

## Література

1. Кулакова М.В. Особистісно орієнтовані взаємовідносини як педагогічна умова формування готовності до професійної діяльності у майбутніх фахівців у вищих морських навчальних закладах // Наукові записки: Збірник наукових статей Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова / Укл. П. В. Дмитренко, Л. Л. Макаренко. – Випуск LX (60). – К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2005. – С. 78-82.
2. Кулакова М.В. Сутність педагогічних умов професійної підготовки майбутніх фахівців морських спеціальностей // Духовність особистості: методологія, теорія і практика: Зб. наук праць. – Луганськ, 2004. – В.5. – С.104-109.
3. Лігоцький А. О. Теоретичні основи проектування сучасних освітніх систем : [монографія] / А. О. Лігоцький. – К. : Техніка, 1997. – 340 с.
4. Ольховий О. М. Професійно спрямована система підготовки курсантів вищих військових навчальних закладів з врахуванням специфіки подальшої військово-професійної діяльності / О. М. Ольховий // Матеріали Всеармійської науково-методичної конференції: Сучасні тенденції та перспективи підготовки військовослужбовців, Київ, 24.11.2011 року. К.: НУОУ, 2011. - С. 48-52.
5. Benefits of Interdisciplinary Teaching and Learning. "Toolkit" for Interdisciplinary Learning, Teaching, Assessment. Retrieved from <http://apcentral.collegeboard.com/apc/public/repository/AP-Interdisciplinary-Teaching-and-Learning-Toolkit.pdf>
6. Interdisciplinary Learning (2005). Elements of Effective Teaching Practice. Knowledge and Employability Studio. Alberta Education, Alberta, Canada. Retrieved from [http://www.learnalberta.ca/content/kes/pdf/or\\_ws\tea\\_lem\05\\\_interdis.pdf](http://www.learnalberta.ca/content/kes/pdf/or_ws\tea_lem\05\_interdis.pdf)
7. Odierno T. Raymond. Commissioned Officer Professional Development and Career Management // Department of the Army Pamphlet 600-3. – Washington, DC, 2014. – 486 p.
8. Vaskivska H., Tanas M. R., Loboda S. Interdisciplinary links as a didactic basis of the future teacher's professional training // Interdisciplinary Studies of Complex Systems. – Warszawa, 2017. – No. 10 (11). – P. 46-59.

**Рипак М.О.**

**Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського**

### ДОЗВІЛЛЯ ДОРΟΣЛИХ ЖІНОК І МІСЦЕ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ У НЬОМУ

У статті розглядаються питання місця рухової активності у дозвіллі дорослих жінок. Установлено, що спеціально організована рухова активність у структурі дозвілля дорослих жінок, які проживають у сільській місцевості посідає лише 9 рейтингове місце серед усіх захоплень, а у міських жінок – 5 рейтингове місце. Визначено види діяльності, яким жінки приділяють найбільше часу на дозвіллі. Перші рейтингові місця у структурі дозвілля міських жінок займають такі: заняття особистими справами (29,8%), спілкування з подругами (28,2%), перегляд телевізійних програм (27,8%). Жінки, що проживають у селі, у вільний час здебільшого надають перевагу перегляду телевізійних програм (22,2%), займаються улюбленими справами (вишивають, в'яжуть) (20,0%), відвідують сусідів, ходять в гості (18,5%).

**Ключові слова:** рухова активність, дорослі жінки, дозвілля.

**Марьяна Рипак. Досуг взрослых женщин и место в нем двигательной активности.** В статье рассматриваются вопросы места двигательной активности в досуге взрослых женщин. Установлено, что специально организованная двигательная активность в структуре досуга взрослых женщин, которые живут в сельской местности, занимает только 9 рейтинговое место среди всех интересов, а в городских женщин – 5 рейтинговое место. Определены виды деятельности, которым женщины уделяют наиболее времени на досуге. Первые рейтинговые места в структуре досуга городских женщин занимают: занятия личными делами (29,8%), общение с подругами (28,2%), просмотр телевизионных передач (27,8%). Женщины, которые живут в сельской местности, в свободное время дают предпочтение просмотру телевизионных передач (22,2%), занимаются любимыми делами (вышивают, вяжут) (20,0%), ходят в гости (18,5%).

