

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра теорії і методики фізичного виховання

Дипломна робота (проект)
магістра

з теми: «ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНА ДІЯЛЬНІСТЬ УЧНІВСЬКОЇ
МОЛОДІ У ЗАКЛАДАХ ПОЗАШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ ТУРИСТСЬКО-
КРАЄЗНАВЧОГО НАПРЯМКУ»

Виконав: студент 2 курсу, групи ФК1-М22z
спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура)
Заїка Андрій Вікторович
Керівник: Скавронський Олександр Павлович,
кандидат наук з фізичного виховання та спорту,
доцент
Рецензенти: Зубаль Майя Вікторівна, кандидат наук з
фізичного виховання та спорту, доцент

Кам'янець-Подільський – 2023 рік

ЗМІСТ

| | |
|--|----|
| ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ..... | 3 |
| ВСТУП..... | 4 |
| РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ОРГАНІЗАЦІЇ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ У ЗАКЛАДАХ ПОЗАШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ | 7 |
| 1.1 Формування та розвиток оздоровчо-рекреаційної діяльності школярів у закладах позашкільної освіти | 7 |
| 1.2. Сучасний стан та підходи до організації оздоровчо-рекреаційної діяльності у закладах позашкільної освіти | 19 |
| 1.3 Міжнародний досвід організації оздоровчо-рекреаційної діяльності школярів у вільний час | 23 |
| РОЗДІЛ 2 МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ..... | 30 |
| 2.1 Методи дослідження | 30 |
| 2.2 Організація дослідження..... | 34 |
| РОЗДІЛ 3 АНАЛІЗ МОТИВАЦІЙНИХ ПРІОРИТЕТІВ, СТРУКТУРИ ТА ОБСЯГУ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ, ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОГО ТА ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ | 35 |
| 3.1 Аналіз мотиваційних пріоритетів учнівської молоді до оздоровчо-рекреаційної діяльності | 35 |
| 3.2 Аналіз структури та обсягу рухової активності хлопців та дівчат віком 15-16 років | 38 |
| 3.3 Аналіз показників фізичного стану хлопців та дівчат 15-16 років | 51 |
| ВИСНОВКИ | 55 |
| СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ | 57 |

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

| | |
|-----------|--|
| АТ діаст. | артеріальний тиск діастолічний |
| АТ сист. | артеріальний тиск систолічний |
| ВООЗ | Всесвітня організація охорони здоров'я |
| ДТ | довжина тіла |
| ДЮСШ | дитячо-юнацька спортивна школа |
| ДЮТ | дитячо-юнацький туризм |
| ЗВО | заклад вищої освіти |
| ЗОШ | загальноосвітня школа |
| ЗПО | заклад позашкільної освіти |
| ЖЄЛ | життєва ємність легенів |
| ЖІ | життєвий індекс |
| ЄС | Європейський Союз |
| ЕС | емоційний стан |
| ІР | індекс Руф'є |
| ЛДУФК | Львівський державний університет фізичної культури |
| МОНУ | Міністерство освіти і науки України |
| МТ | маса тіла |
| НДР | науково-дослідна робота |
| ОПІ | обсяг переробленої інформації |
| РА | рухова активність |
| САН | самопочуття, активність, настрої |
| СІ | силовий індекс |
| СОТ | спортивно-оздоровчий туризм |
| ССС | серцево-судинна система |
| ТКН | туристсько-краєзнавчий напрям |
| ЧСС | частота серцевих скорочень |
| ESAP | The European Survey on Aging protocol |

ВСТУП

Актуальність теми. Однією з найбільш гострих проблем сучасності є підвищення рівня здоров'я учнівської молоді [6; 13 та ін.]. Актуальність цього питання зумовлена підвищенням захворюваності серед учнів, зниженням рівня їх фізичної підготовленості та рухової активності [5; 13; 31 та ін.]. Погіршення стану здоров'я і фізичного розвитку сучасних дітей [14], соціальне замовлення на збереження їх здоров'я зусиллями освітніх закладів [9], відсутність інноваційних підходів, спрямованих на позитивний результат [31] вимагають пошуку найбільш ефективних і прогресивних шляхів вирішення проблем організаційно-методичного забезпечення фізкультурно-оздоровчої роботи серед школярів. У вирішенні зазначених проблем корисним має стати досвід і можливості закладів позашкільної освіти, зокрема центрів дитячо-юнацького туризму, які завдяки відкритості виховної системи, варіативності, розмаїттю гуртків, студій, секцій, клубів за інтересами, спроможні реалізовувати актуальні завдання з формування здорового способу життя, впроваджувати інноваційні підходи в організацію фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми.

