

Розділ 1. Історичні, філософські, правові та організаційні проблеми фізичної культури

УДК 37.037:371.71

Олег Кемінь

Рекреаційно-оздоровчий потенціал скаутської системи всебічного розвитку

Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника (м. Івано-Франківськ)

Постановка наукової проблеми та її значення. Надмірна фізична та психологічна перевантаженість українських школярів протягом навчального року, комплексна шкідлива дія міського середовища внаслідок забруднення повітря, недостатній рівень медицини, економічної забезпеченості та інші фактори щоденного життя зумовлюють гостру рекреаційну потребу, оскільки організм людини, а особливо дитячий, потребує відновлення сил, що поглинаються сферою навчання й інших малорухомих занять. Дитячий відпочинок особливий тим, що повинен виконувати ще й функцію духовного та фізичного розвитку у вільний від основної діяльності час. Задовольнити названі потреби покликана рекреаційна діяльність.

За визначенням Міністерства охорони навколишнього природного середовища України, рекреаційна діяльність – це діяльність, спрямована на відновлення розумових, духовних і фізичних сил людини за допомогою загальнооздоровчого й культурно-пізнавального відпочинку, туризму, санаторно-курортного лікування тощо [7].

Сучасні автори трактують фізичну рекреацію як відновлення: 1) канікули, перерва в школі, 2) відпочинок, відновлення сил людини, відволікання від звичайних видів трудової, побутової, спортивної, навчальної діяльності; як активний відпочинок і розваги з використанням фізичних вправ, рухливих ігор, різних видів спорту, а також природних сил природи, результатом яких є задоволення фізичних та духовних потреб, гарне самопочуття й настроїв, відновлення розумової та фізичної працездатності [1].

Аналіз досліджень цієї проблеми в зазначеній галузі свідчить, що ринок рекреаційних послуг для дітей на сьогодні недостатньо вивчений як із позицій рекреаційної діяльності, так і юридично-правових.

Державна політика в галузі відпочинку та оздоровлення дітей здійснюється на основі таких нормативно-правових актів, як Конституція України, Закон «Про охорону дитинства», «Про позашкільну освіту», нормативно-правових документів України з проблем розвитку туристичної галузі, а також регулюється певними Міністерствами України щодо конкретної сфери. Проте для чіткого визначення меж рекреаційної діяльності, які є доволі розмитими, необхідне більш чітке нормативно-державне регулювання. Можемо стверджувати, що ринок рекреаційних послуг для дітей в Україні перебуває на стадії розвитку. Відновленням здоров'я школярів займаються заклади оздоровлення та відпочинку, повноцінне функціонування яких надзвичайно залежить від фінансування, що в умовах економічної кризи ускладнюється, а буває, що стає просто неможливим.

Очевидно, що за таких обставин потрібно шукати альтернативні форми дитячої рекреації, звернути увагу держави на молодіжні організації, особливе місце серед яких займає Національна скаутська організація України «Пласт».

Мета дослідження – розкрити суть рекреаційно-оздоровчого потенціалу скаутської системи всебічного розвитку та тіловиховання як альтернативи традиційним формам дитячої рекреації, вивчити традиції НСОУ «Пласт» у плані відновлення й зміцнення здоров'я та психофізичного вдосконалення дітей і юнацтва.

Методи дослідження. У процесі дослідження ми використовували теоретичний аналіз та вивчення документів, які відображають діяльність Пласту в напрямі оздоровлення й виховання свідомого ставлення до власного здоров'я.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів досліджень. В основі самого скаутингу лежить усебічний розвиток молодої людини: фізичний, духовний та інтелек-

туальний. С. В. Сапіга і Т. Л. Лях у статті «Досвід соціалізації підлітків в літньому скаутському наметовому таборі «Витоки» стверджують про те, що «скаутська система виховання ґрунтується на природному розвитку молодих людей і створює сприятливе середовище, що відповідає потребам підлітків в дії – ризикувати, долати труднощі...» [8].

