

його результативності. Якісно організований процес здоров'язбережувального навчання призведе до поліпшення якості життя студентської молоді, що і є бажаним результатом системи загальної фізкультурно-оздоровчої освіти студентів і може трактуватися, на нашу думку, як «синдром здоров'язбережувальних звичок». В умовах сьогодення компетентне ставлення до свого здоров'я – це не просто набір знань, умінь, навичок, а своєрідний «коктейль індивідуальних здоров'язбережувальних компетенцій». Такий підхід навчить студентів «розуміти» і «слухати» свій організм, дозволить бути ініціативним, змінити соціальну поведінку, спосіб життя, створить бажання і мотивацію, яка перетвориться в синдром звичок працювати над собою, творити, експериментувати з метою збереження власного здоров'я. Необхідність формування «синдрому здоров'язбережувальних навичок» вимагає комплексного, фундаментального підходу у процесі виховання компетентного ставлення до свого здоров'я [9]. «Коктейль індивідуальних здоров'язбережувальних навичок» вказує на непередбачуваний характер процесу здоров'язбережувального навчання у зв'язку з різним рівнем розвитку природних здібностей студентів.

Висновки. Рівень фізкультурної освіченості студентів – це відображення якості системи загальної фізкультурної освіти у вищих навчальних закладах. Проблема в цьому разі полягає у правильному менеджменті, тобто управлінні. Генетичні задатки, індивідуальні здібності кожного студента, різний рівень здоров'я і психоемоційного стану, специфіка майбутньої професійної діяльності вимагають впровадження дієвих педагогічних новацій у процесі здоров'язбережувального навчання. Результат наших спостережень і власний педагогічний досвід дозволяють зробити висновок про необхідність моделювання фізкультурно-оздоровчої освіти у вищих навчальних закладах на основі правильно визначених позитивних характеристик і категорій. Розпочинати таке моделювання слід із синтезу системно генетичного і нормативного (цільового) підходів. Перший підхід відображає генетичні задатки кожної людини, а другий визначається завданнями безперервного, прогресивного розвитку людства. Здоров'язбереження слід розглядати як співвідношення потенційних можливостей людини і актуального їх використання. Фізкультурно-оздоровча діяльність є результатом здоров'язбережувального навчання і найвищою мірою самоорганізації і самоактуалізації особистості у майбутній життєдіяльності. У системі загальної фізкультурно-оздоровчої освіти необхідно, у першу чергу, використовувати такі засоби навчання, освітні технології і методики, що здатні відобразити фундаментальні моменти двоединого процесу інтеграції і диференціації здоров'язбережувальних знань. Перед усім, це знання, що виникають на стику багатьох наук і дозволяють студентів виходити на системний рівень пізнання свого організму, бачити і використовувати механізми самоорганізації та саморозвитку явищ і процесів для збереження власного здоров'я.

Подальшого вивчення вимагають механізми покращення якості системи загальної фізкультурної освіти студентів через запровадження сучасних оздоровчих навчальних програм зі змістом, який провокуватиме студентів вищих навчальних закладів різного професійного спрямування до використання технологій здоров'язбереження у повсякденній життєдіяльності.

