МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ

Факультет гуманітарних наук, психології та педагогіки

кафедра здоров´я людини та фізичного виховання

**Кисельнікова А.М.**

**Випускна кваліфікаційна робота бакалавра**

**Сучасні шляхи та засоби залучення молоді до здорового способу життя**

Сєвєродонецьк

2020

**СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ**

# Факультет гуманітрних наук, психології та педагогіки

(повне найменування інституту, факультету)

# Кафедра здоров´я людини та фізичного виховання

(повна назва кафедри)

## ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

**до випускної кваліфікаційної роботи бакалавра**

**освітньо-кваліфікаційного рівня** \_\_\_\_бакалавр\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(бакалавр, спеціаліст, магістр)

напряму підготовки \_\_\_227 – Фізична терапія, ерготерапія \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(шифр і назва напряму підготовки)

на тему: «Сучасні шляхи та засоби залучення молоді до здорового способу життя»

Виконала: студентка групи ЗЛ-16з Кисельнікова А.М.

Керівник: д. психол. н., проф. Спицька Л.В.

Завідувач кафедри здоров´я людини

та фізичного виховання:

д. психол. н., проф. Завацький Ю.А.

Рецензент: к. мед. н., доц. Афонін Д.М.

Сєвєродонецьк – 2020

**СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ**

# Факультет гуманітарних наук, психології та педагогіки

(повне найменування інституту, факультету)

# Кафедра здоров´я людини та фізичного виховання

(повна назва кафедри)

освітньо-кваліфікаційного рівня \_\_\_\_бакалавр\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(бакалавр, спеціаліст, магістр)

напряму підготовки 227 – Фізична терапія, ерготерапія \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(шифр і назва напряму підготовки)

# ЗАТВЕРДЖУЮ

**Завідувач кафедри**

**здоров´я людини**

**та фізичного виховання**

**доц. Завацький Ю.А.**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

“26” березня 2020\_року

## З А В Д А Н Н Я

### НА ВИПУСКНУ КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ БАКАЛАВРА

**Кисельнікової Анастасії Миколаївні**

## Тема роботи: «Сучасні шляхи та засоби залучення молоді до здорового способу життя»

## Керівник роботи Спицька Ліана Вікторівна, д. психол. н., проф.

( прізвище, ім’я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

затверджені наказом вищого навчального закладу від “26” березня 2020 р. № 51/15.22

2. Строк подання студентом роботи\_\_\_05.06.2020 р.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. Вихідні дані до роботи: *обсяг роботи* *– 66 сторінок (1,5 інтервал, 14 шрифт з дотриманням відповідного формату), список використаної літератури – 46 дж.*

*4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: проаналізувати наукові джерела сучасних шляхів та засобів залучення молоді до здорового способу життя; підібрати діагностичний інструментарій згідно вивчення сучасних шляхів та засобів залучення молоді до здорового способу життя; на основі проведеного констатувального експерименту розробити практичні рекомендації щодо сучасних шляхів та засобів залучення молоді до здорового способу життя.*

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов’язкових креслеників): *таблиці – .*

**6. Консультанти розділів роботи:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Розділ | Прізвище, ініціали та посада  консультанта | Підпис, дата | |
| Завдання  видав | Завдання  прийняв |
| 1. | Спицька Л.В. – д.психол.н., проф. | 26.03.2020 р. | 26.03.2020 р. |
| 2. | Спицька Л.В. – д.психол.н., проф. | 26.03.2020 р. | 26.03.2020 р. |

7. Дата видачі завдання 26.03.2020 р**.**

#### **КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **з/п** | **Назва етапів** | **Строк виконання етапів** | Примітка |
| 1 | Визначення проблеми дослідження та розроблення плану випускної кваліфікаційної роботи бакалавра | 03.2020 р. | 03.2020 р. |
| 2 | Аналіз літератури за проблемою. Робота над теоретичною частиною дослідження. | 03.2020 р. | 03.2020 р. |
| 3 | Розробка діагностичного інструментарію та проведення констатувального експерименту | 04.2020 р. | 04.2020 р. |
| 4 | Узагальнення результатів констатувального експерименту | 04.2020 р. | 04.2020 р. |
| 5 | Розробка рекомендацій щодо сучасних шляхів та засобів залучення молоді до здорового способу життя | 05.2020 р. | 05.2020 р. |
| 6 | Підготовка випускної кваліфікаційної роботи бакалавра до захисту та її захист | 06.2020 р. | 06.2020 р. |

**Студентка Кисельнікова А.М.**

**Керівник роботи проф. Спицька Л.В.**

**РЕФЕРАТ**

Текст – 66 с., табл. – , джерел – 46

В роботі розкрито теоретико-методологічні засади дослідження сучасних шляхів та засобів залучення молоді до здорового способу життя, розглянуті сучасні шляхи та засоби залучення молоді до здорового способу життя та сучасні підходи до сучасних шляхів та засобів залучення молоді до здорового способу життя.

Проведено констатувальний експеримент з метою дослідження сучасних шляхів та засобів залучення молоді до здорового способу життя.

Розроблено практичні рекомендації щодо сучасних шляхів та засобів залучення молоді до здорового способу життя.

**Ключові слова:** сучасні шляхи, засоби, молодь, здоровий способ життя, ЗДОРОВʼЯ, СТАВЛЕННЯ ДО ЗДОРОВʼЯ.

**ЗМІСТ**

ВСТУП …………………………………………………………………………….7

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ сучасних шляхів та засобів залучення молоді до здорового способу життя…………………………………………….........................10

* 1. Теоретико-методологічні засади управління фізичною культурою і спортом як засобів залучення молоді до здорового способу життя…………………………………………………………………….…10

1.2. Фізична культура і спорт як фактор зміцнення здоров'я молоді……...20

1.3. Форми та методи залучення молоді до занять фізичною культурою і спортом …………………………………………………………………………..27

РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДЖЕННЯ СучаснОГО станУ фізкультурно-оздоровчої роботи з молоддю як засобів залучення молоді до здорового способу життя……………………………………...... 40

2.1. Аналіз сучасного стану фізкультурно-оздоровчої роботи в молодіжному середовищі ………………………………………………..……….……………..40

2.2. Розробка програми фізичної культури і спорту з залучення молоді до занять фізичною культурою і спортом ……..............................……………….42

2.3. Шляхи оптимізації організаційної політики щодо залучення молоді до фізичної культури і спорту…………...................................................................52

ВИСНОВКИ ……………………………………………………………………..58

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ………………………………………61

**ВСТУП**

**Актуальність дослідження.** Здоровий спосіб життя майбутнього покоління - це одна з найактуальніших проблем сьогодення. Кожна країна чекає майбутнього від свого нового покоління, яке буде здоровим, здатним працювати, захищати Батьківщину, жити відповідно до вимог суспільства. А це означає, що головна увага має бути спрямована на молодь, тобто саме на той вік, коли людина починає робити вибір, а отже заняття фізичною культурою і спортом повинні стати доступними і цікавими кожному.

У зв'язку з цим виникає необхідність підвищення ефективності управління сферою фізичної культури і спорту, що означає більш раціональне використання наявних можливостей і витрачених зусиль для вирішення кардинальних завдань, які постали перед країною, і значення вирішення яких на державному рівні наразі стрімко зростає.

Фізична культура – складова частина культури, галузі соціальної діяльності, яка являє собою сукупність духовних і матеріальних цінностей, створюваних та використовуваних суспільством з метою фізичного розвитку людини, зміцнення його здоров'я і вдосконалення рухової активності.

Спорт – складова частина фізичної культури, що історично склалася в формі змагальної діяльності та спеціальної практики підготовки людини до змагань.

Таким чином, фізична культура і спорт – це важливий вид діяльності, спрямованої на фізичне вдосконалення, як населення в цілому, так і кожної окремої людини, діяльності, яка надає оздоровчий, виховний, політичний і соціально-економічний вплив на суспільний розвиток.

**Об’єкт дослідження** – залучення молоді до здорового способу життя.

**Предмет дослідження** – сучасні шляхи та засоби залучення молоді до здорового способу життя.

**Мета дослідження** – розробка практичних рекомендацій щодо оптимізації фізкультурно-оздоровчої роботи з молоддю як сучасного напрямку її залучення до здорового способу життя.

**Завдання дослідження:**

1. Вивчити теоретичні аспекти залучення молоді до здорового способу життя та сутності управління фізичною культурою і спортом.

2. Обґрунтувати методичні засади та розробити процедуру дослідження системи управління фізичною культурою та спортом.

3. Розкрити специфіку та проаналізувати стан фізкультурно-оздоровчої роботи з молоддю як сучасного напрямку її залучення до здорового способу життя.

4. Розробити рекомендації щодо організації залучення молоді до здорового способу життя.

**Методи дослідження.** Для розв’язання поставлених завдань використано систему загальнонаукових методів теоретичного та емпіричного дослідження, аналіз та узагальнення отриманої інформації, систематизація та інтерпретація отриманих даних, спостереження.

**Практичне значення одержаних результатів** полягає у можливості їх використання при розробці програм щодо залучення молоді до здорового способу життя; при наданні допомоги органам влади у залученні молоді до здорового способу життя; при створенні сприятливих умов у залученні молоді до здорового способу життя.

Використаний у роботі діагностичний інструментарій може становити методичну основу подальших досліджень щодо залучення молоді до здорового способу життя.

**РОЗДІЛ 1**

**ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ сучасних шляхів та засобів залучення молоді до здорового способу життя**

**1.1.Теоретико-методологічні засади управління фізичною культурою і спортом як засобів залучення молоді до здорового способу життя**

Фізична культура - це особлива та самостійна галузь культури. Вона виникла та розвинулася одночасно з загальною культурою, є живою її, органічною частиною. Культура ніколи в ході свого історичного розвитку не втрачала зв'язку з фізичною культурою, а остання завжди спиралася в своєму розвитку на досягнення культури (науку, філософію, мораль та ін.).

Фізична культура виникла в надрах загальної культури у процесі історичного розвитку людського суспільства. Уже на перших стадіях свого існування людство змушене накопичувати досвід у способах, прийомах, засобах оволодіння природою, навколишнім середовищем, удосконалювати виробництво та знаряддя праці. Цей досвід необхідно передавати підростаючому поколінню. Виникає навчання, виховання. На ранніх щаблях первісного суспільства виховання було переважно фізичним.

В ході історичного процесу розвитку культури фізична культура перетворюється в самостійну область суспільно необхідної діяльності. Розвиток духовної культури (філософії, науки, теорії виховання), матеріальної культури (культури матеріального виробництва, його процесів і продуктів), а також ускладнення та загострення соціальних відносин у процесі розвитку суспільства визначають і розвиток фізичної культури. Поступово в її надрах формуються, а потім виділяються в самостійні частини (компоненти) фізичне виховання, спорт і фізична реабілітація.

Поряд з цим формуються і засоби фізичної культури. Першими з них, які усвідомлено стала конструювати людина на основі своєї трудової практики, були фізичні вправи у вигляді природних рухів (біг, стрибки, метання тощо). Вони виступали в складі ігор, танців, розваг.

Фізична культура за своєю сутністю явище масове, що втягує у сферу свого впливу, хоча і з різним ступенем активності, більшість членів суспільства.

Людство усвідомлено прийшло до занять спортом - специфічної соціально - організованою формою і областю зібраних фізичних та інтелектуальних здібностей та підготовленості окремої людини або команди, схвалюваної соціальної спільністю, в якій види діяльності спрямовані на досягнення результату за допомогою підготовки та участі у специфічних (спортивних) змаганнях.

