ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Кафедра теорії і методики фізичної культури

ЛЕКЦІЯ № 2

ТЕМА: ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ЯК СОЦІАЛЬНЕ ЯВИЩЕ ТА ПЕДАГОГІЧНИЙ ПРОЦЕС. СИСТЕМА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Виконавець:
доцент Ріпак М.О.

Лекцію обговорено і затверджено на засіданні кафедри теорії і методики фізичної культури (протокол №___ від «___» _____ 20____року)

Зав. кафедри,
д.фіз.вих., професор І. Р. Боднар

ПЛАН

1. Чинники, що зумовлюють виникнення і функціонування фізичного виховання.
2. Мета та завдання фізичного виховання.
3. Система фізичного виховання (ФВ) як поняття теорії фізичного виховання.
4. Аналіз сучасного стану національної системи ФВ в Україні.

ЛІТЕРАТУРА.

1. Цільова комплексна програма “Фізичне виховання – здоров’я нації”. – К., 1998. – 44 с.
2. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту: Проект // Спортивна газета. – 2003. – 4 груд.
3. Матвеев Л. П. Теория и методика физического воспитания : учебн. для ин-тов физ. культуры / под. ред. Л. П. Матвеева, А. Д. Новикова. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Физкультура и спорт, 1976. – Т. 1. – 303 с.
4. Козленко М. П. Теорія і методика фізичного виховання / Є. С. Вільчковський, С. Ф. Цвек. – К. : Вища школа, 1984.
5. Теорія і методика фізичного виховання : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] : у 2 т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 1. – 391 с. ; Т. 2. – 366 с.
6. Тер-Ованесян А. А. Педагогические основы физического воспитания / А. А. Тер-Ованесян. – М. : Физкультура и спорт, 1978.
7. Конституція України. Закон України про фізичну культуру і спорт.
8. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] : у 2 ч. / Б. М. Шиян. – Т. : Навчальна книга – Богдан, 2004. – Ч. 1. – 272 с. ; Ч. 2. – 248 с.

1. Чинники, що зумовлюють виникнення і функціонування фізичного виховання.

Основними чинниками, що зумовлюють виникнення і функціонування фізичного виховання є потреби (біологічні, особисті, ідеальні), репродуктивна і продуктивна діяльність людини.

Репродуктивна діяльність – це діяльність, спрямована на отримання вже відомого результату відомими засобами.

Продуктивна діяльність – це творча діяльність, пов’язана з появою нових ідей, цілей і відповідних їм засобів і методів.

Біологічними передумовами є біологічні потреби в рухах. М’язові рухи є природною, біологічною потребою як умова нормальної життєдіяльності і розвитку організму, зміцнення його органів і систем.

Об’єктивною причиною виникнення фізичного виховання є необхідність духовної і фізичної підготовки до життєдіяльності.

Суб’єктивною причиною виникнення і розвитку фізичного виховання є свідома діяльність людей із накопичення, систематизації і передачі накопиченого досвіду і спеціальних знань майбутнім поколінням.

Перераховані чинники не повністю пояснюють, чому люди різних вікових категорій займаються фізичною культурою. Тому доцільно звернутися до аналізу потреб, мотивів, установок, які можуть знайти задоволення у сфері фізичного виховання.

На залучення людей до фізичної культури впливають мотиви.

Мотив – це усвідомлена причина активності людини, яка спрямована на досягнення цілі.

Мотив починає формуватися під впливом потреби, яка виникає у людини.

Формування мотивів залежить від внутрішніх і зовнішніх чинників.

Мотиви до занять фізичними вправами поділяють на такі категорії:

- мотиви, що ґрунтуються на прагненні до здорового способу життя
- мотиви, що ґрунтуються на суб'єктивній оцінці стану свого здоров'я.

Одним з найпоширеніших мотивів фізкультурної активності людини є підтримка та відновлення здоров'я. Крім цього, є й інші мотиви: фізичне загартування, краса фігури, соціальні контакти, прагнення до руху, прагнення до відпочинку, змагання, усвідомлення необхідності занять фізичними вправами, прагнення схуднути та інші.

