

**Аналіз підходів щодо залучення студентської молоді
до оздоровчо-рекреаційної діяльності**

¹Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ)

²Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

³Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова (м. Київ)

Постановка наукової проблеми та її значення. Проблема організації вільного часу студентів вирізняється великою складністю й суперечливістю. Великий обсяг неорганізованого вільного часу молоді та невміння розпорядитися ним нерідко призводять до соціальних проблем. По-перше, маючи можливість вибирати заняття на дозвіллі за власним бажанням, молоді люди часто не готові до усвідомленого вибору видів діяльності, що сприяє повноцінному формуванню особистості. По-друге, прагнучи до самостійності у виборі форм використання дозвілля, студенти обмежені певним колом соціальних ролей. По-третє, зазвичай, студенти сприймають дозвілля лише як час розваг. Саме тому організація дозвілля студентської молоді складна й суперечлива. Існує суперечність між потребами студентів використовувати своє дозвілля як сферу самореалізації, повноцінного спілкування, активного прояву самостійності та невмінням реалізувати себе в дозвіллі через серйозні недоліки в організації й недостатність створення умов і середовища для їх навчання раціональної організації вільного часу.

Найбільш різноманітні соціальні площини для певних справ сучасної студентської молоді – дозвілля, де можна проявляти свою самостійність, уміння приймати рішення та керувати, організувати й організовуватися. Дозвілля – це не лише спілкування, а й, певною мірою соціальна гра, у якій відсутність навичок призведе в майбутньому до того, що людина вважатиме себе вільною від обов'язків.

Спектр дозвіллевих послуг для молоді обмежений переважно домашніми формами, неорганізованими дворовими групами, барами й так званими комп'ютерними центрами, форми діяльності в яких часто деструктивні в культурному, психічному та фізичному аспектах. Аматорські колективи й спортивні секції охоплюють близько 15 % молоді. Крім того, ці форми діяльності займають незначну частину в структурі вільного часу [5]. Системна дозвіллева політика відсутня, не розроблені нові, адекватні вимогам часу та тенденціям розвитку суспільства методики оздоровчо-рекреаційної діяльності. Незважаючи на велику кількість програмно-нормативних документів, відсутній механізм практичної реалізації й контролю раніше прийнятих рішень; застаріла матеріально-технічна база; відсутня мотивація в роботі викладача з фізичного виховання; не розроблений зміст програмного матеріалу; низький рівень використання новітніх технологій рухової активності в навчальному процесі; неефективне планування рекреаційної діяльності, як наслідок – нецікаві форми роботи для молоді, формальні, уніфіковані підходи до планування фізкультурно-масових заходів, що знижує ефективність залучення молодих людей до оздоровчо-рекреаційної рухової активності під час дозвілля [2].

Намагання розв'язати зазначену проблему на теоретико-методологічних засадах традиційного фізичного виховання не приводять до суттєвих результатів. Очевидно, відсутність належного ефекту є результатом негнучкої системи стандартизованих способів організації й методики проведення. У цих умовах стали закономірними та логічними результати пошуку ефективних шляхів забезпечення доступності для студентської молоді організованої рухової активності заради вдосконалення здоров'я й працездатності, створення умов для покращення якості життя, раціональної організації дозвілля. Аналіз світового досвіду та результатів низки наукових досліджень переконують, що ефективним напрямом підвищення рівня рухової активності різних груп населення в Україні є вдосконалення системи оздоровчо-рекреаційної рухової активності.

Аналіз значного масиву наукових знань із проблеми дослідження свідчить про те, що під час організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності студентської молоді є достатньо питань, які висвітлені фрагментарно й не отримали необхідного науково-методичного обґрунтування.

Дослідження проведено відповідно до теми «Теоретико-методологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення» Плану наукової роботи НУФВСУ на 2016–2020 рр. (номер держреєстрації 0116U001630).

Мета дослідження – проаналізувати підходи щодо залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної діяльності.