Спорт входить у фізичну культуру, але тільки частиною, пов'язаної безпосередньо з руховими діями.

Таким чином, фізична культура і спорт - це один з видів людської діяльності, спрямованої на фізичне вдосконалення як людської популяції у цілому, так і кожної окремої людини, яка надає оздоровчий, виховний, політичний і соціально-економічний вплив на суспільний розвиток людства [3].

Людина як особистість формується у процесі суспільного життя: в навчанні, праці, у спілкуванні з людьми. Фізична культура і спорт вносять свій внесок у формування всебічно розвиненої особистості.

На навчальних заняттях, тренуваннях, а особливо під час спортивних змагань молоді люди переносять великі фізичні та моральні навантаження: швидко змінюється обстановка, опір суперника, залежність результату спортивних змагань від зусиль кожного члена команди, вміння підпорядкувати свої інтереси інтересам колективу, неухильне виконання певних правил спортивних змагань, поважне ставлення до суперника сприяють формуванню у них таких рис характеру, як сила волі, сміливість, самовладання, рішучість, упевненість у своїх силах, витримка, дисциплінованість.

На заняттях фізичною культурою і спортом молоді люди здобувають знання про раціональні способи виконання рухових дій, про використання придбаних навичок в житті, засвоюють правила загартовування організму, обов'язкові вимоги гігієни.

Розвиваються спостережливість, увагу, сприйняття, підвищується рівень стійкості розумової працездатності.

Оздоровчий і профілактичний ефект масової фізичної культури нерозривно пов'язаний з підвищеною фізичною активністю, посиленням функцій опорно-рухового апарату, активізацією обміну речовин.

Якою б досконалою не була медицина, вона не може позбавити кожного від усіх хвороб. З раннього віку необхідно вести активний спосіб життя, гартуватися, займатися фізичною культурою і спортом, дотримуватися правил особистої гігієни, словом, домагатися розумними шляхами справжньої гармонії здоров'я.

За даними фахівців в області охорони здоров'я здоров'я кожної людини на 50 відсотків залежить від його способу життя. Факторами ризику порушення здоров'я є недолік руху, незбалансоване харчування, куріння, вживання алкоголю і наркотиків, інфекційні захворювання, недосипання і відсутність повноцінного відпочинку. Підвищення рухової активності є основним компонентом регулярних занять фізичною культурою і спортом, що позитивно впливає на збереження і зміцнення здоров'я [2].

Здоров'я - це перша і найважливіша потреба людини, яка визначає здатність його до праці і забезпечує гармонійний розвиток особистості. Воно є найважливішою передумовою до пізнання навколишнього світу, до самоствердження і щастя людини. Активна довге життя - це важлива складова людського фактора.

Здоровий спосіб життя (ЗСЖ) - це спосіб життя, заснований на принципах моральності, раціонально організований, активний, трудовий, що гартує та захищає від несприятливих впливів навколишнього середовища, що дозволяє до глибокої старості зберігати моральне, психічне і фізичне здоров'я.

За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я (BООЗ) "здоров'я - це стан фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних дефектів" [3].

Сфера фізичної культури і спорту виконує в суспільстві безліч функцій і охоплює всі вікові групи населення. Поліфункціональний характер сфери проявляється в тому, що фізична культура та спорт - це розвиток фізичних, естетичних і моральних якостей людської особистості, організація суспільно корисної діяльності, дозвілля населення, профілактика захворювань, виховання підростаючого покоління, фізична і психоемоційна рекреація та реабілітація, видовище, комунікація тощо.

Фізична культура, будучи однією з граней загальної культури людини, його здорового способу життя, багато в чому визначає поведінку людини в навчанні, на виробництві, в побуті, в спілкуванні, сприяє вирішенню соціально-економічних, виховних та оздоровчих завдань. Турбота про розвиток фізичної культури і спорту - найважливіша складова соціальної політики держави, що забезпечує втілення в життя гуманістичних ідеалів, цінностей і норм, які відкривають широкий простір для виявлення здібностей людей, задоволення їх інтересів і потреб, активізації людського фактора.

На жаль, можна констатувати те, що сьогодні неефективно використовуються можливості фізичної культури і спорту в збереженні і зміцненні здоров'я людей, в профілактичній роботі, в боротьбі з наркоманією, пияцтвом, курінням, особливо серед дітей, підлітків та молоді.

Можна сказати, що чинне законодавство або не працює, або відсутнє у плані прищеплення стійкої звички заняття фізичною культурою і розширення масовості фізичної культури та спорту. Особливо слід підкреслити роль і можливості спорту у вихованні дітей, підлітків та молоді в профілактиці наркоманії.

Поширення наркоманії надає вкрай негативний вплив на соціально-психологічну атмосферу суспільства, економіку, політику, правопорядок, здоров'я нації та зачіпає практично всі сфери життєдіяльності держави, особистості і суспільства. В останні роки ситуація, пов'язана зі зловживанням наркотичними засобами та їх незаконним обігом, має тенденцію до погіршення. Виявилося, що з досягненням певного рівня охоплення населення організованими формами занять фізичною культурою та спортом спостерігається зниження рівня молодіжної наркоманії та підліткової злочинності, що при об'єктивній статистиці виглядає цілком закономірним і прогнозованим явищем [4].

У зв'язку з цим, у даний час найбільш важливим напрямком діяльності органів влади є пошук ефективних технологій протидії зростанню наркоманії серед дітей, підлітків та молоді, здатних сформувати такі поведінкові моделі, які б виключали повністю тягу до наркотиків. Найбільш доступною, ефективною та недооціненою сферою діяльності, здатної сформувати у дітей, підлітків і молоді надійні та стійкі ціннісні позиції є фізична культура і спорт. Світовий і вітчизняний досвід показує, що кошти фізичної культури і спорту мають універсальної здатністю в комплексі вирішувати проблеми підвищення рівня здоров'я населення, виховання та освіти дітей, підлітків та молоді, формувати здоровий морально-психологічний клімат в суспільстві.

Розумінню того, що майбутнє країни неможливо без здорових фізично і духовно членів суспільства, сприяє посилення ролі фізичної культури і спорту в діяльності по зміцненню держави. Так, в останні роки підвищується рівень охоплення займаються фізичною культурою і спортом. Разом з тим, незважаючи на те, що спостерігається позитивна тенденція до збільшення чисельності займаються, їх охоплення складає всього 9,2% від загальної чисельності населення, що набагато нижче рівня охоплення заняттями фізичною культурою і спортом в розвинених країнах. У багатьох розвинених країнах цей показник часом сягає 40 відсотків [5]. Практично відсутній нормативно-правовий механізм регулювання охоплення населення фізичною культурою, який просто необхідно гарантувати,і можливістю прописувати це у наступних законах так, щоб ця гарантія здійснювалася і була предметом сьогоднішнього обговорення, а вже безпосередньо констатацією позитивного факту.

Величезний соціальний потенціал фізичної культури і спорту необхідно повною мірою використовувати в профілактиці наркоманії, оскільки це найменш витратний і найрезультативніший важіль форсованого морального і фізичного оздоровлення дітей, підлітків та молоді.

Рівень фізичної підготовки молоді не відповідає тим вимогам, які суспільство висуває громадянам, в тому числі і до тих, хто зобов'язаний при необхідності захищати інтереси країни зі зброєю в руках.

Сьогодні важливо домогтися, щоб спортивні заняття стали в країні по-справжньому масовими. Для цього необхідно, щоб інтерес до занять фізичною культурою і спортом виховувався в родині і в школі, двори стали спортивними, а в кожній школі пріоритетну увага приділялася фізичному вихованню дітей та підлітків [6].

У сучасному світі істотно наростає усвідомлення ролі фізичної культури як фактора вдосконалення природи людини і суспільства. Здоровий спосіб життя в цілому, фізична культура і спорт зокрема, стають соціальним феноменом, об'єднуючою силою і національною ідеєю, що сприяє розвиткові сильної держави і здорового суспільства. У багатьох зарубіжних країнах фізкультурно-оздоровча та спортивна діяльність органічно поєднує і з'єднує зусилля держави, його урядових, громадських і приватних організацій, установ і соціальних інститутів. Розвитком спорту в різних територіальних одиницях, перш за все в містах, займаються муніципальні органи, а на місцях - комуни і громади, які витрачають на ці цілі від 1 до 3% своїх загальних бюджетів, виробляють і здійснюють спільно зі спортивними організаціями муніципальну і комунальну спортивну політику .

Кінець XX століття в багатьох країнах став періодом модернізації та будівництва сучасних спортивних споруд. На абсолютно нових економічних і правових відносинах створюються ефективні моделі фізкультурно-спортивного руху, активно впроваджуються мало-витратні поведінкові програми, які спрямовані на формування моральної та матеріальної відповідальності особистості за стан власного здоров'я і способу життя.

За кордоном спорт на всіх своїх рівнях є універсальним механізмом оздоровлення людей, способом самореалізації людини, його самовираження і розвитку, а також засобом боротьби проти асоціальних явищ. Саме тому за останні роки місце спорту в системі цінностей сучасної культури різко зросла. Світовий спортивний рух, складовою частиною якого є спорт, ств одним з найпотужніших і масових міжнародних рухів.

У світі спостерігається стійка тенденція підвищення соціальної ролі фізичної культури та спорту. Вона проявляється:

- в підвищенні ролі держави в підтримці розвитку фізичної культури і спорту, громадських форм організації і діяльності в цій сфері;

- в широкому використанні фізичної культури і спорту в профілактиці захворювань і зміцнення здоров'я населення;

- у продовженні активного творчого довголіття людей;

- в організації дозвільної діяльності і в профілактиці асоціальної поведінки молоді;

- у використанні фізичної культури і спорту як важливого компонента морального, естетичного та інтелектуального розвитку учнівської молоді;

- в залученні до занять фізичною культурою і спортом працездатного населення;

- у використанні фізичної культури і спорту в соціальній і фізичної адаптації інвалідів, дітей-сиріт;

- в різкому збільшенні зростання доходів від спортивних видовищ і спортивної індустрії; в зростаючому обсязі спортивного телерадіомовлення та ролі телебачення в розвитку фізичної культури і спорту та в формуванні здорового способу життя;

- у розвитку фізкультурно-оздоровчої та спортивної інфраструктури з урахуванням інтересів і потреб населення;

- у різних формах, методів та засобів, що пропонуються на ринку фізкультурно-оздоровчих і спортивних послуг [7].

Стверджуючи права громадян на заняття фізичною культурою і спортом як професійною діяльністю, держава визнає заняття спортом як професію, бере на себе фінансування занять відповідно до затверджених програм, розробку програм фізичного виховання для всіх груп населення, контроль за виконанням закону. Цим законом визначаються компетенції федеральних і місцевих органів влади, система фізичної культури, поняття "фізична культура" та "спорт", права громадян на створення спортивних та фізкультурно-оздоровчих організацій, на участь в управлінні і багато іншого.

У ринкових умовах суттєво зростає роль фізичної культури і спорту в задоволенні потреб людей у ​​вдосконаленні, в формуванні здорового способу життя, в самоствердженні і самореалізації особистості як найважливішої соціальної цінності.

Ринкова економіка сприяє:

- розвитку підприємництва в сфері фізичної культури і спорту;

- зростання числа власників фізкультурних і спортивних організацій;

- збільшення різноманіття їх організаційно-правових форм;

- розширення спектру і поліпшення якості надаваних населенню фізкультурно-спортивних послуг [9].

Фізкультурно-спортивні послуги в умовах ринкової економіки стають об'єктом купівлі-продажу. У зв'язку з цим виробники фізкультурно-спортивних послуг виступають в ролі продавців, а споживачі - в якості покупців [10].

