

• ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ, МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ
ТА ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

• THEORETICAL AND METHODOLOGICAL, MEDICAL, BIOLOGICAL
AND PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF PHYSICAL TRAINING

УДК 796.034-057.874"465.12/.14"

ФОРМИ ФІЗКУЛЬТУРНО- СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У СТРУКТУРІ ВІЛЬНОГО ЧАСУ УЧНІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКІЛ ВІКОМ 12–14 РОКІВ

Андрій МАНДЮК

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

Анотація. **Мета** – визначити місце форм фізкультурно-спортивної діяльності в загальній структурі вільного часу учнів загальноосвітніх шкіл віком 12–14 років та встановити чинники, що впливають на вибір видів діяльності у вільний час. **Методи:** аналіз та узагальнення відомостей наукової літератури; методи теоретичного рівня дослідження (аналіз і синтез); соціологічне опитування. **Результати:** визначено найпоширеніші види діяльності, до яких залучають у вільний час учнів віком 12–14 років. Установлено фактори, які впливають на вибір діяльності у вільний час, та визначено кількість учнів, задоволених змістом власного дозвілля. **Висновки:** найпопулярнішими видами фізкультурно-спортивної діяльності у вільний час серед учнів віком 12–14 років є активний відпочинок та заняття фізичною культурою і спортом. Основними чинниками, які впливають на вибір діяльності у вільний час, є власні смаки та вподобання учнів, здоровий спосіб життя та школа.

Ключові слова: фізична культура, рухова активність, вільний час, дозвілля, учні.

Постановка проблеми. Актуальність проблематики використання фізичного виховання для формування раціонального змістовного дозвілля зумовлена насамперед потребою суспільства у вихованні здорового працездатного покоління [3,13]. Раціональний розподіл видів діяльності учнів забезпечує оптимальну працездатність організму та позитивно впливає на фізичний розвиток [4]. Створення належних умов для організації спортивної дозвіллевої діяльності дітей та молоді повинно сприяти розв'язанню важливих суспільних завдань, спрямованих на забезпечення оптимального фізичного та духовного розвитку [12].

У науковій літературі тісно пов'язують вплив рівня рухової активності на стан здоров'я людей різного віку [5,14]. Різні форми рухової діяльності є важливим компонентом структури вільного часу сучасних школярів, що забезпечує вагому складову частину добового рівня рухової активності [7].

Результати наукових досліджень свідчать про те, що рухова активність позитивно впливає не лише на розвиток рухових якостей, але й забезпечує оптимальний психічний розвиток дітей. Навіть рухова активність низької інтенсивності, якою займаються у вільний час, сприяє розвитку психічного здоров'я та запобігає виникненню психічних розладів. При цьому набагато кориснішим для психічного здоров'я індивіда є саме довільна рухова активність у вільний час, аніж цілеспрямоване інтенсивне тренування [16].

Сучасні школярі дедалі се частіше залучаються до пасивних форм відпочинку у вільний час [2, 9]. Цьому сприяє швидкий науково-технічний прогрес, який пропонує велику кількість способів проведення вільного часу, не пов'язаних з потребою здійснювати рухову активність.

Вільний від навчання та інших обов'язків час на сьогодні є важливим резервом для підвищення рівня рухової активності учнів різних вікових груп. Саме тому формування раціонального дозвілля учнів за допомогою різних форм рухової активності є важливим та актуальним завданням.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблеми раціональної організації вільного часу порушені насамперед у дослідженнях соціологічного спрямування. Емпіричний матеріал цих досліджень зазвичай отримують шляхом здійснення опитувань різних соціальних та вікових груп людей. У цьому контексті згадуємо працю Н. М. Цимбалюк, яка, досліджуючи уподобання щодо проведення дозвілля та становлення різних груп населення до культурно-дозвіллевих закладів, встановила чотири типи таких закладів: театри, кафе-клуби, спортивно-оздоровчі клуби та клуби сімейного дозвілля [15].

Дослідниця культурно-дозвіллевої діяльності Л. О. Карпова у своїх наукових працях серед інших функцій вільного часу виокремлює рекреаційно-оздоровчу [8].

Сфера вільного часу часто фігурує в контексті досліджень фізкультурно-спортивної та педагогічної тематики. Більшість наукових праць при цьому спрямовані на обґрунтування позитивного впливу певних організаційних форм рухової активності на організм дітей різного віку. Зокрема Ольга Жданова та Любов Чеховська, досліджуючи заходи із залучення школярів до спеціально організованої рухової активності на дозвіллі, встановили ефективність організації упродовж вільного часу масових форм рухової активності [6].

Місце рухової активності в дозвіллі українських школярів вивчали А. Кіндзера та І. Боднар [2].

