

змінює логіку і зміст освітнього процесу фізичного виховання, пропонуючи замість концентрованої освіти впродовж певного періоду перейти до асинхронної технології здоров'язбережувального навчання, що допоможе випускникам зберігати здоров'я протягом життя.

Педагогічна здоров'язбережувальна технологія навчання – це, на нашу думку, система взаємопов'язаних прийомів фізичного виховання, форм і засобів фізичної культури, спеціально визначених організаційних прийомів, об'єднаних в єдину концептуальну цілісність на засадах фундаменталізації. Це один із способів впливу на фізкультурну освіченість, зміни в організмі та розвитку людини. Як наслідок, такий спеціально створений зміст фізкультурної освіти – це технологія виховання, розвитку і навчання.

Упровадження такої педагогічної технології навчання студентів передбачає реалізацію ідеї повної керованості процесом здоров'язбережувального навчання в умовах фізичного виховання. Комунікативне середовище фізичного виховання має спонукати студентів до ретроспективного пошуку інформації, систематизації, аналізу й синтезу, накопичення індивідуального інформаційного банку з питань збереження власного здоров'я.

Література

1. Лист МОН України від 25.09.2015 року №1/9-454 // [Електронний ресурс]. – Режим доступу : www.osvita.ua › Законодавство › Вища освіта
2. Бех І. Д. Виховання особистості. Сходження до духовності / І. Д. Бех. – К. : Либідь, 2006. – 270.
3. Вища освіта України і Болонський процес : навч. посіб. / за ред. В. Г. Кременя ; авт. кол. : М. Ф. Степко, Я. Я. Болюбаш, В. Д. Шинкарук та ін. – Тернопіль : Навч. кн. – Богдан, 2004. – 384 с.
4. Дубогай О. Д. Фізичне виховання і здоров'я : навч. посібник / авт. кол. : Н. Н. Завидівська, О. В. Ханікянц та ін. ; за заг. ред. О. Д. Дубогай. – К. : УБС НБУ, 2012. – 271 с.
5. Завидівська Н. Н. Фундаменталізація фізкультурно-оздоровчої освіти: аспект здоров'язбережувального навчання студентів : монографія / Наталія Назарівна Завидівська. – К. : УБС НБУ, 2012. – 402 с.
6. Ishenko M. P., Rudenko I. I. (2010) *Filosofiya nauky: pytannya teorii i metodologii: navch. posibnyk*. – K. : UBS NBU, 442.
7. Nosko, M. O., Harkusha, S. V., Voyedilova, O. M. (2014). *Zdorovyazberezhivai ni tekhnologii u fizychnomu vykhovanni* [Health-saving technologies in physical education]. Kyiv: SPD Chalcynska N. V.
8. Pasichnyk, V. R. (2010). *Realizatsiya osnovnykh napriamkiv Bolonskoho protsesu u pidhotovtsi vchyteliv fizychnoi kultury u polskykh VNZ* [Realization of the main courses of the Bologna process in preparation of physical culture teachers in Polish higher educational establishments]. *Problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*, 6, 87–89.
9. Khoroshukha, M. F., Pryimakov, O. O., Tkachuk, V. G. (2009). *Osnovy zdorovya* [Basics of health]. Kyiv: Vydavnytstvo NPU imeni M. P. Drahomanova.
10. Zavydivska O. Self-management as a condition for creating a health culture among students / Olga I. Zavydivska, Nataliia N. Zavydivska, Olena V. Khanikiants//*Journal of Physical Education and Sport(JPES)*, 16 Supplement I ssue (1), Art 93, 2016, pp. 592 – 597.

Задворний Б.Р.

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, м. Луцьк

СТРЕТЧИНГ ЯК СПОСІБ УРІЗНОМАНІТНЕННЯ УРОКІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ШКОЛІ

В статті розглядаються питання можливості запровадження стретчингу як одного з видів занять фізичними вправами. Подається аналіз сучасних науково-методичних напрацювань щодо травмонебезпечності, ефективності та результативності динамічних та статичних стретчинг-вправ, їх вплив на розвиток швидкості, рівноваги, самопочуття, тривожності, якості життя.