Література

1. Вища освіта України і Болонський процес : навч. посібник / за ред. В. Г. Кременя; авт. кол. : М. Ф. Степко, Я. Я. Болюбаш, В. Д. Шинкарук та ін. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2004. – 384 с.
2. Волков В. Л. Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді : навч. посібник / В. Волков. – К. : Освіта України, 2008. – 256 с.
3. Грибан Г. П. Життєдіяльність та рухова активність студентів / Г. П. Грибан. – Житомир : Рута, 2009. – 593 с.
4. Grimblat S. O. Zdorovesberegayuschie tehnologii v podgotovke spetsialistov : ucheb.-metod. posobie / S. Grimblat, V. Zaytsev, S. Kramskoy. – Harkov : Kollegium, 2005. – 184 s.
5. Grinevich V. Biologicheskie ritmy zdorovya / V. Grinevich // Nauka i zhizn. – 2005. – # 1. – S. 46–52.
6. Davidenko D. N. Zdorove i obraz zhizni studentov : ucheb. posobie / D. N. Davidenko, A. P. Shklyarenko. – Volgograd : VolGU, 2006. – 132 s.
7. Завидівська Н. Н. Фундаменталізація фізкультурно-оздоровчої освіти: аспект здоров'язбережувального навчання студентів : монографія / Наталія Назарівна Завидівська. – К. : УБС НБУ, 2012. – 402 с.
8. Zavydivska N. Innovative mechanisms of improvement of student's physical education system on the basis of interdisciplinary connections / Natalia N. Zavydivska¹, Olga V. Ryamar², Halyna H. Malanchuk³ // Journal of Physical Education and Sport (JPES), 15(4), Art 116, pp. 758-764, 2015.
9. Zavydivska O. The paradigm of health maintenance at Higher Education Institutions as an Important Component of Human Development in Terms of Modernity / Olga I. Zavydivska, Nataliia N. Zavydivska, Olena V. Khanikiants, Olga V. Ryamar // Journal of Physical Education and Sport (JPES), Vol. 17 Supplement Issue 1, Art 9, 2017, pp. 60 – 65.
10. Teoria i metodyka rekreacji (zagadnienia podstawowe) / pod. red. Iwony Kielbasiewicz-Drozdowskiej, Wiesława Sivińskiego. – Poznań : AWF, 2001. – 305 p.

Захаріна А. Г.

Класичний приватний університет

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ТУРИЗМУ ДО АНІМАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧІЙ СФЕРІ

Проаналізовано погляди науковців на проблеми формування готовності майбутніх фахівців з туризму до анімаційної діяльності в рекреаційно-оздоровчій сфері. Розглянуто питання термінології підготовки у сфері туризму. Зазначено, що анімаційна діяльність представляє самостійний напрям в рекреаційно-оздоровчій сфері.

Охарактеризовано такі поняття, як: «готовність», «професійна готовність», «готовність майбутніх фахівців з туризму». Доведено актуальність і доцільність обраної проблеми дослідження.

Ключові слова: фахівець з туризму, готовність, анімаційна діяльність, рекреаційно-оздоровча сфера.

Захарина А.Г. Особенности формирования готовности будущих специалистов по туризму к анимационной деятельности в рекреационно-оздоровительной сфере. Проанализированы взгляды ученых на проблемы формирования готовности будущих специалистов по туризму к анимационной деятельности в рекреационно-оздоровительной сфере. Рассмотрены вопросы терминологии подготовки в сфере туризма. Указано, что анимационная деятельность представляет самостоятельное направление в рекреационно-оздоровительной сфере. Охарактеризованы такие понятия, как: «готовность», «профессиональная готовность», «готовность будущих специалистов по туризму». Доказана актуальность и необходимость данной проблемы исследования.

Ключевые слова: специалист по туризму, готовность, анимационная деятельность, рекреационно-оздоровительная сфера.

Zakharina A.H. Particularities of the professional training of the future tourism specialists for the animation activity in the recreation and health sphere. The views of scientists of the problems of formation of readiness of the future tourism specialists for the animation activity in the recreation and health sphere have been examined. It's pointed out that the modern state of animation sphere in Ukraine is characterized by inadequate level of funding and organization and also absent holistic specific legislation on the organization animation activity by the entities in the tourism activity. The questions of training terminology in the sphere of tourism have been considered. It's noted that the animation activity is offering independent a separate area in the recreation and health sphere. It's pointed out that the animation activity to actively promotes the harmonious development of the personality and creation motivation various solutions, including the search for new forms of free artistic pastime. It was noted that the improving of the quality of professional training for future specialists in tourism who are trained for development, planning and implementation of the tourist leisure activity is necessary for carrying out the animation activities in the recreational and health-improving sphere. It was pointed out that the animation also can be considered as professional activity connected with organization of creative search for activities in the sphere of the spare time for the providing of the development process of an organized group and its members on a level of social relations and culture formation. There are characterized such concepts as "readiness", "professional readiness", "training of the future tourism specialists". It is pointed out that in contemporary society there is no commonly understood notion of "readiness" and the presented definitions of "readiness" testify to the wide diversity of the term. The topicality and practicability of the chosen research problem is proven.

