

---

# ЭКСПЕРТНАЯ ОЦЕНКА ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ПРОВЕДЕНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ

---

*<sup>1</sup>Татьяна Имас, <sup>2</sup>Людмила Погасий*

**Резюме.** Подано результати експертного оцінювання організаційно-методичних умов проведення фізкультурно-оздоровчих занять. Для досягнення поставленої мети було здійснено аналіз спеціальної науково-методичної літератури, соціологічні методи дослідження, методи статистичної обробки даних. В експертному оцінюванні взяли участь 47 інструкторів, що працюють із фізкультурно-оздоровчими групами різного віку. Стаж роботи експертів — від 2 до 25 років, усі мають вищу спеціальну освіту. Визначено найбільш важливі положення організаційно-методичного забезпечення практичної діяльності інструкторів фізкультурно-оздоровчих занять, які включали оцінку за відношення практиків до організації фізкультурно-оздоровчих занять, умовам комплектування груп, плануванню змісту занять, структурі й змісту документів планування й обліку, форм підвищення кваліфікації. Аналіз експертних аркушів опитування працівників сфери надання фізкультурно-оздоровчих послуг дозволяє зробити висновки про оптимальне організаційно-методичне забезпечення фізкультурно-оздоровчих послуг і слабкі сторони методичної підготовленості деяких фахівців, які надають ці послуги.

**Ключові слова:** фізкультурно-оздоровчі послуги, організаційно-методичні умови, експертна оцінка.

**Summary.** The paper presents results of expert evaluation of organizational and methodological conditions for health and fitness classes. To address the objective, analysis of special scientific and methodological literature was performed, methods of sociological research, and statistical methods were applied. Forty seven instructors leading sports and recreation groups of all age categories took part in the peer review. The work experience range of experts was from 2 to 25 years, all of them had higher special education. There were determined the most important principles of organizational and methodological support for practical activity of instructors of health and fitness classes, which included evaluation of practitioners attitude to organization of health and fitness classes, terms of group formation, planning of maintenance activities, the structure and content of documents for planning and accounting, forms of professional improvement. Analysis of expert survey sheets of professionals employed in health and fitness services allows to draw conclusions about the optimal organizational methods of health and fitness services, and methodological weaknesses in preparedness of some professionals providing these services.

**Key words:** health, and fitness services, organizational, and methodological conditions, expert evaluation.

**Постановка проблеми. Анализ последних исследований и публикаций.** Одной из задач Национальной доктрины развития физической культуры и спорта является усовершенствование форм привлечения разных групп населения к регулярным и полноценным физкультурно-оздоровительным занятиям (ФОЗ), а также содействие распространению клубной системы в сфере физической культуры и спорта [7].

Оценке организационно-методических условий проведения ФОЗ посвящено большое количество научных трудов. В этом направлении проводили исследования Л. Я. Иващенко, А. Л. Благий, Ю. П. Мичуда, Т. Ю. Круцевич, О. В. Андреева, К. Г. Пацалюк, В. В. Левицкий и др. [1, 2–6, 8]. Согласно изучению опыта практической работы физкультурно-оздоровительных центров, структура методического обеспечения оказания физкультурно-оздоровительных услуг (ФОР) населению должна базироваться на учете: потребностей, мотивов и интересов клиентов; медицинской диагностике их физического состояния; соответствия индивидуальных и групповых программ

занятий целям и состоянию здоровья клиентов; квалификации педагогического персонала; современных научных знаний в области оздоровительной физической культуры. Среди представленных условий значимое место занимают организационно-методические подходы к построению занятий физкультурно-оздоровительной направленности. Однако, на наш взгляд, данная проблема в настоящее время изучена недостаточно, что обуславливает актуальность нашего исследования.

Исследование проведено согласно темы 3.1 Сводного плана НИР в сфере физической культуры и спорта на 2011–2015 гг. Министерства Украины по делам семьи, молодежи и спорта «Усовершенствование программно-нормативных основ физического воспитания в учебных заведениях» (номер госрегистрации 0111U001735).

**Цель исследования** — осуществить экспертную оценку организационно-методических условий проведения физкультурно-оздоровительных занятий с различными группами населения.

**Методы и организация исследования:** социологические, анализ специальной научно-мето-

дической литературы, статистическая обработка данных.

