

УДК: 796.011.3-057.875:613

ДУТЧАК Мирослав

Національний університет фізичного виховання і спорту України

<https://orcid.org/0000-0001-6823-272X>mvd21@ukr.net**ЧЕХОВСЬКА Любов**

Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського

<https://orcid.org/0000-0003-3833-5212>lyubahock@gmail.com

Стиль життя сучасної молоді є «абсолютно сидячим та ввімкненим у віртуальний світ інтернету». Дослідники зазначають про хронічний дефіцит рухової активності, що стає загрозою для нормального здоров'я та фізичного розвитку студентів України.

Мета дослідження – проаналізувати проблему сьогодення щодо залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової діяльності.

Аналіз наукової літератури свідчить про наявність різних підходів щодо залучення молоді до оздоровчо-рекреаційної діяльності. Однак сучасність висуває все нові вимоги. Основними причинами низького рівня залученості студентської молоді України до рухової активності є: пандемія COVID-19 та війна РФ проти України; серйозне відставання вітчизняної системи шкільного та сімейного фізичного виховання та ін. Аналіз існуючої практики фізичного виховання у закладах вищої освіти свідчить, що діючі нормативно-правові механізми, на жаль, не реалізуються з належною ефективністю. Сучасна вітчизняна система залучення студентської молоді до оздоровчої рухової активності потребує наполегливої та системної роботи з реалізації наявних можливостей для підвищення ефективності свого функціонування.

Запропоновані перспективні напрямки підвищення рівня залученості студентів до оздоровчої рухової активності можуть бути реалізовані лише на науковій основі шляхом консолідації зусиль та ресурсів усіх стейкхолдерів.

Ключові слова: студенти, рухова активність, здоров'я, залучення молоді, заклад вищої освіти.

<https://doi.org/10.31891/pcs.2024.2.18>

1. ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ У ЗАГАЛЬНОМУ ВИГЛЯДІ ТА ЇЇ ЗВ'ЯЗОК ІЗ ВАЖЛИВИМИ НАУКОВИМИ ЧИ ПРАКТИЧНИМИ ЗАВДАННЯМИ

Сьогодні стан здоров'я молодого покоління є одним з найважливіших показників здорового потенціалу нації, тому його збереження та зміцнення мають пріоритетне значення [4, 7]. За даними ВООЗ молоде покоління у віці від 16 років до 29 років складає 30% всього населення у світі. У 2022 році кількість осіб у віковій групі 15-24 роки, які мають достатній рівень рухової активності у вільний час, становила понад 60% (результати опитувань в країнах ЄС «Євробарометр зі спорту та рухової активності») [14].

У «Міжнародній хартії фізичного виховання, фізичної активності та спорту» зазначено, що «...у кожній системі освіти фізичному вихованню, руховій активності та спорту має приділятися належне місце та необхідна увага, щоб забезпечувався збалансований та міцний взаємозв'язок між руховою активністю та іншими компонентами освіти. Крім того, кожна система освіти повинна забезпечити ... щоб спорт і рухова активність ..в освітніх закладах

відігравали невід'ємну роль у повсякденному житті.. молоді» [15].

Стиль життя сучасної молоді можна назвати «абсолютно сидячим та ввімкненим у віртуальний світ інтернету», який стає таким затребуваним, щоденно необхідним, комфортним, навіть незважаючи на негативний вплив на стан здоров'я [2, 6]. Саме тому в рейтингу залучення населення до рухової активності Україна посідає 105-те місце зі 133 країн світу [2, 7]. Наукові дослідження щодо залучення студентської молоді до рухової активності вирізняються складністю та суперечливістю. Здоров'я студентської молоді в Україні стає критичним. Саме тому, дослідники відзначають, що хронічний дефіцит рухової активності стає загрозою для нормального здоров'я та фізичного розвитку студентів [1, 5, 8, 9, 12]. Так серед українських студентів лише кожен третій юнак (32%) та кожна четверта дівчина (25%) займаються оздоровчою руховою активністю під час дозвілля, причому більшість з них роблять це лише 1-2 години (60-120 хв) на тиждень. Отже, тільки 12-15% студентів України мають належний рівень рухової активності, що

відповідає рекомендаціям ВООЗ (щотижнево не менше 150–300 хв. аеробної спрямованості помірної інтенсивності чи 75-150 хв. високої інтенсивності або їх поєднання плюс два дні занять силової спрямованості [13,15]). В умовах війни лікарі рекомендують не забувати про фізичні вправи та займатися хоча б 30 хв. на день. Це дозволяє знизити рівень стресу та зміцнити організм.

