

# ВПЛИВ ЗАНЯТЬ СПОРТИВНОЇ АНІМАЦІЇ В УМОВАХ РОЗВАЖАЛЬНИХ ЦЕНТРІВ НА СПОСІБ ЖИТТЯ ТА СІМЕЙНЕ ДОЗВІЛЛЯ

**Олександра Благій<sup>1</sup>**

<https://orcid.org/0000-0001-8923-7319>

**Інна Хрипко<sup>2</sup>**

<https://orcid.org/0000-0001-9969-5954>

**Петро Мартин<sup>3</sup>**

<https://orcid.org/0009-0008-3711-6484>

**Костянтин Пацалюк<sup>4</sup>**

<https://orcid.org/0000-0002-3581-443X>

**Владислав Благій<sup>5</sup>**

<https://orcid.org/0000-0001-8121-7911>

**Мар'яна Михайлова<sup>6</sup>**

<https://orcid.org/0009-0008-3781-8849>

**Дмитро Мальцев<sup>7</sup>**

<https://orcid.org/0000-0003-2127-3385>

<sup>1-7</sup>Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ, Україна

кореспондент-автор – І. Хрипко: [inna.khrypko@gmail.com](mailto:inna.khrypko@gmail.com)

doi: 10.32626/2309-8082.2025-30(1).60-67

Активізація рухової активності, покращення якості життя та психоемоційного стану різних груп населення, зміцнення сімейних зв'язків обумовлює актуальність розробки цілісної оздоровчо-рекреаційної технології, орієнтованої на використання засобів спортивної анімації в умовах розважальних центрів. *Мета статті* – розробити оздоровчо-рекреаційну технологію з використанням засобів спортивної анімації на основі зимових видів рекреації в умовах фізкультурно-оздоровчих та розважальних центрів та оцінити її вплив на спосіб життя та сімейне дозвілля. *Методи та організація дослідження*. У дослідженні брали участь 66 сімей, що відповідали встановленим критеріям відбору: батьки у першому періоді зрілого віку; наявність дітей дошкільного або молодшого шкільного віку. Оцінка способу життя та особливостей сімейного дозвілля відбувалося на основі розробленого анкетного опитування. Оздоровчо-рекреаційна технологія була апробована в умовах перетворювального педагогічного експерименту, проведеного у розважальних центрах м. Києва. Тривалість експерименту склала шість місяців. Після впровадження запропонованої технології було здійснено оцінку її ефективності. Статистична обробка результатів здійснювалася із використанням програмного забезпечення SPSS Statistics 26.0 (IBM, США) та Microsoft Excel 2019. *Результати*. Запропонована технологія включала такі основні компоненти: змістовий, методичний, оціночний. Учасники брали участь в організованих заходах оздоровчо-рекреаційної спрямованості на базі фізкультурно-оздоровчих та розважальних центрів, що включали елементи спортивної анімації, зимових видів рекреації та інтегрованих сімейних активностей. Встановлено позитивну динаміку за більшістю досліджуваних показників, зокрема зростання частки сімей, що систематично займаються руховою активністю, активніше використовують зимові види рекреації та збільшують тривалість пішохідних прогулянок як у вихідні, так і в робочі дні. *Висновок*. Запровадження запропонованої оздоровчо-рекреаційної технології сприяло суттєвому поліпшенню організації сімейного дозвілля, підвищенню рівня рухової активності та залучення батьків і дітей до оздоровчої рухової діяльності.

**Ключові слова:** спортивна анімація, сімейне дозвілля, рухова активність, спосіб життя, розважальні центри

*Oleksandra Blagii, Inna Khrypko, Petro Martyn, Kostiantyn Patsaluk, Vladyslav Blagii, Mariana Mykhailova, Dmytro Maltsev.*  
**Impact of sports animation activities in entertainment centers on lifestyle and family leisure**

**Abstract.** The development of integral health and recreation technology, with a focus on the utilization of sports animation in entertainment centers, is of paramount importance. This technology has the potential to enhance physical activity, improve quality of life and the mental and emotional state of diverse population groups, and strengthen family ties. *The objective* of this study was to develop health and recreation technology focused on the use of sports animation means on the basis of winter types of recreation in the context of sports health and entertainment centers and to assess its impact on lifestyle and family leisure. *Methods.* The study involved 66 families that met the following inclusion criteria: early middle-aged parents; presence of children of preschool or primary school age. A questionnaire was developed to assess lifestyle and family leisure activities. The effectiveness of the health and recreation technology was evaluated within the framework of a transformative pedagogical experiment that was conducted over a period of six months in entertainment centers in Kyiv. Statistical processing of the results was carried out using SPSS Statistics 26.0 (IBM, USA) and Microsoft Excel 2019 software. *Results.* The proposed technology included the following main components: content, methodological, and evaluative. Participants took part in organized health and recreation activities based on sports health and recreation centers, which included elements of sports animation, winter recreation, and integrated family activities. The study revealed positive changes in a range of indicators, including an increase in the proportion of families engaging in physical activity on a regular basis, increased participation in winter recreation, and an increase in the duration of walking both on weekends and weekdays. *Conclusion.* The implementation of the developed health and recreation technology resulted in a substantial enhancement in the organization of family leisure, an increase in the level of physical activity, and the involvement of parents and children in health and physical activity.

