

Міністерство освіти і науки України
Національний університет фізичного виховання і спорту України

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

Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата наук з фізичного виховання та спорту



Київ – 2017

Дисертацією є рукопис

Роботу виконано у Національному університеті фізичного виховання і спорту України, Міністерство освіти і науки України

Науковий керівник

доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор

Дутчак Мирослав Васильович, Національний університет фізичного виховання і спорту України, перший проректор з науково-педагогічної роботи

Офіційні опоненти:

доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор

Альошина Алла Іванівна, Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, завідувач кафедри спортивно-масової та туристичної роботи

кандидат педагогічних наук, професор

Жданова Ольга Миколаївна, Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, завідувач кафедри фітнесу та рекреації

Захист відбудеться 29 травня 2017 р. о 12 год. 30 хв. на засіданні спеціалізованої вченої ради Д.26.829.02 Національного університету фізичного виховання і спорту України (03150, Київ-150, вул. Фізкультури, 1).

З дисертацією можна ознайомитись у бібліотеці Національного університету фізичного виховання і спорту України (03150, Київ-150, вул. Фізкультури, 1).

Автореферат розіслано 28 квітня 2017 р.

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради



О. В. Андреева

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність. У сучасних умовах авторитетні міжнародні організації (ООН, ЮНЕСКО, ВООЗ, Рада Європи, Європейський Союз) вказують на необхідність удосконалення діяльності суспільства та державних інституцій зі 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 привабливих спортивних споруд, що мають бути доступні для різних верств населення; збільшення кількості масових 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).

У зв'язку з цим украї необхідно 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, 2013; В. О. Кашуба, 2015).

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, 2010; А. Г. Фурманов, 2012; D. M. Anderson, 2012; M. Napierala, 2013) та вітчизняних учених (Т. Ю. Круцевич, 2010, 2013; Є. Н. Приступа, 2010; О. В. Андрєєва, 2014; О. М. Жданова, 2014).

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, 2008; А. Б. Воронина, 2012; О. І. Міхо, 2013). Враховуючи, що туристичні поїздки практикуються лише епізодично (здебільшого під час відпустки), зазначимо, що для забезпечення регулярної рухової активності різних груп населення доцільним буде ширше використання для вказаних цілей місць масового відпочинку населення, зокрема 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 (А. Lobo, 2011; М. Журавлева, 2011; А. І. Альошина, 2016). Проте спортивна анімація ще не набула широкого використання у місцях масового відпочинку населення, передусім у міських парках, через відсутність 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 вирішення цього наукового завдання обумовила вибір теми дисертаційного дослідження, його мету та завдання.

Зв'язок роботи 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; низький рівень особистої культури здоров'я; обмеженість доходів; 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» до 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 упроваджено в 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 опубліковані наукові праці полягав у визначенні проблеми, організації та проведенні досліджень, аналізі отриманих даних, їх інтерпретації й теоретичному узагальненні, 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 та 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.

Структура та обсяг роботи. Дисертаційна робота складається зі вступу, п'яти розділів, висновків, списку використаних джерел і додатків. Дисертацію викладено на 208 сторінках, із них 161 – основного тексту. Робота містить 19 таблиць і 28 рисунків. У роботі використано 269 літературних джерел та інформаційних ресурсів.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ

У *вступі* обґрунтовано актуальність досліджуваної теми, показано зв'язок роботи з науковими планами, визначено мету, завдання, об'єкт і предмет дослідження, розкрито наукову новизну та практичну значущість отриманих результатів, їх впровадження у практику, зазначено особистий внесок здобувача в опубліковані спільно праці, наведено інформацію про апробацію роботи та вказано кількість публікацій автора за темою дисертації.

У *першому розділі* «**Наукові основи спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення**» наведено характерні ознаки спортивної анімації як складової сфери фізичної рекреації. Розглянуто сучасні підходи до вивчення проблеми функціонування та розвитку спортивної анімації, а також концептуальні аспекти технологічного процесу проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення. Подано узагальнення передового міжнародного досвіду із зазначеного питання.

