



## ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

<https://doi.org/10.32540/2071-1476-2025-3-108>

УДК 796.035:33

### ОСОБЛИВОСТІ ІНСТИТУЦІОНАЛІЗАЦІЇ ТЕОРІЇ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ

Сергеев С. <sup>ABDE</sup>

*Навчально-науковий інститут «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту»  
Українського державного університету науки і технологій*

**Сергеев Сергій Юрійович**

**Sergeev Sergey**

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: [uhkbu3utop@me.com](mailto:uhkbu3utop@me.com)

<https://orcid.org/0009-0005-6785-446X>

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 сучасних умовах зростаючого рівня урбанізації, гіподинамії, психоемоційного напруження та несприятливих соціально-економічних факторів, проблема збереження та зміцнення здоров'я населення набуває особливої ваги. У зв'язку з цим посилюється увага науковців, освітян та фахівців практичної сфери до фізичної рекреації як одного з ключових інструментів забезпечення повноцінного відновлення функціонального стану людини, профілактики захворювань і підвищення якості життя. Теорія фізичної рекреації охоплює комплекс знань, що стосуються організації оздоровчої рухової активності у вільний від професійної діяльності час. Її дослідження є актуальним у контексті погіршення показників фізичного та психічного здоров'я населення, що підтверджується численними статистичними даними міжнародних і національних організацій. Зокрема, за даними ВООЗ, недостатня фізична активність входить до переліку основних факторів ризику смертності в усьому світі. **Мета дослідження** – вивчення генези та особливостей інституціоналізації теорії фізичної рекреації. **Матеріали і методи дослідження.** Дослідження проводилось у Придніпровській державній академії фізичної культури і спорту. Використані загальнонаукові методи: загальнофілософський (аналізу, синтезу, індукції, дедукції, аналітичний методи); конкретнонаукові принципи (об'єктивності, сутнісного аналізу), термінологічний та хронологічний методологічні підходи. **Результати.** У середині ХХ ст. починаються активні наукові розробки рекреаційної проблематики, з'являються численні науково-дослідні інститути та організації у різних країнах світу: Національна асоціація рекреації у США, Фонд парків і рекреації в Японії, Міжнародна асоціація з питань розвитку сфери дозвілля, Німецьке товариство з проблем дозвілля, Італійська культурно-дозвіллева організація та Національний інститут громадської рекреації, Інститут управління у галузі дозвілля та розваг у Великобританії та ін. Головним завданням таких організацій є вивчення дозвіллевой та рекреаційної проблематики. Цей період можна визначити як інституціоналізацію фізичної рекреації, тому що унаслідок збільшення уваги з боку держав та урядових органів до проблем її функціонування у конституціях більшості країн Західної Європи, які були прийняті після 1970-х років, декларується право громадян на заняття спортивно-рекреаційною діяльністю, створюються стратегії та програми як державного, так і муніципального рівня. **Висновки.** Можна говорити про кілька підходів

до визначення сутності фізичної рекреації: інституційний, системний, соціально-гуманітарний, діяльнісний підхід, який фіксується на розгляді фізичної рекреації як складової більш широкого соціального явища – дозвілля. Найбільші дослідження рекреації та дозвілля проводяться на американському континенті, у країнах Південно-Східної Азії – Республіка Корея, Японія Нова Зеландія. Серед Європейських країн – Франція, Німеччина, Польща, Іспанія, Чехія та ін. Теоретичне осмислення фізичної рекреації є необхідною передумовою для її подальшої інтеграції в систему освіти, охорони здоров'я, соціальної політики та національної безпеки. Це зумовлює потребу у поглибленому науковому аналізі, оновленні парадигми рекреаційної діяльності, розробці інноваційних моделей її реалізації в умовах сучасних трансформаційних процесів.

**Ключові слова:** фізична рекреація, фізична активність, здоровий спосіб життя, концепції, дозвілля.

## FEATURES OF INSTITUTIONALIZATION OF THE THEORY OF PHYSICAL RECREATION

### Annotation

**Introduction.** In modern conditions of increasing urbanization, physical inactivity, psycho-emotional stress and adverse socio-economic factors, the problem of preserving and strengthening the health of the population is gaining particular importance. In this regard, the attention of scientists, educators and practical specialists to physical recreation as one of the key tools for ensuring the full restoration of a person's functional state, disease prevention and improvement of the quality of life is increasing.