Ключові слова: стретчинг, фізичне виховання, старшокласниці

Задворний Б.Р. Стретчинг как способ разнообразия уроки физической воспитания в школе. В статье рассматриваются вопросы о возможности введения стретчингу как одного из видов физическими упражнениями. Подается анализ современных научно-методических разработок относительно безопасности, эффективности и результативности динамических и статических стретчинг-упражнений, их влияние на развитие скорости, равновесия, самочувствие, тревожности, качества жизни.

Ключевые слова: стретчинг, физическое воспитание, старшеклассницы

***B. Zadvornyy Stretching as way to diversify the lessons of physical education in school.** The article discusses the question related to the possible introduction of stretching as one of the types of physical exercises. This work provides an analysis of developments of domestic scientists on the impact of physical education on the health of school children and possible ways of its improvement. Here are the main results of modern scientific and methodological developments of foreign scientists on the use of stretching-exercises in the wellness physical education and sport. Proven the effectiveness of this kind of exercise to all persons, who use mobile phones and tablets with small screen. Also, we present the results of the developments of the other authors, concerning the influence of static and dynamic stretching-exercises on an athlete's speed, accuracy, balance and strength. A significant place is occupied by the scientist's conclusions and their recommendations regarding the implementation of stretching exercises in the training process. It is confirmed that stretching-exercises improve health, reduce anxiety and positively affect the quality of life. Here we provide the data on trauma danger of various types of stretching exercises, their influence on the speed of onset of fatigue and performance training productivity. In determining the relations of the Ukrainian high school girls for physical education lessons in school, it was found that almost all*

respondents have the desire to do a modern "fashionable" means of physical education. In a personal conversation with pupils, to motivate them to do systematic stretching should focus on the impact of these funds on health, well-being, opportunities of shaping and developing flexibility.

Key words: stretching, physical education, high school girls

Вступ. Одним з важливих показників розвитку суспільства є стан здоров'я населення. Важливим моментом є вплив соціальних технологій культивування здорового способу життя (Сущенок Л. П.), а кінцевою метою проектування та застосування біосоціальних технологій впливу на здоров'я людини є формування, збереження, реабілітація і його збагачення (Путров С. Ю.). Вирішальне значення в системі оздоровчих заходів у загальноосвітніх навчальних закладах належить фізичному вихованню (Дубогай О. Д., Поташнюк І. В). В Україні здоров'я підростаючого покоління вимагає перегляду та удосконалення наявного підходу до системи фізичного виховання в школі. При цьому вчитель безпосередньо вирішує завдання щодо всебічного фізичного виховання, постійно здійснює перспективне планування заходів щодо фізичного виховання в школі, оперативного планування та організації уроків фізичної культури, проведення підсумкового контролю і обліку [3]. Так, спроба реорганізувати заняття у вигляді пар, а не традиційних уроків, за результатами дослідження В. В. Чижика, призводить до зниження фізичної працездатності учнів. Таким чином, проведення занять з фізичного виховання у вигляді традиційних уроків є більш ефективним засобом збереження фізичної працездатності [7].

Результати досліджень (Цюць А. В., Розтока А. В., Кравчук Я. І., 2011), виявили, що рівень інтересу до фізичної культури зі збільшенням віку учнів знижується. Автори виділяють причини зниження інтересу до фізичної культури: недостатня професійна підготовка вчителів фізичної культури, недостатня суспільна і професійна активність вчителів і всього педагогічного колективу, недостатня увага до розвитку пізнавального інтересу до фізичних вправ в позаурочний час, недоліки у змісті й методиці уроків фізичної культури, низький рівень матеріально-технічної бази шкіл [6]. Одним з моментів, що сприяє зменшенню вмотивованості відвідувати заняття з фізичного виховання є заборона (так зване «звільнення» від уроків фізичної культури) або часткове обмеження певних вправ. Не ліквідувати, а дозувати, враховуючи наявні обмеження та адаптаційні можливості організму – одне з найважливіших завдань фізичного виховання [1]. Шляхами виходу з цієї ситуації є управління навчальним процесом на заняттях з фізичного виховання (Тимошенко О. В., Щербак Л. М.), формування професійної компетентності вчителів фізичної культури (Омельчук О. В.) та вдосконалення організаційно-педагогічних умов формування їх готовності до здоров'язбережувальної діяльності [2].

