



З нами - наша історія!

Мелітопольські краєзнавчі читання



**IV відкрита регіональна
науково-практична
конференція**

Абдураман А.Ш., Донець І.А., Ушаков В.С., Суханова Г.П.

Мелітопольський державний педагогічний університет ім. Б. Хмельницького

**МІСЦЕ ТА ЗНАЧЕННЯ ТЕРИТОРІЙ ПРИРОДНО-
ЗАПОВІДНОГО ФОНДУ МІСТА МЕЛІТОПОЛЬ ТА
МЕЛІТОПОЛЬСЬКОГО РАЙОНУ У ФІЗИЧНІЙ РЕКРЕАЦІЇ
СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

У сучасний період розвитку суспільства можна відзначити ряд проблемних ситуацій, які умовно можна розділити на громадський і індивідуальний рівень. На громадському рівні складність полягає в тому, є висока потреба суспільства в розвитку здорової нації, але хід розвитку соціуму і погіршенні стану екології веде до погіршення здоров'я громадян [5,с.70-74; 9,с.202-209].

На індивідуальному рівні протиріччя лежать між потребою людини в активному відпочинку, відновленні сил і низьку мотивацію фізичної активності, низьким рівнем знань основ фізичної культури, доступністю і ефективним оздоровчим впливом багатьох фізичних вправ [7,с.109-112].

Величезна роль фізичної культури, як частини культури суспільства має велике значення в справі культурного і морального виховання студентської молоді. Останнім часом робиться ряд спроб дослідження фізичної рекреації як складного соціального явища в суспільному житті країни [8].

Цікаво відзначити, що з латинської «*Rekreatio*» означає повертати здоров'я, сили. У сучасному розумінні рекреація – відновлення сил, освіження, розвага, відпочинок, зміна [8]. Існує два види рекреації: фізична (рухова), яка пов'язана з виконанням фізичних вправ і інтелектуальна, що припускає визначені розумові розваги.

Фізична рекреація як вид фізичної культури увійшла в життя студентської молоді в різних термінах і поняттях, що характеризують її окремі сторони: «масова фізична культура», «оздоровча», «масовий спорт», «активний відпочинок» та ін. В процесі вивчення суті фізична рекреація

встановлено, що в дійсності вона охоплює зміст усіх зазначених вище термінів. Однак до теперішнього часу серед вчених немає єдиної думки про суть фізичної рекреації [8].

Фізична рекреація дозволяє студентській молоді задовольняти потреби, інтереси, мотиви в емоційному активному відпочинку, раціональному використанні вільного часу. Вона задовольняє групові та індивідуальні потреби молоді в нерегламентованій, щодо вільної формою рухової активності, адекватної їх суб'єктивним можливостям, сприяючи при цьому нормальному функціонуванню організму шляхом створення оптимального фізичного стану. Активний відпочинок людини позитивно впливає на рівень інтелекту, завдяки підвищенню працездатності нервової системи і стійкості її до різних навантажень.

Території природно-заповідного фонду України в місті Мелітополь та Мелітопольському районі мають значний рекреаційний потенціал для проведення фізичної рекреації студентської молоді [4,6].

Рекреаційне природокористування на об'єктах та територіях ПЗФ відображається в короткочасній рекреаційній діяльності в межах міста, приміської зони та Мелітопольському адміністративному районі. Важлива роль в розміщенні місць короткочасного відпочинку належить транспортній доступності, ступеню атрактивності та охоронності території, пристосованості території до проведення занять фізичною рекреацією та ін. [4,с.51-50].

В теплу пору року найбільш відвідується заказник загальнодержавного значення Старобердянське лісництво, де проводиться прогулянкова та спортивна, промислово-прогулянкова, купально-пляжна, водноспортивна, водно-прогулянкова, мисливська, риболовецька рекреація [6,с.15-18].

Цілорічна рекреаційна діяльність мешканців міста проводиться в парках пам'ятках садово-паркового мистецтва різного рівня: парк культури та відпочинку ім. Горького, парк Інституту зрошувального садівництва, парк поблизу залізничної станції, «Цілющі джерела» (с. Терпіння) та

новостворений в м. Мелітополь парка-пам'ятника садово-паркового мистецтва місцевого значення «Студентський гай» площею 0,3872 га. Тут проводиться прогулянкова, спортивно-оздоровча рекреація, яка має різновіковий характер та сезонність відвідування. Викладачами кафедри теорії і методики фізичного виховання і спортивних дисциплін Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького на алеях парка-пам'ятки садово-паркового мистецтва загальнодержавного значення «Парк культури і відпочинку ім. М. Горького» щорічно організуються осінній та весняний легкоатлетичний пробіг, проводяться товаристські зустрічі з баскетболу, футболу, тенісу [3,с.188-190].

