

УДК 796.034.2 (477)

РОЗВИТОК МАСОВОГО СПОРТУ В УКРАЇНІ

Наталія Бачинська, Аліса Долгієр

Дніпровський національний університет ім. Олеся Гончара

Проблема збереження та зміцнення здоров'я нації в наш час набула особливої актуальності, адже здоров'я вважається найвищою суспільною цінністю. Із розвитком суспільства та матеріальних цінностей розвивається як загальна, так і фізична культура. При цьому ступінь розвитку однієї позначається на вираженості другої [2]. Експерти Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) 2018 року опублікували дослідження чинників, від яких найбільше залежить здоров'я населення. Зокрема, за даними ВООЗ, здоров'я населення залежить від рівня сучасної медицини (10%), умов навколишнього середовища (20%), спадковості та генетичних особливостей (20%), а найбільше – від дотримання здорового способу життя (50%) [3].

Здоров'я населення, його фізична підготовленість є предметом уваги Верховної Ради та уряду України. Доказом цього є прийняття Закону України «Про фізичну культуру і спорт» (1993). Незважаючи на заходи щодо пропаганди та формування здорового способу життя, активних занять спортом серед населення, які вживають державні і громадські структури, на сьогодні день в Україні склалася критична ситуація у компоненті здоров'я населення. Щорічно посилюються загрозливі тенденції зниження рівня здоров'я, середньої тривалості життя, зростання кількості дітей із відхиленнями генетичного походження. Близько 90% дітей, учнів і студентів мають порушення у стані здоров'я, з них понад 50% – незадовільний рівень фізичної підготовки [4].

Отож доцільним розв'язанням багатьох проблем щодо поліпшення фізичного, духовного, психічного, соціального компонента здоров'я населення може стати розвиток масового спорту в Україні.

Масовий спорт – складова частина спорту, основним змістом якого є раціональне використання населенням рухової діяльності як фактора підготовки до життєвої практики, оптимізації свого фізичного стану і розвитку. Метою масового спорту є надання можливості займатися спортом усім охочим, залучення широких мас населення до активних занять, активний відпочинок, зняття нервово-емоційного напруження, зміцнення здоров'я, поліпшення фізичного розвитку, підвищення працездатності й досягнення фізичної досконалості. Це пов'язано з рішенням низки особистих завдань: підвищити функціональні можливості окремих систем організму, скорегувати фізичний розвиток і статуру, підвищити загальну й професійну працездатність, опа-

нувати життєво необхідні вміння і навички, приємно й корисно проводити дозвілля, досягти фізичної досконалості [5].

В Україні існує багато різноманітних заходів із масового спорту, головна мета яких – популяризація дотримання здорового способу життя та залучення пересічних громадян до занять масовими видами спорту (табл. 1).

Таблиця 1

**Всеукраїнські масові спортивні заходи
у межах міжнародного руху «Спорт для всіх» [1]**

«Спорт для всіх у кожному дворі»	Літні канікули, усі регіони	Формування потреби фізичних занять у дітей шкільного віку
«Спорт для всіх – радість життя»	1 жовтня, усі регіони	Продовження активного довголіття засобами фізичної культури для людей похилого віку
«Мама, тато, я – спортивна сім'я»	15 травня, усі регіони	Формування родинних традицій щодо занять фізичною культурою та спортом
«Веселі старти»	1 червня, усі регіони	Формування потреби серед дошкільнят користі регулярної рухової активності
«Олімпійський день бігу»	23 червня, усі регіони	Популяризація спорту, поширення ідей олімпізму та розвитку олімпійського руху в Україні
«Спорт для всіх – гармонія життя»	серпень, усі регіони	Залучення пересічних громадян до занять масовими видами спорту
Студентський спортивний фестиваль	вересень-жовтень, м. Львів	Збереження та зміцнення здоров'я студентської молоді України
Велоестафета «Спорт для всіх єднає Україну»	вересень, усі регіони	Велоестафета охоплює всі регіони України та проходить за трьома маршрутами одночасно (південний, західний та східний)
Місячник «Спорт для всіх – спільна турбота»	1–30 квітня, усі регіони	Облаштування спортивних майданчиків за місцем проживання та у місцях масового відпочинку населення.
«Козацькі розваги»	липень, м. Чернігів	Відродження історико-культурних традицій українського народу через заняття масовим спортом

Одним із них є міжнародний рух «Спорт для всіх», що розглядає фізкультурні заняття як невід'ємне право кожного громадянина, незалежно від етнічних, вікових, статевих відмінностей, соціального статусу і можливостей. Це нове досягнення світового суспільства, що має прихильників у багатьох країнах, спрямоване на зміцнення здоров'я і розвиток фізичної підготовле-

ності населення за допомогою спортивних та рекреаційних видів оздоровчої рухової активності [1].

Отже, доцільними завданнями держави щодо залучення населення у сферу фізичного виховання і масового спорту є такі:

- розроблення та реалізація концепції сімейного активного дозвілля;
- удосконалення системи фізичного виховання у закладах дошкільної, загальної, професійно-технічної та вищої освіти;
- реформування системи фізичної підготовки та масового спорту на підприємствах, установах та організаціях;
- стимулювання розвитку ринку оздоровчих, рекреаційних та реабілітаційних послуг, гарантування їхньої доступності та якості;
- створення умов для залучення до масового спорту інвалідів та соціально незахищених громадян, членів їхніх сімей;
- заохочення розвитку ветеранського руху у сфері фізичної культури;
- забезпечення органічного взаємозв'язку між фізичним вихованням, масовим спортом та спортом вищих досягнень.

Список використаних джерел

1. Helpiks.org [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://helpiks.org/3-46343.html>
2. Шкробтій Ю. М. Напрями реформування системи фізичної культури і спорту в Україні / Шкробтій Ю. М. // Актуальні проблеми фізичної культури і спорту. – 2004. – № 4. – С. 5–11.
3. Офіційний сайт Всесвітньої організації охорони здоров'я [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.who.int/countries/ukr/ru/>
4. Булатова М. Здоров'я та фізична підготовленість населення України / М. Булатова, О. Литвин // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2004. – № 1. – С. 3–9.
5. Оздоровча фізична культура // Прикарпатський національний університет ім. В. Стефаніка. Серія: Фізична культура. – Івано-Франківськ, 2016. – Вип. 23. – № 4. – С. 12–18.