

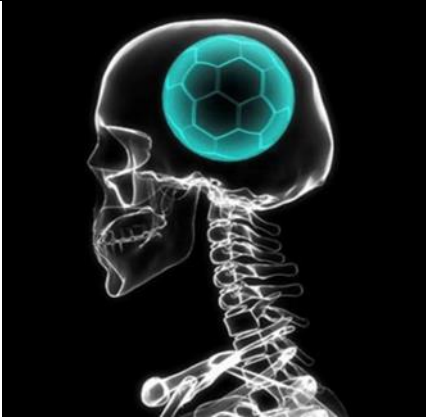
Тренування мозку		
Принципи побудови освітнього процесу тренерів		Філософія навчання-виховання інтелектуальних гравців
Цінність (новий досвід цінний) Активність Виклики Автентичність (теорія у практику) Відгуки (feedback) Співпраця		Пам'ять Увага Мислення Фантазія Креатив Рішення в ігровій ситуації Одночасне виконання більшої кількості дій

Рис. 2. Принципи побудови освітнього процесу тренерів та їх відображення у філософії спортивної підготовки.

Отже, реформування системи тренерської освіти за програмами С та D дипломів Української асоціації футболу спрямоване на покращення підготовки тренерських кадрів, запровадження філософії навчання інтелектуальному футболу. Враховуючи найкращі практики, програма покликана підняти рівень тренерської освіти та змінити менталітет викладацького складу, фокусуючись на якісній підготовці фахівців. Адже впровадження високих стандартів навчання тренерів у всіх регіональних футбольних асоціаціях покликано забезпечити зростання рівня як самих тренерів, так і, зрештою, футболістів та гри в цілому.

Список використаних джерел

1. Наумчук В. І. Основні положення підготовки тренерів в асоціації футболу Тернопільщини. Інноваційні підходи до процесу спортивного тренування: матеріали регіонального науково-практичного семінару (24 листопада 2023 р.). Тернопіль : ТАЙП, 2023. С. 121-127.
2. Новини УАФ. УАФ презентувала регіонам нову програму тренерської освіти С та D дипломів. *Офіційний сайт Української асоціації футболу*. URL: <https://uaf.ua/article/52713>
3. Робоча програма «D»-диплому УАФ. 2024. Київ. 28 с.
4. Робоча програма «С»-диплому УАФ. 2024. Київ. 44 с.

Огірко О.В., <https://orcid.org/000-0001-7563-6992>

ДУХОВНО-МОРАЛЬНІ АСПЕКТИ СУЧАСНОГО СПОРТУ

Львівський національний університет ветеринарної медицини та біотехнологій імені Степана Гжицького

Annotation. Spiritual and moral aspects of physical education of young people are relevant in modern times because deprivation of spirituality leads to growth of infidelity, lack of spirituality, immorality, crime, deceit, hatred. The task of the paper is to reveal the problems of interaction between the Church and the sport taking into account spiritual and moral development of youth. Aspects of physical education of youth were analysed and spiritual and moral approach of Christianity and the cooperation of educational institutions at the time of independence of Ukraine were taken

into account. The studies examined the concept of spiritual and moral education, the basic principles of formation of young people's spiritual lives. Roman aphorism says "Mens sana in corpore sano" (A sound mind in a sound body). Proposed value of spiritual and moral education is to help teachers integrate them into educational institutions and understand the requirements of the spiritual, moral education and personal responsibility in the transfer of their youth. We hope that the spiritual and moral education of our young people will comply with good moral conduct in everyday life and be faithful to God, Ukraine and Ukrainian people.

Keywords: spirituality, morality, physical education, sports, religion, church, body education, body, soul, spirit, perfection.