**Key words:** sports animation, family leisure, physical activity, lifestyle, entertainment centers.

## Вступ

У сучасних умовах підвищеного інтересу до активного дозвілля зростає потреба у впровадженні ефективних оздоровчо-рекреаційних технологій, здатних задовольнити як оздоровчі, так і соціокультурні потреби населення [7; 8; 12; 24]. Особливу роль у цьому контексті відіграє спортивна анімація як дієвий засіб формування позитивної мотивації до рухової активності, зниження психоемоційного напруження

та інтеграції рекреантів у колективне середовище. У сучасній науковій літературі все більше уваги приділяється вивченню ролі спортивної анімації як ефективного інструменту організації активного дозвілля в умовах розважальних центрів [4; 5; 9; 16; 23]. Більшість авторів наголошують на тому, що спортивна анімація сприяє не лише підвищенню рівня рухової активності різних груп населення, а й позитивно впливає на показники задоволеності життям, соціальної

інтеграції та емоційного благополуччя [1; 25]. Аналіз наукової літератури свідчить про зростаючу увагу до використання спортивної анімації як ефективного засобу активізації рухової активності населення в рекреаційній сфері. За даними досліджень А. Swarbroke та S. J. Page [22], спортивна анімація у сфері туризму і розваг є важливою складовою формування позитивного клієнтського досвіду, оскільки забезпечує інтерактивність, емоційну залученість і високу задоволеність учасників. Роботи G. Richards [20] акцентують увагу на важливості інтеграції анімаційних заходів у структуру послуг розважальних центрів, що дозволяє не лише розширити спектр активностей, а й підвищити якість надання рекреаційних послуг шляхом персоналізації досвіду для різних цільових груп. Особливу увагу автор приділяє розвитку сімейного дозвілля через участь у командних і розважальних заходах.

Згідно з дослідженням Т. Hinch та J. Higham [13], спортивно-розважальні програми, що включають елементи спортивної анімації, сприяють зміцненню сімейних зв'язків, покращують психоемоційний стан учасників і є важливим фактором формування здорового способу життя. Дослідники [2; 19] зазначають, що інтеграція рухової активності в контексті дозвілля особливо ефективна за умови використання ігрових і інтерактивних форматів, притаманних спортивній анімації.

У роботах J. Iso-Ahola [14] підкреслюється, що участь у рекреаційно-розважальних заходах позитивно впливає на якість життя через такі механізми, як зниження стресу, підвищення рівня щастя та задоволеності життям. Спортивна анімація, завдяки своїй доступності й варіативності, дозволяє досягати подібних ефектів навіть у невідготовлених учасників, що є особливо актуальним для сімейного дозвілля.

Дослідження М. Gibson [11] демонструють, що правильна організація анімаційних активностей у розважальних центрах підвищує лояльність клієнтів і сприяє формуванню довготривалих рекреаційних практик, пов'язаних із руховою активністю. При цьому для досягнення стійкого ефекту автори рекомендують враховувати індивідуальні потреби та інтереси рекреантів різного віку. На думку D. Getz і T. Andersson [10], задоволеність від участі у спортивно-розважальних заходах безпосередньо корелює із загальним рівнем якості життя, особливо в контексті сімейних подорожей та відвідування тематичних розважальних центрів. Важливим є створення умов для спільної участі дітей і дорослих у заходах, що має враховувати фізичні можливості та інтереси різних вікових груп. Крім того, Р. Е. Patterson [18] зазначає, що використання анімаційних технологій на базі зимових видів рекреації дозволяє розширити сезонність послуг розважальних центрів, зробити зимове дозвілля більш доступним і привабливим, а також збільшити участь родинних груп у фізичній активності. О. Andriieva [4; 5] та D.

Maltsev [16] обґрунтували підходи до оцінювання якості активного сімейного дозвілля, підтверджуючи позитивний вплив спортивної анімації на якість життя родин, експериментально довели результативність спеціально розробленої технології організації сімейного дозвілля, що включає активні та анімаційні заходи.

Таким чином, узагальнення українських та зарубіжних досліджень підтверджує, що застосування засобів спортивної анімації в умовах розважальних центрів, особливо з використанням засобів зимової рекреації, сприяє: активізації рухової активності; підвищенню рівня задоволеності дозвіллям; покращенню психоемоційного стану; зміцненню сімейних зв'язків; зростанню якості життя різних вікових груп рекреантів. Аналіз цих положень створює підґрунтя для розробки цілісної оздоровчо-рекреаційної технології, орієнтованої на використання засобів спортивної анімації в умовах зимової рекреації. Дослідження виконано у відповідності до Плану НДР НУФВСУ на 2021-2025 рр. за темою «Теоретичні та технологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності та здорового способу життя різних груп населення» (номер держреєстрації 0121U107534).

*Мета статті* – розробити оздоровчо-рекреаційну технологію з використанням засобів спортивної анімації на основі зимових видів рекреації в умовах фізкультурно-оздоровчих та розважальних центрів та оцінити її вплив на спосіб життя та сімейне дозвілля.

#### **Матеріали та методи дослідження**

*Учасники.* У дослідженні брали участь 66 сімей, що відповідали встановленим критеріям відбору: батьки у першому періоді зрілого віку (від 22 до 35 років); наявність дітей дошкільного (4-6 років) або молодшого шкільного віку (7-10 років); низький рівень рухової активності батьків та дітей (визначений за результатами анкетування); готовність брати участь в експерименті протягом усього періоду; наявність письмової інформованої згоди батьків і усної згоди дітей на участь у дослідженні. Критеріями виключення були такі: наявність медичних протипоказань до участі у програмах рухової активності; участь у регулярних програмах тренувань або оздоровчої рухової активності протягом останніх шести місяців; відмова від підписання інформованої згоди. Дослідження проводилося відповідно до етичних стандартів Гельсінкої Декларації. Усі повнолітні учасники надали письмову інформовану згоду на участь, із забезпеченням їх обізнаності про мету дослідження, методи, можливі ризики та переваги. Для дітей забезпечено доступне пояснення змісту участі, отримано усну згоду дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку. Персональні дані учасників залишалися конфіденційними та оброблялися у знеособленій формі.