Аналіз літературних джерел та інформаційних ресурсів мережі Інтернет (С. І. Балик, 2008; А. Camarda, D. Badau, 2010; J. Kargul, 2012; С. М. Килимистий, 2014; А. І. Альошина, 2016) дозволив виділити такі характерні ознаки спортивної анімації: реалізується у сфері фізичної рекреації; ґрунтується на оздоровчо-рекреаційній руховій активності; сприяє оздоровленню різних груп населення засобами рекреації як одного з інструментів формування здоров'я; має розважальний (гедоністичний), інформаційний, виховний та рекламний характер; містить фізичні, емоційні та виховні компоненти; сприяє самореалізації особистості, даючи можливість індивіду вибрати цікаву форму діяльності і найбільш повно проявити себе в ній; основним її елементом є той, хто відпочиває, якого залучено до участі у відповідних заходах з допомогою аніматора; здійснюється у вільний час, переважно в природних умовах на добровільних, самодіяльних засадах та за сприяння державних установ, суб'єктів приватного сектору та громадських організацій.

У сучасних умовах спортивна анімація набула популярності у відповідних готелях та туристичних базах здебільшого на морських узбережжях. Проте, як свідчить передовий зарубіжний досвід (США, Канада, Швеція, Велика Британія, Японія), цей вид фізичної рекреації має значні потенційні можливості для реалізації і в інших місцях масового відпочинку населення, зокрема у міських парках (G. Godbey, A. Mowen, 2010; D. M. Anderson, 2012; R. J. Barcelona, 2016). В Україні лише епізодично реалізуються заходи анімаційного характеру у зазначених місцях (О. М. Жданова, 2005, 2014).

У галузі науки з фізичного виховання і спорту сформовано певну систему знань з технологізації процесу активного дозвілля різних груп населення (М. В. Дутчак, 2008–2016; О. В. Андрєєва, 2012–2016), 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 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.

У другому розділі «Методи та організація дослідження» обґрунтовано використання обраних методів для досягнення мети дослідження.

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 людей 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 було здійснено оцінку стану організації спортивної анімації у місцях масового відпочинку, виявлення чинників, що найкраще впливають на залучення населення до програм спортивної анімації та дій з їх реалізації у місцях масового відпочинку.

Із педагогічних методів використано спостереження, тестування та експеримент. У ході реалізації програм спортивної анімації нами визначався психоемоційний стан учасників експерименту з використанням загальноприйнятих психологічних методів. Використання медико-біологічних методів дослідження дозволило здійснити комплексну оцінку функціонального стану організму батьків та дітей, які брали участь у перетворювальному педагогічному експерименті.

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.

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. Опитуванням було охоплено 698 респондентів, які відвідували місця масового відпочинку, зокрема парк культури та відпочинку імені Т. Г. Шевченка міста Івано-Франківськ. До групи експертів входили 28 осіб.

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 оцінювали за визначеними критеріями після п'яти місяців перетворювального педагогічного експерименту, в

якому взяли участь 22 сім'ї з дітьми 8–10 років, які відвідували міський парк відпочинку ім. Т. Г. Шевченка міста Івано-Франківськ. 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, формулювання висновків та оформлення дисертаційної роботи.

У третьому розділі «Сучасний стан залучення різних груп населення до спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків)» розглянуто особливості активного відпочинку в міських парках, виділено відповідні організаційні показники, види такого відпочинку та аналіз мотивації. Охарактеризовано стримуючі та стимулюючі чинники впливу на залучення різних груп населення до спортивної анімації у місцях масового відпочинку (на матеріалі міських парків).

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). При цьому понад третина (37,8 %) вважають своє дозвілля активним, 8,5 % – пасивним. Домінування комбінованого проведення дозвілля характерне для осіб усіх вікових груп. Звертає на себе увагу те, що пасивний відпочинок більш популярний серед людей похилого і старшого (16,7 %), а також юнацького віку (16,4 %).

Кожен другий респондент (52,3 %), на жаль, не має можливості регулярно відвідувати міський парк через обмеженість вільного часу, 21,3 % зазначили, що щоденне перебування в парку пов'язане переважно з розташуванням «їхнього» навчального закладу або установи, підприємства чи організації біля міського парку (зручно проходити через парк до місця роботи чи навчання). Майже третина опитуваних (28,5 %) намагаються відвідувати паркове середовище один (11,4 %), два (9,4 %) та три (7,7 %) рази на тиждень. Більше як шестеро з кожних десяти відвідувачів (64,5 %) міських парків перебувають у них у вихідні та святкові дні (42,3 % – у вихідні та 22,2 % – у святкові дні). Установлено, що для більшої половини відвідувачів міських парків (52,4 %) найсприятливішим часом перебування в них є друга половина дня (після 15.00). Переважно вказаний час обирають для себе молодь (66,4 %) та особи зрілого віку (50,9 %).

