

# РЕКРЕАЦИОННО-ТУРИСТИЧЕСКИЕ ПРОЕКТЫ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВЬЕОБРАЗУЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ

В.С. Макеева, С.Ю. Махов, З.С. Тинькова, Т.А. Пеленицина

Государственный университет - учебно-научно-производственный комплекс, Орел, Россия,  
[vera\\_191@mail.ru](mailto:vera_191@mail.ru)

**Введение.** Проблема сохранения и укрепления здоровья населения является сложной комплексной социальной проблемой [1,2]. Опыт развитых стран мира показывает, что реальные успехи в укреплении здоровья населения определяются выбором эффективной стратегии действий. Одним из ключевых постулатов построения программ оздоровления является переход от стратегии борьбы с болезнями к стратегии профилактики заболеваемости и повышения уровня здоровья среди различных социально-демографических групп населения.

В современном подходе от достаточно простого понимания смысла социальных и медицинских вмешательств, утверждающих, что здоровье, отсутствие болей и нормально функционирующий организм - это благо, а ухудшение здоровья, болезни и смерть должны быть предотвращены, наблюдается переход к более сложной и современной точке зрения, предполагающей, что хорошее состояние здоровья индивидуума и его жизненное благополучие - есть отражение удовлетворения потребностей человека и его адаптация к физической, психологической и социальной сферам [4,7]. Столь значительные преобразования, изменение индивидуального и общественного мировоззрения, экосоциальный, целостный взгляд на мир обнаруживает и принципиально новые перспективы развития различных аспектов культуры [9].

Рекреация как процесс воспроизводства жизненных сил по своей функциональной направленности рассматривается с двух сторон: в качестве простой компенсации и расширенной - развитие сил [5,6,8]. На практике она осуществляется в следующих формах: в течение рабочего (учебного) дня (микروпаузы в работе, психофункциональное расслабление); ежедневная - в течение дня; еженедельная - в течении недели; отпускная - в отпускное (каникулярное) время.

**Цель исследования:** разработать проекты рекреационно-туристических мероприятий с детьми и их родителями для их реализации студентами в период педагогической практики в школе.

**Задачи:** определить задачи и содержание, границы применения, педагогические условия реализации проектов рекреационно-туристических мероприятий с детьми и их родителями в условиях школы. Выявить основные предпочтения детей и родителей в выборе рекреационно-туристических мероприятий.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Основной задачей формирования здоровьесоблагообразующего поведения учащихся и их родителей посредством активизации рекреационно-туристических мероприятий, является разработка системы физкультурной, спортивной и рекреационной работы в спортивных клубах, школах, игротеках, летних лагерях, санаториях-профилакториях, домах отдыха, туристских и альпинистских лагерях и пр. Они создаются на базе общеобразовательных или специализированных школ различных форм собственности, Дворцов творчества детей и молодежи, по месту жительства и т.д., объединяют на добровольных началах

молодежь регионального центра (детей, подростков, взрослых), имеющих разные увлечения, разную физическую подготовленность и физическое состояние, в том числе инвалидов [7].

Программа подготовки специалистов и направления подготовки бакалавров «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» отвечает запросам принципиально нового физкультурно-спортивного самообразующегося движения «Спорт для всех». Суть движения заключается в том, что учащаяся молодежь и взрослое население должны получить достойные условия для занятий массовой физической культурой, спортом и туризмом, с целью осознания значимости мероприятий рекреативной направленности и туризма для сохранения собственного здоровья.

В процессе анализа теоретических источников установлено, что проектировочная деятельность сродни любой другой экспериментальной деятельности, так как выстраивается как самодостаточная, подготовленная среда, управляемая ведущим проектировщиком или группой субъектов проектирования с помощью свода правил. Например: атмосферы принятия, поощрения спонтанных высказываний, моделирования той или иной педагогической ситуации, реального или желаемого поведения, которые в дальнейшем могут стать доминирующими не только в рамках образовательного процесса в период педагогической практики в школе, но и в других сферах жизнедеятельности субъектов образовательного процесса.