Дослідження фахівців (Количев, 1998; Круцевич, 2004; Безверхня, 2005 та ін.) свідчать про яскраво виражені вікові особливості мотивів та інтересів. У період дитинства, навчання у школі і вищому навчальному закладі фізичне виховання виконує творчу функцію побудови фундаменту особистості: засвоєння знань, умінь, навичок, формування світогляду і культури, що співвідноситься з покращанням фізичного розвитку, фізичної підготовленості, формуванням естетики тіла та культури рухів. Основу мотивації на цьому етапі становить прагнення усвідомити себе як особистість.

У зрілому віці перед людиною виникають завдання засвоєння найважливіших соціальних ролей – сімейних, трудових, громадянських. Одним із основних мотивів є бажання зберегти та зміцніти здоров'я, фізичні й психічні сили, сформувати певний імідж.

Зміна мотивації та ставлення до занять фізичними вправами відбувається у дівчат та молодих жінок, зайнятих у сфері комерційних фірм. Конкуренція під час отримання престижних посад змушує їх більш послідовно покращувати свій загальнофізичний розвиток. Посади референтів, секретарів, завідуючих відділами та інші у різних сферах економіки – бізнесі, соціальному обслуговуванні, банках, туристичних фірмах, шоу-бізнесі – вимагають відмінного вигляду та фігури, які є їхньою візитною карткою. Взаємозв'язок кар'єри і фізичного іміджу визнає все більша кількість жінок: безумовно – 59%, певною мірою – 32% і тільки 3% заперечують таку залежність. Найбільшу переконаність у визнанні цього фактора проявляють жінки у віці 25–30 років, меншою мірою – у віці 15–20 років (Количев, 1998).

Тісно з мотивами та потребами пов'язаний інтерес.

Інтерес – це позитивне емоційне прагнення людини до пізнання будь-чого.

Наприклад, інтереси у школярів – футбол, волейбол, баскетбол, легка атлетика тощо.

Потреба – це нестача в чомусь організму, особистості, соціальної або вікової групи, суспільства цілому, тобто внутрішній збудник активності.

У сфері фізичної культури доцільно виділити такі групи стійких потреб:

- ❖ біологічні;
- ❖ соціальні;
- ❖ ідеальні.

Біологічні – це потреби тіла: потреби в рухах, зміні діяльності (активному відпочинку), харчуванні.

Соціальні – це потреби, які задовольняються у процесі спілкування з іншими людьми: самоутвердження, лідерство, співпереживання.

Ідеальні – духовні, особистісні потреби самовираження: пізнання, творчості, розваги, діяльність для досягнення мети.

Формування потреби до занять фізичними вправами є складним педагогічним процесом, який умовно можна поділити на декілька етапів.

Перший етап передбачає створення у людей мотиву до занять фізичними вправами. З однієї сторони, на це впливають внутрішні чинники (біогенні потреби), а з іншої – зовнішні чинники (друзі, засоби масової інформації). Другий і третій етапи передбачають створення інтересу до занять фізичними вправами. Інтерес пов'язаний з позитивним емоційним ставленням до пізнання об'єкта або оволодіння тією чи іншою діяльністю. На четвертому етапі формується звичка до занять фізичними вправами. Якщо заняття фізичними вправами проходить на фоні емоційного задоволення, людина досягає успіхів у цій діяльності, то у неї формується звичка до занять. П'ятий етап передбачає формування потреби у заняттях фізичними вправами.

2. Мета та завдання фізичного виховання.

Метою фізичного виховання є сприяння гармонійному розвитку особистості, формування, зміцнення і відтворення здоров'я людини (Є. Приступа).

Метою фізичного виховання – задоволення потреб окремих людей і суспільства в цілому у формуванні всебічно духовно і фізично розвиненої людини, сприяючи підвищенню її життєдіяльності (Т. Ю. Круцевич).

Мета формується з врахуванням наступних факторів:

а) соціально зумовленим запитом суспільства до рівня розвитку духовних і фізичних складових розвитку людини;

б) індивідуальною потребою людей у зміцненні здоров'я;

в) об'єктивних, генетично детермінованих закономірностей психічних і фізичних здібностей людини.

Задачі фізичного виховання полягають у тому, щоб забезпечити розвиток фізичних якостей людини, та їх основі рухові здібності, удосконалити тілобудову, зміцнити здоров'я, досягнути високого рівня працездатності, сприяти вихованню особистості (Л.П. Матвєєв, „ТіМФВ", 1991).