Таким чином, можна виділити п'ять основних блоків заходів, що впливають на формування здорового життєздатного молодого покоління:

- по-перше, це розвиток інфраструктури спорту та забезпечення доступності масових занять спортом;

- по-друге, вдосконалення системи підготовки та підвищення кваліфікації фахівців різного профілю з формування здорового способу життя та питань фізичної культури; розробка наукових основ здорового способу життя та фізкультурно-оздоровчих програм;

- по-третє, активізація виховної роботи: просування цінностей фізичної культури і здоров'я, формування потреб молоді в дотриманні принципів здорового способу життя, прагнення до позитивних змін і свідому відмову від саморуйнівної поведінки; прилучення до регулярних занять фізичною культурою і спортом, в тому числі за місцем проживання;

- по-четверте, популяризація здорового способу життя та фізичної активності, що включає в себе пропаганду цінностей здоров'я через ЗМІ;

- по-п'яте, використання масових та великих міжнародних спортивних заходів для формування переконання в престижності спортивних занять і здорової поведінки.

**1.2.** **Фізична культура і спорт як фактор зміцнення здоров'я молоді**

Управлінню у фізичній культурі і спорті притаманне ряд закономірностей, однією з яких є його диференціація.

Сутність цієї закономірності проявляється в наступному: управління, виникнувши фактично як управління виробництвом (першої сформувалася школою управління була так звана школа наукового управління або школа управління виробництвом. У процесі свого історичного розвитку, яке чітко простежується на прикладі послідовного формування і пріоритетного впливу на різних часових етапах різноманітних шкіл управління (школа людських відносин, школа поведінкових наук, школа соціальних систем та ін.), все більше і більше уваги приділяє людському чиннику управління людьми, колективами людей, іншими словами управлінню в сфері соціального життя. Тому не випадково, що в рамках управління соціальною сферою взагалі і управління фізичною культурою та спортом зокрема все більшого значення надається менеджменту як одному зі специфічних видів управління в рамках конкретної фізкультурно-спортивної організації [12].

Мета управління у фізичній культурі і спорті є бажане, можливе і необхідний стан фізкультурно-спортивної організації (галузі), яке повинно бути досягнуто. У сучасній спеціальній літературі мета управління нерідко позначається такими термінами, як "політика", "філософія", "місія" фізкультурно-спортивної організації (галузі).

Визначення мети є початковим етапом процесу управління у фізичній культурі і спорті, оскільки він за своїм змістом характеризує цілеспрямований вплив.

Функції управління у фізичній культурі і спорті представляють собою відносно відособлені напрямки управлінської діяльності, що дозволяють здійснювати управлінський вплив.

Розрізняють основні і конкретні функції управління.

Основні функції управління є такими з наступних причин:

- по-перше, вони здійснюються в усіх галузях народногосподарського комплексу (галузі матеріального і нематеріального виробництва);

- по-друге, вони реалізуються в будь-який фізкультурно-спортивної організації (міжнародної, національної або територіальної; комерційної або некомерційної; малої, середньої або великої) і на будь-якому ієрархічному рівні менеджменту (керівництво вищого, середнього або нижчого ланки) ;

- по-третє, вони інваріантні конкретних функцій, тобто склад і зміст основних функцій менеджменту незмінні, незалежні від того, яка конкретна функція менеджменту реалізується;

- по-четверте, вони забезпечують керованість, тобто досягнення мети управління в заданий проміжок часу в умовах обмежених ресурсів [11]. сновні функції управління тісно взаємопов'язані між собою, складаючи єдиний процес, що характеризує механізм управлінського впливу.

Конкретні функції управління фізичною культурою і спортом (як галуззю) можуть бути виділені і охарактеризовані за змістом управлінського впливу на певний об'єкт.

Загальні і конкретні функції управління у фізичній культурі і спорті як відносно відособлені напрямки управлінської діяльності реалізуються в практиці на основі певних принципів.

Принципи управління у фізичній культурі і спорті представляють собою основні правила, положення і норми поведінки, якими керуються органи управління та окремі керівники в процесі здійснення управлінського впливу [11].

До основних принципів управління у фізичній культурі та спорті можна віднести наступні:

- принцип поєднання галузевого і територіального управління, що базується на існуючому адміністративно-територіальному поділі країни і галузевій структурі народного господарства і що означає, наприклад, що фізкультурно-спортивна організація може бути створена і може функціонувати як за галузевим (наприклад, фізкультурно-спортивний клуб освітнього закладу, промислового підприємства, установи та ін.; фізкультурно-спортивні товариства ), так за територіальним принципом;

- принцип поєднання матеріального і морального стимулювання грунтується на твердженні, що "будь-яка крайність, є ознака обмеженості". Одним з найбільш яскравих проявів використання цього принципу в галузі "Фізична культура і спорт" є присвоєння співробітникам різних фізкультурно-спортивних організацій звань, державних нагород, моральне та матеріальне стимулювання праці конкретних працівників та інші [9].

На основі охарактеризованих вище принципів загальні і конкретні функції управління у фізичній культурі і спорті як відносно відособлені напрямки управлінської діяльності реалізуються в практиці з використанням різних методів.

Організаційні методи управління базуються на організаційних відносинах між органами управління та організаціями, організаціями та працівниками, на відносинах влади і підпорядкування. У сукупності організаційних методів управління зазвичай виділяють наступні групи:

- методи організаційно-стабілізуючого, розпорядчого та дисциплінарного впливу;

- методи організаційно-стабілізуючого впливу використовуються при взаємовідносини працівників всередині спортивної організації;

- методи розпорядчого впливу використовуються для вирішення поточних завдань та дозволяють коригувати діяльність з урахуванням зміни ситуації. Методи цієї групи зазвичай реалізуються у формі наказу, розпорядження;

- адміністративні методи пов'язані з владною природою державного управління, що виявляється в різних обставинах і ситуаціях: одна сторона взаємин (державний орган управління, або посадова особа) наділена владними повноваженнями і тому може віддавати накази інший, як правило, прямо підпорядкованої їй, стороні взаємин (організації ), яка зобов'язана виконувати запропоноване незалежно від того, чи згодна вона з ним чи ні; одна сторона взаємин (державний орган управління, посадова особа) встановлює норми, які підлягають неухильному виконанню іншою стороною взаємовідносин (організаціями, що перебувають в адміністративному підпорядкуванні). Це звичайні методи для взаємин організацій, що знаходяться в адміністративному підпорядкуванні[6].

Методи правового регулювання являють собою застосовуються державою кошти правового впливу на суспільні відносини. Розрізняють два основних способи правового регулювання авторитарний і автономний. Авторитарний спосіб використовується при регулюванні адміністративних та інших правовідносин і характеризується тим, що одна сторона правовідносин наділена правом, встановлювати іншій стороні правовідносин зміст її діяльності. Автономний спосіб базується на тому, що сторони правовідносин є рівноправними і в рамках чинного законодавства можуть самостійно встановлювати зміст своїх прав і обов'язків, змінювати або припиняти їх.

Орган управління фізичною культурою і спортом є фізкультурно-спортивну організацію (юридична особа), яка є в системі управління суб'єктом (керуючої підсистемою) і впливає на інші фізкультурно-спортивні організації як об'єкти (керовану підсистему).

Однією зі специфічних особливостей управління фізичною культурою і спортом є те, що його здійснюють у тісній взаємодії державних та громадських органів управління різного рівня і характеру, у своїй взаємозалежності складові організаційну структуру управління галуззю.

Органи виконавчої влади в галузі фізичної культури і спорту, зокрема, органи місцевого самоврядування взаємодіють з фізкультурно-спортивними об'єднаннями з усіх питань розвитку фізичної культури і спорту, в тому числі:

- координують в установленому законодавством порядку свою діяльність з проблем фізкультурно-спортивного та олімпійського руху, при необхідності спільно проводять спортивні змагання, спартакіади, інші фізкультурно-спортивні заходи, організовують пропаганду фізичної культури і спорту, здійснюють професійну підготовку працівників фізкультурно-спортивних організацій і забезпечують підвищення їх кваліфікації, забезпечують ефективне використання спортивних споруд та будівництво нових спорти них споруд;

- надають допомогу фізкультурно-спортивним об'єднанням, сприяють виконанню ними статутних завдань, заслуховують інформацію з основних питань розвитку фізичної культури і спорту, приймають відповідні рішення і контролюють їх виконання. Спільна діяльність здійснюється на умовах договорів;

- здійснюють в установленому законодавством порядку збір інформації, що подається фізкультурно-спортивними об'єднаннями відповідно до форм, затверджених органом виконавчої влади в галузі статистики, і дають по них висновки та рекомендації [8].

-забезпечують умови для розвитку фізичної культури і масового спорту, організацзують проведення офіційних фізкультурно-оздоровчих і спортивних заходів.

Органи місцевого самоврядування створюють у структурі своїх виконавчих органів спеціалізовані підрозділи, до повноважень яких належать:

- визначення основні завдань та напрямів розвитку фізичної культури і спорту з урахуванням місцевих умов і можливостей, прийняття та реалізація місцевих програм розвитку фізичної культури і спорту;

- популяризація фізичної культури і спорту серед різних груп населення;

- організація проведення офіційних фізкультурних заходів і спортивних заходів, а також організація фізкультурно-спортивної роботи за місцем проживання громадян;

- сприяння забезпеченню громадського порядку та громадської безпеки під час проведення офіційних фізкультурних заходів і спортивних заходів; -затвердження порядку формування спортивних збірних команд;

- надання сприяння суб'єктам фізичної культури і спорту, які здійснюють свою діяльність ;

- здійснення інших встановлених відповідно до законодавства повноважень [8].

Обмеження функцій органів місцевого самоврядування може зруйнувати систему фізкультурного руху і призведе до ліквідації великої кількості спортивних шкіл, закриття спортивних секцій, скорочення спортивної бази, зниження кількості займаються. У зв'язку з цим, з боку держави потрібна підтримка місцевих органів влади по залученню дітей, підлітків, всього населення в постійне заняття фізичною культурою.

Органи місцевого самоврядування за участю органів виконавчої влади в області освіти, органів виконавчої влади в області фізичної культури і спорту мають право вводити додаткові навчальні та позанавчальний фізкультурно-спортивні заняття в дошкільних та інших освітніх установах.

Крім цього, органи місцевого самоврядування можуть створювати спортивні школи як установи додаткової освіти. Фінансування знаходяться у віданні органів місцевого самоврядування спортивних шкіл та училищ олімпійського резерву, в тому числі фінансування їх участі у всеукраїнських змаганнях, здійснюється за рахунок коштів бюджетів відповідних рівнів і інших не заборонених законом джерел [15].

Органам місцевого самоврядування можуть належати фізкультурно-оздоровчі, спортивні та спортивно-технічні споруди. Їх зміст, в тому числі ремонт, організація масових спортивних заходів, оплата праці працівників фізкультурно-спортивних організацій, які проводять заняття з жителями мікрорайонів або селищ, здійснюється в порядку, визначеному правовими актами органів місцевого самоврядування.

Органи місцевого самоврядування можуть регулювати ціни за відвідування спортивних змагань, оренду спортивних споруд, що знаходяться в їх власності, продаж абонементів громадянам на користування такими спорудами, дозволяти проводити в муніципальних спортивних спорудах заняття безкоштовно або на пільгових умовах для дітей дошкільного віку, дітей малозабезпечених і багатодітних сімей , а також для учнів в освітніх установах, пенсіонерів, інвалідів та в разі необхідності передбачати компенсацію спортивних споруд за рахунок коштів місцевих бюджетів та інших не заборонених законом джерел.

