



Щодо питання рекреаційної освіти молоді

Герасімова І.М.¹, Іванов В.І.²

¹Дніпродзержинський енергетичний технікум

²ВДНЗУ «Українська медична стоматологічна академія»

Анотація. Неосвічене суспільство приречене в сучасному світі на вимирання. Освіта цілеспрямовано передає свою культурну спадщину - накопичене знання, цінності та навички — від одного покоління іншому «між поколіннями». Але освіта, яка не оновлюється, не підкріплюється практичним застосуваннями своїх досягнень та напрацювань у житті людини – мертва освіта. Тож знання «посіяні» в дитинстві дадуть свої паростки у юнацтві і дорослому житті плоди цієї праці протягом багатьох років будуть стояти на сторожі життя людини.

Ключові слова: освіта, молодь, фізична культура, рекреація.

Неосвічене суспільство приречене в сучасному світі на вимирання. Освіта цілеспрямовано передає свою культурну спадщину - накопичене знання, цінності та навички — від одного покоління іншому «між поколіннями». Але освіта, яка не оновлюється, не підкріплюється практичним застосуваннями своїх досягнень та напрацювань у житті людини – мертва освіта. Тож знання «посіяні» в дитинстві дадуть свої паростки у юнацтві і дорослому житті плоди цієї праці протягом багатьох років будуть стояти на сторожі життя людини.

Так рекреаційна освіта необхідна кожній людині для того, щоб гармонійно існувати у сучасному світі і мати можливість раціонально і ефективно розподілити час на працю та відпочинок, вміло організувати активне дозвілля, застосувати вдало і вчасно заходи з профілактики чи лікування захворювань, формувати високий рівень здоров'я засобами фізичної культури та спорту, максимально продовжити своє активне довголіття.

Рекреаційна діяльність — це один із комплексних видів життєдіяльності людини, спрямований на оздоровлення і задоволення духовних потреб у вільний від роботи час. Ця діяльність повинна бути різноманітна, цілеспрямована та мати комплексний підхід. І для того, щоб людина могла правильно організувати своє дозвілля, відновити фізичні та психічні ресурси організму, тримати високий рівень здоров'я, необхідно мати базовий об'єм знань - на самперед теоретичних.

Так свої перші теоретичні знання сучасна молодь повинна отримувати під час

сімейного виховання - на прикладі батьків, тобто їх особисте відношення до організації та участі у різноманітних оздоровчо-лікувальних та спортивно-фізкультурних заходах (спостерігати, а краще бути задіяними).

Наступний базовий рівень знань з рекреації молодь отримує в дитячих навчальних закладах та початкових закладах для молоді (дитячий садок, школа, вищий навчальний заклад). На цьому етапі професійними носіями рекреаційних знань повинні бути вихователі, викладачі та працівники сфери спорту та фізичної культури. Викладачі та вихователі повинні систематично оновлювати рівень знань з організації дозвілля вихованців за допомогою організації різноманітних оздоровчо-лікувальних, оздоровчо-курортних та спортивно-фізкультурних заходів, проведенням тематичних бесід та лекторіїв, зустрічей з медичними працівниками та провідними спортсменами, людьми, які мають особисті напрацювання в рекреаційній діяльності.

А найвищим рівнем рекреаційних знань молоді є особисте, усвідомлене ставлення до отримання, оновлення та систематичне застосування в житті рекреаційних знань.

Так провівши опитування серед студентської молоді можливо говорити про те, що знання з рекреації у більшості студентів мінімальні. А це все через те, що більша кількість викладачів та вихователів не приділяють уваги роз'ясненню важливості поєднання теоретичних та практичних знань з рекреаційної діяльності. Через обмежені знання з рекреації сучасна молодь (за окремим виключенням молоді, яка

навчається на медичних спеціальностях та навчальних закладах, які готують фахівців з організації занять фізичною культурою та спортом) вважає за вдалий рекреаційний захід ситуативні заняття бігом, тренування за гроші в елітних фітнес клубах де не завжди є тренери-професіонали або звичайну прогулянку на природі.

На сучасному етапі розвитку суспільства і особливо становлення молоді, людям наділеними повноваженнями виховувати та навчати, важливо весь час стимулювати вихованців на отримання знань з раціональної організації вільного часу і особливо активного дозвілля. Ще Аристотель стверджував, що людина, яка навчилася працювати, мусить навчитися розважатися на дозвіллі. У цьому афоризмі закладено глибоке філософське розуміння необхідності чергування часу праці з часом дозвілля, яке потребує не пасивного відпочинку, а активної розваги.

Особливу увагу необхідно звернути на різноманітні функції діяльності людини у вільний час – лікувально-профілактична, пізнавально-освітня, оздоровчо-спортивна, соціально-культурна та економічна.

Важливо наділити молодих людей знаннями і про різноманітність форм рекреаційної діяльності – пасивні (сон, відвідування виставок, прослуховування музики або тематичних лекцій, перегляд спортивних змагань, телепередач і т.ін.) і активні (заняття улюбленими фізичними вправами, походи, змагання, ігри та розваги, екскурсії). Приділити увагу тому, що ці форми необхідно застосовувати у комплексі та змінювати при цьому місце проведення заходу (в приміщенні, в спортивному залі, на воді, у лісі чи парку, стадіоні). Оптимальною формою рекреаційної діяльності вважається комплексне застосування різноманітних (із переважаючим психічним або фізичним компонентом) форм рекреаційної активності. Однак також необхідно наголосити на тому, що сучасна людина, з огляду на умови її життєдіяльності, потребує в першу чергу фізичної рекреації, яка повинна стати органічним складником способу життя, приносити задоволення, радість, приємність, зменшувати вплив стресів.

Як висновок із вище викладеного - сучасний рівень рекреаційних знань більшої кількості молоді є недостатнім і обмеженим.

Основні напрямки розширення об'єму рекреаційних знань молоді повинні бути спрямовані на:

форми проведення рекреаційних заходів (більш різноманітні, які відповідають вимогам сьогодення);

методи впливу на організм людини (фізичні, психічні, освітні);

методологію та місцями проведення фізкультурно-спортивних, лікувально-профілактичних та оздоровчих заходів.

І все це буде відбуватись за умови комплексного застосування теоретичних і практичних знань викладачами та вихователями під час роботи з вихованцями в рекреаційній сфері та свідомого і вмотивованого ставлення до рекреаційної діяльності самих вихованців.

Література:

1. Бутакова О.А. Компетентность здоровьесбережение в образовании: принцип паритетности. // Вестник Челябинского государственного университета. – Челябинск. 2009. - №7. – С.21-27.
2. Зайцев В.П. Физическая рекреация в условиях современной цивилизации. Т.– 1. Формирование рекреационной культуры здоров'я: учеб. пособие / В.П. Зайцев, Н.А. Олейник, В.К. Гостищев. – Харьков: ХГАФК, 2012. – 512с.
3. Круцевич Т. Физическое воспитание как социальное явление / Т. Круцевич, В. Петровський // Наука в олимпийском спорте. – 2001. - №3. – С.3-15
4. Психология личности и образ жизни. (Под ред. Е.В.Шорохова). – М.: Наука, 1987. – 220с.
5. Интернет ресурси:
[//uk.wikipedia.org/wiki/Освіта](http://uk.wikipedia.org/wiki/Освіта)
<http://intranet.tdmu.edu.ua/>

Інформація об авторах:

Герасімова І.М., Дніпродзержинський енергетичний технікум

Іванов В.І., ВДНЗУ «Українська медична стоматологічна академія»

Поступила в редакцію 17.11.2015