Історичний досвід різних народів свідчить: духовний розвиток індивіда та суспільства – це фундамент, на якому будується процвітаюча нація. Високі моральні цінності, закладені релігією та культурою, формують особистість, спонукаючи її до співчуття, доброти та відповідальності перед суспільством. Відсутність духовності призводить до деградації суспільства, поширення негативних явищ, таких як злочинність та соціальна нестабільність. Саме тому виховання духовності та моральності має бути пріоритетом сучасної освіти, допомагаючи молоді усвідомити свою роль у розвитку країни та формувати свідоме громадянське суспільство.

Спорт як один із різновидів фізичного виховання безпосередньо поєднується з релігією, яка завжди займалася питаннями духовно-морального виховання. Основною метою й функцією спорту є плекання гідності особи та гармонії людського тіла. Спорт зміцнює тіло, робить його здоровим і міцним. Щоб досягнути цієї мети, тіло мусить підпорядкуватися певній дисципліні. Спорт привчає людину до самоконтролю, учить бути відважним до небезпек. Спорт є школою патріотизму, відповідальності, відваги, солідарності, чесності, дружби, витривалості, взаємної підтримки, терпеливості, мудрості, мужності, стриманості, справедливості [4].

"Per aspera ad astra" – "Через терни до зірок" – навчає крилатий латинський вислів. Спорт сприяє здоровому способу життя, виробленню характеру, волі та цілісному розвитку особистості. Він здійснює вагомий внесок у мирному порозумінні між народами, релігіями, сприяє побудові, за словами святого папи Івана Павла II, цивілізації любові. Спорт не повинен ставати лише засобом комерціалізації, а бути універсальним засобом тілесного й духовного вдосконалення, морального зростання в природних і надприродних чеснотах.

Відомі спортсмени, чемпіони світу, такі як Девід Робінсон, Майкл Чанг, Джон Ванбісбрук, Марк Прайс, Кевін Джонсон, Мері Джо Фернандес (США), Джонатан Едвардс (Великобританія), Лусіо, Пауло Сержіо (Бразилія), Хуан Карлос Валерон (Іспанія), на перше місце у своєму житті ставлять духовні цінності та християнську мораль [3].

Одним із завдань спорту в системі освіти є виховання гармонійної та всесторонньо розвинутої особи. Це завдання є найскладнішим і відповідальним, виконання якого залежить від професійного рівня викладача фізичної культури та його особистісних якостей. У зв'язку з цим перед ним постає питання про розуміння всіх своїх функцій для виховання передусім здорового здобувача освіти із високими моральними й духовними принципами.

Основна мета фізичного виховання – сформувати гармонійно розвинену особистість, яка володіє не лише фізичною силою, а й має високі моральні якості та розуміє важливість здорового способу життя. Сучасне фізичне виховання спрямоване на формування ціннісного ставлення до фізичної активності. Молодь повинна усвідомити, що регулярні заняття спортом не лише зміцнюють здоров'я, а й сприяють розвитку волі, дисципліни, вміння працювати в команді та взаємодіяти з іншими людьми. Завдання фізичного виховання тісно пов'язані з такими цінностями, як гуманізм, толерантність та повага до інших.

Стан здоров'я сучасної української молоді викликає тривогу. Хронічні захворювання, такі як хвороби серця, гіпертензія, неврози та порушення опорно-рухового апарату, все частіше діагностуються у молодих людей. Ця тенденція потребує негайного реагування та комплексного підходу до зміцнення здоров'я підрастаючого покоління.

Одним із варіантів такого єднання зусиль могла б стати співпраця фізкультурних організацій і християнської церкви. Беручи до уваги той факт, що і християнство і фізична культура мають великий вплив на десятки мільйонів людей в Україні, у тому числі на дітей та молодь, мусимо визнати, що наше суспільство багато втрачає через відсутність їхньої тісної співпраці. А така співпраця могла б збагатити й була б корисною як для фізичної культури, яка через церковні організації залучала б усе більше молоді до занять фізичним вихованням, так і для Церкви, яка б через ці заняття долучала молодих людей до духовних цінностей [2].

