

• ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ. ФІЗИЧНА РЕКРЕАЦІЯ

• HUMAN HEALTH. PHYSICAL RECREATION

УДК 796.035

ПРОБЛЕМИ ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНИХ ОСНОВ ФІТНЕСУ В СИСТЕМІ МАСОВОГО СПОРТУ (СПОРТУ ДЛЯ ВСІХ)

Любов ЧЕХОВСЬКА, Ольга ЖДАНОВА

Львівський державний університет
фізичної культури, м. Львів, Україна,
e-mail: lyubahock@gmail.com

Анотація. Усі суб'єкти масового спорту (спорту для всіх) задіяні до підвищення рівня залучення населення до оздоровчої рухової активності. Саме тому актуальним є вивчення їхнього процесу управління.

Мета роботи – встановити проблеми організаційно-методичних основ фітнесу в системі масового спорту (спорту для всіх) у сучасних умовах розвитку суспільства. **Методи дослідження:** теоретичний аналіз та узагальнення наукової літератури, джерел та інформації світової мережі Інтернет, метод системного аналізу, метод порівняння та зіставлення. Доведено, що оздоровчий фітнес є елементом системи масового спорту, однак не є повноцінною підсистемою, яку можна вважати самостійною системою, що суперечить загальній теорії систем. Усі фітнес-клуби працюють автономно, не пов'язані між собою, не мають єдиного суб'єкта управління, або координаційного центру, хоча вирішують однакові вкрай важливі соціальні завдання. Для оптимізації функціонування в Україні системи масового спорту слід вивчити способи ефективного управління її елементами – фітнес-клубами.

Ключові слова: фітнес, система масового спорту (спорту для всіх).

Постановка проблеми. Однією із важливих проблем нашої держави є поліпшення стану здоров'я і підвищення фізичного потенціалу населення. У Національній стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» поставлено завдання підвищення рівня залучення населення до оздоровчої рухової активності, що сприятиме розв'язанню гуманітарних і соціально-економічних проблем особи, суспільства та держави [21]. Саме для виконання цього завдання повинні бути залучені всі суб'єкти масового спорту (спорту для всіх), у компетенції яких є названий аспект діяльності (державні, громадські та комерційні фізкультурно-оздоровчі організації) [14]. Актуальною є проблема обґрунтування організаційно-методичних засад діяльності закладів фізичної культури і спорту різних форм власності, які надають фізкультурно-спортивні послуги.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Серед населення провідних країн Європи сьогодні популярним є спорт для всіх [17], який спрямований на відновлення розумових, духовних і фізичних сил людини (К. Roberts, 2006; J. Krukr, 2007; R. V. Russell, L. M. Jamieson, 2008; J. Muszkiet, et. al., 2009; T. Jorgensen, L. Andersen, K. Froberg, 2009; G. Godbey, 2009; C. Aichiston, 2009; H. J. Gibson, J. F. Singleton, 2011; J. B. Bączek, 2011), є основою здорового способу життя (J. Kosiewicz, K. Obodyński, 2006; C. Bouchard, S. N. Blair, W. L. Haskell, 2007; M. Stodolska, 2010), сприяє зміцненню здоров'я, є запорукою зростання тривалості життя людини (Р. С. Паффенбаргер, Э. Ольсен, 1999; Э. Т. Хоули, Б. Д. Френкс, 2000; О. Бар-Ор, 2009).

Система спорту для всіх є сукупністю взаємопов'язаних та взаємодіючих між собою компонентів (суб'єктів), мета якої – залучення людей до рухової активності під час дозвілля для зміцнення здоров'я [10, 11, 14].

Разом з тим в Україні спостерігаються негативні тенденції різкого погіршення стану здоров'я населення України, пов'язані із багатьма соціально-економічними факторами, а також обмеженою руховою активністю, нераціональним проведенням дозвілля й харчуванням, шкідливими звичками. Розв'язанню зазначеної проблеми присвячено значну кількість наукових праць [12, 15, 16, 19, 20]. Однак у нашій країні масовий спорт (спорт для всіх) (М. В. Дутчак, 2009), рекреаційно-оздоровча діяльність (О. В. Андрєєва, 2014) ще не набули широкої популярності й потребують дослідження та активізації.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Робота виконується відповідно до наукової теми кафедри фітнесу та рекреації ЛДУФК «Технологія залучення населення до оздоровчої рухової активності» (протокол № 8 від 19.04.2016р. засідання вечної ради ЛДУФК).

