

### ФОРМУВАННЯ СТРУКТУРИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІТЕЙ 5-РІЧНОГО ВІКУ

Вікторія Пасічник

*Львівський державний університет фізичної культури*

У статті висвітлено факторну структуру фізичної підготовленості дітей 5-річного віку. Установлено, що структура фізичної підготовленості дівчаток і хлопчиків незалежно від статі визначається трьома факторами, внесок яких в загальну дисперсію вибірки складає від 68,2% до 71,8% відповідно.

**Ключові слова:** дошкільний вік, фізична підготовленість, факторна структура.

### ФОРМИРОВАНИЕ СТРУКТУРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ 5-ЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА

Виктория Пасечник

*Львовский государственный университет физической культуры*

В статье рассмотрена факторная структура физической подготовленности детей 5-летнего возраста. Установлено, что структура физической подготовленности девочек и мальчиков независимо от пола определяется тремя факторами, вклад которых в общую дисперсию выборки составляет от 68,2% до 71,8% соответственно.

**Ключевые слова:** дошкольный возраст, физическая подготовленность, факторная структура.

### STRUCTURE FORMATION OF PHYSICAL CHILDREN 5 YEARS OF AGE

Victoria Pasichnyk

*Lviv State University of Physical Culture*

The article highlights the total factor structure of physical preparedness of children 5 years of age. It is established that the structure of physical preparedness boys and girls, regardless of gender is determined by three factors that contribute significantly to the overall variance of the sample is between 68,2% and 71,8% respectively.

**Key words:** preschool age, physical preparedness, the factor structure.

### ТЕХНОЛОГІЯ ПРОЕКТУВАННЯ І ОПТИМІЗАЦІЇ РЕКРЕАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОГО КЛУБУ

Костянтин Пацалюк

*Національний університет фізичного виховання і спорту України*

**Постановка проблеми.** Нові умови соціально-економічного і культурного розвитку, процеси гуманізації суспільства, в тому числі сфери фізичної культури і спорту, висунули на перший план питання про пошук нових форм клубної роботи, що можуть реалізувати широкий комплекс соціально-педагогічних завдань, котрі постають перед фізкультурно-оздоровчим рухом України [2].

На сьогоднішній день проблеми проектування різних видів діяльності стали розглядатися як одні з найактуальніших і в рекреаційно-оздоровчій сфері [1]. Проектування рекреаційно-оздоровчої діяльності спирається на досягнення різних наук: соціології, педагогіки, психології, культурології, економіки та ін. Аналіз спеціальної наукової літератури з цієї проблеми засвідчує, що у суміжних галузях знань проводяться дослідження з цього напряму наукового пошуку [5,6]. Проте, незважаючи на багатий фонд наявних наукових розробок у педагогіці, теорії і методиці фізичного виховання, дотепер відсутні системні дані про проектування рекреаційно-оздоровчої діяльності різних груп населення. Дані положення пояснюють актуальність теми дослідження.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Багато науковців присвятили свої дослідження питанням організації діяльності фізкультурно-оздоровчих клубів: комплексно розглянуто організаційно-педагогічні умови створення спортивного

клубу підприємства; вивчено маркетинг фізкультурно-оздоровчих організацій, орієнтованих на роботу з жінками; досліджено питання оптимізації діяльності спортивних комплексів, питання удосконалення системи управління послугами спортивних споруд; представлено управлінську технологію організації й розвитку спортивного клубу оздоровчої спрямованості в умовах ринкової економіки; досліджено проектний менеджмент організації педагогічного забезпечення для фізкультурно-оздоровчих клубів, маркетингові стратегії розвитку фізкультурно-оздоровчих клубів; розглянуто питання організації рекреаційно-оздоровчої діяльності в розважальних та освітніх закладах [1, 3–10]. Вивчення стану й тенденцій розвитку рекреаційно-оздоровчої діяльності показало розрізненість існуючих теорій, концепцій і моделей фізичної рекреації, відсутність педагогічно обґрунтованої системи організації рекреаційних занять у фізкультурно-оздоровчих боулінг-клубах, і, відповідно, соціально-педагогічної технології їх організації.

Дослідження виконані згідно держбюджетної теми Міністерства освіти і науки України на 2012–2015 рр. «Історичні, теоретико-методологічні засади формування рекреаційної діяльності різних груп населення» (номер державної реєстрації 0112U007808).