Ранжування способів проведення активного дозвілля виявило, що найпопулярнішими є прогулянки з друзями (відмітили 56,5 % опитаних), при цьому самостійним прогулянкам надають перевагу 27,8 % респондентів, із сім'єю – 21,0 %, велопогулянкам – 15,3 %. Серед видів відпочинку особи юнацького віку до перших трьох пріоритетів відносять прогулянки з друзями (79,8 %), відвідування атракціонів (56,7 %), організовані заняття фізичними вправами (54,8 %). Для людей зрілого, похилого і старшого віку бажаними видами відпочинку є прогулянки з друзями (52,4 % та 51,9 % відповідно) і самостійно (25,9 % та 46,3 % відповідно). Окрім цього особи похилого віку віддають перевагу ще й сімейним прогулянкам. Отже,

ходьба як вид рухової активності найчастіше використовується у міських парках, де відвідувачі досить часто використовують й інші циклічні види рухової активності, зокрема оздоровчий біг – пріоритетний для кожного п'ятого респондента (20 %), їзду на велосипеді обирають 15 % опитаних, а катання на лижах – 3,3 %. Ранкову гімнастику виконують 40,8 % респондентів.

Спортивна анімація ще недостатньо використовується у місцях масового відпочинку населення, зокрема у міських парках, оскільки у відповідних заходах беруть участь лише 7,3 % відвідувачів. Загалом 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.

Провідними мотивами, що спонукають представників різних груп населення активно відпочивати у міських парках, є: отримання задоволення та позитивних емоцій від рухової активності (46,7 % респондентів); бажання відволіктися від побутових та професійних проблем, емоційна розрядка (25,8 %); наближення до природного середовища (22,5 %); поліпшення самопочуття (19,2 %). Серед умов залучення населення до активного дозвілля у парковому середовищі слід відмітити такі: посилення відповідної інформаційно-пропагандистської роботи; покращення 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); організація роботи груп за «спортивними інтересами»; збільшення кількості кадрів, залучених до здійснення заходів з фізичної рекреації.

Абсолютна більшість (84,2 %) респондентів під час дозвілля не беруть участі у жодних анімаційних заходах і це здебільшого пов'язано з незнанням того, що являє собою анімаційна діяльність. Незначна частина опитаних (15,8 %) залучаються до анімаційних програм, але при цьому перевагу надають готельній (9,1 %), туристичній (3,8 %) та дитячій (2,9 %) анімаціям.

Оцінюючи роботу із залучення населення до спортивної анімації в нашій країні, абсолютна більшість (92,9 %) експертів визначають її як неефективну. Кожен другий експерт (53,6 %) вказує на незадовільний стан організації спортивної анімації у міських парках. Чверть експертів (25 %) вважають, 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 з цього питання оцінка експертної групи збігається з думкою відвідувачів міських парків.

Таким чином, 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 цього процесу.

Стримуючими чинниками впливу на залучення населення до спортивної анімації у міських парках є: низький рівень використання форм і засобів пропаганди та інформування (60,8 % респондентів); стан здоров'я відвідувачів (37,4 %); рівень

доходів населення (36,3 %); низький рівень особистої культури здоров'я (30,8 %); недостатня кількість вільного часу (27,1 %); місце розташування парку (25,8 %); невміння організувати власне дозвілля (22,6 %); відсутність належної мотивації (21,8 %); патерналістичні настрої (19,0 %).

Серед важливих чинників, які обумовлюють пасивне ставлення населення до спортивної анімації у міських парках, більша половина групи експертів (64,3 %) визнала низький рівень відповідної пропаганди та інформування, близько половини з них (46,4 %) вказали на невміння відвідувачами міських парків організувати власне дозвілля, а також на низький рівень їхньої особистої культури здоров'я (46,3 %). При цьому не менш важливими були показники доходів населення (39,3 %) та відсутність мотивації (28,6 %). Стан здоров'я (14,3 %), відсутність вільного часу (10,7 %) та патерналістичні настрої (3,6 %) визначаються експертами як другорядні. З метою формування консолідованої оцінки зазначених причин визначали середнє значення частки респондентів та експертів за кожним показником.

У результаті дослідження було виявлено такі організаційні перешкоди із залучення різних груп населення до спортивної анімації у місцях масового відпочинку: недостатнє фінансування відповідної роботи з місцевих бюджетів (на це вказали 21,7 % респондентів та всі експерти); відсутність фахівців із проектування та реалізації програм спортивної анімації у міських парках (43,8 % та 50 % відповідно); мала кількість спортивних споруд (17,6 % та 42,9 %); недостатня кількість спортивного інвентарю та обладнання (12,5 % та 39,3 %); низький рівень методичного забезпечення (4,4 % та 28,6 %).

