

ПРИЧОРНОМОРСЬКИЙ НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ
ЕКОНОМІКИ ТА ІННОВАЦІЙ

ІННОВАЦІЙНА ПЕДАГОГІКА

Науковий журнал

Випуск 22

Том 1



Видавничий дім
«Гельветика»
2020

Редакційна колегія:

Благу́н Ната́лія Миха́йлівна – доктор педагогічних наук, професор
Пушка́рьова Тама́ра Олексі́ївна – доктор педагогічних наук, професор
Бочелю́к Віта́лій Йо́сипович – доктор психологічних наук, професор
Невмержи́цька Олена Васи́лівна – доктор педагогічних наук, доцент
Терешкі́нас Арту́рас – доктор соціальних наук, професор (Каунас, Литва)
Пагу́та Миросла́в Ві́кторович – кандидат педагогічних наук, доцент
Пермі́нова Владисла́ва Анато́ліївна – кандидат педагогічних наук, доцент
Коча́рян Арту́р Бори́сович – кандидат педагогічних наук, доцент
Віта́лія Гражі́сне – доктор педагогічних наук (Вільнюс, Литва)

Електронна сторінка видання – www.innovpedagogy.od.ua

Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet
Вченою радою Причорноморського науково-дослідного інституту
економіки та інновацій (протокол № 2 від 24.02.2020 року)

**Журнал включено до Переліку наукових фахових видань України з педагогічних наук
відповідно до Наказу МОН України від 04.04.2018 № 326 (додаток 9)**

Науковий журнал «Інноваційна педагогіка» зареєстровано
Міністерством юстиції України
(Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації
серія КВ № 22897-12797Р від 02.08.2017 року)

Міжнародний цифровий ідентифікатор журналу: <https://doi.org/10.32843/2663-6085>

РОЗДІЛ 4. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

Атаманчук О.М. ДИДАКТИЧНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ МАЙБУТЬОГО УЧИТЕЛЯ МАТЕМАТИКИ В СУЧАСНОМУ ІНФОРМАЦІЙНОМУ СЕРЕДОВИЩІ.....	73
Бадер С.О. ТЕХНОЛОГІЯ РОЗВ'ЯЗАННЯ МОРАЛЬНИХ ДИЛЕМ ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНО-СМИСЛОВИХ ОРІЄНТАЦІЙ МАЙБУТНІХ ВИХОВАТЕЛІВ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ.....	77
Бакуменко Р.О. РОЗВИТОК ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ОФІЦЕРІВ ІНФОРМАЦІЙНО-АНАЛІТИЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ОПЕРАТИВНО-ТАКТИЧНОГО РІВНЯ ЯК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА.....	81
Басараб В.В., Король Н.В., Куцик О.Г. ТЕОРЕТИЧНЕ ПІДҐРУНТЯ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ТВОРЧОГО ПОТЕНЦІАЛУ МАЙБУТЬОГО ВЧИТЕЛЯ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ.....	88
Бешок Т.В. ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ МЕДІАГРАМОТНОСТІ У МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ.....	92
Бірюк Л.Я., Пішун С.Г. ДІАГНОСТИКА ПЕДАГОГІЧНОГО РЕСУРСУ ВЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ.....	97
Габенко І.М. ВПРОВАДЖЕННЯ ПРОЕКТУ З ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ ЗА ДУАЛЬНОЮ ФОРМОЮ ЗДОБУТТЯ ОСВІТИ.....	101
Галіцан О.А. МІЖКУЛЬТУРНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ УЧИТЕЛЯ СУЧАСНОЇ ШКОЛИ.....	106
Гончар Л.В. КОМПОНЕНТИ КУЛЬТУРИ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ МЕНЕДЖЕРІВ.....	109
Ґура А.М. АНАЛІЗ ДОСВІДУ РОБОТИ ЗА ПЕРСОНАЛЬНИМ КОМП'ЮТЕРОМ У МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ПРИРОДНИЧИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ.....	113
Жумбей М.М. КОМУНІКАТИВНА КОМПЕТЕНЦІЯ МАЙБУТНІХ МЕНЕДЖЕРІВ ТУРИЗМУ ПРИКАРПАТСЬКОГО РЕГІОНУ ЯК РЕЗУЛЬТАТ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ.....	117
Завражна О.М., Салтикова А.І. ФУНДАМЕНТАЛЬНІ ЗНАННЯ ЯК ОСНОВА ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТЬОГО ВЧИТЕЛЯ ФІЗИКИ.....	121
Зданевич Л.В., Цегельник Т.М. ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТЬОГО ВИХОВАТЕЛЯ ДО РОЗВИТКУ МОВЛЕННЯ ДОШКІЛЬНИКІВ ІЗ ФОНЕТИКО-ФОНЕМАТИЧНИМ НЕДОРОЗВИТКОМ МОВЛЕННЯ В ІНКЛЮЗИВНИХ ГРУПАХ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ.....	126
Зелений В.І. ВАГОМІСТЬ ПЕДАГОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДЛЯ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ПРОФЕСІЙ ТИПУ «ЛЮДИНА – ЛЮДИНА».....	131
Золотухін О.О., Жаров В.В., Петренко Ю.М. ФЕНОМЕН ТЕЗАУРУСУ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ.....	135
Іванова В.В. ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО РОЗВИТКУ ФАХІВЦІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ СПОЛУЧЕНОГО КОРОЛІВСТВА ВЕЛИКОЇ БРИТАНІЇ ТА ПІВНІЧНОЇ ІРЛАНДІЇ.....	140