Наукові дослідження, які безпосередньо стосуються організації педагогічного процесу в системі скаутингу, здійснювали українські науковці О. Бондар, Ю. Жданович, В. Окаринський, М. Окаринський, Л. Ярова, С. Диба, Т. Ярулова, І. Дідух та ін. Важливе значення мають праці зарубіжних фахівців із проблем скаутського руху М. Балестріно, Дж. Барра, Р. Біркбі, Б. Лава й інших. Серед великої кількості різнопланових наукових досліджень з історії скаутського руху, педагогічної, виховної, суспільної діяльності «Пласту» практично відсутній науковий погляд на рекреаційний потенціал скаутингу.

Маючи столітній досвід виховання юних громадян, Пласт в Україні об'єднує близько 10 тисяч членів різного віку й таким чином є найбільшою скаутською організацією України. На сьогодні 130 осередків Пласту діють у всіх 24 областях України та Автономній Республіці Крим. Окрім України, Пласт офіційно існує у восьми країнах світу: Австралії, Аргентині, Великобританії, Канаді, Німеччині, Польщі, Словаччині й США.

Заснований Р. Баден-Пауелом, скаутський рух із перших днів свого існування проповідував вироблення в молоді – майбутнього нації – нових позицій і поглядів на життя й природу. Сам Баден-Пауел оф Гілвел вважав, що науку про здоров'я найкраще подавати в таборі [6]. Скаутські звичаї та принцип реалізуються на щотижневих гурткових і курінних сходах.

Важливою рекреаційною формою пластування є плекання здорового способу життя як запоруки здоров'я. Засновник українського «Пласту» Доктор Олександр Тисовський зазначав: «Нам, пластунам, треба хотіти й уміти бути здоровими, нам треба навчатися розумно плекати своє здоров'я. <...> Здоровою людина має в собі завжди багато енергії для поборювання різних життєвих труднощів, має багате захоплення життям, бажання діяльності. Нерухливі, повільні, ліниві, безідейні люди, несхильні веселитися, гратися, – це здебільшого нездорові, а то й виразно хворі люди» [10, 172]. «Тренувати тіло – означає: дбати про здоров'я й розвивати тугість» (пружність. – Авт.). Пластування створює для цього всі можливості, а зокрема виховує відповідальність за власне здоров'я, гігієну, поміркованість. Цьому сприяють, таборування, фізичні вправи, ігри, плавання, туризм і заняття на природі – так окреслював рекреаційні чинники один із пластунів Ю. Старосольський [9].

Відповідальність за власне здоров'я виражає 12 пункт Пластового закону, який був і залишається надзвичайно важливою засадою в пластовому самовихованні. Актуальність його підтверджена 16 резолюцією 7 Крайового Пластового з'їзду у 2002 р.: «Дотримуючись вимог 12 точки Пластового закону... відповідно до засад основоположника Пласту Олександра Тисовського й пластової організації 1911–1939 років та висновків сучасної медичної науки, дійсні члени Пласту НСОУ не вживають тютюну, алкоголю та інших наркотичних речовин» [12, 23].

Традиційно формування в юнацтва неприйняття наркогенних речовин тісно поєднувалося з ідейно-громадянським, морально-етичним, фізичним і трудовим вихованням. Так створюються педагогічні умови, які в сукупності запобігають уживанню алкоголю й тютюну пластунами-підлітками та поширюють відповідні ідеї та норми поведінки в інших молодіжних і громадських середовищах. «Повздержливість від курення й отруйних напівків і наркотиків обов'язує суворо. Але пластове життя таке, що воно й не сприяє отруї: багато руху, змагань, повітря, сонця й вода є нашими профілактичними засобами на отрую; не ліки на затруєння, а засіб не допускати навіть бажання» (Ю. Старосольський) [9, 22–23].