The theory of physical recreation encompasses a complex of knowledge related to the organization of health-improving physical activity in free time from professional activities. Its research is relevant in the context of the deterioration of physical and mental health indicators of the population, which is confirmed by numerous statistical data from international and national organizations. In particular, according to WHO, insufficient physical activity is included in the list of the main risk factors for mortality worldwide. **The purpose** of the study is to study the genesis and features of the institutionalization of the theory of physical recreation. **Material and methods of the study.** 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 methods were used: general philosophical (analysis, synthesis, induction, deduction, analytical methods); specific scientific principles (objectivity, essential analysis), terminological and chronological methodological approaches. **Results.** In the middle of the 20th century. active scientific developments in recreational issues begin, numerous research institutes and organizations appear in different countries of the world: the National Recreation Association in the USA, the Parks and Recreation Fund in Japan, the International Association for the Development of the Leisure Sector, the German Society for Leisure Problems, the Italian Cultural and Leisure Organization and the National Institute of Public Recreation, the Institute of Management in the Field of Leisure and Entertainment in the UK, etc. The main task of such organizations is the study of leisure and recreational issues. This period can be defined as the institutionalization of physical recreation, because as a result of increased attention from states and government bodies to the problems of its functioning, the constitutions of most Western European countries, which were adopted after the 1970s, declare the right of citizens to engage in sports and recreational activities, and create strategies and programs at both the state and municipal levels. **Conclusions.** We can talk about several approaches to determining the essence of physical recreation: institutional, systemic, socio-humanitarian, activity approach, which is fixed on the consideration of physical recreation as a component of a broader social phenomenon – leisure. The largest studies of recreation and leisure are conducted in the American contingent, in the countries of Southeast Asia – the Republic of Korea, Japan, New Zealand. Among European countries – France, Germany, Poland, Spain, the Czech Republic, etc. Theoretical understanding of physical recreation is a necessary prerequisite for its further integration into the system of education, health care, social policy and national security. This necessitates the need for in-depth scientific analysis, updating the paradigm of recreational activities, and developing innovative models for its implementation in the context of modern transformation processes.

**Keywords:** physical recreation, physical activity, healthy lifestyle, concepts, leisure.

**Вступ.** Прискорений ритм життя, підвищені психофізичні навантаження, малорухомий спосіб життя поряд із укоріненими шкідливими звичками стали причинами зростання захворюваності, скорочення тривалості

життя населення провідних країн світу. У зв'язку з цим посилюється увага науковців, освітян та фахівців практичної сфери до фізичної рекреації як одного з ключових інструментів забезпечення повноцінного відновлення

функціонального стану людини, профілактики захворювань і підвищення якості життя.

Теорія фізичної рекреації охоплює комплекс знань, що стосуються організації оздоровчої рухової активності у вільний від

професійної діяльності час. Її дослідження є актуальним у контексті погіршення показників фізичного та психічного здоров'я населення, що підтверджується численними статистичними даними міжнародних і національних організацій. Зокрема, за даними ВООЗ, недостатня фізична активність входить до переліку основних факторів ризику смертності в усьому світі.

На цьому тлі здоровий спосіб життя, і зокрема ФР, як фактор вдосконалення природи людини, стають соціальними явищами, національною ідеєю, що сприяє розвитку здорового суспільства. Безперечно користь ФР для фізичного і психічного здоров'я доведена численними зарубіжними і вітчизняними дослідженнями. На жаль, як зазначає ряд вчених, незважаючи на зусилля, спрямовані на сприяння підвищенню фізичної активності населення, люди вважають за краще спостерігати за іншими, що займаються фізичною культурою і спортом, а не брати участь в цьому процесі [1].

Аналіз останніх наукових досліджень і публікацій дає можливість переконатись, що певне коло науковців досліджують зазначену проблематику. Зокрема, Дж. Шиверс ввів до наукового обігу ще у ХІХ столітті термін «рекреація», вважаючи, що не може бути єдиного універсального визначення його, запропонував розглядати рекреацію як «добровільне дозвілля з метою задоволення як засіб рекреації або одужання організму» [2]. Згідно Дж. Келлі, однією з особливостей рекреації є її зв'язок з відновленням духовних і фізичних сил, тобто, цій діяльності має передувати інша, після якої необхідна рекреація. Ще одним важливим його елементом дослідник вважає соціальна організацію, стверджуючи, що відмінність між сферою дозвілля і рекреацією закладається в сфері соціального. Цим він заперечує її біологічний принцип, стверджуючи, що дозвілля може здійснюватися в ім'я

власного блага, а рекреація завжди має соціальні цілі [3]. З висловлюваннями Дж. У Келлі є всі підстави не погодитися з приводу відсутності біологічного принципу в рекреації. Але біологічне відновлення втрачених сил людини є однією з базових цінностей рекреації, тож, слід враховувати, що воно спрямоване на загальну підтримку здоров'я («тонусу») конкретної людини. Рекреація, безсумнівно, має соціальні цілі, але, перш за все, вона орієнтована на задоволення потреб, пов'язаних з відновленням фізичних, психічних, інтелектуальних сил кожної людини.

Дж. Піпер розглядав рекреацію як одну з форм дозвілля, яка, в свою чергу, визначалася як необхідна умова особистого буття. Вчений вважав, що провідну роль в дозвіллевій діяльності має пасивне дозвілля, «бездіяльність», внутрішній спокій, рефлексія, відсутність практичних ініціатив. Дозвілля для нього – це час напруженої інтелектуальної діяльності, пошуку сенсів життя [4].

