

17. Shepelenko T. V. "Physical education in the formation of a healthy lifestyle": navch. posibnyk /T. V. Shepelenko, A. M. Buts, I. O. Bodrenkova –Kharkiv: UkrDUZT, 2018. –125 s.
18. Yaremenko O. "Formation of a healthy lifestyle of young people: problems and prospects" / O. Yaremenko, O. Balakirieva, O. Vakulenko ta in. –K.: Ukrainskyi in-t sotsialnykh doslidzhen, 2000. –207 s.

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2021.2(130).21  
УДК 796:379.8:316.422+311.219.1-053.67

**Пальчук М.Б.**  
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент  
**Кенцицька І.Л.**  
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, викладач  
Національний університет фізичного виховання та спорту України, Київ

## ТРАНСФОРМАЦІЯ СФЕРИ ДОЗВІЛЛЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ

В сучасних умовах види та форми дозвіллевої діяльності поступово трансформуються, що викликано об'єктивними умовами сучасного життя, інформатизацією та ціннісною переорієнтацією сучасної людини. В статті висвітлено питання, які пов'язані із вивченням сфери дозвілля студентів, виявленням видів діяльності, яким надає перевагу студентська молодь у вільний від навчання час. Встановлено, що одним з найбільш популярних видів зайнятості серед студентів в сучасних умовах є кіберспорт. Визначено причини негативного ставлення до кіберспорту, які пов'язані із відсутністю будь-якої рухової активності. Виявлено позитивний вплив кіберспорту на розвиток процесів мислення, логіку, посидючість, самостійність, швидкість реакції, увагу, пам'ять, розвиток навичок командної роботи та програмування, формування загальної комп'ютерної грамотності.

**Ключові слова:** дозвілля, вільний час, студент, кіберспорт

**Пальчук М.Б., Кенцицька І.Л. Трансформация сферы досуга студенческой молодежи в современных условиях.** В современных условиях виды и формы досуговой деятельности постепенно трансформируются, что вызвано объективными условиями современной жизни, информатизацией и ценностной переориентацией современного человека. В статье освещены вопросы, связанные с изучением сферы досуга студентов, выявлением видов деятельности, которым отдает предпочтение студенческая молодежь в свободное от учебы время. Установлено, что одним из наиболее популярных видов занятости среди студентов в современных условиях является киберспорт. Определены причины негативного отношения к киберспорту, связанные с отсутствием какой-либо двигательной активности. Выведено положительное влияние киберспорта на развитие процессов мышления, логику, усидчивость, самостоятельность, скорость реакции, внимание, память, развитие навыков командной работы и программирования, формирование общей компьютерной грамотности.

**Ключевые слова:** досуг, свободное время, студент, киберспорт

### **Palchuk Mariia, Kensitskaya Irina. Transformation of the students leisure sphere in modern conditions.**

The types and forms of leisure activities are gradually transformed in modern conditions. It is caused by the objective conditions of modern life, such as informatization and value reorientation of people. The article is about student's leisure, identifying activities that are preferred by student youth in their free time. During leisure time students prefer activities such as socializing with friends, listening to music, playing computer games, and reading books. Only 12% of students indicated that they doing exercised during leisure time. It is established that one of the most popular types of employment among students in modern conditions is e-sports. E-sports it is a new direction in the leisure activities of different age's people and social status, a type of competitive activities and special practices of preparation for competitions based on computer or video games. E-sport is very popular among students but its development and implementation in leisure is just beginning. The reason for the negative attitude towards e-sports is the lack of physical activity. The positive impact of e-sports on the development of thought processes, logic, stability, independence, speed of reaction, attention, memory, development of teamwork and programming skills, the formation of general computer literacy is established. Prospects for further research are to determine the directions of formation positive attitude of students to use e-sports in the leisure process.

**Key words:** leisure, free time, student, e-sports.

**Актуальність.** Завдяки процесам глобалізації та сучасним комп'ютерним технологіям за останнє десятиліття сфера дозвіллевої діяльності сучасної студентської молоді зазнала суттєвих змін. Дозвіллева практика в житті молодих людей має більше значення, в порівнянні з іншими віковими групами, і відрізняється різноманітністю [1].

Феномен дозвілля та вільного часу студентської молоді привертає увагу не лише дослідників, а й громадськості. Проблемам проведення вільного часу та молодіжного дозвілля на сучасному етапі присвячено низку досліджень зарубіжних та вітчизняних вчених [2, 4, 9]. Чимало дослідників відзначають, що проблема полягає в необхідності використання виховного потенціалу всіх сфер життєдіяльності особистості, підвищення ефективності її реалізації. На думку Ю. А. Бабенко [1] усі форми суспільної організації дозвілля потребують перебудови та повинні стати предметом постійної турботи не лише культурно-освітніх закладів, а й суспільства в цілому.