*Організація дослідження.* Оздоровчо-рекреаційна технологія була апробована в умовах перетворю-

вального педагогічного експерименту, проведеного у розважальних центрах м. Києва. Для обґрунтування технології використано концептуальний підхід, що передбачав інтеграцію оздоровчо-рекреаційної діяльності та розважального компоненту із врахуванням сезонного чинника (зимова рекреація) та психофізіологічних потреб учасників. Метою технології було забезпечення оздоровлення, психоемоційного розвантаження та соціальної взаємодії рекреантів. Технологія включала такі основні компоненти: змістовий, що передбачав структурування програм за видами спортивної анімації; методичний, який охоплював принципи, методи, форми та засоби організації занять;

організаційний, що включав етапи реалізації програми в умовах розважального центру; оціночний, який визначав критерії ефективності реалізації технології (фізичний стан, емоційне самопочуття, рівень задоволеності дозвіллям).

Запропонована оздоровчо-рекреаційна технологія із застосуванням засобів спортивної анімації базується на цілісному підході до організації дозвілля в умовах зимової рекреації. Вона передбачала використання анімаційних форм, що сприяють активному включенню рекреантів у рухову діяльність, підвищенню рівня задоволеності дозвіллям, зміцненню здоров'я та формуванню позитивного емоційного стану (табл. 1).

Таблиця 1 – Засоби спортивної анімації у зимових видах рекреації

Засіб спортивної анімації	Вид зимової рекреації	Форма реалізації в РЦ	Очікуваний ефект
Анімаційні флешмоби	Катання на ковзанах	Рухливі ігри на льодовій арені	Підвищення емоційного фону
Веселі естафети	Снігові прогулянки	Командні змагання	Формування командної взаємодії
Рекреаційні квести	Пішохідні маршрути	Квестові маршрути	Залучення до активного мислення
Тематичні шоу-програми	Катання на ковзанах	Тематичні вечори з аніматором	Релаксація, створення позитивних емоцій
Інтерактивні конкурси	Кьорлінг	Розважальні конкурси	Розвиток рухових навичок, веселощі

Тривалість експерименту склала шість місяців. Учасники брали участь в організованих заходах оздоровчо-рекреаційної спрямованості на базі фізкультурно-оздоровчих та розважальних центрів, що включали елементи спортивної анімації, зимових видів рекреації та інтегрованих сімейних активностей. Після впровадження запропонованої технології нами було здійснено оцінку її ефективності. Оцінка способу життя та особливостей сімейного дозвілля відбувалося на основі розробленого анкетного опитування. Для збору даних застосовувалося анонімне анкетування за допомогою Google Форм. Анкета була розроблена з урахуванням вимог обґрунтованості, лаконічності та однозначності запитань. Надійність даних забезпечувалася стандартизованою анкетуванням і контролем умов опитування.

*Методи математичної статистики.* Для забезпечення надійності інструментарію дослідження була використана анкета «Сімейне дозвілля», надійність якої

оцінювалася шляхом обчислення коефіцієнта альфа Кронбаха (склав 0.920, стандартизований коефіцієнт – 0.898). Репрезентативність вибірки підтверджувалася шляхом розрахунку коефіцієнта т-Кендала. Порівняльний аналіз між категоріальними змінними здійснювався із застосуванням частотного критерію Пірсона  $\chi^2$ , який використовувався для аналізу таблиць сполученості. Статистична значущість  $\chi^2$ -критерію оцінювалася на встановленому рівні значущості з урахуванням кількості ступенів свободи (df), що відповідає числу можливих варіантів відповідей мінус один [3, с. 182]. Статистична обробка результатів здійснювалася із використанням програмного забезпечення SPSS Statistics 26.0 (IBM, США) та Microsoft Excel 2019. Усі розрахунки виконувались на рівні статистичної значущості  $p < 0.05$ .

### Результати дослідження

Унаслідок упровадження запропонованої технології частка сімей, які ведуть активний спосіб життя, зросла на 4.6 % (рис. 1).

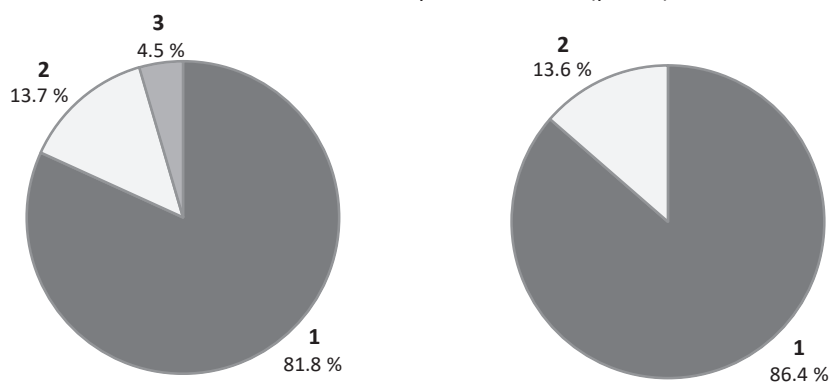


Рис. 1 Динаміка частки сімей, які ведуть активний спосіб життя залежно від етапу дослідження (n = 66): 1 – активний; 2 – пасивний; 3 – несприятливий для зміцнення здоров'я

Дослідження засвідчило позитивні зміни в організації сімейного дозвілля залежно від етапу експерименту. На запитання «Чи займаєтеся Ви систематично оздоровчою руховою діяльністю спільно з дитиною/дітьми» ствердно відповіли на 12.1 % більше респондентів. Це відбулося завдяки скороченню частки батьків, які інколи займалися з дітьми або зовсім не займалися (у кожному випадку на 6.05 %). Хоча статистична значущість змін не досягнута ( $\chi^2 = 2.10$ ;  $df = 1$ ;  $p = 0.148$ ), позитивна динаміка очевидна, оскільки після

завершення експерименту не зафіксовано жодного випадку повної відсутності спільної рухової активності батьків із дітьми.

