

Єднак Валерій¹ <https://orcid.org/0000-0003-0009-8805>

Галан Ярослав² <https://orcid.org/0000-0002-7024-5690>

Огнистий Андрій¹ <https://orcid.org/0000-0002-4748-1900>

Кутна Ольга³

ПОПУЛЯРИЗАЦІЯ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ ЧЕРЕЗ РУХОВУ ДІЯЛЬНІСТЬ: СВІТОВИЙ ДОСВІД ТА РОЛЬ МІЖНАРОДНОГО ОЛІМПІЙСЬКОГО КОМІТЕТУ

¹Тернопільський національний педагогічний університет ім. В.Гнатюка

²Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

³Озернянський ліцей Тернопільського району Тернопільської області

Анотація. У статті розглядаються сучасні підходи до популяризації легкої атлетики через фізичну активність на основі аналізу світового досвіду та ролі Міжнародного олімпійського комітету (МОК). Особлива увага приділяється міжнародним програмам World Athletics (Kids' Athletics), Solidaridad Olímpica, CECS та EAP, а також прикладам із США, Європи, Азії та Африки. Підкреслено роль МОК у фінансуванні, освітніх ініціативах, розвитку інфраструктури та організації глобальних заходів. Запропоновано рекомендації щодо адаптації світового досвіду до умов України.

Abstract. The article discusses modern approaches to promoting athletics through physical activity based on an analysis of global experience and the role of the International Olympic Committee (IOC). Particular attention is paid to international programmes such as World Athletics (Kids' Athletics), Solidaridad Olímpica, CECS and EAP, as well as examples from the USA, Europe, Asia and Africa. The role of the IOC in financing, educational initiatives, infrastructure development and the organisation of global events is emphasised. Recommendations are made on how to adapt global experience to the conditions in Ukraine.

Ключові слова: легка атлетика, рухова діяльність, популяризація спорту, Міжнародний олімпійський комітет, Kids' Athletics, Olympic Solidarity, CECS, EAP, спортивна освіта, інфраструктура, глобальні програми, світовий досвід

Keywords: athletics, physical activity, promotion of sport, International Olympic Committee, Kids' Athletics, Olympic Solidarity, CECS, EAP, sports education, infrastructure, global programmes, international experience

Актуальність теми дослідження. Легка атлетика, як один із найдавніших і наймасовіших видів спорту, відіграє ключову роль у формуванні здорового способу життя, розвитку фізичних і соціальних компетенцій молоді та інтеграції суспільства навколо ідеалів олімпізму. У сучасних умовах глобалізації, урбанізації та цифровізації виникає потреба у нових підходах до залучення дітей і учнівської молоді до рухової активності, особливо через інноваційні освітні програми, інклюзивні ініціативи та партнерство між державними, громадськими й міжнародними організаціями.

Зростання рівня гіподинамії, поширення хронічних захворювань, а також соціальні виклики, пов'язані з міграцією, війнами та економічною нестабільністю, підсилюють актуальність дослідження ефективних механізмів популяризації легкої атлетики як універсального засобу фізичного, психічного та соціального розвитку особистості. Особливої ваги набуває аналіз світового досвіду, зокрема програм World Athletics, Olympic Solidarity, CECS (система освіти і сертифікації тренерів від World Athletics), EAP (європейська мережа клубів і турнірів для популяризації легкої атлетики), які демонструють різноманіття підходів до залучення різних верств населення до легкої атлетики через рухову діяльність. [1]

Важливою є й роль МОК, який не лише організовує Олімпійські ігри, а й активно впроваджує освітні, фінансові та інфраструктурні програми, спрямовані на забезпечення універсальності спорту, підтримку спортсменів, тренерів, адміністраторів та розвиток спортивної інфраструктури у всіх регіонах світу.

Мета дослідження: зробити комплексний аналіз світового досвіду популяризації легкої атлетики через рухову діяльність із фокусом на міжнародні програми та роль Міжнародного олімпійського комітету.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати сучасні тенденції та підходи до популяризації легкої атлетики через рухову діяльність у світі.
2. Охарактеризувати ключові міжнародні програми (Kids' Athletics, Olympic Solidarity, CECS, EAP) та їхню ефективність.
3. Визначити роль МОК у фінансуванні, освіті, розвитку інфраструктури та організації глобальних подій.
4. Розглянути приклади реалізації програм у США, Європі, Азії та Африці.