Існують значні відмінності в застосуванні терміну «ФР» в зарубіжному дискурсі. Наприклад, в англійських країнах поняття ФР взагалі відсутнє, а в сучасній науковій і побутовій мові використовуються поняття «фізична активність», «фітнес» тощо. Переважно йде мова про масовий фізкультурний рух, в Німеччині – Volkssport (народний спорт) або Freizeit und Erholung (спорт та дозвілля), Польщі – Recreacja fizyczna (фізична або рухлива рекреація) [5], у США, Великобританії, Іспанії, Франції – recreation (рекреація), Фінляндії – Sport and leisure (спорт и дозвілля) [6].

Важливо відзначити, що в США дозвілля часто називають рекреацією і навпаки. Існує взаємозамінність понять. Це можна пояснити особливостями становлення та розвитку постіндустріального, інформаційного суспільства, перетворенням індустріальної економіки в економіку

послуг, в тому числі, у розгалужену індустрію дозвілля як сферу, що задовольняє потребу в цих послугах [7].

Особливості виникнення і розвитку розгалуженої мережі рекреаційного, спортивного та оздоровчого дозвілля в США розглянуті в працях Дж. Шиверса, Дж. Піпера, М. Каплана, Дж. Келлі, С. Паркера и др.

Серед українських науковців проблеми фізичної рекреації досліджують О.В. Андреева [8], Н.В. Москаленко [9], Т.Ю. Круцевич, Н.С. Пангелова, Б.С. Пангелов [10], І.В. Петрова [11] та ін.

**Мета дослідження** – вивчення генези та особливостей інституціоналізації теорії фізичної рекреації.

**Матеріал і методи дослідження.** Дослідження проводилось у Навчально-науковому інституті «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» Українського державного університету науки і технологій. Використані загальнонаукові методи: загальнофілософський (аналізу, синтезу, індукції, дедукції, аналітичний методи); конкретна наукові принципи (об'єктивності, сутнісного аналізу), термінологічний та хронологічний методологічні підходи.

**Результати.** Інституціоналізація знань про сутність фізичного здоров'я та його значення для повноцінного розвитку людства обумовила виникнення адаптаційно-оздоровчого напрямку знань про фізичну рекреацію (далі – ФР), який використовувався в основному в межах природничо-біологічних наук – медицини, гігієни та ін., але також стосувалися деяких соціальних питань, пов'язаних з адаптацією людини до соціального середовища. Ці знання ще не були системними, але можна стверджувати, що саме на цьому етапі виникають деякі наукові передумови для формування знань про фізичну рекреацію як соціально-біологічне явище. Здійснюються спроби ви-

користувати відповідні методи діагностики фізичного здоров'я, почали розроблятися шляхи його збереження та зміцнення серед представників різних демографічних груп. На цьому етапі стосовно знань про ФР, рухову активність як основний елемент її змісту стало використовуватися слово «фізичний», прообраз однієї зі складових словосполучення «фізична активність» [12].

З виникненням суспільної праці виникла необхідність у відновленні психофізичних сил, витрачених в процесі професійної праці. Це призвело до появи нового напрямку для появи знань про ФР – соціально-економічного. Загальне уявлення про психофізіологічне значення рухової активності у відновленні психофізичних сил сформульовано засновником матеріалістичного напрямку в психології І.М. Сеченовим.

У сучасних концепціях ФР підкреслюється, що процес оздоровлення не обмежується тільки функціональними системами людського організму, а розглядається набагато ширше. Оздоровлення – це процес фізичного, психологічного і соціального саморозвитку людини, при якому вона набуває все більш універсальних способів пристосування до постійно мінливих умов природного і соціального середовища. Такий дослідницький підхід акцентує увагу на іншому слові в понятті «ФР» – рекреація, яка розглядається не тільки як спосіб оптимізації цілісного стану здоров'я, але й як спосіб оптимізації загального стану здоров'я та соціалізації особистості. Визначення взаємозв'язку між компонентами «фізичного» і «рекреації» в на сьогодні є одним з пріоритетних напрямків досліджень [10].

Короткий аналіз історичних передумов генези знань про ФР показує, що виникнення знань має глибоке історичне коріння. Джерела виникнення знань дуже різноманітні, вони виникали в ба-

гатьох сферах людського життя і на різних етапах розвитку суспільства мали різний пріоритет. Виявлені історично сформовані уявлення про ФР послужили основою для подальшого розвитку її теорії [13].

У зарубіжній науці проблеми ФР почали вивчати набагато раніше, глибше та ширше. Більше того, ще у 1885 році внаслідок об'єднання рекреаційних організацій у США організовано Американську асоціацію відновлення здоров'я та фізичного виховання, в 1930 р. в США створена Національна Асоціація здоров'я, фізичного виховання та рекреації, діяльність якої спрямовувалась на відновлення нації за рахунок використання рухової активності у сфері дозвілля. З 1887 року в Нью-Йорку почали відкриватися перші рекреаційні клуби. Один із таких клубів створений на території іллінойського сталеливарного заводу. Створення даного клубу ініційоване інженерами, техніками, робітниками, які прагнули активного відпочинку, розваг, зняття напруження після роботи. Відтак аналогічні осередки засновано на інших підприємствах. Вже відтоді стало зрозуміло, що люди, які надавали перевагу активному відпочинку, мали міцніше здоров'я. Отже, продуктивність їх роботи була значно вищою [11]. У 1931 р. в США видана книга Д.Б. Неша «Виховання характеру в фізичному вихованні», яка відіграла виняткову роль у пропаганді спортивно-рекреаційного напрямку [14].