Дитячо-юнацький туризм (ДЮТ), орієнтований на соціально важливу категорію нашого суспільства – підростаюче покоління, посідає особливе місце в системі оздоровчо-рекреаційної діяльності. У першу чергу він покликаний сприяти вихованню та освіті підростаючого покоління засобами туристсько-краєзнавчої роботи, формуванню гармонійно розвиненої особистості. Різними формами туристсько-краєзнавчої роботи в Україні охоплено більше 1 млн. 250 тисяч дітей, що становить 19,1% від загальної кількості учнів. У позашкільних закладах освіти туристсько-краєзнавчого напрямку щорічно займаються майже 536 тисяч учнів [14]. Сучасні економічні і соціальні передумови, що склалися в Україні, сформуvalи суспільне замовлення на розвиток системи ДЮТ. На фоні розвитку зазначеного аспекту залишається незначною увага до туризму, як сфери педагогічної, виховної діяльності, організації активного відпочинку, корисного та

цікавого проведення дозвілля учнівської молоді. Вивчено особливості організації фізичного виховання учнів старших класів на основі використання рекреаційно-спортивної діяльності та туризму (на прикладі Польщі). Так, К. В. Мулик [18] розглядав можливість використання засобів спортивного туризму у фізичній рекреації школярів. Згідно з даними О. В. Антонова [1] досліджено розвиток рухових якостей старшокласників на заняттях з пішохідного туризму у позашкільних навчальних закладах. У працях Т. І. Гриньової [28] оцінено вплив оздоровчих занять різними видами спортивного туризму на формування фізичного стану дітей 10–13 років. Власне, Я. М. Сивохопом [24] обґрунтовано та розроблено зміст, форми, методи, засоби й педагогічні умови як складові методики формування здорового способу життя учнів 6–9 класів у процесі спортивно-краєзнавчої роботи в закладах позашкільної освіти.

Недостатність уваги до можливостей центрів ДЮТ у вирішенні проблем збереження та зміцнення здоров'я школярів, удосконалення їх фізичної підготовленості, а також недостатня кількість ґрунтовних комплексних наукових досліджень, методичних розробок із зазначених питань обумовлюють актуальність роботи. Основне завдання організаційно-методичного забезпечення полягає у впровадженні в освітній процес методологічних, дидактичних і методичних розробок, які відповідають сучасним вимогам педагогічної науки і практики. У зв'язку з цим виникає необхідність теоретичного і практичного вирішення проблеми якісного оновлення організаційно-методичного забезпечення, що передбачає системний аналіз підходів до науково-методичного забезпечення освітнього процесу у закладах позашкільної освіти, теоретичне обґрунтування вимог до розроблення навчальних і методичних матеріалів, визначення шляхів їх реалізації в педагогічній практиці.

Об'єкт дослідження – оздоровчо-рекреаційна діяльність учнівської молоді у закладах позашкільної освіти туристсько-краєзнавчого напрямку.

Предмет дослідження – організаційно-методичне забезпечення оздоровчо-рекреаційної діяльності учнівської молоді закладів позашкільної освіти туристсько-краєзнавчого напрямку.

Мета дослідження – науково обґрунтувати та розробити підходи до підвищення ефективності організаційно-методичного забезпечення оздоровчо-рекреаційної діяльності учнівської молоді у закладах позашкільної освіти туристсько-краєзнавчого напрямку для залучення молоді до регулярної рухової активності, організації змістовного дозвілля, покращення показників фізичного та емоційного стану.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати стан проблеми організації оздоровчо-рекреаційної діяльності учнівської молоді у закладах позашкільної освіти за результатами аналізу вітчизняної і зарубіжної фахової літератури та передового досвіду.
2. Визначити мотиваційні пріоритети, структуру та обсяг рухової активності, показники фізичного та емоційного стану учнівської молоді – вихованців закладів позашкільної освіти туристсько-краєзнавчого напрямку.
3. Провести аналіз організаційно-методичного забезпечення оздоровчо-рекреаційної діяльності учнівської молоді у закладах позашкільної освіти туристсько-краєзнавчого напрямку та визначити чинники, що лімітують його ефективність.

Методи дослідження. У дослідженні застосовувався комплекс теоретичних методів дослідження: аналіз синтез, дедукція, індукція, класифікація, порівняння, а також вивчення нормативно-правових документів європейських країн щодо освітньої діяльності шкіл сприяння здоров'ю.