Сегодня человек, если хочет быть здоровым, успешным, качественно и долго жить, он обращается к врачу, с надеждой на сохранение и укрепление здоровья, а вместо этого получает диагноз. Как утверждает ряд ученых, своевременная профилактика утомляемости и заболеваний организма, восстанавливаемость его на ранних стадиях болезни станет программой действия рекреационной науки [8].

Рекреация является менее известным, но более точным понятием, чем отдых, как сфера, нейтрализующая производственные стрессы, нервно-психические нагрузки, усталость от монотонного труда, гиподинамию. Рекреация используется для регенерации сил и энергии в виде смена условий и форм деятельности (их последовательности, нагрузок, видов). Однако информация об имеющихся возможностях проведения рекреационных занятий представлена коммерческой рекламой, служащей «обществу потребления» и воспроизводящей потребности в праздности, развлечениях. При этом, рекреационно-туристические мероприятия, связанные с проявлением физической активности человека, направленные на расширенное восстановление физических, интеллектуальных и эмоциональных сил человека, в среде современной российской молодежи не нашли своего должного проявления [3,4,5].

Разработка технологий в сфере физической культуры и досуга связана с определенными сложностями, так как эта сфера имеет открытый характер.

Процессы, происходящие в современный период, вызвали к жизни **иные научные подходы**, согласно которым вырабатывается новая плюралистическая модель досуговой деятельности. Главной ценностью сегодня выступает деятельность, которая соответствует общечеловеческим нормам морали, задачам творческого роста личности.

На предварительном этапе проводилось исследование содержания учебного материала на основе компетентностного подхода, проверялась методика формирования знаний, умений и навыков в подготовке будущих специалистов рекреации и спортивно-оздоровительного туризма и ее реализация на педагогической практике в школе.

Рассматривая компетентность специалиста, востребованного на рынке труда сферы рекреации и туризма как высшую интегративную способность мобилизовать и эффективно выполнять организованные в систему знания, умения и личностные качества, мы **разработали систему проектов**, в рамках которых студенты могут в наибольшей степени реализовать себя на педагогической практике.

В процессе исследования были определены границы реализации проектов, требующие систематической развивающей программной деятельности, при осуществлении которой студенты могут проявить свою компетентность в рамках:

- научно-исследовательских работ, посвященных проблемам рекреации и туризма как приоритетного раздела программы научных исследований;
- агитационно-пропагандистской работы по освещению материалов, отражающих современные и модные направления рекреации и туризма;
- формирования здоровой, стрессоустойчивой личности, способной эффективно преодолевать жизненные трудности и социально-психологические проблемы;

- создания условий для сохранения и улучшения психологического, физического и общественного здоровья обучающихся;
- формирования убеждений и ценностных ориентации, усвоения норм нравственного поведения, эстетических вкусов, направленных на духовно-нравственное здоровье в процессе организации культурно-досуговых мероприятий.

В процессе реализации проектов предполагалось последовательное решение следующих задач:

- определение наличия физкультурно-рекреационных потребностей у детей и их родителей в контексте организации свободного времени;
- выявление физкультурно-рекреационных предпочтений, форм и видов активного отдыха детей и взрослых;
- определение осведомленности детей и взрослых в организации активного отдыха и деятельности физкультурно-рекреационной направленности;
- привлечение детей и их родителей к участию в физкультурно-рекреационных мероприятиях;
- определение критериев эффективности физкультурно-рекреационной деятельности.

Выбор проекта как одного из основных средств и методов педагогической практики основан на конкретном материале. Конкретизация подразумевает вовлеченность каждого субъекта в определенные действия. Достоверность, подлинность разыгрываемых ситуаций проекта обеспечивается представлением действия «здесь и сейчас»; максимальной вовлеченностью субъектов образовательного процесса в проектировочную деятельность; спонтанностью субъективных выражений участников; обеспечением целостности восприятия той или иной ситуации; расширением возможностей субъектов; последовательностью взаимосвязанных и взаимозависимых разыгрываемых ситуаций, эпизодов.

