УДК 796.035:364-43(477)
Дутчак М.В.[1], Залойло І.В.[2]
[1] д-р наук з фіз. вих. та спорту, проф., проф. каф. оздоровчо-рекреаційної рухової активності, Національний університет фізичного виховання та спорту України
[2] асп., викл. каф. оздоровчо-рекреаційної рухової активності, Національний університет фізичного виховання та спорту України

СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОГО КОМ'ЮНІТІ ЧЛЕНІВ СІМЕЙ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

Анотація. *У тезах викладені сучасні проблеми формування оздоровчо-рекреаційного ком'юніті членів сімей учасників бойових дій як одного із ефективних механізмів пом'якшення наслідків військових конфліктів, соціальної ізоляції та адаптації до змінених життєвих умов. Проаналізовано та узагальнено ряд проблем щодо формування спільноти оздоровчо-рекреаційного напрямку у сучасних умовах, які потребують вирішення.*

Ключові слова: *оздоровчо-рекреаційне ком'юніті, сім'ї учасників бойових дій, психоемоційний стан, рухова активність, якість життя*

Abstract: *The thesis outlines the modern problems of forming a health and recreation community of family members of combatants as one of the effective mechanisms for mitigating the consequences of military conflicts, social isolation and adaptation to changed living conditions. A number of problems regarding the formation of a health and recreation community in current conditions are analyzed and summarized.*

Keywords: *health and recreation community, families of combatants, psycho-emotional state, physical activity, quality of life*

Вступ. Оздоровчо-рекреаційні ком'юніті відіграють важливу роль у формуванні здорового суспільства [6-8] та визначаються як «група людей, які взаємодіють у середовищі, орієнтованому на рухову активність, відновлення психоемоційного стану та підтримку здорового способу життя» [3]. Їх розвиток вимагає комплексного підходу, який включає соціологічні, психологічні, економічні та екологічні аспекти. В умовах воєнного стану такі організації стають ефективним інструментом групової підтримки та взаємодії, де прагнення кожної людини до покращення власного психічного та фізичного станів підкріплюється ресурсом всієї спільноти та впливає на якість життя як кожного, так і суспільства загалом.

Вивчення міжнародного досвіду [1] та аналіз літератури, документальних та інформаційних джерел щодо впливу військових дій на якість життя людини, зокрема, членів сімей учасників бойових дій [5, 8],

підтвердили, що основна увага науковців спрямована на вивчення психологічного та фізичного станів здоров'я такої соціальної групи та вплив оздоровчо-рекреаційних програм на покращення якості життя [2, 7]. Результати досліджень [4] підтверджують, що рухова активність та соціально-психологічна підтримка можуть бути об'єднані та ефективно взаємодіяти у спеціалізованому мультифункціональному просторі.

Мета: визначити та проаналізувати сучасні проблеми формування оздоровчо-рекреаційного ком'юніті членів сімей учасників бойових дій.

Методи дослідження: аналіз наукової літератури, інформаційних ресурсів мережі Інтернет та документальних матеріалів; компаративний аналіз.

Результати дослідження: Проаналізовано проблеми формування оздоровчо-рекреаційного ком'юніті членів сімей учасників бойових в сучасних умовах, які охоплюють фізичну, психоемоційну і соціальні сфери. Низький рівень рухової активності через недостатній рівень фізичних навантажень, надлишкова маса тіла, виражений кардіометаболічний ризик, незадовільний психоемоціний та фізичний стани, порушення соціального функціонування є вагомими чинниками для визначення потреби у об'єднанні та вирішенні поставлених завдань. Одною з основних проблем є соціальна ізоляція. Члени сімей учасників бойових дій ставлять у пріоритет вирішення соціально-побутових викликів, а не питання власного здоров'я та активного дозвілля, мають низьку мотивацію до публічної активності, відчуваючи недовіру до нових зовнішніх ініціатив. Заходи, які проводяться для членів сімей учасників бойових дій мають загалом соціально-психологічний контекст. Фізкультурно-оздоровчі ініціативи сприймаються як пасивний відпочинок та мають короткочасний характер. Відсутні довгострокові програми оздоровчо-рекреаційного напрямку для таких соціальних груп, які змогли б забезпечити регулярну взаємодію через повсякденну звичку до регулярних тренувань та залучення нових членів сімей до активного способу життя.