У свідомості більшості молоді рухова активність не є важливою складовою здорового способу життя. Це зумовлено такими чинниками: низькою мотивацією до занять руховою активністю, вибірковістю освітнього компоненту «фізичне виховання» у ЗВО, застарілою матеріально-технічною базою і низьким рівнем використання новітніх видів рухової активності в освітньому процесі, недостатньою ефективністю сучасної організації фізичного виховання, недостатньою мотивацією в роботі викладача з фізичного виховання, дистанційним навчанням, умовами війни [1,3,10]. Ця проблема сьогодні не вирішена і набуває нових викликів.

Дослідження виконано відповідно до Плану науково-дослідної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2021–2025 рр. згідно з науковою темою кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності «Теоретичні та технологічні засади оздоровчо-

рекреаційної рухової активності та здорового способу життя різних груп населення» (номер державної реєстрації № 0121U107534) та відповідно до Плану наукової роботи ЛДУФК імені Івана Боберського на 2021–2025рр. згідно з темою кафедри фітнесу і рекреації «Теоретико-методологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення».

2. ФОРМУЛЮВАННЯ ЦІЛЕЙ СТАТТІ

Мета дослідження – проаналізувати проблему сьогодення щодо залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної рухової діяльності.

Методи дослідження – аналіз і систематизація науково-методичної літератури; системний аналіз, документальний метод.

3. ВИКЛАД ОСНОВНОГО МАТЕРІАЛУ ДОСЛІДЖЕННЯ З ПОВНИМ ОБҐРУНТУВАННЯМ ОТРИМАНИХ НАУКОВИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

Проблема оптимізації рухової активності молоді привертає особливу увагу фахівців з фізичної культури і спорту. Аналіз науково-методичної літератури свідчить про наявність різних підходів щодо залучення молоді до оздоровчо-рекреаційної діяльності (табл.1).

Таблиця 1

Форми залучення здобувачів освіти до рухової активності

Автори	Форми залучення
С. Дмитрук, 2007	розвиток креативності студентів в умовах дозвілля засобами туристських ігор
Є.Захаріна, 2008	формування мотивації до рухової активності у процесі фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів
В. Кашуба, 2011	використання інформаційних технологій в процесі фізичного виховання студентської молоді
Ю. Юрчишин, М.Дутчак, 2012	розроблено й експериментально обґрунтовано технологію залучення студентів до рухової активності оздоровчої спрямованості
О. Благій, М. Ячнюк, 2015	обґрунтовано технологію впровадження засобів туризму в рекреаційну діяльність студентської молоді
Ю. Павлова, 2015	рухова активність, харчування та якість життя молоді
Т.Круцевич, Н.Пангелова, 2016	сучасні тенденції щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах
Н.Москаленко, Н.Корж, 2016	технологія формування ціннісного ставлення у студентів до самостійних занять фізичною культурою
О. Андреева, О.Садовський, 2017	теоретично обґрунтовано технологію формування рекреаційної культури студентської молоді, опрацьовано організаційно-методичну систему її реалізації в умовах вищого навчального закладу; здійснено систематизацію рекреаційних потреб студентської молоді
А. Оріховська, О. Андреева, 2017	науково обґрунтовано і розроблено програму фізичної рекреації студентської молоді з вадами слуху з урахуванням структури їхніх оздоровчо-рекреаційних потреб