**Ключевые слова:** двигательная активность, взрослые женщины, досуг.

**Mariana Ripak. Leisure adult women and the place in it motor activity.** The place of movement activity in the structure of leisure of adult women has been considered in the article. The types of activities, which are devoted to the most time at the leisure of women of all ages, are determined.

It has been found that only 14,4% of women in rural areas have free time every day, sometimes – 34,5% of adult women, almost never – 51,5%. Among women living in cities 55,7% have free time every day, sometimes – 34,5% and almost never – 9,8% adult women. The first ranking places in the structure of leisure for urban women occupy the following: occupation of personal affairs (29,8%), communication with friends (28,2%), watching TV programs (27,8%). Women living in the countryside in their free time mostly prefer watching TV programs (22,2%), embroider, knit (20,0%), visit neighbors, go to visit (18,5%). Older women are more active and prefer active leisure time, while women of retirement age prefer to have passive leisure in their free time. Specially organized motor activity, that is, exercises in the structure of free time adult women living in rural areas occupy only 9 rating positions among all hobbies, and among urban women - 5 rating position. It was found that women living in rural areas rated their own motor activity as high and medium (25,2% and 36.1% respectively). However, the motor activity of women living in the village is mostly household and only a small number of women (9,5%) indicated that they have a specially organized motor activity in their free time. In return, among urban women, the percentage of those who indicated a high level of motor activity is much lower than that of rural women (9,7%). These results indicate the need to develop a set of measures that will promote the attraction of adult women to a systematic specially organized motor activity in their leisure.

**Key words:** motor activity, adult women, leisure.

**Постановка проблеми.** Сфера дозвілля в усі часи була і залишається однією із вагомих складових людського життя. Саме тому проблема організації вільного часу завжди знаходилася в центрі уваги науковців. Вільний час є важливим засобом формування особистості людини, сприяє процесам відновлення розумової та фізичної працездатності. Період вільного часу спрямований на виконання ряду функцій, зокрема, функції розвитку здібностей та реалізації інтересів особистості, функції розваги, відпочинку та соціальної функції. У цьому контексті важливим компонентом дозвілля постає рухова активність, як невід'ємна складова раціонального способу життя особистості. Рухова активність спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичного потенціалу та досягнення фізичної досконалості [2, 3, 10, 11, 15, 20].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У Національній стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» вказується, що достатній рівень оздоровчої рухової активності (не менше 4-5 занять на тиждень тривалістю одного заняття не менше 30 хвилин) мають лише 3% населення віком від 16 до 74 років, середній рівень (2-3 заняття на тиждень) – 6% населення, низький рівень (1-2 заняття на тиждень) – 33% населення. Для більшої частини дорослого населення характерною є гіпокінезія [12]. Як свідчить статистика, до занять фізичною культурою і спортом залучено лише 12,5% населення. Спеціально організована рухова активність найбільш властива чоловікам у віці до 30 років, а жінкам – до 15 років. При цьому, навіть у ці вікові періоди індекс рухової активності дуже низький, особливо у жінок [6, 16]. Низький рівень участі жінок у фізкультурно-оздоровчій діяльності обумовлюють соціальні чинники. Протягом останніх двох-трьох поколінь жінки мають однакові права з чоловіками. Більшість працюючих жінок вдома виконують три функції: домашньої господині, жінки і матері. Кожна з цих функцій вимагає від жінки зосередженості, уваги, повної самовіддачі, що призводить до виснаження, переважно психічного [14]. Жінки, які працюють, мають на 50% менше вільного часу, ніж чоловіки. Установлено, що заміжня працююча жінка працює в середньому по 80-90 годин на тиждень. При середній тривалості дозвілля у жінок 3-3,5 год. бюджет вільного часу складає лише 1 год. на добу [7, 8]. Скорочення вільного часу у жінок є одним із найважливіших чинників, що обмежує можливість займатися фізичними вправами [1, 4]. Проблема оптимізації рухової активності та організації вільного часу людини активно досліджується в останні роки. Зокрема, місце фізичної активності в дозвіллі школярів вивчали А. Кіндзера, І. Боднар [9]; особливості рухової активності учнів загальноосвітніх шкіл віком 15–17 років у вільний час досліджував А. Б. Мандюк [10]; особливості дозвілля студентів вивчали І. Олійник та К. Єрусалимець [13]; питанням формування культури вільного часу у студентів вищих навчальних закладів засобами фізичного виховання присвячені дослідження Н. Н. Завидівської [5]; дослідження бюджету вільного часу та рекреаційної активності студентів здійснював О. Садовський [18]; питання організації вільного часу у студентів вивчали А. Савчук, В. Ковальчук [17]; рухову активність жінок-викладачів вищих навчальних закладів третього періоду зрілого віку досліджував О. В. Федорук [19]. У працях закордонних авторів [21, 22, 23, 24, 25, 26, 27] також висвітлюються питання місця рухової активності у дозвіллі людей різного віку. Водночас, на сьогодні трапляється мало досліджень, які б містили дані стосовно місця рухової активності у дозвіллі дорослих жінок. З огляду на вище вказане, дане дослідження є актуальним.