Задачі умовно поділені на:

1. ***Освітні***
2. ***Оздоровчі***
3. ***Виховні***.

Освітні завдання. Ця група специфічних завдань, що вирішуються у процесі фізичного виховання, полягає в тому, щоб:

• зробити надбанням кожного базові науково-практичні знання, нагромаджені у сфері фізичної культури;

• забезпечити раціональне формування індивідуального фонду рухових умінь і навичок, необхідних у житті, та довести їх до необхідного рівня досконалості;

• навчити кожного застосовувати набуті знання і навички у повсякденному житті з метою самовдосконалення.

Реалізація освітніх завдань спрямована на одержання максимального ефекту від занять фізичними вправами в напрямку їх впливу на фізичну і духовну сферу людини, її здоров'я та творче довголіття. В цьому контексті освітні завдання виступають як обслуговуючі щодо оздоровчих та виховних.

Оздоровчі завдання

Група оздоровчих завдань спрямована на:

• забезпечення оптимального розвитку властивих людині фізичних якостей і на їх основі вдосконалення фізичного розвитку;

• зміцнення і збереження здоров'я;

• удосконалення будови тіла і формування постави;

• забезпечення творчого довголіття як наслідок вирішення попередніх завдань.

В єдності з реалізацією розглянутих специфічних завдань у процесі фізичного виховання вирішуються і загально-педагогічні – виховні завдання.

Виховні завдання

Вирішення виховних завдань передбачає:

• розвиток інтелекту й утвердження життєвого оптимізму;

• патріотичне та моральне загартування молоді, виховання волі;

• виховання любові до праці;

• розширення сфери естетичного впливу навколишнього середовища на особу.

Т.Ю. Круцевич вказує на такі завдання фізичного виховання:

- зміцнення здоров'я тих, хто займається, підвищення рівня життєдіяльності, підвищення опору організму до дій несприятливих чинників фізичного виховання;
- підвищення функціональних можливостей організму до необхідного безпечного або належного рівня розвитку фізичних якостей;
- оволодіння руховими вміннями і навичками, які забезпечують безпечну життєдіяльність людини;
- повідомлення знань в галузі фізичної культури і навчання практичному їх застосуванню для удосконалення свого організму;
- формування мотиваційних установок тих, хто займається, на фізичне і духовне самоудосконалення;

- формування світогляду, етичне, моральне виховання: повага до людини, повага до своєї Батьківщини.

3. Система фізичного виховання (ФВ) як поняття теорії фізичного виховання.

У сучасній науці термін „система" використовується в різних поняттях. В найбільш узагальненому розумінні система – об'єктивна єдність закономірно пов'язаних одне з одним предметів та явищ (в грецькій мові „systema" – ціле, що складено із окремих частин).

Найбільш поширеним в теорії ФВ є наступне тлумачення поняття система ФВ:

Система ФВ - це історично обумовлений тип соціальної практики ФВ, який включає в себе світоглядні, теоретико-методичні, програмно-нормативні та організаційні основи, які забезпечують фізичне вдосконалення людей. В підручниках та посібниках з ТіМФВ, що вийшли у 2001 р. до цього тлумачення внесені деякі доповнення.

Так, професор Б.Шиян вказує, що система ФВ включає в себе ще й телеологічні основи (телеологія - наука, за якою розвиток є здійсненням наперед поставленої мети, а все в розвитку природи і суспільства доцільне). Т.К.Холодов, В.С.Кузнецов вважають, що система ФВ забезпечує не тільки фізичне вдосконалення людей, але і формування здорового способу життя.

Поруч з наведеним широким тлумаченням поняття „система ФВ" вживається вузьке, коли під цим терміном розуміють переважно системи фізичних вправ. Широко відомі такі системи як: система К.Купера (контрольовані навантаження аеробної спрямованості); система М.Амосова (режим 1000 рухів); система М.Ікаї (10 000 кроків щодня); система Л.Морхауза (добра форма за 30 хвилин на тиждень); система П.Калана (каланетика) та ін. З деякими з них студенти ознайомлюються в курсі „Сучасні оздоровчо-рекреаційні технології".