П.Рибалко, С.Хоменко, 2017	залучення студентської молоді до здорового способу життя під час занять в позааудиторний час
Є.Імас, М.Дутчак, О.Андрєєва, В.Кашуба, І.Кенсицька, О.Садовський, 2018	сучасні підходи до проблеми формування цінностей здорового способу життя студентів у процесі фізичного виховання
О. Коваль, 2018	формування рухової активності студентів під час навчання у вищому навчальному закладі
Н.Москаленко, Г.Торбанюк, 2019	інноваційні підходи до залучення студентів до рухової активності.
С. Куніковські, В.Іваночко, І.Грибовська, М.Данилевич, Р.Грибовський, 2019	оздоровчий фітнес у фізичному вихованні студенток із захворюваннями кардіо-респіраторної системи
Е. Довгопол, 2019, 2020	особливості побудови раціональних режимів рухової активності студентів закладів вищої освіти
О.Кошелева, Л.Татарченко, В.Рузанов, А.Максимов, 2020	модельовання рухової активності студентів різних груп спеціальностей
Ю. Петренко, Ю.Махонін, 2020	фізична активність студентів в умовах вимушеного дистанційного навчання з використанням інформаційних технологій.
Банах, 2020	персоніфікований підхід до фізичного виховання студентської молоді
О.Гордієнко В.Мовчан, 2022	шляхи удосконалення рухової активності студентів в умовах дистанційного навчання
О. Жданова, Л. Чеховська, Р. Турка, 2023	залучення молоді до оздоровчої рухової активності через спортивно-масові заходи
О.Блавт, 2023	формування інклюзивної моделі фізичного виховання для здобувачів вищої освіти з інвалідністю-ветеранів війни в закладах вищої освіти
О.Блавт, С.Андрєєв, В.Ліщук, С.Степанков, 2023	вплив та ефективність інклюзивного фізичного виховання студентів з обмеженими можливостями здоров'я
Є. Захаріна, А. Захаріна, Т Глоба, 2024	підходи до формування рекреаційної культури в студентському середовищі

Загалом бачимо системне осмислення форм залучення молоді до рухової активності, однак сучасність висуває все нові вимоги. Тому потрібна синергія зусиль влади усіх рівнів, громадськості, спортивної спільноти, педагогів, роботодавців та ентузіастів здорового способу життя.

Узагальнюючи вище зазначене, зазначимо, що причинами низького рівня залученості студентської молоді України до оздоровчої рухової активності є:

✓ пандемія COVID-19 та війна рф проти України;

✓ серйозне відставання вітчизняної системи шкільного та сімейного фізичного виховання;

✓ тривале використання у системі фізичного виховання студентів «примусу та залякування» замість «гуманістичних засад»;

✓ непривабливий стан загальнодоступної матеріально-технічної

бази масового спорту у ЗВО та загалом в Україні;

✓ незадовільний рівень благополуччя більшості студентської молоді;

✓ відсутність інтересу у вітчизняних здобувачів освіти до активного способу життя;

✓ залежність здобувачів освіти від гаджетів (смартфонів, комп'ютерів тощо), що на пряму заважає їм корисно для здоров'я витратити свій час.

✓ низький рівень інформаційно-просвітницької діяльності щодо важливості занять руховою активністю серед молоді тощо.

У Законі України «Про фізичну культуру і спорт» встановлено, що керівник закладу освіти зобов'язаний забезпечити сприятливі умови для належної рухової активності студентів (ст.26). Законом України «Про вищу освіту» серед повноважень керівника закладу

вищої освіти передбачено: «сприяє формуванню здорового способу життя у здобувачів вищої освіти, зміцненню спортивно-оздоровчої бази закладу вищої освіти, створює належні умови для занять масовим спортом» (ст.34).

Значні можливості для підвищення рівня залученості здобувачів вищої освіти до оздоровчої рухової активності має студентське самоврядування. Зокрема, у ст. 40 Закону України «Про вищу освіту» визначено, що органи студентського самоврядування можуть проводити спортивні, оздоровчі та інші заходи. Для цього передбачено відповідне фінансування: кошти, визначені вченою радою закладу вищої освіти в розмірі не менш як 0,5 відсотка власних надходжень, отриманих закладом вищої освіти від основної діяльності.

У Стратегії розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року, затвердженій постановою Кабінету Міністрів України від 04 листопада 2020 р. № 1089, визначено, що для досягнення стратегічної цілі (українці регулярно та свідомо займаються фізичною культурою і спортом) передбачається, зокрема: створення для здобувачів освіти належних умов для заняття руховою активністю та формування ставлення до занять фізичною культурою і спортом як до важливої складової здорового способу життя. Для цього необхідне виконання таких завдань: розроблення нових підходів до проведення занять з фізичної культури (виховання) у закладах освіти як органічної складової здорового способу життя; посилення відповідальності керівників закладів освіти усіх ступенів за забезпечення належного рівня рухової активності; сприяння у впровадженні всеукраїнськими спортивними федераціями в освітній процес та позакласну роботу з фізичного виховання в закладах освіти популярних серед дітей та молоді видів спорту.