#### Завдання дослідження:

1. З'ясувати наявність вільного часу у дорослих жінок, які проживають у міській та сільській місцевості.
2. З'ясувати, яким видам діяльності приділяють найбільше часу на дозвіллі дорослі жінки.
3. Визначити місце рухової активності у дозвіллі дорослих жінок.

#### Методи дослідження:

- аналіз науково-методичної літератури,
- анкетування,
- методи математичної статистики.

**Виклад основного матеріалу.** Дослідження проводилося за допомогою розробленої нами анкети, яка складалася із 21 запитання. Питання анкети об'єднувалися у блоки за тематичним і проблемним принципом на основі «дерева» і «гілок» інтерпретації основних понять (Н. Черниш, 1998). У проведеному дослідженні брали участь 1864 дорослі жінки, з них 1119 жінок, які проживають у містах і 745 жінок, які проживають у сільській місцевості. Результати проведеного анкетування дозволяють стверджувати, що у жінок, які проживають у сільській місцевості, значно менше вільного часу, ніж у жінок, які проживають у містах. Так, лише 14,4% жінок сільської місцевості вказали, що мають вільний час кожного дня, інколи – 34,5% дорослих жінок, практично ніколи – 51,5%. При цьому спостерігається тенденція, що більше вільного часу мають незаміжні жінки (рис. 1).

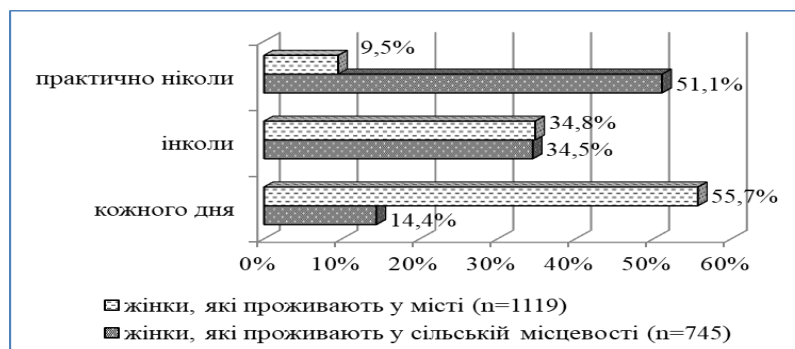


Рис. 1. Наявність вільного часу у дорослих жінок (n=1864)

На наявність вільного часу кожного дня вказали 55,7% жінок, що проживають у містах, інколи вільний час мають 34,5% опитаних міських жінок і практично ніколи – 9,8% дорослих жінок, які проживають у містах. Аналізуючи результати анкетування, можна стверджувати, що у жінок, що проживають у містах, значно більше вільного часу, який вони можуть використовувати з урахуванням своїх уподобань, потреб та інтересів, натомість у жінок сільської місцевості вільного часу є недостатньо. Це пов'язано з великою кількістю обов'язків, які мають жінки, що проживають у селі (ведення домашнього господарства, робота на земельних ділянках, по господарству тощо).

