

МІСЬКЕ СЕРЕДОВИЩЕ ЯК ОСНОВА РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ

Рекреаційна діяльність — вид діяльності людей у вільний час, спрямований на відновлення й розвиток психічних, фізичних і духовних сил людини на спеціалізованих територіях.

Із огляду на складність і багатоаспектність рекреаційної діяльності загальноприйнятої класифікації на основі єдиного підходу не розроблено. Найбільш розповсюдженими ознаками, за якими проводиться класифікація рекреаційної діяльності є наступні: мета (ціль, мотивація) рекреаційної діяльності, територіальна ознака, тривалість, правовий статус, сезонність, спосіб пересування, вік, кількість учасників, форма організації, використувані транспортні засоби.

За основним мотивом рекреаційна діяльність може бути класифікована наступним чином: лікувальна, оздоровча, спортивна, пізнавальна. Останнім часом науковці до наведених вище мотивів рекреаційної діяльності стали додавати розважальний мотив.

Важливим фактором ефективного відновлення здоров'я є фізична рекреація як самостійне явище у сфері відпочинку, так як формування покоління фізично здорових людей є одним із важливих державних завдань. Фізична рекреація — комплекс заходів, спрямованих на удосконалення процесів відновлення працездатності після фізичної і розумової роботи, тобто організація активного відпочинку людей з використанням фізичних вправ, отримання задоволення від цього процесу.

Зміст фізичної рекреації складають виконувані вправи з відносно низькою інтенсивністю у формі ігор та розваг, зміна видів діяльності, покращення здоров'я, підвищення працездатності. Фізична рекреація — це сукупність видів діяльності, які пов'язані із спортом та фізичною культурою. Розрізняють дві системи фізичної рекреації — міська і позаміська. Міські об'єкти для фізичної рекреації розміщуються поблизу місць проживання, так як вони розраховані для використання в кінці робочого дня.

© **Матеріали Міжнародної науково-практичної Інтернет-конференції «Туристичний бізнес: сучасні тренди та стратегії розвитку», КНЕУ, 16 березня 2018 р.**

Для фізичної рекреації використовуються такі види споруд:

1) споруди для активних занять охоплюють спеціалізовані зони для любительських занять (футбол, хокей, фігурне катання) — стадіони, катки. Призначені для населення будь-якого віку і можуть бути розміщені автономно чи приурочені до закладів освіти (спортивні майданчики у школах);

2) басейни рекреаційного типу: закритий чи відкритий в мікрорайоні чи центрі дозволля;

3) траси фізичної рекреації — велосипедні траси, споруди для скелелазіння, мотузкові парки тощо.

Суттєвими ознакам фізичної рекреації вважаються наступні:

- ґрунтується на руховій активності;
- як головні засоби використовує фізичні вправи;
- здійснюється у вільний або спеціально виділений час;
- містить інтелектуальні, емоційні та фізичні компоненти;
- здійснюється на добровільних, самодіяльних засадах;
- надає оптимізаційний вплив на організм людини;
- носить переважно розважальний характер;
- здійснюється переважно в природних умовах.

Фізична рекреація має надзвичайно важливе значення для відновлення не лише фізичних, але і психоемоційних сил людини. У цьому зацікавлені не лише окремі індивіди, але й держава загалом, оскільки від того, як молодь проводить своє дозволля, залежить здоров'я і майбутнє української нації.

Сьогодні молодь страждає від негативних наслідків науково-технічного прогресу, скорочення фізичних навантажень, що веде до гіподинамії, від збільшення нервово-психічної втоми, обумовленої життям у великих містах і пов'язаної не тільки з виробничою, але й побутовою сферами. Фізична рекреація покликана зменшити ці негативні впливи сучасної цивілізації на життя людини. Ця проблема потребує не лише теоретичного дослідження, але й практичного вирішення на рівні державної політики.

Активний відпочинок в Києві з кожним роком розвивається з великою швидкістю. Людей, що віддають перевагу здоровому способу життя, збільшується.

Приємно та з користю для здоров'я можна провести час, катаючись на велосипедах. Якщо у вас немає власного двоколісного друга — не біда. Зараз у Києві налічується понад 10 установ,

© Матеріали Міжнародної науково-практичної Інтернет-конференції «Туристичний бізнес: сучасні тренди та стратегії розвитку», КНЕУ, 16 березня 2018 р.

які надають велосипеди на прокат. Одним з найпопулярніших місць велопрокату є оренда велосипедів на ВДНГ. Ціни на прокат велосипедів у Києві: 120–250 грн. за цілий день.