Відвідувачі міських парків серед стимулюючих чинників залучення до спортивної анімації виділяють: поінформованість про такі заходи через засоби масової інформації (57,2 % респондентів); потребу ведення здорового способу життя (49,2 %); потребу у знятті фізичної та психічної втоми та потреби в руховій активності (41,7 %); потребу досягнення належного фізичного стану (28,9 %); отримання задоволення від участі у відповідних заходах (24,2 %); потребу у спілкуванні та поради друзів (20,8 % і 20,6 % відповідно).

Більше третини респондентів (34,3 %) вважають, що рівень зацікавленості та участі в реалізації програм спортивної анімації у міських парках буде більшим за умови включення до них рекреаційних рухливих ігор. Майже така сама частина опитаних (33,7 %) віддають перевагу оздоровчим видам гімнастики, зокрема аеробіці, вправам загальнорозвиваючої спрямованості, дихальній гімнастиці, елементам східних єдиноборств та йоги, акробатичним вправам, виконання яких здійснюється під музичний супровід. Кожен п'ятий респондент (22,5 %) відмічає, що програми спортивної анімації у міських парках мають базуватись на використанні оздоровчої ходьби та бігу.

На думку абсолютної більшості експертів (85,7 %), місцеві центри фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» мають найбільші можливості сприяти вирішенню проблеми залучення населення до спортивної анімації у міських парках. Серед першочергових заходів, які слід реалізувати для підвищення рівня залученості різних груп населення до таких занять, більша половина експертів (53,6 %) вказують

на необхідність здійснити «інформаційну атаку» – агітаційну роботу через засоби масової інформації про значення, місця проведення та зміст програм спортивної анімації.

У четвертому розділі «Теоретичне обґрунтування та експериментальна перевірка ефективності технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків)» вказано на актуалізацію необхідності такої технології, здійснено теоретичний аналіз відповідних базових положень та охарактеризовано зміст запропонованих технологічних операцій, а також подано результати експериментального використання розробленої технології.

Найбільш значущим 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 – 36), що свідчить про актуальність і доцільність відповідних наукових досліджень. На другому місці – «здійснення необхідної агітаційно-пропагандистської роботи» (сума рангів – 62), 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). Четвертим 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. χ^2 -критерій для вказаного коефіцієнта конкордації дорівнював 90,72, що підтверджує високу статистично значущу узгодженість думок експертів ($p \leq 0,01$).

Із метою розробки технології проектування та реалізації програм спортивної анімації у міських парках нами було здійснено теоретичний аналіз відповідних базових положень: сучасного трактування основних понять (технологія, проектування, реалізація, програма); методологічних підстав та принципів розробки таких технологій; вимог та характерних ознак програм анімаційного впливу; обґрунтування поєднання у структурі вказаної технології декомпозиції основної цілі та технологічних операцій.

На основі результатів проведеного дослідження нами запропоновано технологію проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків), представлену на рисунку 1. Вказана технологія 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 впровадження запропонованої технології команд волонтерів, яких центрам необхідно відбирати та готувати разом з відповідними вищими навчальними закладами або громадськими організаціями.

