

РОЗДІЛ 1

ІСТОРИКО-ФІЛОСОФСЬКІ ТА СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНІ АСПЕКТИ ОЗДОРОВЧОЇ, ТУРИСТИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

ІСТОРИКО-ФІЛОСОФСЬКІ АСПЕКТИ РЕКРЕАЦІЇ

ЛЮБОВ ЧЕХОВСЬКА

Львівський державний інститут фізичної культури

Рекреація... Точну дату зародження фізичної рекреації як компоненту фізичної культури, назвати не можливо, так само, як не можливо назвати точну дату виникнення фізичної культури або мистецтва.

Слиної точки зору на визначення змісту поняття "рекреація" не існує, так само, як не існує єдиної точки зору на визначення змісту поняття "оздоровча фізична культура". У вітчизняній літературі термін "рекреація" раніше дуже рідко використовувався, оскільки вважався надбанням буржуазної культури. Деякі вчені вживали термін "фізична рекреація", як синонім слова "масова фізична культура".

Поняття "рекреація" вживається досить давно і залежно від сфери використання може мати депо інший сенс. Різноманітні точки зору на зміст рекреації, мають, разом з тим, багато спільного.

Фактивні народного господарства вважають рекреацією галузь народного господарства, що пов'язана із освоєнням територій для відпочинку, лікування, туризму, ігрової форми дозвілля, спрямованої на розваги та оздоровлення, удосконалення розвитку особистості.

Соціологи називають рекреацією сукупність явищ та відносин, що виникають у процесі використання вільного часу для оздоровчої, пізнавальної, спортивної та культурно-розважальної діяльності людей на спеціалізованих територіях, поза населеними пунктами їх постійного проживання.

Рекреацією називають також діяльність людини, скеровану на відновлення своїх фізичних та психічних сил, розвиток особистості, що не пов'язана із виконанням трудових обов'язків та задоволенням побутових потреб.

Поняття "рекреація", утворене від латинського "recreatio", було введено римлянами і має кілька значень: відновлювати, відпочивати, зміцнювати, освіжати й ін. Історично даний термін так чи інакше був пов'язаний зі здоров'ям людини, але, що важливо відзначити, розуміння здоров'я не обмежувалося лише станом організму людини. Сьогодні воно розглядається в більш широкому розумінні й включає соціальний, психологічний і біологічний зміст.

Українська енциклопедія також дає тлумачення поняття "рекреація". У ній повідомляється, що термін являє собою сукупність етимологічних значень:

reertatio (лат.) – відновлення та recreation (франц.) – розвага, відпочинок, відсутність трудової діяльності; простір, що призначений для зазначених дій.

Таким чином, важливо усвідомити, що поняття "рекреація" характеризує не тільки процес або заходи по відновленню сил людини, але й простір, у якому це відбувається.

У спеціальній літературі з фізичної культури і спорту оперують здебільшого поняттям "фізична рекреація".

Згідно Г.І.Бердуса, фізична рекреація - органічна частина фізичної культури, специфічним змістом якої є рухова діяльність, спрямована на задоволення потреб

людини в активному відпочинку з метою адаптації, відновлення, переключення, а також вдосконалення особистої конституції, як фізичної так і духовної [3].

На думку В.Н.Видріна (1986), фізична рекреація - це процес використання фізичних вправ, ігор, розваг, а також природних факторів з метою активного відпочинку, переключення на інші види діяльності, відволікання від процесів, що спричиняють фізичну, психічну та інтелектуально втому, отримання задоволення, насолоди від занять фізичними вправами [1].

Існують інші визначення поняття "фізична рекреація". Вони належать М.Я.Якобсону (1974), Н.І.Пономарьову (1975); Б.В.Свстаф"єву (1985); Г.Ф.Шигіковій (1986), а також зарубіжним вченим Л.Піотровскі (1981), Б.Трошинській (1985) та іншим. Однак, визначення Видріна В.М. (1986), на нашу думку, найбільш повно висвітлює всі сторони фізичної рекреації.

Підсумовуючи численні визначення поняття "рекреація", які наводились, слід зазначити перелік характерних рис, що притаманні рекреації. Це дасть змогу більш детально розглянути її сутність.

Таким чином, рекреація це:

- "життя після праці";
- вираження внутрішньої природи людини;
- засіб розваги, відновлення;
- вид ігрової діяльності;
- специфічна форма діяльності на дозвіллі;
- соціально корисне дозвілля.