ФЕНОМЕН ТЕЗАУРУСУ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ

THE PHYSICAL RECREATION THESAURUS PHENOMENON

На основі комплексного аналізу поняттєво-категорійного апарату рекреації уточнено трактування понять «рекреація», «фізична рекреація». У статті розкрито сутність феномена рекреації, погляди науковців на досліджувані дефініції. Розглядається етимологія дефініцій «відпочинок», «дозвілля», «рекреація» з подальшим аналізом змісту феномена фізичної рекреації. Мета статті – розглянути феномен тезаурусу рекреації, визначити поняття категорії «фізична рекреація».

Рекреація розглядається як соціально-біологічний феномен, який тісно пов'язаний із проблемами здоров'я, дозвілля, розважальною сферою, туризмом, курортами та масовим переміщенням людей під час відпусток. Аналіз наукових досліджень дає підстави констатувати, що європейські країни під фізичною рекреацією розуміють процес, що проходить після будь-якої діяльності (професійної, трудової, виробничої, навчальної тощо) у зазначений час з обов'язковим кінцевим результатом – отримання задоволення. Нині чимало наук досліджує комплекс тематичних категорій «відпочинок», «дозвілля», «рекреація» з метою організації вільного часу студентської молоді для здійснення багатьох освітніх завдань, пов'язаних із рекреаційною культурою, рекреаційною індустрією, рекреаційною діяльністю, рекреаційною сферою, рекреаційним ефектом тощо. Сьогодні корегує рекреаційну модель соціуму і включає в зміст рекреації механізм правильної організації режиму праці й сну, відпочинку і рухової активності, харчування і власне дозвілля, тобто сприятливих фізичних, культурних, соціальних та інших режимів життєдіяльності, які визначають самопочуття та працездатність особистості. Разом із нагромадженням відомостей і

результатів практики, розвитком наукових знань формується уявлення про специфічну соціально зумовлену форму рухової активності людини, що є життєво необхідною потребою, проте сама дефініція «рекреація» ще не виявляє особливих зв'язків зі сферою фізичної культури і спорту. Поняття рекреації розглядається як частина соціальної системи суспільства, як особлива ланка системи освіти.

Ключові слова: відпочинок, дозвілля, рекреація, фізична рекреація, рухова активність, студенти.

Basing on a comprehensive analysis of conceptual and categorical apparatus of recreation, the interpretations of "recreation" and "physical recreation" concepts were defined. Article reveals the essence of recreation phenomenon, scientists' views on studied definitions. The etymology

of "rest", "leisure", "recreation" definitions was discussed, followed by the content analysis of physical recreation phenomenon. Aim of study was to explore the recreation thesaurus phenomenon, to define the concept of "physical recreation" category.

