



## ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

<https://doi.org/10.32540/2071-1476-2025-3-092>

УДК 796.035.001.2(4)

### СПРИЯННЯ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ В ЄВРОПЕЙСЬКОМУ СОЮЗІ

Приходько В.<sup>1ADE</sup>, Микитчик О.<sup>1ACDE</sup>, Ковтун А.<sup>1ADE</sup>, Решетилова В.<sup>1ADE</sup>, Пісарькова О.<sup>2ADE</sup>  
<sup>1</sup>Навчально-науковий інститут «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту»  
Українського державного університету науки і технологій  
<sup>2</sup>Національний технічний університет «Дніпровська політехніка»

#### Приходько Володимир Васильович

##### **Prykhodko Volodymyr**

Навчально-науковий інститут «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» Українського державного університету науки і технологій, м. Дніпро, вул. Набережна Перемоги, 10, 49094, Україна  
Educational and Scientific Institute «Prydniprovsk State Academy of Physical Culture and Sport» of the Ukrainian State University of Science and Technologies, Dnipro, Naberezhna Peremohy Street, 10, 49094, Ukraine

e-mail: [komandaODI@ukr.net](mailto:komandaODI@ukr.net)

<https://orcid.org/0000-0001-6980-1402>

#### Микитчик Ольга Сергіївна

##### **Mukytchuk Olha Sergiivna**

Навчально-науковий інститут «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» Українського державного університету науки і технологій, м. Дніпро, вул. Набережна Перемоги, 10, 49094, Україна  
Educational and Scientific Institute "Prydniprovsk State Academy of Physical Culture and Sport" of the Ukrainian State University of Science and Technologies, Dnipro, Naberezhna Peremohy Street, 10, 49094, Ukraine

e-mail: [molga.0604@gmail.com](mailto:molga.0604@gmail.com)

<https://orcid.org/0000-0002-8656-0943>

#### Ковтун Алла Олександрівна

##### **Kovtun Alla**

Навчально-науковий інститут «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» Українського державного університету науки і технологій, м. Дніпро, вул. Набережна Перемоги, 10, 49094, Україна  
Educational and Scientific Institute «Prydniprovsk State Academy of Physical Culture and Sport» of the Ukrainian State University of Science and Technologies, Dnipro, Naberezhna Peremohy Street, 10, 49094, Ukraine

e-mail: [orra2020@ukr.net](mailto:orra2020@ukr.net)

<https://orcid.org/0000-0003-0604-7400>

#### Решетилова Валерія Миколаївна

##### **Reshetylova Valeria**

Навчально-науковий інститут «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» Українського державного університету науки і технологій, м. Дніпро, вул. Набережна Перемоги, 10, 49094, Україна  
Educational and Scientific Institute «Prydniprovsk State Academy of Physical Culture and Sport» of the Ukrainian State University of Science and Technologies, Dnipro, Naberezhna Peremohy Street, 10, 49094, Ukraine

e-mail: [valerireshetylova@gmail.com](mailto:valerireshetylova@gmail.com)

<https://orcid.org/0000-0002-5149-4595>

**Пісарькова Олександра Романівна**  
**Pisarkova Oleksandra**

Національний технічний університет «Дніпровська політехніка», м. Дніпро, проспект Дмитра Яворницького, 19, 49005, Україна

National Technical University «Dnipro Polytechnic», Dnipro, Dmytro Yavornytskyi Avenue, 19, 49005, Ukraine

e-mail: [pisarkova21@gmail.com](mailto:pisarkova21@gmail.com)

<https://orcid.org/0009-0005-2582-641X>

Внесок авторів: А – дизайн дослідження; В – збір даних; С – статистичний аналіз; D – підготовка рукопису; E – збір коштів.

Authors' Contribution: A – Study design; B – Data collection; C – Statistical analysis; D – Manuscript Preparation; E – Funds Collection