**Формулювання мети статті** – обґрунтувати етапи та зміст технології рекреаційної діяльності фізкультурно-оздоровчих боулінг-клубів для оптимізації та подальшого вдосконалення клубної роботи в Україні.

**Методи, організація досліджень** – теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел та документальних матеріалів; методи системного аналізу, порівняння та зіставлення; педагогічні, соціологічні методи; методи математичної статистики.

**Результати досліджень та їх обговорення.** Проектування – це цілеспрямована діяльність, що містить послідовність процедур, які ведуть до досягнення ефективних рішень. Потенційні можливості проектного підходу у вирішенні рекреаційно-оздоровчих проблем полягають у можливості: уявити ідеальну модель функціонування та розвитку певного об'єкта; змалювати реальні та перспективні завдання стосовно досліджуваного об'єкта; визначити механізми досягнення рекреаційно-оздоровчих цілей та їх взаємозв'язок; спроектувати новий образ та структуру рекреаційної діяльності через відповідні програми; порівняти ідеально побудовані зразки розвитку рекреаційної діяльності формами та етапами її реального функціонування.

Метою технології проектування рекреаційно-оздоровчої діяльності є розробка, обґрунтування та впровадження рекреаційно-оздоровчих програм, спрямованих на організацію вільного часу людини, її відпочинку з метою відновлення духовних та фізичних сил; вирішення педагогічних завдань, соціалізація особистості, розвиток її індивідуальності та творчих потенцій.

Аналіз досвіду роботи фізкультурно-оздоровчих боулінг-клубів дозволив виявити особливості цього соціально-педагогічного середовища, серед яких ми вважаємо за доцільне відмітити такі: організація системи регулярної допомоги відвідувачам в оздоровленні шляхом покращення фізичного стану, підвищення рухової активності, проведення просвітницької роботи, створення доброзичливих міжособистісних стосунків, нормального ритму життя, індивідуального фізичного комфорту; захист здоров'я. Усе зазначене сприяє створенню такого середовища, що дозволяє виконувати відповідні соціальні функції і вдосконалюватись фізично.

В процесі роботи ми дотримувалися таких ознак технології: доцільності, результативності, алгоритмічності, відтворюваності, керованості, проектності, концептуальності, системності, ефективності. Технологічний процес загалом передбачав наявність формального ряду структурних компонентів: врахування

## I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

соціального замовлення; чітке визначення кінцевої мети; чітке визначення завдань (проміжних та кінцевих).

Для впровадження рекреаційних заходів фізкультурно-оздоровчого клубу враховували основні принципи рекреаційно-дозвілєвої діяльності: системності як цілеспрямованої системної організації рекреаційної діяльності з метою раціонального використання вільного часу, розвитку соціальної активності та індивідуальної ініціативи людини; добровільності як певної незалежності дозвілля, вільного вибору людиною занять на дозвіллі; доступності та якості рекреаційних послуг як задоволення потреб і запитів клієнтів фізкультурно-оздоровчого клубу, систематичне вивчення їхніх бажань; відповідності рекреаційних послуг місцевим умовам – соціальним, економічним, культурно-освітнім, практичній діяльності людини; принцип зацікавленості, що враховує інтереси особистості та їх задоволення, формує нові духовні цінності, пробуджує нові потреби і запити людини [7].

Враховуючи особливості фізкультурно-оздоровчих боулінг-клубів, які різняться між собою пріоритетними напрямками діяльності, видами послуг, функціональними можливостями приміщень, фінансовою діяльністю, кадровим потенціалом, нами запропоновано типову технологію організації рекреаційної діяльності. Як цілісна система технологія рекреаційної діяльності має відповідну структуру, елементи якої функціонують відповідно до загального її призначення. Структура технології у фізкультурно-оздоровчих боулінг-клубах має такий вигляд: соціальне замовлення, мета, зміст, форма, методи, засоби досягнення мети, суб'єкт, об'єкт, матеріально-технічне й кадрове забезпечення, корегування мети, кінцеві результати. Результатом цього процесу є програма, її зміст, відносини між суб'єктом – об'єктом, їхній особистісний характер.

Технологія впровадження рекреаційної діяльності базується на трьох змістових структурних компонентах: організаційному, змістово-методичному і мотиваційно-ціннісному, єдність яких надає технології цілісності і завершеності (рис. 1).