Позитивних результатів від відвідування занять з фізичного виховання в школі, можна досягнути при переорієнтації самими учнями значення фізичної культури в їхньому житті, впливу систематичних занять на здоров'я, якість життя. Механізмом розв'язання цього питання є особистісна орієнтація системи фізичного виховання [4], перегляд концепції вдосконалення шкільного фізичного виховання через призму ідеї гуманізації навчального процесу, диференційної фізичної освіти, спортивно орієнтованого фізичного виховання, навчально-тренувальної спеціалізації фізичної освіти [5].

Одним з механізмів підвищення інтересу до систематичного відвідування уроків є урізноманітнення форм та методів проведення занять. Було запропоновано (Шевчів У. С.) впроваджувати оздоровчі види гімнастики. Реалізація цієї ідеї сприяла покращенню рівня здоров'я учениць, їх фізичної підготовки, появи позитивних змін у показниках їх психічного та соціального здоров'я [8].

Метою нашого дослідження є вивчення можливості втілення стретчингу як засобу фізичного виховання учениць старших класів.

Дослідження виконано згідно тематичного плану науково-дослідної роботи Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки

Виклад основного матеріалу Стретчинг (англ. *stretching*) – це вправи, що цілеспрямовано направлені на розтягування м'язів, зв'язок, сухожилків. Тобто, на покращення пластичності та гнучкості тіла.

Стретчинг довів свою ефективність як превентивний засіб м'язової втоми в користувачів мобільних телефонів. Група вчених з Кореї (Hye-Young Kim, Young-Ran Yeun, Sung-Joong Kim, 2016), досліджуючи вплив використання мобільних пристроїв на м'язи шиї та плечового поясу, довела, що тривала розмова по телефону чи використання планшетів з відносно невеликим екраном збільшує вигин шиї та навантаження на м'язи (особливо на *m. Sternocleidomastoideus*). Тривале навантаження викликає м'язову втому, що може призвести до больових відчуттів, травм опорно-рухового апарату та психологічних проблем. Виконуючи стретчинг вправи для м'язів шиї та плечового поясу суттєво зменшується м'язова втома користувачів мобільних телефонів та покращується їх самопочуття [13].

Такий позитивний ефект стретчинг-вправ є неодмінним показом для всіх користувачів мобільних пристроїв, особливо для дітей.

Відомо, що регулярні заняття фізичною культурою впливають позитивно на фізичний та емоційний стан людини. Доказом того, що стретчинг-вправи є безпечним і ефективним засобом підвищення самопочуття та якості життя, є дослідження, здійснені колективом науковців (Faria F.A.C, Reis L.R, Neiva C.M., 2010), які проводили регулярні фізичні тренування з групою осіб [11]. Експерименти, проведені (Mizuki Sudo, Soichi Ando, Toshiya Nagamatsu, 2015) з метою визначення впливу стретчинг-вправ на настрій та самопочуття, продемонстрували, що такі вправи знижують тривожність, підвищують швидкість реакцій [21].

Стретчинг може використовуватись як самостійний комплекс вправ або як доповнення до традиційних занять чи тренувань. Проводяться різновекторні дослідження впливу видів стретчингу на показники результативності у фізичному вихованні та спорті. Аналіз сучасних напрацювань показав, що існують різні висновки науковців та їх рекомендації щодо виконання стретчинг-вправ у тренувальному процесі. Так, автори (Pupiš Martin, Pivovarniček Pavol, Pupiřová Zuzana, Tokárová Martina, Moravčik Juraj, 2014) у своїх дослідженнях довели, що динамічні стретчинг-вправи є більш ефективними порівняно з статичними навантаженнями щодо швидкісних і швидкісно-силових характеристик (на прикладі хокеїстів) [18], а результати напрацювань (Hamdi Chtourou, Asma

Aloui, Omar Hammouda, Anis Chaouachi, Karim Chamari, Nizar Souissi, 2013) проілюстрували, що включення статичних стретчинг-вправ у розминку знижують результативність спортсменів (стрибок у висоту) і є протипоказаними для ранкових розминок. На протипоказаному статичному стретчингу, динамічні вправи рекомендовано включати в передзмагальну розминку [9]. В той же час, науковці з Португалії (Fábio Carlos Lucas de Oliveira, Luís Manuel Pinto Lopes Rama, 2016), вивчаючи вплив статичних стретчинг-вправ на результати швидкості (20-метровий спринт), не виявили ніяких негативних наслідків включення такого виду стретчингу до комплексу вправ у розминці [15]. Дослідження (Mohamed Frikha, Nesrine Chaâri, Mohammad S. Derbel, Yousri Elghoul, Anatoly V. Zinkovsky, Karim Chamari, 2016), проведені серед металників дротиків, показали, що статичні стретчинг-вправи рекомендовано виконувати для підвищення швидкості та точності метання [12].