Recreation is seen as a social and biological phenomenon that is closely linked to health, leisure, entertainment, tourism, resorts, and the mass displacement of people during their vacations.

In domestic science, physical recreation became a research subject in the middle 1960s. It has relations with various sciences: medicine, hygiene, social psychology, theory of physical education, balneology and more. To date, scientists consider physical recreation as a complex, multifaceted phenomenon that combines various aspects of physiology, human psychology, and is conditioned by various socioeconomic, political, ideological, and cultural factors.

By analyzing scientific researches, it became possible to assert that European countries consider physical recreation as a process that takes place after any activity (professional, labor, production, study, etc.) at the specified time with the obligatory end result – getting pleasure.

The analysis of researchers' scientific publications on mentioned topic shows that, in the substantive, functional and component aspects, the "rest", "leisure", "recreation" concepts are sometimes used as synonyms. We are convinced that these concepts are not identical because they have different meaning, different functions in the management of recovery dynamics. Nowadays, many sciences are exploring the complex of "recreation", "leisure", "recreation" thematic categories, in order to organize leisure time for student youth, to carry out many educational tasks related to recreational culture, recreational industry, recreational activities, recreational sphere, recreational effect, etc.

Nowadays, there is an adjustment of the recreational model of society and innovations are being included in the content of recreation: mechanism of proper organization of mode of work and sleep, rest and physical activity, nutrition and leisure, that is, favorable physical, cultural, social and other modes of vital activity which determine well-being and performance. Together with the accumulation of information and results of practice, the development of scientific knowledge creates an idea of the specific socially predetermined form of motor activity of a person, which is a vital need, but the very definition of "recreation" does not yet reveal special links with the field of physical education and sports. The concept of recreation is rightly regarded as part of the social system of society, as a special element of the education system.

Key words: leisure, spare time, recreation, physical recreation, physical activity, students.

УДК 81'373.6+379.8

Золотухін О.О.,
викладач кафедри фізичного виховання та спорту
Харківського національного економічного університету імені Семена Кузнеця
Жаров В.В.,
викладач кафедри фізичного виховання та спорту
Харківського національного економічного університету імені Семена Кузнеця
Петренко Ю.М.,
старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту
Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна

Постановка проблеми в загальному вигляді. У сучасній системі фізичного виховання в Україні набувають особливого значення різні види рекреації та оздоровчої фізичної культури.

На сучасному етапі реформування вищої освіти України відбувається поглиблення та зростання ролі рекреації в процесі відновлення сил молоді людини, виховання здорового способу життя

в нового покоління. Рекреаційна діяльність перетворилася нині на модний атрибут сучасної молоді людини, котра досягла певного успіху в житті та, що найголовніше, приносить прибуток, ставши потужним сектором індустрії.

Звідси перед науковцями постає завдання – теоретично обґрунтувати та практично дослідити феномен фізичної рекреації, а перед практи-

ками – пошук ефективних шляхів, технологій впровадження рекреаційних форм для відновлення психоемоційних та фізичних сил людини, збереження і поліпшення життя та здоров'я особистості.

З огляду на це нині перед освітою постало питання покращення ефективності процесу рекреації учнівської, студентської молоді в умовах навчальних (в аудиторний та позааудиторний час) та позанавчальних (спортивні клуби, центри, комплекси) закладах.

Безперечно, про актуальність зазначеної проблеми свідчить зростання інтересу вітчизняних і зарубіжних учених до її вивчення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

У цьому контексті науковці (О. Андреева, О. Бейдик, О. Благій, С. Єрмаков, В. Зайцев, В. Кий-Кокарева, С. Крамської, М. Крачило, Т. Круцевич, І. Кулік, О. Леденєва, С. Манучарян, В. Мацола, Я. Олійник, А. Оріховська, В. Павлов, Н. Пангелова, С. Пангелов, О. Садовський, Л. Скрипник, І. Смаль, А. Степанченко, В. Тихонов, Г. Чепурда та інші) досліджують досить широкий спектр питань сутності й природи рекреації і фізичної рекреації.

