

Стійка зацікавленість до систематичних спортивно-оздоровчих занять фізичними вправами є ціннісно-мотиваційним ядром індивідуально сформованої та розвиненої фізичної культури молоді людини.

Критерієм ефективності фізичного виховання студентів вищої школи має стати достатній рівень їхньої компетентності, що виражається в опануванні теоретико-методичних знань проведення фізичних вправ у здоровому способі життя.

Література

1. Булич Э.Г., Муравов И.В. Здоровье человека: Биологическая основа жизнедеятельности и двигательная активность в ее стимуляции – К.: Олимпийская література, 2003. – 424с.
2. Дубровский В.И. Движения для здоровья//Физкультура и спорт. –1989– №2.– С. 3-25.
3. Земцов Й.Ф., Ландарь В.В. Здоровий спосіб життя та рухова активність в ієрархії потреб та цінностей студентської молоді// Матер.наук-практ.конф. – К.: Нац.університет «Кієво-Могилянська академія», 2007. – С.150-152.

ПЕРСПЕКТИВИ ВИКОРИСТАННЯ ТЕРИТОРІЇ НПП «НИЖНЬОСУЛЬСЬКИЙ» ДЛЯ ВІДПОЧИНКУ ТА ОЗДОРОВЛЕННЯ НАСЕЛЕННЯ

Попельнюх В.В., Дупак В.С.

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г.Короленка

Під час напруженої, довготривалої праці людина зазнає значних фізичних навантажень, що може призвести до перевтоми та різкого зниження захисних функцій організму, і, як наслідок, погіршення стану здоров'я та працездатності. Раціональний режим праці та відпочинку дозволяє зберегти здоров'я та високу працездатність протягом тривалого часу [4].

Важлива умова ефективного відпочинку – регулярна зміна інтенсивності фізичного навантаження, особливо для жителів міста. Пріоритетним напрямком для відновлення здоров'я та працездатності є рекреація, що спрямованих на відновлення фізичного, психічного, психологічного та емоційного станів через короткотривалий відпочинок на лоні природи. У європейських країнах широко вживається поняття «out door recreation», тобто «рекреація за межами дому», що передбачає спілкування з природою, в тому числі, й на територіях національних парків, які відіграють важливу роль у оздоровленні населення цих країн.

В Україні також створена ціла мережа (понад 40) національних природних парків (далі НПП), два з яких на території Полтавської області – Пирятинський та «Нижньосульський». Законом України «Про природно-заповідний фонд України» визначено, що одним із основних завдань НПП та регіональних ландшафтних парків (на Полтавщині їх п'ять) – є створення умов для організованого туризму, відпочинку та інших видів рекреаційної діяльності в природних умовах. Саме ці категорії природно-заповідного фонду в регіоні повинні повною мірою забезпечити організований відпочинок та оздоровлення населення [2].

У відповідності до вищезгаданого Закону в НПП «Нижньосульський»

нешодавно завершені роботи щодо розроблення проекту організації території парку, охорони, відтворення та рекреаційного використання його природних комплексів і об'єктів. Розробка цього документу дає юридичні можливості керівництву природно-заповідної установи для упровадження рекреації з урахуванням розташування парку, кліматичних умов, природних особливостей та потенціалу інфраструктури.

Територіальне планування парку передбачає наявність зон стаціонарної та регульованої рекреації. В зоні стаціонарної рекреації планується створення капітальних елементів рекреаційної інфраструктури (візит-центрів, кемпінгів, готелів, будинків відпочинку, баз для рибалок, пунктів прокату туристичного інвентарю та човнів тощо). Головним призначенням зони регульованої рекреації є проведення туристичної діяльності та організація комфортного відпочинку на лоні природи, для чого визначені відповідні території, розроблені туристичні маршрути, заплановані екологічні стежки [1], створення і використання яких передбачено Положенням про екологічну освітньо-виховну роботу установ природно-заповідного фонду [3].

Нині набирає популярності вже створена екологічна стежка в околицях с. Худолівка Семенівського району, яка прокладена в сосновому лісі біля мальовничого озера Судебське, красою якого приїздить помилуватися не лише місцеве населення.

Для розвитку рекреаційного господарства територія парку має значний природний потенціал, який дасть можливість значно розширити спектр напрямків відпочинку та оздоровлення. Перспективним є пізнавальний відпочинок, зокрема тематичні екскурсії на водних маршрутах та суходолом, катання на конях, байдарках, човнах та вітрильниках, фото- та відео полювання тощо.

Література

1. *Бондар О.І., Погурельський С.П.*, та ін. Розроблення проекту організації території національного природного парку «Нижньосульський», охорони, відтворення та рекреаційного використання його природних комплексів і об'єктів, 2012, – 132с.
2. *Попельнюх В.В.* Рекреаційна діяльність у межах територій та об'єктів природно-заповідного фонду України як складова здоров'я людини // Науково-методичне забезпечення спеціальності «Здоров'я людини». Матеріали Всеукраїнського науково-практичного семінару-наради. – Полтава: Астрія, 2012 р. – С. 32-33.
3. Положення про екологічну освітньо-виховну роботу установ природно-заповідного фонду, N 140 від 21.09.98.
4. *Яременко О., Балакірева О., Вакуленко О.* Формування здорового способу життя молоді: проблеми і перспективи. – К.: Український ін-т соціальних досліджень, 2000. – 207 с.

МОДИФІКОВАНІ ХІТОЗАНИ У ФАРМАКОЛОГІЇ

Самусенко Ю.В.

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

Кількість інформації присвяченої вивченню можливостей застосування хітозана та продуктів його гідролізу в медицині зростає з кожним роком. Ця речовина була до недавнього часу маловідома не тільки насе-