У Міжнародному інституті рекреації та дозвілля ФР розглядається як складова загальної рекреації. Після Другої Світової війни в зарубіжних країнах увага державних та громадських організацій до стану здоров'я населення значно збільшилась, що можна пояснити негативними соціально-економічними наслідками війни. Були створені великі міжнародні громадські об'єднання з рекреації: Світова ((ВАРА) та Європейська

(ЕЛРА) Асоціації дозвілля та активного відпочинку, Міжнародна рада охорони здоров'я, фізичного виховання та активного відпочинку та ін. Створюються численні асоціації й всередині конкретних зарубіжних країн: Федеральне бюро з рекреації на відкритому повітрі (США), Товариство розвитку фізичної культури (Польща) тощо. Навіть релігійні організації не залишають поза увагою ФР, розглядаючи її як один із важливих засобів релігійного виховання населення за рахунок використання ритуальних танців, еклектичних форм фізичних вправ, медитацій. Активний відпочинок у зарубіжних країнах став «другою релігією» [15]. Н.Є. Пангелова, Б.С. Пангелов у своїй статті констатують, що в «перший період нового часу (1917-1945 рр.) відбувається інтенсифікація розвитку рекреаційної діяльності, що було пов'язано з об'єктивною політичною, економічною і соціальною необхідністю. Однак кардинальних змін у змісті рекреаційної діяльності поки не відбулося. У той же час, негативною тенденцією широкого використання рекреаційних організацій стала мілітаризація їх діяльності» [16].

Існує ціла сфера матеріального виробництва – індустрія рекреації та відпочинку, яка покликана надавати послуги для задоволення різноманітних потреб людей.

На сьогодні відбувається конвергенція між розглядом ФР як складової рекреації або в контексті охорони здоров'я. ВООЗ стверджує: «Фізична рекреаційна активність цінна для всіх людей» [17]. Дослідження показують, що ФР забезпечує багато переваг для здоров'я, таких як зниження ризику багатьох видів захворювань, раку та діабету. Інші переваги ФР включають зниження артеріальної гіпертензії, зниження депресії та контроль ваги [17]. Більше того, багато людей займаються ФР завдяки його внутрішнім перевагам, таким як релаксація та соціальні взаємодії [18].

Фізична рекреаційна діяльність є основним правом людини, згідно з Декларацією прав людини Організації Об'єднаних Націй, «Кожна людина має право на відпочинок і дозвілля» [19].

Протягом більше тридцяти років фізична активність визначалася як «будь-яке тіло руху, вироблене скелетними м'язами, що вимагає витрат енергії» [17]. Давнім визначенням рекреаційної терапії є «лікувальна послуга, призначена для відновлення, виправлення та реабілітації рівня функціонування та незалежності людини в життєвій діяльності, зміцнення здоров'я та гарного самопочуття, а також зменшення або усунення обмежень активності та обмеження участі в життєвих ситуаціях, викликаних хворобою або інвалідизуючим станом» [20]. Всі вони є значущими цінностями. Рекреація визначається як «діяльність, якою люди займаються у вільний час, якою люди насолоджуються і яку люди визнають такою, що має соціально значущі цінності» [21].

Набули поширення масові акції, найбільш поширеними серед яких є акції: «Спорт для всіх» (Європейський спортивний союз), «Життя у спорті» або «Будь у спорті» (Австралійський спортивний союз), «Соціальна фізична освіта» (Республіка Корея) та ін. Проблеми дозвілля та рекреації активно обговорювалися на міжнародних конгресах (Осака, 1964); Poznan, 1978; Chicago, 1980; Finland, 1990), Європейському конгресі асоціації вільного часу та рекреації (17-20 квітня 1980, Познань) [10].

М.В. Дучак зауважив, що поняття «спорт для всіх» неоднозначно трактується фахівцями [22]. Вченим було проведено теоретичне дослідження цієї дефініції, що дозволило визначити, що «... спорт для всіх – це самостійне соціальне явище, яке полягає у регулярному використанні різними віковими групами населення під час дозвілля доступних видів рухової активності шляхом участі у відповідних

спортивних заходах, самостійних занять у формальних організаціях чи неформальних групах для зміцнення здоров'я та покращення якості життя людини» [23, с.10]. Таким чином, аналізуючи оздоровчі програми населення у зарубіжних країнах, ми підтримуємо думку Б. Пангелова щодо можливості синонімізації понять «ФР» і «спорт для всіх» [24].

У середині ХХ ст. починаються активні наукові розробки рекреаційної проблематики, з'являються численні науково-дослідні інститути та організації у різних країнах світу: Національна асоціація рекреації у США, Фонд парків і рекреації в Японії, Міжнародна асоціація з питань розвитку сфери дозвілля, Німецьке товариство з проблем дозвілля, Італійська культурно-дозвіллева організація та Національний інститут громадської рекреації, Інститут управління у галузі дозвілля та розваг у Великобританії та ін. Головним завданням таких організацій є вивчення дозвіллевої та рекреаційної проблематики [11].