### Анотація

**Вступ.** У сучасному європейському суспільстві, що стикається з численними викликами – від демографічних змін до зростання хронічних захворювань – питання підтримки здоров'я населення набуває особливої ваги. Одним із ключових напрямів збереження та зміцнення фізичного і психічного добробуту громадян є розвиток фізичної рекреації та регулярної фізичної активності. У країнах Європейського Союзу дедалі більше усвідомлюють, що здоров'я людини – це не лише індивідуальна справа, а й стратегічний ресурс держави. Тому формування культури активного способу життя, створення сприятливих умов для занять спортом і дозвіллям на відкритому повітрі стає пріоритетним завданням як на державному, так і на муніципальному рівнях. **Мета дослідження** – аналіз досвіду країн Європейського Союзу щодо політики сприяння розвитку фізичної активності та рекреації та його запровадження в Україні. **Матеріали і методи дослідження.** Дослідження проводилось у Навчально-науковому інституті «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» Українського державного університету науки і технологій. Використані загальнонаукові принципи та методи: аналітичний, аналізу, синтезу, узагальнення та індукції, порівняльний, статистичний та ін. **Результати.** Фізична активність є одним із найдієвіших способів профілактики хронічних неінфекційних захворювань. Вона знижує ризик серцево-судинних патологій, діабету, ожиріння, остеопорозу та навіть деяких форм онкології. У багатьох країнах ЄС витрати на лікування таких захворювань щороку зростають. Тому акцент на попередження, а не лікування, стає не лише медичною, а й економічною необхідністю. Дані про залучення до спорту та фізичної активності країнами-членами ЄС показали, що 45% європейців (≥15 років) повідомили, що вони ніколи не займалися спортом – це зростання з 39% у 2009 році. Ще 31% повідомили, що вони ніколи не займалися іншою фізичною активністю (тобто, рекреаційною або не пов'язаною зі спортом фізичною активністю). Дані, однак, неоднорідні між країнами; 12 країн ЄС, схоже, знаходяться на шляху (з високою впевненістю) до скорочення недостатнього рівня фізичної активності до 2030 року, що вказує на те, що інвестиції в політику заохочення фізичної активності можуть бути ефективними. **Висновки.** ЄС демонструє системний, мультисекторальний підхід до стимулювання фізичної активності: не лише підіймаючи обізнаність, а й спрощуючи доступ до неї в середовищі людини. У той же час, важкість конвертації політик у реальну зміну поведінки залишається викликом. Україні доцільно перейняти найкращий досвід, адаптувати до місцевих умов і налаштувати механізми моніторингу та фінансування. Розвиток фізичної рекреації та фізичної активності – це не просто питання дозвілля, а стратегічно важлива складова політики охорони здоров'я, соціальної згуртованості та сталого розвитку країн Європейського Союзу. Створення умов для активного способу життя має стати пріоритетом на рівні освіти, урбаністики, транспорту, медицини й культури. Такий підхід не лише зміцнить здоров'я націй, а й сформує нову європейську свідомість – свідомість активного, відповідального та гармонійного громадянина.

**Ключові слова:** фізична рекреація, фізична активність, Європейський Союз, здоровий спосіб життя.

## PROMOTING THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL RECREATION IN THE EUROPEAN UNION

### Annotation

**Introduction.** In modern European society, which is faced with numerous challenges – from demographic changes to the growth of chronic diseases – the issue of maintaining the health of the population is gaining particular importance. One of the key areas of preserving and strengthening the physical and mental well-being of citizens is the development of physical recreation and regular physical activity. In the countries of the European Union, there is an increasing awareness that human health is not only an individual matter, but also a strategic resource of the state. Therefore, the formation of a culture of an active lifestyle, the creation of favorable conditions for sports and out-

door leisure activities is becoming a priority task at both the state and municipal levels. **The purpose of the study** is to analyze the experience of the countries of the European Union regarding the policy of promoting the development of physical activity and recreation and its implementation in Ukraine. **Research material and methods.** The study was conducted at the Educational and Scientific Institute «Prydniprovsk State Academy of Physical Culture and Sport» of the Ukrainian State University of Science and Technologies. General scientific principles and methods were used: analytical, analysis, synthesis, generalization and induction, comparative, statistical, etc. **Results.** Physical activity is one of the most effective ways to prevent chronic non-communicable diseases. It reduces the risk of cardiovascular pathologies, diabetes, obesity, osteoporosis and even some forms of oncology. In many EU countries, the cost of treating such diseases is increasing every year. Therefore, the emphasis on prevention, rather than treatment, is becoming not only a medical but also an economic necessity. Data on involvement in sports and physical activity by EU member states showed that 45% of Europeans ( $\geq 15$  years old) reported that they had never played sports – an increase from 39% in 2009. Another 31% reported that they had never played any other physical activity (i.e. recreational or non-sports physical activity). The data, however, are heterogeneous across countries; 12 EU countries appear to be on track (with high confidence) to reduce physical inactivity by 2030, suggesting that investments in physical activity policies can be effective. **Conclusions.** The EU demonstrates a systemic, multisectoral approach to promoting physical activity: not only by raising awareness, but also by making it easier to access in the community. At the same time, the difficulty of converting policies into real behavior change remains a challenge. Ukraine should adopt best practices, adapt to local conditions, and set up monitoring and financing mechanisms. The development of physical recreation and physical activity is not just a matter of leisure, but a strategically important component of health policy, social cohesion, and sustainable development in the European Union. Creating conditions for an active lifestyle should become a priority at the level of education, urban planning, transport, medicine, and culture. Such an approach will not only strengthen the health of nations, but also form a new European consciousness – the consciousness of an active, responsible and harmonious citizen.

