

DOI 10.31909/26168812.2019-(42)-22
УДК [378.016:796]:379.8-057.87

Геннадій ЯРЧУК*

НОВІТНІ ІДЕЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У СФЕРІ ДОЗВІЛЛЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ТА ШЛЯХ ЇХ ТВОРЧОГО ВТІЛЕННЯ

Існуючі системи з фізичного виховання і практика соціально-культурної діяльності ставлять завдання по зміцненню здоров'я і фізичному розвитку особистості. Однак в цих умовах рекреаційно-оздоровча робота залишається однією з найменш вивчених областей, і, як наслідок, ефективність цієї діяльності невисока, причому найбільше занепокоєння викликають показники розвитку і фізичного здоров'я молоді. Виникає необхідність активізації культурно – дозвіллевої діяльності через включення в неї поряд з традиційними та нетрадиційних засобів фізичної культури. Це обумовлено також сучасними тенденціями молодіжної моди, прагненням до досягнення цінностей світової культури, привабливістю комплексу мотиваційних чинників, які застосовуються в нетрадиційних засобах фізичної культури. Пошук нових шляхів залучення широких мас населення усіх вікових категорій до рекреаційно-оздоровчої дозвіллевої діяльності, формування у них стійкої потреби в руховій активності передбачає використання поряд з традиційними нетрадиційних видів фізичної культури (їх ще називають оздоровчими). Дана стаття висвітлює напрямки пошуку нових шляхів підвищення соціально – виховної значущості фізичної культури сучасної молоді у сфері дозвілля, одним з яких є застосування найбільш популярного у сфері дозвілля молоді комплексу нетрадиційних засобів фізичної культури

Ключові слова: *молодь, дозвілля, фізична культура, соціальне виховання, нетрадиційні засоби фізичної культури.*

Сучасне соціально-виховне середовище об'єктивно потребує організації адекватної і конструктивної соціально-культурної діяльності, де актуалізуються процеси дозвіллевої сфери, пов'язані з культурним і фізичним розвитком особистості, що має принципове значення для формування здорового способу життя.

Інтеграційні ресурси фізичної культури повніше реалізуються в тому випадку, якщо в рекреаційно-оздоровчій роботі передбачається застосування цілого комплексу нетрадиційних засобів, покликаних сприяти активному, творчому відпочинку, культурної інтеграції, посиленню орієнтації особистості на духовно-моральні цінності, в аспекті розвитку і реалізації її здібностей. Основною організаційною формою реалізації потенціалів рекреаційно-оздоровчого спрямування в системі соціально-культурної діяльності є спортивно-оздоровчі і фітнес-центри, які створюються для спільного проведення дозвілля, організації спілкування і співробітництва в духовному та фізичному самовдосконаленні.

Існуючі системи з фізичного виховання і практика соціально-культурної діяльності ставлять завдання по зміцненню здоров'я і фізичному розвитку особистості. Однак в цих умовах рекреаційно-оздоровча робота залишається однією з найменш вивчених областей, і, як наслідок, ефективність цієї діяльності невисока, причому найбільше занепокоєння викликають показники розвитку і фізичного здоров'я молоді. Виникає необхідність активізації культурно-дозвіллевої діяльності через включення в неї поряд з традиційними та нетрадиційних засобів фізичної культури. Це обумовлено також сучасними тенденціями молодіжної моди, прагненням до досягнення цінностей світової культури,

* Ярчук Геннадій – кандидат філософських наук, доцент, Ізмаїльський державний гуманітарний університет, Україна; e-mail: gennadiu1310@gmail.com

привабливістю комплексу мотиваційних чинників, які застосовуються в нетрадиційних засобах фізичної культури.

Роль фізичної культури і її інтеграційного потенціалу в дозвіллі розкриває Д. Шамсутдінова. У контексті рекреаційно-оздоровчого напрямку соціально-культурної діяльності інтерес представляють роботи, в яких розглядаються культурологічні, соціальні та педагогічні проблеми формування здорового способу життя (Н. П. Абаскалова, В. К. Бальсевич, М. Я. Віленський, П. А. Виноградов, Р. Д. Зайців, А. М. Котиків, А. В. Лотоненко, Ю. П. Лісцин, К. І. Лубишева).