Цей період можна визначити як інституціоналізацію ФР, тому що внаслідок збільшення уваги з боку держав та урядових органів до проблем її функціонування у конституціях більшості країн Західної Європи, які були прийняті після 1970-х років, декларується право громадян на заняття спортивно-рекреаційною діяльністю [23], створюються стратегії та програми як державного, так і муніципального рівня.

У зарубіжних країнах масовим тиражем видаються численні науково-методичні та популярні посібники з активного відпочинку та рекреації, орієнтовані на різні гендерні та соціально-демографічні групи населення. Серед найбільш популярних видань можна назвати такі посібники: *Recreacja Fizyczna* (Poland); *Health Physical Education and Recreation* (Australia); *Physical Education and Dance* (USA); *Physical Education and Recreation* (New Zealand); *Physical Education*

(England); *Canadian Catalogue of Leisure Research* completed; *Journal for Physical Education and Dance* (Renton VA American Association for Recreation and Leisure).

Проведені масові оздоровчо-рекреаційні акції в зарубіжних країнах, безумовно, не могли залишатися поза увагою вчених. Сформувався певні наукові школи, в яких досліджувалося найбільший широке коло проблем дозвілля та рекреації. Проведений аналіз зарубіжних досліджень фізичної рекреації дозволив виділити найбільші зарубіжні наукові школи, основні напрями проведення у них досліджень та найбільш яскравих представників цих шкіл.

Особливу увагу привертають праці зарубіжних вчених – Буллари Дж. (1986) [25], Гоббса Д. (2000), Дюмазедьє Ж. (1989) [26], Едінгтона К. (1993) [27] та ін., в яких розкривається сутність та природа рекреації й дозвілля, принципи формування рекреаційної і дозвіллевої індустрії, взаємозв'язок комерційних і некомерційних дозвіллевих послуг, що надаються населенню.

Можна відзначити, що найбільші дослідження рекреації та дозвілля проводяться на американському континенті, у країнах Південно-Східної Азії – Республіка Корея, Японія, Нова Зеландія. Серед Європейських країн – Франція, Німеччина, Польща, Іспанія, Чехія та ін.

Така широка проблематика досліджень дозвілля та рекреації характерна для зарубіжної практики. Вони в основному вирішуються прикладні завдання, що задаються запитам державних та громадських організацій. У сукупності основні напрями наукових досліджень про ФР в зарубіжних країнах можна відобразити у деяких її теоретичних моделях.

1. Економічна модель. Закордонні економісти, підприємці, менеджери усвідомлюють, що організація оздоровчо-рекреаційної діяльності виробників служить важливим фактором під-

вищення продуктивності праці, обходиться їм значно меншими матеріальними витратами, ніж оплата тимчасової непрацездатності. Оздоровчо-спортивні клуби при промислових підприємствах звільняються від податків або вони мають суто символічний характер і сприяють за рахунок оренди спортивного інвентарю, продажу абонементів наданню спортивних та медичних послуг.

2. Терапевтична модель базується на теорії катарсису. Беручи участь у рекреаційній діяльності, людина знаходить вихід агресивним інстинктам, безпечний вихід стримуваних у повсякденному житті емоцій, надлишкової енергії. Рекреаційна діяльність сприяє розслабленню, звільненню від стресів та напруги. Важливо, що різке подорожчання медичних послуг, перехід їх на комерційну основу змушує людей дбайливо ставитися до свого здоров'я, що підвищує значущість використання рухової активності у сфері дозвілля з метою збереження здоров'я.

3. Соціологічна модель. Зазначена модель представлена на рівні досліджень мікросоціології – обліку характеру соціальної взаємодії в мікрогрупах (внутрішньогрупові взаємовідносини, групова стратифікація, рольова диференціація та ін.). Заслужують на увагу результати досліджень фінського вченого S.E. Iso-Ahola, 1980 [28]. Менеджери фірм, беручи участь у спільних акціях зі своїми працівниками, підвищують свій соціальний статус, авторитет. Групова фізкультурно-рекреаційна діяльність у сфері дозвілля дозволяє виявити лідерів, які надалі можуть бути використані на виробництві як майстри, бригадирів, керівників окремих виробничих циклів.

4. Компенсаторна модель. Дослідження на цьому рівні сприяють звільненню від соціальних конфліктів, самореалізації та самовираження тих соціальних потреб, які залишилися незадо-

воленими у сфері праці та побуту. Пасивне споглядання вболівальника спортивних змагань компенсує неможливість їх безпосередньої участі у змаганнях.

5. Культурологічна модель. Участь у фізичній рекреаційній діяльності підвищує загальну культуру людини: культуру праці, побуту, дозвілля, культуру ставлення до свого здоров'я, рухову культуру.

Відповідно до цієї концепції, ФР набуває важливого соціально-психологічного та культурологічного змісту [10].