Мета роботи – встановити проблеми організаційно-методичних основ фітнесу в системі масового спорту (спорту для всіх) у сучасних умовах розвитку суспільства.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення наукової літератури, джерел та інформації світової мережі Інтернет, метод системного аналізу, метод порівняння та зіставлення.

Результати дослідження та їх обговорення. Сучасним засобом рекреаційної діяльності, масового спорту є оздоровчий фітнес (health related fitness) [9, 25, 27], який має за мету досягнення й підтримку фізичного благополуччя та зниження ризику розвитку захворювань (серцево-судинної системи, обміну речовин тощо) (Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня, 2010; В. В. Білецька, І. Б. Бондаренко, 2013) і дає змогу задовольнити потреби в руховій активності різних вікових груп населення [24, 30]. Оздоровчий фітнес спрямований на підтримання належного фізичного стану, зниження ризику показників неінфекційних захворювань, збереження та зміцнення здоров'я, удосконалення фізичних можливостей, досягнення емоційної рівноваги (О. В. Магера, 2013). Заняття оздоровчим фітнесом потребує організованого проведення вільного часу, є одним із важливих засобів формування особи [6, 23, 31]. Спосіб проведення вільного часу є своєрідним індикатором культури людини, кола її духовних потреб та інтересів (А. І. Вишняк, В. І. Тарасенко, 1988), однак лише 10–12% людей вміють розумно організувати своє дозвілля, займаючись у фітнес-клубах, фізкультурно-оздоровчих установах [22].

Вільний час приваблює нерегламентованістю, самостійним вибором різних занять, можливістю поєднувати розважальні й розвивальні види діяльності. Останнім часом, на жаль, зростає популярність привабливих видів пасивної діяльності (ігрові автомати, комп'ютерні ігри, спілкування в соціальних мережах тощо). Саме тому використання вільного часу є проблематичним для різних груп населення. Так, у більшості молоді немає розуміння важливості його раціональної організації, тому вільний час є неусвідомленим, нереалізованим [26]. Невміння організувати своє дозвілля провокує асоціальну поведінку (О. І. Бондарчук, 2006; І. М. Богданова, 2008; О. В. Беспалько, 2009; С. С. Пальчевский, 2009). Так, в Україні триває зростання рівня злочинності, у тому числі й дитячої. Тільки в столиці рівень дитячої злочинності зріс за рік на 30% (Т. Святенко, 2016). Для дорослого населення також існує проблема дозвілля: відсутність вільного часу. Це пояснюється здебільшого довшим робочим днем (більше ніж 8 год), фінансовими труднощами, проблемами зі здоров'ям тощо. У цих умовах актуалізується питання залучення населення до повсякденної та спеціально організованої рухової активності (В. О. Кашуба, 2010; Т. Ю. Круцевич, 2010; Є. Н. Приступа, 2010; Ю. В. Юрчишин, 2012; Н. В. Москаленко, 2013; О. В. Андрєєва, 2014, Є. В. Баженков, 2016). Саме тому позитивним є збільшення останнім часом кількості організацій сфери оздоровчого фітнесу в Україні.

Однак індустрія фітнесу України є в стадії розвитку. Ринок фітнес-послуг збільшує темпи росту, тому в сучасних умовах життя інтерес до занять фітнесом є досить високим (В. Ю. Давидов, 2003; А. І. Шамардин, 2005; Г. О. Краснова, 2005; Ю. Беляк, 2015). За допомогою оздоровчого фітнесу забезпечується ефективна організація вільного часу й дозвіл-

ля населення, створюються можливості для спілкування, що сприяє соціальній самореалізації особистості.

Одним із показників стану розвитку фізичної культури і спорту є рівень залучення громадян до занять масовим спортом [14]. Основними суб'єктами, де можуть займатися різні групи населення, є фізкультурно-оздоровчі заклади, зокрема фітнес-клуби, які пропонують заняття оздоровчим фітнесом та його інноваційними різновидами [7]. З огляду на те, що кількість таких закладів зростає, необхідно досліджувати їх діяльність, шукати резерви щодо ефективного, якісного й безпечного надання ними своїх послуг населенню.