Таким чином, управління фізичною культурою і спортом представляє собою систему конкретних форм і методів свідомої діяльності, спрямованої на забезпечення ефективного функціонування та розвитку галузі фізичної культури і спорту з метою найбільш повного задоволення людей у ​​фізичному вдосконаленні.

На сьогоднішній день, в сфері фізичної культури існує ще багато питань, які потребують кардинального вирішення. Ефективність фізичної культури ми бачимо, перш за все, в залученні підростаючого покоління до систематичних занять у спортивних школах, вдосконалення стандартів викладання фізичної культури в загальноосвітніх школах, впровадження нових інноваційних технологій фізичного виховання.

**1.3.** **Форми та методи залучення молоді до занять фізичною культурою і спортом**

Для того, щоб суспільство усвідомило важливість профілактичних заходів, що дозволяють зміцнити та зберегти своє здоров'я, необхідно підвищити соціальну значимість фізичної культури і спорту, важливість фізичної активності, сформувати погляд на фізичну культуру і спорт, як на фактори здорового способу життя.

Однією з умов формування здорового способу життя є грамотний підхід до його популяризації. Важливо стимулювати інтерес молоді до здорового способу життя, в тому числі за допомогою засобів масової інформації. Вплив ЗМІ на молодь важко переоцінити. Необхідно демонструвати підростаючому поколінню якомога більше позитивних прикладів, щоб у молодих людей була можливість вибору не між здоровим або нездоровим способом життя, а з великої кількості різноманітних варіантів здорового способу життя. Слід створити такі умови, щоб підростаючому поколінню було невигідно бути "нездоровим".

Соціальним явищем, що забезпечує поведінку дітей, підлітків та молоді, є формування їх потреб інтересів. У фізичній культурі таким явищем можна вважати освоєння цінностей і знань, формування мотивів і потреб у фізичному розвитку, що відображають в собі здоровий спосіб життя, сформований власної особистої активністю. Соціальна діяльність дітей, підлітків та молоді через засоби фізичної культури здатна забезпечити духовно-моральну діяльність, чому служать сформовані практичні зразки фізичної культури.

Затвердження такої позиції дозволяє по іншому подивитися на феномен фізичної культури, здатний виробити у дітей, підлітків, молоді стійкі психологічні установки і ціннісні орієнтації, що дозволяють протистояти залученню до середовища наркоманів і зберігати стійке негативне ставлення до наркоманії та алкоголізму [17].

Виходячи з того, що включеність людини в активні заняття фізичною культурою і спортом протягом усього життя багато в чому визначається його ставленням до них, а також усвідомленою необхідністю формування здорового способу життя, з усього комплексу пропонованих заходів як пріоритетний напрям необхідно виділити цілеспрямовану пропаганду фізичної культури і формування здорового способу життя.

Йдеться про створення масованої інформаційно-пропагандистської кампанії, що використовує широкий спектр різноманітних засобів і проводиться з метою формування престижного іміджу спортивного стилю життя, цінності власного здоров'я і здоров'я оточуючих.

Тенденції останніх років показують, з одного боку, збільшення кількості видань спортивної тематики та публікацій в друкованих ЗМІ, з іншого боку - зниження кількості спортивних передач і трансляцій в телерадіопрограмах, оскільки вони вимагають великих фінансових ресурсів. Таких ресурсів телебачення, в першу чергу державне, не має. У результаті на телеканалах час показу спортивних програм становить всього близько 1 години на добу. Відчувається гостра потреба збільшення кількості спортивних

програм, необхідність створення в системі телерадіомовлення спортивного каналу, доступного широкій глядацькій аудиторії, виробництва відеороликів, фільмів, телепрограм і телепередач, друкованих та інтернет матеріалів інформаційно-освітнього характеру, спрямованих на формування у дітей, підлітків та молоді потреби в заняттях спортом і здоровий спосіб життя, вироблення соціально-психологічного імунітету до вживання наркотичних засобів, до агресивної рекламі.

Необхідна державна підтримка цільового забезпечення спортивними виданнями з фізичної культури і спорту та літературою масових, шкільних та вузівських бібліотек, які через нестачу фінансових коштів практично позбавлені можливості купувати ці видання. Пропаганда повинна бути особливим чином людині, переконливо показувати пріоритетне значення фізичної культури і спорту у вихованні населення, профілактиці хвороб, продовження активного довголіття, в боротьбі з наркоманією, курінням, вживанням алкоголю, іншими негативними явищами.

Пропаганда фізичної культури повинна сприяти:

- підвищення у людей інтересу до фізичного вдосконалення, розкриття цінності фізичної культури;

- популяризації самостійних занять з широким використанням природних факторів;

- формування в масовій свідомості розуміння життєвої необхідності фізкультурно-спортивних занять [18].

Однією з важливих завдань пропаганди фізичної культури і масового спорту є посилення їх гуманізації. Необхідно заохочувати розвиток видів спорту і фізичних вправ, не пов'язаних з невиправданим ризиком для життя і здоров'я, що не відповідають етичним вимогам, які формують культ насильства і жорстокості.

Таким чином, для підвищення ролі фізичної культури і спорту у формуванні здорового способу життя важливий весь комплекс організаційних, структурних, правових, фінансових та науково-методичних заходів. У той же час вони повинні кореспондуватися з економічними, соціальними і політичними реаліями дня і можливостями держави і суспільства.

У нових соціально-економічних умовах, долучаючись до нових моделей поведінки, виробничих відносин, дозвілля, при подорожчанні ліків, медичних та освітніх послуг, багато категорій громадян змінюють байдужість на активний інтерес до здорового способу життя. Виникає соціальний феномен, що виражається в гострій економічній зацікавленості людей в збереженні здоров'я як основи матеріального благополуччя.

Така зацікавленість, на жаль, ще не набула рис стійкої і цілісної системи поведінки. У поданні російських громадян про здоровий спосіб життя присутні стандарти і стилі, успадковані чи запозичені з різних історичних систем і різних культур, і тому вони слабо сумісні між собою.

Тим важливіше державне втручання в цей процес, оскільки корекція індивідуальних переваг також є важливою функцією держави. Відсутність економічних передумов не може бути приводом для бездіяльності. Неможливо спочатку забезпечити економічне зростання, потім на його основі вирішувати проблеми зміцнення здоров'я громадян та здорового способу життя. Йдеться про докорінну зміну соціального статусу фізичної культури і спорту як однієї зі складових національної ідеї, яка формує здоровий спосіб життя людей і престиж держави. Держава повинна ставитися до розвитку фізичної культури і спорту як до загальногромадянської діяльності, що забезпечує і безпеку країни, і життєздатність її населення. Як носій суспільних інтересів, держава повинна сформувати загальнонаціональну модель фізкультурно-спортивного руху і пробудити у громадян нову рушійну силу - прагнення до здорового способу і високої якості життя. Потрібно законодавчо закріпити ефективні економічні заходи, які стверджують в суспільстві культ здорового тіла, здорового духу, здорових традицій і здорового життя [19].

Особлива увага повинна бути залучено до аналізу і вирішення проблем розвитку фізкультурно-спортивного руху серед різних категорій громадян.

Пріоритет у всій роботі, пов'язаної з розвитком фізкультурно-спортивного руху, повинен бути відданий фізичного виховання та формування здорового способу життя дошкільників, учнів освітніх шкіл і студентської молоді.

Недоліки фізичного виховання і розвитку спорту серед підлітків, дітей та молоді пояснюються комплексом невирішених питань, серед яких слаборозвинена матеріально-технічна база; обмежений обсяг навчального часу, відведеного на обов'язкові заняття з фізичного виховання; витрати в професійній підготовці педагогічних кадрів, в змісті і формах фізкультурно-оздоровчої роботи, особливо серед дошкільнят; орієнтація педагогічної діяльності на кількісні показники; відсутність традицій сімейного фізичного виховання; неузгодженість дій органів народної освіти, охорони здоров'я, фізичної культури і спорту та ін.

Разом з тим фундамент здоров'я та позитивного ставлення до фізичної культури закладається в дитячі роки. Погіршення здоров'я молодого покоління диктує необхідність зайнятися цією проблемою невідкладно. Основні зусилля повинні бути спрямовані на:

- підвищення відповідальності батьків за здоров'я дітей;

- пошук і раціональне використання цільових і спонсорських фінансових можливостей в інтересах розвитку дитячого та молодіжного спорту;

- вдосконалення програмно-методичного та організаційного забезпечення фізичного виховання в навчальних закладах;

- впровадження нових ефективних форм організації занять;

- створення індустрії недорогих, але практичних і гігієнічних товарів і тренажерів для занять фізичною культурою;

- масове видання популярної літератури, відеокасет і комп'ютерних програм;

- створення при освітніх установах комплексних фізкультурно-спортивних центрів, що включають спортивний зал, басейн, площинні споруди [20].

У рішенні проблем залучення в активні заняття фізичною культурою дітей та молоді особливу увагу необхідно звернути на проведення дітьми дозвілля спільно з батьками. Концепція сімейного активного відпочинку повинна бути визнана пріоритетною. У цю зону відпочинку повинні входити мережи спортивно-оздоровчих установ, регіональних оздоровчих трас і стежок, уздовж яких формується типова або нестандартна інфраструктура (спортивні містечка, екостадіони, туристсько-оздоровчі комплекси). Така програма формування зон відпочинку може набути статусу Президентської. До організації дозвільної діяльності лід більш активно залучати профспілкові, молодіжні і жіночі громадські об'єднання.

Практика показує, що фізична культура і спорт є ефективним засобом профілактики асоціальної поведінки в молодіжному середовищі. У зв'язку з цим важливо спільно з органами виконавчої влади та місцевого самоврядування реалізувати комплекс невідкладних заходів з розвитку дитячо-юнацьких клубів фізичної підготовки, спортивних шкіл та палаців спорту для дітей та юнацтва.

Заняття дітей, підлітків та молоді в клубах не тільки поліпшать їх здоров'я і фізичну підготовку, а й забезпечать їм більш цікаве і змістовне дозвілля. Засоби фізичної культури і спорту можуть бути ефективно використані і на етапі виправлення молоді, вже здійснила протиправні дії. Для їх вирішення треба організувати необхідні умови в місцях позбавлення волі, забезпечити їх спортивним інвентарем та обладнанням.

За експертними оцінками, фізична культура і спорт дають можливість

зменшити захворюваність дітей, підлітків та молоді на 10-15%, а скорочення злочинності серед молодих людей на 10%. [19].

В умовах надзвичайної демографічної ситуації, зростання економічних втрат від захворюваності і травматизму, інтенсифікації виробництва підвищуються вимоги до рівня фізичного здоров'я і професійно-прикладної підготовки працівника. Збереження здоров'я трудящих - це не тільки передумови для високої продуктивності праці, поліпшення добробуту, а й запорука сталого соціально-економічного розвитку країни. Саме тому великого значення набувають питання організації фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи в трудових колективах. На підприємствах та в організаціях усіх форм власності вони повинні бути спрямовані на здійснення реабілітаційних заходів, проведення професійно-прикладних занять, послетрудовой відновлення, зниження несприятливих впливів виробництва на людину, підвищення його адаптації до професійної діяльності, підвищення загального рівня опірності до різних захворювань [21].