**Keywords:** physical recreation, physical activity, European Union, healthy lifestyle.

**Вступ.** У сучасному європейському суспільстві, що стикається з численними викликами – від демографічних змін до зростання хронічних захворювань – питання підтримки здоров'я населення набуває особливої ваги. Одним із ключових напрямів збереження та зміцнення фізичного і психічного добробуту громадян є розвиток фізичної рекреації та регулярної фізичної активності. У країнах Європейського Союзу дедалі більше усвідомлюють, що здоров'я людини – це не лише індивідуальна справа, а й стратегічний ресурс держави. Тому формування культури активного способу життя, створення сприятливих умов для занять спортом і дозвіллям на відкритому повітрі стає пріоритетним завданням як на державному, так і на муніципальному рівнях.

Зазначена проблематика знаходиться у фокусі уваги українських науковців як: О.В. Андрєєва [1], В.Б. Бессонова [2], А.С. Близнюк [3], Є.В. Козловський [4]; Ю.В. Мігущенко [5]; Н.В. Москаленко [6]; О.В. Соловйов [7] та ін.

При цьому, недостатньо дослідженими залишаються способи сприяння розвитку фізичної рекреації, що потребує використання досвіду європейських країн у сфері фізичної активності та рекреації. Метою пропонованої публікації є аналіз зарубіжного досвіду організації надання рекреаційних послуг та його імплементація в Україні.

**Мета дослідження** – аналіз досвіду країн Європейського Союзу щодо політики сприяння розвитку фізичної активності та рекреації та його запровадження в Україні.

**Матеріали і методи дослідження.** Дослідження проводилось у у Навчально-науковому інституті «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» Українського державного університету науки і технологій. Використані загальнонаукові методи: аналітичний, аналізу, синтезу, узагальнення та індукції, порівняльний, статистичний.

**Результати.** Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) визначила підвищення фізичної

активності населення одним із своїх пріоритетів згідно Цілей сталого розвитку – 2030.

Останні доступні дані, опубліковані ВООЗ щодо спостереження за фізичною активністю дорослих, показали, що глобальна стандартизована за віком поширеність недостатньої фізичної активності становила 31,3% у 2022 році порівняно з 23,4% у 2000 році [8]. Якщо тенденції збережуться, глобальна мета відносного скорочення на 15% між 2010 і 2030 роками не буде досягнута [9].

Фізична активність є одним із найдієвіших способів профілактики хронічних неінфекційних захворювань. Вона знижує ризик серцево-судинних патологій, діабету, ожиріння, остеопорозу та навіть деяких форм онкології. У багатьох країнах ЄС витрати на лікування таких захворювань щороку зростають. Тому акцент на попередження, а не лікування, стає не лише медичною, а й економічною необхідністю.

Дані про залучення населення до спорту та фізичної активності

ті країнами-членами ЄС [10] показали, що 45% європейців ( $\geq 15$  років) повідомили, що вони ніколи не займалися спортом – це зростання з 39% у 2009 році. Ще 31% повідомили, що вони ніколи не займалися іншою фізичною активністю (тобто рекреаційною або не пов'язаною зі спортом фізичною активністю). Дані, однак, неоднорідні між країнами; 12 країн ЄС, схоже, знаходяться на шляху (з високою впевненістю) до скорочення недостатнього рівня фізичної активності до 2030 року [8], що вказує на те, що інвестиції в політику заохочення фізичної активності можуть бути ефективними.