Вивчення нормативно-правової бази, стану й тенденцій розвитку рекреаційно-оздоровчої діяльності встановило як відсутність державного регулювання діяльності приватних суб'єктів, так і системи їх управління в цілому. Відсутня їх співпраця з державними та громадськими керівними організаціями. До 2009 року, коли існувало ліцензування фізкультурно-оздоровчої діяльності, центри фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» мали важелі впливу на усі фізкультурно-оздоровчі заклади (здійснювали консультативну допомогу, супровід ліцензування, допомагали оформлювати ліцензійні документи). На сьогодні ліцензування скасовано і не існує керівної організації, яка би мала вплив на діяльність численних приватних клубів. Тобто елемент системи масового спорту – оздоровчий фітнес не є керованою підсистемою, що суперечить теорії систем [13]. Не відомо скільки людей відвідують заняття, за якими програмами проводяться заняття (якісними чи ні), який фаховий рівень тренерів та інструкторів, які їх проводять, який оздоровчий ефект від занять тощо. Адже через відсутність у попередні роки системи підготовки кадрів для сфери фізичної рекреації та фітнесу виник стійкий дефіцит фахівців у цьому сегменті ринку праці [1, 4, 28]. В останні роки відзначається зростання соціального запиту на висококваліфікованих фахівців, які володіють достатнім обсягом знань з організації дозвілля, програмування занять рекреаційно-оздоровчої спрямованості, оздоровчого фітнесу [18, 29]. «Вільні місця» у сфері фітнесу, на жаль, заповнюють працівники суміжних сфер, які не мають належного рівня підготовленості для проведення фізкультурно-оздоровчої діяльності [1, 4]. Слід зазначити, що підготовка тренера з фітнесу та викладача фізичного виховання, який використовує оздоровчий фітнес як один із засобів на уроці, має кардинальні відмінності в педагогічних умовах формування компетенцій [5].

Так, О. В. Андреева у своїх роботах зазначає про відставання системи державної освіти у сфері фізичної культури й спорту від системи підготовки фахівців із фітнесу в закордонних країнах [1, 4]. Тому і залишаються актуальними питання, пов'язані з проблемою підготовки фахівців з рекреації та оздоровчого фітнесу, що максимально відповідають потребам сьогодення [3]. Також слід зазначити, що немає єдиної системи (методологічного підходу) щодо підготовки відповідних фахівців з рекреації та фітнесу у ВНЗ.

Оптимізація функціонування в Україні системи масового спорту потребує пошуку способів ефективного управління її елементами – фітнес-клубами. Проблеми організаційно-управлінської діяльності у сфері фізичної культури і спорту розглянуто у роботах М. О. Олійника (2000), В. І. Мудрика, І. І. Приходько, В. А. Христоєва (2001), І. І. Переверзіна (2003, 2006), Ю. П. Мічуди (2007, 2008), І. І. Приходько, Г. М. Путятіної (2008, 2010), О. М. Жданової, Л. Я. Чеховської (2009), О. В. Горбенка (2015) та ін.

У науковій літературі висвітлено питання щодо маркетингових стратегій розвитку фізкультурно-оздоровчих клубів (І. Л. Халтурина, 2003); управлінської технології організації й розвитку спортивного клубу оздоровчої спрямованості в умовах ринкової економіки (Ю. П. Мічуда, 2007); маркетингу фізкультурно-оздоровчих організацій, орієнтованих на роботу з жінками (Н. В. Кандаурова, 2008), удосконалення системи управління послугами спортивних споруд (В. П. Мироненко, 2009); асортиментної політики у сфері фізкультурно-оздоровчих послуг (Е. С. Кабановская, 2005); теоретико-методологічних засад формування системи спорту для всіх в Україні (М. В. Дутчак, 2009); організаційно-педагогічних факторів управління сферою фітнес-послуг (С. І. Смирнов, 2013); теоретико-методологічних засад рекреаційної діяльності різних груп населення (О. В. Андреева, 2014); організаційної взаємодії між суб'єктами спорту

для всіх на місцевому рівні (О. М. Вареник, 2014); соціально-педагогічних умов рекреаційної діяльності фізкультурно-оздоровчих боулінг-клубів (К. Г. Пацалюк, 2015), механізмів державного регулювання розвитку фізичної культури та спорту України (В. С. Ліщук, 2015).

Актуальність розглянутих нами питань вагома з погляду підвищення ефективності діяльності фітнес-клубів, а також участі держави в організації та контролі за наданням якісних фітнес-послуг населенню країни. Адже фітнесом займаються люди різного віку. Їх трудовий потенціал становить собою основні продуктивні сили суспільства і залежить від стану здоров'я, яке теж є кінцевим продуктом діяльності сфери фітнес-послуг.