Поширеними є наукові праці, об'єктом вивчення яких є позакласні форми фізичного виховання. Науковці стверджують, що саме позакласні та позашкільні форми фізичного виховання здатні повною мірою розкрити потенціал шкільного фізичного виховання [1, 9, 10, 11, 13].

Водночас малодослідженими залишаються питання щодо місця різних форм фізкультурно-спортивної діяльності учнів загальноосвітніх шкіл у загальній структурі вільного часу. Важливим також є встановлення пріоритетів у виборі тих чи інших видів діяльності, які здійснюються у вільний час.

Зв'язок дослідження з науковими програмами, планами, темами. Дослідження виконано відповідно до теми НДР кафедри теорії і методики фізичної культури Львівського державного університету фізичної культури на 2017–2020 рр. «Теоретико-методичні аспекти оптимізації рухової активності різних груп населення» (протокол № 4 від 17.11.2016).

Мета дослідження – визначити місце форм фізкультурно-спортивної діяльності в загальній структурі вільного часу учнів загальноосвітніх шкіл віком 12–14 років та встановити чинники, що впливають на вибір видів діяльності у вільний час.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення відомостей наукової літератури; методи теоретичного рівня дослідження (аналіз і синтез); соціологічне опитування.

У ході дослідження опитано учнів загальноосвітніх шкіл віком 12–14 років м. Львова, м. Тернополя, м. Івано-Франківська та м. Хмельницького. Опитування проводилося на базі таких навчальних закладів: № 1, № 2, № 9, № 34, № 54, № 87, № 89 (м. Львів); № 9, № 16, № 20 (м. Тернопіль); № 5, № 7, № 17, № 24 (м. Івано-Франківськ); № 3, № 19 (м. Хмельницький).

Загальна кількість опитаних учнів – 1949 осіб, що становить 4% від усієї сукупності. Кількість опитаних хлопців – 916 осіб, кількість опитаних дівчат – 1033 особи. Похибка дослідження становила $\pm 3\%$.

Результати дослідження та їх обговорення. На початковому етапі дослідження ми з'ясували думку учнів віком 12–14 років щодо ступеня задоволеності кількістю власного вільного часу. Учні запропонували відповісти на запитання «Чи задоволені ви кількістю власного вільного часу?». Більшість учнів вказали на те, що вони задоволені або зазвичай задоволені кількістю часу, який можуть витратити на власне дозвілля. Загальна кількість таких учнів становила 69,4% (рис. 1).

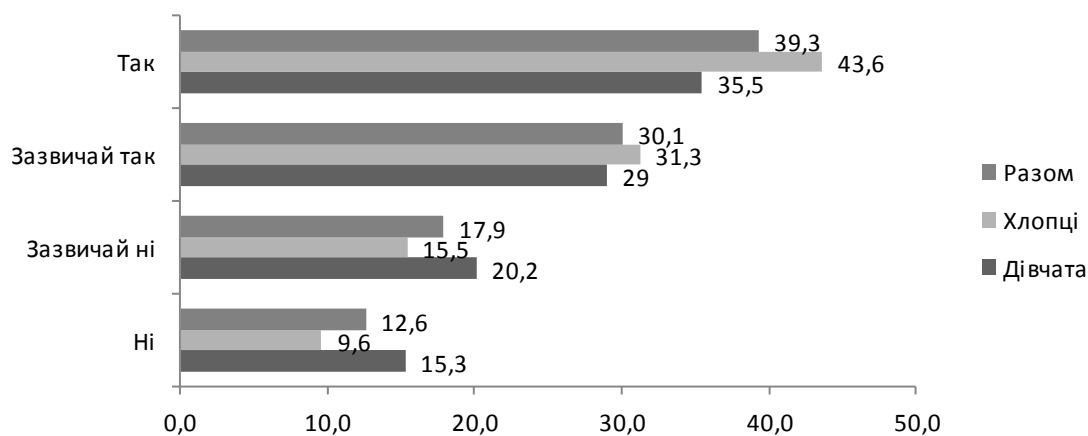


Рис. 1. Задоволеність учнями загальноосвітніх шкіл віком 12–14 років кількістю власного вільного часу (% , n = 1949)

З урахуванням гендерних особливостей з'ясовано, що серед хлопців віком 12–14 років позитивно оцінює кількість власного вільного часу загалом 74,9% учнів. Серед дівчат цей показник становить 64,5%.

Загалом 30,5% учнів віком 12–14 років не задоволені або зазвичай не задоволені кількістю часу для власного дозвілля. Серед хлопців цей показник становить 25,1%, серед дівчат він є вищим і дорівнює 35,5%.