Для протидії недостатній фізичній активності було створено низку ініціатив глобальної та регіональної політики, зокрема Глобальний план дій ВООЗ із запобігання та контролю неінфекційних захворювань на 2023-2030 роки [9], Керівні принципи ЄС щодо фізичної активності [11], Рекомендація Ради ЄС щодо заохочення фізичної активності, що зміцнює здоров'я (НЕРА) у різних секторах [12], Стратегія фізичної активності для Європейського регіону ВООЗ на 2016–2025 роки [13] та Глобального плану дій ВООЗ щодо фізичної активності на 2018–2030 роки [14].

Загальне покращення показників спостерігається в період з 2015 по 2024 рік. У всьому регіоні середні пропорції 23 показників, досягнутих державами-членами, становили 64,7% у 2015 році, 74,5% у 2018 році, 76,5% у 2021 року та 81,8% у 2024 році [15].

Однак пряме порівняння даних слід проводити з обережністю, оскільки питання в чотирьох опитуваннях між 2015 і 2021 роками дещо відрізнялися, нові координаційні центри могли збирати дані по-різному, і різні держави-члени відповідали на опитування в кожному раунді (Греція не брала участі в опитуванні у 2015 році, а Велика Британія більше не є державою-членом ЄС з 2021 року).

Двадцять три країни (85%) повідомили, що мають національні рекомендації щодо фізичної активності для здоров'я. Кілька країн використовували рекомендації ВООЗ щодо фізичної активності для встановлення своїх національних рекомендацій.

До національних рекомендацій щодо фізичної активності для здоров'я включено різні цільові групи (за віком та спеціальні групи), зокрема діти (до 5 років та 5-17 років), дорослі (до 64 років), люди похилого віку (старші 65 років), ослаблені і дуже літні люди, вагітні жінки, жінки при грудному вигодовуванні, люди з обмеженими можливостями та хронічними хворобами.

Усі країни мають принаймні одну налагоджену систему нагляду за фізичною активністю в одному секторі: освіта, спорт, дозвілля. Двадцять шість країн (96%) повідомили про встановлену систему нагляду за фізичною активністю в секторі охорони здоров'я. Усі країни (100%) повідомили про оцінки рівня фізичної активності у дорослих, а 26 країн (96%) також повідомили про оцінки для дітей і підлітків.

Дані про національні рівні фізичної активності та рівень ходьби та їзди на велосипеді представлені в інформаційних бюлетенях для кількох вікових груп [15]. Дані не порівнювалися, оскільки результати опитувань залежать від використовуваних методів: методів вибірки, статистичного моделювання, інструментів (таких як Глобальний опитувальник фізичної активності, Міжнародний опитувальник фізичної активності та акселерометри) та визначень «фізично активних». Національні опитування дозволяють відстежувати тенденції в часі лише за умови використання одних і тих самих методів та інструментів у кожному з них.

Оскільки заохочення до фізичної активності вимагає дій у кількох секторах, таких як охорона здоров'я, спорт, освіта, міське

планування та транспорт, – для забезпечення узгоджених дій необхідний національний координаційний механізм.

Двадцять одна країна (78%) повідомила, що вони мають національний координаційний механізм для просування НЕРА. Механізм варіювався від невеликих робочих груп для координації компоненту фізичної активності національного плану дій щодо неінфекційних захворювань до міністерських рад високого рівня.

Виділення конкретного фінансування для просування НЕРА є сильним індикатором дій щодо заохочення фізичної активності з боку урядів та урядових секторів.

Національна політика та плани дій щодо просування НЕРА мають важливе значення для керівництва діями. Усі країни (100%) повідомили про принаймні одну національну політику щодо спорту для всіх або план дій щодо просування. Загалом у країнах ЄС було зареєстровано 204 національні політики або плани дій щодо НЕРА, що охоплюють різні сектори.

Спортивний сектор найчастіше брав участь у впровадженні національної політики або планів дій щодо фізичної активності. Більшість політик були багатосекторальними, з хорошим охопленням секторів, визнаних важливими для просування НЕРА, головним чином, охорони здоров'я та освіти.

У 25 країнах (93%) політика або плани дій НЕРА були націлені на групи з особливою потребою у фізичній активності, включаючи дітей молодше 5 років, людей похилого віку (старше 65 років), слабких або дуже літніх людей, вагітних і годуючих жінок, людей з низьким соціально-економічним складом, людей з обмеженими можливостями або хронічними захворюваннями, етнічні меншини, позбавлені волі, мігранти та безробітні.