В экспертной оценке приняли участия 47 инструкторов, работающих с физкультурно-оздоровительными группами (ФОГ) различного возраста. Стаж работы экспертов от 2 до 25 лет, из них — 23 мужчины и 24 женщины, все имеют высшее специальное образование. Оценка значимости каждого положения определялась от 0 до 5 баллов.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Для выявления наиболее важных положений методического обеспечения практической деятельности фитнес-тренеров, инструкторов ФОГ, преподавателей, проводящих оздоровительные занятия на базе отдельных видов спорта, была проведена экспертная оценка их мнения по шестнадцати базовым вопросам. Эти вопросы включали отношение практиков к организации ФОЗ, условиям комплектования групп, планированию содержания занятий, структуре и содержанию документов планирования и учета, форм повышения квалификации.

При оценке организационных условий проведения занятий необходимость опроса клиентов для выяснения их потребностей, мотивов и интересов была оценена в 4 балла ( $S_x = 1,13$ ), причем максимальную значимость (5 баллов) этому положению дали 58 % экспертов-женщин и 43 % мужчин. Женщины-фитнес-тренеры в большей степени дифференцируют цели ФОЗ с женским контингентом, чем мужчины (табл. 1). Необходимость первичной медицинской диагностики подтверждают эксперты своей оценкой в  $4,3 \pm 1,1$  балла. Оценкой в 5 баллов оценили значимость определения исходного состояния физического здоровья клиента 79 % женщин и 56 % мужчин экспертов.

Не все фитнес-тренеры считают, что необходимо заполнять индивидуальную карту клиента (оценка  $3,4 \pm 1,1$  балла), максимальный балл (5) поставили 39 % мужчин и 29 % женщин. Вероятно, это связано с тем, что в опросе принимали участие не только тренеры, работающие в фитнес-центрах, но и в спорткомплексах вузов, где отсутствует должное организационно-методическое обеспечение ФОЗ и учет клиентов.

Определение цели занятий и его направленности эксперты оценивают в 4,2 балла. При этом отмечается некоторая несогласованность в мнении одного и того же эксперта. Оценивая в 3 балла необходимость выяснения мотивов и интересов клиентов, в получении ФОРУ, в 5 баллов оценивается необходимость определения цели занятий. Каким же образом тренер получит информацию о намерениях клиента, если не проведет опрос?

Востребованной становится индивидуальная программа ФОЗ. Все эксперты оценивают ее значимость (4,3 балла), максимальный балл выста-

вили 67 % женщин и 49 % мужчин. Низкая востребованность индивидуальных программ занятий отмечается в плавании и зимних видах спорта.

Необходимость обучения клиента методам самоконтроля в процессе ФОЗ эксперты оценивают в 4 балла. Обращает внимание распределение оценок этого важнейшего методического условия проведения ФОЗ, выставленных экспертами. Максимальный балл выставили 42 % и низкий балл (3 и ниже) — 25 % экспертов, среди них есть и тренеры в тренажерном зале, в плавании и зимних видах спорта, что свидетельствует о необходимости повышения их квалификации и введения периодической аттестации их профессионального уровня.

Для самоконтроля физического состояния (3,5 балла) занимающихся в ФОГ необходимо вести дневник. Так, 38 % экспертов считают ведение такого дневника нецелесообразным (оценка от 0 до 3 баллов) и только 17 % максимально оценивают его значимость для определения эффективности ФОЗ. При отсутствии кабинета функциональной диагностики в фитнес-центре или спортивном комплексе большинство экспертов считают, что необходимо один раз в полгода клиентам проходить медицинский осмотр в поликлинике (3,4 балла). Меньшее количество склонно считать, что достаточно осуществлять такой контроль один раз в год (2,8 балла).

Формирование ФОГ, с точки зрения экспертов, целесообразно проводить с учетом уровня физической подготовленности клиентов ( $4,3 \pm 0,7$  балла), при этом наблюдается наибольшая согласованность их мнений. На II месте по рейтингу оценок разделение групп по уровню физического состояния (4,2 балла) и цели занятости (4,2 балла). Не исключают возможность формирования групп занимающихся по возрастным декадам (21—30 лет, 31—40 лет, 41—50 лет, 51—60 лет), оценивая это положение в 3,4 балла. В меньшей степени приемлемым считают организацию групп по возрастным периодам (I зрелый возраст — 21—35 лет, II зрелый возраст — 36—55, 60 лет), оценка 1,8 балла, что, по их мнению, является слишком большим возрастным диапазоном и отмечаются значительные отличия в физическом состоянии клиентов внутри группы.

