsdale and other. – Copenhagen: WHO Regional Office for Europe, 2011. – 39 p.

251. Kargul J. Upowszechnianie, animacja, komercjalizacja kultury / J. Kargul. – Warszawa, 2012. – 176 s.

252. Kohl H. Foundations of Physical Activity and Public Health / Harold W. Kohl III and Tinker D. Murray. – Champaign: Human Kinetics, 2012. – 281 p.

253. Kruger J. Parks, Recreation, and Public Health Collaborative / Judy Kruger // Environmental Health Insights. – 2008. #2. – P. 123–125.

254. Labourie R. Introduction aux Journées d'Études sur l'Histoire de l'Éducation populaire / R. Labourie. – Marly: INEP, 1978. – 215 p.

255. Leisure Studies Association (LSA) [Електронний ресурс]. Режим доступу до ресурсу: <http://www.leisurestudies.org/about>

256. Lobo A. Physical activity and health in the elderly / Alexandrina Lobo. Bentham Science Publishers, 2011. – 248 p. [Електронний ресурс]. Режим доступу до ресурсу:

<https://books.google.com.ua/books?id=yonYPE76I54C&pg=PA42&lpg=PA42&dq=sport+animation+as+a+form+of+physical+activity&source=bl&ots=FZRUV5M4KR&sig=spERSe4lruD8qiintPz9nOx18w4&hl=ru&sa=X&ved=0ahUKEwjcuYbOrb3QAhXKFiwKHcW2A7gQ6AEIPDAD#v=onepage&q=sport%20animation%20as%20a%20form%20of%20physical%20activity&f=false>

257. Marcus B. H. Motivating people to be physically active : 2nd edition / B.H. Marcus, L. Forsyth. – IL : Human Kinetics, 2009.

258. Must A. Reference data for obesity: 85th and 95th percentiles of body mass index (wt/ht<sup>2</sup>) – a correction / A. Mast, G.E. Dallal, W.H. Dietz // American journal of clinical nutrition. – 1991. – Vol. 54. – P. 773.



259. Napierała M. Zdrowie i rekreacja ludzi w różnym wieku [monografia]/ Napierała Marek, Muszkieta Radosław, Cieślicka Mirosława, Walery Zukow. – Bydgoszcz-Poznan. – 2013. – 149 s.
260. National Recreation and Park Association [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://www.nrpa.org/>
261. O'Donnell M.P. Definition of health promotion: embracing passion, enhancing motivation, recognizing dynamic balance, and creating opportunities / M.P. O'Donnell // Am J Health Promot. - Sept-Oct; 2009. – Vol. 24. - № 1. - P. 5.
262. Parks and recreation. City of santa barbara parks and recreation department. Activity guide fall 2015 & winter 2016 [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: <http://www.santabarbaraca.gov/>
263. Pięta J. Pedagogika czasu wolnego / J. Pięta. Warszawa 2014. –266 s.
264. Poradnik animatora sportu. – Warszawa, 2012. – 90 s.
265. They H. Emergence, nature, et fonctions de l' Animation / Rapport de la commission "Animation" du VI plen / H. They // Dokumentation française. – 1970. – № 3411. – P. 137–186.
266. Wejcman Z. Partnerstwo: rola i proces tworzenia / Wejcman Zbigniew, Gnatowska Grazyna / Animator w procesie budowy partnerstw. – Warszawa: CAL, 2005. – 96 s.
267. World health statistics 2011. – France: World Health Organization, 2011. – 170 p.
268. Wybrane aspekty szkolnej edukacji zdrowotnej na przykładzie stylu życia młodzieży polsko-ukraińskiej / Emilian Zadarko, Zbigniew Barabasz, Olena Shyyan, Edyta Nizioł-Babiarz i inne. – Drohobycz: Treck LTD, 2014. – 152 s.
269. Zukow W. Wybrane problemy turystyki, rekreacji, fizjoterapii i ochrony człowieka / Walery Zukow, Napierała Marek. – Radom. – 2011. – 104 s.

## Додаток А

## АНКЕТА

Шановний респонденте!

Анкетування проводиться з метою отримання інформації щодо визначення соціально-психологічних факторів та мотиваційних пріоритетів, які впливають на рівень залучення населення до спортивної анімації у місцях масового відпочинку (на прикладі міських парків). Для достовірності результатів, Вам необхідно вдумливо і відповідально дати відповідь на кожне запитання. Анкета – анонімна, проте ваші відверті відповіді допоможуть нам у проведенні дослідження.

**1. Вік:**

- |                                     |                                     |
|-------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 16-20 роки | <input type="checkbox"/> 51-60 роки |
| <input type="checkbox"/> 21-30 роки | <input type="checkbox"/> 61-70 роки |
| <input type="checkbox"/> 31-40 роки | <input type="checkbox"/> 71-80 роки |
| <input type="checkbox"/> 41-50 роки |                                     |

**2. Стать:**

- |                                 |                                   |
|---------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> жіноча | <input type="checkbox"/> чоловіча |
|---------------------------------|-----------------------------------|

**3. Освіта:**

- |   |                                       |
|---|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> середня            | <input type="checkbox"/> неповна вища |
| <input type="checkbox"/> середня спеціальна | <input type="checkbox"/> вища         |

**4. Сімейний стан:**

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> неодружений (на) | <input type="checkbox"/> розлучений (на) |
| <input type="checkbox"/> одружений (на)   | <input type="checkbox"/> вдова (вдівець) |