Автори підручника з ТіМФВ під ред. проф.Т.Ю.Круцевич використовують одночасно 2 терміни: соціальна система ФВ і педагогічна система ФВ.

Під соціальною системою ФВ розуміють сукупність взаємопов'язаних установ та організацій, що здійснюють і контролюють ФВ, а також, засобів, методів і способів організації, нормативних основ, цілей та принципів здійснення ФВ в Україні.

Якщо цілі, принципи, нормативні основи в цьому тлумаченні поставити на перше місце, то воно по суті співпадає із тлумаченням, яке використовують більшість фахівців теорії ФВ.

Під педагогічною системою ФВ розуміють систему фізичних вправ, методів їх застосування, форм занять, тобто педагогічний процес, спрямований на зміну в необхідному напрямку фізичних можливостей людини.

Основні ланцюги педагогічної системи ФВ базуються на біологічних закономірностях організму і потребнісно-мотиваційному ставленні людини до занять фізичними вправами. Педагогічна система реалізується через соціальну.

Кожній суспільній формі притаманна своя соціальна система ФВ, рівень розвитку якої обумовлений рівнем матеріальної і духовної культури. Залежно від соціальних умов, в яких формується і функціонує система ФВ, вона може бути відносно елементарною або розвинутою. Розвинені (завершені) системи ФВ формуються при достатньо високому рівні матеріальної і духовної культури суспільства. Якщо в системі відсутні певні елементи та належні матеріальні засоби внаслідок невисокої культури суспільства, то її називають елементарною.