Расчет коэффициента конкордации, который отражает согласованность мнений экспертов (W) равен 0,876, что является достаточным для экспертной оценки группы вопросов, представленных в таблице 1.

Следующие вопросы касались структуры и содержания рабочей программы ФОЗ по виду спорта на год (табл. 2).

В целом необходимость такого документа планирования ФОЗ эксперты оценили в 3,6 балла, однако затем достаточно высоко оценивают обя-

зательные разделы программы и их содержание. 28% экспертов убеждены в необходимости рабочей программы на 5 баллов, 32% — выставили 4 балла, а 40% — от 0 до 3 баллов. Низко оценива-

ют необходимость составления рабочей программы ФОЗ некоторые тренеры по плаванию, инструктора тренажерного зала и тренеры по сноубордingu. Это свидетельствует о том, что отмена

**Таблица 1** — Экспертная оценка организационных условий проведения физкультурно-оздоровительных занятий, балл

Содержание вопроса	Σ	х̄ балл	Sx̄
Необходимость опроса клиентов для выяснения их потребностей, мотивов и интересов	187	4	1,1
Необходимость первичной медицинской диагностики физического состояния клиента	204	4,3	1,1
Наличие индивидуальной карты клиента	160	3,4	1,1
Определение цели ФОЗ и его направленности	197	4,2	1,1
Составление индивидуальной программы ФОЗ	204	4,3	1,1
Определение методов самоконтроля физического состояния и его периодичности	187	4	1,1
Ведение дневника самоконтроля физического состояния клиента	165	3,5	1,1
Медицинский контроль состояния клиента в поликлинике (при отсутствии кабинета функциональной диагностики):			
• один раз в полгода	161	3,4	1,1
• один раз в год	130	2,8	1,1
Формирование физкультурно-оздоровительной группы занимающихся с учетом:	201	4,3	0,7
• уровня физической подготовленности	196	4,2	1,1
• уровня физического состояния	124	2,6	1,1
• гендерных особенностей	159	3,4	1,1
• возрастной группы по декадам	86	1,8	1,1
• возрастной группы по периодам	196	4,2	1,1
• цели занятий			

**Таблица 2** — Экспертная оценка структуры рабочей программы физкультурно-оздоровительных занятий по виду спорта, балл

Содержание вопроса	Σ	х̄ балл	Sx̄
Необходимость составления рабочей программы на год	170	3,6	1,1
В структуре рабочей программы должны присутствовать следующие разделы:			
• цель и задачи занятия	217	4,6	0,7
• методы диагностики физического состояния занимающихся	185	3,9	1,1
• формы организации занятий	188	4	1,1
• двигательный режим: количество занятий в неделю	206	4,4	0,4
• длительность занятий	204	4,3	1,1
• виды физических упражнений их соотношение в:			
— микроциклах	170	3,6	1,1
— мезоциклах	154	3,3	1,1
— макроциклах	158	3,4	1,1
• объем физических упражнений	184	3,9	1,1
• интенсивность физических упражнений	195	4,1	0,9
• интервалы отдыха	206	4,4	0,9
• виды и методы врачебно-педагогического контроля на ФОЗ:			
— оперативный	164	3,5	1,1
— текущий	176	3,7	1,1
— этапный	180	3,8	1,1
— итоговый	184	3,9	1,1
• способы восстановления после занятий	193	4,1	1,1
• критерии эффективности ФОЗ	195	4,1	1,1
• требования к занимающимся; медицинские	188	4	1,1
• санитарно-гигиенические	173	3,7	1,1
• образовательные	140	3	1,1
• расчет часов программного теоретического и практического материала в виде таблицы	149	3,2	1,1
• структура тренировочного занятия	180	3,8	1,1

лицензирования хозяйственной деятельности в сфере физической культуры и спорта существенно повлияла на эффективность и безопасность проведения ФОЗ, т.к. около 40% тренеров не желают планировать свою работу в ФОГ, а значит и подбирать средства и методы ФОЗ адекватные физическому состоянию занимающихся.