Релігія все частіше набуває нового значення у світі спорту. В Україні це проявляється в освяченні спортивних споруд, використанні релігійних атрибутів спортсменами та організації спортивних заходів під егідою релігійних громад. Хоча такі ініціативи поки що носять радше спорадичний характер, вони свідчать про те, що релігія може стати додатковим джерелом мотивації та підтримки для спортсменів.

Загалом проблемі відносин спорту і духовності присвячено чимало наукових праць. Проте наукова думка бувшого радянського суспільства в більшості висвітлювала це питання необ'єктивно й упереджено, розглядаючи фізичну культуру насамперед як засіб атеїстичного виховання молоді. Зі здобуттям Україною незалежності та зміною ставлення до духовності активізувалася наукова робота щодо дослідження відносин фізичної культури й релігії та перспектив співпраці фізкультурних і релігійних організацій. Серед аспектів, які найбільше турбують і відштовхують церкву від активного залучення молоді до занять фізичною культурою, є так звані “негативні прояви спорту”. Дійсно, на сьогодні в спорті такі явища, як уживання допінгу, підкупи спортсменів і суддів, інші прояви “нечесної гри”, груба, агресивна поведінка спортсменів, яка в деяких видах спорту не лише не засуджується, а заохочується, мають повне право на осуд. Проте, на нашу думку, усі ці прояви характерні переважно для професійного спорту. У співпраці церковних і фізкультурних організацій мається на увазі насамперед розвиток масового, любительського, рекреаційного спорту та забезпечення за допомогою процесу фізичного виховання всестороннього й гармонійного фізичного розвитку молоді особи [5].

Іноді можна почути твердження, що спорт сприяє розвитку негативних рис характеру, таких як гордіня, марнославство та егоїзм. Однак ми вважаємо, що спорт радше виявляє вже існуючі в людині якості. Тобто, якщо людина схильна до негативних проявів, то в спортивних змаганнях це може стати більш очевидним. Спорт – це дзеркало, яке відображає наш внутрішній світ.

Ще однією рисою, яка властива переважно професійному спорту й спорту вищих досягнень, але яка турбує церкву та в деяких випадках механічно переноситься на весь спорт (масовий і рекреаційний) і фізичне виховання, є надмірний культ тіла. Слід погодитися, що досить часто в дитячому і юнацькому спорті можемо спостерігати, як тренери в гонитві за спортивним результатом забувають про морально-духовне виховання особи. Проте це тільки підтверджує необхідність єднання зусиль церкви й фізичної культури для виховання всебічно, гармонійно розвинутої особистості [2].

Зі сторони спортивної громадськості є також певне нерозуміння тієї ролі, яку могла б відіграти церква для фізичного виховання молоді. Однією з причин цього є думка, яка певний час поширювалася і в радянських наукових спортивних колах, і радянською пропагандою на більш масовому рівні про несумісність християнства та фізичного виховання з тої позиції, що християнство виключно негативно ставиться до тіла, вважаючи його чимось гріховним. Слід визнати, що на певних етапах історичного розвитку така думка дійсно була поширена серед певної частини ідеологів християнської церкви. Водночас в історії існує багато прикладів позитивного ставлення християнства до фізичного виховання. Зокрема, ще в III ст. Учитель церкви Климент Олександрійський говорив про користь занять гімнастикою чоловіками, котрі готуються до таїнства хрещення. Торкаючись теми спорту, він повчав: “Якщо цим заняттям (гімнастичним) віддаються без відхилення від справ більш важливих, то це прекрасно і недаремно... Одні можуть боротися, інші – грати у м'яч, особливо на свіжому повітрі. І усе-таки у всьому необхідно знати міру і мету”. Пімен Великий заявляв, що “ми не

вбивці тіла, а пристрастей людських”. Численні висловлювання апостола Павла також свідчать про позитивне ставлення християнської церкви до тіловиховання. Питання історико-філософських аспектів відносин фізичної культури й християнства ще потребує нового об’єктивного висвітлення [2].