Для вирішення цих проблем необхідно:

- проведення моніторингу стану здоров'я, фізичної підготовленості та фізичного розвитку працюючих, створення на цій основі бази даних, що дозволить підвищити ефективність фізичної культури у зміцненні здоров'я працюючих, зменшити вплив негативних факторів на працездатність і самопочуття людини;

- включення виробничої фізичної культури в систему заходів, спрямованих на поліпшення умов праці, зниження професійної та виробничо-обумовленої захворюваності;

- облаштування, де дозволяють можливості, кімнат здоров'я, психологічного розвантаження, введення в цехах, виробництвах, на ділянках, де чисельність працівників досягає 500 чоловік, посади інструктора виробничої фізичної культури;

- прийняття керівництвом компаній, фірм, підприємств і установ оздоровчих програм, програм розвитку фізичної культури і спорту серед працюючих і членів їх сімей;

- формування у т працюючих, керівників виробничих організацій і колективів розуміння важливості та необхідності ведення здорового способу життя [22].

Розвиток фізичної культури і спорту для працюючих повинен здійснюватися шляхом формування відповідної мотиваційної структури. У країні повинна бути розроблена Програма збереження здоров'я працюючих, колективні договори між керівниками і профспілковими організаціями підприємств і установ в обов'язковому порядку повинні містити повноцінні розділи з реальними заходами щодо розвитку фізкультурно-спортивної та оздоровчої роботи в даному трудовому колективі.

В умовах реформування Збройних сил і правоохоронних органів першорядне значення набуває рівень загальнофізичної, професійно-прикладної та спортивної підготовки особового складу, який повинен відповідати підготовленості спортсменів високого класу.

Виходячи з цього, актуальна розробка якісно нової системи заходів, спрямованих на фізичну підготовку допризовної та призовної молоді, організацію змагань з військово-прикладних видів спорту і професійну підготовку. В системі підготовки допризовної молоді слід передбачити:

- збільшення обсягів фізкультурно-спортивної активності в освітніх установах;

- проведення літніх зборів допризовної молоді у військово-спортивних таборах;

- розробку спеціалізованих нормативів фізичної;

- розробку і проведення системи комплексних загальнонаціональних і регіональних змагань для допризовної молоді.

Для підвищення рівня фізичної підготовленості військовослужбовців необхідно:

- збільшити обсяг годин на загальнофізичної, професійно-прикладну фізичну й спортивну підготовку;

- розробити сучасні нормативні вимоги, навчально-тренувальні програми і методики фізичної підготовки;

- створити ефективну систему спортивних змагань, що сприяють залученню в активні заняття спортом максимального числа військовослужбовців;

- при переході на контрактну армію розробити свої спортивні нормативи для військовослужбовців різних родів Збройних сил;

- розглянути питання про присвоєння чергового військового звання за умови виконання військовослужбовцями відповідних нормативів фізичної підготовки [23].

Фізична культура і спорт є найбільш ефективним засобом соціальної адаптації та фізичної реабілітації інвалідів, проте використовується цей засіб недостатньо. Незважаючи на те, що, за даними статистики, за останні два роки число клубів фізичної культури для інвалідів зросла на 40%, а кількість їх відвідувачів - в півтора рази, різними формами фізичної культури та спорту займається менше 1% інвалідів.

Основні напрямки в цій роботі:

- створення відповідних умов для занять фізичною культурою і спортом на спортивних спорудах і в місцях масового відпочинку; відкриття спортивних шкіл в системі додаткової освіти для дітей-інвалідів;

- розробка і виробництво спеціалізованого інвентарю та обладнання;

- підготовка тренерів, викладачів і фахівців з адаптивної фізичної культури;

- розробка і видання спеціалізованих методик і програм;

- підготовка спортсменів-інвалідів до міжнародних змагань, в тому числі Паралімпійських ігор. Підготовка повинна здійснюватися на тих же умовах, що і підготовка спортсменів до Олімпійських ігор [24].

Особливу увагу треба звернути на створення умов для малозабезпечених груп населення, які не мають матеріальних та фінансових

можливостей для занять фізичною культурою і спортом.

Реалізація цього завдання можлива через адресну допомогу з боку чинної влади всіх рівнів, в першу чергу місцевих органів виконавчої влади.

Така допомога в пріоритетному порядку повинна надаватися багатодітним сім'ям, сім'ям, які втратили годувальника, та іншим категоріям населення.

Виходячи з викладеного, можна зробити висновок, що основним методом залучення молоді в фізичну культуру і спорт, все-таки є пропаганда здорового способу життя. Саме цій темі має приділятися більша увага на сторінках журналів і газет, у тілі - та радіопередачах. Масові комунікації, особливо газети і журнали, радіо, телебачення відіграють у справі розвитку фізичної культури і спорту різноманітні ролі, пов'язані з їх здатністю накопичувати, переробляти і передавати інформацію широкої аудиторії. Як тип управління засоби масової інформації впливають переважно на громадську думку і через нього на світогляд мас. Вони сприяють спеціальної орієнтації у навколишньому світі взагалі і в галузі фізичної культури і спорту зокрема.

Соціальна орієнтація людей за допомогою преси, радіо, телебачення, кіно, лекцій може здійснюватися на різних щаблях, в різних областях людської діяльності, незалежно від бажань, прагнень чи суб'єктивних намірів аудиторії, тобто об'єктивно.

Через соціальні засоби комунікації поширюються знання, підвищується фізкультурну освіту населення. З їх допомогою відбувається розуміння населення в цілому та молоді зокрема соціальної значущості фізичної культури і спорту як для суспільства, так і для окремої особистості. Вони можуть служити початковим поштовхом, стимулом до занять фізичною культурної і спортом, виступати фактором, що підсилює і активізує потребу в продовженні активних занять фізичною культурою і спортом, вдосконаленні своєї майстерності, фізичної підготовленості, сприяти розвитку пізнавальних інтересів до фізичної культури і спорту як до видовища.

Крім цього, необхідно відзначити, що здоровий спосіб життя формується з дитинства, і щоб дитині прищепити його, необхідний кропітка праця батьків. Дітей з раннього віку потрібно привчати до фізичної культури і головне, щоб дитина сам усвідомив необхідність фізичного виховання. Фундамент повинні закладати батьки.

Таким чином нами розглянуто теоретико-методологічні засади управління фізичною культурою і спортом. На підставі проведеного дослідження можна зробити наступні висновки:

- фізична культура і спорт - це один з видів людської діяльності, спрямованої на фізичне вдосконалення як людської популяції в цілому, так і кожної окремої людини, яка надає оздоровче, виховне, політичне і соціально-економічний вплив на суспільний розвиток людства;

- в ринкових умовах суттєво зростає роль фізичної культури і спорту в задоволенні потреб людей у ​​вдосконаленні, в формуванні здорового способу життя, в самоствердженні і самореалізації особистості як найважливішої соціальної цінності; управління фізичною культурою і спортом представляє систему конкретних форм і методів свідомої діяльності, спрямованої на забезпечення ефективного функціонування та розвитку галузі фізичної культури і спорту;

- державна політика включає в себе організаційну діяльність по проведенню масових змагань та фізкультурно-спортивних заходів.

**РОЗДІЛ 2**

**ДОСЛІДЖЕННЯ СучаснОГО станУ фізкультурно-оздоровчої роботи з молоддю як засобів залучення молоді до здорового способу життя**

**2.1. Аналіз сучасного стану фізкультурно-оздоровчої роботи в молодіжному середовищі**

Заняття фізичною культурою і спортом - це, перш за все спосіб життя, активне довголіття та профілактика захворювань. Вони сприяють високій працездатності, формування морально-вольових якостей, навичок рухової активності. У зв'язку з цим, вже протягом ряду років триває робота по залученню молоді в сферу фізичної культури і спорту як на республіканському, так і на місцевому рівні. Триває робота, спрямована на залучення різних верств населення до активних занять фізичною культурою, участі в масових фізкультурно-оздоровчих і спортивних заходах, розвитку східних єдиноборств, екстремальних, технічних і військово-прикладних видів спорту.

Однією з форм залучення населення до здорового способу життя, популяризації занять фізичною культурою і спортом є проведення масових фізкультурно-спортивних заходів. Активізувалася робота по залученню до занять фізичною культурою і спортом колективів фізичної культури (КФК) підприємств різних форм власності.

Фізкультурно-оздоровча та спортивна робота серед працездатного населення проводиться, працюють штатні інструктори з фізичної культури і спорту, а в інших призначені керівництвом на громадських засадах.

З метою залучення сільського населення до занять фізичною культурою і спортом проводяться спортивні заходи, чемпіонати та першості серед спортсменів з сільської місцевості. Сільські спортсмени щорічно беруть участь у Всеукраїнських зимових і літніх спортивних іграх.

З метою залучення до занять фізичною культурою і спортом людей з обмеженими можливостями, їх соціальної адаптації, реабілітації засобами фізичної культури і спорту проводяться в цьому напрямку цілеспрямовану фізкультурно-оздоровчу роботу. Спостерігається збільшення кількості студентів, що регулярно займаються фізичною культурою і спортом. У порівнянні х іншими роками роком відсоток охоплення студентів спортивно-оздоровчими заходами збільшився на 2,1% і становить 19,2% від загального числа студентства. Збільшилася кількість навчальних закладів, що беруть участь в змаганнях з різних видів спорту. Позитивним прикладом є функціонування при навчальних закладах спортивних клубів. У гуртожитках функціонують спортивні зали, обладнані тренажерами і спортивним інвентарем.

Розвиток дитячо-юнацького спорту є важливим засобом виховання і формування особистості, ефективним способом профілактики соціально-негативних явищ у підлітковому середовищі.

Таким чином, можна відзначити, що у даний час приділяється значна увага розвитку фізичної культури і спорту, особливо в частині залучення в них молоді. З цією метою проводяться різні організаційні заходи за участю освітніх установ різних рівнів, інші масові заходи.

**2.2. Розробка програми фізичної культури і спорту з залучення молоді до занять фізичною культурою і спортом**

Фізична культура і спорт - це загальновизнані матеріальні і духовні цінності суспільства в цілому і кожної людини окремо. Вони все більше стають вирішальними елементами загальнонаціональної ідеї. Однією з основних завдань держави є створення умов для збереження і поліпшення фізичного і духовного здоров'я громадян. Країні необхідні здорові громадяни, які вважають спорт природним доповненням до своєї особистої і професійної життя. Стан здоров'я населення та залучення широких мас населення до занять фізичною культурою є показником життєздатності нації, важливою складовою її економічного життя, оскільки здорова нація - основа процвітання держави [36]. Останні тенденції політики в галузі фізичної культури і спорту яскраво свідчать про її націленості на досягнення фізичного здоров'я своїх громадян.

За даними фахівців в області охорони здоров'я здоров'я кожної людини на 50 відсотків залежить від його способу життя. Факторами ризику порушення здоров'я є недолік руху, незбалансоване харчування, куріння, вживання алкоголю і наркотиків, інфекційні захворювання, недосипання і відсутність повноцінного відпочинку. Підвищення рухової активності, будучи основним компонентом регулярних занять фізичною культурою і спортом, позитивно впливає на збереження і зміцнення здоров'я.

Для того, щоб суспільство усвідомило важливість профілактичних заходів, що дозволяють зміцнити і зберегти своє здоров'я, необхідно підвищити соціальну значимість фізичної культури і спорту, важливість фізичної активності; сформувати погляд на фізичну культуру і спорт, як на фактори здорового способу життя [37].