**5. Наявність дітей:**

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> немає    | <input type="checkbox"/> 2 дітей          |
| <input type="checkbox"/> 1 дитина | <input type="checkbox"/> 3 дітей і більше |

**6. Ваш рід діяльності:**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> учень                           | <input type="checkbox"/> службовець          |
| <input type="checkbox"/> студент                         | <input type="checkbox"/> військовослужбовець |
| <input type="checkbox"/> робітник                        | <input type="checkbox"/> підприємець         |
| <input type="checkbox"/> керівник підприємства, установи | <input type="checkbox"/> пенсіонер           |
| <input type="checkbox"/> безробітний                     |  |

**7. Ваш матеріальний достаток**

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> до 1000 гривень                  | <input type="checkbox"/> від 3000 гривень і більше |
| <input type="checkbox"/> від 1000 гривень до 2000 гривень | <input type="checkbox"/> утримуюсь від відповіді   |
| <input type="checkbox"/> від 2000 гривень до 3000 гривень |  |

**8. Як Ви проводите свій вільний час (відміти 1-3 позиції):**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> читаю художню літературу                                  | <input type="checkbox"/> відвідую спортивні заходи                           |
| <input type="checkbox"/> читаю газети та журнали                                   | <input type="checkbox"/> гуляю з твариною                                    |
| <input type="checkbox"/> малюю   | <input type="checkbox"/> приділяю час дітям                                  |
| <input type="checkbox"/> слухаю музику   | <input type="checkbox"/> відвідую кіно та театр                              |
| <input type="checkbox"/> займаюсь фотографією                                      | <input type="checkbox"/> відвідую бари, ресторани                            |
| <input type="checkbox"/> займаюсь фізичною культурою і спортом                     | <input type="checkbox"/> відвідую рекреаційні зони (парк, озеро, річка, ліс) |
| <input type="checkbox"/> зустрічаюсь або спілкуюсь із друзями, знайомими, родичами | <input type="checkbox"/> за комп'ютером                                      |
| <input type="checkbox"/> відвідую мистецькі заходи                                 | <input type="checkbox"/> здійснюю піші прогулянки                            |
| <input type="checkbox"/> відвідую дискотеки та нічні клуби                         | <input type="checkbox"/> здійснюю вело прогулянки                            |
| <input type="checkbox"/> відвідую атракціони                                       | <input type="checkbox"/> дивлюсь телевізор                                   |

**9. Якому відпочинку Ви надасте перевагу:**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> в основному активному           | <input type="checkbox"/> в основному пасивному |
| <input type="checkbox"/> більше активному, ніж пасивному | <input type="checkbox"/> складно відповісти    |
| <input type="checkbox"/> більше пасивному, ніж активному |  |

**10. Коли ви організуєте свій активний відпочинок:**

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> у вільний від навчання час | <input type="checkbox"/> у вихідні дні |
| <input type="checkbox"/> у вільний від роботи час   |  |

**11. Яким видам рухової активності ви надасте перевагу (відміти 1- позиції):**

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> ходьбі             | <input type="checkbox"/> теніс                 |
| <input type="checkbox"/> бігу               | <input type="checkbox"/> бадмінтону            |
| <input type="checkbox"/> футболу            | <input type="checkbox"/> логічним іграм        |
| <input type="checkbox"/> рекреаційним іграм | <input type="checkbox"/> баскетболу            |
| <input type="checkbox"/> танцям             | <input type="checkbox"/> волейболу             |
| <input type="checkbox"/> катанні на роликах | <input type="checkbox"/> вправам в альпінпарку |
| <input type="checkbox"/> їзді на велосипеді | <input type="checkbox"/> плаванню              |

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> катанні на скейборді | <input type="checkbox"/> йозі               |
| <input type="checkbox"/> силовій гімнастиці   | <input type="checkbox"/> фрізбі             |
| <input type="checkbox"/> сквошу               | <input type="checkbox"/> їзда на лижах      |
| <input type="checkbox"/> оздоровчий фітнес    | <input type="checkbox"/> ранкова гімнастика |

**12. Як часто ви відвідуєте міський парк:**

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> один раз в тиждень | <input type="checkbox"/> кожен день                  |
| <input type="checkbox"/> два рази в тиждень | <input type="checkbox"/> при наявності вільного часу |
| <input type="checkbox"/> три рази в тиждень |  |

**13. Яку кількість часу ви проводите у міському парку:**

- 1 годину  
 2 години  
 3 години і більше

**14. У який період Ви найчастіше відвідуєте міський парк:**

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> цілий рік       | <input type="checkbox"/> літній період  |
| <input type="checkbox"/> зимовий період  | <input type="checkbox"/> осінній період |
| <input type="checkbox"/> весняний період |   |

**15. Вкажіть найбільш сприятливий час для відвідування міського парку:**

- до 12.00  
 з 12.00 до 15.00  
 з 15.00 до 18.00

**16. Вкажіть основні мотиви, які спонукають Вас до вибору певного виду рухової активності у міському парку (відмітити 1-3 позиції):**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> відпочити та розважитись                      | <input type="checkbox"/> оздоровитись                            |
| <input type="checkbox"/> потреба залишитись на одинці                  | <input type="checkbox"/> необхідність у спілкуванні              |
| <input type="checkbox"/> потреба у руховій активності                  | <input type="checkbox"/> просто отримати задоволення             |
| <input type="checkbox"/> відновлення після хвороб або травм            | <input type="checkbox"/> потреба більше часу проводити із сім'єю |
| <input type="checkbox"/> відволіктися від побутових та робочих проблем | <input type="checkbox"/> зняти психічне та фізичне навантаження  |