Методологія дослідження щодо проблем організаційно-методичних основ базуватиметься на такому:

- загальна методологія наукового дослідження (Б. А. Ашмарин, Ю. В. Верхошанский, В. Е. Виноградов, В. Н. Голованов, Б. М. Шиян, Г. А. Єдинак, Ю. В. Петришин та ін.);
- фундаментальні положення теорії та методики фізичного виховання (Б. М. Шиян, Є. Н. Приступа, Т. Ю. Круцевич, Л. П. Матвеев);
- теоретико-методологічні засади рекреаційної діяльності різних груп населення, спорту для всіх (М. В. Дутчак, Є. Н. Приступа, Т. Ю. Круцевич, О. В. Андреева, О. М. Жданова);
- теорія інформації та моделювання у фізичному вихованні (С. С. Єрмаков, В. А. Кашуба, К. К. Колин, М. В. Кларін, В. В. Монахов та ін.);
- теоретичні основи управління сферою фізичної культури і спорту (І. І. Приходько, О. Б. Мічуда, О. М. Жданова, В. І. Франчук, Л. Я. Чеховська, О. В. Горбенко).

Висновки:

1. Доведено, що оздоровчий фітнес є складовою частиною (підсистемою) системи масового спорту, однак не є керованою підсистемою, що суперечить загальній теорії систем.

2. Установлено проблеми (суперечності) щодо організаційно-методичних основ фітнесу в системі масового спорту (спорту для всіх) між необхідністю підвищення рівня залучення населення до рухової активності та відсутністю співпраці між державними, громадськими та комерційними фізкультурно-оздоровчими організаціями; необхідністю підвищення рівня залучення населення до оздоровчої рухової активності та невмінням громадян розумно організувати своє дозвілля; збільшенням кількості фітнес-клубів та погіршенням стану здоров'я населення; збільшенням кількості фітнес-клубів та відсутністю державного регулювання їх діяльності та системи управління в цілому; збільшенням кількості фітнес-клубів та недостатністю системи знань у фаховій підготовці кадрів з оздоровчого фітнесу з урахуванням нових економічних відносин, вимог ринку праці, підвищених потреб в умовах інформаційно-технологічного розвитку; наявністю нормативно-правової бази розвитку оздоровчого фітнесу та сучасний стан сфери оздоровчого фітнесу, яка не є повноцінною підсистемою системи масового спорту.

Перспективи подальших досліджень будуть зосереджені на вивченні управлінської діяльності суб'єктів оздоровчого фітнесу.

Список літератури

1. Андреева О. Стан та напрямки удосконалення системи підготовки кадрів з рекреації та оздоровчої фізичної культури / О. Андреева, О. Благій, Л. Фандікова // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2002. – № 1. – С. 71–76.
2. Андреева О. Фізична рекреація різних груп населення : монографія / О. Андреева. – Київ : Поліграф-сервіс, 2014. – 280 с.
3. Андреева О. В. Теоретико-методологічні засади рекреаційної діяльності різних груп населення : автореф. дис. ... д-ра наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 / Андреева О. В. ; Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України. – Київ, 2014. – 39 с.
4. Андреева О. В. Система підготовки та підвищення кваліфікації фахівців із фізичної рекреації / О. В. Андреева, О. Л. Благій // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у су-