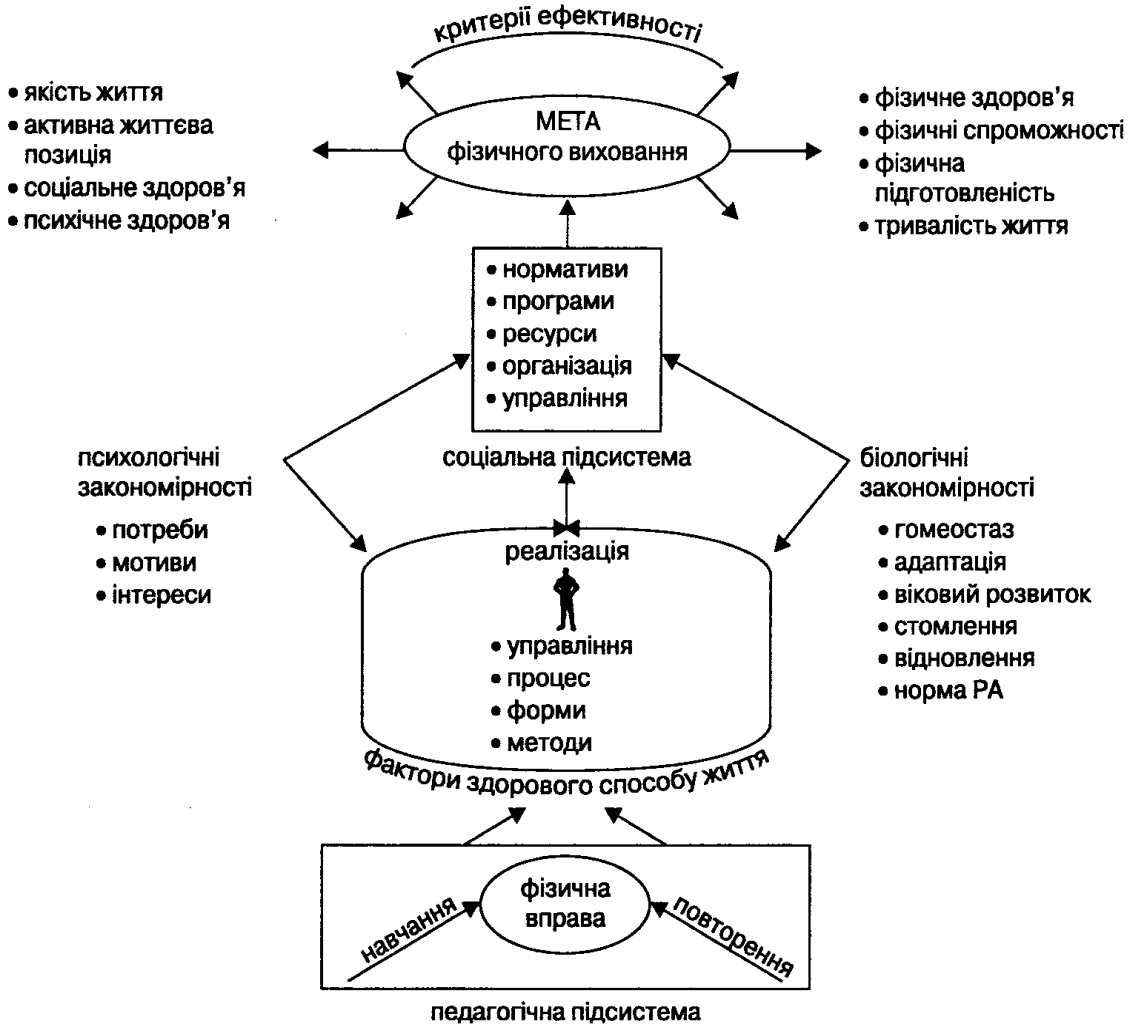


Рис. 2.1. Структура системи фізичного виховання (ФВ)

Умови функціонування СФВ.

1. Перша і головна умова – бажання реалізувати свої права на фізичний та духовний розвиток, які передбачені статтею IV Закону України „Про фізичну культуру і спорт".

2. Другою такою умовою є належна матеріально-технічна база та фінансове забезпечення галузі.

3. Третя визначна умова – забезпечення галузі „Фізична культура і спорт" висококваліфікованими фахівцями – професіоналами.

4. Аналіз сучасного стану національної системи ФВ в Україні.

Критерії ефективності функціонування системи ФВ в цілому:

- рівень фізичного здоров'я дітей і молоді в країні;
- достатній рівень фізичної підготовленості;
- середня тривалість життя в регіоні, країні;
- доступність занять спортивної та оздоровчої спрямованості у вільний від навчання і праці час (безкоштовні заняття або диференційована оплата в залежності від матеріального забезпечення;
- задоволення попиту населення в отриманні фізкультурно-оздоровчих послуг (кількість відвідувачів фізкультурно-спортивних центрів, спортивних клубів, ДЮСШ у містах, регіонах, областях);
- рівень соціального і психічного здоров'я молоді (кількість правопорушень упродовж року, кількість осіб, що вживають алкоголь, наркотики – у загальній кількості).

Загальна оцінка сучасного стану системи ФВ в Україні була дана в державній програмі розвитку ФКіС Цільова комплексна програма „Фізичне виховання - здоров'я нації", затвердженої Указом Президента України від 1 вересня 1998 року. Цитуємо: "Наявна в Україні система фізичного виховання, фізичної культури і спорту перебуває у кризовому стані і не може задовільнити потреб населення. Далі у ЦКП було вказано про зменшення на 620 тис. чоловік чисельності дітей і підлітків, залучених до регулярних занять ФКіС у позашкільних закладах, збільшення на 41% кількості учнівської та студентської молоді, віднесеної до спеціальної медичної групи, збільшення на 63% кількості неповнолітніх, притягнутих до кримінальної відповідальності, збільшення на 60% кількості неповнолітніх, що вживають наркотики.

Глибока економічна криза призвела до згортання фізкультурно-масової роботи у виробничій сфері, що зумовило різке погіршення фізичного та психічного стану найпрацездатнішої частини населення. В зв'язку із зазначеним, Цільова комплексна програма визначила необхідні зміни у підходах суспільства до зміцнення здоров'я людини як найвищої гуманістичної цінності та пріоритетного напрямку державної політики. Вказана Цільова програма розрахована на період до 2005 р.