**17. Назвіть основні причини, які перешкоджають Вам організувати активне дозвілля у міському парку:**

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> недостатньо часу   | <input type="checkbox"/> матеріальне становище                                   |
| <input type="checkbox"/> відсутність власного спортивного інвентарю               | <input type="checkbox"/> відсутність місць з організованою дозвільною діяльністю |
| <input type="checkbox"/> відсутність спеціально обладнаних спортивних майданчиків | <input type="checkbox"/> паркова зона знаходиться далеко від місця проживання    |

**18. Вкажіть найбільш важливі складові паркової зони, які необхідні для проведення активного дозвілля у міському парку:**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> вело доріжки                                    | <input type="checkbox"/> створення груп за інтересами  |
| <input type="checkbox"/> наявність пунктів прокату спортивного інвентарю | <input type="checkbox"/> присутність інструкторів, які могли б забезпечити організацію різних видів рухової активності |
| <input type="checkbox"/> наявність спеціально обладнаних зон             |  |

**19. Чи знайомі Ви із анімаційними послугами:**

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> так      | <input type="checkbox"/> ні                       |
| <input type="checkbox"/> частково | <input type="checkbox"/> ніколи не чув(ла) про це |

**20. Визначте Ваше ставлення до анімаційних послуг:**

- позитивне  
 негативне  
 не можу дати відповідь

**21. Які види анімаційних послуг ви використовували під час Вашого дозвілля:**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> готельну анімацію   | <input type="checkbox"/> дитячу анімацію |
| <input type="checkbox"/> спортивну анімацію  | <input type="checkbox"/> ніяку           |
| <input type="checkbox"/> туристичну анімацію |  |

**22. Чи реалізуються анімаційні програми у місцях масового відпочинку населення Вашого міста:**

- так  
 ні  
 не знаю

**23. Як на Вашу думку, чи необхідно впроваджувати спортивну анімацію у ММВН:**

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> так, це важливо і вкрай необхідно для населення | <input type="checkbox"/> ні, немає такої необхідності |
| <input type="checkbox"/> бажане, але немає крайньої необхідності         | <input type="checkbox"/> важко відповісти             |

**24. Як на Вашу думку, чи є необхідні умови, у міському парку Вашого міста, для реалізації програм спортивної анімації:**

- так  ні  
 скоріше так, ніж ні  важко відповісти  
 скоріше ні ніж так

**25. Які види послуг слід включати у програми спортивної анімації у міському парку Вашого міста:**

- народні рухливі ігри  оздоровчі види гімнастики  
 рекреаційні ігри  туризм  
 оздоровчий біг, ходьбу  спортивні ігри  
 орієнтування  нетрадиційні види рухової активності  
 танці

**26. Вкажіть причини низької організації спортивної анімації у міських парках:**

- відсутність підготовлених спортивних аніматорів як волонтерів  
 низький рівень відповідного методичного забезпечення  
 мала кількість площинних загальнодоступних спортивних споруд  
 недостатня кількість спортивного інвентарю  
 недостатнє фінансування

Ваш варіант \_\_\_\_\_

**27. Вкажіть основні причини, які обумовлюють пасивне ставлення населення до спортивної анімації у міських парках (відмітити 1-3 позиції)**

- патерналістичні настрої  
 відсутність вільного часу  
 рівень доходів  
 невідміння організувати власне дозвілля  
 невідміння організувати власне дозвілля  
 низький рівень культури здоров'я  
 стан здоров'я  
 відсутність відповідного інтересу  
 відсутність стимулів  
 низький рівень пропаганди та реклами  
 місце розташування міського парку

**28. Вкажіть найбільш вагомі чинники, які здатні позитивно впливати на залучення населення до спортивної анімації у міських парках (відмітити 1-3 позиції)**

- задоволення від участі у заходах зі спортивної анімації  
 бажання бути здоровим  
 потреба у знятті фізичної та психічної втоми  
 бажання підтримувати себе у хорошій формі  
 потреба у руховій активності  
 потреба у спілкуванні  
 поради друзів  
 особлива спортивна подія  
 приклад відомого спортсмена  
 приклад державного діяча  
 достатній рівень добробуту

**29. Вкажіть, які структури найбільшою мірою сприяють (чи мають сприяти) вирішенню завдання щодо широкого залучення населення до спортивної анімації у міських парках (відмітити 1-3 позиції)**

- органи виконавчої влади  
 міські парки  
 центри «Спорт для всіх»  
 федерації з видів спорту  
 добровільні спортивні товариства  
 засоби масової інформації  
 керівники підприємств, установ та організацій  
 профспілки  
 молодіжні організації  
 медичні установи  
 політичні партії  
 політики різних рівнів  
 відомі спортсмени  
 спортивні клуби  
 підприємці

