



Социологические науки

УДК 371.7

Е.А. Комлева

Комлева Екатерина Алексеевна, студентка 2 курса направления подготовки «Социально-культурная деятельность» Краснодарского государственного института культуры (Краснодар, ул. им. 40-летия Победы, 33), e-mail: ekaterinakomleva0@gmail.com

Научный руководитель: **Чавыкина Ульяна Григорьевна**, кандидат педагогических наук, преподаватель кафедры социально-культурной деятельности Краснодарского государственного института культуры (Краснодар, ул. им. 40-летия Победы, 33), e-mail: shvr16@mail.ru

СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНАЯ РЕКРЕАЦИЯ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СРЕДЕ ШКОЛЬНИКОВ

В статье рассматривается взаимосвязь физической культуры и спорта в школьной среде и социально-культурной рекреации. Выделяются значимость и особенности последней для детей и подростков в настоящее время, а также элементы социокультурной деятельности в физической культуре. Приводятся функции рекреации и возможности ее осуществления через социально-культурную деятельность посредством комплекса различных современных технологий.

Ключевые слова: рекреация, физическая культура, школьники, социокультурная рекреация, спорт, социально-культурная деятельность.

E.A. Komleva

Komleva Ekaterina Alekseevna, student of 2nd course of direction of training "Social and cultural activities" of the Krasnodar state institute of culture (33, im. 40-letiya Pobedy st., Krasnodar), e-mail: ekaterinakomleva0@gmail.com

Research supervisor: **Chavykina Ulyana Grigorievna**, candidate of pedagogical sciences, teacher of department of social and cultural activities of the Krasnodar state institute of culture (33, im. 40-letiya Pobedy st., Krasnodar), e-mail: shvr16@mail.ru

SOCIAL AND CULTURAL RECREATION AS A FACTOR IN THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS AMONG SCHOOLCHILDREN

The article examines the relationship between physical culture and sports in the school environment and social and cultural recreation. The significance and features of the latter for children and adolescents at the present time, as well as elements of socio-cultural activity in physical culture are highlighted. The functions of recreation and the possibilities of its implementation through socio-cultural activities through a complex of various modern technologies are given.

Key words: recreation, physical culture, schoolchildren, social and cultural recreation, sports, social and cultural activity.

С момента всеобщего распространения цифровых технологий, мобильных устройств, компьютеров и гаджетов, которые стали неотъемлемой частью жизни человека, он становится все более малоподвижным, а физическая активность снижается. Согласно глобальному обзору от международного агентства We Are Social Digital 2020 [2, с. 1], в среднем россияне проводят около 7 часов 17 минут в интернете каждый день. Этот показатель затрагивает и подрастающее поколение.

Поэтому в жизни современного ребенка рекреация посредством физических нагрузок должна занимать важное место. Так, необходимым условием гармоничного развития личности школьников является достаточная двигательная активность. Их деятельность, в основном учебная, сопровождается длительной умственной работой. Нахождение за партой на протяжении всех уроков без должного восстановления сил может привести к напряжению мышц:

- поясницы;
- спины;
- шеи;
- суставов и других частей тела.

Процесс утомления затрагивает мышечную, нервную системы и влияет на активность работы головного мозга. Именно поэтому школьнику важно уметь правильно выстроить процессы отдыха и восстановления своего организма, что и включает в себя рекреация.

В.П. Зайцев считает, что физическая рекреация – это активный и пассивный отдых в комплексе с другими оздоровительными мероприятиями вне производственной, научной, учебной и иной деятельности, направленный на формирование, восстановление, укрепление и сохранение здоровья человека, а также приносящий удовольствие и удовлетворение от них, но с использованием средств физической культуры и ее форм, методов занятий [3, с. 4].

Физическая рекреация школьников – это не просто выполнение упражнений и занятия спортом. М.А. Эльмурзаев рассматривает физическую рекреацию в широком значении. Она выполняет в обществе разнообразные функции: образовательные, оздоровительные, культурные, эпистемологические, связанные с аксиологическими и эстетическими взглядами на окружающий мир, и другие, не ограничиваясь только функцией восстановления физического здоровья человека [5, с. 2].

Рассмотрение физической рекреации в рамках социокультурной сферы, состоящей из двух частей – культурной и социальной, дает более полное представление об изучаемом феномене, о его роли и значении в жизни школьников.

Так, физическая культура – это неотъемлемая составляющая культуры общества в целом. Она включает в себя элементы социально-культурной деятельности, которые напрямую относятся к рекреации в школьной среде, такие как:

- физическое воспитание;
- физическая реабилитация;
- физическая рекреация и спорт.

В процессе становления системы социально-культурной деятельности физическая культура вошла в нее как основной фактор формирования двигательных умений и навыков, которые необходимы для реализации и увеличения физических способностей, а также как средство нравственного, интеллектуального и эстетического воспитания. Поэтому особо значимую ценность в сфере физической культуры и спорта в рамках социально-культурной деятельности имеют непосредственно связанные с этой сферой специальные научно-прикладные знания, правила и методика физических упражнений, принципы, этические правила и нормы, также материально-технические условия и физкультурно-медицинское обеспечение.

Физическая рекреация как вид социально-культурной деятельности в среде имеет ряд особенностей, одна из которых – это ориентация на успешную социализацию каждого ученика. Эта задача требует разработки специальных спортивно-оздоровительных досуговых проектов и программ с применением интерактивных методов, которые восстанавливают физическое и духовное состояние школьника, развивают мышление, формируют практический опыт.