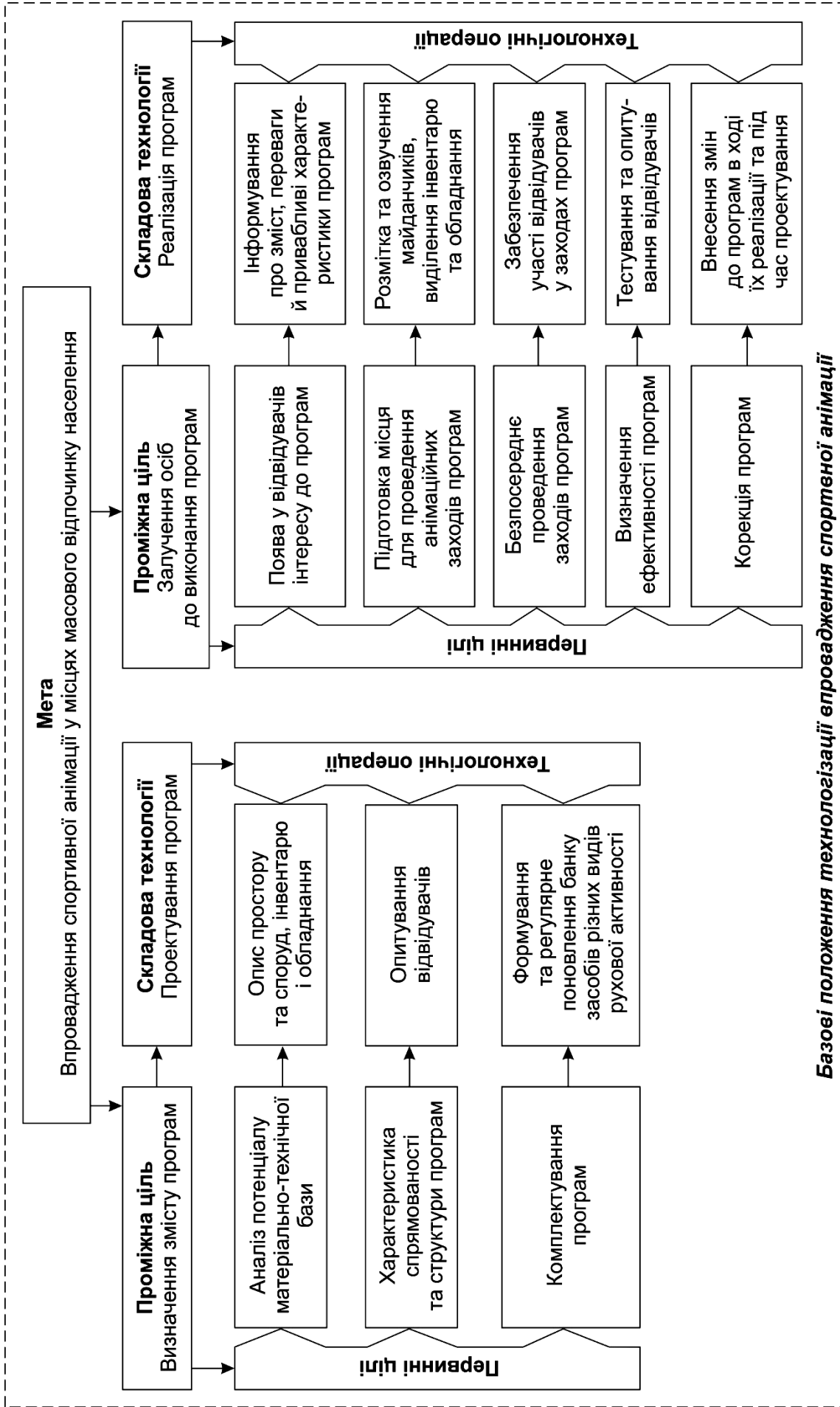


Рис. 1. Технологія проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків)

Для обслуговування однієї програми спортивної анімації така команда повинна мати відповідну організаційну структуру (рис. 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 (міських парків).



Рис. 2. Організаційна структура команди волонтерів ЦФЗН «Спорт для всіх» для впровадження спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення

Із 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. Використовуючи запропоновану технологію, нами було здійснено технологічні операції для проектування та реалізації програми спортивної анімації у міському парку для сімей з дітьми 8–10 років. Підготовлена програма була розрахована на літній сезон (травень–вересень) і передбачала проведення анімаційних заходів у вихідні та святкові дні (загалом 47 занять) після 15.00. Для кожного заняття було визначено перелік конкретних заходів (рекреаційні рухливі ігри, естафети, конкурси, танцювально-розважальні вправи, спортивні ігри, елементи активного туризму), їх тривалість, місце проведення та функції членів команди волонтерів. Для поширення інформації про програму спортивної анімації в указаному міському парку Івано-Франківський обласний центр фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» співпрацював з радіостанціями, використовував можливості ресурсів мережі Інтернет та носії зовнішньої реклами.

Ефективність запропонованої технології визначали на основі комплексної педагогічної, соціологічної, психологічної та функціональної діагностики учасників (22 жінки, 22 чоловіки, 15 дівчаток і 17 хлопчиків) до, під час та після експерименту.

Одним із основних показників ефективності запропонованої технології було визначення рівня задоволення від участі у програмі спортивної анімації. На початку експерименту у дорослих було зафіксовано найнижчий показник рівня задоволення. Проте після 8–10-го заняття спостерігалась позитивна динаміка його зростання і до завершення експерименту показник залишався стабільним. Рівень задоволення дітей також мав тенденцію до зростання.

Після експерименту чоловіки і жінки стали витрачати на рухову активність різної спрямованості більше часу, ніж до його проведення (у 3,3 та 3,9 рази відповідно). 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 %.

Після п'яти місяців відвідування програм спортивної анімації спостерігалася нормалізація маси тіла як у батьків, так і в дітей. Так, у чоловіків середнє значення індексу маси тіла 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.