Методи дослідження: синтез та аналіз науково-методичної літератури, міжнародних програм та офіційних документів, порівняльний аналіз практик у різних країнах.

Результати досліджень. Рухова активність є ключовим чинником залучення людей до занять легкою атлетикою. Вона формує інтерес до спорту залежно від вікових особливостей, мотиваційних потреб та соціального контексту. (Твбл.1)

Таблиця 1

Роль рухової активності у формуванні інтересу до легкої атлетики

Вікова група	Характер рухової активності	Форми залучення	Основні мотиви
Діти (5–10 р.)	Ігрова, емоційна	Kids' Athletics, рухливі ігри	Радість, цікавість
Підлітки (11–16 р.)	Цілеспрямована, змагальна	Шкільні змагання, клуби	Самоствердження, соціальне визнання
Молодь (17–22 р.)	Баланс навчання і спорту	Університетські клуби, марафони	Самовираження, інтеграція
Дорослі (23–45 р.)	Оздоровча, рекреаційна	Масові забіги, корпоративні заходи	Здоров'я, стрес-менеджмент
Старші (45+)	Підтримувальна, профілактична	Ходьба, клуби ветеранів	Збереження активності, спілкування

Важливу роль у залученні підлітків до занять легкою атлетикою відіграє програма World Athletics: Kids' Athletics.

Kids' Athletics – це глобальна ініціатива World Athletics, спрямована на залучення дітей віком від 4 до 14 років до занять легкою атлетикою через ігрову, доступну та інклюзивну рухову діяльність. Програма була започаткована у 2002 році, а у 2021 році оновлена з урахуванням цифрових технологій та сучасних освітніх підходів. На сьогодні Kids' Athletics впроваджено у понад 150 країнах, охоплено понад 13 мільйонів дітей.

Основні цілі програми:

- Формування стійкого інтересу до рухової активності та легкої атлетики.
- Розвиток базових рухових навичок (біг, стрибки, метання) через ігрові форми.
- Виховання цінностей поваги, дружби, наполегливості та гордості.
- Створення умов для інклюзивної участі дітей різного віку, статі, фізичних можливостей та соціального статусу.

Дослідження свідчать, що участь у Kids' Athletics сприяє не лише фізичному розвитку, а й формуванню соціальних навичок, підвищенню самооцінки, розвитку лідерських якостей та командної взаємодії. Програма активно впроваджується у школах, спортивних клубах, громадських організаціях, а також використовується для соціальної інтеграції дітей з особливими потребами та дітей-біженців.

Не менш важливою у популяризації легкої атлетики є і роль Міжнародного олімпійського комітету (МОК).

МОК є ключовою структурою у розвитку та популяризації спорту, зокрема легкої атлетики, через такі напрями: [4]

1. фінансування та підтримка національних олімпійських комітетів (НОК) і спортсменів (через програму Olympic Solidarity);
2. освітні ініціативи (Olympic Values Education Programme – OVEP, Athlete365);
3. розвиток спортивної інфраструктури та організація глобальних подій (Олімпійські ігри, Юнацькі Олімпійські ігри);
4. сприяння інклюзії, гендерній рівності, сталому розвитку та соціальній інтеграції через спорт.

МОК також активно фінансує будівництво та модернізацію спортивних об'єктів, сприяє сталому використанню інфраструктури після проведення Олімпійських ігор, підтримує розвиток спортивних центрів у громадах, особливо у країнах, що розвиваються.

МОК забезпечує фінансування через Olympic Solidarity, гранти, стипендії, підтримку інфраструктурних проєктів, особливо у країнах з обмеженими ресурсами. У 2025–2028 роках бюджет Olympic Solidarity становить 650 млн доларів США, з яких значна частина спрямована на підтримку молодіжних програм, розвиток інфраструктури, підготовку тренерів та адміністраторів.

МОК впроваджує освітні програми для спортсменів, тренерів, адміністраторів, організовує міжнародні курси, семінари, обміни, підтримує розвиток наукових досліджень у сфері спорту, впровадження інноваційних методик та технологій.