Зрозуміло, що останнім часом інтерес до здорового способу життя і спорту в нашій країні значно зріс. Про це свідчать дані соціологічних дослідженнь. Аналіз даних показав, що фізичними вправами у вільний час не займаються і не хотіли б займатися тільки 7,6% молодих людей.18% опитаних звертаються до фізкультурних занять кілька разів на тиждень; 52,9% займаються спортом час від часу і 22% респондентів хотіли б займатися. Отримані в соціологічному дослідженні дані дозволяють стверджувати, що фізкультурно-спортивна діяльність, поряд з іншими видами діяльності, входить в образ життя молодих людей. Не в останню чергу це пов'язано з тим, що державою багато робиться для залучення уваги громадян до питань здорового способу життя, для того, щоб фізична культура і спорт зайняли важливе місце в житті кожної людини. Роль спорту стає все більш помітним соціальним фактором.

Висновки в зв'язку з виявленими проблемами і рекомендації з оздоровлення молоді шляхом її широкого залучення у масовий спорт, створення "моди" на здоровий спосіб життя, активізацію спортивно-масової роботи з широким залученням до організаторську діяльність самої молоді, звернені, в основному, до двох соціальним інститутам: до школи, до батьків, а також до адміністрації міста, як державному політичного інституту, який несе відповідальність за все області муніципальної діяльності.

На цей час можна виділити п'ять основних блоків заходів, що впливають на формування здорового життєздатного молодого покоління:

- розвиток інфраструктури спорту і забезпечення доступності масових занять спортом;

- вдосконалення системи підготовки та підвищення кваліфікації фахівців різного профілю з формування здорового способу життя та питань фізичної культури;

-розробка наукових основ здорового способу життя та фізкультурно-оздоровчих програм;

- активізація виховної роботи

є просування цінностей фізичної культури і здоров'я, формування потреб молоді в дотриманні принципів здорового способу життя, прагнення до позитивних змін і свідому відмову від саморуйнівної поведінки; прилучення до регулярних занять фізичною культурою і спортом, в тому числі за місцем проживання;

- популяризація здорового способу життя та фізичної активності, що включає в себе пропаганду цінностей здоров'я через ЗМІ;

- використання масових і великих міжнародних спортивних заходів для формування переконання в престижності спортивних занять і здорового поведінки [38].

Найбільш актуальними і пріоритетними напрямками перебудови і оптимізації системи фізичної культури і спорту на регіональному рівні слід виділити наступне: оновлення змісту навчальних програм в дошкільних, шкільних, професійних, вищих навчальних закладах, спрямованого на формування у молоді здорового способу життя, різнобічний розвиток рухових здібностей, необхідний і можливий рівні фізичної дієздатності; вдосконалення позашкільних форм організації фізичної культури, доповнюють зміст обов'язкових уроків; зниження криміногенної напруженості в молодіжному середовищі, збереження і зміцнення здоров'я населення регіону за рахунок залучення жителів області в активні заняття фізичною культурою і спортом; впровадження нових форм організації фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи зі студентською молоддю; розробка нормативно-правових норм, що забезпечують розвиток фізичної культури і спорту в регіоні; пошук нових форм підготовки і перепідготовки фізкультурних кадрів; впровадження фізичної культури і спорту в систему наукової організації праці і відпочинку населення з урахуванням посилення оздоровчого змісту занять; розробка та впровадження в організацію і проведення фізкультурно-оздоровчих та спортивно-масових заходів нових форм, пов'язаних з національними та народними традиціями [39].

Зазначені напрями фізичної культури і спорту повинні розвиватися в різних її підрозділах і в тісному взаємозв'язку з державними і регіональними структурами

Фізична культура, будучи складовою частиною загальної культури людини, його здорового способу життя, набагато визначає поведінку людини в навчанні, на виробництві, в побуті і спілкуванні, сприяє вирішенню соціально-економічних, виховних та оздоровчих завдань.

Основними проблемами в процесі якісного поліпшення стану фізичної культури і спорту є наступні:

1. У системі управління фізичною культурою і спортом:

- недостатнє фінансування державних структур управління розвитком фізичної культурою і спортом;

- недостатнє забезпечення координації діяльності державних і громадських органів управління фізичною культурою і спортом.

2. У сфері розвитку фізичної культури в дошкільних установах:

- низька ефективність проведених занять з фізичної культури в групах дошкільного закладу;

- час денних прогулянок (до 2,5 годин в день) у багатьох установах використовується для задоволення рухової потреби дітей вкрай неефективне;

- дошкільні установи недостатньо укомплектовані фахівцями з фізичної культури;

- більша частина таких закладів не має спортивних споруд, що відповідають вимогам (спортивні зали, рекреативні приміщення, плавальні басейни, площинні спортивні майданчики);

- низька забезпеченість спортивним обладнанням та інвентарем;

- не налагоджене виготовлення і випуск в відповідного інвентарю та обладнання;

- не організований батьківська освіта з фізичного виховання дітей у сім'ї;

- недостатнє висвітлення проблем фізичної культури дітей дошкільного віку засобами масової інформації.

3. У сфері розвитку фізичної культури в загальноосвітніх закладах:

- низька оснащеність спортивним обладнанням та інвентарем у багатьох загальноосвітніх закладах не дозволяє забезпечувати ефективне виконання державної програми по предмету "Фізична культура";

- потребує вдосконалення організація додаткової освіти школярів з фізичної культури;

- неефективне використовується канікулярний час для організації оздоровчої, фізкультурно-спортивної роботи;

- вимагає свого вирішення проблема фінансового і соціального забезпечення вчителя фізичної культури;

- організація позаурочної (позакласної) фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності школярів в загальноосвітніх установах повинна становити клубний принцип;

- недостатньо пропагується серед школярів здоровий спосіб життя засобами фізичної культури, залучення до систематичних занять фізичною культурою і спортом;

- не створені необхідні умови для організації процесу фізичного виховання учнів, віднесених до спеціальної медичної групи, а також школярів з обмеженими фізичними можливостями.

4. У сфері розвитку фізичної культури в системі професійної освіти:

- вимагає свого вдосконалення технологія освітнього процесу з фізичної культури в системі професійної освіти; недостатня забезпеченість фізкультурними кадрами з вищою спеціальною освітою;

- низька оснащеність спортивним інвентарем багатьох установ професійної освіти;

- відсутність системи нормативних вимог прикладної спрямованості;

5. У сфері розвитку фізичної культури в системі вищої професійної освіти:

- невідповідність сучасним вимогам програми з фізичної культури;

- низький рівень заробітної плати викладачів;

- у багатьох ВНЗ недостатньо організована система фізкультурно-спортивних послуг студентам;

- потребує вдосконалення організація громадських органів управління фізичною культурою і спортом у ВНЗ;

- на недостатньому рівні знаходиться забезпеченість студентів навчально-методичною літературою з фізичної культури і спорту;

- не розроблена система масового охоплення студентів позааудиторний формами занять з фізичної культури;

6. У сфері розвитку фізичної культури працюючих на виробництві та в установах:

- у виробничих колективах не створена система фізкультурно-оздоровчих і спортивних послуг;

- не проводиться диспансеризації фізичного здоров'я працюючих;

- у багатьох підприємствах, установах не проводяться фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі робочого дня;

- недостатньо розроблений порядок використання оздоровчих баз для організації сімейного відпочинку трудящих з використанням засобів фізичної культури і спорту;

- не створена система особистої зацікавленості працюючих на виробництві в заняттях фізичними вправами;

- не проводяться міські (районні) галузеві Спартакіади серед працівників охорони здоров'я, освіти, культури, спорту, засобів масової інформації, торгівлі, транспорту, енергетики, житлово-комунального господарства і будівництва фінансово-казначейських установ, адміністративних, міністерських органів та інших.

7. У сфері розвитку фізичної культури за місцем проживання городян:

- недостатня нормативна база для розвитку фізичної культури і спорту за місцем проживання та як наслідок недолік постійних і стабільних джерел фінансування на утримання підліткових клубів, дитячо-юнацьких центрів, спортивних споруд, їх матеріально-технічного оснащення;

- недолік фахівців з організації та проведення фізкультурно-оздоровчої роботи за місцем проживання городян;

- відсутність системи стимулювання кадрів в фізкультурно-спортивної роботи за місцем проживання городян.

8. У сфері розвитку аматорського та професійного спорту:

- недостатня забезпеченість дитячо-юнацьких спортивних шкіл та клубів спортивним інвентарем та обладнанням, спортивною екіпіровкою, навчально-методичною літературою;

- відсутність постійно діючих курсів підвищення кваліфікації фахівців спорту;

- відсутні середні і вищі спеціальні навчальні заклади з підготовки тренерських кадрів, особливо для дитячого спорту;

- не налагоджена система підготовки менеджерів для спортивної індустрії;

- недостатньо розвинена мережа фізкультурно-спортивних клубів, центрів, громадських спортивних об'єднань, організацій, професійних спортивних клубів;

- низька ефективність роботи багатьох відділень з видів спорту дитячо-юнацьких спортивних шкіл;

- відсутність у багатьох дитячо-юнацьких спортивних шкіл сучасних спеціалізованих спортивних баз для забезпечення цілорічного навчально-тренувального процесу відповідно до програми за традиційними олімпійських видів спорту - баскетболу, волейболу, футболу, тенісу, спортивної гімнастики, веслування академічного, плавання, легкої атлетики, лижних гонок і біатлону, стрільби кульової та стендової, кінного спорту;

- недостатнє фінансування дитячо-юнацьких спортивних шкіл, особливо в частині забезпечення учнів спортивним інвентарем, спортивною екіпіровкою, харчуванням в спецкласах, їх участь у всеукраїнських змаганнях та на оренду спортивних споруд;

- відсутні спеціалізовані спортивні класи з багатьох олімпійських видів спорту;

- недостатнє висвітлення в засобах масової інформації спортивному житті міста;

- недостатнє використання результатів наукових досліджень в практику підготовки спортсменів;

- відсутня система допінгового контролю за використанням фармакологічних засобів у спортивній діяльності.

Основними цілями Програми є:

- підвищення ролі фізичної культури і спорту в житті;

- збереження і зміцнення здоров'я населення, формування потреби в здоровому способі життя;

* - створення умов для занять фізичною культурою і спортом городян, особливо дітей і молоді;

- координація діяльності муніципальних і громадських установ з розвитку фізичної культури і спорту.

Основними завданнями є:

- пропаганда і популяризація фізичної культури і спорту серед молоді, формування стійкої мотивації фізичної активності;

- зміцнення здоров'я населення, боротьба з негативними явищами соціального характеру через заняття фізичною культурою і спортом;

- всебічний і гармонійний розвиток особистості;

- розвиток матеріально-технічної бази фізичної культури і спорту;

- формування потреби кожної людини в фізичному і моральному вдосконаленні;

- створення умов для занять будь-якими видами спорту і фізичної культурою;

- розробка науково-методичного забезпечення фізкультурно-спортивної діяльності;

- аналіз підготовки кваліфікованих кадрів в галузі фізичної культури і спорту;

- впровадження інноваційних форм організації фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності;

- залучення до процесу розвитку фізичної культури і спорту суб'єктів різних форм власності;

- моніторинг фізичного розвитку населення міста.

У сформованих соціально-економічних умовах перед органами управління фізичною культурою і спортом стоять дві основні завдання:

- зберегти наявний позитивний досвід роботи в даній галузі;

- здійснити перехід фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи з населенням на нову концептуальну основу.