Крім того, встановлено, що на 6.1 % зросла частка батьків, які приділяють максимальну увагу здоров'ю членів сім'ї. Статистично значущим також виявилось зростання частки сімей, що практикують зимові види рекреації ( $\chi^2 = 8.45$ ;  $df = 1$ ;  $p = 0.004$ ), а також зменшення кількості сімей, які зовсім не займалися такими активностями ( $p = 0.06$ ) (рис. 2).

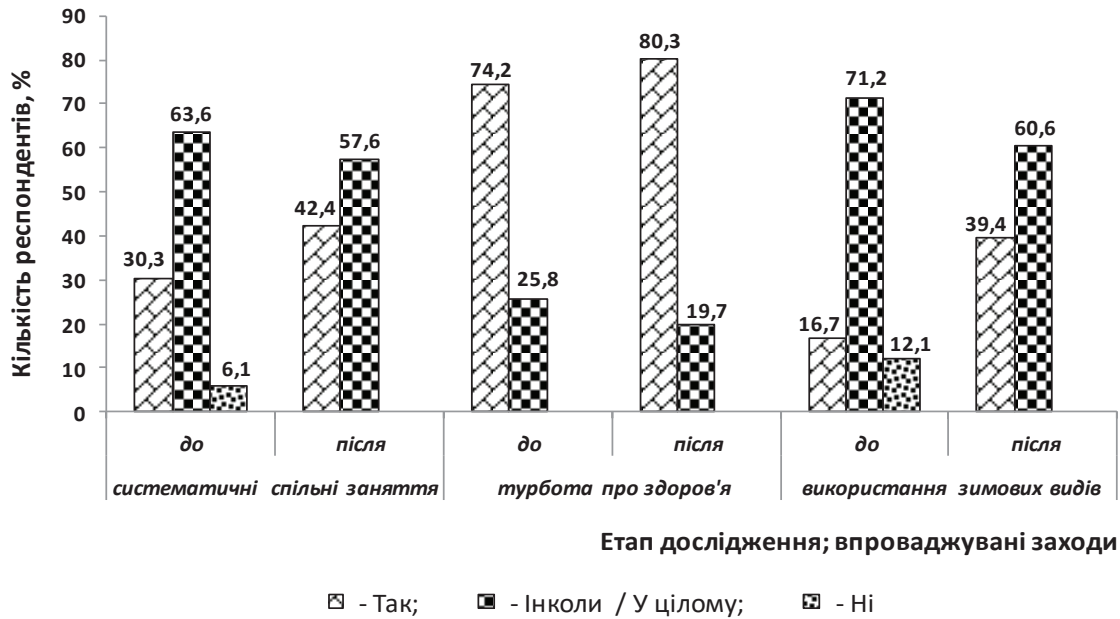


Рис. 2 Динаміка складових сімейного дозвілля залежно від етапу дослідження (n = 66)

Статистично значущі зміни зафіксовано і щодо тривалості активного відпочинку: частка сімей, що займалися активним дозвіллям до 4 годин на тиждень, зменшилася ( $\chi^2 = 4.47$ ;  $df = 1$ ;  $p = 0.03$ ), тоді як

кількість тих, хто відпочивав понад 4 години на тиждень, статистично значуще зросла, що свідчить про ефективність застосування розроблених рекомендацій (рис. 3).

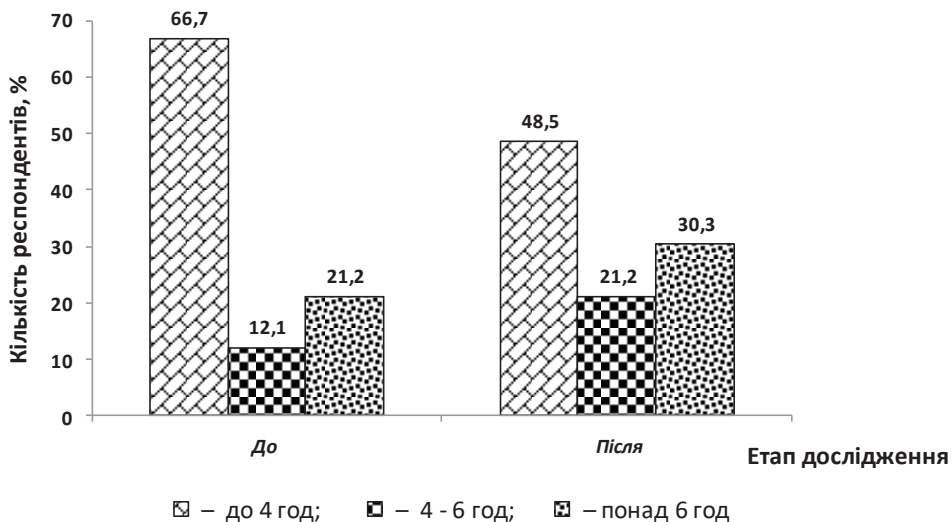


Рис. 3 Динаміка тривалості щотижневого активного сімейного дозвілля залежно від етапу дослідження (n = 66)