На сьогодні ж християнська церква, безумовно, дбає про здоров’я та фізичний розвиток тіла людини. Турбота християнства про підтримання належного тілесного розвитку й здоров’я ґрунтується на декількох причинах.

Першою причиною християнської турботи про здоров’я та фізичний розвиток тіла є гідність людської особи. За християнством, людина походить від Бога. Вона створена “за образом і подобою Божою” (Бут. 1.26–27), тобто вона є своєрідним відображенням Бога. Виходячи з цього, християнство виступає проти гноблення нашого тіла, яке є відображенням Бога. Обов’язок піклуватися про розвиток свого тіла, про своє здоров’я в християнстві ґрунтується й на тому, що людина є власністю Бога. Як стверджував св. Павло, “Не належите самі собі”, “Вихвалайте Бога в тілі вашому і духу вашім, які є Божими” (1 Кор. 6.20). Отже, недбалість щодо власного здоров’я, фізичного розвитку свого тіла розцінюється в християнстві, як зневага до Бога [2].

Ще однією важливою причиною піклування про своє здоров’я й фізичний розвиток у християнстві є ідея тіла як храму Духа Святого. Святий Павло стверджував із цього приводу: “Чи не знаєте що тіло Ваше є храмом Духу Святого?” (1 Кор. 6.19). “Чи не знаєте, що є ви храм Божий і що Дух Божий живе у Вас?” (1 Кор. 3.16). Якщо тіло покликане виконувати функції храму Святого Духу, то повинне утримуватись у належному стані чистоти, фізичної сили й здоров’я; у протилежному ж випадку не тільки не зможе бути храмом людського духу, але також і храмом Духу Святого [5].

Наступною причиною християнської турботи про здоров’я і розвиток тіла є одна з десяти Заповідей Божих: “Не убий”. Традиційно вважають, що ця заповідь застерігає лише щодо вбивства іншої людини або щодо акту суїциду. Заповідь указує на її ставлення не лише до іншої людини, але й до себе самої. Порушенням цієї заповіді в християнстві вважається й надмірне вживання алкоголю, куріння, уживання наркотичних речовин, які розглядаються як чинники, що систематично нищать і деградують людину фізично, психічно, духовно та соціально. Дотримання цієї заповіді полягає не лише у відмежуванні від усього того, що могло б шкодити життю й здоров’ю людини, але й у піклуванні про розвиток цього життя та зміцнення здоров’я. Отже, із цієї позиції християнство не лише не заперечує спорт, а, навпаки, закликає його поширювати як засіб, який зміцнює здоров’я людини [2].

Важливою причиною християнської турботи про здоров’я нашого тіла є віра в Друге Пришествя Господа нашого Ісуса Христа, до якого, згідно з християнством, ще слід приготуватися. Приготування ці повинні охоплювати всі складові частини людини – дух, душу й тіло, тобто тіло до того моменту повинно бути в належному стані.

Отже, ці чотири позиції свідчать про позитивне ставлення християнства до сучасного спорту (не професійного!), які, безумовно, зміцнюють здоров’я та покращують фізичний розвиток людини. Фізичне виховання вимагає повного розвитку тіла й духу (здоровий дух у здоровому тілі!).

Здоров’я, фізичний розвиток, зміцнення, формування тіла так само важливі, як ті ж властивості, що стосуються душі, тому що одне неможливе без другого. Не лише розвиток пізнавальної діяльності, а й розвиток емоційної та вольової схеми, свіжість і жвавість почуттів, сили духу, твердість рішень, одним словом, усе утворення характеру значною мірою залежить від фізичних властивостей індивідуума [9].

Відродження національних традицій гармонійного виховання людини, зокрема фізичного виховання, вимагає глибокого теоретичного обґрунтування, що допоможе створити дієву систему тіловиховання. Унікальне місце серед українських педагогів посідає професор Григорій Ващенко. Він відомий як видатний педагог-мислитель, психолог, політик, але значно менше – як послідовник ідей Івана Боберського, як теоретик фізичного виховання, як творець національної системи тіловиховання.