З метою забезпечення належного рівня фізичного виховання у закладах вищої освіти Міністерством освіти і науки України були внесені зміни до Типової форми контракту з керівником державного закладу вищої освіти, затвердженої постановою Кабінету Міністрів України від 05 грудня 2014 року № 726, які передбачатимуть запровадження персональної відповідальності за забезпечення, розвиток та модернізацію

фізичного виховання студентів, а також підготовку та оприлюднення щорічного звіту про стан фізичного виховання та спорту у закладі освіти.

У Рекомендаціях МОНУ щодо стратегічного розвитку фізичного виховання студентської молоді до 2025 року зазначено про необхідність забезпечення організації підготовки та проведення щорічного оцінювання їхньої фізичної підготовленості та внесення отриманих результатів до щорічних звітів ректорів [11].

Аналіз існуючої практики фізичного виховання у закладах вищої освіти засвідчує, що зазначені нормативно-правові механізми, на жаль, не реалізуються з належною ефективністю.

Сучасні наукові дослідження вказують на такі світові тренди розвитку студентського спорту:

- ✓ підвищення значення та становища спортивних клубів у закладах вищої освіти;
- ✓ використання різних форм та видів рухової активності студентів;
- ✓ мотивування студентів до регулярних занять масовим спортом через формування та задоволення відповідного інтересу;
- ✓ встановлення переваг та пільг для студентів, які досягають високих спортивних результатів;
- ✓ належне матеріально-технічне забезпечення фізичного виховання і спорту у закладах вищої освіти;
- ✓ зростання престижності спортивних результатів університетів, їх офіційна реєстрація, наявність спортивних рейтингів університетів;
- ✓ багатоджерельність фінансового забезпечення [13,14,16].

На нашу думку, перспективними напрямами підвищення рівня залученості студентської молоді до оздоровчої рухової активності в Україні можуть бути:

- ✓ підготовка та затвердження Вченою радою закладу вищої освіти «Комплексної програми з фізичного виховання, оздоровчої рухової активності та спорту студентської молоді ЗВО» на середньострокову перспективу;
- ✓ проведення занять з фізичного виховання за обраним студентом видом спорту чи оздоровчо-рекреаційної

рухової активності (як вибіркового компоненту за відповідним розкладом);

✓ забезпечення належної фізичної підготовки під час Базової загальновійськової підготовки, яка буде обов'язковою для чоловіків в усіх закладах вищої освіти;

✓ спільно з випускаючими кафедрами з різних освітніх програм готувати та реалізовувати робочі програми з освітніх компонентів (навчальної дисципліни) з професійно-прикладної фізичної підготовки (за необхідності).

✓ організація та проведення масових спортивних фестивалів та свят (День фізичної культури і спорту України; Міжнародний день студентського спорту; Європейський тиждень спорту; Міжнародний день спорту заради розвитку та миру; Всесвітній день здоров'я; Олімпійський день, фітнес конвенцій тощо), а також спортивних конкурсів, флешмобів, квестів, анімаційних заходів тощо;

✓ консультування здобувачів освіти щодо самостійних занять різними видами оздоровчої рухової активності у вільний час та «між ділом»;

✓ забезпечення доступності спортивних споруд (площинних та критих) для занять здобувачів освіти у неформальних групах, у т.ч. в гуртожитках.

4. ВИСНОВКИ І ПЕРСПЕКТИВИ ДАНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

ПОДАЛЬШИХ РОЗВІДОК У ДАНОМУ НАПРЯМКУ

1. Стан здоров'я сучасної молоді не відповідає вимогам сучасності. Тенденція до погіршення рівня рухової активності викликає занепокоєння сучасних науковців та стимулює до пошуку нових методів, способів та засобів їх покращення. Лише кожен десятий з вітчизняних студентів має належний рівень рухової активності, що відповідає рекомендаціям ВООЗ. Це в 5-6 разів менше у порівнянні з їхніми ровесниками в країнах ЄС.

2. Визначені основні причини низького рівня залученості студентської молоді України до оздоровчої рухової активності, що носять об'єктивний та суб'єктивний характер та потребують подальшого аналізу.

3. Сучасна вітчизняна система залучення студентської молоді до оздоровчої рухової активності потребує наполегливої та системної роботи з реалізації наявних можливостей для підвищення ефективності функціонування (Міжнародна хартія фізичного виховання, рухової активності та спорту ЮНЕСКО; законодавчі акти України, рішення Уряду та МОН).

4. Запропоновані перспективні напрямки підвищення рівня залученості студентської молоді до оздоровчої рухової активності можуть бути реалізовані лише на науковій основі шляхом консолідації зусиль та ресурсів усіх стейкхолдерів.