Багато американських учених розглядають рекреацію як вид дозвіллевої діяльності. Дж. Шиверс вважає, що єдиного універсального визначення рекреації не може бути і пропонує визначити її як «добровільне проведення дозвілля з метою задоволення або задоволення як засобу досягнення релаксації або відновлення організму» [2].

Як основоположник організованого рекреаційного руху в США Л. Гулік відстоював думку про важливість ігор на свіжому повітрі як засіб зміцнення здоров'я і виховання особистості зокрема. Він вважав, що керовані прогулянки на свіжому повітрі та інші заняття можуть стримувати у відповідних межах «агресивність» молоді.

Канадський учений Р. Стеббінс розкриває досліджуваний термін через теорії «вільного часу», який поділяє на «серйозний», що має змістовне наповнення, під час якого особистість набуває спеціальних навичок, поглиблює свої знання, отримує задоволення, та «несерйозний» (або звичайний чи випадковий), пов'язаний із розвагами та релаксацією [1].

І.В. Смаль і В.В. Смаль зазначають, що рекреацію можна сприймати і як заплановану бездіяльність, яка здійснюється за чимось бажанням. У глибшому сенсі вона розглядається у зв'язку з емоційним досвідом та натхненням, що з'являється як наслідок рекреаційної дії. З іншого боку, рекреація може сприйматися як система ресурсів чи сервісу. І, врешті-решт, не буде помилкою розглядати рекреацію як будь-який тип або вид усвідомленого задоволення фізіологічних бажань і соціальних потреб особистості під час відпочинку.

Є. Приступа у своїх дослідженнях подає теоретичні аспекти рекреації як соціально-культурного

явища, різновид та результат діяльності людини, теоретичні концепції вільного часу людини як важливого фактору рекреаційної активності.

Рекреація розглядається як соціально-біологічний феномен, який тісно пов'язаний із проблемами здоров'я, дозвілля, розважальною сферою, туризмом, курортами та масовим переміщенням людей під час відпусток.

Вивчаючи цю актуальну проблематику, аналізуючи науково-методичну літературу, досвід, знаходимо у словнику Р. Тягур, Т. Тягур «Історія фізичної культури і олімпійського руху: словник термінів» (2011) досить стисле визначення: «рекреація – широке поняття, пов'язане з відпочинком, відновленням сил, використанням можливостей природи і т.п.» [8]. Це спонукало нас до глибшого вивчення цього питання.

У вітчизняній науці фізична рекреація стала предметом досліджень у середині 60-х рр. ХХ століття. Її вивчають різні науки: медицина, гігієна, соціальна психологія, теорія фізичної культури, курортологія тощо. Нині науковці розглядають фізичну рекреацію як комплексне, багатогранне явище, що поєднує різноманітні аспекти фізіології, психології людини, зумовлюється різноманітними соціально-економічними та політичними, ідеологічними, культурними чинниками.

У понятті «фізична рекреація» простежується вплив соціально-психологічних і культурних факторів, що впливають на виникнення потреб в організації свого дозвілля за рахунок рухової активності. У своїх дослідженнях науковці обґрунтовують відмінність фізичної рекреації від звичайних занять фізкультурою, стверджуючи, що фізична рекреація, насамперед, пов'язана з відновленням фізичних і духовних сил, тобто їй має передувати якась діяльність, після якої потрібна рекреація.

Таким чином, аналіз наукових досліджень дає підстави констатувати, що європейські країни під фізичною рекреацією розуміють процес, що проходить після будь-якої діяльності (професійної, трудової, виробничої, навчальної тощо) у зазначений час з обов'язковим кінцевим результатом – отримання задоволення.

Дослідження зарубіжних та вітчизняних науковців феномена «фізична рекреація» спрямовують наш пошук на трактування ключових понять тематичного тезаурусу феномена «фізична рекреація».