Двадцять дві країни (81%) повідомили про конкретні рам-

ки для забезпечення доступу до рекреаційних видів спорту або тренажерних закладів для соціально незахищених груп, а 22 (81%) повідомили про національні рекомендації або програму громадських заходів для заохочення фізичної активності серед людей похилого віку.

Регулярна фізична активність позитивно впливає на психічне здоров'я: зменшує рівень тривожності, депресії, підвищує настрій, сприяє якісному сну. Особливо цінною є рекреація на свіжому повітрі, яка поєднує фізичне навантаження з відновленням через контакт із природою. У країнах Північної Європи поширена концепція «природної терапії», що активно впроваджується у міське планування.

Фізична рекреація виконує важливу соціальну функцію: об'єднує людей різного віку, національностей, соціального статусу. Вона створює простір для комунікації, налагодження контактів та міжкультурного обміну. Спортивні ініціативи часто стають інструментом інклюзії для людей з інвалідністю, літніх осіб та мігрантів.

Європейський Союз активно впроваджує широкомасштабні політики для сприяння фізичній активності та рекреації серед громадян. Важливим інструментом сприяння розвитку фізичної активності є інтеграція в освітню сферу. У всіх 27 країнах ЄС фізкультура обов'язкова у школах, з тривалістю 2 г/тиж та вище. Приклад: в Угорщині – щодня; у Данії – 5 занять на тиждень, включаючи рух на уроках інших дисциплін. Ініціативи на кшталт «Learning through Motion» у Данії або «PIEDIBUS» в Італії спрямовані на активний спосіб життя у навчальних закладах. Підготовка вчителів і підвищення їхньої кваліфікації в сфері сприяння фізичній активності є нормою у 24 країнах.

Одним із популярних інструментів є інфраструктурні ініціативи та активний транспорт, зокрема податки і податкові пільги

для велосипедистів (наприклад у Франції, Бельгії, Люксембурзі, Італії) – компенсація за поїздки велосипедом, відшкодування на купівлю е-велосипедів; багато міст закривають дороги для авто, розширюють вело- та пішохідні мережі; в Нідерландах 40 % міських поїздок – велосипедні, підтримуються 35 000 км вело-пішохідних маршрутів; ефект від тимчасових велосмуг (pop-up bike lanes): +0,6 % поїздок на велосипеді на кожний км – і \$2.3 млрд. економії в здоров'ї щорічно; active design: інтеграція фізичної активності в урбаністичне планування, розробка «активного дизайну» будівель і міських просторів; У муніципальному масштабі: спорт-майданчики й фітнес-обладнання у парках Клуж-Напоки, Rantaraitti route в Фінляндії; bike-sharing у Клужі (> 400 велосипедів).

Інвестиції в інфраструктуру для фізичної активності – це інвестиції у майбутнє. Кожен євро, вкладений у профілактику через спорт і рекреацію, повертається через зменшення витрат на лікування, підвищення продуктивності праці та зменшення кількості днів непрацездатності.

Чимало країн на робочих місцях і в громадах стимулюють фізичну активність на роботі через: податкові пільги (Швеція), програми за підтримки страховиків (Німеччина), «спортивні перерви», соціальні заходи; впроваджують програми для літніх, малозахищених груп: 22 країни мають націлені ініціативи, 21 забезпечує доступ до інфраструктури.

ЄС переживає процес старіння населення. У цьому контексті фізична активність виступає інструментом збереження функціональних можливостей літніх людей, продовження їх активної участі в суспільному житті та зниження навантаження на систему охорони здоров'я.

Найближче майбутнє ставить важливі виклики для популяризації фізичної активності. Зміна

клімату, стихійні лиха, збройні конфлікти, міграція, малорухлива поведінка, «штучний інтелект» та психічне здоров'я – це деякі сфери, які можуть бути вирішені шляхом розробки та впровадження політики НЕРА. Країни ЄС спрямовують активності на рекламні кампанії, формування соціальних цінностей та залучення: «Європейський тиждень спорту» (23–30 вересня) – понад 12 млн учасників і десятки тисяч подій у 2018 році; Активіті як соціальна цінність: одна зі сфер політики – соціальна, екологічна, освітня складові, але лише ~4 % документів охоплюють усі аспекти; країни із найкращим охопленням – Фінляндія, Швеція, Португалія; спорт поза традиційними структурами (гуртки, клуби): інноваційні ініціативи у 27 країнах з акцентом на соціальне залучення, нові технології, активні простори тощо.