Висновки: Оздоровчо-рекреаційне ком'юніті як предмет нашого дослідження є інструментом підтримки сімей учасників бойових дій. Психоемоційне та фізичне здоров'я членів сімей учасників бойових дій необхідно корегувати за допомогою регулярних занять з оздоровчо-рекреаційної рухової активності, яка забезпечуватиме досягнення необхідного рівня функціональних можливостей, високої працездатності, ментального здоров'я та підвищення якості життя. Поєднання спільних занять зі спеціально організованої рухової активності у взаємодії з соціальною підтримкою допомагає вплинути на покращення якості життя членів сімей учасників бойових дій, знизивши психологічне навантаження

та зміцнивши функціональні показники. Необхідним є перетворення разових заходів з оздоровчої рухової активності та активного дозвілля на постійну підтримку в межах спеціалізованих спільнот, які мають будуватися на принципах добровільності та безпеки, забезпечуючи участь за власним бажанням, емоційний комфорт, фізичну та психологічну безпеку кожного учасника.

Список використаних джерел

1. Брус С. Бухта Я. Шматко І. Системи соціальної підтримки ветеранів: Хорватія, Ізраїль, Велика Британія, Сербія та Данія. *Головна - Принцип*. URL: https://www.pryncyp.com/wp-content/uploads/2024/02/soczpidtrymka-1.pdf (дата звернення: 01.03.2026).
2. Дутчак М., Залойло І. Аналіз понятійного апарату проблематики формування оздоровчо-рекреаційного ком'юніті членів сімей учасників бойових дій. *Фізична культура і спорт: досвід та перспективи* : Матеріали V міжнар. науково-практ. конф., м. Чернівці, 3–5 квіт. 2025 р. Чернівці, 2025. С. 119–122. URL: https://archer.chnu.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/12164 (дата звернення: 01.03.2026).
3. Дутчак М., Залойло І. Оздоровчо-рекреаційне ком'юніті членів сімей учасників бойових дій: аналіз понятійного поля. *Physical culture and sport: scientific perspective*. 2025. Т. 2, № 1. С. 9–16. DOI: https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1(1).63
4. Дутчак М. В., Залойло І. В. Проблеми та очікування членів сімей учасників бойових дій у контексті формування оздоровчо-рекреаційного ком'юніті. *Olympicus*. 2025. № 4. С. 44–50. URL: https://doi.org/10.24195/olympicus/2025-4.5
5. Крушинська Н., Когут І., Матвєєв С. Соціальні наслідки війни в Україні та роль адаптивної фізичної культури в їх подоланні. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2022. No. 3. С. 89–94. DOI: https://doi.org/10.32652/tmfvs.2022.3.89-94
6. Лозова О., Шинкарьова Л. Соціально-психологічні ресурси дружин учасників бойових дій: фактори підтримки в умовах війни. *Věda a perspektivy*. 2025. No. 1(44). DOI: https://doi.org/10.52058/2695-1592-2025-1(44)-185-192
7. Мицкан Т. С., Мегем О. М., Коровинський І. О. Дослідження ефективності програм фізичної активності в зниженні стресу та покращенні ментального здоров'я. *Педагогічна академія*. 2025. DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.14980489
8. Орловська О. Психологічні чинники сімейної адаптації учасників бойових дій. *Актуальні проблеми психології*. 2019. Т. 1, № 54.

С. 100–105. URL: http://appsychology.org.ua/data/jrn/v1/i54/17.pdf (дата звернення: 01.03.2026).