- часному суспільстві : зб. наук. пр. Східноєвроп. нац. ун-ту імені Лесі Українки. – Луцьк. – Т. 3. – С. 5–10
5. Батіщева М. Р. Курс «Оздоровчий фітнес» у системі підготовки спеціалістів в області рекреації та реабілітації / М. Р. Батіщева // Педагогіка і психологія формування творчої особистості: проблеми і пошуки : зб. наук. пр. – Київ ; Запоріжжя, 2002. – Вип. 23. – С. 306–310.
6. Виес Ю. Б. Фитнес для всех / Ю. Б. Виес. – Минск : Книжный дом, 2006. – 512 с.
7. Булатова М. М. Физкультурно-оздоровительные технологии в физическом воспитании / М. М. Булатова, К. А. Усачев // Теория и методика физического воспитания ; под ред. Т. Ю. Круцевич. – Киев : Олимпийская литература, 2003. – Т. 2. – С. 342–371.
8. Вареник О. М. Організаційна взаємодія між суб'єктами спорту для всіх на місцевому рівні : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 / О. М. Вареник ; Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України. – Київ, 2014. – 19 с.
9. Давыдов В. Ю. Новые фитнес системы: новые направления, методики, оборудование и инвентарь : учеб. пособие / В. Ю. Давыдов, А. И. Шамардин, Г. О. Краснова. – Волгоград : Федеральное агентство по физической культуре и спорту ; ВГАФК, 2005. – 284 с.
10. Дутчак М. В. Спорт для всіх в Україні: теорія та практика / М. В. Дутчак. – Київ : Олімп. л-ра, 2009. – 279 с.
11. Дутчак М. В. Теоретико-методологічні засади формування системи спорту для всіх в Україні : автореф. дис. ... д-ра наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 / Дутчак Мирослав Васильович ; Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України. – Київ, 2009. – 39 с.
12. Есаулова А. Г. Проблемы развития спортивного предпринимательства / Есаулова А. Г. // Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту : материалы VII Междунар. науч. сессии БГУФК и НИИФК и СРБ по итогам науч.-исслед. работы за 2003 г., Минск, 6–8 апр. 2004 г. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск, 2004. – С. 352–353.
13. Жданова О. Управління сферою фізичного виховання і спорту : навчальний посібник / О. Жданова, Л. Чеховська. – Дрогобич : Коло, 2009. – 224 с.
14. Про фізичну культуру і спорт: Закон України [від 24.12.1993]. – Київ : [Б.В.], 1993. – 22 с.
15. Звіт за результатами соціологічного дослідження на тему «Моніторинг рівня залучення населення до спорту для всіх» [Електронний ресурс]: Режим доступу: <http://sportforall.gov.ua/articles.php?archive=0&cat=29> (дата обращения: 29.03.15).
16. Круцевич Т. Ю. Рекреація у фізичному вихованні різних груп населення / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. – Київ : Олімп. л-ра, 2010. – 200 с.
17. Кутепов М. Е. Закономерности управления спортом и рекреацией в зарубежных странах / Кутепов М. Е. // Физическая культура и спорт в условиях рынка: проблемы управления, экономики, предпринимательства и права: тез. и материалы междунар. симпоз. – Москва, 1994. – С. 10–18.
18. Левицький В. В. Організація професійного навчання фахівців з оздоровчого фітнесу / В. В. Левицький // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2004. – № 2. – С. 162–169.
19. Физическая рекреация для здоровья человека и восстановления работоспособности / А. В. Лотоненко, В. В. Трунин, А. В. Козлов [и др.] // Культура физическая и здоровье. – 2005. – № 2.
20. Мічуда Ю. П. Сфера фізичної культури і спорту в умовах ринку. Закономірності функціонування та розвитку / Ю. П. Мічуда. – Київ : Олімп. л-ра, 2007. – 216 с.
21. Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року "Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація" : Указ Президента України від 09.02.2016 № 42/2016.
22. Рыжкин Ю. Е. Физическая рекреация в сфере досуга человека / Ю. Е. Рыжкин // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 5. – С. 17–19

23. Стецюра Ю.В. Фітнес. Шлях до здоров'я і краси / Ю.В. Стецюра. – Донецьк, 2006. – 256 с.
24. Фізична рекреація : навч. посіб. для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту / Приступа Є. Н., Жданова О. М., Линець О. М. [та ін.] ; за наук. ред. Є. Приступи. – Дрогобич : Коло, 2010. – С. 4–56.
25. Филиппова С. О. Фитнес, фитнес-технология и фитнес-индустрия / С. О. Филиппова // Фитнес в инновационных процессах современной физической культуры : сб. материалов Всерос. науч.-практ. конф. – Санкт-Петербург : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2008. – С. 25–32.
26. Форми організації дозвілля дітей та молоді : метод. матеріали до тренінгу / за заг. ред. І. Звереві. – Київ : Науковий світ, 2004. – 58 с.
27. Черепов О. В. Сучасні проблеми розвитку оздоровчо-рекреаційної фізичної культури / О. В. Черепов, К. О. М'ясоєденков, О. М. Копилов // Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. – Київ, 2011. – Вип. 13. – С. 411–417.
28. Концепция подготовки магистров специальности «Фитнес и рекреация» в ЛДУФК / Л. Чеховская, О. Жданова, И. Грибовская, М. Данилевич // Probleme actuale privind perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice: Conferința științifică internațională. – Кишинев, 2014. – С. 299–302.
29. Чеховська Л. Зміст підготовки фахівців фізичного виховання до рекреаційно-оздоровчої діяльності / Л. Чеховська, О. Бубела, І. Баховський // Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : матеріали VII Всеукр. науково-практ. конф. – Львів : ЛДУФК, 2010. – С. 336–338.
30. Чеховська Л. Я. Основи рекреаційно-оздоровчої діяльності. – Львів : ЦПД, 2006. – 84 с.
31. Энциклопедия фитнеса / Эллен Карпей ; пер. с англ. М. Котельниковой. – Москва : ФАИР-ПРЕСС, 2003. – 368 с.