Першим кроком для з'ясування сутності та значущості аналізованого поняття має стати аналіз науково-педагогічних джерел як фундаментальної бази цього феномена та енциклопедії особливостей цієї проблеми.

Тлумачення тематичного тезаурусу допоможе визначити різницю між спорідненими, але не тотожними поняттями, у подальшому – схарактеризувати напрями, принципи, функції дослід-

джуваних дефініцій, визначити форми та шляхи використання феномена рекреації для здійснення стратегічних завдань сучасної освіти з фізичного виховання та оздоровлення молоді.

На основі аналізу наукової літератури схарактеризуємо тезаурус із метою конкретизації дефініційного поля дослідження феномена «рекреація» на основі аналізу філософської, лінгвістичної, психологічної й педагогічної літератури.

Енциклопедичний словник тлумачить поняття «рекреація» як термін, що є сукупністю етимологічних значень: «recreatio» (лат.) відновлення; «recreation» (франц.) розвага, відпочинок від служби та навчання, відсутність трудової діяльності; простір, що призначений для зазначених дій; «rekreasja» (пол.) відпочинок [2]. У тлумачних словниках вказаний термін визначається як відпочинок та як відновлення сил після праці (С. Ожегов), як канікули та як рекреаційна зала (В. Даль), як канікули, перерва між уроками, лекціями [7].

Термінологічний словник В. Величко розкриває дефініцію «рекреація» як форму соціального руху і антропологічного впливу на природні комплекси, мета якого полягає у відновленні людиною психофізичної енергії, втраченої в процесі трудової, навчальної, побутової діяльності тощо [5].

Психологічний словник (В. Синявський, О. Сергєєнкова) рекреацію визначає як систему заходів, спрямованих на відпочинок, відновлення сил людини, витрачених у процесі праці.

Аналіз наукових публікацій дослідників окресленої проблематики свідчить, що у змістовному, функціональному і компонентному аспектах поняття «відпочинок», «дозвілля», «рекреація» інколи ставлять у синонімічний ряд. Ми переконані, що ці поняття – не тотожні, оскільки вони мають різне змістове навантаження, різні функції в управлінні динамікою відновлення. Нині чимало наук досліджує комплекс тематичних категорій «відпочинок», «дозвілля», «рекреація» з метою організації вільного часу студентської молоді для здійснення багатьох освітніх завдань, пов'язаних із рекреаційною культурою, рекреаційною індустрією, рекреаційною діяльністю, рекреаційною сферою, рекреаційним ефектом тощо.

Відпочинок – стан повного або відносного спокою після роботи, який забезпечує відновлення сил і сприяє підвищенню працездатності людини; проведення певного часу без звичних занять, роботи, для відновлення сил; стан спокою або така діяльність, яка знімає втому і сприяє відновленню працездатності [4].

Дозвілля – сукупність різних видів діяльності (якими індивід займається за власною волею: відпочинок, розваги, підвищення майстерності, освіта, участь у житті суспільства), в процесі яких задовольняються безпосередні фізичні, психічні й духовні потреби [2].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Привертають увагу різні погляди вчених щодо багатогранної інтерпретації дефініції «рекреація». Серед дослідницьких парадигм рекреації зустрічаємо визначення як одностайні, так і ті, що доповнюють один одного або суперечать:

- процес відновлення фізичних, нервово-психічних сил і духовних людини та її життєвого потенціалу шляхом певних заходів на основі відповідних установ у вільний час (П. Масляк, Ю. Мороз, М. Нудельман);

- діяльність людини, спрямована на відновлення фізичних та психічних сил, розвиток особистості, не пов'язана з використанням трудових обов'язків та задоволенням побутових проблем (А. Оріховська);

- біологічна активність людини, спрямування фізичного потенціалу особистості на оздоровлення душевних і духовних сил, які ослаблюються в процесі роботи, хвороби (В. Зайцев, С. Манучарян, С. Крамской);

- система заходів, пов'язана з використанням вільного часу людей для їх оздоровчої, спортивної і культурно-ознайомчої діяльності на спеціалізованих територіях, які знаходяться поза їхнім постійним помешканням (Н. Фоменко);