Література

1. Благій О. Аналіз підходів щодо залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної діяльності / О.Благій, М. Ячнюк, В.Березовський // Молодіжний науковий вісник, 2018. - 5с.
2. Городинський С. Роль рухової активності студентської молоді у процесі формування фахівців / С.Городинський // Міжнарод.наук. журнал «Граль науки», 2021. – №1. – С.470-473
3. Грибан Г.П. Фізичне виховання: проблеми та перспективи: монографія./ Г.П.Грибан. – Житомир: Рута, 2020. –384 с.
4. Дутчак М. Зарубіжний досвід організації фізичного виховання студентів країн, які мають високий рівень залучення населення до оздоровчої рухової активності / М.Дутчак, О.Андрєєва, У. Катерина // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – № 3/2018. – С.49-58
5. Жданова О. Залучення населення до оздоровчої рухової активності через спортивно-масові заходи / О.Жданова, Л. Чеховська, Р.Турка // Науковий дискурс у фізичному вихованні і спорті, 2023. – №1. – С. 17–26
6. Захарова О. В. Заняття з фізичного виховання у процесі розв'язання проблеми дефіциту рухової активності студентської молоді./ О.В.Захарова, Т.Є.Мотузенко, В. В. Махно // Наукові записки, 2022. – Вип.206. – С.133-140. <https://doi.org/10.36550/2415-7988-2022-1-206-133-140>
7. Імас Є. Оцінювання рівня сформованості цінностей здорового способу життя студентської молоді / Є.Імас, М.Дутчак, О.Андрєєва, І.Кенцицька // Слобожанський науково-спортивний вісник, 2019. – № 1(69). - С. 5-11, doi:10.15391/snsv.2019-1.001
8. Тілікіна Н.В. Рівень залученості дітей та молоді до рухової і фізичної активності та вплив спорту на фізичне і ментальне здоров'я: Звіт за результатами дослідження. – Київ, 2023. – 60 с. https://dimp.gov.ua/wp-content/uploads/Zvit_ruhova-aktivnist.pdf

9. Павленко Є.А. Рухова активність як невід’ємна складова формування здорового способу життя студентської молоді / Є.А.Павленко // Наукові записки Бердянського державного пед. університету, 2018. – №1. – 191-195
10. Пантік П. Структура та рівень рухової активності студентів закладів вищої освіти / П.Пантік // Фізичне виховання, спорт і культура здоров’я у сучасному суспільстві, 2018. – №43. – 63-72
11. Рекомендації щодо стратегічного розвитку фізичного виховання студентської молоді до 2025року: наказ МОНУ № 193 від 21.02.2021р.
12. Юрчишин Ю. Сучасні способи залучення молоді до оздоровчої рухової активності / Ю.Юрчишин, В.Мисів, Т.Погребняк, С.Потапчук // Вісник Кам’янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров’я людини, 2019. Вип.15). – С. 105–109. <https://doi.org/10.32626/2309-8082.2019-15.105-109>
13. Global Recommendations on Physical Activity for Health, 2009. World Health Organization. Geneva, Switzerland. Accessed 13/07/2018. Available at: <http://www.who.int/ncds/prevention/physical-activity/en/>
14. Sport and physical activity. <https://europa.eu/eurobarometer/surveys/detail/2668>
15. WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. Geneva: World Health Organization; 2020.- 104p. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>
16. International Charter of Physical Education, Physical Activity and Sport <https://www.unesco.org/en/sport-and-anti-doping/international-charter-sport>