Наступним етапом вивчення структури вільного часу школярів віком 12–14 років було визначення найпоширеніших видів діяльності, якими займається ця група учнів на дозвіллі. Визначення структури діяльності учнів у вільний час відбувалося шляхом аналізу результатів відповідей на запитання «Якою діяльністю Ви зазвичай займаєтесь у вільний час?». Це запитання передбачало можливість вибрати один із запропонованих або вказати власний варіант відповіді.

Результати дослідження виявили, що найпопулярнішим видом діяльності, до якого залучені учні 7–9 класів у вільний час, є використання мережі Інтернет. На це вказало загалом 71,5% учнів (рис. 2).

Використання мережі Інтернет у вільний час є однаково популярним як серед хлопців, так і серед дівчат. Показники залученості до цієї діяльності становлять відповідно 72,4% та 70,8%.

На другому місці серед найпопулярніших видів діяльності у вільний час – проведення часу з друзями. На це вказало загалом 66,2% опитаних учнів. Серед хлопців цей показник становив 62,4%, серед дівчат – 69,7%.

Третім за популярністю видом діяльності, яким займаються учні 7–9 класів у вільний час, виявилось прослуховування музики, на що вказало загалом 64,9% опитаних. Зазначимо, що прослуховування музики є найпопулярнішим заняттям у вільний час серед дівчат віком 12–14 років. Музику на дозвіллі слухають 72,1% опитаних дівчат. Серед хлопців цей показник становить 56,7%.

Щодо виду діяльності у вільний час, який є суттєво популярним серед хлопців, виокремимо комп'ютерні ігри. У них грають у вільний час 66,2% хлопців, що робить цей вид діяльності третім за популярністю серед указанного контингенту віком 12–14 років. Серед дівчат аналогічною діяльністю у вільний час займається лише 18,9%.

До різних видів активного відпочинку у вільний час залучено загалом 56,5% опитаних учнів. Кількість дівчат при цьому є дещо більшою і становить 59,4% порівняно з аналогічним показником серед хлопців, який дорівнює 53,3%.

Дещо менша загальна кількість учнів віком 12–14 років займається у вільний час різними формами фізичної культури і спорту (54,7%). У цій групі учнів більшим виявився показник хлопців, який становив 59,3%, а серед дівчат він дорівнював 50,6%.