Проведений нами Бельгійський тест дозволив зафіксувати позитивні зміни у роботі серцево-судинної системи на рівні статистичної тенденції як у чоловіків, так і у жінок. Різниця в 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. Відмічено 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 кровообігу та стійкості організму до гіпоксії. Після експерименту серед батьків не було виявлено осіб із рівнем фізичного стану нижче середнього, тоді як до його початку такий рівень було зафіксовано у кожного шостого (15,9 %). Більша третина (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 анімаційній програмі частка таких становила 38,7 % ($\chi^2 = 10,88$; $p < 0,05$).

Розподіл дітей за індексом Руф'є вказує на те, що найбільш виражену тенденцію до покращення було виявлено у хлопчиків. У дівчаток після експерименту достовірних змін не відмічено, проте спостерігались істотні зміни в перерозподілі за рівнями. 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 частка таких становили 33,3 % і 17,6 % відповідно.

Оцінюючи рівень фізичної підготовленості у дорослих нами встановлено, що систематична участь в анімаційних заходах позитивно вплинула на динаміку відповідних показників. Достовірні зміни було зафіксовано у вправах на силу, зокрема середні значення у підтягуванні на перекладині покращились у чоловіків на 58,9 % ($t = 4,44$; $p < 0,01$), а у згинанні та розгинанні рук в упорі лежачи – у жінок на 61,5 % ($t = 3,48$; $p < 0,01$). Показники гнучкості в середньому у чоловіків збільшились у 2,2 рази ($t = 3,74$; $p < 0,01$), у жінок – на 72,7 % ($t = 2,95$; $p < 0,01$). Зміни на рівні статистичної тенденції ($p > 0,05$) було відзначено при виконанні швидко-силової вправи у всіх батьків і тесту на витривалість – у жінок.

Після завершення перетворювального педагогічного експерименту нами не виявлено дітей із низьким рівнем фізичної підготовленості, тоді як на початку кожен шостий (15,63 %) мав такий рівень. Окрім цього на 12,5 % зменшилась частка дітей

із рівнем нижче середнього, 40,6 % дітей покращили свій рівень до вище середнього проти 28,1 % до експерименту. Такий перерозподіл привів до збільшення кількості дітей із високим рівнем до 34,4 %, тоді як до експерименту частка таких становила лише 3,1 % ($\chi^2 = 17,33$; $p < 0,01$).

У п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» наведено порівняння отриманих нами даних з аналогічними показниками вітчизняних і зарубіжних наукових праць. У ході проведеного 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, 2008; О. М. Кириленко, 2013; О. В. Андреева, 2014); значні потенційні можливості міських парків для активного відпочинку різних груп населення (J. Kruger, 2008; G. Godbey, A. Mowen, 2010; О. М. Любченко, 2011; L. Stanney, 2016); 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, 2009; О. М. Вареник, 2014; О. М. Жданова, 2014); роль рухової активності як генеруючого чинника здорового способу життя (Н. Kohl, 2012; В. О. Кашуба, 2012; С. М. Футорний, 2015).

У ході дослідження доповнено та вдосконалено: наукові положення про фізичну рекреацію у контексті залучення населення до рухової активності (Т. Ю. Круцевич, 2010; Є. Н. Приступа, 2010; А. Г. Фурманов, 2012; О. В. Андреева, 2014); теоретичні та емпіричні знання про функціонування та розвиток анімаційної діяльності загалом та спортивної анімації зокрема (А. Camarda, 2010; Л. В. Тарасов, 2012; М. Napierała, 2013; А. І. Альошина, 2016); відомості про технологічні особливості проектування та реалізації програм із залучення населення до оздоровчо-рекреаційної рухової активності (О.Л. Благій, 2013; К. Г. Пацалюк, 2012; R. J. Barcelona, M. S. Wells, S. Arthur-Banning, 2016); підходи до відбору, підготовки та використання волонтерів для залучення населення до рухової активності (Т. Л. Лях, 2009; І. В. Юрченко, 2009; Л. Чеховська, 2011).

Принципово новим у дисертації є: використання диференціації мети соціальної системи на складові її цілі як основи для характеристики операцій розробленої технології, що враховує особливості, позитивні та негативні 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 із впровадження спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення

свідчить, що вказана проблема обумовлена 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 понад третини (37,8 %) активний відпочинок є домінуючим; у міських парках для активного відпочинку використовуються переважно вихідні та святкові дні й триває він 1–3 години у другій половині дня, на що вказали більшість респондентів; активний відпочинок відвідувачів міських парків характеризується одноманітністю та домінуванням різних видів прогулянок з використанням ходьби (70,5 % опитаних) та бігу (20,0 %), рідше – велосипеда (15,0 %), інколи – лиж (3,3 %); інші види рухової активності, що, в основному, реалізуються в міських парках, 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 %) вказує 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 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 провідні місця посідають недостатнє фінансування відповідної роботи з місцевих бюджетів (60,9 %), відсутність фахівців з проектування та реалізації програм спортивної анімації у міських парках (46,9 %) і мала кількість спортивних споруд (30,3 %).

