

Королевич А.Н. ©

Ассистент, кафедра оздоровительной и адаптивной физической культуры,
Полесский государственный университет

РАЦИОНАЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ДОСУГА СОВРЕМЕННОЙ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Аннотация

Статья посвящена проблеме организации свободного времени студенческой молодежи. Рассматривается необходимость формирования позитивного, высокоинтеллектуального молодого поколения.

Ключевые слова: досуг, здоровье, молодежь, культура.

Keywords: leisure, health, youth, culture.

Современное общество выдвигает особые требования к подготовке высококвалифицированных специалистов, инициативных и предприимчивых, готовых к позитивным преобразованиям окружающей природной и социальной среды, способных к управлению на разных уровнях и в разных сферах. В современных условиях профессионал, особенно высококвалифицированный, должен быть, прежде всего, практически здоров, умственно и физически работоспособен. Для студенческой молодежи, являющейся интеллектуальным ресурсом общества, актуализируется проблема досуга не просто как сферы оздоровления, а духовно-нравственного развития личности.

Во время студенческой жизни происходит интенсивная социализация личности и понимание важности собственного интеллектуального и физического развития как предпосылки успешной подготовки к будущей профессиональной деятельности. Современной молодежи необходимо овладеть не только интеллектуальными знаниями, а также ей необходимы прикладные навыки, то есть гибкость, способность работать в команде, самостоятельность, умение решать проблемы, выносливость, быстрота реакций, компетентность.

Проблема заполнения свободного времени студенческой молодежи культурными личностно-формирующими занятиями становится особенно значимой. Это происходит в силу того, что с массовой кибернизацией информационного пространства, а также распространением стереотипов массовой культуры у студенческой молодежи снижается возможность духовного развития и в процессе учебы, и в процессе неорганизованного досуга. Поэтому особую актуальность в данной проблеме приобретает вопрос рациональной организации досуга студенческой молодежи

Под досугом понимается пространство свободной деятельности человека как самоцели, деятельности, не навязанной извне, не являющейся необходимостью [2, 65]. Досуг выступает в качестве структурного элемента свободного времени, его содержание наполнено деятельностью, позволяющей не только преодолевать стрессы и усталость, но и развивать духовные и физические качества исходя из потребностей личности. В тоже время, досуг является относительно самостоятельной сферой жизнедеятельности молодежи. Основным признаком, отличающий время досуга от свободного времени – это возможность выбора видов деятельности исходя из своих интересов и духовно-нравственных предпочтений.

У каждого человека вырабатывается индивидуальный стиль досуга и отдыха, привязанность к тем или иным занятиям, у каждого свой принцип организации проведения свободного времени – творческий или нетворческий. Молодежный досуг подразумевает свободный выбор личностью досуговых занятий. Он является необходимым и неотъемлемым элементом образа жизни человека. Поэтому досуг всегда рассматривается как реализация

интересов личности связанных с рекреацией, саморазвитием, самореализацией, общением, оздоровлением.

Досуг студенческой молодежи существенно отличается от досуга других возрастных групп в силу специфических потребностей и присущих ей социально-психологических особенностей, повышенной эмоциональности восприятия и реакций. Студенчеству присущи такие качества как предрасположенность к новому, нетерпимость к рутине, динамизм, импульсивность. В этот период у молодого человека возникает проблема выбора жизненных ценностей.

В основе содержания досуга не только отдых и развлечения, но и решение жизненных проблем. Молодёжь — социальная группа, жизнедеятельность которой характеризуется активным вступлением в самостоятельную жизнь, включенностью в новые социальные отношения, формирования мировоззрения, духовного облика, становлением характера. Основные потребности этой возрастной группы - общение, выбор профессии и будущего спутника жизни, эмоциональная разрядка и отдых, участие в социально-значимых событиях и возможность самостоятельного решения проблем. Социализация молодежи в досуге есть не менее сложный процесс, чем учеба и труд. Во временных коллективах досуг является существенным звеном воспитания личности, стимулом его творческого, интеллектуального, духовно-нравственного, физического развития, процессом, направленным на углубление и расширение знаний, гуманизацию чувств и поступков.

Безусловно, молодежь, уходя в сферу досуга, одной из своих целей ставит отдых. Однако задачами регулирования досуговой сферы жизнедеятельности студенческой молодежи является то, чтобы, развлекая и давая возможность отдохнуть и расслабиться, обеспечить эффективность воспитательного процесса. Безусловно, современное общество нуждается в социально активном типе личности, формирование которого зависит от досуга. Важным становится его регулирование, предполагающее развитие потребностей, интересов молодой личности и создание морально – психологических, материальных, организационных и технологических условий для их удовлетворения в сфере досуга. Лично регулируемое свободное время основано на принципах интенсификации, предвидения и планирования, требует учёта качества, переформулирования целей, экономии времени и т.п. [1, 283].