Оценивая структуру рабочей программы, необходимость раскрытия цели и задач ФОЗ, эксперты единодушно выставляют высокий балл ( $4,6 \pm 0,7$  балла). Несколько ниже оценивается необходимость описания в рабочей программе методов диагностики физического состояния занимающихся —  $3,9 \pm 1,1$  балла. Указание форм организации занятий оценивается в  $4 \pm 1,1$  балла. Обязательным является указание двигательного режима: количество занятий в неделю ( $4,4 \pm 0,4$  балла), длительность занятий ( $4,3 \pm 1,1$  соответственно), объем физических упражнений ( $3,9 \pm 1,1$ ), интенсивность физических упражнений ( $4,1 \pm 0,9$ ), интервалы отдыха ( $4,4 \pm 0,9$ ). А вот указывать виды физических упражнений и их соотношения больше склонны в микроциклах ( $3,6 \pm 1,1$  балла), несколько меньше в мезоциклах и макроциклах ( $3,3$  и  $3,4$  соответственно).

Определение методов педагогического контроля на занятиях также свидетельствует о профес-

сиональной подготовленности тренера ФОГ. Обращает внимание низкая оценка необходимости указания оперативного контроля на занятиях —  $3,6 \pm 1,1$  балла. Только 42,5% безусловно указывают на необходимости определения методов и осуществления оперативного контроля за реакцией организма занимающихся на физическую нагрузку, а 38% практически игнорируют его. Среди последних — тренера с достаточным педагогическим стажем от 5 до 25 лет, проводящих занятия по плаванию, сноубордingu, фитнесу, что опять вызывает беспокойство о безопасности проведения ФОЗ и об адекватности предлагаемых физических нагрузок состоянию занимающихся. Более высоко оценивается экспертами необходимость описания проведения текущего ( $3,7$  балла), этапного ( $3,8$  балла) и итогового ( $3,9$  балла) контроля. Обязательным является указание в рабочей программе способов восстановления после занятий —  $4,1 \pm 1,1$  балла; критериев эффективности ФОЗ —  $4,1 \pm 1,1$  балла.

Наибольшее значение с точки зрения безопасности проведения занятий имеют медицинские требования ( $4 \pm 1,1$  балла), несколько меньше — санитарно-гигиенические ( $3,7$  балла) и еще меньше — образовательные ( $3$  балла), что является не совсем понятным, так как именно от них зависит без-

Таблица 3 — Экспертная оценка условий методического обеспечения физкультурно-оздоровительных занятий, балл

Содержание вопроса	$\Sigma$	$\bar{x}$ балл	$S\bar{x}$
Наличие обязательных документов учета и планирования:			
• расписание ФОЗ	198	4,2	1,1
• индивидуальные карты занимающихся	167	3,6	1,1
• медицинские карточки занимающихся	167	3,6	1,1
• журнал регистрации посещения занятий	168	3,6	1,1
• журнал учета травм	153	3,3	1,1
• рабочая программа ФОЗ	188	4	1,1
• графический план физкультурно-оздоровительных мероприятий на год	140	3	1,1
• план-конспект занятия	164	3,5	1,1
• индивидуальные программы занятия	182	3,9	1,1
• книга отзывов клиентов	164	3,5	1,1
Наличие в фитнес-центре специальной методической литературы	172	3,7	1,1
Наличие каталога новой учебно-методической литературы	153	3,3	1,1
Повышение квалификации педагогического персонала один раз:			
• в год	185	4	1,1
• в два года	92	2	1,1
• в три года	84	1,8	1,1
• в четыре года	75	1,6	1,1
• в пять лет	75	1,6	1,1
Эффективные формы повышения квалификации:			
• курсы повышения квалификации в ведущих вузах	177	3,8	1,1
• курсы повышения квалификации в ведущих фитнес-центрах	181	3,9	1,1
• участие в практических семинарах	189	4	1,1
• участие в фитнес-конвенциях	175	3,7	1,1
• персональные тренировки у ведущих специалистов	181	3,9	1,1

опасность занятий (соответствующая спортивная форма, гигиена тела и мест занятий, знание правил поведения в спортзале, навыков самоконтроля).

Необходимость предоставления расчета часов программного теоретического и практического материала в виде таблицы, безусловно, поддерживают 54% экспертов, 46% считают такой расчет часов менее обязательным. К ним относятся тренеры по сноубордингу и некоторые инструкторы тренажерного зала. Необходимость представления структуры тренировочного занятия оценивается в 3,8 балла.

В целом по этой группе вопросов согласованность мнений экспертов соответствует коэффициенту конкордации (W), равному 0,873.