Key words: tourism specialist, readiness, animation activity, recreation and health sphere.

Постановка проблеми та її зв'язок із важливішими науковими та практичними завданнями. Найважливішим завданням сьогодення є удосконалення системи вищої освіти, підвищення її рівня якості, активний пошук та використання інноваційних шляхів, спрямованих на формування фахових знань, спеціальних умінь та особистісних якостей майбутніх фахівців з туризму. А особливим критерієм, який характеризує їх рівень професійної підготовки виступає готовність майбутніх фахівців з туризму до здійснення анімаційної діяльності в рекреаційно-оздоровчій сфері. Практична підготовка майбутніх фахівців з туризму на сьогодні ще не повністю досліджена і не охоплює всі аспекти вивчення цієї важливої проблеми.

Сучасний стан анімаційної сфери в Україні, як вказує Ю.Г. Данільєва, Д.Ю. Ласточкина, характеризується неналежним рівнем фінансування та організації, що великою мірою пояснюється не розробленістю законодавства щодо цієї сфери [2, с. 178]. Юридично сфера анімаційної діяльності не визнана, як і не визнана така діяльність як різновид економічної. Вона існує лише як підклас 92.72.0 «Інша діяльність у сфері відпочинку та розваг» класу 92.7 «Діяльність у сфері відпочинку та розваг», який включає:

- діяльність, пов'язану з проведенням дозвілля і не віднесену до інших підкласів: діяльність луна-парків та пляжів, включаючи здавання під найм пляжного устаткування: пляжних кабін, роздягалень, крісел тощо;
- діяльність, пов'язану з любительською та спортивною рибалкою;
- надання транспортних засобів для відпочинку та розваг, наприклад, прокат велосипедів різних типів, діяльність центрів верхової їзди та кінноспортивних манежів; дресирування домашніх тварин;
- запрошення акторів на ролі у кінофільмах, телевізійних передачах, театральних виставах.

На сьогодні в Україні відсутнє цілісне спеціальне законодавство щодо організації анімаційної діяльності суб'єктами туристичної діяльності [2, с. 178].

У зв'язку з цим зростає потреба у фахівцях, підготовлених до розробки, планування і здійснення туристичного дозвілля, що визначає необхідність формування готовності майбутніх фахівців з туризму до здійснення анімаційної діяльності в рекреаційно-оздоровчій сфері.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Анімаційну діяльність, як сукупність різних видів діяльності з організації дозвілля, спрямованих на компенсацію, відновлення та розвиток якісних характеристик людини, необхідних для її участі у створенні суспільного продукту в умовах ринку розглядають такі вчені, як Ю.Г. Данільєва, Д.Ю. Ласточкина [2, с. 178]. Подібне тлумачення анімаційної діяльності, по-перше, виводить її за межі організованого відпочинку та змістовного дозвілля і вводить у побутову і виробничу сфери, по-друге, є основою визначення сутності понять анімаційної сфери [2, с. 178].

У роботах А.І. Лучанкіна, А.А. Сняцького анімаційна діяльність розуміється як особливий вид соціально-культурної діяльності громадських груп та окремих індивідів, заснованих на сучасних технологіях (соціально-педагогічних, психологічних, культурно-творчих), що забезпечують подолання соціального та культурного відчуження [7, с. 135]. Автори пропонують визначення анімаційної діяльності як спеціально організованої діяльності з культурно-дозвілдової роботи з

дітьми, підлітками та молоддю, з виховання засобами культури, мистецтва і спілкування, що спеціалізується на технологіях дозвілдової педагогіки.