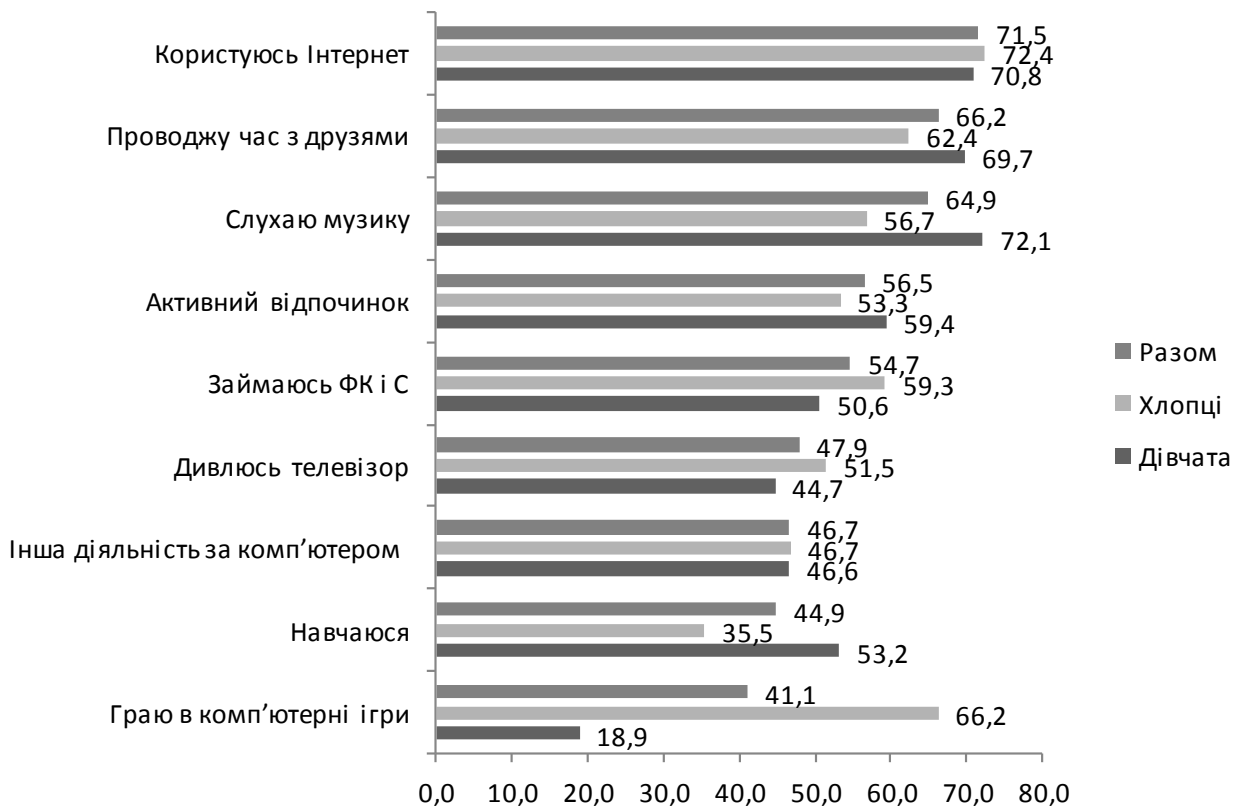


Рис. 2. Найпопулярніші види діяльності, якими займаються учні віком 12–14 років загальноосвітніх шкіл у вільний час (% , n = 1949)

Як бачимо, до занять фізичною культурою і спортом, а також до активного відпочинку у вільний час залучено дещо більше ніж половина усіх учнів віком 12–14 років. Саме ці види діяльності передбачають здійснення рухової активності, впливаючи на її добовий обсяг. Очевидно, що такі показники не можна вважати позитивними, адже майже половина дітей віком 12–14 років не реалізує можливість здійснювати рухову активність у вільний час. Окрім цього, важко однозначно стверджувати, що діти, які такі здійснюють рухову активність у вільний час, роблять це систематично та в достатньому обсязі. Вказані положення потребують додаткового вивчення та аналізу.

Надалі зупинимося на результатах щодо визначення чинників, які впливають на вибір тих чи інших видів діяльності у вільний час серед учнів віком 12–14 років. Учням запропонували обрати з визначеного переліку ті чинники, які зазвичай визначають зміст їхнього дозвілля. За потреби учні могли вказати власний варіант відповіді. Отримані результати засвідчили, що основним чинником, який впливає на вибір діяльності у вільний час серед учнів 7–9 класів, є власні смаки та уподобання дітей цього віку. На це вказало загалом 60,1% опитаних учнів. Серед дівчат цей показник виявився суттєво вищим і становив 67,7%, тоді як серед хлопців він дорівнював 51,5% (рис. 3).

Другим серед чинників впливу на вибір діяльності у вільний час став чинник «здоровий спосіб життя». Кількість учнів, які вказали на нього, становила загалом 48,6%. Серед дівчат цей показник виявився дещо вищим і дорівнював 51,5%, а серед хлопців – 45,5%.

На школу, як чинник впливу на структуру вільного часу, вказало загалом 47% опитаних учнів 7–9 класів. Серед хлопців цей показник становив 47,6%, серед дівчат – 46,5%. Таким чином, школа потрапила до трійки найвагоміших чинників, які визначають діяльність учнів згаданої вікової категорії у вільний час.