ПРОБЛЕМЫ ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИХ ОСНОВ ФИТНЕСА В СИСТЕМЕ МАССОВОГО СПОРТА (СПОРТА ДЛЯ ВСЕХ)

Любовь ЧЕХОВСКАЯ, Ольга ЖДАНОВА

*Львовский государственный университет
физической культуры, г. Львов, Украина,
e-mail: lyubahock@gmail.com*

Аннотация. В статье рассматриваются организационно-методические основы оздоровительного фитнеса. Доказано, что оздоровительный фитнес является составляющей системы массового спорта, однако не является полноценной подсистемой, которую можно рассматривать как самостоятельную систему, что противоречит общей теории систем. Многочисленные фитнес-клубы работают автономно, не связаны между собой, не имеют единого субъекта управления или координационного центра, хотя решают одинаковые крайне важные задачи. Для оптимизации функционирования в Украине системы массового спорта следует изучать способы эффективного управления ее элементами – фитнес-клубами. Цель работы – обосновать проблемы организационно-методических основ фитнеса в системе массового спорта (спорта для всех) в современных условиях развития общества. Методы исследования: теоретический анализ и обобщение научной литературы, источников и информации мировой сети Интернет, метод системного анализа, метод сравнения и сопоставления.

Ключевые слова: фитнес, система массового спорта (спорта для всех).

**PROBLEMS OF ORGANIZATIONAL
AND METHODOLOGICAL FITNESS BASES
IN THE SYSTEM OF MASS SPORT
(SPORT FOR ALL)****Liubov CHEKHOVSKA, Olga ZHDANOVA***Lviv State University of Physical Culture,
Lviv, Ukraine, email: lyubahock@gmail.com*

Abstract. The organizational and methodical bases of health-related fitness are presented in the article. It is proved that health-related fitness is a component of mass sport system but it is not a complete subsystem that can be regarded as an independent system and this contradicts the general systems theory. A lot of fitness clubs work independently, they are not interrelated and do not have the only subject of management or coordination center, although they solve the same extremely important social problems. To optimize the system of mass sport in Ukraine, the ways of effectively management of its elements, fitness clubs, should be explored. Research object is to justify the problems of organizational and methodical fitness bases in the system of mass sports (sport for all) in present development conditions of society. Methods of research: theoretical analysis and synthesis of scientific literature and global Internet information network, method of comparison and matching.

Keywords: fitness, the system of mass sport (sport for all).

References

1. Andryeyeva O., Blahiy O., Fandikova L. Stan ta napryamky udoskonalennya systemy pidhotovky kadriv z rekreatsiyi ta ozdorovchoyi fizychnoyi kul'tury [Status and trends improving the training system of recreation and improving physical training] // *Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya i sportu*. 2002. № 1. S. 71–76. (in Ukrainian)
2. Andryeyeva O. Fizychna rekreatsiya riznykh hrup naselennya [Physical Recreation different groups] : monohrafiya. Kyiv : Polihraf-servis, 2014. 280 s. (in Ukrainian)
3. Andryeyeva O.V. Teoretyko-metodolohichni zasady rekreatsiyanoi diyal'nosti riznykh hrup naselennya [Theoretical and methodological principles recreational activities of different groups] : avtoref. dys. ... d-ra nauk z fiz. vykhovannya i sportu : 24.00.02 ; Nats. un-t fiz. vykhovannya i sportu Ukrayiny. Kyiv, 2014. 39 s. (in Ukrainian)
4. Andryeyeva O.V., Blahiy O.L. Systema pidhotovky ta pidvyshchennya kvalifikatsiyi fakhivtsiv iz fizychnoyi rekreatsiyi [The system of training and professional development of physical recreation] // *Fizyчне vykhovannya, sport i kul'tura zdorov'ya u suchasnomu suspil'stvi* : zb. nauk. pr. Skhidnoyevrop. nats. un-tu imeni Lesi Ukrayinky. Luts'k. T. 3. S.5–10(in Ukrainian)
5. Batishcheva M.R. Kurs «Ozdorovchyy fitnes» u systemi pidhotovky spetsialistiv v oblasti rekreatsiyi ta reabilitatsiyi [The course "Health Fitness" in the system of training of specialists in the field of recreation and rehabilitation] // *Pedahohika i psykholohiya formuvannya tvorchoyi osobystosti: problemy i poshuky* : zb. nauk. pr. Kyiv ; Zaporizhzhya, 2002. Vyp. 23. S. 306–310. (in Ukrainian)
6. Vies Ju.B. Fitnes dlja vseh [Fitness for everyone]. Minsk : Knizhnyj dom, 2006. 512 s. (in Russian)
7. Bulatova M.M., Usachev K.A. Fizkul'turno-ozdorovitel'nye tehnologii v fizicheskom vospitanii [Physical culture and health technologies in physical education] // *Teoriya i metodika fizicheskogo vospitanija* ; pod red. T. Ju. Krucevich. Kiev : Olimpijskaja literatura, 2003. T. 2. S. 342–371. (in Russian)
8. Varenik O.M. Orhanizatsiyina vzayemodiya mizh sub'yektamy sportu dlja vsikh na mistsevomu rivni [Organizational interaction between actors sport for all at the local level] : avtoref.