У руслі певних інтересів, цілей, які ставить перед собою людина, здійснюється у вільний час дозвіллева діяльність. Обсяг вільного часу нині практично подібний обсягу професійної трудової діяльності, а зокрема молоді, і навіть перевищує

його. Тому суспільство не повинно бути байдужим щодо того, на що витрачаються години вільного часу. Дозвілля молоді – частина вільного часу, що як правило, контрастує з професійною діяльністю, відповідає психофізичним особливостям молоді людини і спрямована на задоволення культурних потреб та інтересів здорової особистості [9].

У науковій літературі дозвілля поділяють на активне та пасивне. Активний відпочинок передбачає діяльність, відмінну від тієї, яку викликала втома, наприклад, фізичні вправи на свіжому повітрі – є протиставленням розумовій роботі студентів та навпаки. Пасивний відпочинок складається з бездіяльності, наприклад, зручного сидіння або лежання. Природною, необхідною формою пасивного відпочинку є сон, під час якого відбувається процес відновлення нервової системи [2].

Види та форми дозвіллевої діяльності поступово трансформуються, що викликано об'єктивними умовами інформатизації та ціннісної переорієнтації сучасної людини як соціального суб'єкта нової доби: деякі види дозвіллевої діяльності стають непопулярними і непоширеними, а інші зазнають істотних змін за своїм змістом. Крім того, виникають абсолютно нові види діяльності, які не існували раніше в практиці проведення дозвілля. Створюються нові стратегії дозвілля, зокрема віртуальної, близької до екстремальної, коли відчуття свободи стає всеохоплюючим, долаються авторитети та перешкоди, виникає відчуття безмежності власних можливостей [5].

**Мета** – визначити особливості дозвіллевої діяльності студентської молоді в сучасних умовах.

Дослідження виконувалось відповідно до Плану наукової роботи НУФВСУ на 2021-2026 роки за темою кафедри здоров'я, фітнесу і рекреації «Теоретичні та технологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності та здорового способу життя різних груп населення».

**Виклад основного матеріалу.** Проведено чимало досліджень, які спрямовані на виявлення уподобань до дозвіллево-рекреаційної діяльності студентів вітчизняних та закордонних закладів вищої освіти, зокрема наукові дослідження О. Шинкарьової [9]. В процесі дослідження нами було проведено анкетування, спрямоване на визначення видів діяльності, яким надають перевагу студенти під час дозвілля. В дослідженні взяли участь 50 студентів Національного авіаційного університету. Отримані дані вказують на те, що переважна більшість респондентів у вільний від навчання час спілкуються з друзями (96%), слухають музику (72%), грають у комп'ютерні ігри (52%), читають книги (10%). Варто відмітити, що серед опитаних нами студентів лише 12% вказали, що під час дозвілля займаються фізичними вправами. Можливо, вище зазначене пов'язане із особливостями організації навчального процесу, тобто дистанційною формою навчання студентів в умовах пандемії та відсутністю можливості відвідувати спортивні зали та фітнес-центри. Аналіз публікацій про важливість спорту [7, 8] в сучасному світі для молоді в питаннях виховання і формування їх способу життя показав, що кіберспорт з точки зору спортивної дисципліни на практиці не отримує належної уваги. Він не розглядається ні як складова частина методів спортивного навчання та формування здоров'я, ні як важливий соціальний елемент у розвитку людини, ні як вид спорту стосовно економіки країни. Роль кіберспорту у забезпеченні якісного проведення вільного часу сучасною молоддю нівелюється негативним ставленням суспільства та відсутністю поінформованості на «побутовому» рівні. Його значущість, з точки зору вирішення вище означених завдань, піддається критиці за відсутність фізичного руху або будь-якої активності. До цього додається негативна думка про те, що деяким комп'ютерним іграм притаманне зображення насильства і сформована громадська думка про глобальну шкоду комп'ютерних ігор та іншого електронного контенту.

На превеликий жаль, кіберспорт, точніше його основа – комп'ютерні ігри, страждає через погану поінформованість суспільства і порушень правил їх використання. Суспільство приписує негативний вплив кіберспорту на психіку людини, часто пов'язуючи різні жакливі ситуації з пристрасстю до комп'ютерних ігор, забуваючи про соціальні чинники, які безпосередньо могли стати причиною тієї чи іншої трагедії. Але незважаючи на, як правило, негативну думку до кіберспорту, важливо формувати позитивне ставлення молоді до комп'ютерних ігор, акцентувати їх увагу на формуванні спортивних цінностей, таких, як інтелектуальні, технологічні та мобілізаційні.