У проведеному анкетуванні було з'ясовано тривалість вільного часу у жінок. Так, більшість дорослих жінок, які мають вільний час впродовж дня, зазначили, що його тривалість коливається в межах від 30 хвилин до 2 годин. Тривалість вільного часу у вихідні дні є більшою і коливається в межах від 3 до 4 годин. Значна кількість дорослих жінок дала суб'єктивну оцінку вільного часу, вказавши, що його мало. Варто зазначити, що тривалість вільного часу залежить і від пори року. Так, жінки, які проживають у сільській місцевості вказали, що вільного часу у них значно більше взимку, ніж в інші пори року. Натомість жінки, які проживають у містах, вказали, що найбільше вільного часу вони мають у період відпустки, незалежно від пори року.

Аналізуючи види діяльності, яким приділяють найбільше часу на дозвіллі дорослі жінки, ми встановили, що жінки, що проживають у селі, у вільний час здебільшого надають перевагу перегляду телевізійних програм (22,2%), займаються улюбленими справами (вишивають, шують, в'яжуть) (20,0%), відвідують сусідів, ходять в гості (18,5%) (рис. 2).



Рис. 2. Види занять, яким надають перевагу дорослі жінки у вільний час

Найменше приваблюють жінок сільської місцевості такі захоплення, як відвідування музеїв, кінотеатрів (7,0%), комп'ютерні ігри (8,7%) та заняття фізичними вправами (9,5%).

Результати анкетування дозволяють стверджувати, що захоплення міських жінок у вільний час відрізняються від тих, яким надають перевагу жінки, що проживають у сільській місцевості. Перші рейтингові місця займають такі: заняття особистими справами (29,8%), спілкування з подругами (28,2%), перегляд телевізійних програм (27,8%). Варто зазначити, що структура вільного часу, тобто сукупність видів діяльності, які характеризують проведення вільного часу, у жінок різного віку також відрізняється. Жінки зрілого віку більш активні та надають перевагу активному проведенню вільного часу, натомість жінки пенсійного віку надають перевагу пасивному відпочинку у вільний час, або відпочинку, який не передбачає значної рухової активності.

Варто зазначити, що спеціально організована рухова активність, тобто заняття фізичними вправами у структурі вільного часу дорослих жінок, які проживають у сільській місцевості посідають лише 9 рейтингове місце серед усіх захоплень, а у міських жінок – 5 рейтингове місце.

У той же час, жінки, які проживають у сільській місцевості оцінили власну рухову активність як високу та середню (25,2% і 36,1% відповідно) (рис. 3).



Рис. 3. Оцінка власної рухової активності впродовж доби дорослими жінками, які проживають у сільській і міській місцевості

Проте, рухова активність жінок, які проживають у селі, має переважно побутовий характер і лише незначна кількість жінок (9,5%) вказали, що їм властива спеціально організована рухова активність у вільний час. Натомість серед міських жінок відсоток тих, хто вказав на високий рівень рухової активності, значно менший, порівняно з жінками, які проживають у селі (9,7%). У той же час, спеціально організована рухова активність у вільний час є властивою для 25,8% міських жінок.

Варто також зазначити, що значна кількість жінок міської і сільської місцевості вказали на низький рівень рухової активності (28,3% і 24,7% відповідно). Крім того, вагаються у виборі відповіді 14,0% дорослих жінок. Вище наведені дані свідчать про недооцінку жінками важливості рухової активності для їхнього здоров'я.

У проведеному дослідженні було з'ясовано, які форми рухової активності є більш властивими для жінок (табл. 1).

Таблиця 1

**Форми рухової активності, які постійно властиві для дорослих жінок**

Звична рухова активність	Жінки, які проживають у місті (n=1119)	Жінки, які проживають у сільській місцевості (n=745)	Спеціально-організована рухова активність	Жінки, які проживають у місті (n=1119)	Жінки, які проживають у сільській місцевості (n=745)
Пересування у справах пішки	10,0%	71,1%	Ранкова гігієнічна гімнастика	1,6%	0%
Підйом по сходах без ліфту	13,9%	0%	Самостійні заняття фізичними вправами	11,9%	9,5%
Побутова фізична робота	69,6%	89,3%	Заняття у фізкультурно-оздоровчих групах	13,9%	1,2%
Робота на городі, на дачній ділянці	21,6%	91,1%	Активний відпочинок у вихідні дні	15,8%	7,1%

Так, 10,0% міських жінок і 71,1% жінок, які проживають у сільській місцевості пересуваються у справах пішки, постійно займаються побутовою фізичною працею 69,6% міських жінок і 89,3% жінок сільської місцевості. Разом з тим, виконують ранкову гігієнічну гімнастику лише 1,6% міських жінок і жодна жінка сільської місцевості, самостійно займаються фізичними вправами 11,9% жінок, які проживають у містах і 9,5% жінок, які проживають у селах.