Анімаційна діяльність, спрямована на активне сприяння гармонійному розвитку особистості людини, на формування мотивації до різних способів самодіяльності, включаючи пошук нових форм вільного творчого проведення часу. Це багатовимірний і багатоплановий діяльність, яка передбачає сукупність різних видів і форм взаємодії педагога та вихованців у дозвільній сфері.

Індустрія туризму в світі є одним із найбільш динамічно розвинених секторів економіки. Зарубіжні дослідники (С. Cooper, R. Scales, J. Westlake [9, с. 235], E. Juline Mills, Rob Law [10, с. 145], M. Marrengula [11], J.S. Shivers [12, с. 96], G. Smith, С. Cooper, [13, с. 91] та ін.) також значну увагу приділяють питанням, пов'язаним з анімаційною діяльністю в рекреаційно-оздоровчій сфері. Для практичного навчання на базі університету Джонсон і Уейлс (Johnson and Wales University) створений готель Jonson and Wales Inn [10, с. 93].

У період стажування студенти здобувають практичний досвід роботи та розвиваються професійні навички анімаційної, соціокультурної, екскурсійної діяльності. У більшості випадків клієнти готелів у курортологічних зонах США мають потребу в послугах з організації та проведення відпочинку безпосередньо в готелі чи поряд з ним [14]. Варшавська школа економіки (Warsaw School of Economics) здійснює підготовку магістрів у галузі міжнародного туризму, готельного господарства та послуг відпочинку. Термін навчання складає два роки [15].

Аналіз зарубіжного досвіду свідчить про те, що формування готовності майбутніх фахівців з туризму до професійної діяльності вирішується на державному, регіональному або місцевому рівнях у таких країнах, як: Сполучені штати Америки, Німеччина, Великобританія, Польща, Кіпр і Китай.

Анімаційна діяльність – це сукупність соціально значущих дій особистості, спрямованих на інтенсивне усвідомлене її взаємодії з навколишнім середовищем і освоєння соціокультурних цінностей, у процесі задоволення релаксаційно-відновлювальних, культурно-освітніх та культурно-творчих потреб та інтересів.

Сутність анімаційної діяльності може бути представлена в способах реальних дій, в певних типах і видах взаємодії яка носить добровільний і виборчий характер. З наведених визначень, очевидно, що одне і теж саме поняття визначає різні види анімаційної діяльності.

Для цілей нашого дослідження найбільший інтерес викликає поняття формування готовності майбутніх фахівців з туризму до анімаційної діяльності в рекреаційно-оздоровчій сфері.

Зв'язок роботи з важливими науковими програмами або практичними завданнями. Дослідження виконано згідно плану науково-дослідної роботи Класичного приватного університету на 2013-2018 рр. з теми «Проблеми і перспективи розвитку фізичного виховання і спорту осіб різного віку» (номер державної реєстрації 013U000729) і теми «Роль творчої особистості в історії та теорії педагогіки» (номер державної реєстрації 0114U006397).

Формулювання мети та завдань роботи. Мета статті полягає у розкритті теоретичних основи проблеми формування готовності майбутніх фахівців з туризму до анімаційної діяльності в рекреаційно-оздоровчій сфері.

Завдання дослідження: провести аналіз наукової літератури та літератури з туризму, інформації з мережі Інтернет щодо підготовки майбутніх фахівців з туризму до анімаційної діяльності в рекреаційно-оздоровчій сфері.

Виклад основного матеріалу дослідження. Проблему готовності різні дослідники вивчають в різних аспектах, відповідно у визначеннях підкреслюють певні характеристики, зумовлені особливостями того аспекту, в контексті якого розглядають це явище.

Аналіз психолого-педагогічної літератури, свідчить про те, що у сучасний період не існує загальноприйнятого визначення поняття «готовність» та визначається науковцями як: особливий психічний стан, установка, особистості на вдосконалення певної діяльності (М.І. Дьяченко та Л.А. Кандибович) [4, с. 45]; як характеристика особистості, що відображає її реальні можливості конструктивно взаємодіяти з партнерами у процесі спільної діяльності (А.М. Кузьмін) [5, с. 19].