Прекрасним місцем активного відпочинку в місті є катання на роликах. Найпопулярнішими є ролердроми у великих торгово-розважальних центрах: «Dream Town», «Блокбастер», «Караван», «Мармелад», «Магелан», «ART Mall».

Ролердром в торговому центрі «Dream Town» є найбільшим в Україні спеціалізованим проектом для любителів катання на роликах. Площа для катання складає 2100 кв. м, є спеціальний трек з антисхилом для швидкісної їзди по колу. Ціни на катання: 25–55 грн., є спеціальні тарифи «Шкільний і студентський» — 20 грн.

В наш час здоровий і активний стиль відпочинку є найбільш популярним. Люди шукають нові можливості відпочити цікаво, активно і з користю для здоров'я. Останнім часом, для тих, хто не боїться висоти, а рівень адреналіну в крові пробуджує жагу до життя, все більшої популярності набувають професійні мотузкові парки пригод.

Мотузковий парк — це новий вид активного сімейного та корпоративного відпочинку, оригінальне дозвілля для будь-якого віку. В Америці та Європі подібні парки атракціонів давно завоювали велику популярність. Парк пригод розрахований як на підготовлених любителів екстремального відпочинку, так і на початківців у світі активного відпочинку та розваг.

У Києві організовано кілька мотузкових парків, найпопулярнішими з яких є Seiklar у парку Партизанської слави, Sky Park, «Лазалка-Гідропарк». Ціни: 40-160 грн., залежно від кількості вибраних маршрутів мотузкового парку та віку.

Отже, проведення активного відпочинку є досить важливим фактором відновлення психофізичного стану індивіда, системи його ціннісних орієнтирів. З метою залучення більшої кількості людей різного віку до занять фізичною рекреацією доцільно розвивати мережу спеціалізованих закладів активного проведення вільного часу.

Список літературних джерел

1. Круцевич Т. Ю., Безверхня Г. В. К84 Рекреація у фізичній культурі різних груп населення: навч. посібник / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. — К.: Олімп. л-ра, 2010. — 370 с.

© Матеріали Міжнародної науково-практичної Інтернет-конференції «Туристичний бізнес: сучасні тренди та стратегії розвитку», КНЕУ, 16 березня 2018 р.

2. Лукьянова Л. Г., Цыбух В. И. Рекреационные комплексы: Учеб. пособие / Под общ. ред. В.К. Федорченко. — К.: Вища шк., 2004. — 346 с.

3. Стафійчук В. І. Рекреалогія: Навч. посібник. — К.: Альтерпрес, 2008. — 263. с.

4. Туризмологія: концептуальні засади теорії туризму: монографія / [В. К. Федорченко, В. С. Пазенок, О. А. Кручек та ін.] — К.: ВЦ «Академія», 2013. — 368 с.

Зіник А. В., студентка 1 курсу,
факультету маркетингу, спеціальності
«Регіональна економіка та місцеве самоврядування»,
ДВНЗ «Київський національний економічний
університет імені Вадима Гетьмана»

ЕВОЛЮЦІЯ РОЗВИТКУ МІЖНАРОДНОГО ТУРИСТИЧНОГО СПІВРОБІТНИЦТВА УКРАЇНИ

Багатостороння співпраця у сфері туризму реалізується у формі широких міжнародних форумів. Як приклад можна назвати Римську конвенцію ООН з міжнародного туризму і подорожей (1963 р.), Наряду з питань безпеки і співробітництва в Європі (Гельсінкі, 1975 р.), Всесвітню конференцію з туризму (Маніла, 1980 р.), Міжпарламентську конференцію з туризму (Гаага, 1989 р.). Численні міжнародні організації, які працюють на постійних засадах, мають вагомий вплив у розвитку міжнародного співробітництва у сфері туризму. Важливими є Організація Об'єднаних Націй (ООН) і її спеціалізовані установи, а також Всесвітня туристська організація (ВТО). Остання є головною міжнародною міжурядовою організацією у сфері туризму і подорожей, виконавчим органом ООН, відповідальним за активізацію та розвиток туризму, розробку та впровадження світової туристичної політики. Членство України у ВТО покращило авторитет та імідж нашої країни у міжнародному товаристві у сфері туризму. Також це створило передумови для подальшого розвитку національного туризму, який відповідає світовим тенденціям. На базі багатосторонньої Угоди про співробітництво між країнами Чорноморського

© Матеріали Міжнародної науково-практичної Інтернет-конференції «Туристичний бізнес: сучасні тренди та стратегії розвитку», КНЕУ, 16 березня 2018 р.