Фінансування будівництва та модернізації спортивних об'єктів, підтримка сталого використання інфраструктури після проведення Олімпійських ігор, розвиток спортивних центрів у громадах, особливо у країнах, що розвиваються.

Організація Олімпійських ігор, Юнацьких Олімпійських ігор, підтримка національних та континентальних змагань, впровадження інноваційних форматів (змішані естафети, інклюзивні змагання), розвиток культурних та освітніх програм у рамках глобальних подій.

МОК дотримується принципів універсальності, недискримінації, гендерної рівності, інклюзії, сталого розвитку, захисту прав людини та підтримки миру через спорт. Особлива увага приділяється підтримці спортсменів-біженців, протидії дискримінації, забезпеченню прозорості та підзвітності у використанні фінансових ресурсів, а також співпраці з ООН, ЮНЕСКО, ВООЗ та іншими міжнародними організаціями.

Політичні виклики (війни, міграція, дискримінація) вимагають від МОК гнучкості, адаптації програм, підтримки вразливих груп, а також впровадження механізмів моніторингу та оцінки ефективності програм.

Важливою є роль світової атлетики через впровадження програм CECS та EAP. [3]

CECS (Coaches Education and Certification System) – це система навчання та сертифікації тренерів, розроблена World Athletics для підвищення кваліфікації фахівців у сфері легкої атлетики. Програма передбачає багаторівневу підготовку тренерів (від базового до експертного рівня), охоплює питання методики тренування, біомеханіки, фізіології, психології спорту, інклюзивної освіти та етики.

CECS активно впроваджується у Європі, Азії, Африці, Америці, сприяє обміну досвідом, впровадженню інноваційних методик та підвищенню якості підготовки спортсменів.

EAP (Events for Athletics Promotion) – це міжнародна мережа легкоатлетичних змагань, що об'єднує понад 20 турнірів у різних країнах Європи, спрямованих на розвиток молодих спортсменів, популяризацію легкої атлетики та обмін кращими практиками організації змагань.

EAP акцентує увагу на корпоративній соціальній відповідальності, впровадженні Кодексу поведінки, програмі «I Run Clean®», екологічній сталості та захисті прав учасників. Участь у змаганнях EAP беруть спортсмени різного віку – від дітей до майстрів, що сприяє формуванню багаторівневої системи розвитку легкої атлетики.

Важливим є досвід реалізації програм у різних регіонах світу.

У США розвиток легкої атлетики базується на потужній інфраструктурі шкільного та університетського спорту, широкій мережі аматорських і професійних клубів, а також активній участі громадських організацій (наприклад, American Youth Athletics).

USA Track & Field (USATF) організовує щорічні чемпіонати, впроваджує програми для молоді, забезпечує сертифікацію тренерів, дотримання стандартів безпеки та інклюзії (SafeSport). Особлива увага приділяється розвитку жіночої легкої атлетики, підтримці спортсменів з різних соціальних груп, а також організації масових подій (марафони, естафети, шкільні змагання).

У Європі популяризація легкої атлетики здійснюється через національні федерації, регіональні програми, співпрацю з освітніми закладами та впровадження інноваційних методик тренування. Європейська легкоатлетична асоціація організовує чемпіонати для різних вікових груп (U18, U20, U23), підтримує програми Kids' Athletics, обмін кращими практиками, розвиток інклюзивних та екологічних ініціатив.

У країнах, таких як Нідерланди, Чехія, Італія, Іспанія, впроваджено системи раннього виявлення та супроводу талантів, використання біомеханічного аналізу, мобільних додатків для тренерів, а також активна співпраця між федераціями, університетами та науковими центрами.

В Азії розвиток легкої атлетики координується Легкоатлетичною асоціацією Азії, яка організовує континентальні чемпіонати, впроваджує програми Kids' Athletics, CECS, освітні курси для тренерів та офіційних осіб.

Особливу увагу приділяють розвитку інфраструктури (будівництво стадіонів, тренувальних центрів), залученню молоді через шкільні програми, а також соціальній інтеграції дітей з різних регіонів та культур. В Японії, Китаї, Індії активно впроваджуються інноваційні освітні та тренувальні методики, використовується цифровий моніторинг результатів.