Практичне значення одержаних результатів. Запропонована технологія організації оздоровчо-рекреаційної діяльності учнівської молоді у закладах позашкільної освіти туристсько-краєзнавчого напрямку, що містить структурний, реалізаційний, результативно-оціночний рівні, дала можливість на новому якісному рівні організувати дозвілєву діяльність в умовах закладів позашкільної освіти. Результати дослідження доцільно застосовувати в процесі розроблення навчальних програм і навчально-методичних матеріалів для закладів позашкільної освіти, у освітньому процесі закладів вищої освіти та у системі післядипломної педагогічної освіти, що сприятиме підвищенню ефективності організації і

здійсненню оздоровчо-рекреаційної діяльності з учнями старшого шкільного віку. Матеріали дослідження можуть використовуватись у практиці роботи вчителів фізичної культури у закладах післядипломної освіти та на лекційних заняттях здобувачів вищої освіти, які навчаються на спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура).

Апробація результатів дослідження. Основні результати дипломної роботи магістра обговорювались на звітній науковій конференції студентів, магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (м. Кам'янець-Подільський 04-05 квітня 2023 року).

Публікації. Результати дослідження за темою кваліфікаційної (дипломної) роботи магістра висвітлені в одній науковій статті.

Структура та обсяг дипломної роботи магістра. Роботу викладено на 64 сторінках, з яких 53 основного тексту. Робота містить 4 таблиці і 6 рисунків. Дипломна робота складається з переліку умовних позначень, вступу, трьох розділів, висновків, та списку 98 використаних літературних джерел.

ВИСНОВКИ

1. На основі системного аналізу фахової вітчизняної та зарубіжної літератури, діючих законів та нормативно-правових документів у галузі позашкільної освіти встановлено, що перспективи розвитку вітчизняної освіти є найпріоритетнішою темою для обговорення в наукових та педагогічних колах. Відмічається значний інтерес науковців до підвищення ефективності організації діяльності закладів освіти, зокрема, позашкільної. У той же час в умовах реорганізації освітянської галузі невизначеним є організаційно-методичне забезпечення оздоровчо-рекреаційної діяльності для школярів старших класів в умовах центрів дитячо-юнацького туризму, краєзнавства. Сучасний стан організації та здійснення оздоровчо- рекреаційної діяльності учнів старшої школи, як ефективної форми виховання особистості у дозвіллевій діяльності, вступає у протиріччя з вимогами часу і можливостями закладів позашкільної освіти щодо її ефективного здійснення.

2. За результатами анкетування метою оздоровчо-рекреаційної діяльності старшокласників передусім є отримання задоволення та позитивних емоцій (82,8 %), активний відпочинок, розваги (76,8 %), а також спілкування з друзями (74,7 %). Окрім запропонованих анкетною відповідями для учнів старшого шкільного віку важливим у заняттях стали також перевірка власних сил в екстремальних умовах (41,4 %) і відновлення сил після навчальних занять (31,3 %). Однак гуртківці не повністю розуміють важливість оздоровчо-рекреаційної діяльності з метою підвищення рухової активності, емоційного розвантаження та покращення стану здоров'я, оскільки менше 20,0 % опитуваних вказали на ці варіанти відповідей при відвідуванні оздоровчо-рекреаційних заходів. Аналіз добової рухової активності хлопців і дівчат 15–16 років вказує на значну перевагу базового і сидячого рівня посеред інших видів діяльності. У дівчат 15–16 років реєструється менша тривалість високого та середнього рівнів рухової активності

порівняно з хлопцями, проте достовірної різниці в розподілі за рівнями рухової активності хлопців і дівчат нами не виявлено ($p > 0,05$).

3. У результаті проведення комплексного дослідження фізичного стану школярів 15–16 років було встановлено, що середньовікові показники фізичного розвитку знаходились у межах фізіологічної норми. У той же час встановлено, що ознаки гіпотонії характерні для 24,4 % хлопців 15 років, 17,6 % дівчат 15 років, 8,8 % хлопців 16 років та 13,3 % дівчат 16 років (АТ < 110/70), а гіпертензії – для 18,1 % хлопців 15 років, для 11,7 % дівчат 15 років, для 5,9 % хлопців 16 років і для 13,3 % дівчат 16 років. Аналіз отриманих результатів індексу Робінсона у хлопців і дівчат 15–16 років свідчить, що аеробні можливості організму відповідають низькому рівню. Оцінювання рівня соматичного здоров'я за методикою Г. Л. Апанасенка дозволило встановити, що у хлопців та дівчат 15–16 років середньостатистичний результат суми балів відповідає низькому рівню.