Основними характеристиками рекреації є:

- рухова діяльність на дозвіллі, яка здійснюється у вільний чи спеціально виділений час;
- головними засобами є фізичні вправи;
- добровільність участі;
- задоволення від участі (носить переважно розважальний (гедоністичний) характер));
- оптимізуючи впливає на організм людини;
- здійснюється, переважно, в природних умовах;
- прийнятність, корисність для суспільства (включає культурно-ціннісні аспекти; містить інтелектуальні, емоційні і фізичні компоненти; включає освітньо-виховні компоненти;)

Термін "рекреація" традиційно означав ті види діяльності, які давали можливість розслабитись після роботи, допомагали відновитись. Наприклад, Слейвсон писав... "гра та рекреація - це види діяльності, які характеризують дозвілля, приносять задоволення і вносять різноманітність у більш серйозні повсякденні заняття. Рекреація - це будь-які види діяльності на дозвіллі, в яких беруть участь добровільно і які приносять задоволення". Коли рекреація визначається тільки у сфері задоволення і насолоди, які вона приносить, тоді важко пояснити чому вона є предметом суспільного інтересу. Вищенаведені визначення не виключають форми проведення дозвілля або ігрової діяльності, які можуть носити руйнівний або патологічний характер для самої людини чи суспільства в цілому. Так, азартні ігри або надмірне вживання алкогольних напоїв, вживання наркотиків можуть бути означені визначеннями, які включають такі характеристики, як вільний час, вільний вибір та задоволення від даного виду діяльності [4].

Тому, багато авторів до даних характеристик додають ще одну - цільову спрямованість. Так Л.Родні зазначає, що рекреація повинна бути соціально прийнятна, морально виправдана, а також збагачувати існування людини і суспільства в цілому. Р. Клаус у своїй книзі "Рекреативна атлетика" вказує, що ... "рекреація - це вид діяльності, яку вибирають добровільно з метою отримання задоволення або досягнення суспільних або особистих цілей. Нею займаються на дозвіллі, вона не пов'язана з основною роботою. Коли ця діяльність організована, вона може вирішувати творчі або суспільне значимі цілі, які стоять перед людиною, групою або суспільством в цілому".

Саме тому, завданнями рекреації є:

1. зменшення здоров'я (фізичного - відновлення, психічного - зняття стресу, соціального - боротьба з шкідливими звичками);
2. самовираження особистості;
3. розвиток творчого підходу в організації дозвілля;
4. збагачення людини і суспільства в цілому.

Враховуючи вище зазначене, слід зазначити, що характеризується рекреація не стільки тривалістю, скільки своїм змістом, активним характером рекреаційних занять [3]. За цієї умови відновні процеси протікають швидше: рекреація є не тільки засіб компенсації виробничої та невиробничої втоми, але й засіб, що задовольняє природну потребу людини до спілкування з природою, сприяє зміні вражень. Цим і пояснюється рекреаційний вибух, який спостерігається у наш час у всьому світі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Выдрин В.М., Джумаев А.Д. Физическая рекреация – вид физической культуры //Теория и практика физической культуры, 1989, №3.- С.2-3.
2. Рыжкин Ю.Е. Психолого-педагогические основы физической рекреации: Учебное пособие.- С-Пб.: РГПУ им. А.И.Герцена, 1997.-36с.
3. Физическая рекреация и метатеоретические аспекты ее теории //Бердус М., Бюген М., Бердус Г, Чувилин В. /Человек в мире спорта: новые идеи, технологии и перспективы: тезы Межд. конгресса, Москва, 1998.- Т.2.-С. 521-522.
4. Kelly J.R. Leisure and sport: of sociological approach //Handbook of social sciences of sport, Champaign: striples publ. comp.1981.

СПОРТ І ДОЗВІЛЛЯ: НА ПЕРЕХРЕСТІ ІНІЦІАТИВ (зарубіжний досвід)

ІРИНА ПЕТРОВА

Київський національний університет культури і мистецтв

Серед форм дозвілля у зарубіжних країнах особливе місце відводиться спортивній діяльності. На відміну від медичних та спортивних організацій, пріоритетом яких є орієнтація на вузьку спеціалізацію – лікування людини від хвороб у першому випадку та виховання професійних спортсменів – у другому, спортивне дозвілля виконує не лише оздоровчі та рекреаційні функції, але й вирішує соціальні та культурні (естетичні, комунікативні, етичні, виховні) завдання. Спортивне дозвілля стає провідним напрямом діяльності парків, клубів, культурно-спортивних