В Африці ключовими напрямками є розвиток інфраструктури, підтримка молодих спортсменів, організація тренувальних таборів, а також соціальні програми для залучення дітей з малозабезпечених сімей, біженців та дітей з інвалідністю.

African Youth Movement, African Youth Sports Academy та інші організації реалізують програми з розвитку лідерських якостей, профілактики злочинності, соціальної адаптації через спорт. Особливу роль відіграють тренувальні центри у Дакарі, Каїрі, Найробі, які забезпечують підготовку спортсменів, тренерів, адміністраторів та сприяють обміну досвідом між країнами.

Аналіз світового досвіду засвідчив, що ключовими Тенденціями та перспективами популяризації легкої атлетики є:

- *інновації та цифровізація.*

Сучасний розвиток легкої атлетики характеризується впровадженням цифрових технологій (онлайн-платформи, мобільні додатки, стрімінг змагань, аналітичні сервіси), що підвищує доступність, залученість та мотивацію молоді. Соціальні мережі стали потужним інструментом популяризації спорту, формування спільнот, обміну досвідом та залучення нових учасників.

- *інклюзія та гендерна рівність.*

Програми МОК, World Athletics, національних федерацій спрямовані на забезпечення рівного доступу до занять легкою атлетикою для всіх категорій населення – дітей, жінок, осіб з інвалідністю, біженців, представників різних етнічних та соціальних груп. Особлива увага приділяється адаптивному спорту, соціальній інтеграції та підтримці вразливих груп.

- *освітні та соціальні програми.*

Освітні ініціативи (OVER, Athlete365, CECS) сприяють формуванню цінностей олімпізму, розвитку лідерських якостей, громадянської відповідальності, профілактиці насильства та дискримінації. Соціальні програми спрямовані на підтримку дітей-біженців, внутрішньо переміщених осіб, дітей з особливими потребами, ветеранів та інших вразливих груп.

- *сталий розвиток та екологічна відповідальність.*

Організація Олімпійських ігор та інших масових подій супроводжується впровадженням екологічних стандартів, використанням існуючої інфраструктури, підтримкою місцевих громад, розвитком екологічної свідомості учасників та глядачів.

Кейси з різних країн демонструють, що системний підхід, партнерство між державними, громадськими та міжнародними

організаціями, використання цифрових технологій та інноваційних методик забезпечують високу ефективність запропонованих програм та стійкий соціальний вплив.

Висновки. 1. Популяризація легкої атлетики через рухову діяльність є стратегічно важливим напрямом розвитку фізичної культури, здоров'я та соціальної інтеграції у світі.

2. Світовий досвід демонструє, що ефективність програм забезпечується завдяки системному підходу, партнерству між державними, громадськими та міжнародними організаціями, впровадженню інноваційних освітніх, соціальних та інфраструктурних проектів.

3. Міжнародний олімпійський комітет відіграє ключову роль у фінансуванні, освіті, розвитку інфраструктури, організації глобальних подій, підтримці інклюзії, гендерної рівності, сталого розвитку та соціальної інтеграції через спорт.

4. Програми Kids' Athletics, Olympic Solidarity, CECS, EAP, OVER є ефективними інструментами залучення дітей і молоді до легкої атлетики, формування цінностей олімпізму, розвитку лідерських якостей, громадянської відповідальності та соціальної згуртованості.

5. Для України важливо адаптувати світовий досвід, інтегрувати міжнародні програми у національну систему освіти, спорту та соціальної політики, розвивати партнерство, інфраструктуру, інклюзивні та інноваційні підходи до популяризації легкої атлетики серед дітей і молоді.

Список літератури.

1. World Athletics. Development Vision [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://worldathletics.org/development/vision> (worldathletics.org in Bing).

2. World Athletics. Kids' Athletics Programme [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://worldathletics.org/kids-athletics> (worldathletics.org in Bing).

3. World Athletics. Coaches Education and Certification System (CECS) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://worldathletics.org/development/education> (worldathletics.org in Bing).

4. Olympic Solidarity. Development Programmes for National Federations 2025–2028 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://olympics.com/ioc/olympic-solidarity> (olympics.com in Bing).

5. Events for Athletics Promotion (EAP). Manifesto 2024 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://eap-circuit.org>.