Існуючі програми з фізичного виховання (Н. В. Алексєєв, М. Я. Віленський, Е. Н. Литвинов, в. І. Лях, Б. І. Туркунов) одним із своїх завдань визначають рекреації, оздоровлення і зміцнення здоров'я молоді, але розкривають при цьому тільки традиційні засоби фізичної культури в дозвіллі.

Тому існує суперечність між потребою суспільства в удосконаленні розвиваючої рекреаційно-оздоровчої діяльності в сфері дозвілля молоді з використанням нетрадиційних засобів фізичної культури, і недостатньою розробленістю цього питання в теорії та практиці соціально-культурної діяльності.

Об'єкт дослідження – сучасна молодь у сфері дозвілля засобами фізичної культури.

Предмет – педагогічні шляхи підвищення соціально – виховної значущості фізичної культури сучасної молоді у сфері дозвілля на прикладі нетрадиційних засобів фізичної культури.

Мета дослідження – виявити та описати шляхи підвищення соціально – виховної значущості фізичної культури сучасної молоді у сфері дозвілля.

Існують різні вікові типології. Не торкаючись всіх етапів в кожній з вікових класифікацій, виділимо для порівняльного дослідження лише цікавий для нас період - це 14-30 років. У психології цей етап відповідає періоду юності. Погоджуючись з авторами підручника по соціології молоді, зазначимо, що великий інтерес представляють вікові класифікації, висунуті в роботах англо-американських вчених Д. Биррена, Д. Бромлея, Д. Векслера. З вітчизняних антропологів заслуговують уваги вікові періодизації молоді¹.

Нетрадиційна фізична культура являє собою види фізкультурних дисциплін, об'єднаних у систему. У підручнику «Фізична культура студентів в життя» це поняття конкретизовано наступним чином: «Сучасні системи фізичних вправ являють собою спеціально підібрані рухи і пози, спрямовані на комплексне або виборче вплив на визначені функціональні системи організму. У деяких з них є змагальні елементи»².

Пошук нових шляхів залучення широких мас населення усіх вікових категорій до рекреаційно-оздоровчої дозвіллевої діяльності, формування у них стійкої потреби в руховій активності передбачає використання поряд з традиційними нетрадиційних видів фізичної культури (їх ще називають оздоровчими). Дана стаття висвітлює напрямки пошуку нових шляхів підвищення соціально – виховної значущості фізичної культури сучасної молоді у сфері дозвілля, одним з яких є застосування найбільш популярного у сфері дозвілля молоді комплексу нетрадиційних засобів фізичної культури, куди входять: оздоровча аеробіка, фітнес, бодібілдинг, шейпінг, стретчинг, пілатес, каланетика, йога, східні танці та ін.

Коротко охарактеризуємо ці види нетрадиційної фізичної культури,

Оздоровча аеробіка – одна з форм масової фізичної культури з регульованим навантаженням. Виконується під музику і є видом активного відпочинку. Характерною рисою оздоровчої аеробіки стає наявність так званої аеробної частини заняття, під час якої робота кардіо – респіраторної системи підтримується на певному рівні певний проміжок часу. За змістом буває степ-аеробіка, фітбол-аеробіка, слайд-аеробіка, аква-аеробіка та ін.

¹ Кон, В. С.(2009) *Психологія ранньої юності*, К : Просвітництво, 256 с.

² Видрін В. М., Зиков Б. К., Лотоненко А. В. (2011) *Фізична культура студентів вузів: учб. посібник*, К: Академія, 160 с.

Фітнес – від англ. «to be sit», перекладається як «бути у формі». У підручнику *Оздоровчий фітнес*³ наводиться таке визначення: «фіт ніс-це прагнення до оптимальної якості життя, що включає соціальний, психічний, духовний і фізичні компоненти». Спочатку в фітнесі були з'єднані найбільш ефективні напрацювання бодібілдингу та аеробіки, що поєднують в собі заняття фізичними вправами і правильне харчування.

Шейпінг – від англ. «shape», що в перекладі означає «формування, надання форми» – це система фізичних вправ, спрямованих на оздоровлення й фізичне вдосконалення шляхом зміни антропологічних показників (форма, вага, обсяг) тіла і характеризуються високою інтенсивністю рухової активності. При заняттях шейпінгом інтенсивність фізичного навантаження дозується строго індивідуально. В його систему входить раціон правильного харчування з застосуванням дієт.

