УДК 7.01./09.796.03

СУЧАСНІ ТЕХНОЛОГІЇ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ ТА МАСОВОГО СПОРТУ В КОНТЕКСТІ СОЦІАЛЬНОГО ПРОЕКТУ «АКТИВНІ ПАРКИ – ЛОКАЦІЇ ЗДОРОВОЇ УКРАЇНИ»

Т. Мотузенко, ст. викладач
Центральноукраїнський національний технічний університет

Низький рівень фізичної активності українців негативно впливає не лише на фізичне та психічне здоров’я й добробут, а й безпосередньо на економіку України.

За ініціативи Президента України, Міністерством молоді та спорту України і Всеукранським центром фізичного здоров’я населення «Спорт для всіх» у 2021 році був започаткований соціальний проект «Активні парки – локації здорової України», метою якого є популяризація та організація оздоровчої рухової активності усіх категорій громадян.

У сучасному світі фізична активність стає невід'ємною частиною життя здорової людини. Уряди багатьох країн, усвідомлюючи важливість активного способу життя, впроваджують соціальні проекти для сприяння масовому спорту та рекреаційним заходам.

У зв'язку зі зростаючим інтересом до здорового способу життя та фізичної активності, активні парки-локації стають важливим елементом інфраструктури і в Україні.

Ці парки спрямовані на стимулювання активності та спорту серед населення, забезпечуючи доступні умови для фізичних вправ та розваг. Цей проект поєднує в собі сучасні цифрові рішення, інтерактивні елементи та спортивні зони, сприяючи залученню громадян до регулярних фізичних навантажень та спортивних змагань.

Завдяки використанню розумних технологій, таких як сенсори руху та додатки для смартфонів, учасники можуть відстежувати свій прогрес у фізичних вправах та конкурувати з іншими користувачами. Парки стають центрами активного спілкування та спортивної активності для різних верств населення, сприяючи формуванню здорового співтовариства та підвищенню якості життя.

Розглянемо концепцію активних парків у контексті здорової України, їх важливість та вплив на життя місцевого населення.

Активні парки є спеціально організованими територіями, розробленими для сприяння фізичній активності та здоров'ю громадян. Вони включають в себе різноманітні спортивні майданчики, тренажери на вулиці, велосипедні доріжки, зони для пішоходів, місця для пікніків та відпочинку, а також спеціальні обладнання для дітей. Головною метою цих парків є створення сприятливих умов для активного відпочинку та занять спортом для всіх верств населення, незалежно від віку, статі або фізичних можливостей. Активні парки-локації впливають на місцеве населення у різних аспектах. Вони стимулюють соціальну взаємодію та спілкування серед людей, сприяючи формуванню здорового співтовариства. Крім того, ці парки можуть бути місцем для проведення спортивних заходів, фестивалів та інших подій, які об'єднують людей навколо спільних інтересів та цілей. За допомогою започаткування нових форм залучення різних груп населення, створення онлайн-платформи соціального проекту, організації онлайн-тренувань відбувається надання консультацій, обмін досвідом, пропозиціями між фахівцями сфери фізичної культури і спорту, спортсменами, учасниками активного відпочинку та рекреації. Людина, яка відвідує «Активний парк» може розраховувати на збереження і зміцнення здоров'я, а також зниження негативного впливу на організм одного з основних факторів ризику-гіподинамії.

Для проведення різних видів рухової активності та ознайомлення з видами спорту, в рамках соціального проекту, залучаються провідні спортсмени, тренери, фахівці громадських об’єднань фізкультурно-спортивної спрямованості та інші суб’єкти сфери фізичної культури і спорту, які забезпечують надання консультацій та проведення практичних занять.

Безпосередньо впроваджується соціальний проект «Активні парки – локації здорової України» на місцях координаторами. Це фізичні особи, завданням яких є організація та проведення заходів в рамках реалізації соціального проекту, що визначені Положенням про соціальний проект «Активні парки - локації здорової України», для усіх категорій громадян, в тому числі осіб з інвалідністю, внутрішньо переміщених осіб. Завдяки проекту люди отримують вільний доступ та рівні можливості для занять спортом, формування навичок здорового способу життя, в т. ч. фізичного відновлення та рекреації.

Алгоритм втілення соціального проекту чітко структурований та охоплює 10 етапів, послідовна реалізація, яких гарантує отримання результатів.

Етапи реалізації соціального проекту «Активні парки – локації здорової України».

I етап. Початок роботи. ***II етап***. Планування роботи локації. ***III етап.*** Пошук і залучення партнерів. ***IV етап***. Організація роботи локації. ***V етап.*** Робота з особами з інвалідністю.

VI етап. Робота зі студентською молоддю. ***VII етап.*** Здоров'я – стиль життя (особи літнього віку). ***VIII етап.*** Робота з сім'ями. ***IX етап.*** Робота із залучення ветеранів війни та їх сімей. ***X етап.*** Проведення святково-урочистих фізкультурно-оздоровчих спортивних заходів.