Працюючи над засадами фізичного виховання, Г. Ващенко прагнув довести до широкого загалу українців необхідність “виховання сили духу й тіла” з метою розв’язання глобальних завдань, які ставить перед українським народом історія. До них віднесене відродження незалежності України та розбудова її господарства й духовної культури. Коли перше можна вважати виконаним, то друге, тобто “виховання сили духу і тіла” – лише в процесі розв’язання. Г. Ващенко підходив до “тіловиховання, як до засобу виховання волі й характеру”. Він дослідив системи фізичного виховання, що їх “виробили культурні народи старого й нового часу”. Розуміючи, що кожна з цих систем може мати і позитивні, і негативні впливи, учений радить творчо використовувати це при опрацюванні української національної системи [1].

Аспекти фізичного виховання, які висвітлені в педагогічній спадщині Г. Ващенка, актуальні й нині при розв’язанні багатьох питань творення дієвої системи гармонійного розвитку людини - патріота. Творчі доробки наших педагогів допомагають розв’язати завдання, які сформулював Г. Ващенко: “розбудова господарства, духовної культури України і виховання людини, яка міцна духом і тілом, але такої, щоб у неї дух панував над тілом”. У цьому – основний сенс тіловиховання [7].

Християнська церква завжди цікавилася й піклувалася духовно-моральними принципами фізичного виховання. Ще Папа Пій XII (1939–1952) так висловився про значення спорту та фізичного виховання для розвитку людини: “Усе, що стосується фізичних вправ, спорту, змагань і суперництва, цікавить і приваблює сучасну молодь. Молоді християни, проте, також знають, що прагнення до інтелектуального світла, поступ до невідомого, інколи навіть і крутого духовного шляху-відкриття, прагнення добра й святості є набагато кращими, шляхетнішими й хвилюючими, бо знання та чесноти душі домінують над силою м’язів та швидкоплинною спритністю натренованого тіла” [7].

Гарна будова тіла, що супроводжує й прикрашає молодість у її розквіті, не зменшується та не принижується, а, радше, вивищується й ушляхетнюється пориванням до релігійної культури та християнських чеснот, які приборкують пристрасті.

Дорікати церкві, що вона, мовляв, не дбає про тіло й розвиток фізичної культури, є так само далеким від правди, як і намагатись обмежити діяльність церкви “суто релігійними” та “суто духовними” справами. Начебто людське тіло – таке ж Боже творіння, як і душа, із якою воно з’єднане, – не мало би мати своєї частки в прославі Творця. “Чи ви, отже, їсте, чи п’єте, чи що-небудь робите, усе робіть на славу Божу!” (1 Кор. 10.31). Отже, святий Павло говорив про фізичну діяльність – спорт, який треба розуміти під словами “чи що-небудь робите”. Фізичне виховання в християнському розумінні має безпосередньо поєднуватись із християнською мораллю.

Церква завжди уважно й дбайливо ставилася до фізичного виховання, на відміну від матеріалізму з його культом ідолопоклонства. І це природно: матеріалізм убачає у фізичному вихованні лише матеріальний бік – плоть – м’язи, сила та краса яких розквітають тільки на короткий період людського життя – молодість, щоби потім зів’язати й умерти, наче трава в полі. Цілком інше пропонує християнська концепція. Людське тіло є Божим архитвором і вершиною Його видимого творіння. Господь призначив людському тілові цвісти на землі, щоб воно розвивалося для безсмертя в славі неба. Бог удихнув у матеріальне тіло Дух життя, тобто зробив їх одним цілим дочасної людської природи, аби людська душа могла втішатися дивами Божих творінь і вбачати в них, наче в дзеркалі, спільного Творця, а також Його пізнавати. Його прославляти та Його любити! То не Господь, а тільки людський гріх зробив тіло людини смертним; тільки через гріх тіло, що постало із праху, одного дня знову обернеться в прах. Проте Господь воскресить його й знову покличе до життя. Отже, незважаючи на те, що людське тіло повернеться до праху-пилу, церква поважає й шанує його з огляду на прийдешнє воскресіння [7].