Очікувані результати реалізації Програми:

- об'єднання зусиль підрозділів, громадських організацій, інших структур в розвитку фізичної культури і спорту;

- створення системи взаємодії органів місцевого самоврядування з фізкультурно-спортивною громадськістю та населенням;

- зниження рівня захворюваності громадян в цілому і молоді зокрема, підвищення ресурсів їх здоров'я і стійкості до несприятливих умов;

- збільшення чисельності молоді, що займається фізичною культурою і спортом;

- зниження чисельності зловживають алкоголем осіб і осіб, які вживають наркотичні речовини, серед молоді;

- підвищення ефективності боротьби з правопорушеннями;

- поліпшення якості підготовки спортсменів високої кваліфікації і збереження спортивних резервів;

- відновлення, реконструкція та розвиток матеріально-технічної спортивної бази;

- активізація участі молоді в спортивно-масових заходах;

- розвиток фізичних якостей підростаючого покоління, вдосконалення підготовки до несення військової служби;

- підвищення професійного рівня та конкурентоспроможності випускників навчальних закладів, які готують фахівців з фізичної культури і спорту.

Реалізація програмних заходів покладається на відповідальних виконавців, якими є структурні підрозділи адміністрацій міста, районів міста. Нормативне правове забезпечення Програми:

Комплекс програмних заходів, спрямований на розвиток фізичної культури і спорту та залучення молоді, містить заходи:

- формування нормативно-правової бази з питань фізичної культури і спорту;

- розвиток матеріально-технічної бази фізичної культури і спорту;

- вдосконалення форм організації масової фізичної культури і спорту, підготовка спортивного резерву;

- кадрове забезпечення фізичної культури і спорту;

- пропаганда фізичної культури і спорту.

Дані заходи розвитку фізичної культури і спорту спрямовані на виконання відповідних завдань, що пред'являються до віку, статі, характеру навчальної діяльності, рівнем здоров'я і рівня фізичної підготовленості

**2.3. Шляхи оптимізації організаційної політики щодо залучення молоді до фізичної культури і спорту**

На теперішній час людство мало уваги приділяє власному здоров'ю. А адже здоров'я нації, як би голосно це не звучало, є однією з умов успішного розвитку держави. Будь-якої цивілізованої державі необхідно приділяти увагу цій проблемі.

За статистикою лише близько 10% школярів вважаються умовно здоровими. Здоров'я населення - не просто медичне поняття. Встановлено, що рівень стану здоров'я людей залежить від рівня охорони здоров'я та медичного обслуговування тільки на 15%. Решта формується з безлічі інших чинників: екологічної, економічної, соціальної обстановки, історично сформованих традицій поведінки, культури харчування, спадковості, і навіть від ставлення людей до себе [30].

У багатьох країнах масштабність цієї проблеми усвідомлена вже давно. Тому пропаганда здорового способу життя ведеться на загальнодержавному рівні. Наприклад, уряд США, вкладаючи чималі гроші в пропаганду здорового способу життя, домігся цілком відчутних результатів. Наприклад, серйозно знизилося вживання тютюну.

Велике значення в розвитку масового фізкультурно-спортивного руху грає активна пропаганда престижу здорового способу життя, створення умов не тільки для організованих форм занять фізичною культурою і спортом, але і для бажаючих займатися самостійно за місцем проживання, а також зміцнення матеріально-технічної бази.

Особливе занепокоєння викликає низький показник забезпеченості плавальними басейнами, що є однією з причин недостатньої роботи з навчання плаванню населення. Активно ведеться робота з будівництва фізкультурно-спортивних комплексів.

Незважаючи на наявну матеріально-технічну базу для занять фізичною культурою і спортом та увагу щодо подальшого її розвитку, експлуатаційний стан спортивних споруд, особливо в сільській місцевості, сьогодні залишається в неналежному стані. Особливо, це стосується матеріальної бази сільських дитячо-юнацьких спортивних шкіл, які вкрай недостатньо оснащені спортивним обладнанням та інвентарем. Досвід роботи клубів фізкультурно-спортивної спрямованості показує, що найбільш затребуваними є клуби, де організовуються оздоровчі заняття за такими напрямками, як: шейпінг, аеробіка, фітнес, види єдиноборств [32].

Однією з основних проблем в організації фізкультурно-спортивної роботи за місцем проживання є відсутність відповідної матеріально-технічної бази і кадрів, особливо в сільській місцевості.

У той же час є приклади належної уваги до питань організації активного дозвілля за місцем проживання населення. З метою активізації фізкультурно-оздоровчої роботи серед трудящих проводиться конкурс на кращу постановку фізкультурно-спортивної роботи на підприємствах, в організаціях усіх форм власності. Незважаючи на брак звільнених фахівців на підприємствах і в організаціях у багатьох районах проводиться активна фізкультурно-спортивна робота серед трудящих. Організовуються спартакіади та змагання з різних видів спорту серед підприємств, організацій.

Поліпшення фізкультурно-спортивної роботи в трудових колективах, в основному, залежить від зацікавленості керівника. Адміністраціями міст і районів, в особі фахівців з фізичної культури і спорту, повинні бути передбачені форми стимулювання керівників тих підприємств і організацій, де належна увага приділяється організації фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи серед працюючих. Сьогодні є такі приклади, коли керівники заохочують своїх працівників грошовими преміями або цінними призами за ведення тверезого способу життя і активну участь в фізкультурно-спортивному житті підприємстві. Потрібні такі активні організаційні форми роботи, щоб керівник підприємства або організації був зацікавлений у відвідуванні своїх співробітників спортивних залів і плавальних басейнів.

Одним з пріоритетних напрямків сфери фізичної культури і спорту є вдосконалення системи фізичного виховання дітей та учнівської молоді. Тривожним залишається рівень стану здоров'я дітей та молоді, який виражається в зростанні чисельності студентів, звільнених від уроків фізичної культури і зниженні рівня фізичної підготовленості призовників. Для кардинальної зміни існуючого положення необхідно збільшити кількість і якість навчальних занять і позаурочної роботи з фізичного виховання [33].

Для вирішення цієї проблеми реалізується концепція щодо вдосконалення структури і змісту предмета фізичної культури.

Фізична культура і спорт сьогодні стають одним з найважливіших умов всебічної фізичної та соціальної реабілітації інвалідів, їх адаптації до життя. З метою залучення в активні заняття фізичною культурою і спортом якомога більшої кількості інвалідів та визначення найсильніших спортсменів-інвалідів щорічно проводяться чемпіонати та першості з наступних видів спорту: бадмінтон, стрільба з лука, легка атлетика, настільний теніс, шашки, шахи.

До одним з найбільш традиційно масових і значущих змагань відноситься спорт інвалідівЧ, що проводиться щорічно в рамках Міжнародного дня інвалідів.

Основними проблемами в галузі реабілітації та соціальної інтеграції інвалідів засобами фізичної культури і спорту є відсутність спеціалізованих фізкультурно-оздоровчих і спортивних споруд, нестача обладнання та інвентарю [34].

Одним з найважливіших напрямків залишається підготовка кадрів для фізкультурно-оздоровчого руху. Одним з головних ланок розвитку фізкультурно-оздоровчого руху на сьогодення день є фахівці місцевих органів влади.

Уряд спільно з органами виконавчої влади та місцевого самоврядування і всією фізкультурної громадськістю проводить значну роботу.

Підтвердженням тому служить наступне: вдалося збільшити охоплення населення заняттями фізичною культурою і спортом практично на 4 відсотки. Завдяки проведеним заходам і активній пропаганді здорового способу життя все більше жителів долучаються до фізкультурно-оздоровчого руху. Найбільш сприятливі тенденції спостерігаються в містах. Незважаючи на об'єктивні труднощі мають місце бути в сільській місцевості, цей показник також збільшується.

Однак залишаються ще моменти недостатнього розуміння окремими керівниками підприємств і організацій, а часом і місцевого рівня важливості всебічної підтримки фізкультурно-оздоровчого руху, пропаганди здорового способу життя. Необхідно посилити міжвідомчу взаємодію для досягнення поставлених цілей.

З метою активізації роботи в даному напрямку необхідно ширше використовувати можливості спортивних залів освітніх установ для організації активного дозвілля молоді та дорослого населення. Багато з них використовуються тільки для проведення уроків фізичної культури, недостатньо використовуються для фізкультурно-оздоровчих занять у вечірній час [35].

Для поліпшення фізкультурно-спортивної роботи за місцем проживання необхідно вести постійну роботу з керівниками сільських рад, щоб при затвердженні бюджетів інтереси розвитку нашої сфери знайшли своє гідне місце.

З метою прищеплення трудящим навичок здорового способу життя та зміцнення їх здоров'я до числа основних напрямків діяльності відноситься фізкультурно-спортивна і оздоровча робота працюючих.

**ВИСНОВКИ**

1.Вивчено теоретичні аспекти залучення молоді до здорового способу життя та сутності управління фізичною культурою і спортом. Фізична культура і спорт належать до сфери соціального життя, будучи невід'ємним елементом нематеріального виробництва.

Сформована до теперішнього часу тривожна ситуація з фізичним і духовним здоров'ям молоді багато в чому обумовлена соціальними причинами, в числі яких - недооцінка оздоровчої, виховної і соціально-економічної ролі фізичної культури і спорту, як з боку держави, так і з боку самої молоді. Саме ця недооцінка, та відсутність достатнього числа спортивних споруд є головною проблемою, яка стримує розвиток масової фізичної культури і спорту.

Фахівцями встановлено, що обсяг рухової активності, необхідний для поліпшення рівня здоров'я і фізичної підготовленості молодого організму в даний час складає лише 25% від необхідного. В останні роки мережа фізкультурно-спортивних споруд постійно скорочується, багато споруд знаходяться в аварійному стані, не відповідають санітарно-гігієнічним нормам, не забезпечені технічними засобами, приладами та обладнанням для навчально-тренувального процесу і змагань.

2. Обґрунтовано методичні засади та розроблено процедуру дослідження системи управління фізичною культурою та спортом.

Стратегічною метою реформування фізичної культури і спорту є підвищення рівня здоров'я молоді, ефективне використання засобів фізичної культури і спорту щодо попередження захворювань, підтримці високої працездатності молоді, профілактиці правопорушень, подолання шкідливих звичок, реалізації забезпечення конституційної гарантії права громадян на рівний доступ до занять фізичною культурою і спортом.

Основою здоровою способу життя є фізична культура і спорт, які цілеспрямовано, природним шляхом підвищують життєздатність систем і функцій організму молоді. Впровадження на практиці здорового способу життя з раннього віку здатне не тільки зміцнювати здоров'я, але і підняти рівень активного довголіття.

3. Розкрита специфіка та проаналізовано стан фізкультурно-оздоровчої роботи з молоддю як сучасного напрямку її залучення до здорового способу життя.

Показано, що рівень спортивних досягнень залежить від розвитку масового спорту та фізичної підготовленості молоді, оскільки цей розвиток визначає можливість пошуку талановитої молоді, її здатність переносити сучасні фізичні і психічні навантаження. Формування здорового способу життя та інтерес до спорту виховується з дитинства; при цьому слід змінити підходи до фізичного виховання, перш за все в установах освіти. Заняття фізичною культурою в школах не можуть бути формальними, вони повинні стати систематичними, захоплюючими для дітей і корисними для їх здоров'я.

4. Розроблено рекомендації щодо організації залучення молоді до здорового способу життя.

До розвитку масового спорту та зміцненняя його інфраструктури слід активніше залучати вітчизняний бізнес. Це в першу чергу стосується дитячого і юнацького спорту, а також спорту інвалідів та громадян з обмеженими фізичними можливостями. Фізкультурно-спортивним організаціям спільно з органами освіти, охорони здоров'я та засобами масової інформації належить створити систему фізкультурної освіти для всіх соціально-демографічних груп населення, і в першу чергу для молоді. Підвищена увага має бути приділена фізичному вихованню в молодих сім'ях. Слід створити необхідні умови і передумови й для самостійних фізкультурних занять.