Стретчинг – від англ. «stretching» – «розтягування», складається з комплексів вправ підвищення еластичності різних м'язових груп і зв'язок. Широко використовується як допоміжний засіб в різних видах нетрадиційної фізичної культури.

Пілатес – система вправ (автор Д. Пілатес), відома в наш час в якості одного з напрямків фітнесу «mind body», що означає «розумне тіло».

Метод Пілатеса відноситься до одного з тих небагатьох напрямків фітнесу, які під час виконання вправ зачіпають глибокі м'язи живота і м'язи-стабілізатори, які майже не опрацьовуються на заняттях аеробікою⁴. Поєднання руху з правильним диханням -ключ до зміцнення м'язів і хорошому самопочуттю. Програма управління тілом і його вдосконалення за системою Пілатеса являє собою систему вправ, направлених на розтяжку, зміцнення і тонізація м'язи, зміцнення постави, гнучкості і почуття рівноваги, рухливості в суглобах і, що дуже важливо, на досягнення гармонії як в нашій свідомості, так і з навколишнім світом.

Калланетика – комплекс вправ, створений американкою Коллан Пінкні, складається з чотирьох частин⁵. Близько половини вправ виконуються в статичному (ізометричному режимі), третину становлять вправи на розтягування.

Йога – поєднує і реалізує в позах і вправах наступні понятті: союз, зв'язок, з'єднання, рівновагу. Згідно з вченням йога, тіло людини – єдине ціле, що складається з двох половин: правої (сонячної) і лівої (місячної), відповідальних за життєдіяльність. В основі йоги лежать вміння і метод управління психікою і фізіологічними проявами організму з метою досягнення стану «Нірвани». Комплекс вправ йоги складається з набору «асан» з затримкою в кожній позі від кількох секунд до хвилини і повільних переходів від однієї пози до іншої, при цьому досягається психоенергетичне оздоровлення душі і тіла. Володіння вчення йоги забезпечують хорошу фізичну підготовку, стан здоров'я і довголіття.

Східний танець – є ефективним засобом підтримки в гармонії форм тіла і стану здоров'я, надає позитивний, оздоровчий вплив на стан внутрішніх органів (дихання, виділення). Колорит східного одягу в поєднанні з східним музикальним супроводом створює особливу атмосферу під час занять і сприяє психологічному розвантаженню⁶.

Нетрадиційні види фізичної культури за своєю природою, методів і засобів реалізації входять в систему соціально-культурної діяльності. Позитивний вплив нетрадиційних засобів фізичної культури на здоров'я людей забезпечується їх цілеспрямованим впливом, загальнодоступністю, а також можливістю організувати активне і корисне, духовне і фізичне дозвілля.

³ Каменщикова Р. А. (2011) *Методика нетрадиційних видів фізичної культури у процесі фізичного виховання: автореф. дис. канд. пед. наук*, 19 с.

⁴ Коджешау М. Х. (2016) *Фактори, що визначають фізкультурно-спортивну активність студентів*, Теорія і практика фізичної культури, №3, С. 56-57

⁵ *Енциклопедичний словник з фізичної культури і спорту* (2011): В 3 т. Т. 1. К., С. 170.

⁶ *Енциклопедичний словник з фізичної культури і спорту* (2011): В 3 т. Т. 1. К., С. 170.

Як показує практика, потенціал фізичної культури у сфері соціально – виховного дозвілля реалізується не повною мірою. Зокрема, в процесі організації рекреаційно-оздоровчою діяльності ігноруються соціально-інтеграційні та реабілітаційні аспекти феномена фізичної культури, переважає орієнтація на технологічну сторону фізичної культури і недооцінюється її ціннісний, інтелектуальний потенціал. Інтеграційні та адаптаційні ресурси фізичної культури повніше реалізуються в соціально-культурній діяльності, якщо заняття будуються на основі синтезу її різних засобів. Така організація передбачає цілий комплекс нетрадиційних засобів в рекреаційно-оздоровчій роботі, покликаних сприяти активному, творчому відпочинку, соціальної інтеграції, посиленню орієнтації особистості на моральні цінності, самовизначення, розвиток і реалізацію своїх здібностей. Основною організаційною формою реалізації потенціалів рекреаційно-оздоровчої діяльності в системі сфері соціально – виховного дозвілля є громадські центри, клуби, які створюються за місцем проживання (районні, міські, регіональні) і навчання (шкільні, вузівські та ін) для спільного проведення дозвілля, організації спілкування і співробітництва в духовному та фізичному самовдосконаленні⁷.