Історія створення порталу «Активні парки». Портал створено для інформативного й методичного забезпечення користувачів і координаторів. Цей проект спрямований на створення умов для фізичної активності серед широких верств населення, використовуючи сучасні технології та інноваційні підходи. Сучасні технології кардинально змінюють підхід до фізичної активності та рекреації. Основними напрямками застосування технологій у цій сфері є:

Віртуальна реальність (VR) та доповнена реальність (AR): Використання VR та AR дозволяє створювати імітаційні середовища для тренувань, де користувачі можуть відчувати себе в різних умовах і ситуаціях, що підвищує мотивацію та інтерес до занять спортом.

Фітнес-трекери та носимі пристрої: Сучасні фітнес-трекери дозволяють відстежувати фізичну активність, серцевий ритм, сон та інші важливі показники здоров'я. Вони допомагають користувачам слідкувати за своїм станом та мотивують до регулярних тренувань.

Мобільні додатки та онлайн-платформи: Мобільні додатки пропонують користувачам широкий спектр тренувальних програм, порад щодо харчування та здорового способу життя. Онлайн-платформи дозволяють брати участь у віртуальних змаганнях та спільнотах, що сприяє соціалізації та підтримці інтересу до спорту.

Інтерактивні тренажери: Сучасні тренажери оснащені сенсорними екранами, які дозволяють користувачам обирати різні режими тренувань, стежити за своїми результатами в режимі реального часу та взаємодіяти з іншими користувачами.

Проект «Активні парки – локації здорової України» є яскравим прикладом використання сучасних технологій для популяризації фізичної активності серед населення. Основні завдання проекту включають:

Створення сучасних спортивних майданчиків: У рамках проекту створюються сучасні спортивні майданчики, оснащені необхідним обладнанням для занять різними видами спорту.

Інтеграція сучасних технологій: Впровадження технологій, таких як фітнес-трекери, мобільні додатки та інтерактивні тренажери, для залучення населення до активного способу життя.

Проведення масових заходів: Організація масових спортивних заходів, таких як марафони, спортивні фестивалі та конкурси, для популяризації фізичної активності та здорового способу життя.

Освітні програми: Проведення освітніх програм та тренінгів щодо важливості фізичної активності, правильного харчування та здорового способу життя.

Соціальна інтеграція: Залучення до участі у проекті різних соціальних груп, включаючи дітей, молодь, людей похилого віку та осіб з обмеженими можливостями. Важливо продовжувати підтримувати та розвивати такі ініціативи, адже вони сприяють формуванню здорового суспільства та покращенню якості життя кожного громадянина.

Основні аспекти проекту в Кропивницькому.

Створення сучасних спортивних майданчиків:

У Кропивницькому в рамках проекту було облаштовано кілька парків та спортивних майданчиків, оснащених сучасним обладнанням. Це включає тренажери для воркауту, бігові доріжки, футбольні та баскетбольні поля, а також зони для йоги та фітнесу.

В Кропивницькому регулярно проводяться масові спортивні заходи, такі як забіги, турніри, майстер-класи від провідних тренерів та спортивні фестивалі.

Ці заходи сприяють залученню мешканців до активного способу життя та підвищенню їхньої соціальної активності.

Проект стимулює розвиток міської інфраструктури, роблячи Кропивницький більш комфортним та привабливим для життя містом. Поліпшення здоров'я населення зменшує витрати на медичні послуги та підвищує продуктивність праці.

Варіанти залучення студентів до проекту «Активні парки – локації здорової України»

1. Співпраця з навчальними закладами

Організація зустрічей та презентацій: Проведення презентацій проекту в університетах та коледжах. Представники проекту можуть розповісти студентам про його мету, можливості та переваги.

Інтеграція в навчальні програми: Включення елементів проекту в навчальні курси, зокрема, в фізичне виховання, менеджмент спорту, громадське здоров’я та інші дисципліни.

2. Створення студентських клубів та команд

Студентські спортивні клуби: Заохочення створення спортивних клубів, які будуть організовувати регулярні тренування, змагання та інші спортивні заходи в рамках проекту.

Волонтерські команди: Формування волонтерських команд, які будуть допомагати в організації та проведенні заходів проекту.

3. Використання соціальних мереж та цифрових платформ

Сторінки в соціальних мережах: Створення офіційних сторінок проекту в соціальних мережах, де студенти зможуть отримувати інформацію про заходи, результати змагань та інші новини.

Онлайн-конкурси та челенджі: Організація онлайн-конкурсів та челенджів, що мотивуватимуть студентів до участі у спортивних заходах і підтримки здорового способу життя.

4. Партнерство з студентськими організаціями

Спільні заходи: Співпраця з студентськими радами та іншими організаціями для проведення спільних заходів, таких як спортивні фестивалі, марафони, турніри тощо.