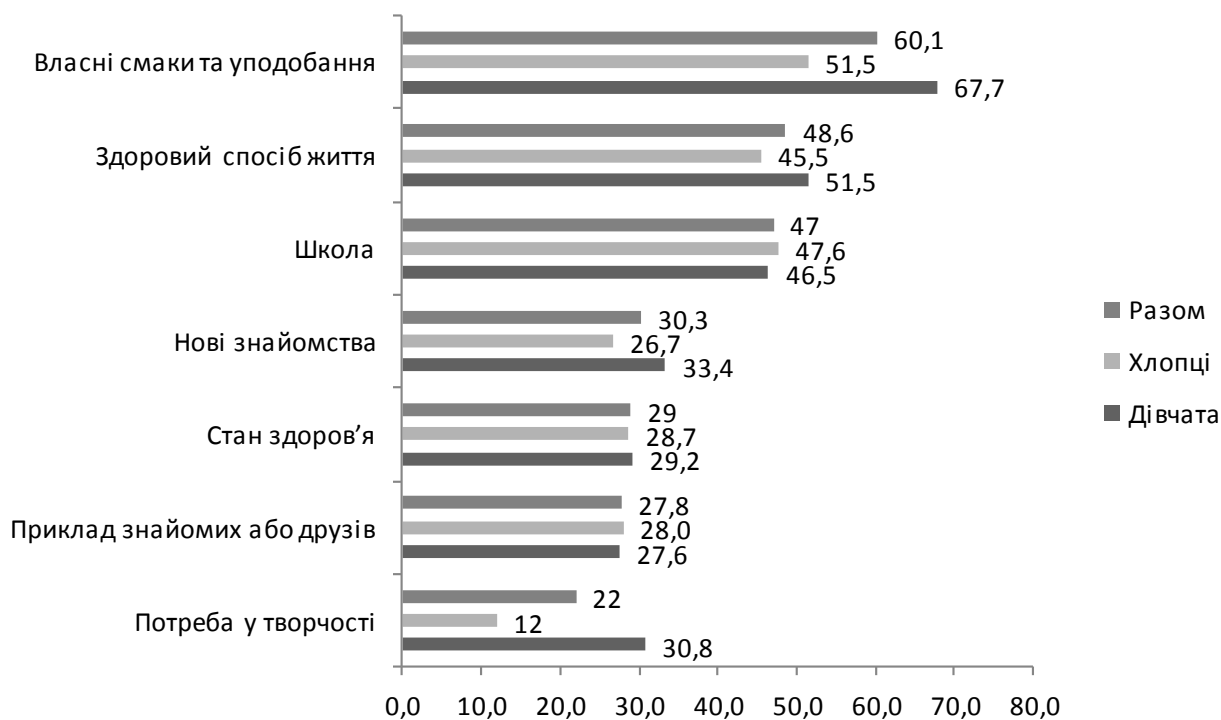


Рис. 3. Чинники, які впливають на вибір діяльності учнів віком 12–14 років у вільний час (% , n = 1949)

Зупинимося також на показниках, які отримав чинник «здоров'я». На нього вказало загалом 29% опитаних учнів віком 12–14 років. Показники дівчат та хлопців відрізнялися несуттєво, становлячи відповідно 28,7% та 29,2%.

У ході дослідження визначено також кількість учнів, які задоволені або ж не задоволені змістом власного дозвілля. Учням запропонували оцінити, наскільки їх влаштовує або не влаштовує те, як вони проводять свій вільний час.

Узагальнення даних дає змогу констатувати, що загалом 93,2% учнів 7–9 класів позитивно або здебільшого позитивно оцінюють зміст власного вільного часу. Серед хлопців цей показник є дещо вищим і становить 94,9%, а серед дівчат – 91,8% (рис. 4).

Негативно або здебільшого негативно оцінюють проведення власного вільного часу загалом 69,8% опитаних учнів. Кількість дівчат у цій групі учнів становить 8,2%, кількість хлопців – 5,1%.

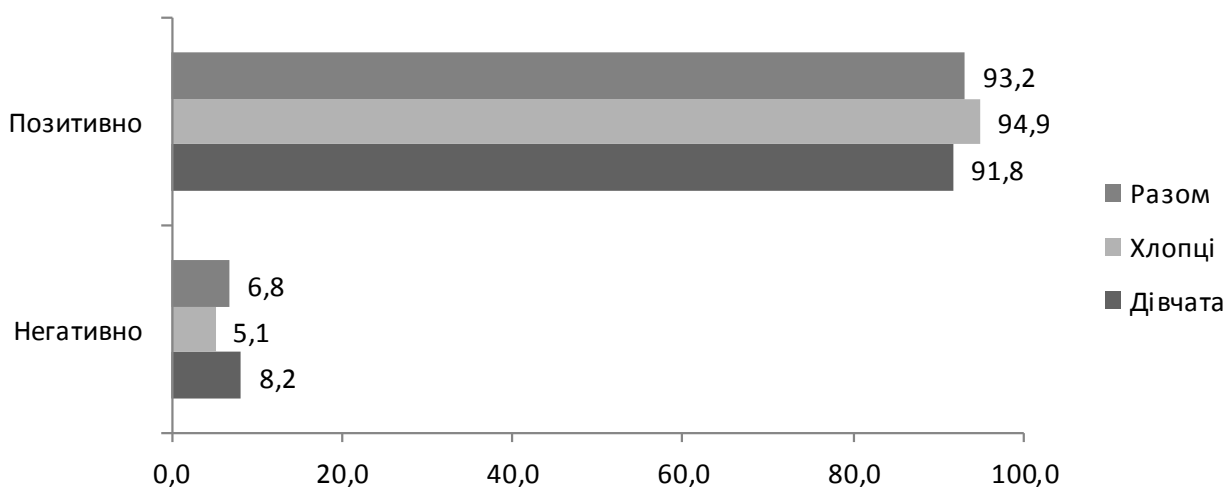


Рис. 4. Оцінка змісту власного дозвілля учнями загальноосвітніх шкіл віком 12–14 років (% , n = 1949)

Такий значний відсоток учнів, які задоволені змістовним компонентом власного дозвілля, свідчить про те, що намагання оптимізувати структуру видів діяльності у вільний час цієї групи дітей за допомогою різноманітних раціональних форм потенційно можуть мати негативне сприйняття.

Висновки. Найпопулярнішими видами діяльності, якими займаються у вільний час учні віком 12–14 років, є використання мережі Інтернет (71,5%), проведення часу з друзями (66,2%) та прослуховування музики (64,9%).