Особливо це важливо для підростаючого покоління, зокрема студентської молоді, як найбільш сприйнятливих до формування ціннісних орієнтирів. Комп'ютерні ігри формують середовище з рівними можливостями, де все, що відбувається залежить від уміння і навичок, а не від фізичних можливостей і соціального положення. Також кіберспорт дозволяє людям з обмеженими можливостями нічим не відрізнятись від інших [9]. Інтернет знімає такі обмеження, як відстань, матеріальне становище, громадянство та інші, полегшує соціалізацію, дозволяє сформувати комунікаційні навички, тактичне бачення ситуації, здатності приймати рішення. У науковій літературі, як правило, наявні наукові дослідження, які стосуються історії кіберспорту, понятійного блоку кіберспорту, перспектив розвитку кіберспорту. У той же час, авторами Р.Б. Паньч, С.С. Петровський, Д.А. Огурцов [5] було проведено дослідження, спрямоване на вивчення ставлення молодого покоління до кіберспорту як частини світового спортивного руху. Отримані нами в процесі дослідження дані вказують на те, що більшість студентів (96%) володіють знаннями, які стосуються визначення кіберспорту, особливостей та місця його походження, найбільш популярних комп'ютерних ігор. При цьому, варто зазначити, що серед опитаних нами студентів 92% вважають, що кіберспорт, особливо в сучасних умовах, потребує розвитку та популяризації не лише в студентських колах, а й серед школярів. Стверджувальну відповідь респонденти (86%) дали на питання, котре стосується впливу кіберспорту на навички та вміння людини. При цьому респондентами було зазначено позитивний вплив кіберспорту на розвиток процесів мислення, логіку, посидючість, самостійність, швидкість реакції, увагу, пам'ять, розвиток навичок командної роботи, формування загальної комп'ютерної грамотності, розвиток навичок програмування. Слід зазначити, що на думку науковців [4] позитивним у віртуальних формах дозвіллевої діяльності є те, що вони створюють додаткові можливості для самоосвіти, самовдосконалення, отримання додаткових знань, умінь, навичок, сприяють підготовці до майбутньої професійної діяльності.

**Висновки.** Значне місце в повсякденному житті сучасної молоді займає сфера дозвілля, що є однією зі сфер життєдіяльності молодого покоління, в якій виражено проявляються наслідки змін в українському суспільстві. Комп'ютеризація багатьох сфер життя суспільства, розвиток індустрії комп'ютерних ігор призвели до появи кіберспорту. На

даний момент через відсутність практики і невеликої кількості інформації, кіберспорт сприймають як багатогодинне сидіння за комп'ютером, а його впровадження в сферу дозвіллевої діяльності студентської молоді, як чинник зниження рівня рухової активності. Встановлено, що більшість студентів є обізнаними як з питань, що стосуються виникнення та функціонування кіберспорту в суспільні, так і з питань, що стосуються його позитивного впливу на формування якостей особистості.

**Перспективи подальших досліджень** полягають у визначенні напрямків формування позитивного ставлення студентів до використання кіберспорту у процесі дозвіллевої діяльності.

#### Література

- 1.Бабенко Ю. А. Вільний час і дозвілля української молоді в умовах нової соціокультурної реальності / Ю. А. Бабенко. // Вісник НАКККіМ. – 2013. – №3. – С. 73–79.
- 2.Вагапова А. Р. Предпочитаемые формы досуга студенческой молодежи. / А. Р. Вагапова. // Известия Саратовского университета. – 2017. – №2. – С. 164–167.
- 3.Востоцька І. Ф. Система фізичного виховання студентів у закладах вищої освіти України та Польщі / І. Ф. Востоцька // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – 2019. – 10. – 201-210
- 4.Ірхіна Ю. Організація дозвілля студентів у вищих навчальних закладах України як проблема 21 століття / Ю. Ірхіна // Науковий вісник МНУ імені В.О. Сухомлинського. – 2016. – 2(65). – 107-111.
- 5.Максимовська Н. О. Трансформація сфери дозвілля в умовах інформаційного суспільства: соціально-педагогічний аспект. / Н. О. Максимовська, А. В. Вегеріна. // Науковий вісник Ужгородського національного університету. – 2019. – №1. – С. 106–110.
- 6.Паныч Р. Б. Формирование положительного отношения к киберспорту как спортивной дисциплине / Р.Б. Паныч, С.С. Петровский, Д.А. Огурцов // Педагогика. Вопросы теории и практики. – 2019. – 1. – 36-41.
- 7.Пугачева И.И. Важность спорта в экономике страны. Современные аспекты подготовки и профессиональной деятельности спортивного менеджера / И.И. Пугачева, З.В. Соломенная, Ф.Ф. Соломенный, Е.С. Булимина // Важность спорта в экономике страны. Современные аспекты подготовки и профессиональной деятельности спортивного менеджера : материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Малаховка: Московская государственная академия физической культуры, 2018. – С. 188-191.
- 8.Федоров Р.В. Социальная роль спорта в современной культуре. Физическое воспитание и студенческий спорт глазами студентов / Р.В. Федоров, Д.В. Седелков // Материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной 85-летию КНИТУ-КАИ. – Казань: Фолиант, 2016. – С. 738-740.
- 9.Фокин А. Киберспорт уравнивает возможности людей [Електронний ресурс] / А. Фокин – Режим доступу до ресурсу: [http://omskregion.info/news/49579-andrey\\_fokin\\_kybersport\\_uravnivaet\\_vozmozhnosti\\_lyu](http://omskregion.info/news/49579-andrey_fokin_kybersport_uravnivaet_vozmozhnosti_lyu).
10. Шинкарьова О. Визначення уподобань до дозвіллево-рекреаційної діяльності студентів вітчизняних та закордонних закладів вищої освіти. Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення. Матеріали XII Міжнар. наук.-практ. конференції; 2020 Квітень 23-24; Львів; 2020. С. 125-9.