Пам'ятка природи загальнодержавного значення «Кам'яна Могила над р. Молочна» являється важливим екскурсійно-туристичним центром Мелітопольського району та всієї області в цілому. Пам'ятки природи місцевого значення Дуб Патріарх в с. Терпіння та Дуби черешчаті являються місцем відпочинку місцевого населення в святкові та вихідні дні. Місцеві заказники являються об'єктами краєзнавчого туризму.

В Мелітопольському районі, як і по всій Запорізькій області в цілому, гостро стоїть проблема збереження об'єктів ПЗФ, що пов'язана в основному з недостатньою організацією на місцях забезпечення охоронного режиму та надмірного безконтрольного їх використання, в тому числі і рекреаційного. Це ставить під загрозу існування таких об'єктів взагалі [1,с.9-13].

Таким чином, вдосконалення процесу управління рекреаційною руховою активністю студентської молоді, є однією з актуальних проблем дослідження в теорії і методиці фізичної культури. Її рішення буде сприяти зняттю психологічної напруги в навчально-виховному процесі, поліпшення особистісних якостей, морфо-функціональних показників, підвищенню рівня здоров'я студентів [2,с.112-113; 10,с.108-109].

Джерела та література

1. Абдураман А.Ш. Особливості рекреаційного природокористування в межах об'єктів природно-заповідного фонду

Запорізької області / А.Ш. Абдураман, О.В. Котова, О.В. Непша, Г.П. Суханова, В.С. Ушаков // Регіональні проблеми України: географічний аналіз та пошук шляхів вирішення. Зб. наук. праць. – Херсон: П.П. Вишемирський, 2011. – С. 9-13.

2. Абдураман А.Ш. Здоров'я як потреба студентської молоді / А.Ш. Абдураман // Регіональні проблеми розвитку приморських територій: теорія і практика// Збірник наукових праць. Матеріали Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції. –Мелітополь, 2014. – С.112-113.

3. Абдураман А.Ш. Здоров'язберігаючі технології в роботі Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького / А.Ш. Абдураман, М.В. Купреєнко, О.В. Непша, А.А. Проценко, В.С. Ушаков // Алексєєвські краєзнавчі читання: Матеріали регіональної наук.-практ. конф., присвяченої 100-річчю А.А. Хижняка / Відп. ред. В.П. Воровка. – Мелітополь: Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького, 2015. – С.188-190.

4. Арсененко І.А. Природні туристичні ресурси як важливий чинник розвитку туризму в Запорізькому регіоні / І.А. Арсененко, Л.М. Донченко, І.А. Донець // International Scientific and Practical Conference World science. – Том 4. – № 12 (28). – Dubai: ROST, 2017. – С. 41-50.

5. Гришко С.В. Сучасний стан атмосферного повітря м. Запоріжжя на його вплив на здоров'я городян / С.В. Гришко, О.В. Непша, М.М. Стецишин // Збірник статей, тез і доповідей Всеукраїнської науково-практичної конференції «Філософія здоров'я – здоровий спосіб життя – здорова нація». – Херсон: ДВНЗ «ХДАУ», 2018. – С.70-74.

6. Донець І.А. Туристсько-рекреаційний потенціал Мелітопольського району Запорізької області / І.А. Донець, В.М. Іванова, А.І. Кондратенко, О.В. Непша, М.М. Стецишин // Сучасні проблеми та перспективи розвитку туристичної галузі: збірник наукових праць. – Одеса: КУПРІЄНКО СВ, 2017. – С.15-18.

7. Карабанов Є. Фізична культура як складова здорового способу життя / Є. Карабанов, А. Єфремов, А. Керімов, Є. Лічний // Формування стратегій міжкультурної комунікації особистості учня в онтогенезі: від методики до методології: тези Міжнар. наук.-практ. конф.(13-14 вересня 2018 р.). – Мелітополь: ФОП Однорог Т.В., 2018. – С.109-112.

8. Круцевич Т.Ю. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення: навч.посібник / Т.Ю. Круцевич, Г.В. Безверхня. – К.: Олімп. л-ра, 2010. – 370 с.

9. Прохорова Л.А. Якість поверхневих та підземних вод Запорізької області та її вплив на здоров'я населення / Л.А. Прохорова, О.В. Непша, Т.В. Зав'ялова // Збірник статей, тез і доповідей Всеукраїнської науково-практичної конференції «Філософія здоров'я – здоровий спосіб життя – здорова нація». – Херсон: ДВНЗ «ХДАУ», 2018. – С.202-209.

10. Ушаков В.С. Шляхи формування фізичної культури особистості студентів вищих навчальних закладів / В.С. Ушаков // Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку: матеріали II Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф.(25-26 квітня 2018 року). – Том 2. – Бердянськ: БДПУ, 2018. – С.108-109.