Без сумніву, відмова чи утримання від шкідливих звичок має потужний рекреаційний вплив на здоров'я молоді людини.

Другим складником формування здорового способу життя в Пласті стало прищеплення знань із валеології та гігієни. Робота в цьому напрямі починається на рівні юнацтва: у них формуються відповідні звички та навички: постійно поглиблюються знання про щоденну гігієну, надання першої допомоги. При цьому в їхній основі залишалися поради, викладені в підручнику «Життя в Пласті» (1921 р.) [10].

Також до здоров'яформувальних факторів належать щоденна руханка, яка, як правило, проводиться в умовах табору, а також – спорт і спортивні змагання, зокрема, які організуються кілька разів на рік ініціативними групами в складі пластових куренів та осередків. Щорічно проводиться Пластова олімпіада – змагання, які відбуваються «справді по-пластовому, мають прикмети справжньої чесної гри» (Др. О. Тисовський). Перед молодшими пластунами ставиться завдання – пізнати різні спортивні ігри й види спорту, щоб, перейшовши до старшопластунства, обрати собі ту

ділянку активного життя, яка більше до вподоби. «Пластуни повинні основні засади кожного спорту, до якого беруться, добре знати і використовувати час, який їм відведений, на правильну гру чи правильну фізкультуру» [11, 18]. Також, доктор О. Тисовський зазначав, що Пласт не є фізкультурно-спортивним товариством і не бере участі в змаганнях із товариствами такого виду.

До рекреаційно-спортивних занять, спрямованих переважно на розвиток фізичних сил людини, належать одноденні й дводенні мандрівки в замські рекреаційні зони. Під керівництвом виховників пластуни при звичаються до перебування в природних умовах, відпрацьовують навички таборування, здобувають знання з виживання в умовах, які кардинально відрізняються від міських. «Мандрівка, – писав Ю. Старосольський, – це пригода, добровільне поборювання трудів (труднощів. – Авт.), гартування тіла й духа, пізнання країни й природи. На ній сто нагод випробувати й тренувати пластові вміння» [9, 32–33]. Сама піша мандрівка впливає на психофізичне відновлення дитячого організму. А перебування в лісі, навіть короткострокове, – це також вид рекреаційної діяльності. Ліс, як відомо, є киснепродукуючим, а фітонциди, які виділяє сосновий, дубовий, березовий ліс, убивають збудників хвороб краще, ніж алое, часник, цибуля, перець. Іонізуюча здатність лісів полягає у виділенні легких іонів, що позитивно впливають на активність дихальних ферментів, збільшення біотоків мозку, підвищують кількість кисню в крові й зменшують уміст цукру. Окрім цього, ліси володіють важливими пиловловлювальною та шумозахисною спроможностями, регулюють температурний режим, збільшують відносну вологість повітря [2; 4].

Мобілізації захисних функцій організму сприяє активна участь у піших мандрівках, що супроводжуються екстремальними погодними й побутовими умовами, низкою небезпек і перешкод. При з'ясуванні витоків та передумов пластового мандрівництва завжди наголошувалося на великих потенційних можливостях Карпатського регіону, що гармонійно поєднував унікальні природно-рекреаційні й етнокультурні ресурси та історичні традиції, які в сукупності забезпечували фізичне загартування, зміцнення здоров'я та задоволення культурно-пізнавальних потреб молоді.

Основною рекреаційною діяльністю в Пласті є табір, адже мандрівництво й таборування – «альфа і омега» скаутингу, його «початок» та «кінцевий етап», це і напрям, і форма, і метод пластового виховання. Вони сприяють наближенню («злиттю») з природою; забезпечують перевірку й удосконалення набутих раніше та нарощування нових знань, умінь і навичок з усіх сфер пластування; формують молодіжні колективи та пов'язані з цим почуття і якості особистості; виконують важливі пізнавальні та морально-естетичні функції тощо. Так реалізуються наріжні засади всебічного виховання в Пласті [5]. О. Тисовський роз'яснював, що пластові табори – це «планове й доцільне перебування серед природи... звичайно від одного до трьох тижнів часу» [10].