4. Отримані дані констатувального експерименту, експертні висновки стали підґрунтям розробки підходів до організаційно-методичного забезпечення оздоровчо-рекреаційної діяльності закладів позашкільної освіти туристсько-краєзнавчого напрямку, основними з яких визначено: підвищення рівня організаційно-методичної роботи у закладі відповідно до єдиної методичної теми шляхом застосування інноваційних форм організації методичної роботи; зовнішня співпраця з різними організаціями, що забезпечує залучення дітей різного віку, допомагає залучати висококваліфіковані кадри відповідного профілю та внутрішня взаємодія на рівні закладу позашкільної освіти, що полягає у перетворенні традиційних форм організації таких творчих об'єднань, як гуртки, студії, секції за певними напрямками позашкільної освіти, у комплексні програми, які об'єднують кілька напрямів, що сприяють залученню учнівської молоді до оздоровчо-рекреаційної діяльності; забезпечення безперервності та наступності навчання і виховання; створення зрозумілого алгоритму впровадження оздоровчо-рекреаційної діяльності на базі закладу позашкільної освіти; набуття молодим поколінням соціального досвіду; впровадження інноваційних та інтерактивних методик в навчально-виховний процес з метою підвищення його якості та

результативності; сприяння поширенню передового педагогічного досвіду педагогів; здійснення моніторингу педагогічного процесу, своєчасне корегування; покращення матеріально-технічної бази та кадрового, програмно-методичного забезпечення закладів позашкільної освіти туристсько-краєзнавчого напрямку. Складовою організаційного забезпечення слугувала запропонована дворівнева система організаційної взаємодії закладів позашкільної освіти туристсько-краєзнавчого напрямку (зовнішня та внутрішня). Складовою методичного забезпечення постала оздоровчо-рекреаційна програма занять на основі засобів пішохідного туризму. Програма реалізовувалася у позанавчальний час, вона розрахована на 10 місяців, з тижневим навчальним навантаженням 6 годин.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абрамов В.В., Тонкошкур М.В. Історія туризму: підручник. Харків: Форт; 2010. 286 с.
2. Абрамов В.В. Спортивний туризм: підручник. Харків: ХНАМГ; 2011. 367 с.
3. Ажиппо О.Ю., Бондар А.С. Особливості рекреаційної та фізкультурно-спортивної діяльності дітей та молоді в Україні. *Спортивна медицина*. 2014. № 1. С. 41–46.
4. Андреева О. В. Розробка та впровадження технології проектування активної рекреаційної діяльності різних груп населення. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2015. №1. С. 4–9.
5. Андреева О.В. Теоретико-методологічні засади рекреаційної діяльності різних груп населення : автореф. дис. ... д-ра наук з фіз. виховання і спорту:24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». К., 2014. 44 с.
6. Андреева О.В., Гакман А.В. Технологія розробки рекреаційно-оздоровчих програм у літньому оздоровчому таборі. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2011. №4. С. 216–220.
7. Андреева О.В., Ковальова Н.В, Хрипко І.В. Аналіз проблем та перспектив впровадження оздоровчо-рекреаційної діяльності старшокласників в умовах загальноосвітнього навчального закладу. В: Костюкевич ВМ, редактор. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. праць. №5*. Вінниця; 2018.
8. Андреева О., Головач І., Хрипко І. Формування мотивації учнів молодшого шкільного віку до оздоровчої рекреаційної рухової активності В: Костюкевич ВМ, редактор. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. праць*. 2016. №1. С. 11–15.
9. Антонов О.В. Інноваційні технології ігрової спрямованості із застосуванням засобів пішохідного туризму для розвитку психомоторних

здібностей школярів старших класів. В: *Вісник Чернігів. нац. пед. ун-ту ім. Т.Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Зб. наук. пр.* 2013. Вип.112. №1. С. 150-153.

10. Безверхня ГВ. Мотивація до занять фізичною культурою і спортом школярів 5–11 класів [автореферат]. Умань, 2003. 22 с.

11. Блистів Т, Білошицький Т. Доцільність участі вчителів фізкультури у проведенні краєзнавчо-туристичної роботи в школі. В: *Краєзнавство і туризм: освіта, виховання, стиль життя*. Матеріали 3-ї Міжнар. наук.-практ. конф. Херсон; 2002. С.13-15.

12. Блистів Т. До питання формування змісту туристичної освіти в фізкультурних закладах освіти. В: *Інформатизація рекреаційної та туристичної діяльності: перспективи культурного та економічного розвитку*. Праці II Міжнар. конгр. Трускавець; 2003. С. 194–198.