Увагу установ освіти слід зосередити на позаурочних формах занять. Необхідно проводити більше спортивних змагань, створювати умови для занять за місцем проживання, стимулювати самостійні заняття в парках, вдома, збільшувати число спортивних шкіл, клубів, центрів.

Слід також забезпечити підготовку, перепідготовку та стимулювання діяльності громадських організаторів (волонтерів) фізичної культури, надавати їм постійну допомогу в роботі. Фізична культура і спорт повинні мати єдиний інформаційний простір. Слід створити регіональні і локальні інформаційні системи, розробити пропагандистські та інформаційні технології за основними видами діяльності галузі, в тому числі шляхом використання практики грантів за соціальними програмами, що надаються на конкурсній основі засобам масової інформації.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1.ІЛ/СНІДу в Україні. / О. О. Яременко, О. М. Балакірєва, О. Р. Артюх та ін. - К.: Український ін-т соціальних досліджень, 2003. - 99 с.

2. Архів Державного інституту сімейної та молодіжної політики 2000-2017 рр.

3. Аспекти здоров’я / О. В. Вакуленко, О. О. Стойка, Л. П. Шнеренко. - К.: Державний ін-т проблем сім’ї та молоді, 2002. - Кн. 3. - 27 с. - (Сер. «Соціальний супровід неповнолітніх». У 3 кн.).

4. Безпалько О. В. Соціальна педагогіка: схеми, таблиці, коментарі: навч. посіб. [для студ. вищ. навч. закл.] / Безпалько О. В. - К.: Центр учбової літератури, 2009. - 208 с.

5. Брехман И. И. Валеология - наука о здоровье. - 2-е изд., доп. и перераб. - М.: Физкультура и спорт, 1990. - 208 с.

6. Вайс, Керол Г. Оцінювання: методи дослідження програм та політики. - К.: Основи, 2000. - 671 с.

7. Викладання курсу «Основи здоров’я» в загальноосвітніх навчальних закладах (Експериментальний навчально-методичний посібник для вчителів) / Т. Бойченко, Н. Колотій. - К.: Державний інститут проблем сім’ї та молоді, Український ін-т соціальних досліджень, 2004. - 244 с.

8. Виховний потенціал сім’ї в сучасних умовах: тематична Державна доповідь про становище сімей в Україні за підсумками 2001 року / Кол. авторів: А. М. Ноур та О. О. Яременко (керівники) та ін. - К.: Державний інт проблем сім’ї та молоді, 2002. - 144 с.

9. Волонтерський рух в Україні: тенденції розвитку / Кер. авт. кол.: Комарова Н. М.; Капська А. Й., Яременко О. О. та ін., - К.: Академпрес, 1999.- 112 с.

10. Вступ до стратегічного планування для формування навичок здорового способу життя [Електронний ресурс] - Режим доступу: <http://autta.org.ua/files/photo/strat_planl.pdf>

11. Тендерний паритет в умовах розбудови сучасного українського суспільства / Г. Алексеева, О. Балакірєва, В. Бондаровська та ін. - К.: Український ін-т соціальних досліджень, 2002. - 121 с.

12. Державна служба статистики України [Електронний ресурс] - Режим доступу: http://www.ukrstat.gov.ua/ http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/7273 13. Догляд і підтримка дітей з ВІЛ-інфекцією: навчальний посібник для персоналу дитячих установ, батьків, опікунів, соціальних працівників та інших осіб, що доглядають за ВІЛ-інфікованими дітьми. - К.: «Кобза», 2003. - 168 с. 110

14. Другий національний звіт «Контроль над тютюном в Україні» (2014 р.).

15. Журавель Т. В. Соціальна профілактика як напрям соціально-педагогічної діяльності / Т. В. Журавель // Соціальна педагогіка: навч. посібник / За заг. ред. О. В. Безпалько; Авт. кол. О. В. Безпалько, І. Д. Зверева, Т. Г. Веретенко та ін.: - К.: Академвидав, 2013. - 312 с.; С. 85-101.

16. Закон України «Про загальнодержавну програму підтримки молоді на 2004-2008 роки» [Електронний ресурс] - Режим доступу: [http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1281 -15](http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1281%20-15)

17. Закон України «Про основи законодавства України про охорону здоров’я» [Електронний ресурс] - Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/2801-12/page>

18. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» [Електронний ресурс] - Режим доступу: <http://zakon0.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>

19. Здоров’я та поведінкові орієнтації української молоді: соціологічний вимір (за результатами національного соціологічного опитування підлітків та молоді 10-22 років — К.: Український ін-т соціальних досліджень, 2005. - Кн. 14. - 256 с. - (Сер. «Формування здорового способу життя молоді». У 14 кн.)

20. Здоровье 2020. Основы европейской политики и стратегии для XXI века. Всемирная организация здравоохранения. 2013. - 224 с.

21. Здоровье-21: Основы политики достижения здоровья для всех в Европейском регионе ВОЗ: Введение // Европейская серия по достижению здоровья для всех. - 1998. № 5. - Копенгаген: ВОЗ (ЕРБ).

22. Концепція «Загальнодержавної цільової соціальної програми «Формування здорового способужиття молоді України на 2013-2017 роки» [Електронний ресурс] - Режим доступу: http://www.meduniv.lviv.ua/index.php7option3 coni—content&view=article&id= 1493:n 110112&catid= 1 :latest %E2 %80 %93news&Itemid=50&lang=en

23. Красовський К. С., Григоренко А. А., Андреева Т. І. Динаміка поширеності тютюнокуріння серед дітей та підлітків в Україні // Україна. Здоров’я нації. - 2013. - № 1 (25). - С. 85-90.

24. Матеріали проекту «Молодь за здоров’я». Архів ДІСМП. 25. Мешкова О. М. Аналіз діяльності Центрів/ відділень/кабінетів медичної допомоги підліткам та молоді «Клініки дружні до молоді» в Україні за 2015 рік [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <http://k>

25. Мешкова О. М. Аналіз діяльності Центрів/ відділень/кабінетів медичної допомоги підліткам та молоді «Клініки дружні до молоді» в Україні за 2015 рік [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <http://k>

26. Молодь за здоровий спосіб життя: іцоріч. доп. Президен ту України Верхов. Раді України, Каб. Міністрів України про становище молоді країні (за підсумками 2009 р.) / М-во України у справах сім'ї, м........ іа спорту, Держ. ін-т розв. сім’ї та молоді; [редкол.: Н. Ф. Ром;....... і .............. та ін.]. - К.: ТОВ «Основа», 2010. - С. 34-35. 111

27. Моніторинг і оцінка діяльності з формування здорового способу життя / О. М. Балакірєва, О. О. Яременко, Р. Я. Левін та ін. - К.: Український ін-т соціальних досліджень, 2005. - Кн. 11. - 152 с. -(Сер. «Фор мування здорового способу життя молоді». У 14 кн.)

28. Мудрик А. В. Социальная педагогика: Учеб для студ. пед. вузов / Под ред. В. А. Сластенина. - М.: «Академия», 1999. - 184 с.

29. Наказ Міністерства соціальної політики України «Про затверджен ня Державного стандарту соціальної послуги профілактики» від 10.09.2015 [Електронний ресурс] - Режим доступу: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/zll55-15>

30. Наказ Мінмолодьспорту «Про затвердження Положення про всеукраїнську інформаційно-профілактичну акцію «Відпові-дальність починається з мене» від 09.08.2017 [Електронний ресурс] - Режим доступу: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/zl287-17>

31. Національний звіт за 2014 рік щодо наркотичної ситуації (за даними 2013 року). Поглиблений огляд наркоситуації в Україні. Пропозиції стосовно покращення у сфері надання допомоги наркозалежним особам та доступності пацієнтів до лікарських засобів, що містять наркотичні засоби, психотропні речовини та прекурсори»: анал.-стат. дов. // ВСП «ММЦАН» Українського НДІ соціальної і судової психіатрії та наркології МОЗ України. - К.: ІІОЛІУМ, 2014. - 199 с., 50 граф., 45 табл.

32. Особливості сексуальної поведінки та орієнтацій неповнолітніх / О. М. Балакірєва, Т. В. Бондар, М. Ю. Варбан, О. О. Яременко. - К.: Державний ін-т проблем сім’ї та молоді, 2002. - Вип. 2. - 38 с.. - (Серія: Здоров’я та поведінкові орієнтації учнівської молоді. У 3 вип.)

33. Парламентські слухання «Формування здорового способу життя української молоді: стан, проблеми та перспективи» [Електронний ресурс] - Режим доступу: <http://static.rada.gov.ua/zakon/skl4/par_sl/sl261103.htm>

34. Піндер Л. Новий погляд на структуру: Вивчення становища щодо розвитку політики пропагування здоров’я в Канаді // Пропагування здоров’я: - Т. З, № 2. 1988. - С. 205-212. Вид-во Оксфорд, ун-ту.

35. Показники та соціальний контекст формування здоров’я підлітків: моногр. / О. М. Балакірєва, Т. В. Бондар, Д. М. Павлова та ін.; наук. ред. О. М. Балакірєва. - К.: ЮНІСЕФ, Укр. ін-т соц. дослідж. ім. О. Яременка, 2014.- 156 с.

36. Рекомендації парламентських слухань на тему «Про реформу охорони здоров’я в Україні», схвалених постановою Верховної Ради України від 21.04.2016 р. № 1338-VIII.

37. Розпорядження Кабінету Міністрів України «Про схвалення Концепції Державної цільової соціальної програми «Молодь України» на 2016-2020 роки» [Електронний ресурс] - Режим доступу: [http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/1018-2015-р 112](http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/1018-2015-р%20112)

38. Розпорядження Кабінету Міністрів України «Про схвалення Концепції розвитку системи громадського здоров’я» від ЗО листопада 2017 [Електронний ресурс] - Режим доступу: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/560-2017-p>

39. Розпорядження Кабінету Міністрів України «Про схвалення Стратегії забезпечення сталої відповіді на епідемії туберкульозу, в тому числі хіміорезистентного, та ВІЛ-інфекції/СНІДу на період до 2020 року та затвердження плану заходів щодо її реалізації» [Електронний ресурс] - Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/248-2017-p>

40. Роль громади у формуванні здорового способу життя молоді. ДІСМП. Архив.

41. Соціальна педагогіка: теорія і технології: підруч. [для студ. вищ. навч. закладів] / [Т. Ф. Алексеенко, Т. П. Басюк, О. В. Безпалько та ін.]; за ред. І. Д. Зверевой - К.: Центр навчальної літератури, 2006. - 316 с.

42. Статистичний збірник «Самооцінка населенням стану здоров’я та рівня доступності окремих видів медичної допомоги у 2014 році»/ <http://ukrstat.org/uk/druk/publicat/kat_u/publdomogosp_u.htm>

43. Тютюн, алкоголь, наркотики в молодіжному середовищі: вживання, залежність, ефективна профілактика / О. О. Яременко (кер. авт. кол.), О. М. Балакірєва, О. О. Стойко та ін. - К.: Державний інститут проблем сім’ї та молоді, Український ін-т соціальних досліджень, 2004. - Кн. 7. - 196 с. - (Сер. «Формування здорового способу життя молоді». У 14 кн.)

44. Указ Президента України «Про Концепцію розвитку охорони здоров’я населення України» [Електронний ресурс] - Режим доступу: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/1313/2000>

45. Указ Президента України «Про національну програму «Діти України» [Електронний ресурс] - Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/63/96>

46. Цільова комплексна програма «Фізичне виховання - здоров’я нації» [Електронний ресурс] - Режим доступу: http://zakon0.rada.gov.ua/laws/show/963a/98