Следующая группа вопросов касалась наличия обязательных документов учета и планирования проведения ФОЗ и повышения квалификации специалистов (табл. 3).

Безусловным является наличие расписания ФОЗ (4,2 балла), однако есть небольшая группа тренеров, которые усомнились в его необходимости (сноубординг). Обязательность наличия индивидуальных карт и медицинских карт занимающихся оценивается одинаково – 3,6 балла. Так, 62% экспертов считают, что необходимы либо индивидуальные карты, либо медицинские (4 – 5 баллов), 38% – не видят в этом обязательной необходимости.

Среди первой группы тренеры, работающие в фитнес-центрах, где ведется строгий учет посетителей, среди второй группы – тренеры по сноубордингу и тренеры-преподаватели, работающие в спорткомплексах вузов.

Такая же картина наблюдается и в оценке необходимости иметь журнал регистрации посещения занятий (3,6 балла). Работники фитнес-центров указывают на его необходимости, а преподаватели отдельных ФОГ не имеют его. Наличие журнала учета травм оценивается в 3,3 балла, хотя это является необходимым документом во всех учебных заведениях и секциях при проведении занятий по физическому воспитанию.

Обязательность наличия рабочих программ ФОЗ по видам спорта оценивается в 4 балла. Графический план проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий на год, вероятно, не обязателен (3 балла) и может составляться по желанию менеджеров в крупных фитнес-центрах.

Наличие планов-конспектов занятий вызывает разногласие у специалистов. Например, 62% указывают на безусловную необходимость наличия сокращенного варианта плана-конспекта занятий, что свидетельствует об их специальной подготовке к проведению занятий с определенным контингентом. Однако 38% не считают обязательным наличие плана-конспекта занятий, что и вызывает

обеспокоенность адекватностью содержания ФОЗ физическим возможностям занимающихся.

Индивидуальные программы занятий становятся все более востребованными и их необходимость оценивается в 3,9 балла.

Книга отзывов клиентов имеется в наличии в крупных фитнес-центрах и на основании записей в ней делается вывод об эффективности работы тренеров, что положительно оценивают более 50% экспертов.

Необходимость наличия в фитнес-центре специальной методической литературы оценивается в 3,7 балла. От 4 до 5 баллов оценивают это положение около 70% экспертов, работающих, как правило, в фитнес-центрах. Игнорируют необходимость такой специальной библиотеки или хотя бы каталога новой учебно-методической литературы тренеры, работающие в отдельных ФОГ спортклубов вузов и спорткомплексов (зимние виды).

Относительно повышения квалификации преимущественное большинство экспертов считают, что ее необходимо повышать один раз в год (4 балла), на это указали 72% специалистов.

Наиболее эффективными формами повышения квалификации эксперты считают участие в практических семинарах (4 балла), курсы повышения квалификации в ведущих фитнес-центрах (3,9 балла), персональные тренировки у ведущих специалистов (3,9 балла), курсы повышения квалификации в ведущих вузах Украины (3,8 балла). На последнем месте по эффективности участие в фитнес-конвенциях (3,7 балла), которые довольно часто проводятся ведущими фирмами производителями спортивной одежды, но уже утрачивают свою популярность.

Таким образом, анализ экспертных листов опроса специалистов, работающих в сфере оказания ФОУ, позволяет сделать выводы об оптимальном организационно-методическом обеспечении и слабых сторонах методической подготовки некоторых специалистов, оказывающих эти услуги.

Обращает внимание, что после отмены обязательного лицензирования ФОУ в сфере физической культуры и спорта снизились требования к организационно-методическому обеспечению проведения ФОЗ с разными группами населения. При организации занятий в отдельных ФОГ не считается обязательным наличие медицинской карты занимающегося или индивидуальной карты клиента, наличие журнала регистрации посещения занятий (а значит и учета поступающих финансов), наличие журнала регистрации учета травм и книги отзывов клиентов.

Вызывает опасение и недостаточная методическая подготовка некоторых фитнес-тренеров, которые не считают обязательным составление пла-

на-конспекта ФОЗ, осуществление оперативного педагогического контроля в процессе ФОЗ, свидетельствующего об адекватности физической нагрузки физическому состоянию занимающихся, и игнорирование решения образовательных задач в процессе занятий, где должны сообщаться сведения занимающимся о методах самоконтроля за реакцией своего организма на физические нагрузки во время занятий и после них в период восстановления.