Найпопулярнішими видами фізкультурно-спортивної діяльності у вільний час серед учнів віком 12–14 років є активний відпочинок (56,5%) та заняття фізичною культурою і спортом (54,7%). Кількість дівчат, які у вільний час залучені до різних форм активного відпочинку, становить 59,4%, кількість хлопців – 53,3%. Різними формами фізичної культури і спорту у вільний час займається 59,3% хлопців та 50,6% дівчат віком 12–14 років.

Основними чинниками, які впливають на вибір діяльності у вільний час серед учнів віком 12–14 років, є власні смаки та уподобання (загальний показник 60,1%), здоровий спосіб життя (48,6%) та школа (47%).

Перспективи подальших досліджень полягають у деталізації часових параметрів, які витрачаються на ті чи інші види діяльності у вільний час, а також у встановленні таких видів діяльності, якими б хотіли займатися учні під час дозвілля.

Список літератури

1. Васкан І. Г. Стан та перспективи вдосконалення спеціально організованої рухової активності учнів у загальноосвітніх навчальних закладах / І. Г. Васкан // Молода спортивна наука України : зб. нау. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини. – Львів, 2017. – № 43 (3.1) – С. 54–58.

2. Боднар І. Р. Дозвілля українських школярів і місце рухової активності у ньому / І. Р. Боднар, А. Б. Кіндзера // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2016. – № 5. – С. 10–18.

3. Бондар Т. С. Використання самоорганізації у загальноосвітніх навчальних закладах щодо фізкультурно-спортивного дозвілля учнів / Т. С. Бондар, В. В. Золочевський // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – 2015. – № 4 (48). – С. 195–207.

4. Гозак С. В. Залежність розумової працездатності учнів середнього шкільного віку від організації режиму дня / О. Єлізарова, О. Шумак, О. Філоненко // Молодий вчений. – 2016. – № 9.1 (36.1). – С. 50–54.

5. Дейнеко А. Х. Соціально-педагогічні передумови формування культури рухової діяльності в учнів загальноосвітніх навчальних закладів / А. Х. Дейнеко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2015. – № 4(48). – С. 35–39.

6. Жданова О. М. Заходи з залучення школярів до спеціально організованої рухової активності на дозвіллі / Ольга Жданова, Любов Чеховська // Молода спортивна наука України : зб. нау. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини. – Львів, 2014. – Вип. 18, т. 4 – С. 26–32.

7. Калиниченко І. О. Оцінка рівня спеціально організованої рухової активності дітей 14–17 років / І. О. Калиниченко, О. В. Савчук // Інноваційні технології в системі підвищення кваліфікації фахівців фізичного виховання і спорту. – Суми : СумДУ, 2015. – С. 83–84.

8. Карпова Л. О. Культурно-дозвіллева діяльність у сучасному світі : кол. моногр. – Київ : Ліра-К, 2017. – 328 с.

9. Кіндзера А. Оптимізація фізичної активності школярів у позаурочний час / Анна Кіндзера // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання і спорту / за заг. ред. Євгена Приступи. – Львів, 2016. – Вип. 20, т. 1/2. – С. 222–226.

10. Ковальова Н. Особливості проектування рекреаційно-оздоровчої діяльності старшокласників / Наталія Ковальова // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2017. – № 1. – С. 62–67.

11. Носко М. О. Удосконалення здоров'язбережувальної системи позакласної та позаурочної роботи з фізичного виховання / М. О. Носко, О. А. Архипов, С. В. Гаркуша, Воеділова О. М., Ю. М. Носко // Вісник Чернігів. нац. пед. ун-ту. Серія : Педагогічні науки. – Чернігів, 2017. – № 143. – С. 291–299.

12. Платонова О. Г. Формування готовності працівників соціальної сфери до організації роботи в сфері дозвілля / О. Платонова // Вісник Чернігів. нац. пед. ун-ту. Серія : Педагогічні науки. – Чернігів, 2017. – № 142. – С. 142–144.

13. Тихонова Н. В. Удосконалення фізкультурно-спортивної дозвілдової діяльності дітей та молоді в позашкільних навчальних закладах / Н. В. Тихонова, А. С. Бондар // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2014. – № 5. – С. 77–81.

14. Томенко О. А. Рівень рухової активності підлітків та шляхи його підвищення на основі використання заходів оздоровчо-рекреаційного спрямування / О. А. Томенко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2013. – № 3. – С. 19–24.

15. Цимбалюк Н. М. Інституціональна модернізація культурно-дозвілдової сфери в Україні : автореф. дис. ... д-ра соціол. наук / Цимбалюк Н. М. – Київ, 2005. – 34 с.