У духовно-моральному розумінні основна функція та мета спорту – плекання гідності особи й гармонії людського тіла. Поміркований і свідомий, спорт зміцнює тіло, робить його здоровим, свіжим та міцним. Але, щоб досягти цієї мети, тіло мусить підпорядковуватися

суворій, часто твердій дисципліні, яка опановує його: постійний тренінг, опірність до болю, звичка стриманості й суворой розважливості – це обов’язкові умови для кожного, хто хоче здобути перемогу. Спорт – ефективний антипод розніженого життя; він збуджує смисл порядку та привчає людину до самокритики й самоконтролю, учить зневажати небезпеку, відкидати самовихвалання та боягузтво.

Отож, спорт виходить поза межі суто фізичної сили, щоби провадити нас через моральну силу й велич. Від принципу “справедливої гри” беруть початок ті лицарські та шляхетні змагання, які вивищують дух над ницим шахрайством і витівками вразливої, мстивої суєти. Спорт – це школа лояльності й вірності, відваги та терпимості, рішучості й універсального братерства. Усі ці природні чесноти творять основу надприродних чеснот і вчать людину не уникати навіть найбільшої відповідальності [7].

Наражати тіло на здорову втому, щоб розум міг відпочити та приготуватися до нових завдань, загострювати відчуття, щоб інтенсивніше розвивати інтелектуальні здібності, тренувати м’язи й звикати до фізичних зусиль, щоб виробити характер і формувати сильну та гнучку, немов сталь, волю, – ось якою була ідея спорту, сформульована священником-альпіністом. У такому розумінні спорт – не самоціль, а лише засіб. Отже, спорт мусить підпорядкуватися меті досконалого та врівноваженого формування людини – особистості, яку спорт навчив радісно й охоче виконувати свої обов’язки в праці й у родинному житті.

Спорт мусить служити не тільки здоровому способу життя та активній і корисній суспільній діяльності, а й Богові. Отож спорт, побудований на християнському світобаченні, спонукає людей скеровувати свої фізичні зусилля та моральні чесноти, які він розвиває саме для досягнення такої мети. Якщо невіруюча людина звикла підпорядковуватися суворому режимові спортивного розпорядку тільки для того, щоби здобути короткотривалі лаври переможця, то християнин підпорядковується для вищої мети – вічної нагороди. Першочергова мета спорту – удосконалюватися, змагатись у вправності з іншими, прославляти себе своєю довершеністю (у цьому нема нічого поганого) і досягти певного рівня й місця (бажано найвищого) там, де змагаються за приз. “Хіба не знаєте, що ті, які біжать на перегонах, біжать усі, але лиш один бере нагороду? Біжіть так, щоб її осягнути!” (1 Кор. 9.24). Тобто слід жити так, щоб осягнути нагороду – Царство небесне [5].

Основну ідею спорту – ідею досконалої людини – маємо спроектувати на суспільне життя, бо ця ідея пріоритетна не лише в спорті, а й у релігіях і філософсько-етичних поглядах різних народів та епох. Згадаймо слова Ісуса Христа: “Тож будьте досконалі, як Отець ваш небесний досконалий” (Мт. 5.48). Хіба це не визнання великого призначення людини, яка в перспективі здатна стати сином, тобто уподібнитися до самого Бога, а значить – стати його спадкоємцем? Цю думку простежуємо в Новому Завіті, зокрема в посланнях апостола Павла. Отже, досконалість – головна мета, основна цінність не тільки буття земного, а й небесного.