Для оцінки ефективності запропонованої технології був проведений педагогічний експеримент тривалістю шість місяців. Об'єктом впровадження технології організації рекреаційно-оздоровчої діяльності виступив фізкультурно-оздоровчий боулінг клуб «Бруклін» м. Києва.

На «аналітично-узагальнюючому етапі» було проведено аналіз стану організації рекреаційної діяльності у фізкультурно-оздоровчому клубі. Спостереження, аналіз нормативних документів показали, що кваліфікація кадрів уможливило впровадження передових науковообґрунтованих методів, форм і засобів організації фізичної рекреації, формування у відвідувачів потреби в активних систематичних заняттях фізичною рекреацією.

беруть участь в організації рекреаційно-оздоровчої діяльності, вимагає певної перебудови; основним елементом рекреаційної програми є разовий організований захід; рекреаційні заходи, які проводяться з відвідувачами, не являють собою комплексного послідовного процесу; недостатньо ефективно використовуються засоби й форми фізичної рекреації.

Заходи носять емпіричний характер і не повною мірою адаптовані до рівня можливостей відвідувачів, не мають належної розмаїтості, емоційної насиченості та не враховують інтереси, потреби й мотиви відвідувачів.

Реалізаційний етап передбачав визначення й апробацію ефективної варіативної технології реалізації рекреаційної діяльності, забезпечення необхідних ресурсів для реалізації (кадрових, матеріально-технічних тощо). Для впровадження рекреаційних програм було запропоновано провести підвищення кваліфікації

кадрів.