*Дякуємо за допомогу!*

## Додаток Б

**Опитувальник-анкета для батьків  
«Орієнтовна оцінка здорової поведінки»**

№ п/п	Питання для оцінки здорової поведінки	Бали
<b>1.</b>	<b>Скільки разів на тиждень Ви займаєтесь фізичною культурою мінімум 20 хвилин без перерви?</b>	
	3 дні і більше	10
	1-2 дні	4
	Жодного разу	0
<b>2.</b>	<b>Як за часто Ви палите?</b>	
	ніколи	10
	дуже рідко	5
	Інколи	3
	кожного дня	0
<b>3.</b>	<b>Яку кількість алкоголю Ви вживаєте?</b>	
	Взагалі не вживаю	10
	Не більше однієї порції (50 г міцних напоїв) в тиждень	8
	2-3 порції на тиждень, але не більше 2 в день	6
	4-6 порцій на тиждень, деколи більше 2 в день	2
	більше ніж 6 порцій на тиждень	0
<b>4.</b>	<b>Скільки разів на тиждень Ви снідаєте?</b>	
	жодного разу	0
	1-2 рази	2
	3-4 рази	5
	5-6 разів	8
	7 разів	10
<b>5.</b>	<b>Як часто Ви їсте між основними прийомами їжі?</b>	
	Ніколи	10
	1-2 рази на тиждень	8
	3-4 рази на тиждень	6
	5-7 разів на тиждень	4
	8-10 разів на тиждень	2
	більше 10 разів на тиждень	0
<b>6.</b>	<b>Скільки часу на добу Ви спите?</b>	
	Більше ніж 10 годин	4
	9-10 годин	8
	7-8 годин	10
	5-6 годин	6
	менше ніж 5 годин	0
<b>7.</b>	<b>Яке співвідношення Вашої ваги до ідеальної у відповідності до росту та віку?</b>	
	перевищує більше ніж на 30%	0
	перевищує на 21-30%	3
	перевищує на 11-20%	6
	перевищує не більше ніж на 10%	10
	нижче на 11-20%	6
	нижче на 21-30%	3
	нижче більше ніж на 30%	0
	<b>Загальна кількість балів</b>	

## Додаток В

## Анкета для дітей 8-10 років,

## які відвідували програми спортивної анімації у міському парку

ми пропонуємо тобі відповісти на запитання, які дадуть можливість з'ясувати твоє ставлення до занять фізичними вправами, а також причини, що впливають на рівень здоров'я.

1. Скільки тобі років?
 

<input type="checkbox"/> 6	<input type="checkbox"/> 8	<input type="checkbox"/> 10
<input type="checkbox"/> 7	<input type="checkbox"/> 9	
2. Як ти навчаєшся у школі? Бали:
 

<input type="checkbox"/> - 1	<input type="checkbox"/> - 5	<input type="checkbox"/> - 9
<input type="checkbox"/> - 2	<input type="checkbox"/> - 6	<input type="checkbox"/> - 10
<input type="checkbox"/> - 3	<input type="checkbox"/> - 7	<input type="checkbox"/> - 11
<input type="checkbox"/> - 4	<input type="checkbox"/> - 8	<input type="checkbox"/> - 12
3. Чи виконуєш ти ранкову зарядку?
 

<input type="checkbox"/> Регулярно	<input type="checkbox"/> Іноді	<input type="checkbox"/> Не виконую
------------------------------------	--------------------------------	-------------------------------------
4. Скільки уроків фізичної культури на тиждень проводиться у твоїй школі?
 

<input type="checkbox"/> 2 уроки	<input type="checkbox"/> 4 уроки
<input type="checkbox"/> 3 уроки	<input type="checkbox"/> 5 уроків
5. Чи подобається тобі займатися на уроках фізичної культури?
 

<input type="checkbox"/> Так	<input type="checkbox"/> Ні
------------------------------	-----------------------------
6. Яким видом спорту ти займаєшся \_\_\_\_\_
7. Якщо ні, то чому? Вкажи причини \_\_\_\_\_
8. Чому ти почав займатися спортом?
 

<input type="checkbox"/> приклад батьків	<input type="checkbox"/> бажання бути першим
<input type="checkbox"/> порада лікаря	<input type="checkbox"/> хочу бути першим
<input type="checkbox"/> подобається вид спорту	<input type="checkbox"/> хочу бути схожим на відомого спортсмена
9. Що ще, вкажи сам \_\_\_\_\_
9. Як батьки ставляться до твоїх занять спортом?
 

<input type="checkbox"/> Свалюють	<input type="checkbox"/> Не схвалюють	<input type="checkbox"/> Байдуже
-----------------------------------	---------------------------------------	----------------------------------
10. Чи проводяться у Вашій школі:
 

- фізкультхвилинки?	<input type="checkbox"/> Так	<input type="checkbox"/> Ні	<input type="checkbox"/> Іноді
- спортивні свята?	<input type="checkbox"/> Так	<input type="checkbox"/> Ні	<input type="checkbox"/> Іноді
11. Чи береш ти участь у спортивних заходах?
 

<input type="checkbox"/> Так	<input type="checkbox"/> Ні	<input type="checkbox"/> Іноді
------------------------------	-----------------------------	--------------------------------
12. Як ти вважаєш, чи впливають заняття фізичними вправами на твоє здоров'я?
 

<input type="checkbox"/> Так	<input type="checkbox"/> Ні	<input type="checkbox"/> Незнаю
------------------------------	-----------------------------	---------------------------------
13. Щоб бути здоровим треба:
 

<input type="checkbox"/> займатися фізичною культурою	<input type="checkbox"/> дотримуватися режиму дня	<input type="checkbox"/> правильно харчуватися
---	---	--
14. Що ще? Вкажи \_\_\_\_\_
14. Чому потрібно бути здоровим? \_\_\_\_\_
15. Що більш вього ти любилаєш робити у вільний час?
 