13. Блистів Т. Комп'ютерне моделювання у сфері рекреаційно-оздоровчої діяльності та туризму. В: *Проблеми та перспективи розвитку науки на початку третього тисячоліття у країнах Європи та Азії*. Матеріали X Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. Переяслав-Хмельницький; 2015. С. 244-246.

14. Блистів Т. Мотиваційні пріоритети школярів до занять у центрах дитячо-юнацького туризму. *Спортивна наука України* [Інтернет]. 2015. №1(65). С. 70-75. Доступно: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/293>.

15. Блистів Т. Оптимізація змісту підготовки фахівців для сфери туризму в закладах освіти фізкультурного профілю. В: *Молода спортивна наука України. Зб. наук. ст. з галузі фіз. культури та спорту*. Львів. 2002. Вип.6. №2. С. 513-516.

16. Блистів Т. Організація рекреаційно-оздоровчої діяльності у міських парках. В: *Молода спортивна наука України. Зб. наук. ст. з галузі фіз. культури та спорту*. Львів:ЛДІФК. 2001. Вип.5. №1. С. 10-12.

17. Блистів Т. Особливості освітньо-професійної програми підготовки фахівців з туризму. В: *Сучасні фітнес-технології у фізичному вихованні студентів*. Матеріали 2-ї Міжнар. наук.-практ. конф. Київ; 2013. С. 12-14.

18. Блистів Т. Особливості рухових пріоритетів на дозвіллі вихованців

центрів дитячо-юнацького туризму. *The International Scientific Association "SCIENCE & ENESIS"*. 2015. №2. С. 53-54.

19. Блистів Т. Характеристика рухових пріоритетів вихованців центрів дитячо-юнацького туризму. В: Кашуба ВО, редактор. *Сучасні біомеханічні та інформаційні технології у фізичному вихованні і спорті*. Матеріали III Всеукр. електрон. конф., присвяч. 85-річчю НУФВСУ. Київ; 2015. С. 70-72.

20. Блистів ТВ, Горбацьо П, Нужний ОВ. Теорія і практика туристичних походів: навч. посіб. Львів: Українські технології; 2006. 132 с.

21. Блистів ТВ. Доцільність підготовки фахівців для сфери туризму у фізкультурних закладах освіти. В: *Проблеми розвитку спортивно-оздоровчого туризму і краєзнавства в закладах освіти*. Матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. Київ; 2002. С. 60-62.

22. Блистів ТВ. Особливості організації туристських подорожей з активними способами пересування. В: *Краєзнавство і туризм у соціокультурному розвитку особистості*. Матеріали II Міжнар. наук.-практ. конф. Глухів; 2011. С. 125-128.

23. Бондар АС, Середа НВ, Петренко ІВ. Особливості організації спортивного туризму в рекреаційній діяльності дітей та підлітків. *Основи спортивного туризму в рекреаційній діяльності*. 2016. С. 28-36.

24. Блистів, Т. В. (2019). Організаційно-методичне забезпечення оздоровчо-рекреаційної діяльності учнівської молоді у закладах позашкільної освіти туристсько-краєзнавчого напрямку. [Дисертація]. Київ: НУФВСУ, 258 с.

25. Випасняк, І. П. (2019). Корекційно-профілактичні технології у процесі фізичного виховання студентів із функціональними порушеннями опорно-рухового апарату: монографія. Івано-Франківськ: Вид. Кушнір Г.М., 347 с.

26. Випасняк Ігор, Іванишин Ірина, Стефанків Михайло. Стан позашкільної освіти з фізичної культури в Підкарпатті. *Фізична культура в школі: стан і перспективи розвитку* [Текст]: зб. тез доп. II Регіональної наук.-практ. конф. (23-24 квітня 2021 р.) / уклад.: Б.М. Мицкан. Івано-Франківськ: Прикарпатський нац. ун-т імені Василя Стефаника, 2021., С. 7-10.

27. Випасняк, І., Іванишин, І., Луцький, В. Стан розвитку спортивно-оздоровчого туризму як складової частини системи фізичного виховання учнівської молоді Карпатського регіону. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт*: 2019. №34. С. 31–37.

28. Випасняк, І., Шанковський, А. Інноваційні технології, спрямовані на підвищення ефективності процесу фізичного виховання студентів. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт*: журнал. 2018. №28. С. 28–34.

29. Величко В. В. Організація рекреаційних послуг: [навч. посібник]. Х.: ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2013. 202 с.