Аналіз впливу стретчинг-вправ на рівновагу, довів, що їх регулярне виконання підвищує здатність утримувати центр маси тіла, тобто покращується рівновага навіть у людей похилого віку [20]. А щодо ефектів різних видів стретчингу (Kyoung-II Lim, Hyung-Chun Nam, Kyoung-Sim Jung, 2014), то не було доведено статистично значимої різниці їх впливу на рівновагу [14].

Важливим моментом будь-яких тренувань є попередження травматизму. Вивчення наукових досліджень з цього аспекту застосування стретчингу також вивили діаметрально протилежні погляди. Так, проведені дослідження (Debora Di Mauro, Diego Buda, Ludovico Magauda, Giuseppe Trimarchi, Rudi Franzo, Antonio Bonaiuto, Fabio Trimarchi, 2016) засвідчують, що статичні вправи під час розминки збільшують можливість травматизму спортсменів [16]. А порівняльне дослідження (Jason C. Smith, 2016), щодо небезпечності 30 і 90 с. статичних навантажень, показало, що після ретельного розігрівання (розминки), ніякої травмозагрози не виявлено [19]. Таким чином, при дозуванні статичних стретчинг-вправ необхідний індивідуальний підхід з попередньою підготовкою для усунення ймовірності травматизму.

Щодо питання продуктивності занять та швидкості настання втоми, то короточасні стретчинг-вправи статичного характеру знижують рівень глюкози в крові, що, в свою чергу, призводить до пришвидшення настання стану втоми під час тренувань [22], але на продуктивність тренувань не впливають (на прикладі присідань) (Clare F. Heisey, J. Derek Kingsley, 2016) [10].

У зв'язку з тим, що нас цікавить питання впливу стретчингу на показники фізичних якостей у школярів, прикладним є питання впливу тривалого періоду відпочинку від тренувань (канікул) на збереження досягнутого результату. Так, група спеціалістів (D. Mayorga-Vega, R. Merino-Marban, E. Sánchez-Rivas, J. Viciana, 2014), довела, що п'ятитижнева перерва у тренуванні призводить до того, що досягнуті результати повертаються до вихідного рівня [17].

Ми проводили дослідження серед учениць старших класів щодо їхнього ставлення до уроків фізичного виховання. Всього в опитуванні брали участь: 61 дівчина 15–18 років (10–11 клас), 23 особи (38%) – 15 років, 12 учениць (20%) – 16 років; 20 дівчат (32%) – 17 років і 6 старшокласниць (10%) – 18 років. Середній вік обстежуваних – 16,2 ± 0,16.

Зі всіх учасниць дослідження лише 12 осіб (19,7%) позитивно оцінили уроки з фізичного виховання, що проводяться в школі. Серед опитаних старшокласниць жодна не відвідує спортивні секції. 57 респонденток (93%) хотіли б урізноманітнити уроки, зробити їх цікавішими, «моднішими», а 7% (4 учениці) виявили бажання взагалі відмінити уроки з цього предмету. Проводячи бесіду з дівчатами, ми акцентували увагу не лише на позитивному впливі регулярних занять фізичними вправами на самопочуття, здоров'я, а й на можливості корекції фігури, розвитку гнучкості, пластичності, вивчення нових сучасних методик фітнесу. Розповіли про можливість стретчингу як одного з варіантів групових занять в школі та індивідуальних тренувань у домашніх умовах. Безпосередньо після спілкування всі 97% (59 старшокласниць) виявили бажання ним займатись.

Висновки. Здоров'я учнів, їхнє ставлення до фізичної культури, вимагає від сучасного вчителя постійної праці над підвищенням мотивації в учнів до систематичних занять фізичними вправами, регулярного відвідування уроків, урізноманітнення форм та методів проведення занять.