Їх діяльність повинна будуватися:

- на синтезі фізкультури і мистецтва (наприклад, шляхом проведення різноманітних змагань, конкурсів, вікторин, пов'язаних з культурою);
- включати нові комплексні засоби і форми, що вимагають фізичної підготовленості, спортивної і художньої майстерності, знань, інтелекту, творчості;
- здійснювати гуманістично-орієнтовану систему оцінки і заохочення учасників;
- забезпечувати рівну участь кожного учасника, незалежно від рівня його фізичного розвитку.

При цьому вироблення умов реалізації реабілітаційного та само реалізаційних потенціалів рекреаційно-оздоровчої діяльності повинна будуватися на основі адекватного розуміння її сутності і функцій, справжньої ролі і місця у філогенезі та індивідуальної життєдіяльності, з урахуванням мети – формувати особистість в єдності її інтелектуального, морального і тілесно-фізичного розвитку⁸.

Останнім часом намітилася тривожна тенденція до погіршення здоров'я, фізичного розвитку і фізичної підготовленості молоді. Ця ситуація безпосередньо пов'язана з проблемами економіки, екології, освіти, медицини, умовами праці та побуту, з недооцінкою в суспільстві соціально-економічної, оздоровчої та виховної ролі фізичної культури. На державному рівні це відбивається в залишковому принципі фінансування сфери фізичної культури і спорту, гострому дефіциті її матеріальної бази, якості підготовки кваліфікованих фахівців, слабкою пропаганді. У зв'язку з цим у 2003 році була прийнята концепція інформаційно-освітньої компанії, але пропаганді фізичної культури і здорового способу життя серед дітей, підлітків та молоді (П. Л. Виноградов, В. О. Кузін, А. Т. Паршиков, П.В. Паршикова, В. П. Моченов), метою якої є визначення стратегічних та пріоритетних напрямів корінних перетворень у сфері фізичної культури і спорту⁹.

В сучасний період розвитку країни проблема фізичного розвитку, навчання і виховання молоді посилилася низкою негативних тенденцій у суспільстві. Серед наслідків такого кризового стану вищих навчальних закладів можна виділити ряд найбільш важливих:

- низька ефективність занять з фізичної культури;
- відсутність спортивного інвентарю та обладнання для організації навчального процесу та роботи секцій;
- зниження інтересу до занять фізичною культурою;

⁷ Пономарьов Н. А. (2004) *Соціальні функції фізичної культури і спорту*, К: Фізкультура і спорт, 166 с.

⁸ Первушина О. В. (2012) *Соціально-культурна діяльність: Теоретичні основи*, Харків : АлтГАКИ, 96 с.

⁹ Моченов, В. П. (2014) *Соціально-педагогічні аспекти використання нетрадиційних форм і видів фізичної культури у практиці фізкультурно-оздоровчої роботи: автореф. дис. канд. пед. наук*, К., 13 с.

- зниження природної рухової активності студентів;
- високий рівень захворюваності серед молоді внаслідок зниження загального імунітету;
- слабкий розвиток наступності у формуванні та впровадженні особистісно-орієнтованої моделі в освітніх установах, а також оздоровчих фізкультурних і спортивних традицій.

Вищесказане дозволяє виявити низку основних протиріч між:

- розумінням необхідності різноманітного розвитку студентського фізкультурно-оздоровчого руху, формування у молоді фізичної культури в повному обсязі і недостатністю розроблених систем і механізмів здійснення цього процесу;
- вимогою пошуку нових підходів у змісті, формах і методах навчання та відсутністю достатніх мотивів у викладацького колективу для цієї роботи;
- новими вимогами до матеріально-технічного оснащення навчального процесу і низьким рівнем фінансування вищої освіти.

Перераховані вище суперечності визначають необхідність пошуку нових підходів до фізичного розвитку студентської молоді не тільки в межах вузівської програми, але і в системі додаткової фізкультурно-оздоровчої освіти. Саме в фізкультурно-оздоровчій роботі можна у відносно вільному середовищі формувати потребу в заняттях фізкультурою і спортом, прагнення до здорового способу життя, впливати на дозвілля. При цьому вимагає свого вирішення педагогічна проблема, пов'язана з необхідністю визначення ефективних підходів і механізмів їх реалізації з розвитку фізичної культури і спорту в студентському колективі, формування здорового способу життя.