30. Гакман А. В. Організація рекреаційно-оздоровчої діяльності дітей 11-14 років в умовах дитячого табору відпочинку: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту: спец. 24.00.02. Київ, 2012. 20 с.

31. Гончарова НМ, Бутенко ГО, Прокопенко АО. Умови впровадження рекреаційно-оздоровчої технології у процес фізичного виховання дітей шкільного віку. В: *Проблеми активації рекреаційно-оздоровчої діяльності*: зб. матеріалів 10 Всеукраїнської наук.-практичної конф. з міжнародною участю; 2016Трав 12-13; Львів; 2016. С. 101-105.

32. Горбунов Л. Вплив оздоровчого туризму на рівень фізичної підготовленості учнів старших класів. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2010. Вип. 2(10). С. 47-50.

33. Гринева ТИ, Мулик КВ. Динамика показателей физических качеств ребят 10–13 лет под влиянием занятий разными видами туризма. *Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта*. 2013. №10. С. 16-21.

34. Гриньова ТІ. Мотиви та зацікавленість дітей до занять різними видами спортивного туризму. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2013. Вип. 5(38). С. 82-85.

35. Гриньова ТІ, Мулик КВ. Оцінка фізичної підготовленості хлопців 11–

12 років під впливом занять різними видами туризму. *Слобожанський науково-практичний вісник*. 2012. Вип. 5(2). С. 13-17.

36. Дем'янчук О., Альошина А. Особливості застосування занять оздоровчо-рекреаційної рухової активності зі школярами з використанням засобів спортивного туризму. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт: журнал*. 2018. Вип. 32. С. 25–31. Взято з <https://sportvisnyk.eenu.edu.ua/index.php/sportvisnyk/article/view/682>.

37. Дем'янчук О., Альошина А. Характеристика дистанцій змагань у спортивному туризмі. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. праць Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки*. 2016. Вип. 1 (33). С. 64–68. Взято з <https://sport.eenu.edu.ua/index.php/sport/article/view/42>.

38. Дем'янчук, О., Єрко, І., Томашук, О., Янюк, І. (). Оцінка рівня техніко-тактичної підготовленості у спортивному туризмі. *Фізична активність і якість життя людини: зб. тез доп. III Міжнар. наук.-практ. конф. (Луцьк, 11–13 черв. 2019 р.)*. Луцьк, 2019. С. 55. Взято з <https://conferences.eenu.edu.ua/public/conferences/Tezu2019.pdf>

39. Жданова О, Блистів Т, Білошицький Т. Рівень теоретичних знань та практичних умінь з туристської роботи студентів ЛДІФК різних курсів навчання. В: *Молода спортивна наука України*. Зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. Львів; 2006. Вип. 10. №3. С.157-161.

40. Жданова О, Блистів Т, Чеховська Л. Досвід підготовки фахівців з рекреації та туризму в закладах освіти фізкультурного профілю на базовому та спеціалізованому етапах навчання. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2002. Вип. 2/3. С. 59–61.

41. Закон України «Про оздоровлення та відпочинок дітей» в 2008 <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/375-17>.

42. Закон України «Про фізичну культуру і спорт»: за станом на 17 листопада 2009 року. Київ: Парлам. вид-во; 2009. 25 с.

43. Ковальова Н, Андреева О. Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності старшокласників у вільний час. В: *Науковий часопис Нац. пед. ун-ту ім. М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. Зб. наук. пр. Київ; 2011. №7. С. 8-13.
44. Ковальова Н, Андреева О. Технологія проектування рекреаційно-оздоровчої діяльності старшокласників. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2012 Вип. 2. С. 29–34.
45. Ковальова Н. В. Технологія проектування позакласної роботи старшокласників з фізичного виховання: дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02. К., 2012. 184 с.
46. Ковальова Н. Організація рекреаційно-оздоровчої діяльності старшокласників у позаурочний час. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2011. Вип. 3. С. 48–52.
47. Конох АП. Професійна підготовка майбутніх фахівців із спортивно-оздоровчого туризму: монографія. Запоріжжя : Запоріз. нац. ун-т; 2006. 456 с.
48. Кудрявцев А. Особливості організації оздоровчо-рекреаційної діяльності дітей у дитячих оздоровчих таборах. *Вісник Прикарпатського університету*. 2018. Вип. 29. С. 32-36.
49. Луцький В. Сучасний стан і перспективи активного туризму в Українських Карпатах. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* : збірник наукових праць. 2010. №. 4 (12), С. 10-16.
50. Микола Соя, Петро Костюк Сучасні погляди на роль літніх оздоровчих таборів у формуванні та підтриманні рівня здоров'я у дітей середнього шкільного віку. *Молода спортивна наука України*. 2012. Т.4. С. 149-155
51. Москаленко Н. Сучасні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми шкільного віку. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2007. Вип. 1. С. 16-20.
52. Мулик КВ, Мулик ВВ. Мотивація школярів та студентів до

спортивно- оздоровчих занять з туризму. *Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта*. 2015. Вип. 7. С. 33-38.