**Выводы.** На основе экспертной оценки определены наиболее важные положения организационно-методического обеспечения практической деятельности инструкторов физкультурно-оздоровительных занятий. Среди наиболее значимых организационных условий экспертами выделено: необходимость опроса клиентов для выяснения их потребностей, мотивов и интересов; необходимость первичной медицинской диагностики физического состояния клиента, составления индивидуальной программы ФОЗ, формирования ФОГ

занимающихся с учетом уровня физической подготовленности и физического состояния, цели занятий (коэффициента конкордации по данной группе вопросов, который отражает согласованность мнений экспертов ( $W$ ) равен 0,876).

Экспертами выделены основные подходы к структуре и содержанию рабочей программы ФОЗ по виду спорта на год. Экспертная оценка условий методического обеспечения ФОЗ касалась наличия обязательных документов учета и планирования их проведения и повышения квалификации специалистов. Полученные результаты исследования будут направлены на разработку стратегии повышения эффективности организационно-методического обеспечения занятий в условиях физкультурно-оздоровительных объединений.

**Перспективы дальнейших исследований** связаны с совершенствованием подходов к управлению организационно-методическим обеспечением ФОРУ разных групп населения.

## Литература

1. Андреева О. Досвід організації рекреаційної діяльності в зарубіжних клубах / О. Андреева, К. Пацалюк // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. — 2010. — № 1. — С. 51 — 55.
2. Иващенко Л. Я. Программирование занятий оздоровительным фитнесом / Л. Я. Иващенко, А. Л. Благий, Ю. А. Усачев. — К.: Наук. світ, 2008. — 198 с.
3. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків, юнаків / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов. — К.: Олімп. л-ра, 2009. — 148 с.
4. Круцевич Т. Ю. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. — К.: Олімп. л-ра, 2010. — 248 с.
5. Левицкий В. В. Методология подготовки специалистов по оздоровительной физической культуре / В. В. Левицкий // Наука в олимп. спорте. Спец. вып. — 2000. — С. 89 — 96.
6. Мічуда Ю. П. Фітнес-індустрія в Україні: проблеми та перспективи подальшого розвитку / Ю. П. Мічуда // Наук. часопис. Сер.: 15. Наук.-пед. пробл. фіз. культури. — 2013. — Вип. 2 (28)13. — С. 77—81.
7. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту, Держкомспорт. — К., 2004. — 16 с.
8. Пацалюк К. Аспекти організації рекреаційної діяльності фізкультурно-оздоровчих об'єднань / К. Пацалюк, О. Андреева // Спорт. вісн. Придніпров'я. — 2011. — № 2. — С. 151 — 156.

## References

1. Andreeva O. Experience of recreational activity organization in foreign clubs / O. Andreeva, K. Patsaliuk // Theory and methods of physical education and sports. — 2010. — N 1. — P. 51—55.
2. Ivashchenko L. Ya. Programming of health improving fitness exercises / L. Ya. Ivashchenko, A. L. Blagii, Yu. A. Usachov. — Kyiv: Naukovyi svit, 2008. — 198 p.
3. Krutsevych T. Yu. Control in physical education for children, adolescents and youth / T. Yu. Krutsevych, M. I. Vorobiov. — Kyiv: Olympic Literature, 2009. — 148 p.
4. Krutsevych T. Yu. Recreation in physical culture of different groups of population / T. Yu. Krutsevych, G. V. Bezverkhnia. — Kyiv: Olympic Literature, 2010. — 248 p.
5. Levitskii V. V. The methodology of training specialists in health improving physical culture / V. V. Levitskii // Science in Olympic sport. Special Issue. — 2000. — P. 89—96.
6. Michuda Yu. P. Fitness-industry in Ukraine: problems and prospects of further development / Yu. P. Michuda // Naukovyi chasopys: Ser.: 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture. — 2013. — Issue 2 (28)13. — P. 77—81.
7. National Doctrine for development of physical culture and sports, Derzhkomsport — Kyiv, 2004. — 16 p.
8. Patsaliuk K. Aspects of recreational activity organization in physical culture and health improving associations / K. Patsaliuk, O. Andreeva // Sport. visnyk Prydniprovia. — 2011. — N 2. — P. 151—156.

<sup>1</sup>Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ

Надійшла 22.04.2013

<sup>2</sup>Київський національний торгово-економічний університет, Київ  
aspirantnugws@rambler.ru