Таким чином, нижче ми наведемо основні організаційно-педагогічні умови ефективного фізичного розвитку та підвищення значущості фізичної культури у сфері дозвілля молоді.

Фізкультурно-оздоровча діяльність, як прояв рухової активності людини, є соціальним процесом, реалізований у фізичних діях і оздоровчих процедур, що сприяють зміцненню здоров'я, оволодіння фізичною культурою, формування цінностей, що підвищують ефективність трудової та іншої соціальної діяльності людини.

Фізкультурно-оздоровча діяльність складається з двох видів діяльності:

- до першого відносяться фізичні рухи, різні види фізичних вправ;
- до другого – гігієнічні оздоровчі процедури.

Фізичними видами фізкультурно-оздоровчої діяльності є ранкова гімнастика, ходьба, ходьба на лижах, біг, плавання, туристичні походи, спортивні і рухливі ігри та ін. Гігієнічними оздоровчими процедурами є прийняття душу, ванни, лазні або сауни, масаж, аутотренінг і т. п.

Вивчення фізкультурно-оздоровчої діяльності як соціального фактора формування здоров'я студентської молоді з точки зору соціології фізичної культури і спорту вимагає розгляду різних наукових підходів до даної категорії. Узагальнення наукових розробок на міждисциплінарному рівні дозволяє нам розглянути фізкультурно-оздоровчу діяльність як соціальну діяльність, спрямовану на збереження, розвиток і формування здоров'я людини на фізичному і психічному рівнях. Механізм соціальних впливів фізкультурно-оздоровчої діяльності на здоров'я студентської молоді полягає у вихованні активного особистісного ставлення до здоров'я, формуванню умінь і навичок оздоровчої діяльності з метою повноцінного включення особистості в життєдіяльність сучасного соціуму.

Пропонований нами методологічний підхід у дослідженні детермінант здоров'я та здорового способу життя на інтеграцію студентської молоді в соціум, полягає у вивченні чинників соціалізації і профілактичних дій щодо здоров'я, а також особистісних факторів життєдіяльності, які в сукупності визначають характер поведінки молоді щодо збереження і зміцнення власного здоров'я.

Фізкультурно-оздоровча діяльність є основним фактором, який студенти використовують для зміцнення здоров'я. Проте, при позитивному ставленні до

фізкультурно-оздоровчої діяльності в цілому, більшість студентів активного інтересу до неї не виявляють. Процес соціалізації щодо здоров'я не досягає мети формування особистісного ставлення студентської молоді до власного здоров'я. У ціннісному свідомості студентської молоді здоров'я тільки декларується, але ставлення до здоров'я як до головної цінності, від якої залежить повноцінне життя людини, ще не сформовано. На жаль, мотивами фізкультурно-оздоровчої діяльності студентської молоді є, по-перше, покращення зовнішньої привабливості і лише потім покращення стану здоров'я. Значною мірою така поведінка визначається неусвідомленими діями, пов'язаними з відсутністю знань, умінь і навичок ведення здорового стилю життя¹⁰.

Реальний стан та розвиток молодіжного фізкультурно-оздоровчого руху в країні в нових соціально-економічних і політичних умовах доводить необхідність перегляду позиції Уряду, державних органів управління, законодавчих органів, регіональних та місцевих органів управління з вирішення актуальних проблем, пов'язаних з докорінним поліпшенням розвитку спорту країни.

Новий підхід до цієї проблеми доцільно, на наш погляд, спрямувати, насамперед, на: попередження подальшого стихійного розпаду молодіжних громадських об'єднань фізкультурно-спортивної спрямованості:

— з визначенням форм і методів співпраці з федеративними і регіональними молодіжними об'єднаннями, спрямованими на збереження позитивного досвіду, напрацьованого в цьому русі

— створення фундаменту якісного переходу до фізкультурно-спортивної роботи з молоддю

— створення нової концептуальної основи, що враховує динаміку розвитку суспільства і нові можливості.