Вже в листопаді 2002 р. Президентом України був підписаний указ „Про додаткові заходи державної підтримки розвитку фізичної культури і спорту в Україні" (за № 998/2002 від 8.11.2002 р.), який передбачав розробку Національної доктрини розвитку ФКіС на довготривалий період. Деякі положення проекту цієї доктрини частково були викладені у жовтні 2003 р. на науково-практичній конференції, присвяченої 110-річчю з дня народження професора І.Боберського у доповіді М.В.Дутчака. В листопаді 2003 р. колегія Держкомспорту України взяла проект доктрини за основу і приймала рішення про проведення 1 спортивного конгресу України для його розгляду. 4 грудня 2003 р. в „Спортивній газеті" проект національної доктрини розвитку ФКіС був надрукований у повному обсязі. 25 березня 2004 р. 1 спортивний конгрес України обговорив цей проект і прийняв резолюцію в якій було зазначено:

Схвалити проект Національної доктрини розвитку фізичної культури і спорту з урахуванням пропозицій, висловлених в ході Конгресу. Просити Кабінет Міністрів України внести у встановленому порядку на розгляд

Верховної Ради України законопроект „Про Національну доктрину розвитку фізичної культури і спорту”.

У Доктрині, що складається з 17 розділів, зазначено, що реалізація Цільової комплексної програми „ФВ – здоров’я нації” сприяла появі у вітчизняній сфері ФКіС певних позитивних аспектів:

1. Введено державні тести оцінки фізичної підготовленості населення.
2. Реалізуються окремі оригінальні авторські методики фізичного виховання у навчально-виховній сфері.
3. Розпочато формування мережі центрів фізичного здоров”я населення „Спорт для всіх” від центрального до базового рівня.
4. Збережена ефективна система проведення спортивних заходів, з-поміж яких особливе місце посідають комплексні та багатоступеневі змагання.
5. Реорганізується спортивний рух у сільській місцевості.
6. Зростає кількість громадських організацій фізкультурно-спортивного спрямування (добровільні товариства, федерації, асоціації, клуби).
7. Створюються приватні фітнес-центри, інші суб’єкти активного відпочинку, спортивні клуби різних форм власності.
8. Запроваджено ліцензування фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності та ін.

Аналіз результатів соціального опитування свідчить, що лише 10% населення України віком понад 16 років охоплено регулярною спортивною діяльністю. Крім цього, ще 10% наших співгромадян мають випадкові та епізодичні відповідні заняття. Під керівництвом тренера або інструктора в спортивних клубах, фітнес-центрах зі сплатою наданих послуг займається 4% населення, а без сплати – 2%. Фізична пасивність характерна для більшості людей працездатного та похилого віку (відповідно 84-86% та 95-97%). За наведеними показниками Україна суттєво поступається Фінляндії, Швеції, Великобританії, Німеччині та іншим країнам.

Низький рівень оздоровчої рухової активності населення стримує підвищення життєздатності систем і функцій людини – фундаменту профілактики захворювань. Загострення екологічного становища, недоліки соціального захисту, проблем медицини та низький рівень фізичної культури населення зумовлюють напружену демографічну ситуацію в Україні: 40% юнаків і кожна десята дівчина, які досягли 16-річного віку, надалі не доживають до 60 років. За очікуваною тривалістю життя Україна посідає 74-е місце серед 162 країн світу та 37-е – у Європі. Показники смертності від хвороб системи кровообігу в українців найвищі серед європейців. Особливе занепокоєння викликає погіршення здоров”я дітей та підлітків. Для українського суспільства характерна відсутність традицій здорового та активного дозвілля. На жаль, витрати наших співвітчизників із власного сімейного бюджету на оздоровчу рухову активність в сотні разів менші ніж на придбання алкоголю і тютюну, так було заявлено у програмній доповіді голови Держспорткомітету на 1 спортивному конгресі України. На цьому конгресі також зазначалось, що ФКіС фінансується за залишковим принципом. Серед видатків зведеного бюджету України на 2003 р. ФКіС отримала 0,2% від валового продукту, що займає в світі одне із останніх місць. За 3 роки

зростання відбулося лише на 0,1%. Рівень забезпеченості капітальними спортивними спорудами складає 38-43% від потреби. Кількість спортивних майданчиків у порівнянні з 1992 р. зменшилась на 30%.

Стратегія реформування системи ФВ в Україні у „Національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту".

Стратегія розвитку національної системи ФВ в національній доктрині розглядається у розділі „Стратегія розвитку ФВ та спорту для всіх". У доктрині вказано, що пріоритетним завданням сфери фізичної культури і спорту є виховання національних традицій прихильності до оздоровчої рухової активності як важливого компоненту здорового способу життя та соціалізації особистості, відпочинку та розваг.