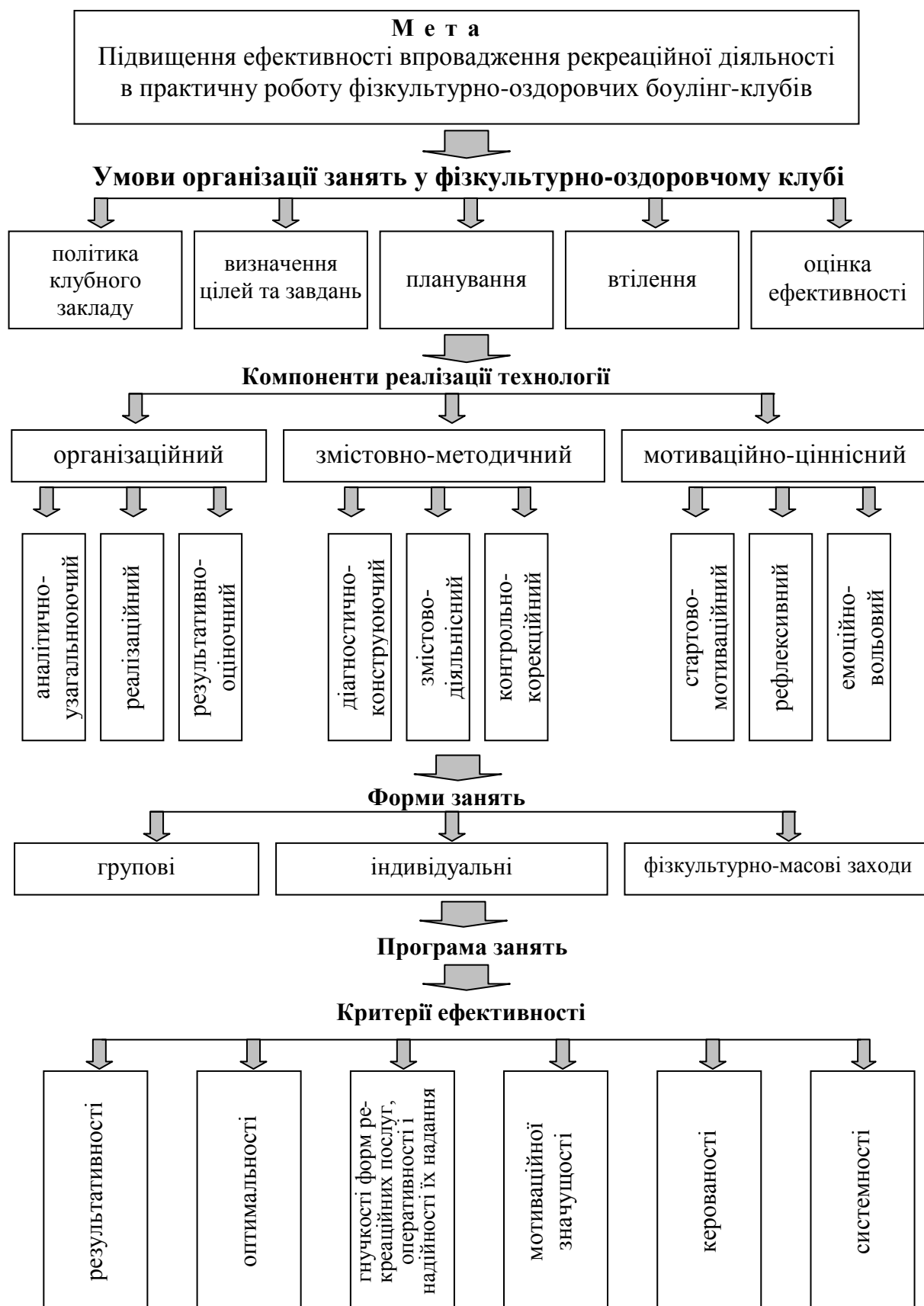


Рис. 1. Структура і зміст технології рекреаційної діяльності в умовах фізкультурно-оздоровчого боулінг-клубу

Встановлено, що методика навчання й підвищення кваліфікації кадрів, які

## I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

На «діагностично-конструюючому» етапі здійснено комплексну соціологічну, психолого-педагогічну діагностику клієнтів з огляду на реальні інтереси, вікові особливості.

Змістово-діяльнісний етап передбачав організацію й реалізацію рекреаційних і анімаційних програм, добір засобів, методів, методичних прийомів, параметрів занять, які забезпечують досягнення запланованих результатів. Для вирішення поставлених завдань нами було розроблено програми рекреаційних і анімаційних занять і створено сценарії рекреаційних і анімаційних заходів.

Контрольно-корекційний етап передбачав оцінку ефективності запропонованої системи занять за розробленими критеріями ефективності рекреаційної діяльності.

Мотиваційно-ціннісний компонент включав реалізацію трьох етапів стартово-мотиваційного, рефлексивного і емоційно-вольового, завданнями яких було спонукання, мотивація до діяльності, постановка мети, вибір виду рекреаційної діяльності.

Результативно-оціночний етап передбачав підведення підсумків, оцінку результатів рекреаційних програм.

Експертами визначено основні критерії ефективності рекреаційної діяльності у фізкультурно-оздоровчому клубі, насамперед виділено такі: результативності (характеризується підвищенням мотивації до рекреаційних програм, що проявляється у збільшенні кількості відвідувань фізкультурно-оздоровчого клубу й створенні сприятливого психологічного мікроклімату); оптимальності (характеризується максимальною ефективністю при найменших фінансових тимчасових витратах з боку клієнтів і організаторів); гнучкості форм рекреаційних послуг, оперативності й надійності їх надання (характеризується можливістю вибору системи рекреаційних послуг; зручним розкладом занять); мотиваційної значущості (характеризується створенням умов для підвищення активності клієнтів); керованості (характеризується схильністю клієнтів до різних видів рекреаційної діяльності); системності (характеризується системним використанням кожного з напрямів рекреаційної діяльності, регулярністю залученості до рекреаційних та анімаційних заходів).

**Основні висновки з виконаної роботи і перспективи подальших досліджень у даному напрямку.** На основі оцінки передумов рекреаційної діяльності та експертного опитування розроблено технологію, яка ґрунтується на основі принципів проектування, визначених методичних прийомів втілення їх вимог у проєкті, педагогічних умов ефективної реалізації її змісту в фізкультурно-оздоровчих боулінг-клубах та інших компонентів технології: початкових і кінцевих результатів відвідувачів, змісту рухової діяльності, що передбачає експериментально обґрунтовані форми, засоби і методи рекреаційних програм. Структура технології містить організаційний, змістово-методичний та ціннісно-орієнтаційний компоненти, кожен з яких складається з трьох етапів. Визначено зміст, завдання, очікувані результати кожного етапу технології.

Завданнями подальшої наукової роботи має стати визначення перспектив та закономірностей розвитку рекреаційної діяльності, подальше вивчення та узагальнення зарубіжного досвіду організації рекреаційної діяльності, впровадження його у вітчизняну практику відповідно до економічних, політичних, національних та інших умов.