Запропонована технологія також позитивно вплинула на організацію дозвілля у вихідні дні. Частка сімей, які проводили активний відпочинок понад годину, статистично значуще збільшилася з 54.5 до 72.7 % ( $\chi^2 = 4.71$ ;  $df = 1$ ;  $p = 0.03$ ). При цьому частка сімей, що не займалися активним дозвіллям у вихідні, скоротилася

на 1.5 %, а тих, хто проводив таке дозвілля менше 40 хвилин, – на 13.6 %. Доведено статистично значуще зростання частки сімей, які понад годину здійснюють пішохідні прогулянки (+21.2 %;  $\chi^2 = 6.54$ ;  $df = 1$ ;  $p = 0.01$ ), тоді як частка сімей, що взагалі не їх не застосовували, зменшилася на 4.5 % (рис. 4).

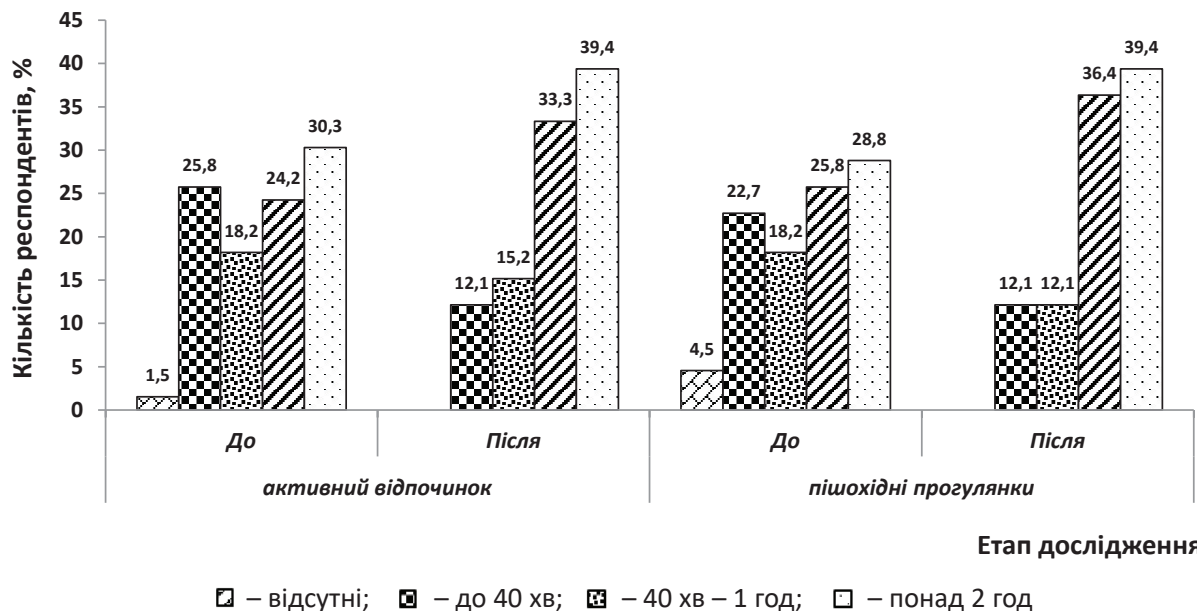


Рис. 4 Динаміка структури щоденного активного сімейного дозвілля у вихідні дні залежно від етапу дослідження (n = 66)

Позитивні зміни простежуються і в будні дні. Так, на 18.2 % зменшилася частка сімей, які взагалі не здійснювали пішохідних прогулянок ( $\chi^2 = 7.99$ ;  $df = 1$ ;  $p = 0.005$ ). Одночасно спостерігалось зростання частки сімей, які здійснювали прогулянки від 1 до 2 годин (+4.5 %) та понад 2 години (+1.5 %).

Крім того, зафіксовано статистично значуще скорочення частки сімей, де пасивний відпочинок дітей у будні дні перевищував 1 годину на добу ( $\chi^2 = 4.43$ ;  $df = 1$ ;  $p = 0.035$ ); їхня частка знизилася з 65.2 % до 47.0 % (рис. 5).

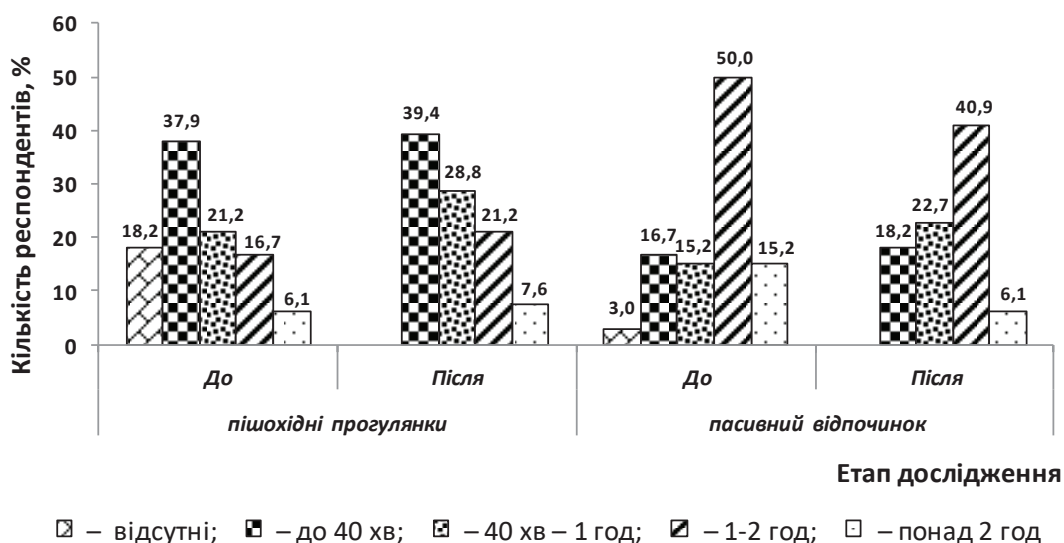


Рис. 5 Динаміка структури щоденного сімейного дозвілля у робочі дні залежно від етапу дослідження (n = 66)