Протягом року Пласт в Україні проводить понад 100 виховних таборів різної спеціалізації: спортивні, морські, із повітроплавання, мистецькі, лижні, альпіністичні, археологічні, кінні, екологічні тощо. До сьогодні зберігається традиційна класифікація пластових таборів, згідно з якою вони поділяються за: 1) статеву ознакою – на хлоп'ячі й дівочі; 2) віковими категоріями – на новацькі, юнацькі, старшопластунські; 3) порою року – літні, зимові; 4) способом таборування – постійні, мандрівні; 5) характером таборування – сухопутні, водні, низинні, гірські; 6) виховним призначенням – відпочинково-виховні (оселі), виховні, інструкторські, спеціалізовані («з особливими завданнями»); 7) «охопленням пластових частин» – гурткові, курінні, кошові, окружні, крайові, міжкrajові [9]. У таборах пластуни зміцнюють і перевіряють на практиці знання, уміння й навички, здобуті впродовж року на щотижневих заняттях у домівці. Ю. Старосольський, навпаки, вважав, що «праця в домівці ведеться <...> тільки в перервах між мандруванням чи таборуванням...», адже пластун завжди «готовий і радий іти в природу, без огляду на пору року: бо треба пам'ятати: кожний сезон є пластовим сезоном» [9, 32]. Особливо популярні літні наметові табори, які проводять у рекреаційних зонах – лісах, горах, на екологічно чистих ділянках річок чи морського узбережжя.

Головним завданням таких таборів є зміцнення й збереження здоров'я дітей, їх загартування. Кожен табір має програму організації регулярної рухової діяльності дітей, спрямованої на розвиток і підтримку фізичних якостей, що забезпечують гармонійний фізичний розвиток та мають оздоровчу направленість. Заняття фізичною культурою в таборах будують з урахуванням їх взаємозв'язку із загальним режимом дня, дотриманням комплексності дії фізичних вправ у поєднанні з іншими оздоровчими заходами [3]. Основними формами фізкультурно-оздоровчої роботи у таборі є ранкова гігієнічна гімнастика, рухливі ігри, естафети, мандрівки. Багато часу відводиться трудовій діяльності (розкладання наметів, збирання дров для приготування їжі, саме приготування їжі, прибирання території табору та навколо нього). Будь-які фізичні навантаження в рекреаційних умовах мають безперечний оздоровчий вплив. Діти відновлюються не тільки фізично, а й психологічно, спілкуючись у товаристві однодумців. Звичайно, наметові табори не можуть тривати довше двох тижнів, але й вони дають стійкий позитивний результат.

Висновки. Підсумовуючи все сказане вище, можемо стверджувати, що:

- пластові табори можуть бути альтернативою стаціонарним дитячим закладам відпочинку, оскільки не потребують значних фінансових затрат та капіталовкладень;
- НСОУ «Пласт» має столітній досвід рекреаційної діяльності, а здоров'я формувальні принципи закладено в основних засадах скаутингу;
- до видів рекреаційної діяльності в «Пласті» належать здоровий спосіб життя, фізкультура та спортивні змагання, одно- й кількаденні мандрівки, наметові табори в рекреаційних зонах України.

Перспективи подальших досліджень спрямовано на впровадження в рекреаційно-оздоровчу діяльність дітей і молоді скаутської системи тіловиховання.