Одним з різновидів фізичних вправ є стретчинг-вправи. Аналіз сучасних напрацювань щодо безпечності, ефективності та доцільності його застосування, показав, що існує велика кількість наукових напрацювань, проте думки науковців різняться щодо впливу різних видів стретчингу на показники фізичної підготовленості, травматизму, продуктивності тренувань. В той же час, залишається незмінною аксіома, що регулярні заняття фізичними вправами позитивно впливають на самопочуття, покращують настрій та якість життя.

Опитування, проведені серед старшокласниць безпосередньо після бесіди щодо необхідності регулярних занять стретчингом, показали, що учениці готові займатись сучасними, новими, «цікавими» формами фізичного виховання.

До перспективних напрямків дослідження ми відносимо вивчення віддаленої мотивації до занять стретчингом серед старшокласниць та вплив тренувань на розвиток фізичних якостей та фізичної підготовленості.

Література

1. Андрійчук О. Я. Кількісний склад спеціальних медичних груп залежно від року навчання та спеціальності (серед студентів-медиків) / О. Я. Андрійчук // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки / уклад. А. В. Цьось, С. П. Козіброцький. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2015. – № 1 (29). – С. 67-74.

2. Белікова Н. О. Організаційно-педагогічні умови формування готовності майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до здоров'язбережувальної діяльності / Н. О. Белікова // Науковий часопис НПУ імені МП Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – 2015. - № 3. – С. 59-63

3. Данилко М. Т. Зміст і структура основних видів діяльності вчителя фізичного виховання / М. Т. Данилко // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. - 2001. - № 28. - С. 24-32.

4. Моїсеєв С. О. Особистісно орієнтоване фізичне виховання старшокласників загальноосвітньої школи : монографія / С. О. Моїсеєв. - Херсон : РІПО, 2009. - 153 с.

5. Угніч І. В. Концептуальні напрями вдосконалення шкільного фізичного виховання / І. В. Угніч // Слобожан. наук.-спорт. вісн. - 2010. - № 3. - С. 18-21.