## Дискусія

Отримані результати підтверджують ефективність запропонованої оздоровчо-рекреаційної технології в контексті активізації сімейної рухової активності та організації дозвілля. Встановлене зростання частки сімей, які ведуть активний спосіб життя, узгоджується з даними досліджень, що акцентують важливість систематичної участі батьків у спільній руховій діяльності для формування у дітей здорових звичок [8; 15; 17; 21]. Як зазначено у працях цих авторів, залучення батьків до регулярної рухової активності разом із дітьми сприяє стійкому закріпленню моделей поведінки, орієнтованих на здоров'я, що повністю співпадає із виявленими у нашому дослідженні тенденціями.

Позитивні зрушення у регулярності оздоровчої рухової активності спільно з дітьми, а також зменшення частки сімей, які взагалі не практикували активне дозвілля, свідчать про ефективність педагогічного супроводу, спрямованого на підвищення рекреаційної культури сім'ї. Це узгоджується з висновками авторів [7], які наголошували на необхідності цілеспрямованого впливу через освітні та рекреаційні програми для підтримки рухової активності в сімейному середовищі. Хоча не всі показники продемонстрували статистичну значущість, загальна динаміка змін засвідчує стійку тенденцію до покращення. Подібні результати були зафіксовані і в інших дослідженнях, де впровадження комплексних рекреаційних програм призводило до поступового, але стабільного збільшення рівня сімейної активності [4; 5; 8; 16].

Особливої уваги заслуговує статистично значуще зростання частки сімей, які активно використовували зимові види рекреації. Це вказує на ефективність запропонованих технологічних рішень у контексті сезонної активності, що відповідає ідеям розвитку сімейної рухової активності з урахуванням сезонності, описаних у дослідженнях таких авторів [14; 15; 18]. Також важливими є зміни у характері дозвілля як у вихідні, так і в робочі дні, де зафіксовано збільшення

тривалості пішохідних прогулянок і зменшення частки пасивного відпочинку дітей.

Отримані дані корелюють із сучасними підходами до профілактики гіподинамії та формування культури здорового способу життя в умовах сім'ї [24], які передбачають регулярну рухову активність навіть у повсякденному розпорядку [6]. Загалом виявлені зміни демонструють доцільність інтеграції оздоровчо-рекреаційних технологій на основі спортивної анімації в практику сімейного дозвілля. Особливо ефективною така інтеграція виявляється при використанні ресурсів розважальних центрів, що співзвучно з ідеями активізації сімейного дозвілля через залучення до різних форм організованої рухової активності, представленими у працях [17; 25].

## Висновки

Запровадження запропонованої оздоровчо-рекреаційної технології сприяло суттєвому поліпшенню організації сімейного дозвілля, підвищенню рівня залученості батьків і дітей до оздоровчої рухової діяльності. Встановлено позитивну динаміку за більшістю досліджуваних показників, зокрема зростання частки сімей, що систематично займаються руховою активністю, активніше використовують зимові види рекреації та збільшують тривалість пішохідних прогулянок як у вихідні, так і в робочі дні.

Незважаючи на те, що не всі відмінності виявилися статистично значущими, загальні тенденції свідчать про ефективність застосованого підходу та його потенціал для подальшого використання в програмах оздоровлення сімей.

Запропонована технологія може розглядатися як перспективний засіб формування фізичної культури сім'ї й профілактики недостатньої рухової активності.

Перспективи подальших досліджень будуть спрямовані на оцінку довгострокових ефектів у покращенні якості та задоволеності життям.

**Конфлікт інтересів.** Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

## Джерела та література

1. Колодько І. Особливості формування та розвитку неформальної освіти королівства Швеції. *Вісник Кам'янець-Подільського нац. у-ту імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. 2020. Вип. 19. С. 18-22. doi: 10.32626/2309-8082.2020-19.18-22
2. Савлюк С., Ваколюк А., Семенович С., Бутенко Т., Панчук І. Цілеспрямована зміна морфологічних показників тіла осіб зрілого віку у процесі занять ментальним фітнесом. *Вісник Кам'янець-Подільського нац. у-ту імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. 2020. Вип. 17. С. 64-68. doi: 10.32626/2309-8082.2020-17.64-68
3. Єдинак Г., Шиян Б., Петришин Ю. Наукові дослідження у фізичному вихованні та спорті: навч. посібник; 3-є вид. стереотип. [Електронне видання]. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський нац. ун-т імені Івана Огієнка, 2021. 280 с.