<input type="checkbox"/> дивлюсь телевізор	<input type="checkbox"/> просто відпочиваю
<input type="checkbox"/> читаю книги	<input type="checkbox"/> займаюсь фізичною культурою
<input type="checkbox"/> гуляю	<input type="checkbox"/> роблю уроки
<input type="checkbox"/> займаюся на комп'ютері	<input type="checkbox"/> Що ще? Вкажи сам _____

Щиро дякуємо за відповіді!

## Додаток Г

**Лист експертної оцінки фахівцями сфери фізичної культури і спорту  
щодо розробки та впровадження програм спортивної анімації у місцях масового  
відпочинку населення (на матеріалі міських парків)**

*Шановний колего! Просимо Вас дати відповідь на низку запитань, що стосується розробки та впровадження програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків). Вашу думку Ви може висловити поставивши відмітку навпроти обраної відповіді на запитання.*

**1. Дайте загальну оцінку ефективності роботи у державі щодо залучення різних груп населення до спортивної анімації у міських парках:**

- ефективна робота
- швидше ефективна, ніж ні
- швидше неефективна, ніж ефективна
- неефективна
- вважаю, що така робота не здійснюється взагалі

**2. Оцініть наскільки активні форми відпочинку у міських парках на сьогодні є популярними:**

- надзвичайно популярні
- достатньо популярні
- майже популярні
- малопопулярні
- не популярні взагалі

**3. Оцініть важливість впровадження програм спортивної анімації у міських парках:**

- дуже важливо
- швидше важливо
- швидше не важливо
- зовсім не важливо
- важко відповісти

**4. Оцініть загальний стан організації спортивної анімації у міських парках Вашого міста:**

- незадовільно
- задовільно
- добре
- дуже добре
- важко відповісти

**5. Вкажіть причини низької організації спортивної анімації у міських парках:**

- відсутність підготовлених спортивних аніматорів як волонтерів
- низький рівень відповідного методичного забезпечення
- мала кількість площинних загальнодоступних спортивних споруд
- недостатня кількість спортивного інвентарю та обладнання
- недостатнє фінансування

**Ваш варіант** \_\_\_\_\_

**6. Вкажіть основні причини, які обумовлюють пасивне ставлення населення до спортивної анімації у міських парках (відмітити не більше трьох позицій):**

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> патерналістичні настрої               | <input type="checkbox"/> стан здоров'я                        |
| <input type="checkbox"/> відсутність вільного часу             | <input type="checkbox"/> відсутність відповідного інтересу    |
| <input type="checkbox"/> рівень доходів                        | <input type="checkbox"/> відсутність стимулів                 |
| <input type="checkbox"/> невміння організувати власне дозвілля | <input type="checkbox"/> низький рівень пропаганди та реклами |

низький рівень культури здоров'я

місце розташування міського парку

**7. Вкажіть найбільш вагомні чинники, які здатні позитивно впливати на залучення населення до спортивної анімації у міських парках (відмітити не більше трьох позицій):**

задоволення від участі у заходах зі спортивної анімації

поради друзів

бажання бути здоровим

вплив ЗМІ

потреба у знятті фізичної та психічної втоми

особлива спортивна подія

бажання підтримувати себе у хорошій фізичній формі

приклад відомого спортсмена

потреба у руховій активності

приклад державного діяча

потреба у спілкуванні

достатній рівень добробуту

**8. Вкажіть, які структури найбільшою мірою сприяють (чи мають сприяти) вирішенню завдання щодо широкого залучення різних груп населення до спортивної анімації у міських парках (відмітити 1-3 позиції):**

виконавчої влади

профспілки

міські парки

молодіжні організації

центри «Спорт для всіх»

медичні установи

федерації з видів спорту

політичні партії

добровільні спортивні товариства

політики різних рівнів

засоби масової інформації

відомі спортсмени

керівники підприємств, установ та організацій

спортивні клуби

Підприємці

**9. Які першочергові заходи, на Вашу думку, необхідно здійснити для підвищення рівня залучення різних груп населення до спортивної анімації у міських парках:**

**10. Ваш вік: \_\_\_\_\_ років**

**11. Стать:**

жіноча

чоловіча

**7. Освіта:**

вища

середня

неповна вища

**13. Науковий ступінь:**

кандидат наук

доктор наук

**14. Почесні звання:**

Заслужений працівник фізичної культури і спорту України

Заслужений працівник в інших сферах

**15. Стаж роботи у сфері фізичної культури і спорту \_\_\_\_\_ років**

**16. Ваша посада \_\_\_\_\_**

*Дякуємо за допомогу!*



**Окреме заняття програми спортивної анімації для сімей з дітьми 8-10 років  
В Івано-Франківському міському парку імені Т. Г. Шевченка**