4. Стимулюючими чинниками впливу на залучення населення до спортивної анімації у міських парках є: 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 вказали 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 із впровадження спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення (на матеріалі міських парків) найбільш значущими 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 розділити 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 й 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 – забезпечення участі в них відвідувачів; визначення ефективності – здійснення тестування та опитування відвідувачів; корекція програм спортивної анімації – внесення змін до змісту, місця проведення та розкладу заходів як в процесі її реалізації, так і після завершення та 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 витрачати на рухову активність різної спрямованості, передусім під час дозвілля, більше часу, ніж до його проведення (у 3,3 та 3,9 раза відповідно). У їхніх дітей 8–10 років збільшилась тривалість виконання вправ помірної інтенсивності (у дівчаток – у 2,7 раза, хлопчиків – у 3,9 раза), а рухової активності високої інтенсивності – у 1,8 раза як у дівчаток, так і у хлопчиків.

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 і 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 тощо).

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації

1. Дутчак М. Актуалізація проблеми підготовки та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення / Мирослав Дутчак, Любомир Пасічняк // Вісник Прикарпатського університету. Сер.: Фізична культура. – 2012. – Вип. 16. – С. 53–57. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає у виявленні проблеми, здійсненні досліджень та формулюванні висновків.*

2. 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 : <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/350/339>. Фахове видання України, яке входить до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus. *Особистий внесок здобувача полягає у виявленні проблеми, здійсненні досліджень та формулюванні висновків.*

3. 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. Фахове видання України, яке входить до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.

4. 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. – 2016. – Вип. 21. – С. 68–76. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає у виявленні проблеми, здійсненні досліджень та формулюванні висновків.*

5. 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. – 2016. – Вип. 23. – С. 38–49. Фахове видання України.

Опубліковані праці апробаційного характеру

1. 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 квіт. 2016 р.). – Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2016. – С. 106–107.

2. 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 доп. III Міжнар. наук.-метод. конф., (Суми, 14–15 квіт. 2016 р. – Суми : Сумський держ. ун-т, 2016. – С. 267–269.

3. 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 міжнар. участю, 12–13 трав. 2016 р. – Львів : ЛДУФК, 2016. – С. 61–63.

АНОТАЦІЇ

Пасічняк Л. В. Проектування та реалізація програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення. – На правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2017.

Охарактеризовано наукові основи впровадження спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення. Визначено особливості активного відпочинку різних груп населення у міських парках. Виявлено стримуючі та стимулюючі чинники впливу на залучення населення до спортивної анімації у місцях масового відпочинку (на матеріалі міських парків). З урахуванням результатів констатувального експерименту та аналізу теоретичних положень розроблено технологію проектування та реалізації програм спортивної анімації у місцях масового відпочинку населення, що характеризується декомпозицією мети на проміжні та первинні цілі, які обумовлюють складові технології та технологічні операції. Ефективність використання цієї технології в умовах міського парку дає змогу рекомендувати її для впровадження в практику залучення населення до оздоровчо-рекреаційної рухової активності.

Ключові слова: спортивна анімація; місця масового відпочинку населення; міські парки; проектування; технологія.

Пасичняк Л. В. Проектирование и реализация программ спортивной анимации в местах массового отдыха населения. – На правах рукописи.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.02 – физическая культура, физическое воспитание разных групп населения. – Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, Киев, 2017.

Диссертация посвящена научному обоснованию технологии проектирования и реализации программ спортивной анимации в местах массового отдыха населения (на материале городских парков) для повышения уровня оздоровительно-рекреационной двигательной активности личности и на этой основе обеспечение улучшения ее физического и психического состояния и вовлечение в здоровый образ жизни.

В работе представлена характеристика научных основ использования спортивной анимации в местах массового отдыха населения. Определено главное противоречие между значительными потенциальными возможностями оздоровительно-рекреационной двигательной активности развлекательного характера для повышения эффективности отдыха и ведения здорового образа жизни и недостаточной реализацией этих возможностей в местах массового отдыха населения, прежде всего в городских парках.