Создание правильной социокультурной среды в образовательной организации предполагает пропаганду здорового образа жизни, роли правильного отдыха у школьников.

В процессе занятий физической культурой происходит формирование уверенности у ребенка в самом себе, воспитание у учащихся активной жизненной позиции, коллективизма, что особо важно в подростковом возрасте, трудолюбия смелости, решительности, целеустремленности, упорства. Все это важные и необходимые качества для человека, живущего в современной действительности.

Особое место в реализации этих процессов отводится комплексу современных социально-культурных технологий, развлекательно-игровых оздоровительных технологий, к которым относятся:

- культурно-воспитательные технологии – направлены на приобщение человека к ценностям общества и культуры;

- культурно-развивающие технологии – направлены на познавательную деятельность, а также развитие интеллектуальных способностей личности посредством технологий;

- культурно-развлекательные технологии – направлены на формирование положительной картины мира и призваны вызвать у личности ряд позитивных эмоций;

- рекреационно-реабилитационные (анимационные) технологии – направлены на восстановление психических и физических сил для последующей трудовой активности;

- ритуально-обрядовые технологии (этноохранные) – направлены на сохранение и осуществление нормативных поведенческих действий в условиях окружающего общества [4, с. 405].

Ярким примером могут послужить технологии анимации, которые уже широко используются не только в туристической сфере, но и в образовательно-воспитательной.

Одним из наиболее эффективных и реализованных на практике способов рекреации школьников является игра с элементами физической культуры и спорта. Е.А. Покровский в 1893 году отмечал, что люди для духовного и физического развития уделяли больше времени не гимнастике, а игре. Игры являются одним из направлений социально-культурной деятельности. В среде школьников их проще реализовать и применить, чем иные виды деятельности, так интерес у детей и подростков к игре достаточно большой.

Игра представляет собой синтез социально-культурной деятельности и физической рекреации и спорта, это показывает, что она является одним из связующих элементов этих сфер.

Игры в большей степени, чем другие различные средства и способы физического воспитания школьников, отвечают потребностям детского растущего организма, именно они способствуют всестороннему развитию детей и подростков. С помощью игр у подрастающего поколения развиваются такие важные качества, как:

- ловкость;
- быстрота;
- хорошая реакция;
- сила;
- скорость;
- координированность;
- внимание;
- гибкость;
- выносливость и другие.

Кроме физических качеств, развиваются волевые, гражданские:

- смелость;
- честность;
- целеустремленность;
- коллективизм;

- ответственность;
- хорошее отношение к окружающим;
- порядочность и другие [1, с. 1].

Дети, увлекаясь подвижными играми, быстрее отдыхают, снимают усталость после длительной умственной нагрузки. Игры являются универсальным методом, который направлен на привлечение внимания школьников к занятиям физической культурой не только в условиях учебного заведения, но и самостоятельно за ее пределами, привлекая своих знакомых и друзей.

Существуют также ролевые спортивные игры. Они позволяют ученику перевоплотиться, примерить другой, не свойственный для него в обычной жизни образ. В данном случае ребенок излагает мысли конкретного персонажа, думает, как он, а также непосредственно выполняет тот ряд действий, который характерен для персонажа, выдуманного или существующего в фильмах, рисунках, сказках, мультфильмах, компьютерных играх и так далее. Преимуществом таких игр является самостоятельная командная работа учеников. В ней ищутся и объединяются сильные стороны каждого участника, что дает возможность создать особую атмосферу сотрудничества школьников в игре.

Так социально-культурная рекреация в различных ее проявлениях напрямую связана с формированием физической культуры школьников. Рекреация, подразумевающая совокупность мероприятий, целью которых является восстановление утраченных в процессе труда и учебы сил человека, несет в себе сходные с физкультурой функции. При этом рекреационные технологии дают возможность преподнести их в современной и интересной форме.

Список используемой литературы:

1. Анжиганова В.Н. Современное использование подвижных игр на уроках физической культуры // Обучение и воспитание: методики и

практика. – 2013. – № 8. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennoe-ispolzovanie-podvizhnyh-igr-na-urokah-fizicheskoy-kultury> (дата обращения: 20.05.2021).

2. Вся статистика интернета и соцсетей на 2021 год – цифры и тренды в мире и в России // ВебКанале. URL: <https://www.webcanape.ru/business/vsya-statistika-interneta-i-socsetej-na-2021-god-cifry-i-trendy-v-mire-i-v-rossii/> (дата обращения: 19.05.2021).

3. *Зайцев В.П.* Методология физической рекреации: взгляд на проблемы, опыт, рекомендации / В.П. Зайцев, С.В. Манучарян, Кр. Прусик, К. Прусик, М. Чеслицка, М. Шарк-Ецкардт // ППМБПФВС. – 2013. – № 4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/metodologiya-fizicheskoy-rekreatsii-vzglyad-na-problemy-opyt-rekomendatsii> (дата обращения: 19.05.2021).

4. *Киселева Т.Г.* Социально-культурная деятельность. URL: <https://www.twirpx.com/file/709575/> (дата обращения: 06.06.2021).

5. *Эльмурзаев М.А., Пономарев Г.Н.* Социокультурный потенциал физической рекреации // Теория и практика физической культуры. – 2014. – № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsiokulturnyy-potentsial-fizicheskoy-rekreatsii> (дата обращения: 07.06.2021).