Подані визначення готовності свідчать про широку розгалуженість цього поняття. М. М. Галицька розглядає «готовність до іншомовного спілкування у майбутніх фахівців сфери туризму» як інтегративну професійну характеристику особистості, що визначає рівень професіоналізму майбутнього фахівця щодо його іншомовної комунікативної компетенції та включає потреби, мотиви, психологічні якості, предметні та інтелектуальні знання, уміння й навички, які дозволяють успішно використовувати іноземну мову для виконання професійних завдань [1, с. 11].

Готовність бакалаврів з туризму до професійної взаємодії зі споживачами туристичних послуг, О. Л. Дишко розглядає, як «складне інтегративне особистісне утворення, ядром якого виступають ціннісні установки, потреби й мотиви безконфліктної взаємодії, професійно-важливі особистісні якості, а також сукупність знань, умінь і навичок та певний досвід їх застосування для конструктивної професійної діяльності у взаємодії зі споживачами туристичних послуг» [3, с. 27].

Професійна готовність фахівця з туристичної анімації, як зазначає О. П. Літвінова-Головань, це професійно-особистісна характеристика, яка визначає його можливості та здібності до проектування та реалізації анімаційних програм, містить систему теоретичних та практичних знань та умінь в галузі анімаційної діяльності, навички їх використання в конкретних ситуаціях, ціннісні орієнтації та інтегративні показники культури в галузі дозвілля [6].

О.Г. Сорокіна розглядає «професійну готовність фахівців туристичної галузі до екологічного виховання школярів», як найвищий рівень професійної компетентності майбутніх туристичних кадрів, що передбачає оволодіння студентами системою загальних і спеціальних знань, умінь і навичок, наявність у них екологічного світогляду й активної екологічної позиції, їхню здатність вирішувати творчі завдання туристично-екологічного спрямування, прогнозувати й моделювати екологічні ситуації, наявність гнучкого екологічного мислення й високого рівня екологічної культури [8, с. 16]. Літвінова-Головань О.П. вказує, що структура професійної готовності фахівця з туристичної анімації складається з таких компонентів, як: мотиваційно-ціннісний, когнітивний, діяльно-творчий та рефлексивно-оціночний [6].

Визначаючи структуру готовності до іншомовного спілкування у майбутніх фахівців сфери туризму, М. М. Галицька вирізняє, в ній чотири компонента, а саме: комунікативно-мотиваційний компонент відображає формування позитивної мотивації майбутніх фахівців сфери туризму щодо іншомовного спілкування; змістовий – оволодіння студентами змістом іншомовного спілкування; процесуальний – формування необхідних умінь і навичок студентів щодо адекватної мовленнєвої поведінки у відповідних мовленнєво-комунікативних ситуаціях; самооцінний компонент – самостійну і виважену оцінку студентом власної комунікативної поведінки у процесі спілкування та комунікативних здібностей співрозмовника [1, с. 11].

На основі теоретичного аналізу наукової й спеціальної літератури вважаємо можливим визначити структуру готовності майбутніх фахівців з туризму до анімаційної діяльності в рекреаційно-оздоровчій сфері у вигляді мотиваційного, когнітивного, діяльнісного та особистісного компонентів (рис. 1).



Рис. 1. Структурні компоненти готовності майбутніх фахівців з туризму до анімаційної діяльності в рекреаційно-оздоровчій сфері

Таким чином, з'ясовано сутність та структура готовності майбутніх фахівців з туризму до анімаційної діяльності в рекреаційно-оздоровчій сфері. До структурних компонентів готовності майбутніх фахівців з туризму до анімаційної діяльності в рекреаційно-оздоровчій сфері віднесено такі компоненти, як: мотиваційний когнітивний, діяльнісний та особистісний.