- усі форми дозвілля людини в закритих приміщеннях, відкритому просторі й урбанізованому середовищі (Ю. Хромов);

- сукупність явищ і відносин, що виникають у процесі використання вільного часу (на спеціалізованих територіях, розташованих поза населеним пунктом, який є місцем постійного проживання рекреантів) (М. Мироненко);

- добровільні заняття, пов'язані із відпочинком, задоволення, відновленням фізичних і духовних сил після важкої праці, зняттям емоційної напруги та ін.; форма розваги та задоволення, засіб вільного проведення часу; відпочинок, відновлення сил людини, які були витрачені у процесі праці; будь-які види діяльності на дозвіллі, в яких люди беруть участь добровільно, отримуючи задоволення (Т. Круцевич, Н.Є. Пангелова, С.Б. Пангелов) [4].

Чи є якийсь погляд універсальним? Ні. Адже всі зазначені вище тлумачення рекреації належать до режиму життєдіяльності людини і розкривають поліаспектність аналізованої проблеми.

Мета статті – розглянути феномен тезаурусу рекреації, визначити поняття категорії «фізична рекреація».

Справді, рекреація розглядається науковцями в широкому соціально-педагогічному діапазоні, що детермінує ставлення молодих людей до власного здоров'я (відновлення, зміцнення, збереження), забезпечує задоволення, благополуччя від цієї дії.

Виклад основного матеріалу. Сьогодні корегує рекреаційну модель соціуму і включає

в зміст рекреації механізм правильної організації режиму праці й сну, відпочинку і рухової активності, харчування і власне дозвілля, тобто сприятливих фізичних, культурних, соціальних та інших режимів життєдіяльності, які визначають самопочуття та працездатність особистості. Разом із нагромадженням відомостей і результатів практики, розвитком наукових знань формується уявлення про специфічну соціально зумовлену форму рухової активності людини, що є життєво необхідною потребою, проте сама дефініція «рекреація» ще не вивляє особливих зв'язків зі сферою фізичної культури і спорту.

Доповнення поняття «рекреація» терміном «фізична» (рухова) звукує визначення і вже висуває на перше місце фізичну дію як головний її елемент, яка одержала назву «фізична рекреація» (ФР).

За визначенням науковців, феномен «фізична рекреація» – це біосоціокультурний процес, рухова діяльність (з елементами спорту, туризму, екскурсії та ін.), вид фізичної культури.

ФР – процес, який спрямований на:

- формування рухових навичок під час активного відпочинку й виховання так званих фізичних якостей людини, сукупність яких значною мірою визнає його фізичну працездатність і рівень кондицій;
- задоволення потреб молодшої людини в активному відпочинку, відновленні сил, розваги й удосконалення особистості у вільній і спеціально відведений (за рахунок праці й навчання) час;

- фізичну підготовку особистості до соціально зумовленої діяльності, пов'язаний із розв'язанням оздоровчих, виховних, освітніх і соціальних завдань.

ФР – діяльність, яка:

- охоплює різноманітні форми і види рухової активності й спрямована на активний відпочинок; відновлення сил, витрачених у процесі праці або навчання; збереження і зміцнення здоров'я; розваги і отримання задоволення від процесу занять;
- задовольняє потреби людей у зміні роду діяльності, активному відпочинку, неформальному спілкуванні під час занять фізичними вправами.

ФР – вид фізичної культури, а саме: використання фізичних вправ, а також їх видів у спрощених формах, зміни видів діяльності, тимчасовий відхід від традиційних форм побутової, трудової, спортивної, військової діяльності.

На думку деяких дослідників [3; 4], ФР є найважливішим компонентом способу життя й поведінки, визначається соціально-економічними умовами й рівнем культури суспільства, залежить від організації фізичного виховання, індивідуальних особливостей вищої нервової діяльності, статури й функціональних можливостей організму.