## References

1. Kolodko, I. (2020), "Osoblyvosti formuvannya ta rozvytku neformal'noyi osvity korolivstva Shvetsiyi" [Peculiarities of the formation and development of informal education in the Kingdom of Sweden]. *Bulletin of the Kamianets-Podilskyi Ivan Ohiienko National University. Physical education, sports and human health*, 19, pp. 18-22. doi: 10.32626/2309-8082.2020-19.18-22 [in Ukraine].
2. Savlyuk, S., Vakolyuk, A., Semenovich, S., Butenko, T., Panchuk, I. (2020), "Tsilespryamovana zmina morfolohichnykh pokaznykiv tila osib zriloho viku u protsesi zanyat' mental'nym fitnessom" [Targeted change in morphological indicators of the body of mature people in the process of mental fitness classes]. *Bulletin of the Kamianets-Podilskyi Ivan Ohiienko National University. Physical education, sports and human health*, 17, pp. 64-68. doi: 10.32626/2309-8082.2020-17.64-68 [in Ukraine].

4. Andrieieva, O., Maltsev, D., Kashuba, V. et al. (2022). Relationship between quality of life and level of physical activity and family well-being. *Physical Education Theory and Methodology*, 22(4), 569-575. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2022.4.16>
5. Andrieieva, O., Maltsev, D., Kashuba, V. et al. (2022). The correlation between the level of health-improving and recreational physical activity and family well-being. *Physical Education Theory and Methodology*, 22(3s), 94-101. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2022.3s.13>
6. Blavt, O., Iedynak, G., Galamanzhuk, L., Zhygulova, E., Mykhalska, Yu., Khomych, A., & Sovtysik, D. (2023). Test Control of Inclusive Physical Education: Assessment Using the Newest Electronics. *Physical Education Theory and Methodology*, 23(6), 940-946. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2023.6.17>
7. Burns, R. D., Bai, Y., Podlog, L. W. et al. (2022). Associations of physical activity enjoyment and physical education enjoyment with segmented daily physical activity in children: Exploring tenets of the trans-contextual model of motivation. *J of Teaching in Physical Education*, 1-5. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2021-0263>
8. Freire, T., & Teixeira, A. (2018). The influence of leisure attitudes and leisure satisfaction on adolescents' positive functioning: The role of emotion regulation. *Frontiers in Psychology*, 9, 1349. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01349>
9. Galan Y., Yarmak O., Andrieieva O., et al. (2021). Impact of football clubs on the recreational activities of preschoolers. *J of Physical Education and Sport*, 21(2), 803-12. <https://doi.org/10.7752/jpes.2021.02100>
10. Getz, D., & Andersson, T. (2010). The event tourism experience. *International Journal of Event and Festival Management*, 1(2), 108-123.
11. Gibson, H. J. (2012). *Sport tourism: Concepts and theories*. Routledge.
12. Granero-Jiménez, J., López-Rodríguez, M. M., Dobarrio-Sanz, I., & Cortés-Rodríguez, A. E. (2022). Influence of physical exercise on psychological well-being of young adults: A quantitative study. *International J of Environmental Research and Public Health*, 19(4282). <https://doi.org/10.3390/ijerph19074282>
13. Hinch, T., & Higham, J. (2011). *Sport tourism development* (2nd ed.). Channel View Publications.
14. Iso-Ahola, S. E. (2013). *Recreation and leisure: Improving the quality of life*. Venture Publishing.
15. Izenstark, D. E., & Middaugh, E. (2022). Patterns of family-based nature activities across the early life course and their association with adulthood outdoor participation and preference. *J of Leisure Research*, 53(1), 4-26.
16. Maltsev, D., Andrieieva, O., Kashuba, V. et al. (2022). Assessment of the quality of active family leisure. *Physical Education Theory and Methodology*, 22(3), 386-392. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2022.3.13>
17. Paez, J., Hurtado, J., Reyes, T., Abusleme, R., Arroyo, P., & Oñate, C. (2022). Relationship between parents' physical activity level and the motor development level and BMI of their children. *International J of Environmental Research and Public Health*, 19, 9145. <https://doi.org/10.3390/ijerph19159145>
18. Patterson, P. E. (2015). Seasonal recreation and the role of animation in family leisure. *Leisure Studies*, 34(5), 602-617.
19. Piestrzyński W., Stasiuk I., Sarzała D., Iedynak G., Marzec A., Hudyma N., Šrobárová S., Mykhalskyi A., Woźniak W., Mykhalska Y. (2021). Physical activity and sense of security in schoolchildren during the Covid-19 lockdown period. *J of Physical Education and Sport*, Vol 21 (Suppl. issue 5), 3075-3083. doi: 10.7752/jpes.2021.s5409
3. Iedynak, G., Shiyan, B., Petryshyn, Yu. (2021). *Naukovi doslidzhennya u fizychnomu vykhovanni ta sporti* [Scientific research in physical education and sports]. 3rd ed. [Electronic edition]. Kamianets-Podilskyi: Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University. 280 p. [in Ukraine].
4. Andrieieva, O., Maltsev, D., Kashuba, V. et al. (2022). Relationship between quality of life and level of physical activity and family well-being. *Physical Education Theory and Methodology*, 22(4), 569-575. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2022.4.16>
5. Andrieieva, O., Maltsev, D., Kashuba, V. et al. (2022). The correlation between the level of health-improving and recreational physical activity and family well-being. *Physical Education Theory and Methodology*, 22(3s), 94-101. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2022.3s.13>
6. Blavt, O., Iedynak, G., Galamanzhuk, L., Zhygulova, E., Mykhalska, Yu., Khomych, A., & Sovtysik, D. (2023). Test Control of Inclusive Physical Education: Assessment Using the Newest Electronics. *Physical Education Theory and Methodology*, 23(6), 940-946. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2023.6.17>
7. Burns, R. D., Bai, Y., Podlog, L. W. et al. (2022). Associations of physical activity enjoyment and physical education enjoyment with segmented daily physical activity in children: Exploring tenets of the trans-contextual model of motivation. *J of Teaching in Physical Education*, 1-5. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2021-0263>
8. Freire, T., & Teixeira, A. (2018). The influence of leisure attitudes and leisure satisfaction on adolescents' positive functioning: The role of emotion regulation. *Frontiers in Psychology*, 9, 1349. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01349>
9. Galan Y., Yarmak O., Andrieieva O., et al. (2021). Impact of football clubs on the recreational activities of preschoolers. *J of Physical Education and Sport*, 21(2), 803-12. <https://doi.org/10.7752/jpes.2021.02100>
10. Getz, D., & Andersson, T. (2010). The event tourism experience. *International Journal of Event and Festival Management*, 1(2), 108-123.
11. Gibson, H. J. (2012). *Sport tourism: Concepts and theories*. Routledge.
12. Granero-Jiménez, J., López-Rodríguez, M. M., Dobarrio-Sanz, I., & Cortés-Rodríguez, A. E. (2022). Influence of physical exercise on psychological well-being of young adults: A quantitative study. *International J of Environmental Research and Public Health*, 19(4282). <https://doi.org/10.3390/ijerph19074282>
13. Hinch, T., & Higham, J. (2011). *Sport tourism development* (2nd ed.). Channel View Publications.
14. Iso-Ahola, S. E. (2013). *Recreation and leisure: Improving the quality of life*. Venture Publishing.
15. Izenstark, D. E., & Middaugh, E. (2022). Patterns of family-based nature activities across the early life course and their association with adulthood outdoor participation and preference. *J of Leisure Research*, 53(1), 4-26.
16. Maltsev, D., Andrieieva, O., Kashuba, V. et al. (2022). Assessment of the quality of active family leisure. *Physical Education Theory and Methodology*, 22(3), 386-392. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2022.3.13>
17. Paez, J., Hurtado, J., Reyes, T., Abusleme, R., Arroyo, P., & Oñate, C. (2022). Relationship between parents' physical activity level and the motor development level and BMI of their children. *International J of Environmental Research and Public Health*, 19, 9145. <https://doi.org/10.3390/ijerph19159145>
18. Patterson, P. E. (2015). Seasonal recreation and the role of animation in family leisure. *Leisure Studies*, 34(5), 602-617.