16. Appelqvist-Schmidlechner K. Relationships between leisure time physical activity, physical fitness and mental health among young adult males/ K. Appelqvist-Schmidlechner, J. Vaara, J. Mäkinen, T. Vasankari, H. Kyröläinen // European Psychiatry. – 2017. – Vol. 41. – P. 179.

ФОРМЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СТРУКТУРЕ СВОБОДНОГО ВРЕМЕНИ УЧЕНИКОВ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ В ВОЗРАСТЕ 12–14 ЛЕТ

Андрей МАНДЮК

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

Аннотация. Цель: определить место форм физкультурно-спортивной деятельности в общей структуре свободного времени учеников общеобразовательных школ в возрасте 12–14 лет и установить факторы, которые влияют на выбор видов деятельности в свободное время. Методы: анализ и обобщение сведений научной литературы; методы теоретического уровня исследования; социологический опрос. Результаты: определены самые распространённые виды деятельности, в которые вовлечены в свободное время ученики общеобразовательных школ в возрасте 12–14 лет. Установлены факторы, которые влияют на выбор деятельности в свободное время, и определено количество учеников, которые удовлетворены содержанием собственного досуга. Выводы: самыми популярными видами деятельности в свободное время среди учеников в возрасте 12–14 лет являются активный отдых и занятия физической культурой и спортом. Основными факторами, которые влияют на выбор деятельности в свободное время, являются собственные предпочтения учеников, здоровый образ жизни и школа.

Ключевые слова: физическая культура, двигательная активность, свободное время, досуг, ученики.

**PHYSICAL EDUCATION AND SPORT
ACTIVITY FORMS IN THE SPARE TIME
STRUCTURE OF SECONDARY SCHOOL
PUPILS AGED 12–14 YEARS**

Andriy MANDYUK

*Lviv State University of Physical Culture, Lviv,
Ukraine, e-mail: a.b.mandyuk@gmail.com*

Abstract. Aim: to determine the place for physical education and sport activity forms in general spare time structure of secondary school pupils aged 12–14, and to define the factors influencing the choice of an activity type in spare time. **Methods:** analysis and generalization of scientific literature data; methods of theoretical level of research; sociological survey. **Results:** the most common types of activities, attended by secondary school pupils aged 12–14, were identified. The factors influencing the choice of activities in spare time and the amount of pupils satisfied with the content of their own leisure were determined. **Conclusions:** the most popular physical education and sport activity types in spare time among pupils aged 12–14 are active recreation, physical exercises and sport. The main factors, which influence the choice of activities in spare time, are personal preferences, healthy lifestyle and school.

Keywords: physical education, motor activity, spare time, leisure, pupils.

References

1. Vaskan I. H. Stan ta perspektyvy vdoskonalennya spetsial'no orhanizovanoyi rukhovoyi aktyvnosti uchniv u zahal'noosvitnikh navchal'nykh zakladakh [The state and prospects of improving the specially organized motor activity of students in general educational institutions] // *Moloda sportyvna nauka Ukrayiny: zb. tez. L'viv, 2017. № 43 (3.1) S. 54–58. (in Ukrainian)*
2. Bodnar I. R., Kindzera A. B. Dozvillya ukrayins'kykh shkolyariv i mistse rukhovoyi aktyvnosti u n'omu [Leisure Ukrainian schoolchildren and the place of motor activity in it] // *Pedahohika, psykholohiya ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannya i sportu. 2016. № 5. S. 10–18. (in Ukrainian)*
3. Bondar T. S., Zoloches'ky V. V. Vykorystannya samoorhanizatsiyi u zahal'noosvitnikh navchal'nykh zakladakh shchodo fizkul'turno-sportyvnoho dozvillya uchniv [Use of self-organization in general educational institutions regarding physical education and sport leisure activities of students] // *Pedahohichni nauky: teoriya, istoriya, innovatsiyi tekhnolohiyi. 2015. № 4 (48). S. 195–207. (in Ukrainian)*
4. Hozak S., Yelizarova O., Shumak O., Filonenko O. Zalezhnist' rozumovoyi pratsezdatsnosti uchniv seredn'oho shkil'noho viku vid orhanizatsiyi rezhymu dnia [Dependence of mental performance of pupils of secondary school age on the organization of the day's regime] // *Molodyy vchenyy. 2016. № 9.1 (36.1). S. 50–54. (in Ukrainian)*
5. Deyneko A. Kh. Sotsial'no-pedahohichni peredumovy formuvannya kul'tury rukhovoyi diyal'nosti v uchniv zahal'noosvitnikh navchal'nykh zakladiv [Socio-pedagogical prerequisites for the formation of a culture of motor activity in students of general educational institutions] // *Slobozhans'ky naukovo-sportyvnyy visnyk. 2015. № 4(48). S. 35–39. (in Ukrainian)*
6. Zhdanova O., Chekhov's'ka L. Zakhody z zaluchennya shkolyariv do spetsial'no orhanizovanoyi rukhovoyi aktyvnosti na dozvilli [Measures to attract schoolchildren to specially organized motor activity at leisure] // *Moloda sportyvna nauka Ukrayiny: zb. nauk. pr. z haluzi fiz. vykhovannya, sportu i zdorov'ya lyudyny. L'viv, 2014. Vyp. 18. t. 4 S. 26–32. (in Ukrainian)*
7. Kalynychenko I. O., Savchuk O. V. Otsinka rivnya spetsial'no orhanizovanoyi rukhovoyi aktyvnosti ditey 14–17 rokiv [Assessment of the level of specially organized motor activity of children 14–17 years old] // *Innovatsiyi tekhnolohiyi v systemi pidvyshchennya kvalifikatsiyi*