53. Національній стратегії розвитку рухової активності в Україні до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація».

54. Носко МО, Гаркуша СВ, Воєділова ОМ, Носко ЮМ, Гришко ЛГ. Позашкільна здоров'язбережувальна діяльність з фізичного виховання як спосіб підвищення рухової активності та покращення стану здоров'я учасників освітнього процесу. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка*. 2017. Вип. 147(II). С. 86-90.

55. Сургай О. Основні види спортивно-оздоровчого туризму та його функції. *Молода спортивна наука України*. 2009. Т. 4. С. 188-192.

56. Павлова Ю., Борек З., Виноградський Б. Особливості залучення населення до оздоровчо-рекреаційної діяльності (на прикладі Польщі). С. 261-262.

57. Павлова ЮО. Теоретико-методичні засади забезпечення якості життя різних груп населення з використанням оздоровчо-рекреаційних технологій [автореферат]. Львів: ЛДУФК: 2016. 40 с.

58. Позашкільний туризм і краєзнавство в Україні: історія та сьогодення. Івано-Франківськ: Тіповіт; 2010. 110 с.

59. Приступа ЄН, Жданова ОМ, Линець ММ, та ін. Фізична рекреація: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту. Дрогобич: Коло; 2010. 448 с.

60. Сударева НС. Оздоровчий напрям у професійній підготовці майбутніх фахівців зі спортивно-оздоровчого туризму. В: Єрмаков СС, редактор. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. Наук. моногр. Харків: ХДАДМ (ХХІІІ). 2006. Вип. 4. С. 179–180.

61. Сургай О. Основні види спортивно-оздоровчого туризму та його функції. В: Приступа Є, редактор. *Молода спортивна наука України*. Зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. 2009. Вип. 13. №4. С. 188–192.

62. Теоретичні та прикладні аспекти рекреаційного природокористування

в Україні: монографія / К. Кілінська, В. Руденко, Н. Аніпко, Н. Андрусак, Н. Коновалова та ін. Чернівці: Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, 2010. 250 с.

63. Тести і нормативи щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України (2015).

64. Тисовський О. Ідеологія Пласту – українського скаутингу. Івано-Франківськ: Місто НВ; 2012. 56 с.

65. Ткаченко В. В. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до використання здоров'язбережувальних технологій у дитячих оздоровчих таборах: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Кіровоград, 2015. 20 с. укр.

66. Ткаченко ВВ. Основні аспекти поняття «здоров'язбережувальні технології». Наука і освіта. 2014. №3. С. 177-180.

67. Ткаченко ВВ. Підготовка вчителів фізичної культури у зарубіжних країнах. Наукова скарбниця освіти Донеччини. 2013. Вип. 1(14) . С. 124–127.

68. Ткачівська ІМ. Підготовка майбутніх учителів фізичного виховання до туристсько-краєзнавчої роботи з учнями [автореферат]. Тернопіль; 2009. 20 с.

69. Товт В. Історія становлення та перспективи розвитку рекреаційно-туристичної зони Закарпатської області. *Східноєвропейський історичний вісник*. 2017. Вип. 2. С. 113–120.

70. Товт В.А., Маріонда І.І., Сивохоп Е.М., Сусла В.Я. Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності: навч. посіб. Ужгород, 2015. 88 с

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

72. Томенко О. А. Вплив занять туризмом оздоровчо-рекреаційного спрямування на показники соматичного здоров'я старшокласників. *Теорія і методика фіз. виховання і спорту*. 2013. № 4. С. 57–60.

73. Тумак ЮІ. Законодавче регламентування фізкультурно-спортивної та туристичної діяльності тіловиховних товариств Буковини (другої половини ХІХ – початку ХХ ст.). В: *Науковий вісник Чернівецького держ. ун-ту. Серія:*

Педагогіка та психологія. Чернівці; 2013. Вип. 642. С. 172-178.

74. Федоренко Є. Особливості проведення активного дозвілля старшокласників, які навчаються в школах різного типу. В: Приступа Є, редактор. *Молода спортивна наука України. Зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини*. Львів: ЛДУФК. 2011. Вип. 15. №4. С. 160-164.