Час проведення	Заходи	Тривалість заходу	Місце проведення	Функції команди волонтерів
<b>Субота</b>				
14.30-15.00	Збір та інструктаж команди волонтерів			Менеджер команди ознайомлює членів з розкладом проведення заходів та розподіляє обов'язки між ними.
15.00-15.10	Загальна руханка	10 хв.	Центральна алея	Агітатори залучають відвідувачів до участі. Технічний персонал забезпечує музичний супровід. Учасників розташовують у декілька шеренг. Дистанція між шеренгами 2 кроки. Спортивні аніматори розташовуються на відстані 3-4 м, один з них коментує вправи.
15.20-15.40	Танцювальна аеробіка	20 хв.	Сцена міського парку	Агітатори залучають відвідувачів до участі. Технічний персонал забезпечує музичний супровід. Спортивний аніматор перешиковує учасників коментує та проводить захід.
	Перерва			Агітатори залучають відвідувачів до участі та спрямовують відвідувачів до місця проведення заходів. Технічний персонал готує майданчик та необхідний інвентар та обладнання.
16.00-16.10	Гра «Повторюй за мною»	10 хв.	Спортивний майданчик	Технічний персонал роздає скакалки усім учасникам. Спортивні аніматори перешиковують учасників в коло, пояснюють правила гри, нараховують штрафні очки та визначають переможця.
16.20-16.30	Гра «Біг по коридорах»	10 хв.	Спортивний майданчик	Технічний персонал позначає «коридори».

				Спортивні аніматори перешиковують учасників у колони, пояснюють правила гри, слідкують за виконанням правил гри, нараховують штрафні очки та визначають переможця.
16.40-16.50	Гра «Боротьба за м'яч у колах»	10 хв.	Спортивний майданчик	Технічний персонал позначає кола. Спортивні аніматори пояснюють правила гри, визначають ведучих, слідкують за виконанням правил гри, нараховують штрафні очки та визначають переможця.
	Перерва			Агітатори залучають відвідувачів до участі та спрямовують відвідувачів до місця проведення заходів. Технічний персонал готує майданчик, інвентар та обладнання.
17.00-17.10	Гра «Біг з обручем»	10 хв.	Спортивний майданчик	Технічний персонал роздає обручі учасникам. Спортивні аніматори визначають команди по 4 особи. Пояснюють правила гри, слідкують за їх виконанням, фіксують прихід учасників та визначають переможця.
17.20-17.40	Гра «Візьми м'яч »	10 хв.	Спортивний майданчик	Технічний персонал розкладає тенісні м'ячі по колу. Спортивні аніматори пояснюють правила гри, подають команди та визначають переможця.
17.50-18.00	Естафета «Стрибки в мішках»	10 хв.	Спортивний майданчик	Технічний персонал розтавляє стійки та роздає мішки. Спортивні аніматори визначають команди, слідкують за виконанням правил гри та визначають переможця.
	Підведення підсумків			Технічний персонал прибирає місце проведення, проектувальники проводять збір інформації.

## Розподіл анімаційних заходів у міському парку для сімей з дітьми 8-10 років

№ п/п	Зміст	Місяць / тижні																							
		Травень					Червень				Липень				Серпень					Вересень					
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4		
<b>1.</b>	<b>Рухливі ігри:</b>																								
	Гра «Повторюй за мною»	+		+		+	+		+		+		+	+	+		+	+		+	+		+	+	
	Гра «Біг по коридорах»	+			+	+		+		+		+	+		+		+		+	+		+		+	
	Гра «Боротьба за м'яч у колах»	+		+		+	+		+		+		+	+	+		+	+		+	+		+	+	
	Гра «Біг з обручем»	+			+	+		+		+		+	+		+		+		+	+		+		+	
	Гра «Візьми м'яч»	+		+		+	+		+		+		+	+	+		+	+		+	+		+	+	
	Гра «Ловці»	+			+	+		+		+		+	+		+		+		+	+		+		+	
	Гра «Квінтас»	+		+		+	+		+		+		+	+	+		+	+		+	+		+	+	
	Гра «Доріжки»	+			+	+		+		+		+	+		+		+		+	+		+		+	
	Гра «Через кордон»		+	+			+		+				+	+		+		+			+	+			
	Гра «Линва»		+		+			+		+		+	+			+		+			+	+			
	Гра «Боротьба за булаву»		+	+			+		+				+	+		+		+			+	+			
	Гра «Гінці»		+		+			+		+		+	+			+		+			+	+			
	Гра «Чорний лицар»		+	+			+		+				+	+		+		+			+	+			
	Гра «Квач»		+		+			+		+		+	+			+		+			+	+			
	Гра «Літаки»		+	+			+		+				+	+		+		+			+	+			
	Гра «Лабіринт»		+		+			+		+		+	+			+		+			+	+			
<b>2.</b>	<b>Конкурси:</b>																								
	Конкурс на визначення найсильнішої сім'ї	+		+		+	+		+		+		+	+	+		+	+		+	+		+	+	
	Конкурс на визначення найспритнішої сім'ї	+		+		+	+		+		+		+	+	+		+	+		+	+		+	+	
	Конкурс на виявлення найвлучнішої сім'ї		+		+			+		+		+	+			+		+			+	+			
	Конкурс на виявлення найстрибучішої сім'ї		+		+			+		+		+	+			+		+			+	+			
<b>3.</b>	<b>Естафети:</b>																								
	Естафета «Стрибки в мішках»	+			+	+		+		+		+	+		+		+		+	+		+	+		
	Естафета «Тачка»	+				+					+				+				+				+		
	Колова естафета			+			+		+					+		+		+			+		+		
	Естафета з м'ячами			+	+		+	+	+	+		+		+		+	+	+		+		+	+		
<b>4.</b>	<b>Квест-ігри</b>		+										+										+		