Аналіз табличної інформації дає підстави стверджувати, що дорослі жінки є недостатньо активними і для них властива здебільшого звична рухова активність. Тому результати проведеного дослідження дозволяють стверджувати про необхідність впровадження комплексу організаційно-методичних заходів, спрямованих на залучення жінок до фізкультурно-оздоровчих занять з метою зміцнення здоров'я, зняття психоемоційного навантаження і забезпечення активного довголіття.

**Висновки.** Установлено, що лише 14,4 % жінок сільської місцевості мають вільний час кожного дня, інколи – 34,5% дорослих жінок, практично ніколи – 51,5%. Серед жінок, що проживають у містах, 55,7% мають вільний час кожного дня, інколи – 34,5% опитаних і практично ніколи – 9,8% дорослих жінок.

Перші рейтингові місця у структурі дозвілля міських жінок займають такі: заняття особистими справами (29,8%), спілкування з подругами (28,2%), перегляд телевізійних програм (27,8%). Жінки, що проживають у селі, у вільний час здебільшого надають перевагу перегляду телевізійних програм (22,2%), займаються улюбленими справами (вишивають, шиють, в'яжуть) (20,0%), відвідують сусідів, ходять в гості (18,5%).

Спеціально організована рухова активність, тобто заняття фізичними вправами у структурі вільного часу дорослих жінок, які проживають у сільській місцевості посідає лише 9 рейтингове місце серед усіх захоплень, а у міських жінок – 5 рейтингове місце.

Жінки, які проживають у сільській місцевості оцінили власну рухову активність як високу та середню (25,2% і 36,1% відповідно), жінки міст оцінили її як середню (47,9%) та низьку (28,3%).

**Перспективи подальших досліджень** полягають у впровадженні заходів, що сприятимуть залученню дорослих жінок до систематичної спеціально організованої рухової активності у вільний час.