Співпраця між Європейським регіональним бюро ВООЗ, Європейською комісією та державами-членами ЄС є унікальною можливістю для підготовки майбутніх національних та європейських стратегій фізичної активності. Наступні кроки мають бути зосереджені на досягненні мети скорочення рівня недостатньої фізичної активності на 15% до 2030 року [1] у сценарії перманентної кризи, одночасно просуваючись до Цілей сталого розвитку Організації Об'єднаних Націй [2] шляхом ширшої участі у фізичній активності, такій як спорт, фізичні справи та активні поїздки на роботу.

**Дискусія.** Аналіз європейського досвіду показав, що фізична рекреація та сприяння фізичній активності стали не лише елементами державної політики, а й інструментом комплексного реагування на демографічні, соціальні та економічні виклики. У країнах Європейського Союзу просування здорового способу життя тісно пов'язане з багатосекторальною співпрацею, що охоплює охорону здоров'я, освіту, урбаністику,

транспорт і соціальну політику. Такий підхід дозволяє створювати сприятливі умови для фізичної активності не лише в інституційних, а й у повсякденних середовищах людини.

Разом із тим, важливо відзначити, що не зважаючи на загальну позитивну динаміку, значна частка населення ЄС залишається фізично неактивною. Причини цього криються як у відмінностях соціокультурного контексту, так і в нерівному доступі до рекреаційної інфраструктури. Наявність національних стратегій або планів дій, хоч і є позитивним індикатором, не завжди гарантує їхню ефективну реалізацію. Проблеми часто виникають на рівні міжвідомчої координації, фінансування та моніторингу.

Особливої уваги заслуговує досвід інтеграції фізичної активності в систему освіти та міського планування. Такі ініціативи, як «Learning through Motion» – у Данії або система податкових заохочень для велосипедистів – у Франції, демонструють ефективність інноваційних підходів до стимулювання рухової активності в різних вікових групах. Водночас, важливо враховувати, що ці практики потребують адаптації до національного контексту України – як з огляду на інфраструктурні можливості, так і з позицій ціннісних установок населення.

Зростання популярності активного дозвілля на свіжому повітрі, розвиток велоінфраструктури та підтримка соціальних груп із

підвищеною потребою в рекреації є перспективними напрямками для впровадження й в Україні. Досвід ЄС також показує, що фізична активність є не лише питанням індивідуального вибору, а й результатом створеного середовища – фізичного, нормативного, соціального.

Таким чином, дискурс щодо сприяння фізичній активності в Європейському Союзі поступово зміщується від формального надання послуг до створення активних екосистем, що спонукають до руху через повсякденні практики. Цей досвід може стати дороговказом для України в контексті реформ у сфері охорони здоров'я, освіти та соціального розвитку. Проте адаптація такого досвіду потребує наукового обґрунтування, міжгалузевої співпраці, політичної волі та довготривалого стратегічного бачення.

**Висновки.** Європейський Союз демонструє системний і багаторівневий підхід до стимулювання фізичної активності, в основі якого лежить міжсекторальна взаємодія, нормативна підтримка та інвестиції в доступну інфраструктуру. Розвиток фізичної рекреації розглядається не лише як засіб покращення здоров'я, а як стратегічний ресурс сталого розвитку, соціальної згуртованості та підвищення якості життя населення.

Попри наявність значної нормативно-правової бази та позитивної динаміки в більшості країн ЄС, перетворення політик

на сталі практики поведінки залишається викликом. Це свідчить про необхідність не лише інституційної підтримки, а й формування сприятливого соціального та фізичного середовища, що заохочує щоденну рухову активність.

Україні доцільно вивчити та адаптувати успішні європейські практики з урахуванням національного контексту – як у частині інфраструктурного розвитку, так й в аспектах освітньої політики, урбаністичного планування, роботи з вразливими групами населення. Особливо перспективними є програми на місцевому рівні, що поєднують інклюзивність, доступність та міжвідомчу співпрацю.

Розвиток фізичної рекреації має розглядатися не як елемент дозвілля, а як інтегральна частина державної політики в галузях охорони здоров'я, освіти, спорту та соціального захисту. Формування культури активного способу життя потребує довгострокового бачення, підтримки громадянського суспільства, державної координації та стійкого фінансування.