**Выводы.** Структурно-функциональный, системный, сравнительный и аксиологический подходы к изучению здоровьесоблагообразующего поведения позволили решать разнообразные по уровню проблемы, в том числе:

- организационно-практического характера, способствующих оперативному анализу конкретной сложившейся ситуации;
- научно-методического характера, раскрывающих целый ряд практических вопросов и предлагающих оптимальные варианты организационных, творческих и управленческих решений;
- теоретико-методологического характера, объясняющих социальную природу качества жизни и отдельных ее процессов, выявляющих закономерности рекреативной деятельности в сфере досуга.

За период практики студентами реализованы 23 проекта рекреационно-туристической направленности в формах еженедельной (в воскресенье) и каникулярной (в период каникул для детей - ежедневно, для их родителей - по мере наличия у них свободного времени). Мероприятия организованы на свежем воздухе (в местах, предназначенных для физкультурно-спортивных занятий, например, школьном стадионе, и вне таких мест - на природе, в условиях микрорайона и т.п.), в помещении (например, в спортивном зале) - в зависимости от погодных условий и содержания мероприятий.

Выявлены основные ожидания к участию в физкультурно-рекреационных мероприятиях и предпочтения детей и взрослых, к которым относятся: наличие места проведения мероприятия вблизи дома, чаще всего в школе; дни проведения - воскресные дни. Выявлено, что на каникулах мероприятия желательно проводить для школьников - ежедневно, для всей семьи - в воскресенье, с продолжительностью не более 1,5-3 часа. Дети и взрослые также предпочитают, чтобы были организованы более длительные физкультурные мероприятия, в частности однодневные походы, длительностью 7-8 часов либо для всего контингента (совместные), либо для отдельных возрастных групп учащихся (и их семей).

### Литература:

1. Апанасенко, Г.Л. Индивидуальное здоровье: теоретические и практические основы: <http://apanasenko.at.ua/index/0-2>
2. Безруких, М.М. О мерах по сохранению и укреплению здоровья школьников // Классный руководитель. 2007. № 5. С.- 5-18.
3. Дьяконов, М.Ю. Сфера досуга в обществе потребления: теоретические аспекты / М.Ю. Дьяконов // Социальная политика и социология. – М., 2010. – № 5. – С.203-212.

4. Кучма, В.Р. Школа здоровья: организация работы, мониторинг развития и эффективности (аудит школы в сфере здоровьесбережения детей) / В.Р. Кучма, Л.М. Сухарева, И.К. Рапопорт, М.И. Степанова, П.И. Храмов, И.В. Звезда, И.Э. Александрова, Н.А. Бокарева, С.Б. Соколова. – М.: Просвещение, 2011. – 142 с.
5. Макеева, В.С. Спорт и туризм в регламентации здорового образа жизни студентов/ В.С. Макеева, К.Е. Токарева // Автономия личности. – 2011. - №2 (4). - С. 131-135.
6. Макеева, В.С. Формирование здоровьесоблюдающего поведения подростков при работе за компьютером В.С. Макеева // Проблемы и перспективы формирования инновационной системы образования в XXI веке, I Международная НПК (2012; Йошкар-Ола)/ Приволжский научно-исследоват. центр. – Йошкар-Ола: Коллоквиум, 2012. – С.246-259.
7. Науменко, Ю.В. Здоровьесоблюдающее образование как модель социокультурной педагогической практики / Ю.В. Науменко //Стандарты и мониторинг в образовании. – 2006. - № 4 (49). – С. 13 – 22.
8. Рыжкин. Ю.Е. Душевное здоровье молодёжи в аспекте теоретического анализа/Ю.Е. Рыжкин // Вестник балтийской педагогической академии. - 2007. - №77. - С. 51-56.
9. Солодова, Г.С. Формирование экономического сознания выпускников общеобразовательной школы / Г.С. Солодова, Н.И. Харченко // Социс. – 2001. - №9.