20. Richards, G. (2015). Creativity and tourism: The state of the art. *Tourism Recreation Research*, 40(3), 277-290.
21. Silva, L. S., Lima, I. J., Albuquerque, E., Santos, R. M., Porto, S. M., & Oliveira, S. F. (2020). Correlation between quality of life and physical activity level of professionals of the Family Health Support Center (NASF). *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, 18(1), 37-44. <https://doi.org/10.5327/Z1679443520200444>
22. Swarbrooke, J., & Page, S. J. (2012). *Tourism management*. Routledge.
23. Townsend, J. A., Van Puymbroeck, M., & Zabriskie, R. B. (2017). The core and balance model of family leisure functioning: A systematic review. *Leisure Sciences*, 39(5), 436-456. <https://doi.org/10.1080/01490400.2017.1333057>
24. Yelizarova, O. T., Polka, N. S., Hozak, S. V. et al. (2020). Behaviour typologies in Ukrainian children and adolescents at the implementation of quarantine measures during COVID-19 pandemic. *Environmental Health*, 4(97), 14-20. <https://doi.org/10.32402/DOVKIL2020.04.014>
25. Zabriskie, R. B., Aslan, N., & Williamson, M. (2018). Turkish family life: A study of family leisure, family functioning, and family satisfaction. *J of Leisure Research*, 49(1), 8-27. <https://doi.org/10.1080/00222216.2018.1425049>
19. Piestrzyński W., Stasiuk I., Sarzała D., Iedynak G., Marzec A., Hudyma N., Šrobárová S., Mykhalskyi A., Woźniak W., Mykhalska Y. (2021). Physical activity and sense of security in schoolchildren during the Covid-19 lockdown period. *J of Physical Education and Sport*, Vol 21 (Suppl. issue 5), 3075-3083. doi: 10.7752/jpes.2021.s5409
20. Richards, G. (2015). Creativity and tourism: The state of the art. *Tourism Recreation Research*, 40(3), 277-290.
21. Silva, L. S., Lima, I. J., Albuquerque, E., Santos, R. M., Porto, S. M., & Oliveira, S. F. (2020). Correlation between quality of life and physical activity level of professionals of the Family Health Support Center (NASF). *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, 18(1), 37-44. <https://doi.org/10.5327/Z1679443520200444>
22. Swarbrooke, J., & Page, S. J. (2012). *Tourism management*. Routledge.
23. Townsend, J. A., Van Puymbroeck, M., & Zabriskie, R. B. (2017). The core and balance model of family leisure functioning: A systematic review. *Leisure Sciences*, 39(5), 436-456. <https://doi.org/10.1080/01490400.2017.1333057>
24. Yelizarova, O. T., Polka, N. S., Hozak, S. V. et al. (2020). Behaviour typologies in Ukrainian children and adolescents at the implementation of quarantine measures during COVID-19 pandemic. *Environmental Health*, 4(97), 14-20. <https://doi.org/10.32402/DOVKIL2020.04.014>
25. Zabriskie, R. B., Aslan, N., & Williamson, M. (2018). Turkish family life: A study of family leisure, family functioning, and family satisfaction. *J of Leisure Research*, 49(1), 8-27. <https://doi.org/10.1080/00222216.2018.1425049>

Надійшла до друку 12.03.2025