Фізичне виховання та загальнодоступний спорт мають посісти особливе місце в кожній українській родині та стати обов'язковим атрибутом відпочинку на засадах здорового способу життя. Треба розробити та реалізувати нову концепцію сімейного активного дозвілля батьків і дітей.

Для дітей шкільного віку і студентської молоді стратегічної важливості набуває створення умов, які б надавали їм можливість брати участь у цілеспрямованій руховій активності не менше 8-10 годин на тиждень: саме такий обсяг фізичного навантаження забезпечує оздоровчий ефект, сприяє зменшенню асоціальних проявів серед дітей та молоді, а також дозволяє сформувати у них звичку до подальших систематичних занять загальнодоступним спортом і виявити здібних з-поміж них для залучення до спорту вищих досягнень.

Система фізичного виховання в навчальних закладах потребує вдосконалення шляхом:

- удосконалення програмно-методичного забезпечення урочних форм фізичного виховання в навчальних закладах;
- широкої пропаганди та використання в навчально-виховному процесі традицій національної культури – рухливих ігор, народних танців, українських видів єдиноборств тощо;
- зміни критеріїв оцінки учнів та студентів з фізичного виховання – підхід від оцінювання за рівнем фізичної підготовленості;
- зміцнення матеріально-технічної бази (спортивні зали, басейни, площинні споруди) та забезпечення навчальних закладів потрібним спортивним інвентарем та обладнанням;
- підготовки й випуску підручників з фізичного виховання для учнів усіх класів, практичних рекомендацій щодо самостійних занять фізичними вправами дітей, підлітків і молоді;
- переорієнтації роботи вчителів та викладачів фізичного виховання, всього педагогічного колективу на організацію в кожному навчальному закладі різноманітних фізкультурно-спортивних заходів у режимі дня;
- розгортання та активізація роботи в навчальних закладах спортивних клубів як їх структурних підрозділів або громадських організацій, що мають стати первинною ланкою спортивного руху в навчально виховній сфері.

Пріоритетного значення набуває розвиток масовості та доступності спорту в суспільстві – спорту для всіх. З цією метою потрібно:

- забезпечити умови для 3-4-годинної оздоровчої рухової активності дорослого населення на тиждень, оптимально – 30-хвилинних занять різноманітними фізичними вправами щоденно;
- налагодити систему моніторингу рівня фізичного здоров”я людини та надання консультативної допомоги для самостійних занять оздоровчою руховою активністю;
- розробити та запровадити механізми морального та матеріального стимулювання людей з високим рівнем фізичної підготовленості та функціональних можливостей організму;
- враховувати, що найбільш важливими мотивами включення людини в оздоровчу рухову діяльність є бажання поліпшити стан здоров”я, бути привабливішою, сильнішою та отримувати емоційне задоволення;
- стимулювати розвиток ринку оздоровчих, рекреаційних та реабілітаційних послуг засобами фізичної культури, гарантувати високу їх якість і безпечність для здоров”я;
- сприяти діяльності фітнес- та спортивних центрів, клубів приватної форми власності та підприємців – організаційної основи приватного сектора спорту для всіх;
- спонукати та створювати потрібні умови для широкого залучення до спорту соціально незахищених громадян та членів їх родин;
- розвивати мережу центрів фізичного здоров’я населення „Спорт для всіх”;
- активізувати роботу колективів фізичної культури та спортивних клубів у виробничій сфері, що створюються і діють у структурі профспілкових комітетів підприємств, установ та організацій, особливу увагу звернути на організацію роботи серед сільського населення.

Реалізація визначеної стратегії здійснювалася до 2016.

У 2016 році було затверджено Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» / Схвалено указом Президента України від 9 лютого 2016 року № 42/2016.

У Національній стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» вказується, що достатній рівень оздоровчої рухової активності (не менше 4-5 занять на тиждень тривалістю одного заняття не менше 30 хвилин) мають лише 3% населення віком від 16 до 74 років, середній рівень (2-3 заняття на тиждень) – 6% населення, низький рівень (1-2 заняття на тиждень) – 33% населення. Для більшої частини дорослого населення характерною є гіпокінезія.