Держава, його органи управління повинні взяти на себе, на наш погляд, вирішення конкретних, практичних завдань:

— зміцнити правову основу молодіжного фізкультурно-спортивного руху, включення до Законів України «Про освіту», «Про державну політику в галузі фізичної культури і спорту», «Про громадські об'єднання фізкультурно-спортивної спрямованості» положення, що закріплюють економічні, соціальні та юридичні основи політики держави, його органів управління в галузі розвитку молодіжного фізкультурно-спортивного руху;

— сприяти закріплення на рівні законів основних напрямків державної підтримки молодіжного фізкультурно-спортивного руху;

— створити умови, що гарантують учнівської молоді співпраця з керівниками їх об'єднань фізкультурно-спортивної спрямованості, професіоналами і громадськими діячами фізичної культури і спорту;

— забезпечити участь молодіжних об'єднань фізкультурно-спортивної спрямованості у формуванні матеріально-фінансової бази названих об'єднань, програм за рахунок відрахувань з державного та муніципальних бюджетів, пільгової податкової політики, надання щорічних субсидій;

— в сучасних умовах повинні бути вибудовані відносини між державними органами управління фізичної культури і спорту, освіти, у справах молоді та молодіжними об'єднаннями фізкультурно-спортивної спрямованості.

Ці відносини повинні бути розумно узгоджені, виходячи з взаємного визнання всіх прав, які надані існуючим законодавством.

В даний час державні органи управління розробляють програми розвитку регіональних систем освіти, фізичної культури і спорту, молодіжного руху. *Основна увага в них приділяється розвитку мережі різноманітних освітніх установ, їх типології,*

¹⁰ Видрін В. М., Зиков Б. К., Лотоненко А. В. (2011) *Фізична культура студентів вузів: учб. посібник*, К.: Академія, 160 с.

*варіативності освітніх програм, розвитку видів спорту, матеріальної бази, розвитку різноманітних молодіжних центрів, дозвілєвих закладів*¹¹.

Як показує аналіз, в цих програмах не передбачаються шляхи створення та розвитку системи виховання в регіоні, у тому числі засобами фізичної культури і спорту; не визначено відповідне місце в цих програмах молодіжним об'єднанням у вирішенні виховних завдань.

Між тим, як показує практика, розвиток студентського фізкультурно-спортивного руху в регіоні (краю, області, місті, районі) суттєво впливає на вирішення найгостріших проблем виховання: викликає масове прагнення молоді до фізичного і спортивного вдосконалення, здорового способу життя, слідувати кодексу спортивної честі і благородства.

На етапі навчання у вузах необхідна корінна перебудова навчально-виховного процесу з фізичної культури. Навчальні заняття, як у багатьох викладачів-новаторів, повинні повсюдно служити не навчальній навантаженню, а засобом зняття розумового і психічного напруги від перевантаження навчальними предметами. Необхідно керівникам вищих навчальних закладів створювати умови для затвердження різноманітних форм і занять фізичною культурою, заохочення нових нестандартних підходів і напрямів. Сприяття викладачам у пошуку нових форм органічного з'єднання фізичного розвитку, фізичного вдосконалення особистості студентів з органічним з'єднанням їх духовних запитів¹².

Висновки: Молодь – це дзеркало суспільства, а всі процеси, що протікають в ньому, – трансформація, модернізація – в молодіжному середовищі мають більш інтенсивний характер. Молодь йде в дозвілля як певну захищену нішу, де вона відчуває себе посправжньому вільною. Тому можна сказати, що дозвілля для молоді є частиною «життєвого процесу, в якому людина вільно володіє і яка може бути використана ним для вільної діяльності і розвитку». Все це говорить про зростання ролі дозвілля в процесі формування ціннісних орієнтацій молодого покоління.

З урахуванням виявлених особливостей нетрадиційні засоби фізичної культури в системі гармонійного фізичного розвитку, рекреації та збереження здоров'я молоді виділено як один із способів задоволення потреби в культурному дозвіллі, на основі принципів індивідуалізації і диференціації.

Фізична культура і спорт, будучи частиною загальнолюдської культури, її особливою самостійною галуззю, впливає на життєво важливі сторони індивіда, отримані у вигляді задатків, які передаються генетично і розвиваються в процесі соціалізації. Фізична культура і спорт задовольняють соціальні потреби у спілкуванні, грі, проведенні дозвілля, в інших формах самовираження особистості через соціально-активну діяльність.