**Дискусія.** Розгляд теорії фізичної рекреації крізь призму її інституціоналізації дозволяє простежити еволюцію наукових уявлень про неї – від фрагментарних знань у межах природничих і медичних дисциплін до формування цілісної міждисциплінарної галузі з власними теоретико-методологічними підходами, категоріальним апаратом і практичними орієнтирами. Однак, незважаючи на накопичення значного масиву досліджень у сфері фізичної рекреації, досі не існує універсального підходу до визначення її сутності, меж та функціонального призначення.

Загальною тенденцією є поступовий перехід від вузько біомедичного трактування рекреації до її соціокультурного, гуманітарного, психосоціального та інтегрального осмислення. Це, з одного боку, розширює горизонти аналізу, а з іншого – ускладнює процес уніфікації термінів і методик. Так, у зарубіжному дискурсі переважає ототожнення понять «фізична активність», «фітнес», «спорт для всіх» та «рекреація», що нерідко призводить до термінологічної плутанини. У вітчизняному контексті, навпаки, зберігається тенденція до спроб чіткого розмежування понять, що вимагає критичного переосмислення з урахуванням сучасних трансформацій дозвіллевой культури.

Особливої уваги заслуговує мультипарадигмальний підхід

до аналізу фізичної рекреації: як інституційного явища, як системи соціально диференційованих практик, як культурної цінності й як елементу здоров'язбережувальної політики. Така багатосаровість концепцій свідчить не про суперечність, а радше про складність й багатовимірність феномену, що функціонує на перетині біологічного, соціального, економічного, культурного та екзистенційного вимірів.

Важливим науковим викликом є гармонізація теоретичних моделей фізичної рекреації з практикою її реалізації. Існуючі моделі (економічна, терапевтична, соціологічна, культурологічна тощо) виконують важливу функцію аналітичного осмислення, однак потребують уточнення та адаптації відповідно до запитів сучасного суспільства. У добу цифровізації та глобалізації на перший план виходять питання рекреаційних практик, їхньої інклюзивності, психоемоційного впливу та зв'язку з цифровим середовищем.

Варто також звернути увагу на те, що фізична рекреація все частіше розглядається як чинник національної безпеки, економічної ефективності та соціальної згуртованості. У цьому контексті зростає потреба у створенні нормативно-правових механізмів, що регламентують її реалізацію, а також у підготовці фахівців, здатних працювати в умовах міждисциплінарної взаємодії.

Таким чином, дискусія щодо інституціоналізації фізичної рекреації свідчить про необхідність подальшого розвитку цієї галузі знань, зокрема – формування єдиної концептуальної моделі, здатної інтегрувати різні підходи, враховуючи як зарубіжний досвід, так і національні особливості розвитку сфери здоров'язбереження та дозвілля.

**Висновок.** Можна говорити про кілька підходів до визначення сутності фізичної рекреації. До першої групи належить інституційний підхід, який розглядає

фізичну рекреацію як унікальний соціальний інститут розвитку, поширення і засвоєння людиною і людством культури рухової активності.

До другої групи належать визначення фізичної рекреації як соціально диференційованої системи, що характеризується різноманітністю форм рекреаційних занять та їх організацією, а також неоднаковим стимулюючим характером для різних соціальних груп.

Третю групу представляє соціально-гуманітарний підхід до аналізу фізичної рекреації, який за останні роки значно поповнив теоретично-методологічну зарубіжну і вітчизняну цивілізаційну базу гуманітарних наук. Специфіка соціогуманітарного підходу до фізичної рекреації полягає в розгля-

ді явища не зсередини спортивної системи, а як би ззовні, в більш загальному соціокультурному контексті, з акцентом на «співвіднесення» фізичної рекреації з характеристиками того соціального (інституційного, соціогрупового) і культурного (аксіологічного, семантичного, знаково-символічного) простору, в якому існує і розвивається розглядається явище.

Наступна група фіксується на розгляді фізичної рекреації як складової більш широкого соціального явища – дозвілля. Найбільші дослідження рекреації та дозвілля проводяться на американському континенті, у країнах Південно-Східної Азії – Республіка Корея, Японія Нова Зеландія. Серед Європейських країн – Франція, Німеччина, Польща, Іспанія, Чехія та ін.

Теоретичне осмислення фізичної рекреації є необхідною передумовою для її подальшої інтеграції в систему освіти, охорони здоров'я, соціальної політики та національної безпеки. Це зумовлює потребу у поглибленому науковому аналізі, оновленні парадигми рекреаційної діяльності, розробці інноваційних моделей її реалізації в умовах сучасних трансформаційних процесів.

Наразі актуальним фокусом наукових досліджень є розробка настанов щодо сприяння розвитку фізичної рекреації за окремими категоріями населення та цифровізаційний супровід зазначеної діяльності.