fakhivtsiv fizychnoho vykhovannya i sportu. Sumy: SumDU, 2015. S. 83–84. (in Ukrainian)8.
Karpova L. O. Kul'turno-dozvillyeva diyal'nist' u suchasnomu sviti [Assessment of the level of specially organized motor activity of children 14–17 years old]: kol. monohr. Kyiv: Lira-K, 2017. 328 s. (in Ukrainian)

9. Kindzera A. Optyimizatsiya fizychnoyi aktyvnosti shkolyariv u pozaurochnyy chas [Optimization of physical activity of pupils during extra-time time] // Moloda sportyvna nauka Ukrainy: zb. nauk. pr. z haluzi fiz. vykhovannya i sportu / za zah. red. Yevhena Prystupy. L'viv, 2016. Vyp. 20, t. 1/2. S. 222–226. (in Ukrainian)

10. Koval'ova N. Osoblyvosti proektuvannya rekreatsiyno-ozdorovchoyi diyal'nosti starshoklasnykiv [Features of designing recreational and recreational activity of senior pupils] // Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya i sportu. 2017. № 1. S. 62–67. (in Ukrainian)

11. Nosko M. O., Arkhypov O. A., Harkusha S. V., Voyedilova O. M., Nosko Yu. M. Udoskonalennya zdorov'yazberezhual'noyi systemy pozaklasnoyi ta pozaurochnoyi roboty z fizychnoho vykhovannya [Improvement of the healthcare system of extracurricular and extra-curricular work on physical education] // Visnyk Chernihiv. nats. ped. un-tu. Seriya: Pedagogichni nauky. Chernihiv, 2017. № 143. S. 291–299. (in Ukrainian)

12. Platonova O. H. Formuvannya hotovnosti pratsivnykiv sotsial'noyi sfery do orhanizatsiyi roboty v sferi dozvillya [Formation of readiness of social workers to organize work in the field of leisure] // Visnyk Chernihiv. nats. ped. un-tu. Seriya: Pedagogichni nauky. Chernihiv, 2017. № 142. S. 142–144. (in Ukrainian)

13. Tykhonova N. V., Bondar A. S. Udoskonalennya fizkul'turno-sportyvnoyi dozvillyevoyi diyal'nosti ditey ta molodi v pozashkil'nykh navchal'nykh zakladakh [Improvement of physical culture and sports leisure activities of children and youth in out-of-school educational institutions] // Slobozhans'kyi naukovo-sportyvnyy visnyk. 2014. № 5. S. 77–81. (in Ukrainian)

14. Tomenko O. A. Riven' rukhovoyi aktyvnosti pidlitkiv ta shlyakhy yoho pidvyshchennya na osnovi vykorystannya zakhodiv ozdorovcho-rekreatsiynoho spryamuvannya [The level of motor activity of adolescents and ways of its increase based on the use of recreational and recreational activities] // Slobozhans'kyi naukovo-sportyvnyy visnyk. 2013. № 3. S. 19–24. (in Ukrainian)

15. Tsybalyuk N. M. Instytuttsional'na modernizatsiya kul'turno-dozvillyevoyi sfery v Ukraini [Institutional modernization of cultural-leisure sphere in Ukraine]: avtoref. dys. ... d-ra sotsiol. nauk. Kyiv, 2005. 34 s. (in Ukrainian)

16. Appelqvist-Schmidlechner K., Vaara J., Mäkinen J., Vasankari T., Kyröläinen H. Relationships between leisure time physical activity, physical fitness and mental health among young adult males // European Psychiatry 41 (2017): S 179.

Стаття надійшла до редколегії 26.05.2017

Прийнята до друку 20.06.2017

Підписана до друку 30.06.2017