Християнська система духовно-морального вдосконалення людини, яку Церква реалізовує па практиці впродовж століть, була і є гарантом такого вдосконалення й формування особистості. Релігія та спорт удосконалюють і формують людину в її духовно-тілесній іпостасі. Це два виховні процеси, які взаємно доповнюють одне одного. Тому й роботу щодо гармонізації та формування особистості відповідні інституції повинні провадити узгоджено, у комплексі; і ця діяльність не може бути суперечливою) як за своєю суттю, так і за формою. Отже, потрібна співпраця, координація й контакти Церкви з представниками спорту та громадськими просвітницькими організаціями. Мусимо відкинути тезу про уярмлення духа й користь тіла чи навпаки. Гармонізація у формуванні нової особистості – ось що потрібно плекати в нашої молоді. Протиставлення між тілом і духом – неправомірне та шкідливе, бо в процесі плекання нової людини воно провадить до псевдодуалізму й дисгармонії.

Спортивні заходи бажано приурочувати до наших релігійних та національних свят. Отож, фізкультура й спорт не можуть повноцінно виконувати свою виховну місію в суспільстві без християнської духовності. За християнською концепцією, людське тіло є

Божим творінням і призначене “цвісти на землі для безсмертя у славі неба”. Тому церковні та спортивні організації мають творчо співпрацювати, щоби плекати гармонійну особистість [7].

Структура виховного процесу засобами духовно-морального й фізичного формування молоді має такий вигляд: вибір мети формування коротко- та довготермінових цілей; вибір відповідних засобів фізичного виховання; вибір відповідних прийомів духовного-морального виховання; визначення способу виконання вправ; визначення оптимального способу відпочинку.

Отже, поєднання фізичних вправ з морально-духовним розвитком є ефективним шляхом до формування здорової та гармонійної особистості. Дотримання відповідних рекомендацій дозволить молоді не лише покращити фізичні показники, а й розвинути такі важливі якості, як дисциплінованість, наполегливість та повага до себе і оточуючих.

Список використаних джерел

1. Ващенко Г. Тіловиховання як засіб виховання волі і характеру. Львів : Укр. Технології, 2001. 56 с.
2. Зайдовий П. В. Актуальні проблеми співпраці фізкультурних і релігійних організацій у фізичному вихованні молоді (ідейно-філософський аспект). Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. № 10. Харків ; Донецьк, 2005. С. 80–82.
3. Найбільша перемога. Євангелія від Івана за свідченням відомих спортсменів. К.: 2002. 72 с.
4. Огірко О. В. Релігійно-етичні засади спорту. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. № 10. Харків ; Донецьк, 2005. С. 220–224.
5. Огірко І., Огірко О. Духовно-моральні аспекти фізичного виховання. Історичні, філософські, правові й організаційні проблеми фізичної культури. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: збірник наукових праць. № 2 (18), Луцьк. 2012. С. 21-27.
6. Окопний А. Тіловиховання у творчій спадщині Г. Ващенка. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Луцьк, 1999. С. 70–73.
7. Церква і спорт на шляху до співпраці. Галицька видавнича спілка. Львів : 2003. 48 с.
8. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання. Ч. 1. Тернопіль : Навч. кн. Богдан, 2001. 272 с.

Петрица П. М.¹, <https://orcid.org/0000-0003-0009-8805>

Скобляк П. І.²

ГРАМОТНОСТІ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ ДЛЯ ЗБЕРЕЖЕННЯ ТА ПІДТРИМАННЯ ВИСОКОГО РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ

¹ *Тернопільський національний педагогічний університет ім. В.Гнатюка*

² *Тернопільська обласна клінічна психоневрологічна лікарня*

Annotation. The article reveals the importance of literacy in physical culture as a basis for maintaining a high level of physical activity. The role of innovative approaches to creating incentives for the development of physical culture among different age groups is substantiated.

Keywords: literacy in physical culture, physical activity.

У сучасному світі питання збереження та підтримки фізичної активності стає особливо актуальним у рамках здоров'я нації. Громадяни зіштовхуються зі стильними проблемами: гіподинамія, стрес, погіршення психологічного стану, що перетворюються на сумні