Висновки. Отже, готовність є інтегральним багаторівневим особистісним новоутворенням. Структурними компонентами готовності майбутніх фахівців з туризму до анімаційної діяльності в рекреаційно-оздоровчій сфері віднесено нами такі компоненти, як: мотиваційний когнітивний, діяльнісний та особистісний.

Подальші дослідження передбачається провести в напрямку вивчення інших проблем готовності майбутніх з туризму до анімаційної діяльності в рекреаційно-оздоровчій сфері.

Література

1. Галицька М.М. Формування у студентів вищих навчальних закладів сфери туризму готовності до іншомовного спілкування: Автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.04 / М.М. Галицька; Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова. – К., 2007. – 20 с. – укр.
2. Данільєва Ю.Г. Проблеми державного регулювання розвитку анімаційної діяльності в Україні / Ю.Г. Данільєва, Д.Ю., Ласточкина // Туризм. – 2013. – № 3 – С. 178.
3. Дишко О. Л. Формування готовності бакалаврів з туризму до професійної взаємодії зі споживачами туристичних послуг / О. Л. Дишко // Наука і освіта: наук.-практ. журн. – 2015. – № 5. – С. 25-30.
4. Дьяченко М.И. Психология высшей школы: учеб. пособ. для вузов / М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович. – Минск: Изд-во БГУ, 1981. – 383 с.
5. Кузьмин А.М. Профессиональная подготовка будущих специалистов к согласованному принятию решений: автореф. дис. на соискание уч. степени канд. пед. наук: спец. 13.00.08 – «Теория и методика профессионального образования» / А.М. Кузьмин. – Саратов, 2007. – 23 с.
6. Літвінова-Головань О.П. Дослідження професійної компетентності майбутніх фахівців з професійної компетентності майбутніх фахівців з туризму [Електронний ресурс] // Режим доступу: http://visnyk.chnpu.edu.ua/?wpfb_dl=1643
7. Лучанкин А.И. Социально-клубная работа с молодежью: проблемы и подходы: монография / А.И. Лучанкин, А.А. Сняцкий; Рос. акад. наук. Урал. отд-ние. Ин-т философии и права, Ин-т культур.-образоват. технологий. – 3-е изд. – Екатеринбург: [б. и.], 1997. – 396 с.
8. Сорокіна Г. О. Теорія і практика формування професійної готовності майбутніх фахівців у галузі туризму до екологічного виховання учнів: автореф. дис. д-ра пед. наук: 13.00.04 / Г. О. Сорокіна; ДЗ «Луган. нац. ун-т ім. Т. Шевченка». – Луганськ, 2011. – 44 с. – укр.

9. Cooper, C, Scales, R. and Westlake, J. The anatomy of tourism and hospitality education in the UK, *Tourism Management*, 13(2), 2002. - pp. 234-242.
10. Juline E. Mills. *Handbook of Consumer Behavior. Tourism and Internet* / Juline E. Mills, Rob Law. – Haworth Press, 2005. – 314 p.
11. Marrengula L.M. *Addressing Socio-cultural Animation as Community Based Social Work with Street Children in Maputo, Mozambique* : academic dissertation [Електронний ресурс] / M. Marrengula. — Режим доступу: <http://acta.uta.fi /pdf/978-951-44-8269-4.pdf>. — Назва з екрана.
12. Shivers J.S. *Leisure and recreation concepts: a critical analysis* / J.S. Shivers. – Boston.: Allyn and Bacon, 1981. – С. 106.
13. Smith, G. and Cooper, C *Competitive approaches to tourism and hospitality curriculum design*, *Journal of Travel Research*, 39(1), 2000. - pp.90-95.
14. The Hong Kong Polytechnic University's School of Hotel and Tourism Management [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://hotelschool.shtm.polyu.edu.hk/eng/index.jsp>.
15. The Warsaw School of Economics [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.sgh.waw.pl/en/Pages/default.aspx>.