У перспективі – створення умов для фізичної активності не лише зміцнить фізичне та психічне здоров'я українців, а й сприятиме формуванню європейської свідомості – активного, відповідального та соціально залученого громадянина.

**Конфлікт інтересів.** Автори заявляють, що не існує конфлікту інтересів.

## Література

1. Андреева О.В. Фізична рекреація різних груп населення : [монографія]. К. ТОВ «НВП Поліграфсервіс». 2014. 280 с.
2. Андреева О., Кашуба В. (2011). Пріоритетні напрями наукових досліджень сфери фізичної рекреації. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. № 3. 31–35.
3. Близнюк А.С. Світовий досвід функціонування державних механізмів регулювання розвитку рекреаційної сфери. *Інвестиції: практика та*

## References

1. Andriieieva, O. V. (2014). *Physical recreation of different population groups* [Monograph]. NVP Polihrafservis.
2. Andriieieva, O., & Kashuba, V. (2011). Priority directions of scientific research in the field of physical recreation. *Theory and Methods of Physical Education and Sport*, (3), 31–35.
3. Blyzniuk, A. S. (2018). World experience of the functioning of state mechanisms of regulation in the recreational sphere. *Investments: Practice and*

- досвід. 2018. № 17. С.72-76. [http://www.investplan.com.ua/pdf/17\\_2018/15.pdf](http://www.investplan.com.ua/pdf/17_2018/15.pdf)
4. Мігушченко Ю.В. Напрями регулювання структурних диспропорцій в туристичній сфері країн центрально-східної та південної Європи: досвід для України в контексті розширеної зони вільної торгівлі. <http://old.niss.gov.ua/Monitor/august08/13.htm>
  5. Москаленко Н. Тенденції та закономірності становлення фізичної рекреації на різних історичних етапах. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки* : Фізичне виховання і спорт. 2013. Вип. 11. С. 7-11. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnv\\_2013\\_11\\_2.18](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnv_2013_11_2.18).
  6. Круцевич Т. Ю., Пангелова Н. С., Пангелов С. Б. (2013). Історія розвитку фізичної рекреації: навч. посіб. Київ: Академвидав. 160.
  7. Соловійова О. В. Механізми державного регулювання розвитку сфери рекреаційних послуг в Україні [Текст] : автореф. дис. ... канд. наук з держ. упр. : спец. 25.00.02 «Механізми держ. упр.» Класич. приват. ун-т. Запоріжжя. 2012. 20 с.
  8. Strain T, Flaxman S, Guthold R, Semanova E, Cowan M, Riley LM et al. National, regional, and global trends in insufficient physical activity among adults from 2000 to 2022: a pooled analysis of 507 population-based surveys with 5·7 million participants. *Lancet Glob Health*. 2024;12(8):e1232–43. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38942042/>
  9. WHO discussion paper on the development of an implementation roadmap 2023–2030 for the WHO Global Action Plan for the Prevention and Control of NCDs 2023–2030. Geneva: World Health Organization; 2021. <https://www.who.int/publications/m/item/implementation-roadmap-2023-2030-for-the-who-global-action-plan-for-the-prevention-and-control-of-ncds-2023-2030>.
  10. European Commission. Special Eurobarometer 525: Sport and Physical Activity. Brussels: European Union; 2022. [https:// europa.eu/eurobarometer/surveys/detail/2668](https://europa.eu/eurobarometer/surveys/detail/2668).
  11. EU Physical Activity Guidelines. Recommended Policy Actions in Support of Health-enhancing Physical Activity. Brussels: European Commission; 2008 ([https://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/policy\\_documents/eu-physical-activity-guidelines-2008\\_en.pdf](https://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/policy_documents/eu-physical-activity-guidelines-2008_en.pdf)).
  12. Council of the European Union. Council Recommendation of 26 November 2013 on promoting health-enhancing physical activity across sectors. Off J Eur Union. 2013;4.12.2013:354/1-5. <https://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:C:2013:354:0001:0005:EN:PDF>.
  13. Physical activity strategy for the WHO European Region 2016–2025. Copenhagen: WHO Regional Experience, (17), 72–76. [http://www.investplan.com.ua/pdf/17\\_2018/15.pdf](http://www.investplan.com.ua/pdf/17_2018/15.pdf)
  4. Mihushchenko, Yu. V. (2008). Directions of regulating structural imbalances in the tourism sector of Central-Eastern and Southern Europe: Lessons for Ukraine in the context of the extended free trade area. <http://old.niss.gov.ua/Monitor/august08/13.htm>
  5. Moskalenko, N. (2013). Trends and patterns of the development of physical recreation at different historical stages. *Youth Scientific Bulletin of Lesya Ukrainka Eastern European National University: Physical Education and Sport*, (11), 7–11. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnv\\_2013\\_11\\_2.18](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnv_2013_11_2.18)
  6. Krutsevych, T. Yu., Pangelova, N. Ye., & Pangelov, S. B. (2013). *History of the development of physical recreation* [Textbook]. Akademvydav.
  7. Soloviova, O. V. (2012). *Mechanisms of state regulation of the development of recreational services in Ukraine* (Doctoral dissertation abstract, Classical Private University).
  8. Strain T, Flaxman S, Guthold R, Semanova E, Cowan M, Riley LM et al. National, regional, and global trends in insufficient physical activity among adults from 2000 to 2022: a pooled analysis of 507 population-based surveys with 5·7 million participants. *Lancet Glob Health*. 2024;12(8):e1232–43. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38942042/>
  9. WHO discussion paper on the development of an implementation roadmap 2023–2030 for the WHO Global Action Plan for the Prevention and Control of NCDs 2023–2030. Geneva: World Health Organization; 2021. <https://www.who.int/publications/m/item/implementation-roadmap-2023-2030-for-the-who-global-action-plan-for-the-prevention-and-control-of-ncds-2023-2030>.
  10. European Commission. Special Eurobarometer 525: Sport and Physical Activity. Brussels: European Union; 2022. [https:// europa.eu/eurobarometer/surveys/detail/2668](https://europa.eu/eurobarometer/surveys/detail/2668).
  11. EU Physical Activity Guidelines. Recommended Policy Actions in Support of Health-enhancing Physical Activity. Brussels: European Commission; 2008 ([https://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/policy\\_documents/eu-physical-activity-guidelines-2008\\_en.pdf](https://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/policy_documents/eu-physical-activity-guidelines-2008_en.pdf)).
  12. Council of the European Union. Council Recommendation of 26 November 2013 on promoting health-enhancing physical activity across sectors. Off J Eur Union. 2013;4.12.2013:354/1-5. <https://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:C:2013:354:0001:0005:EN:PDF>.
  13. Physical activity strategy for the WHO European Region 2016–2025. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2016. <https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289051477>.