#### Література

1. Боднар І. Ставлення матерів до регулярних занять фізичними вправами / І. Боднар // Молода спортивна наука України: 36. наук. статей з галузі фізичної культури та спорту. – Л.: ЛДІФК, 2002. – Вип. 6. – Т.1. – С.157–161.
2. Бойко О. П. Культура дозвілля у суспільстві ризику [монографія] / О. П. Бойко. – Суми : ДВНЗ “УАБС НБУ”, 2011. – 285 с.
3. Бочелюк В. Й. Дозвіллезнавство : навч. посіб. / В. Й. Бочелюк, В. В. Бочелюк. – К. : Центр навчальної літератури, 2006. – 208 с.
4. Данилевич М. Оцінка рівня фізичного здоров'я жінок, які займаються фізкультурно-оздоровчою діяльністю / М. Данилевич, Ісаєва Ю. // Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення: Мат. VII Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. – Л.: ЛДУФК, 2010. – С. 220–223.
5. Завидівська Н. Організаційно-педагогічні засади формування культури вільного часу у студентів вищих навчальних закладів засобами фізичного виховання / Н. Завидівська // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. у-ту ім. Лесі Українки : у 3 т. – Луцьк, 2008. – Т. 2. – С. 111–114.
6. Збірник «Україна спортивна – 2015» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/26806> (дата звернення 11.10.2016).
7. Кириленко О. М. Залучення населення України до спортивно-оздоровчої активності: соціологічний аналіз проблеми / О. Кириленко // Парадигма здорового способу життя: духовні та фізичні компоненти : зб. наук. ст. II Міжнар. наук.-теорет. конф. кафедри соц.-гуман. дисциплін. – К. : НУФВСУ, 2010. – С. 51–66.
8. Кириленко О. Проблеми залучення жінок до спортивної активності (соціологічний аналіз) / О. Кириленко, Р. Волинець // Олімпійський спорт і спорт для всіх: проблеми здоров'я, рекреації, спортивної медицини та реабілітації: Тези доповідей IV Міжнарод. наук. конгресу. – К., 2000. – С. 575.
9. Кіндзера А. Місце фізичної активності в дозвіллі школярів / А. Кіндзера, І. Боднар // Молода спортивна наука України : зб. тез доп. – Л., 2017. – Вип. 21, т. 4. – С. 59.
10. Мандюк А. Особливості рухової активності учнів загальноосвітніх шкіл віком 15-17 років у вільний час / Андрій Мандюк // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2017. – № 2(58). – С. 53–57.
11. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 2008. – 544 с.
12. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» / Схвалено указом Президента України від 9 лютого 2016 року № 42/2016.
13. Олійник І. Формування культури дозвілля студентської молоді / І. Олійник, К. Єрусалимець // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Східноєвроп. нац. у-ту ім. Лесі Українки. Луцьк, 2013. – № 1 (21). – С. 207–212.
14. Пістун І.П. Працездатність та здоров'я людини: Навчальний посібник / І. П. Пістун, М. К. Хобзей, Г. В. Сілін. – Л.: Афіша, 2003. – 280 с.
15. Піча В. М. Культура вільного часу : Філософсько-соціологічний аналіз / В. М. Піча. – Л. : Світ, 1990. – 151 с.
16. Прокопенко Н. О. Вікові особливості оздоровчої фізичної культури / Н. О. Прокопенко // Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : наук. часопис національного пед. у-ту ім. М. П. Драгоманова. – К., 2017. – Серія 15, вип. 5 К (86) 17. – С. 264–269.
17. Савчук С.А. Організація вільного часу у студентів / А. Савчук, В. Ковальчук // Молодий вчений. – № 3 (18) – 2015. – С. 114–117.
18. Садовський О. Дослідження бюджету вільного часу та рекреаційної активності студентів / Олексій Садовський // Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : наук. часопис національного пед. у-ту ім. М. П. Драгоманова. – К., 2016. – Серія 15, вип. 6 (76) 16. – С. 103–106.
19. Федорюк О. В. Рухова активність жінок-викладачів вищих навчальних закладів третього періоду зрілого віку [Електронний ресурс] / О. В. Федорюк // Вісник Прикарпатського університету. Фізична культура. – 2013. – Вип. 17. – С. 164–168.
20. Яременко Н. В. Дозвіллезнавство : навч. посіб. / Н. В. Яременко. – Фастів : Поліфаст, 2007. – 460 с.
21. Benedetti T. Physical activity and mental health status among elderly people / T. Benedetti, L. Borges, E. Petroski // Revista Saude Publica, 2008. – № 42. – pp. 302–307.

22. Bravata D. Using pedometers to increase physical activity and improve health: a systematic review / D. Bravata, C. Smith-Spangler, V. Sundaram, A. Gienger, N. Lin, R. Lewis, J. Sirard // *Jama*. – 2007. – 298(19). – P. 2296–2304.
23. Edginton C. R. World Leisure: Enhancing the Human Condition // *Sport Journal*. – 2009. – Т. 12. – № 3.
24. Kretschmann R. Comparison of 9<sup>th</sup> grade students' physical activity levels during recess and regular class periods using objective measurement // *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*. – 2016. – № 4. – P. 59–63.
25. Merritt R. et al. An exploration of recreational activities while travelling relative to psychographic tendencies // *Tourism Recreation Research*. – 2016. – Т. 41. – № 3. – P. 302–313.
26. Rejeski W. J. Physical activity and quality of life in older adults / W. J. Rejeski, S. L. Mihalko // *The Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Sciences*, 2001. – № 56. – pp. 23–35.
27. Wojciechowska P. Physical activity and human health / Paulina Wojciechowska // *Studia Medyczne*. – 2015. – 30(4). P. 254–260.