- dys. ... kand.. nauk z fiz. vykhovannya i sportu : 24.00.02 ; Nats. un-t fiz. vykhovannya i sportu Ukrainy. Kyiv, 2014. 19 s. (in Ukrainian)
9. Davydov V. Ju., Shamardin A. I., Krasnova G. O. Novye fitness sistemy: novye napravleniya, metodiki, oborudovanie i inventar' [New fitness systems: new directions, techniques, equipment and inventory]: ucheb. posobie. Volgograd : Federal'noe agentstvo po fizicheskoy kul'ture i sportu ; VGAFK, 2005. 284 s. (in Russian)
10. Dutchak M. V. Sport dlya vsikh v Ukraini : teoriya ta praktyka [Sport for All in Ukraine: Theory and Practice]. Kyiv : Olimp. l-ra, 2009. 279 s. (in Ukrainian)
11. Dutchak M. V. Teoretyko-metodolohichni zasady formuvannya systemy sportu dlya vsikh v Ukraini : avtoref. dys. ... d-ra nauk z fiz. vykhovannya i sportu : 24.00.02 [Theoretical and methodological principles of forming the system of sports for all in Ukraine] ; Nats. un-t fiz. vykhovannya i sportu Ukrainy. Kyiv, 2009. 39 s. (in Ukrainian)
12. Esaulova A. G. Problemy razvitiya sportivnogo predprinimatel'stva [Problems of development of sports entrepreneurship] // Nauchnoe obosnovanie fizicheskogo vospitaniya, sportivnoj trenirovki i podgotovki kadrov po fizicheskoy kul'ture i sportu: materialy VII Mezhdunar. nauch. sessii BGUFK i NIIFK i SRB po itogam nauch.-issled. raboty za 2003 g., Minsk, 6–8 apr. 2004 g. / Belarus. gos. un-t fiz. kul'tury. Minsk, 2004. S. 352–353. (in Russian)
13. Zhdanova O., Chekhovs'ka L. Upravlinnya sferoyu fizychnoho vykhovannya i sportu: navchal'nyy posibnyk [Management of physical education and sports training manual]. Drohobych : Kolo, 2009. 224 s. (in Ukrainian)
14. Pro fizychnu kul'turu i sport [On Physical Culture and Sports] : Zakon Ukrainy [vid 24.12.1993] [On Physical Culture and Sports]. Kyiv : [B.V.], 1993. 22 s. (in Ukrainian)
15. Zvit za rezul'tatamy sotsiolohichnoho doslidzhennya na temu «Monitorynh rivnya zaluchennya naselennya do sportu dlya vsikh» [Report of survey on "Monitoring the level of public involvement in sport for all"] [Elektronnyj resurs]: Rezhym dostupu: [http://sportforall.gov.ua/articles.php?archive=0&cat=29\(data obrashchenyya: 29.03.15\)](http://sportforall.gov.ua/articles.php?archive=0&cat=29(data obrashchenyya: 29.03.15)). (in Ukrainian)
16. Krutsevych T. Yu., Bezverkhnya H. V. Rekreatsiya u fizychnomu vykhovanni riznykh hrup naselennya [Recreation in physical education of different population groups]. Kyiv : Olimp. l-ra, 2010. 200 s. (in Ukrainian)
17. Kutepov M. E. Zakonomernosti upravleniya sportom i rekreaciej v zarubezhnyh stranah [Laws governing the management of sports and recreation in foreign countries] // Fizicheskaja kul'tura i sport v uslovijah rynku: problemy upravleniya, jekonomiki, predprinimatel'stva i prava : tez. i materialy mezhdunar. simpoz. Moskva, 1994. S. 10–18. (in Russian)
18. Levyts'kyy V. V. Orhanizatsiya profesiynoho navchannya fakhivtsiv z ozdorovchoho fitnessu [Professional Training of specialists in health fitness] // Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya i sportu. 2004. № 2. S. 162–169. (in Ukrainian)
19. Lotonenko A. V., Trunin V. V., Kozlov A. V. [i dr.] Fizicheskaja rekreacija dlja zdorov'ja cheloveka i vosstanovleniya rabotosposobnosti [Physical recreation for human health and recovery] // Kul'tura fizicheskaja i zdorov'e. 2005. № 2. (in Russian)
20. Michuda Yu. P. Sfera fizychnoyi kul'tury i sportu v umovakh rynku. Zakonomirnosti funktsionuvannya ta rozvytku [Physical recreation for human health and recovery]. Kyiv : Olimp. l-ra, 2007. 216 s. (in Ukrainian)
21. Pro Natsional'nu stratehiyu z ozdorovchoyi rukhovoyi aktyvnosti v Ukraini na period do 2025 roku "Rukhova aktyvnist' – zdorovyj sposib zhyttya – zdorova natsiya" [About National strategy in the health of the rukhovoy activity in Ukraine for the period up to 2025 roku "Ruhova activism – health sposib zhittyia – zdorova natsiya"]: Ukaz Prezydenta Ukrainy vid 09.02.2016 #42/2016. (in Ukrainian)
22. Ryzhkin Ju. E. Fizicheskaja rekreacija v sfere dosuga cheloveka [Physical recreation in the sphere of leisure man] // Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury. 2002. № 5. S. 17–19. (in Russian)
23. Stetsyura Yu. V. Fitness. Shlyakh do zdorov'ya i krasny [Fitness. The way to health and beauty]. Donets'k, 2006. 256 s. (in Ukrainian)