<b>5.</b>	<b>Танцювально-розважальні заходи:</b>																						
	Загальна руханка	+		+		+	+		+		+		+	+	+		+	+			+	+	
	Танцювальна аеробіка	+			+	+		+		+	+			+		+		+	+			+	
	Хіп-хоп	+		+		+	+		+		+		+	+	+		+	+			+	+	
	Танцювальна терапія		+										+								+		
<b>6.</b>	<b>Спортивні ігри:</b>																						
	Фрізбі		+		+			+		+		+	+			+			+	+			
	Футбол		+		+			+		+		+	+			+			+	+			
	Волейбол			+			+		+				+		+		+				+		
<b>7.</b>	<b>Елементи туризму:</b>																						
	Складання туристичного рюкзака		+									+									+		
	Встановлення палатки			+			+		+				+		+		+				+		
<b>8.</b>	<b>Опитування:</b>																						
	рівень задоволеності осіб	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
	кількість залучених до анімаційних програм та частота їх участі в анімаційних заходах	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
	дотримання здорового способу життя	+										+										+	
	рівень психоемоційного стану	+										+										+	
	виявлення нових інтересів та побажань відвідувачів	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
<b>9.</b>	<b>Вимірювання та тестування:</b>																						
	рухова активність	+									+											+	
	функціональний стан	+										+										+	
	рівень втоми	+											+									+	
<b>10.</b>	<b>Інформування про проведення анімаційної програми</b>	+					+				+				+				+				
<b>11.</b>	<b>Поновлення банку засобів</b>	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	

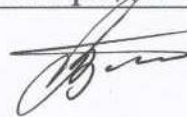
## Акт

**впровадження результатів наукових досліджень у практику діяльності комунального закладу «Обласний центр фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» Рівненської обласної ради»**

Ми, що нижче підписалися, склали цей акт про те, що за результатами наукового дослідження, виконаного відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 рр. за темою 3.9. «Удосконалення наукових засад спорту для всіх, фітнесу та рекреації» (№ державної реєстрації 0111U001735) виконавець теми Пасічняк Любомир Васильович протягом квітня – жовтня 2015 р. вніс такі рекомендації та пропозиції:

<i>Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика</i>	<i>Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання</i>	<i>Ефект від впровадження</i>
<p>Пропозиції щодо врахування особливостей залучення різних груп населення до активного відпочинку у міських парках, стримуючих та стимулюючих чинників їх участі у заходах зі спортивної анімації.</p> <p>Пропозиції впроваджено у формі рекомендацій щодо організації активного відпочинку відвідувачів міських парків.</p> <p>Запропоновано до використання найбільш популярні види активного відпочинку у міських парках, посилення в осіб відповідної мотивації, створення та реалізації необхідних умов.</p>	<p>Вперше вказано на організаційні особливості залучення населення до активного відпочинку у міських парках. Виявлено рівень популярності серед відвідачів міських парків різних видів активного відпочинку. Виділено причини, що обумовлюють їх пасивне ставлення до спортивної анімації, а також наведено умови, що позитивно впливають на залучення осіб до зазначеного виду фізичної рекреації у міських парках.</p> <p>Вказані матеріали пропонуються для широкого використання у практиці роботи центрів «Спорт для всіх».</p>	<p>Формування та задоволення інтересу відвідувачів міських парків до проведення активного дозвілля та спортивної анімації. Підвищення рівня рухової активності й на цій основі покращення фізичного та психоемоційного стану осіб різних вікових груп.</p> <p>У Рівненській області в 2015 р. у Всеукраїнських фізкультурно-оздоровчих заходах «Спорт для всіх у парках і скверах» взяло участь 18 582 особи.</p>

Автор, розробник:



**Л. В. Пасічняк**, аспірант НУФВСУ,  
співвиконавець теми

**Представник НУФВСУ**

Проректор з наукової роботи, д.фіз.вих., професор

**В. О. Кашуба**

**Представник установи, де виконувалось впровадження:**

Директор КЗ «ОЦФЗН «Спорт для всіх»

Рівненської обласної ради»

**М. В. Петренчук**

5 листопада 2015 р.






## Акт

**впровадження результатів наукових досліджень у практику діяльності  
Івано-Франківського обласного центру фізичного здоров'я населення  
«Спорт для всіх»**

Ми, що нижче підписалися, склали цей акт про те, що за результатами наукового дослідження, виконаного відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 рр. за темою 3.9. «Удосконалення наукових засад спорту для всіх, фітнесу та рекреації» (№ державної реєстрації 0111U001735) виконавець теми Пасічняк Любомир Васильович протягом березня–грудня 2015 р. вніс такі рекомендації та пропозиції:

<i>Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика</i>	<i>Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання</i>	<i>Ефект від впровадження</i>
<p>Пропозиції щодо формування та використання команди волонтерів для впровадження розробленої нами технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення, зокрема у міських парках.</p> <p>Пропозиції впроваджено у формі рекомендацій стосовно співпраці центрів «Спорт для всіх» та вишів щодо залучення студентів у якості волонтерів.</p> <p>Запропоновано структуру та функції команди волонтерів.</p>	<p>Вперше для впровадження програми спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення запропоновано організаційну структуру команди волонтерів: менеджер, два проектувальники, три агітатори, два представники технічного персоналу та чотири спортивні аніматори.</p> <p>Вказано на значимість анімаційної діяльності у місцях масового відпочинку населення.</p> <p>Отримані дані в подальшому доцільно використовувати центрами «Спорт для всіх».</p>	<p>Покращення кадрового забезпечення роботи центрів «Спорт для всіх» за рахунок залучення здобувачів вищої освіти з фізичної культури і спорту у якості волонтерів.</p> <p>Збільшення кількості відвідувачів місць масового відпочинку населення, які залучені до спортивної анімації як інноваційного виду фізичної рекреації.</p> <p>Підвищення інтересу осіб до участі у Всеукраїнських фізкультурно-оздоровчих заходах «Спорт для всіх у парках і скверах».</p>