Определены следующие особенности активного отдыха разных групп населения в местах массового отдыха (на материале городских парков): в основном используется как часть комбинированного отдыха; реализуется преимущественно в

выходные и праздничные дни; характеризуется однообразием и доминированием различных видов прогулок; современные виды физической рекреации, в том числе спортивная анимация, еще не получили должной популярности.

Выявлены сдерживающие факторы влияния на вовлечение населения в занятия спортивной анимацией в городских парках, обуславливающих пассивное отношение населения к такому виду физической рекреации (недостаточность соответствующей пропаганды и информирования населения, низкий уровень личной культуры здоровья; ограниченность доходов населения; неумение организовать свой досуг), а также охарактеризованы имеющиеся организационные препятствия (недостаточное финансирование соответствующей работы из местных бюджетов, отсутствие специалистов для подготовки и реализации программ спортивной анимации в городских парках и незначительное количество спортивных сооружений).

Выделены стимулирующие факторы влияния на вовлечение населения в процесс спортивной анимации в городских парках: усиление мотивации к здоровому образу жизни и двигательной активности; снятие психической и физической усталости; достижение надлежащего физического состояния; обеспечение информационно-поощрительного влияния средств массовой информации; получение удовольствия от участия в программах спортивной анимации; включение в программы спортивной анимации видов двигательной активности, отвечающих потребностям посетителей разных возрастных периодов; привлечение к работе по организации и проведению спортивной анимации в местах массового отдыха населения центров физического здоровья населения «Спорт для всех».

С учетом особенностей активного отдыха разных групп населения, сдерживающих и стимулирующих факторов вовлечения их в процесс спортивной анимации, впервые научно обоснована технология проектирования и реализации программ спортивной анимации в местах массового отдыха населения (на материале городских парков). Она характеризуется декомпозицией основной цели на промежуточные и первичные цели, которые определяют составляющие технологии и технологические операции. Эффективность использования этой технологии в условиях городского парка позволяет рекомендовать ее для внедрения в практику вовлечения населения в оздоровительно-рекреационную двигательную активность.

В диссертации получили дальнейшее развитие теоретические положения о технологизации процесса физической рекреации, перспективности внедрения различных форм двигательной активности на открытом воздухе, использовании городских парков для активного отдыха, возможности внедрения спортивной анимации в местах массового отдыха населения, привлечения волонтеров к организации и проведению рекреационных мероприятий.

В результате проведенного исследования расширены научные знания о характерных признаках, функционировании и развитии спортивной анимации как составляющей сферы физической рекреации, а также об уровне и динамике показателей физического и психического состояния, ведение здорового образа жизни и вовлеченности в двигательную активность оздоровительно-рекреационной направленности мужчин и женщин первого зрелого возраста и их детей 8–10 лет.

Перспективы дальнейших исследований усматриваются в обосновании и внедрении программ спортивной анимации в разных местах массового отдыха населения (на центральных городских площадях, городских пляжах, в торговых комплексах).

Ключевые слова: спортивная анимация; места массового отдыха населения; городские парки; проектирование; технология.

Pasichniak L. V. Designing and implementing programs of sports animation in the places of public recreation. – With the rights of manuscript.

Dissertation for obtaining an academic degree of Candidate of Sciences in Physical Education and Sport in specialization 24.00.02 – physical culture, physical education of different population groups. – National University of Ukraine on Physical Education and Sport, Kyiv, 2017.

The scientific basis for implementing sports animation in the places of public recreation is characterized. The peculiarities of active rest of different population groups in urban parks are defined. The constraining and stimulating factors of influence on attracting people to the sports animation in the places of public recreation are revealed (on the material of urban parks). On the basis of the results of the ascertaining experiment and analysis of theoretical provisions, we developed the technology of projecting and implementing programs of sports animation in the places of public recreation that is characterized by the decomposition of the aim into the intermediate and primary objectives determining the technology components and technological operations. The effectiveness of the use of this technology in urban parks gives the opportunity to recommend it for implementing into the practice of involving the population into health-enhancing and recreational physical activity.

Key words: sports animation; places of public recreation; urban parks; designing; technology.

Підписано до друку 26.04.2017 р. Формат 60x90/16.
Ум. друк. арк. 0,9. Обл.-вид. арк. 0,9.
Тираж 100. Зам. 43.

«Видавництво “Науковий світ”»[®]
Свідоцтво ДК № 249 від 16.11.2000 р.
м. Київ, вул. Казимира Малевича (Боженка), 23, оф. 414.
200-87-15, 050-525-88-77
E-mail: nsvit23@ukr.net
Сайт: nsvit.cc.ua