- Office for Europe; 2016. <https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289051477>.
14. Global action plan on physical activity 2018–2030: more active people for a healthier world. Geneva: World Health Organization 2018. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241514187>.
  15. 2024 Physical activity factsheets for the European Union Member States in the WHO European Region. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2024. <https://www.who.int/europe/publications/c?healthtopics=3e8f1453-f540-4b68-8bec-df87de3f0b30>.
  16. Recreation and Sport Strategy - Christchurch City Council. <https://ccc.govt.nz/assets/Documents/The-Council/Plans-Strategies-Policies-Bylaws/Strategies/RecreationAndSportStrategy-docs.pdf>
  14. Global action plan on physical activity 2018–2030: more active people for a healthier world. Geneva: World Health Organization 2018. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241514187>.
  15. 2024 Physical activity factsheets for the European Union Member States in the WHO European Region. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2024. <https://www.who.int/europe/publications/c?healthtopics=3e8f1453-f540-4b68-8bec-df87de3f0b30>.
  16. Recreation and Sport Strategy - Christchurch City Council. <https://ccc.govt.nz/assets/Documents/The-Council/Plans-Strategies-Policies-Bylaws/Strategies/RecreationAndSportStrategy-docs.pdf>

*Отримано/Received: 09.09.2025*

*Прорецензовано/Reviewed: 04.11.2025*

*Прийнято/Accepted: 07.11.2025*

Як цитувати статтю / How to Cite:

Приходько В, Микитчик О, Ковтун А, Решетилова В, Пісарькова О. Сприяння розвитку фізичної рекреації в Європейському Союзі. Спортивний вісник Придніпров'я. 2025 Груд 30;(3):92-99. <https://doi.org/10.32540/2071-1476-2025-3-092>

Prykhodko V, Mykytchik O, Kovtun A, Reshetylova V, Pisarkova O. Promoting the development of physical recreation in the European Union. Sportyvnyi Visnyk Prydniprovia. 2025 Dec 30;(3):92-99. <https://doi.org/10.32540/2071-1476-2025-3-092>