#### Reference

- 1.Babenko Yu. A. Vilnyi chas i dozvillia ukrainsoi molodi v umovakh novoi sotsiokulturnoi realnosti / Yu. A. Babenko. // Visnyk NAKKKiM. – 2013. – №3. – S. 73–79.
- 2.Vagapova A. R. Predpochitaemye formy dosuga studencheskoy molodezhi. / A. R. Vagapova. // Izvestiya Saratovskogo universiteta. – 2017. – #2. – S. 164–167.
- 3.Vostotska I. F. Systema fizychnoho vykhovannia studentiv u zakladakh vyshchoi osvity Ukrainy ta Polshchi / I. F. Vostotska // Pedagogichni nauky: teoriia, istoriia, innovatsiini tekhnolohii. – 2019. – 10. – 201-210
- 4.Irkhina Yu. Orhanizatsiia dozvillia studentiv u vyshchikh navchalnykh zakladakh Ukrainy yak problema 21 stolittia / Yu. Irkhina // Naukovyi visnyk MNU imeni V.O. Sukhomlynskoho. – 2016. – 2(65). – 107-111.
- 5.Maksymovska N. O. Transformatsiia sfery dozvillia v umovakh informatsiinoho suspilstva: sotsialno-pedahohichni aspekt. / N. O. Maksymovska, A. V. Veherina. // Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. – 2019. – №1. – S. 106–110.
- 6.Panyich R. B. Formirovanie polozhitelnogo otnosheniya k kibersportu kak sportivnoy distsipline / R.B. Panyich, S.S. Petrovskiy, D.A. Ogurtsov // Pedagogika. Voprosy teorii i praktiki. – 2019. – 1. – 36-41.
- 7.Pugacheva I.I. Vazhnost sporta v ekonomike stranyi. Sovremennyye aspektyi podgotovki i professionalnoy deyatelnosti sportivnogo menedzhera / I.I. Pugacheva, Z.V. Solomennaya, F.F. Solomennyiy, E.S. Bulimina // Vazhnost sporta v ekonomike stranyi. Sovremennyye aspektyi podgotovki i professionalnoy deyatelnosti sportivnogo menedzhera : materialyi Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii s mezhhdunarodnyim uchastiem. – Malahovka: Moskovskaya gosudarstvennaya akademiya fizicheskoy kulturyi, 2018. – S. 188-191.
- 8.Fedorov R.V. Sotsialnaya rol sporta v sovremennoy kulture. Fizicheskoe vospitanie i studencheskiy sport glazami studentov / R.V. Fedorov, D.V. Sedelkov // Materialyi II Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii s mezhhdunarodnyim uchastiem, posvyaschennoy 85-letiyu KNITU-KAI. – Kazan: Foliant, 2016. – S. 738-740.
- 9.Fokin A. Kibersport uravnivaet vozmozhnosti lyudey [Elektronniy resurs] / A. Fokin – Rezhim dostupu do resursu: [http://omskregion.info/news/49579-andrey\\_fokin\\_kybersport\\_uravnivaet\\_vozmozhnosti\\_lyu](http://omskregion.info/news/49579-andrey_fokin_kybersport_uravnivaet_vozmozhnosti_lyu).
10. Шинкарьова О. Визначення уподобань до дозвіллево-рекреаційної діяльності студентів вітчизняних та закордонних закладів вищої освіти. Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення. Матеріали XII Міжнар. наук.-практ. конференції; 2020 Квітень 23-24; Львів; 2020. С. 125-9.