Джерела та література

1. Андреева О. В. Характеристика базових категорій фізичної рекреації / О. В. Андреева // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : [зб. наук. праць]. – Х. : ХХП, 2009. – № 9. – С. 7–11.
2. Бейдик О. О. Рекреаційно-туристські ресурси України : методологія та методика аналізу, термінологія, районування / О. О. Бейдик. – К. : ВПЦ «Київ, ун-т», 2001. – 395 с.
3. Бондар А. С. Менеджмент рекреаційно-оздоровчої роботи / А. С. Бондар. – Х. : [б. в.], 2010. – 178 с.
4. Генсирук С. А. Рекреационное использование лесов / С. А. Генсирук, М. С. Нижник, Р. Р. Возняк. – К. : Урожай, 1987. – 246 с.
5. Дідух І. Я. Виховна теорія і практика українського скаутського руху на західноукраїнських землях у 1910–30-х рр. ХХ ст. : автореф. дис. на здобуття наук ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.01 «Загальна педагогіка та історія педагогіки» / І. Я. Дідух. – Тернопіль, 2013. – 19 с.
6. Лорд Баден-Пауел оф Гілвел. Пластування для хлопців / Р. С. Баден-Пауел – Івано-Франківськ : Лілея НВ, 2007. – 304 с.
7. Наказ Міністерства охорони навколишнього природного середовища України «Про затвердження Положення про рекреаційну діяльність у межах територій та об'єктів природно-заповідного фонду України» від 22.06.2009 № 330 // Офіц. вид. – Офіційний вісник України, 2009. – № 57. – С. 107. – стаття 1997.
8. Сапіга С. В. Досвід соціалізації підлітків в літньому скаутському наметовому таборі «Витоки» [Електронний ресурс] / С. В. Сапіга, Т. Л. Лях. // Іституційний репозиторій Київського університету імені Бориса Грінченка. – 2013. – С. 137–140. – Режим доступу до журн. : http://elibrary.kubg.edu.ua/1199/1/t_lyakh_dspvlsntv_ksp%26ko_ipsp.pdf
9. Старосольський Ю. Велика гра / Ю. Старосольський. – New York : ПВ «Молоде життя», 2004. – 42 с.
10. Тисовський О. Життя в Пласті. Посібник для українського пластового юнацтва / О. Тисовський. – 4 те. вид. – Торонто, 1997. – 352 с.
11. Тисовський О. Ідеологія Пласту – українського скаутингу / О. Тисовський. – Івано-Франківськ : «МістоНВ», 2012. – 56 с.
12. Юзич Ю. Основположник Пласту про 12 точку Пластового Закону (до чергового Дня Пластової Присяги) / Ю. Юзич. – К. : [б. в.], 2008. – 24 с.

Анотації

У статті розкрито основні принципи скаутської системи фізичного розвитку, зокрема її рекреаційно-оздоровчі можливості як альтернативна форма дитячого відпочинку, що ґрунтується на столітній традиції Національної скаутської організації України «Пласт» і спрямована на виховання фізично здорового підростаючого покоління українців.

Ключові слова: дитячий відпочинок, скаутська система виховання, рекреаційний потенціал, традиції Національної скаутської організації України «Пласт».

Олег Кеминь. Рекреационно-оздоровительный потенциал скаутской системы всестороннего развития. В статье раскрыты основные принципы скаутской системы физического развития, в частности её рекреационно-оздоровительные возможности, как альтернативная форма детского отдыха, которая основывается на столетней традиции Национальной скаутской организации Украины «Пласт» и направлена на воспитание физически здорового подрастающего поколения украинцев.

Ключевые слова: детский отдых, скаутская система воспитания, рекреационный потенциал, традиции Национальной скаутской организации Украины «Пласт».

Oleg Kemin. Recreational and Health Potencial of Scout Upbringing System. The article deals with the main principles of scout physical development system, in particular, with its recreational and wellness opportunities as alternative forms of child rest, which is based on the centenary-old traditions of National scout organization of Ukraine «Plast» and aimed at education of physically healthy young generation of Ukrainians.

Key words: child rest, scout education system, recreation potential, traditions of National scout organization of Ukraine «Plast».