**Конфлікт інтересів.** Автор заявляє, що не існує ніякого конфлікту інтересів.

## Література

1. Cardinal BJ. (2016). Toward a greater understanding of the syndemic nature of hypokinetic diseases. *Exercise Science & Fitness*. 14. 54-59.
2. Shivers JS. (1981). *Leisure and recreation concepts: critical analysis*. Boston. 102–107.
3. Kelly J.R. (1982). *Leisure*. N. Jersey. Tnglewood Cliffs. 307.
4. Pieper J.(1964). *Leisure: the basic of culture*. New York. Pantheon Press. 130.
5. Rezeacjaruchowai turustyka; pod redakcją Teresy Wolańskiej. Wazszawa. AWF. 1984. 223.
6. Poser S. *Leisure Time and Technology*. <http://ieg-ego.eu/en/threads/crossroads/technified-environments/stefan-poser-leisure-time-and-technology>
7. Veninger A. (1926). *Brief History of Phisical Education*. New-York. Barnes and Comnany. 82–83.
8. Андрєєва О.В. (2014). Фізична рекреація різних груп населення: [монографія]. К. ТОВ «НВП Поліграфсервіс». 280.
9. Москаленко Н. (2013). Тенденції та закономірності становлення фізичної рекреації на різних історичних етапах. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки: Фізичне виховання і спорт. Вип. 11. 7-11. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnv\\_2013\\_11\\_2.18](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnv_2013_11_2.18).
10. Круцевич ТЮ, Пангелова НЄ, Пангелов СБ. (2013). *Історія розвитку фізичної рекреації: навч. посіб.* Київ: Академвидав. 160.
11. Петрова ІВ. (2005). *Дозвілля в зару біжних країнах: [підручник]*. К. Кондор. 408.

## References

1. Cardinal BJ. (2016). Toward a greater understanding of the syndemic nature of hypokinetic diseases. *Exercise Science & Fitness*. 14. 54-59.
2. Shivers J.S. (1981). *Leisure and recreation concepts: critical analysis*. Boston. 102–107.
3. Kelly J.R. (1982). *Leisure*. N. Jersey. Tnglewood Cliffs. 307.
4. Pieper J. (1964). *Leisure: the basic of culture*. New York. Pantheon Press. 130.
5. Rezeacjaruchowai turustyka; pod redakcją Teresy Wolańskiej. Wazszawa. AWF. 1984. 223.
6. Poser S. *Leisure Time and Technology*. <http://ieg-ego.eu/en/threads/crossroads/technified-environments/stefan-poser-leisure-time-and-technology>
7. Veninger A. (1926). *Brief History of Phisical Education*. New-York. Barnes and Comnany. 82–83.
8. Andrieieva O.V. (2014). *Fizychna rekreatsiia riznykh hrup naseleunia: [monohrafiia]*. K. TOV «NVP Polihrafservis». 280.
9. Moskalenko N. (2013). *Tendentsii ta zakonomirnosti stanovlennia fizychnoi rekreatsii na riznykh istorychnykh etapakh. Molodizhnyi naukovyi visnyk Shkhidnoevropeiskoho natsionalnoho universytetu imeni Lesi Ukrainky: Fizychno vykhovannia i sport. Vyp. 11. 7-11. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnv\_2013\_11\_2.*
10. Krutsevych TYu, Panhelova NYe, Panhelov SB. (2013). *Istoriia rozvytku fizychnoi rekreatsii: navch. posib.* Kyiv: Akademvydav. 160.
11. Petrova IV. (2008). *Dozvillia v zarubizhnykh krainakh: [pidruchnyk]*. K. Kondor. 408.