Современная социально-культурная среда объективно нуждается в организации адекватной и конструктивной социально-культурной деятельности, где актуализируются процессы досуговой сферы, связанные с культурным и физическим развитием личности, имеющей принципиальное значение для формирования здорового образа жизни. Особое место в системе культурной интеграции личности занимают средства физической культуры, которые обладают значительными ресурсами социализации, самореализации и рекреации личности, что обусловлено их ценностным и технологическим потенциалом.

Прежде всего, при организации рационального досуга необходимо подходить к нему как к средству воспитания и самовоспитания человека, формирования всесторонне, гармонически развитой личности. При выборе и организации тех или иных занятий, форм досуговой деятельности необходимо учитывать их воспитательное значение, четко представлять, какие качества личности они помогут сформировать или закрепить в человеке.

Одним из условий реализации досуговых проектов студенческой молодежи является необходимость опираться на возрастные особенности молодежной аудитории. Следует ориентироваться на стремление молодежи, с одной стороны, идентифицировать себя с группой единомышленников, работать в команде, с другой, - учитывать желание у молодежи личного успеха, возрастное стремление к новому, необычному в аспекте формирования у студентов лидерских качеств и навыков. Именно лидеры группы, команды, коллектива демонстрируют образцы позитивного досугового поведения.

Для повышения уровня потребности в культурном досуге молодежи необходимо:

- проводить постоянную работу по формированию необходимой мотивации среди молодежи;

- ориентироваться на перспективы, резервы и задачи развития личности, опираться на реальный уровень молодого поколения, предполагать ближайшие и дальние перспективы;
- вовлекать молодежь в активную физкультурно-оздоровительную деятельность;
- учитывать межличностные контакты молодежи, психологические качества, проявляющиеся в отношении к субъекту физкультурной деятельности, к себе и своим занятиям;
- считать занятия успешными, если удалось с их помощью способствовать развитию личности в сфере досуга.

Чтобы досуг стал действительно привлекательным для молодежи, необходимо строить работу обеспечивающих его учреждений и организаций на интересах каждого молодого человека. Надо не только хорошо знать сегодняшние культурные запросы молодых, предвидеть их изменение, но и уметь быстро реагировать на них регулированием соответствующих форм и видов досуговых занятий. Новые увлечения должны носить яркую эмоциональную направленность, обладать сильной мотивацией, удовлетворять модным тенденциям, способствовать развитию уверенности в своих силах и возможностях, быть эффективными.

В процессе физкультурной деятельности формирование психических свойств личности происходит путем моделирования жизненных ситуаций, «проиграть» которые можно посредством выполнения различных физических упражнений, включения в занятие спортивных и особенно игровых моментов. Постоянное сознательное преодоление трудностей, связанных с регулярными занятиями физической культурой и спортом (например, борьба с нарастающим утомлением, ощущениями боли, страха) воспитывают волю, уверенность в себе, способность комфортно чувствовать себя в коллективе. Таким образом, происходит воспитание и самовоспитание целого ряда необходимых человеку в жизни психических качеств, черт и свойств личности.

Рациональная досуговая деятельность и культура досуга студенческой молодежи помогает противостоять негативным тенденциям связанным с потреблением виртуальной продукции Интернет-пространства и массовой культуры развлекательно-зрелищного типа.

Педагогические социально-культурные технологии и в сфере образования, и в сфере досуга студенческой молодежи должны быть направлены на преодоление противоречия общественного развития. Обществу и на современном этапе, и в перспективе нужны не просто квалифицированные интеллектуально-управленческие ресурсы, а высоко нравственные люди, которым можно доверить развитие науки, культуры и производства.

Рациональный досуг и осознанное отношение к собственному здоровью не только на время учебы в вузе, но и в дальнейшей жизни может решить многие проблемы здоровья студенческой молодежи. Высокий потенциал человека, его здоровый образ жизни – это естественная необходимость, на базе которой формируется духовно и интеллектуально развитая личность, способная на высшие проявления человеческих качеств.

Литература

1. Жаркова Д.А., Чижикова В.М. Культурно-досуговая деятельность: учеб. пособие. - М.: МГУК, 1998. - 461 с.
2. Панфилова Е. В. Ценности культуры досуга студенческой молодежи: результаты исследования / Е. В. Панфилова // Молодой ученый. — 2012. — №8. — С. 278-283.