- 6.Цюсь А. В. Стан та шляхи формування у школярів інтересу до фізичного виховання і спорту / А. В. Цюсь, А. В. Розтока, Я. І. Кравчук // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка. – Чернігів, 2011. – С. 467-471.
- 7.Чижик В. В. Фізична працездатність гімназистів при різній організації уроків фізичної культури / В. В. Чижик, Н. Г. Денисенко // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. - 2004. - № 15. - С. 163-167.
- 8.Шевців У. С. Технологія впровадження оздоровчих видів гімнастики у фізичне виховання старшокласниць (на прикладі шейпінгу) : автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 25.00.02 / У. С. Шевців; Львів. держ. ун-т фіз. культури. - Л., 2009. - 18 с
- 9.Chtourou Hamdi. Effect of static and dynamic stretching on the diurnal variations of jump performance in soccer players /Hamdi Chtourou, Asma Aloui, Omar Hammouda, Anis Chaouachi,Karim Chamari, Nizar Souissi / PLoS One. – 2013 - № 8(8). –Електронне джерело – Режим доступу: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3734300/>
10. Clare F. Heisey. Effects of static stretching on squat performance in division i female athletes / Heisey F Clare., J. Derek Kingsley // Int J Exerc Sci. – 2016. - № 9(3) – pp. 359–367.
11. Faria F.A.C. Effects of an isostretching training protocol to increase the musculoarticular flexibility and other physiological aspets on the quality of life / F.A.C. Faria; Reis L.R ; Neiva C.M.// Journal of Physical Education and Sport . – 2010. - № 28. - pp. 128 – 135.
12. Frikha Mohamed. Acute effect of stretching modalities and time-pressure on accuracy and consistency of throwing darts among 12-13 year-old schoolboys / Mohamed Frikha, Nesrine Chaâri, Mohammad S. Derbel, Yousri Elghoul, Anatoly V. Zlnkovsky, Karim Chamari // The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness. – 2016. - Jul 07. – Електронне джерело. – Режим доступу: <http://www.minervamedica.it/en/journals/sports-med-physical-fitness/article.php?cod=R40Y9999N00A16070701>
13. Kim Hye-Young. Preventive effects of stretching and stabilization exercises on muscle fatigue in mobile phone users / Kim Hye-Young, Young-Ran Yeun, Sung-Joong Kim// J Phys Ther Sci. - 2016. - Sep; 28(9 – pp. 2529–2532.
14. Kyoung-II Lim. Effects on Hamstring Muscle Extensibility, Muscle Activity, and Balance of Different Stretching Techniques /Kyoung-II Lim, Hyung-Chun Nam, Kyoung-Sim Jung // J Phys Ther Sci. – 2014. - Feb; 26(2). – pp. 209–213.
15. Lucas de Oliveira Fábio Carlos. Static stretching does not reduce variability, jump and speed performance /Fábio Carlos Lucas de Oliveira, Luís Manuel Pinto Lopes Rama // Int J Sports Phys Ther. 2016 Apr; 11(2): 237–246.
16. Mauro DI Debora. Acute effects of static stretching on jumping performance: static stretching and jump / Debora DI Mauro, Diego Buda, Ludovico Magaudda, Giuseppe Trimarchi, Rudi Franzo, Antonio Bonaiuto, Fabio Trimarchi // Medicina dello Sport. - 2016. - September;69(3). – pp.309-320.
17. Mayorga-Vega Daniel. Effect of a short-term static stretching training program followed by five weeks of detraining on hamstring extensibility in children aged 9-10 years / Daniel Mayorga-Vega; Rafael Merino-Marban; Enrique Sánchez-Rivas; Jesús Vlciana // Journal of Physical Education and Sport. – 2014. – № 14. - pp. 355 – 359.
18. Pupiř Martin. Effectiveness of static and dynamic stretching prior to speed and speed-strength load / Martin Pupiř, Pivovarniček Pavol, Pupiřová Zuzana, Tokárová Martina, Moravčik Juraj //Journal of Physical Education and Sport . – 2014. - № 14. - pp. 455 – 458.
19. Smith Jason C.. The acute effect of 30 and 90 seconds of static stretching on range of motion and vertical jump performance / Jason C. Smith // Gazzetta Medica Italiana Archivio per le Scienze Mediche. – 2016. - December;175(12). – pp. 516-22.
20. Shankar Reddy Ravi. Lower Extremity Stretching Exercises on Balance in Geriatric Population /Ravi Shankar Reddy, Khalid A Alahmari, // Int J Health Sci (Qassim).- 2016 - Jul; 10(3) – pp. 389–395.
21. Sudo Mizuki. Effects of acute static stretching on visual search performance and mood state / Mizuki Sudo, Soichi Ando, Toshiya Nagamatsu // Journal of Physical Education and Sport. – 2015. - № 15. - pp. 651 – 656.
22. Tidball JG. Mechanical loading regulates NOS expression and activity in developing and adult skeletal muscle / Tidball JG, Lavergne E, Lau KS, Spencer MJ, Stull JT, Wehling M. //Am J Physiol. - 1998. - Jul;275(1 Pt 1). – pp. 260-266.

Захаріна А. Г.

Класичний приватний університет, м. Запоріжжя

ЗАКОРДОННИЙ ДОСВІД ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ТУРИЗМУ ДО АНІМАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧІЙ СФЕРІ

У статті розглядаються особливості закордонного досвіду університетів Сполучених штатів Америки, Німеччини, Великобританії, Польщі, Кіпру та Китаю з формування готовності майбутніх фахівців з туризму до анімаційної діяльності в рекреаційно-оздоровчій сфері. Розглянуто досвід університету Сюррея (University of Surrey), який здійснює підготовку студентів для здобуття ступеня бакалавра з міжнародного менеджменту та туризму.

Подано фрагмент навчального плану Політехнічного університету готельного і туристичного менеджменту (Hong Kong Polytechnic University's School of Hotel and Tourism Management) підготовки бакалаврів у галузі готельного менеджменту та управління туризмом. Автор акцентує увагу на тому, що підвищення якості освіти у вищих навчальних закладах прийняло загальнонаціональний характер і активно підтримується урядами зарубіжних країн.

Ключові слова: *закордонний досвід, формування готовності, майбутні фахівці з туризму, анімаційна діяльність, рекреаційно-оздоровча сфера.*

Захаріна А.Г. Зарубежный опыт формирования готовности будущих специалистов по туризму к