12. Андреева О, Кашуба В. (2011). Пріоритетні напрями наукових досліджень сфери фізичної рекреації. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. № 3. 31–35.
13. Rice EA. (1936). History of Physical Education. New York. Barnes and Company. 437.
14. Nash JB. (1930). Charakter Education in Physical Education. New York. Barnes & Co. 100-105.
15. Фізична рекреація: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. вих. і спорту; авт. кол. Приступа Є.Н., Жданова О.М., Линець М.М. [та ні.]; за наук.ред.Євгена Приступи. Л. ЛДУФК. 2010. 447.
16. Пангелова Н.Є., Пангелов С.Б. Розвиток рекреаційного руху за кордоном в перший період нового часу (1917-1945). <https://ehsupir.uhsp.edu.ua/server/api/core/bitstreams/aa0395d3-3f40-4b4c-b389-0a5b28c2fe9e/content>
17. Physical Activity. (2015). World Health Organization's website: [http://www.who.int/topics/physical\\_activity/en/](http://www.who.int/topics/physical_activity/en/)
18. Bullock, C.C., & Mahon, M. J. (Eds.) (2001). Introduction to recreation services for people with disabilities: A person-centered approach. (2nd edition). Champaign: Sagamore Publishing.
19. The Universal Declaration of Human Rights. (2015). <http://www.un.org/en/documents/udhr/>
20. Welcome to the ATRA. (2015). American Therapeutic Recreation's website: <https://www.atra-online.com/welcome/the-organization>
21. Hurd, A., & Andersen, D. (2011). Definition of leisure, play, and recreation. In The park and recreation professional's handbook. Champaign: Human Kinetics. <http://www.humankinetics.com/excerpts/excerpts/definitions-of-leisure-play-and-recreation>
22. Дутчак МВ. (2009). Спорт для всіх в Україні: теорія і практика. К. Олімпійська література. 279.
23. Дутчак МВ. (2007). Спорт для всіх у світовому контексті: напрями та технології діяльності міжнародних організацій. Теорія і методика фіз. виховання і спорту. №1. 8-16.
24. Пангелов Б. (2016). Передумови виникнення і чинники розвитку індустрії дозвілля і рекреації в зарубіжних країнах у другій половині ХХ століття. Спортивний вісник Придніпров'я. № 3. 158-163. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp\\_2016\\_3\\_32](http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp_2016_3_32)
25. Bullaro J., Christober R. Edsin ton (1986). Commercial leisure services managing for profit, service and personal satisfaction. New York: Macmillan Publishing Company. 373.
26. Dumazedier J. (1988). Revolution culturelle du temps libre 1968-1988. Paris: Méridiens Klincksieck.
27. Edginton C.R., Luneskas L.J. (1993). Creating magic and Camp Adventure Parks and Recreation. №10. 27-47.
12. Andrieieva O, Kashuba V. (2011). Priorytetni napriamy naukovykh doslidzhen sfery fizychnoi rekreatsii. Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu. № 3. 31–35.
13. Rice EA. (1936). History of Physical Education. New York. Barnes and Company. 437.
14. Nash JB. (1930). Charakter Education in Physical Education. New York. Barnes & Co. 100-105.
15. Fizychna rekreatsiia: navch. posib. dlia stud. vyshch. navch. zakl. fiz. vykh. i sportu; avt. kol. Prystupa Ye.N., Zhdanova O.M., Lynets M.M. [ta ni.]; za nauk.red.Ievhena Prystupy. L. LDUFK. 2010. 447.
16. Panhelova N.Ie., Panhelov S.B. Rozvytok rekreatsiinoho rukhu za kordonom v pershyi period novoho chasu (1917-1945). <https://ehsupir.uhsp.edu.ua/server/api/core/bitstreams/aa0395d3-3f40-4b4c-b389-0a5b28c2fe9e/content>
17. Physical Activity. (2015). World Health Organization's website: [http://www.who.int/topics/physical\\_activity/en/](http://www.who.int/topics/physical_activity/en/)
18. Bullock, C.C., & Mahon, M.J. (Eds.) (2001). Introduction to recreation services for people with disabilities: A person-centered approach. (2nd edition). Champaign: Sagamore Publishing.
19. The Universal Declaration of Human Rights. (2015). <http://www.un.org/en/documents/udhr/>
20. Welcome to the ATRA. (2015). American Therapeutic Recreation's website: <https://www.atra-online.com/welcome/the-organization>
21. Hurd, A., & Andersen, D. (2011). Definition of leisure, play, and recreation. In The park and recreation professional's handbook. Champaign: Human Kinetics. <http://www.humankinetics.com/excerpts/excerpts/definitions-of-leisure-play-and-recreation>
22. Dutchak MV. (2009). Sport dlia vsikh v Ukraini: teoriia i praktyka. K. Olimpiiska literatura. 279.
23. Dutchak MV. (2007). Sport dlia vsikh u svitovomu konteksti: napria my ta tekhnolohii diialnosti mizhnarodnykh orhanizatsii. Teoriia i metodyka fiz. vykhovannia i sportu. №1. 8-16.
24. Panhelov B. (2016). Peredumovy vynyknennia i chynnyky rozvytku industrii dozvillia i rekreatsii v zarubizhnykh krainakh u druhii polovyni KhKh stolittia. Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. № 3. 158-163. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp\\_2016\\_3\\_32](http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp_2016_3_32)
25. Bullaro J., Christober R. Edsin ton (1986). Commercial leisure services managing for profit, service and personal satisfaction. New York: Macmillan Publishing Company. 373.
26. Dumazedier J. (1988). Revolution culturelle du temps libre 1968-1988. Paris: Méridiens Klincksieck.
27. Edginton C.R., Luneskas L.J. (1993). Creating magic and Camp Adventure Parks and Recreation. №10. 27-47.

28. Iso-Ahola SE. (1980). The social psychology of leisure and recreation. <https://www.cabidigitallibrary.org/doi/full/10.5555/19801866935>

28. Iso-Ahola SE. (1980). The social psychology of leisure and recreation. <https://www.cabidigitallibrary.org/doi/full/10.5555/19801866935>

*Отримано/Received: 22.08.2025*

*Прорецензовано/Reviewed: 13.10.2025*

*Прийнято/Accepted: 07.11.2025*

Як цитувати статтю / How to Cite:

Сергеев С. Особливості інституціоналізації теорії фізичної рекреації. Спортивний вісник Придніпров'я. 2025 Груд 30;(3):108-116. <https://doi.org/10.32540/2071-1476-2025-3-108>

Sergeev S. Features of institutionalization of the theory of physical recreation. Sportyvnyi Visnyk Prydniprovia. 2025 Dec 30;(3):108-116. <https://doi.org/10.32540/2071-1476-2025-3-108>