Тому, сьогодні в умовах активного соціально-економічного, технічного й культурного розвитку суспільства, особливу увагу слід приділити залученню всіх верств населення до занять масової фізичної культурою.

Поняття «фізкультурна рухова діяльність» як елемент системи базисних понять загальної теорії комплексного фізичного виховання характеризує певну форму рухової діяльності людини, тобто діяльності, зміст якої складає його здатність виконувати певне коло рухів.

Фізкультурно-рухову активність, орієнтовану на формування і удосконалення тілесних, психічних і інших особистісних характеристик, необхідних для певної професійної діяльності, прийнято називати професійно-прикладної фізичної культурою.

¹¹ Соколов А. В. (2003) *Феномен соціально-культурної діяльності*, Харків: ГПУ, 204 с.

¹² Каменщикова Р. А. (2011) *Методика нетрадиційних видів фізичної культури у процесі фізичного виховання: автореф. дис. канд. пед. наук*, 19 с.

REFERENCES

- Vidrin, V. (2011). *Zikov B., Lotonenko A. V. Fizichna kultura studentiv vuziv: Uchb. posibnik*. K.: Akademiya, 2011. 160 p. [in Ukrainian].
- Entsiklopedichniy slovnik z fizichnoyi kulturi i sportu*. (2011). 170 p. [in Ukrainian].
- Kamenschikova, R. (2011). *Metodika netraditsiynih vidiv fizichnoyi kulturi u protsesi fizichnogo vihovannya: avto-ref. dis. kand. ped. nauk / G. A. Kamenschikova*. 2011. - 19 p. [in Ukrainian].
- Kodzheschau, M. (2016). *Faktori, scho viznachayut fizkulturno-sportivnu aktivnIst studentiv*. 2016. 57 p. [in Ukrainian].
- Kon, V. *PsihologIya rannoyi yunosti*. K.: Prosvitnitstvo, 2009. – 256 p. [in Ukrainian].
- Mochenov, V. (2014). *Sotsialno-pedagogichni aspekti vikoristannya netraditsiynih form i vidiv fizichnoyi kulturi u praktitsi fizkulturno-ozdorovchoyi roboti: avto-ref. dis. kand. ped. nauk / V. P. Mochenov*, 2014. 13 p. [in Ukrainian].
- Pervushina O. (2012). *Sotsialno-kulturna diyalnIst: TeoretichnI osnovi / O. V. Pervushina*. HarkIv. 2012. 96 p. [in Ukrainian].
- Ponomarov N. (2004). *Sotsialni funktsiyi fizichnoyi kulturi i sportu / N. A. Ponomarov*. K.: Fizkultura i sport, 2004. 166 p. [in Ukrainian].
- Sokolov, A. (2003). *Fenomen sotsialno-kulturnoyi diyalnosti / A. V. Sokolov*. H.: GPU, 2003. 204 p. [in Ukrainian].

Yarchuk G. Newest ideas of physical education in the sphere of leisure of student youth.

The existing systems of physical education and the practice of socio-cultural activities set goals to improve the health and physical development of the individual. However, in these conditions, recreational and recreational work remains one of the least studied areas, and, as a result, the effectiveness of this activity is low, and the greatest concern is caused by the growth and physical health of young people.

There is a need to enhance the cultural – leisure activities due to the inclusion in it, along with traditional and non-traditional means of physical culture. This is also due to modern trends in youth fashion, the desire to comprehend the values of world culture, the attractiveness of a set of motivational factors that are used in non-traditional means of physical culture. The search for new ways to attract the masses of the population of all age categories to recreational and recreational leisure activities, the formation of their sustainable need for physical activity involves the use of traditional non-traditional types of physical culture (they are also called wellness).

The integration and adaptation resources of physical culture are more fully realized in the socio-cultural activities if classes are built on the basis of the synthesis of its various means. Such an organization involves a whole range of non-traditional means in recreational and recreational work, designed to promote active, creative recreation, social integration, strengthen the orientation of the individual to moral values, self-determination, development and implementation of their abilities.

This article covers the direction of finding new ways to increase the socio - educational importance of physical culture of modern youth in the field of leisure, one of which is the use of the most popular in the field of youth leisure in the field of youth leisure.

Key words: *youth, leisure, physical culture, social education, non-traditional means of physical culture.*