Захаріна Є.А.¹, Апайчев О.В.²

Класичний приватний університет¹,

Київський національний торговельно-економічний університет²,

ДЕЯКІ АСПЕКТИ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ЧОЛОВІКІВ ДРУГОГО ЗРІЛОГО ВІКУ

У статті проаналізовано взаємозв'язок професійної діяльності та рухової активності чоловіків другого зрілого віку. Оцінена структура рухової активності за Фремінгемською методикою чоловіків другого зрілого віку. Зазначено, що при оцінці рухової активності необхідно звертати увагу на її тривалість протягом дня і інтенсивність. Встановлено, що низька рухова активність в процесі трудового дня наголошується в 90% респондентів.

Ключові слова: рухова активність, чоловіки другого зрілого віку, здоров'я, оздоровчий фітнес.

Е.А. Захарина, А.В. Апайчев. Некоторые аспекты двигательной активности мужчин второго зрелого возраста. В статье проанализирована взаимосвязь профессиональной деятельности и двигательной активности мужчин второго зрелого возраста. Оценена структура двигательной активности по Фремингемской методике мужчин второго зрелого возраста. Определено, что при оценке двигательной активности необходимо обращать внимание на ее длительность на протяжении дня и интенсивность. Установлено, что низкая двигательная активность в процессе трудового дня установлена у 90% респондентов.

Ключевые слова: двигательная активность, мужчины второго зрелого возраста, здоровье, оздоровительный фитнес.

Ye.A. Zakharina, O.V. Apaychev. Some aspect of motor activity of men of the second mature age. The article analyzes the interrelation of professional activity and motor activity of men of the second mature age. It is determined that the motor regime is largely determined by the nature of work activity. The main continent of the studied, the men of the second period of mature age, employed in the field of information technology, management and employees (office workers), and persons engaged in entrepreneurial activity. It was established that the work of the majority of respondents is associated with constant stress, lack of motor activity, emotional loads, a significant decrease in the fate of physical work in everyday life and in the process of professional activity.

Men are busy with sedentary work, besides, as it follows from interviews with respondents, they get to work by public transport or by car, in their free time prefer passive rest. The estimated structure of motor activity according to the Framingham method for men of the second mature age, which allowed establishing that up to 66% of the total volume of daily motor activity, is the usual motor activity. It is established that specially organized muscular activity: all kinds of physical exercises, travel to and from work on foot and so on, is in the total volume of daily motor activity up to 5%.

It is noted that when estimating motor activity it is necessary to pay attention to its duration during the day and intensity. It is established that the low motor activity in the process of the work day is noted 90% of respondents. It is stated that the definite low level of motor activity of the studied continent, as well as the sedentary nature of work, must be taken into account when developing programs for improving classes aimed at correcting the physical condition of the second period of mature age.

Key words: motor activity, men of second mature age, health, health fitness.

Постановка проблеми. Збереження і формування здоров'я населення, сприяння активному довголіттю, зниження передчасної смертності і підвищення середньої тривалості життя є пріоритетними завданнями демографічного розвитку України [5, с. 86-88].

Проте в період економічного спаду, зниження рівня життя людей, скорочення інвестицій в галузь фізичної культури, зростаючих труднощів змісту і використання її матеріально-технічної бази і умов діяльності фізкультурно-спортивних організацій, що ускладнюються в зв'язку з цим, зростання вартості фізкультурно-оздоровчих послуг різко обмежується можливості залучення людей до занять оздоровчої спрямованості [3, с. 45].

Збереження здоров'я людей зрілого віку має величезне суспільне і соціально-економічне значення. Саме ця категорія населення володіє найбільшим трудовим і життєвим досвідом, що представляє особливу цінність для суспільства в цілому [2]. Проте, після 40-50 літнього віку кількість чоловіків, що займаються фізичними вправами хоч би 30 хвилин в тиждень, різко зменшується [3, с. 50; 7, с. 230]. Саме тому, віковий період чоловіків 40-55 років для теорії і методики