Автор, розробник:

 **Л. В. Пасічняк**, аспірант НУФВСУ,  
співвиконавець теми

**Представник НУФВСУ**

Проректор з наукової роботи, д. фіз. вих., професор

 **В. О. Кашуба**

**Представник установи, де виконувалось впровадження:**

Директор Івано-Франківського  
ОЦФЗН «Спорт для всіх»

 **С. Б. Бойко**

12 січня 2016 р.



## Акт

**впровадження результатів наукових досліджень у практику діяльності  
Кременчуцького міського центру фізичного здоров'я населення  
«Спорт для всіх» Полтавської області**

Ми, що нижче підписалися, склали цей акт про те, що за результатами наукового дослідження, виконаного відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 рр. за темою 3.9. «Удосконалення наукових засад спорту для всіх, фітнесу та рекреації» (№ державної реєстрації 0111U001735), а також згідно теми кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації Національного університету фізичного виховання і спорту України «Теоретико-методологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення (номер державної реєстрації 0116U001630), виконавець тем Пасічняк Любомир Васильович протягом квітня – жовтня 2016 р. вніс такі рекомендації та пропозиції:

<i>Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика</i>	<i>Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання</i>	<i>Ефект від впровадження</i>
<p><b>Технологія</b> проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків).</p> <p>Технологію впроваджено шляхом надання рекомендацій щодо реалізації наведених технологічних операцій.</p> <p>Технологія передбачає визначення змісту програм спортивної анімації та залучення осіб до її виконання у місцях масового відпочинку населення.</p>	<p>Вперше науково обґрунтовано доцільність поєднання у розробленій технології декомпозиції мети на проміжні та первинні цілі, що обумовлюють зміст технологічних операцій, зокрема трьох таких операцій з проектування та п'ятих – з реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення.</p> <p>Пропонується до використання зацікавленими суб'єктами сфери фізичної культури.</p>	<p>Забезпечення зростання рівня залученості різних груп населення до оздоровчо-рекреаційної рухової активності й на цій основі покращення фізичного та психічного стану осіб й залучення їх до здорового способу життя.</p> <p>Підвищення ефективності роботи центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» у місцях масового відпочинку населення, зокрема у парках.</p>

Автор, розробник:

**Л. В. Пасічняк**, аспірант НУФВСУ,  
співвиконавець теми

**Представник НУФВСУ**

Проректор з

науково-педагогічної роботи, д.фіз.вих., професор

**О. В. Борисова**

**Представник установи, де виконувалось впровадження:**

Директор Кременчуцького МЦФЗН «Спорт для всіх»

Полтавської області

**О. В. Медведенко**

9 листопада 2016 р.





**впровадження результатів наукових досліджень у навчальний процес  
кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації  
Національного університету фізичного виховання і спорту України**

Ми, що нижче підписалися, склали цей акт про те, що за результатами наукового дослідження, виконаного відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 рр. за темою 3.9. «Удосконалення наукових засад спорту для всіх, фітнесу та рекреації» (№ державної реєстрації 0111U001735), а також згідно теми кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації Національного університету фізичного виховання і спорту України «Теоретико-методологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення (номер державної реєстрації 0116U001630), виконавець тем Пасічняк Любомир Васильович протягом вересня – листопада 2016 р. вніс такі рекомендації та пропозиції:

<i>Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика</i>	<i>Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання</i>	<i>Ефект від впровадження</i>
<p>«Технологія проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків)».</p> <p>Форма – матеріал для лекції, семінару та самостійної роботи студентів за темою «Оздоровчий фітнес, спорт для всіх та фізична рекреація: загальна характеристика та основні засоби» (дисципліна «Теорія та технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності», III курс).</p>	<p>Обґрунтована технологія поєднує декомпозицію мети (основної цілі) на проміжні та первинні цілі, які обумовлюють відповідно складові технології та технологічні операції, а також враховує особливості активного відпочинку різних груп населення та стримуючі і стимулюючі чинники залучення їх до спортивної анімації.</p> <p>Результати дослідження можуть використовуватись для формування професійних компетентностей здобувачів вищої фахової освіти.</p>	<p>Впровадження результатів дослідження у навчальний процес сприяло розширенню та поглибленню спеціальних знань, формуванню професійних компетентностей майбутніх фахівців сфери фізичної культури і спорту щодо особливостей підготовки та проведення програм спортивної анімації.</p>

Автор, розробник:



**Л. В. Пасічняк**, аспірант НУФВСУ,  
співвиконавець теми

**Представник НУФВСУ**

Проректор з

науково-педагогічної роботи, д.фіз.вих., професор




**О. В. Борисова**

**Представник установи, де виконувалось впровадження:**

Завідувач кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації, д.фіз.вих., професор



**О. В. Андрєєва**

28 листопада 2016 р.