24. Prystupa Ye. N., Zhdanova O. M., Lynets' O. M. [ta in.] Fizychna rekreatsiya [Physical Recreation] : navch.posib. dlya studentiv vyshchych navchal'nykh zakladiv fizychnoho vykhovannya i sportu ; za nauk. red. Ye Prystupy. Drohobych : Kolo, 2010. S.4–56. (in Ukrainian)

25. Filippova S. O. Fitnes, fitnes-tehnologija i fitnes-industrija [Fitness, fitness technology and fitness industry] // Fitnes v innovacionnyh processah sovremnoj fizicheskoj kul'tury : sb. materialov Vseros. nauch.-prakt. konf. Sankt-Peterburg : Izd-vo RGPU im. A. I. Gercena, 2008. S. 25–32. (in Russian)

26. Formy orhanizatsiyi dozvillya ditey ta molodi : metod. materialy do treninhu [The forms of leisure of children and youth] / za zah. red. I. Zvyeryevoyi. Kyiv : Naukovyy svit, 2004. 58 s. (in Ukrainian)

27. Cherepov O. V., M"yasoyedenkov K. O., Kopylov O. M. Suchasni problemy rozvytku ozdorovcho-rekreatsiynoi fizychnoi kul'tury [Modern problems of health and recreational physical culture] // Naukovyy chasopys NPU im. M. P. Drahomanova. Kyiv, 2011. Vyr. 13. S. 411–417. (in Ukrainian)

28. Chehovskaja L., Zhdanova O., Gribovskaja I., Danilevich M. Konceptija podgotovki magistriv special'nosti «Fitnes i rekreacija» v LDUFK [The concept of training masters of the specialty "Fitness and Recreation" in LDUFK] // Probleme actuale privind perfectionarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice : Conferința științifică internațională. Kishinjov, 2014. S. 299–302. (in Russian)

29. Chekhovs'ka L., Bubela O., Bakhovs'kyi I. Zmist pidhotovky fakhivtsiv fizychnoho vykhovannya do rekreatsiyno-ozdorovchoyi diyal'nosti [The content of training specialists in physical education to recreation and recreational activities] // Problemy aktyvizatsiyi rekreatsiyno-ozdorovchoyi diyal'nosti naseleण्या : materialy VII Vseukr. naukovoprakt. konf. L'viv : LDUFK, 2010. S.336–338. (in Ukrainian)

30. Chekhovs'ka L. Ya. Osnovy rekreatsiyno-ozdorovchoyi diyal'nosti [Fundamentals of recreation and recreational activities]. L'viv : TsPD, 2006. 84 s. (in Ukrainian)

31. Karpej J. Jenciklopedija fitnesa [Encyclopedia of fitness] ; per. s angl. M. Kotel'nikovoj. Moskva : FAIR-PRESS, 2003. 368 s. (in Russian)

Стаття надійшла до редколегії 4.11.2016

Прийнята до друку 17.11.2016

Підписана до друку 30.12.2016