### ЛІТЕРАТУРА

1. Андреева О. Концептуальні та прикладні аспекти технологізації проєктувальної діяльності в сфері фізичної рекреації / О. Андреева // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2013. – № 1. – С. 35–40

## I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

2. Дутчак М.В. Спорт для всіх в Україні: теорія і практика. /М.В.Дутчак. – К.: Олімп. літ., 2009. – 279 с.
3. Клеменко А.Э. Психологические факторы разработки и реализации программ физической рекреации в сфере организованного отдыха: дис. ... учен. степени канд. психол. наук : 19.00.07 «Педагогическая психология» /А.Э. Клеменко. – М.: РГБ, 2003. – 224 с.
4. Круцевич Т.Ю. Рекреация у фізичному вихованні різних груп населення /Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. – К.: Олімп. літ., 2010. – 200 с.
5. Монахов В. М. Технологические основы проектирования и конструирования учебного процесса / В. М. Монахов. — Волгоград : Волгоградский государственный университет, 1995. - 192 с.
6. Парфенова Т. Н. Проектный менеджмент: организация педагогического обеспечения для физкультурно-оздоровительных клубов : автореф. дисс. ... канд. пед. наук / Парфенова Татьяна Николаевна ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка. 2001. — 23 с.
7. Петрова І.В. Дозвілля у зарубіжних країнах /І. В. Петрова. – К.: Кондор, 2008. – 408 с.
8. Холзер А.Н. Технология формирования условий проведения занятий и повышение их оздоровительной эффективности в крытых физкультурно-спортивных сооружениях: автореф. дис. на соискание учен. степени д-ра. пед. наук: 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры»/А. Н. Холзер; РГУФК. – М., 2009. – 50 с.
9. Russell R.V. Leisure program planning and delivery / R.V.Russell, L.M.Jamieson. – Human Kinetics, 2008. – 264 p.
10. State Indicator Report on Physical Activity, 2010. Atlanta, GA: U.S. Department of Health and Human Services, 2010. – 13 p.

### АНОТАЦІЇ

#### ТЕХНОЛОГІЯ ПРОЕКТУВАННЯ І ОПТИМІЗАЦІЇ РЕКРЕАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОГО КЛУБУ

Костянтин Пацалюк

*Національний університет фізичного виховання і спорту України*

У роботі визначено соціально-педагогічні умови організації рекреаційної діяльності фізкультурно-оздоровчого боулінг-клубу; розроблено, теоретично обґрунтовано і перевірено ефективність технології рекреаційної діяльності фізкультурно-оздоровчих боулінг клубів, яка ґрунтується на визначених соціально-педагогічних засадах та містить організаційний, змістовно-методичний та ціннісно-орієнтаційний компоненти.

**Ключові слова:** фізкультурно-оздоровчі клуби, боулінг-клуби, рекреація, рекреаційна діяльність, технологія проектування.

#### ТЕХНОЛОГИЯ ПРОЕКТИРОВАНИЯ И ОПТИМИЗАЦИИ РЕКРЕАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ КЛУБ

Константин Пацалюк

*Национальный университет физического воспитания и спорта Украины*

В работе определены социально-педагогические условия организации рекреационной деятельности физкультурно-оздоровительного боулинг-клуба; разработаны, теоретически обоснована и проверена эффективность технологии рекреационной деятельности физкультурно-оздоровительных боулинг-клубов, которая основывается на определенных социально-педагогических принципах и содержит организационный, содержательно-методический и ценностно-ориентационный компоненты.

**Ключевые слова:** физкультурно-оздоровительные клубы, боулинг-клубы, рекреация, рекреационная деятельность, технология проектирования.

**TECHNOLOGY DESIGN AND OPTIMIZATION OUTDOOR ACTIVITIES  
ATHLETIC AND HEALTH CLUBS**

Constantine Patsalyuk

*National University of Physical Education and Sport of Ukraine*

There is theoretically grounded, designed and tested for effectiveness technology of implementation of recreational activity into the practice of bowling clubs that based on determined socio-pedagogical principles and includes organizational, methodological and value-orientation components.

**Key words:** health and fitness clubs, bowling clubs, recreation, recreational activities, technology of designing.