References

1. Blahiy O. Analysis of approaches to the involvement of student youth in health and recreational activities / O. Blahiy, M. Yachniuk, V. Berezovskyi // Youth scientific bulletin, 2018. - 5p.
2. Horodynskyi S. The role of motor activity of student youth in the process of formation of specialists/ S. Horodynskyi// Mizhnarod.nauk. magazine "The Grail of Science", 2021. - No. 1. - P.470-473
3. Hryban H.P. Physical education: problems and prospects: a monograph./ H.P. Hryban. – Zhytomyr: Ruta, 2020. – 384 p.
4. Dutchak M.. Foreign experience in the organization of physical education of students in countries with a high level of involvement of the population in recreational physical activity / M. Dutchak, O. Andreyeva, U. Kateryna // Theory and methods of physical education and sports. – No. 3/2018. - P.49-58
5. Zhdanova O. Involvement of the population in recreational physical activity through mass sports events / O. Zhdanova, L. Chekhovska, R. Turka // Scientific discourse in physical education and sport, 2023. – No. 1. – P. 17–26
6. Zakharova O.V. Physical education classes in the process of solving the problem of lack of motor activity of student youth./ O.V. Zakharova, T.E. Motuzenko, V.V. Makhno // Scientific notes, 2022. – Vol. .206. - P.133-140. <https://doi.org/10.36550/2415-7988-2022-1-206-133-140>
7. Imas E. Assessment of the level of formation of values of a healthy lifestyle of student youth / E. Imas, M. Dutchak, O. Andreeva, I. Kensytska // Slobozhansky scientific and sports bulletin, 2019. - No. 1(69). - P. 5-11, doi:10.15391/snsv.2019-1.001
8. Tilikina N.V. The level of involvement of children and youth in motor and physical activity and the impact of sports on physical and mental health: Report on the results of the study. - Kyiv, 2023. - 60 p. https://dismp.gov.ua/wp-content/uploads/Zvit_ruhova-aktivnist.pdf
9. Pavlenko E.A. Physical activity as an integral component of the formation of a healthy lifestyle of student youth / E.A. Pavlenko // Scientific notes of Berdyansk State Ped. University, 2018. – No. 1. - 191-195
10. Pantik P. The structure and level of motor activity of students of higher education institutions / P. Pantik // Physical education, sport and health culture in modern society, 2018. - No. 43. - 63-72
11. Recommendations regarding the strategic development of physical education of student youth until 2025: order of the Ministry of Education and Culture No. 193 dated February 21, 2021.
12. Yurchyshyn Yu. Modern methods of engaging youth in recreational physical activity / Yu. Yurchyshyn, V. Mysiv, T. Pogrebnyak, S. Potapchuk // Bulletin of the Kamianets-Podilskyi National University named after Ivan Ohienko. Physical education, sport and human health, 2019. Issue 15). – pp. 105–109. <https://doi.org/10.32626/2309-8082.2019-15.105-109>
13. Global Recommendations on Physical Activity for Health, 2009. World Health Organization. Geneva, Switzerland. Accessed 13/07/2018. Available at: <http://www.who.int/ncds/prevention/physical-activity/en/>
14. Sport and physical activity. <https://europa.eu/eurobarometer/surveys/detail/2668>
15. WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. Geneva: World Health Organization; 2020.- 104p. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>
16. International Charter of Physical Education, Physical Activity and Sport <https://www.unesco.org/en/sport-and-anti-doping/international-charter-sport>

Abstract**DUTCHAK Myroslav, CHEKHOVSKA Liubov****ENGAGEMENT OF YOUTH STUDENTS IN HEALTHY MOVEMENT ACTIVITY: CHALLENGES AND OPPORTUNITIES NOWADAY**

Preserving and strengthening the health of the young generation is a priority for Ukraine. Unfortunately, the lifestyle of today's youth is "absolutely sedentary and connected to the virtual world of the Internet." Researchers point out a chronic lack of physical activity, which becomes a threat to the normal health and physical development of Ukrainian students. In the conditions of war, physical activity can also be a mean of relieving stress and strengthening the body.

The purpose of the study is to analyze the current problem of involving student youth in health-recreational physical activity.

The analysis of the scientific literature indicates the existence of different approaches to the involvement of youth in health and recreational activities. However, modernity makes new demands. The main reasons of the low level of involvement of Ukrainian student youth in physical activity are: the COVID-19 pandemic and the Russian Federation's war against Ukraine; serious backwardness of the domestic system of school and family physical education; long-term use of "coercion and intimidation" in the system of physical education of students; unattractive state of the material and technical base; dependence of education seekers on gadgets (smartphones, computers, etc.); low level of information and educational activities.

The analysis of the existing practice of physical education in institutions of higher education shows that the current regulatory and legal mechanisms are not implemented with due efficiency. The modern domestic system of involving student youth in health-improving physical activity requires persistent and systematic work on the implementation of available opportunities to increase the efficiency of its functioning.

The proposed promising directions for increasing the level of student involvement in health-improving motor activity can be implemented only on a scientific basis by consolidating the efforts and resources of all stakeholders.

Keywords: *students, motor activity, health, involvement of youth, institution of higher education.*

Стаття надійшла до редакції 20.04.2024 р.