Програми лідерства: Створення програм лідерства, де активні студенти можуть стати амбасадорами проекту та сприяти його популяризації серед однолітків.

5. Матеріальне та нематеріальне заохочення

Стипендії та гранти: Запровадження стипендій та грантів для студентів, які активно беруть участь у проекті та роблять внесок у його розвиток.

Визнання та нагороди: Нагородження найактивніших учасників дипломами, сертифікатами, медалями та іншими формами визнання їхніх досягнень.

6. Інформаційна підтримка

Інформаційні кампанії: Проведення інформаційних кампаній у навчальних закладах, включаючи плакати, листівки, презентації та відеоролики про проект.

Регулярні новини та бюлетені: Випуск регулярних новинних бюлетенів та електронних розсилок, що інформують про нові заходи, досягнення учасників та інші важливі події проекту.

7. Практичний досвід та стажування

Стажування: Надання можливості студентам проходити стажування в рамках проекту, де вони зможуть здобути практичний досвід в організації та управлінні спортивними заходами.

Проектні роботи та дослідження: Запропонувати студентам проводити дослідження та писати курсові роботи, дипломні проекти на тему фізичної активності та здорового способу життя, пов'язані з проектом.

8. Залучення відомих спортсменів та тренерів

Майстер-класи та зустрічі: Організація майстер-класів та зустрічей з відомими спортсменами, тренерами та експертами в галузі спорту, що можуть мотивувати студентів до активної участі у проекті.

Можемо зробити висновок, що проведення заходів у рамках реалізації соціального проекту на постійній основі за допомогою сучасних технологій фізичної рекреації сприяє фізичному, психічному та ментальному відновленню різних верств населення, в т. ч. соціально незахищених.

Список літератури

1. Наказ Міністерства молоді та спорту «Про затвердження Вимог та критеріїв докоординатора (фахівця) заходу в рамках соціального проекту «Активні парки -локації здорової України» від 06 березень 2023року No 1900

2. Глава держави започатковує соціальний проект «Активні парки – локації здорової України». URL: https://www.president.gov.ua/news/glavaderzhavi-zapochatkovuye-socialnij-proekt-aktivni-parki-65633 (дата звернення: 29.03.2024

3. Янчук Д.О.,Ковальов В.О.,Мотузенко Т.Є. СУЧАСНІ ТЕХНОЛОГІЇ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ ТА МАСОВОГО СПОРТУ В КОНТЕКСТІ СОЦІАЛЬНОГО ПРОЕКТУ «АКТИВНІ ПАРКИ –ЛОКАЦІЇ ЗДОРОВОЇ УКРАЇНИ» https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024. С.532-536

УДК 658.3:331.1

ЛІДЕРСТВО В ІТ СФЕРІ: СУЧАСНІ ВИКЛИКИ

Н. Пітел, канд. екон. наук, доцент
Центральноукраїнський національний технічний університет

Протягом кількох десятиліть сектор інформаційних технологій (далі ІТ) в Україні перетворився на значний економічний та соціокультурний феномен. Це стало можливим завдяки кільком ключовим факторам, які постійно привертають суспільну увагу.

По-перше, відносно високий рівень середньої заробітної плати в твердій валюті, яку отримують працівники ІТ-галузі, значно перевищує середні показники в інших секторах економіки. Це робить роботу в ІТ привабливою для багатьох, підвищуючи їх купівельну спроможність.

По-друге, низький поріг входу для молодих людей сприяє залученню нових кадрів. Завдяки доступності онлайн-курсів, самонавчанню та короткостроковим освітнім програмам, молоді люди можуть швидко набути необхідних навичок для роботи в ІТ, часто без потреби у вищій освіті.

По-третє, ІТ-сектор демонструє високі щорічні темпи зростання виручки, що робить його привабливим для інвесторів та потенційних працівників. Це сприяє подальшому розвитку галузі та збільшенню її частки в економіці країни.

По-четверте, значна експортна орієнтація ІТ-компаній забезпечує стабільні надходження валюти в країну. Багато українських ІТ-компаній надають свої послуги та продукти на іноземних ринках, що сприяє економічному розвитку держави.

Нарешті, висока платоспроможність ІТ-сегменту робить його важливим економічним суб'єктом. Працівники ІТ часто виступають як привабливі клієнти для банків, ріелторів та інших сервісних секторів, що додатково стимулює економіку [1].

Необхідно зазначити, що на початку розвитку ІТ-індустрії лідерами команд ставали люди з природним потенціалом, оскільки тоді не існувало чітких підходів, вимог до освіти та усталених процесів. Сьогодні ІТ-сфера значно ускладнилася. Щоб бути успішним лідером, необхідно мати відповідну освіту, вміти працювати менеджером в Agile-середовищі та бути готовим до постійного професійного розвитку.

Головною характеристикою ІТ-індустрії є постійні зміни, інновації та технологічні прориви. На наш погляд, для будь-якого лідера ключовим орієнтиром у подоланні будь-яких