

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІНІСТЕРСТВО МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ
УПРАВЛІННЯ МОЛОДІ ТА СПОРТУ
ЛЬВІВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ВІЙСЬКОВОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО
ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЗАХІДНОЇ ПАРАНИ (БРАЗИЛІЯ)
ЛИТОВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ СПОРТУ
ЛЬВІВСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ЦЕНТР ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я
НАСЕЛЕННЯ «СПОРТ ДЛЯ ВСІХ»

ПРОБЛЕМИ АКТИВІЗАЦІЇ РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НАСЕЛЕННЯ



Матеріали XIV Міжнародної
науково-практичної конференції
(10–11 травня 2024 року)

За загальною редакцією Любові ЧЕХОВСЬКОЇ

Львів
ЛДУФК ім. Івана Боберського
2024

3. Xu W., Pavlova I., Chen X., Petrytsa P., Graf-Vlachy L., Zhang SX. Mental health symptoms and coping strategies among Ukrainians during the Russia-Ukraine war in March 2022. *International Journal of Social Psychiatry*. 2023. Vol. 69(4). P. 957–966. doi:10.1177/00207640221143919.

УДК 796.035

УДОСКОНАЛЕННЯ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ В КОНТЕКСТІ СТАЛОГО РОЗВИТКУ

Сергій Сергєєв

*Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту,
м. Дніпро, Україна*

Актуальність. Не викликає сумнівів, що фізична рекреація – важливий складник здорового способу життя. Значна кількість людей в Україні постраждала унаслідок війни й потребує фізичного й психічного відновлення, що актуалізує потребу удосконалення й розвитку системи фізичної рекреації.

До численних переваг фізичної активності для здоров'я більш активні суспільства можуть отримати додаткову віддачу від інвестицій, включно зі зменшенням використання вичерпного палива, чистішим повітрям і менш завантаженим й безпечнішими дорогами. Ці результати взаємопов'язані з досягненням спільних цілей, політичних пріоритетів й амбіцій Порядку денного сталого розвитку до 2030 року [1].

Мета дослідження – запропонувати шляхи удосконалення системи фізичної рекреації в контексті сталого розвитку.

Результати дослідження. На думку С.В. Левцова, «рекреація в умовах глобального світового розвитку набуває дедалі більш вагомої ролі, є провідною формою економічного зростання багатьох країн і поліпшення життя мешканців

територіальних громад» [2]. Стратегія розвитку фізичної рекреації – важливий елемент соціально-економічного розвитку будь-якої країни. Закордонні країни демонструють успішні приклади впровадження й розвитку стратегій, спрямованих на підвищення рівня фізичної активності своїх громадян та створення сприятливих умов для здорового способу життя.

Новий глобальний план дій ВООЗ щодо сприяння фізичній активності є відповіддю на запити країн про оновлені рекомендації та системи ефективних і здійснених політичних дій про підвищення фізичної активності на всіх рівнях. Вона також відповідає на запити про глобальне лідерство й посилення регіональної та національної координації, а також на потребу реагування всього суспільства для досягнення зміни парадигми і підтримки, і оцінювання всіх людей, які регулярно активні, відповідно до здібностей і протягом усього життєвого шляху.

Фізична рекреація може і повинна бути інтегрована в умови, в яких люди живуть, працюють і розважаються. Ходьба та їзда на велосипеді – ключові засоби пересування, які дають змогу щодня займатися регулярно фізичною активністю, але їхня роль і популярність у багатьох країнах зменшується. Спорт і фізична рекреація можуть сприяти фізичній активності людям будь-якого віку й здібностей. У глобальному масштабі він може бути ключовим рушієм туризму, зайнятості й інфраструктури, а також може допомагати в гуманітарних програмах, сприяючи розвиткові громад і соціальній інтеграції [3]. Фізична активність важлива для будь-якого віку. Активні ігри й відпочинок важливі для раннього дитинства, а також для здорового росту та розвитку дітей і підлітків. Якісне фізичне виховання й сприятливе шкільне середовище можуть забезпечити фізичну й здорову грамотність для тривалого здорового, активного способу життя.

Також важливо, щоб дорослі могли бути фізично активними. Незалежно від того працюють вони чи ні, люди похилого

віку, зокрема, можуть отримати користь від регулярної фізичної активності, щоб підтримувати фізичне, психічне й соціальне здоров'я та сприяти здоровому старінню.

Інвестиції в політику, спрямовану на заохочення фізичної рекреації, можуть безпосередньо сприяти реалізації програм. Цілі сталого розвитку (ЦСР) до 2030 року. Політичні дії щодо фізичної рекреації мають багаторазові переваги для здоров'я, соціальні й економічні переваги та безпосередньо сприятимуть досягненню: ЦСР3 (міцне здоров'я й благополуччя), а також інших цілей, зокрема ЦСР2 (припинення всіх форм недоїдання); ЦСР 4 (якісна освіта); ЦСР 5 (гендерна рівність); ЦСР8 (гідна праця й економічне зростання), ЦСР9 (промисловість, інновації та інфраструктура); ЦСР10 (зменшення нерівності); ЦСР 11 (сталий розвиток міст і громад); ЦСР12 (відповідальне виробництво й споживання); ЦСР13 (боротьба зі зміною клімату); ЦСР15 (життя на суші); ЦСР16 (мир, справедливість і сильні інститути) та ЦСР17 (партнерство) [3].

Ефективні національні дії, спрямовані на зміну поточних тенденцій і зменшення диспропорцій у фізичній активності, вимагають «системного» підходу зі стратегічним поєднанням «висхідних» політичних дій, спрямованих на поліпшення соціальних, культурних, економічних й екологічних факторів, що підтримують фізичну активність, у поєднанні з індивідуально сфокусованими (освітніми й інформаційними) підходами.

Висновок. На часі підготовка плану дій щодо відновлення системи фізичної рекреації, що потребує обґрунтованої стратегії, яка має запроваджуватися і на рівні окремих громад залежно від їх рекреаційного потенціалу, і в напрямі роботи із цільовими категоріями населення – дітьми, пораненими бійцями, травмованими особами серед мирного населення й іншими постраждалими від війни українців. Моральний та емоційний потенціал заходів фізичної рекреації – потужний засіб збільшення згуртованості й консолідації суспільства та

є ефективним інструментом посттравматичного психічного та фізичного розвитку.

Список використаних джерел

1. Transforming our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development. Resolution of the United Nations General Assembly 2015.

2. Левцов С. В. Зарубіжний досвід організації надання рекреаційних послуг та його імплементація в Україні. *Державне управління: удосконалення та розвиток*. 2015. № 9. URL: <http://www.dy.nayka.com.ua/?op=1&z=889>

3. Global action plan on physical activity 2018–2030: more active people for a healthier world. World Health Organization 2018. URL: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/272722/9789241514187-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

УДК 796.035:796.012.3

ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧІ ЗАХОДИ ЯК ЧИННИК ЗАЛУЧЕННЯ НАСЕЛЕННЯ ДО РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ

Роман Хім'як

*Управління молоді та спорту Львівської обласної військової
адміністрації, м. Львів, Україна*

Актуальність. Створення у суспільстві умов до оздоровчої рухової активності й здорового способу життя для формування здоров'я громадян у пріоритеті і є найвищою соціальною цінністю в державі. Фізкультурно-оздоровчі заходи – невід'ємний чинник залучення населення до рухової активності й організації дозвілля людей.

Мета дослідження – охарактеризувати заходи залучення населення до рухової активності.