Отже, ФР – комплексне багатогранне явище, що поєднує різноманітні аспекти фізіології, психології людини і зумовлюється різноманітними чинниками (ідеологічними, соціально-економічними, політичними, культурними). Специфіка ФР полягає в тому, що це можуть бути як фізичні рухи, так й оздоровчі процедури, різні форми дозвілєвих, товариських заходів, відвідування цікавих місць тощо [2].

Завдання рекреації: зміцнення здоров'я (зокрема, фізичного – відновлення, психічного – зняття стресу, соціального – боротьба зі шкідливими звичками); самовираження особистості; розвиток творчого підходу до організації дозвілля учнів, студентів у подальшій виховній роботі; збагачення людини та суспільства загалом.

Основними ознаками рекреації є: рухова діяльність на дозвіллі, яка виконується у вільний чи спеціально виділений час; фізичні вправи; добровільність участі; розважальний характер такої діяльності; позитивний вплив на організм людини; здійснюється переважно в природних умовах; прийнятність, корисність для суспільства (містить культурно-ціннісні аспекти, інтелектуальні, емоційні, фізичні й освітньо-виховні компоненти).

Підсумовуючи викладене вище, зазначимо, що поняття рекреації правомірно розглядати як частину соціальної системи суспільства та особливу ланку системи освіти, специфічну форму діяльності на дозвіллі (соціально корисне дозвілля), вираження внутрішньої природи людини, засіб розваги, відновлення або вид ігрової діяльності, профілактичні медичні заходи [2].

Різнорманітність інтерпретацій досліджуваного терміна дає змогу більш точно сформулювати визначення поняття «фізична рекреація». Це – добровільний процес, добровільна діяльність, добровільний захід (комплекс занять), які пов'язані з реалізацією фізичних, інтелектуальних, духовних, соціально значущих потреб, що приносить психоемоційне задоволення, відновлює нормальне самопочуття, працездатність, розумові й фізичні сили, і є якісним засобом набуття і реалізації життєвих цінностей, творчого самовираження особистості.

Висновки. Потенціал фізичної рекреації має великі можливості по збереженню здоров'я особистості, формуванню а сучасного студентства потреби займатися фізичною культурою, вести правильний режим рухової активності тощо.

Таким чином, зазначене вище дає змогу констатувати, що інтерес до вивчення феномена «фізична рекреація» збільшується, особливо в умовах реформування освіти в Україні. Саме тому необхідно визначати сутність, завдання, зміст, структуру, функції фізичної рекреації в системі безперервної освіти.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Андрєєва О. Детермінанти фізичної рекреації: понятійне середовище *Актуальні проблеми фізичного виховання, реабілітації, спорту та туризму* : IV Міжнар. наук.-практ. конф. Запоріжжя : КПУ, 2012. С. 18–20.
2. Денисенко А.О. До питання організації рекреації студентів вищих педагогічних навчальних закладів. *Сучасна наука: теорія і практика*: Матеріали II всеукраїнської науково-практичної заочної конференції, м. Дніпропетровськ, 29–31 серпня 2012 р. С. 39–42.
3. Зайцев В.П., Манучарян С.В., Крамской С.И. Физическая рекреация – один из видов физической культуры в контексте образа жизни человека. *Слобожанский научно-спортивный вестник*. 2009. № 3. С. 221–224.
4. Круцевич Т.Ю., Пангелова Н.Є., Пангелов С.Б. Історія розвитку фізичної рекреації. Київ : Академвидав, 2013. 160 с.
5. Оріховська А.С. Побудова програм з фізичної рекреації студентської молоді з вадами слуху : дис. ... канд. наук із фіз. виховання та спорту : 24.00.02. Д. : 2010. 288 с.
6. Скрипник Л.П., Чепурда Г.М. Фізична рекреація у сфері дозвілля української молоді. *Природа Західного Полісся та прилеглих територій*. Луцьк : ВНУ ім. Лесі Українки, 2012. № 9. С. 370–374.
7. Словник української мови: в 11 тт. Київ : Наукова думка, 1970–1980. Т. 7. С. 497.
8. Тягур Р.С., Тягур Т.Р. Історія фізичної культури і олімпійського руху: словник термінів. Івано-Франківськ, 2011. 489 с.