75. Федоренко Є. Ставлення старшокласників, які навчаються в школах різного типу до шкідливих звичок. Спортивний вісник Придніпров'я. 2010 Вип. 2. С. 151-153.

76. Федоренко ЄО. Взаємозв'язок пріоритетних рис особистості з рівнем мотивації школярів до спеціально організованої рухової активності, в залежності від типу навчального закладу. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2011. Вип. 5. С. 94-97.

77. Федоренко ЄО. Мотивація до занять спеціально організованою руховою активністю школярів. В: *Актуальні проблеми фізичного виховання студентів в сучасних умовах*. Матеріали регіон. наук.-практ. конф. Дніпропетровськ; 2011. С. 139–141.

78. Федоренко ЄО. Характеристика фізичної підготовленості старшокласників, які навчаються в школах різного типу. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2011. Вип. 1. С. 90-92.

79. Феоктистов МФ. Технология развития физических способностей подростков на основе учета сенситивных периодов [диссертация]. Волгоград; 2010. 294 с.

80. Фізична культура в школі: навч. прогр. 1–4, 5–9 класів загальноосвіт. навч. закл. Київ: Літера ЛТД; 2013. 352 с.

81. Фокін СП. Спортивний і спортивно-оздоровчий туризм: питання термінологічного апарату. В: Єрмаков СС, редактор. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2006. Вип. 8. С. 88–90.

82. Футорний СМ. Теоретико-методичні основи інноваційних технологій формування здорового способу життя студентів в процесі фізичного виховання [автореферат]. Київ; 2015. 44 с.

83. Чепелюк А.В., Кушнір Р.Г. Види оздоровчо-рекреаційної рухової активності: посібник (курс лекцій). Дрогобич: Видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2016. 96 с.

84. Чернявський МВ. Технологія впровадження рекреаційно-оздоровчих занять в процес фізичного виховання молодших школярів. В: *Вісник Чернігів. держ. пед. ун-ту ім. Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*. Зб. наук. пр. Чернігів; 2008. Вип. 55. №2. С. 157–160.

85. Шандор ФФ, Кляп МП. Сучасні різновиди туризму: підручник. Київ: Знання; 2013. 334 с.

86. Шафранський ВВ. Методичні рекомендації щодо покращення підготовки майбутніх фахівців зі спортивно-оздоровчого туризму. Тернопіль: Тернограф; 2010. 32 с.

87. Шиян ОІ. Державна освітня політика з питань забезпечення здорового способу життя молоді: монографія. Львів: Львів. держ. ун-т фіз. культури; 2010. 295 с.

88. Школа ОМ. Новітні технології в процесі фізичного виховання школярів: проблеми переходу від теорії до практики. В: *Педагогічний вектор розвитку фізичного виховання в Україні*. Матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. Краматорськ. 2014. С. 34-9.

89. Юрчишин ЮВ. Технологія залучення студентів до рухової активності оздоровчої спрямованості у процесі фізичного виховання [автореферат]. Київ; 2012. 22 с.

90. Юшковська ОГ, Круцевич ТЮ, Середовська ВЮ, Безверхня ГВ. Самостійні заняття з фізичного виховання: навч. посіб. Одеса: Одеський мед університет; 2012. 364 с.

91. Andrieieva, O.V., Sainchuk, O.M. Approach to evaluating health level and adaptation possibilities in schoolchildren. *Pedagogics, psychology, medical- biological problems of physical training and sports*, 2014. №2. С. 3-8. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.923507>.

92. Bator A, Buła A, Stanek L. *Popularne gry rekreacyjne*. Kraków: AWF;

2002.

93. Denek K. Znaczenie krajoznawstwa w edukacji szkolnej. W: Lewowicki T, redaktor. W kręgu teorii i praktyki kształcenia wielostronnego. Warszawa 1994. 52 s.

94. Denek K. Realizacja procesu kształcenia poza ławką szkolną. Toruńskie Studia Dydaktyczne. 1995. V. 7. S. 125–128.

95. Denek K. Wycieczki we współczesnej szkole. Poznań: Eruditus; 1997. 122 s.

96. Lobożewicz T. Turystyka dzieci i młodzieży szkolnej. Warszawa: AWF; 1996. 89 s.

97. Dziubiński Z, redaktor. Podręcznik instruktora rekreacji ruchowej. Warszawa: AWF; 2008. 92 s.

98. Siwiński W, Kielbasiewicz I. Teoria i metodyka rekreacji. Poznań: AWF; 2001. 31 s.