**Розторгуй М. С.**

**Львівський державний університет фізичної культури**

## **ПЕРЕДУМОВИ ЗАРОДЖЕННЯ ТА РОЗВИТКУ ПАУЕРЛІФТИНГУ У СТРУКТУРІ АДАПТИВНОГО СПОРТУ**

*Аналіз співвідношення кількості учасників змагань з пауерліфтингу серед спортсменів з інвалідністю, аналіз історичних змін у змагальній програмі пауерліфтингу та статистичних даних змагальної діяльності спортсменів з інвалідністю, що представлено у статті, свідчить про вплив соціально-культурних, ідеологічних, соціально-політичних, соціально-економічних, особистісних факторів та фактору технічної доступності на розвиток пауерліфтингу для спортсменів в структурі адаптивного спорту.*

**Ключові слова:** розвиток, спортсмени з інвалідністю, фактори, Паралімпійські ігри.

*Предпосылки зарождения и развития пауэрлифтинга в структуре адаптивного спорта. Анализ соотношения количества участников соревнований по пауэрлифтингу среди спортсменов с инвалидностью, анализ исторических изменений в соревновательной программе пауэрлифтингу и статистических данных соревновательной деятельности спортсменов с инвалидностью, представленных в статье, свидетельствует о влиянии социально-культурных, идеологических, социально-политических, социально-экономических, личностных факторов и фактора технической доступности на развитие пауэрлифтинга для спортсменов в структуре адаптивного спорта.*

**Ключевые слова:** развитие, спортсмены с инвалидностью, факторы, Паралимпийские игры.

*Preconditions for the conception and development of powerlifting in the structure of adaptive sports. The conducted analysis of available scientific research indicates the lack of general information on the preconditions for the emergence and development of powerlifting for athletes of different nosological groups as an integral part of adaptive sports. In the system of scientific knowledge on the given problem there are contradictions in the study of historical experience, analysis and evaluation of historical events and facts.*

*The purpose of this scientific research is to identify the preconditions for the conception and development of powerlifting in the structure of adaptive sports.*

*The article presents an analysis of the ratio of the number of participants in the powerlifting competitions among athletes with disabilities, analysis of the historical changes in the competitive powerlifting program and the statistical data of the competitive activities of athletes with disabilities. As a result of documentary analysis, quantitative and qualitative indicators of the participation of athletes from different countries, their distribution according to weight categories and the nosology of athletes who participated in "weightlifting" competitions at the II Paralympic Games were established.*

*As an integral part of adaptive sports, powerlifting for athletes with disabilities was born during the formation of the Paralympic Games, which directly influenced both the historical and organizational aspects of the development of the sport. Since the official recognition of sports for athletes with disabilities coincides with the year of the inclusion of powerlifting in the II Paralympic Games program called "Weightlifting", the factors affecting the birth and development of adaptive sports as a social phenomenon directly determine the peculiarities of the formation and development of powerlifting as a sport.*

**Key words:** development, athletes with disabilities, factors, paralympic games.

**Постановка проблеми.** За більш ніж столітню історію адаптивний спорт як частина міжнародного олімпійського руху пройшов процес еволюційного перетворення, що спричинило зміщення пріоритетів від реабілітаційних до суто спортивних та формування цільово-результативної спрямованості підготовки спортсменів [2, 9]. Проблематика виявлення тенденцій, періодів та перспектив розвитку адаптивного спорту, особливостей функціонування адаптивного спорту в структурі міжнародного спортивного руху та формування програм Паралімпійських ігор знайшли своє відображення у працях Є. Н. Приступи, Ю. А. Бріскіна, А. В. Передерій, А. Г. Істоміна, В. П. Жиленкової, І. А. Лисенко та інших [1, 4, 10, 12, 17].

У науково-методичній літературі детально узагальнена інформація щодо функціонування видів спорту в структурі адаптивного спорту [3, 4, 7, 15]. Разом з тим, поза увагою науковців залишаються історичні аспекти розвитку видів спорту, що входять в програму Паралімпійських ігор. Аналіз наукових праць з проблематики історичних передумов зародження та розвитку видів спорту для спортсменів з інвалідністю свідчить про фрагментарний характер наукового знання щодо історичних, концептуальних та методичних засад розвитку пауерліфтингу як складової адаптивного спорту.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Система знань щодо історичних аспектів розвитку пауерліфтингу в