Методи дослідження – аналіз і систематизація науково-методичної літератури; логіко-теоретичний аналіз, системний аналіз, педагогічне спостереження.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Необхідність популяризації різних форм та видів рухової активності оздоровчої спрямованості, у тому числі й серед студентської молоді, підкреслюється в проекті Національної стратегії оздоровчої рухової активності «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» до 2025 р. [7]. Протягом останніх років теоретиками фізичного виховання розкрито значний науковий потенціал педагогічних технологій, методичних рекомендацій, реалізація яких покликана сприяти залученню студентської молоді до рухової активності у вільний час, зокрема оздоровчо-рекреаційної спрямованості. Оздоровчо-рекреаційна діяльність спрямована на зміцнення здоров'я, відновлення, заповнення вільного часу за допомогою специфічних форм і засобів рухової активності, що включають елементи розваги, цікавості.

Проте, як зазначено в дослідженнях О. В. Андрєєвої, істотні переваги та можливості, закладені в оздоровчо-рекреаційній діяльності студентів, сприяючи поліпшенню розумової працездатності, фізичної підготовленості, рухової активності й розвитку особистості в цілому, не отримали належного висвітлення, оцінки та теоретичного обґрунтування. Актуальність цього напряму визначається проблемами організації педагогічно доцільного використання студентами вільного часу й підготовки їх до проведення активного дозвілля, розумінням студентським співтовариством важливості раціональної організації часу та наявності досвіду його використання, про наявний брак якого свідчить сучасна діяльність студентів. Отримані дослідниками дані демонструють, що жоден респондент студентського віку не обрав варіанта відповіді, котрий означає, що дозвілля для нього «зовсім не важливе» [2, 3].

Сучасними дослідженнями також підтверджується тенденція до «одомашнення» вільного часу, тобто напрацювання в молодих людей такого стереотипу поведінки у вільний час, який характеризується одноманітністю, монотонністю, відходом від активних форм участі в житті, а також розважальною спрямованістю. «Одомашнення» дозвілля як тенденція споживання вільного часу має негативні наслідки: по-перше, зменшення можливості громадського впливу на структуру й зміст вільного часу; по-друге, уповільнюється розвиток прогресивних форм молодіжного дозвілля, тобто скорочується частка часу найбільш активних, творчих, таких, що сприяють розвитку людини, видів діяльності та помітно зростає обсяг переважно пасивно-споживацьких видів дозвілєвої діяльності молоді, таких як перегляд телепередач і спілкування за комп'ютером [1, 2].

Сьогодні більшістю навчальних та культурних закладів культивується певне коло видів рекреаційно-оздоровчої діяльності, які часто не відповідають інтересам студентів, що підтверджують результати досліджень, котрі свідчать що більшість студентів досить низько оцінюють відповідність занять їхнім інтересам (інтегральна оцінка 2,85 із 5) та узгоджується з думками експертів, які вважають необхідним розширення видів рухової активності, що пропонуються студентам [2]. Однак визначення за особистістю права на вільний вибір виду рекреаційної діяльності з урахуванням індивідуальних інтересів поєднується з необхідністю враховувати реальні умови функціонування цих закладів. На жаль, недостатня кваліфікація педагогів, низький рівень матеріально-технічного забезпечення не дають змоги повною мірою використовувати широкий спектр засобів фізичної рекреації.

Аналіз даних, поданих у спеціальній літературі, свідчить про наявність різних підходів до залучення молоді до оздоровчо-рекреаційної діяльності.

О. В. Андрєєвою, О. О. Садовським [1] теоретично обґрунтовано технологію формування рекреаційної культури студентської молоді для ефективнішого виконання завдань залучення молоді до регулярних рекреаційно-оздоровчих програм, опрацьовано організаційно-методичну систему її реалізації в умовах вищого навчального закладу; здійснено систематизацію рекреаційних потреб студентської молоді. Розширено уявлення про соціально-психологічні фактори, що впливають на вибір різних форм і видів рекреації та на їх ефективність; про структуру вільного часу та загальнокультурні інтереси студентів, визначено кількісні і якісні характеристики використання вільного часу студентської молоді залежно від освоєння ними позанавчального часового простору, визначено структуру зовнішніх і внутрішніх чинників, які впливають на формування рекреаційної культури; удосконалено критерії та показники сформованості рекреаційної культури студентів.

Ю. В. Юрчишиним [9] розроблено й експериментально обґрунтовано технологію залучення студентів до рухової активності оздоровчої спрямованості. Доведено, що використання студентами сучасних інформаційних засобів сприяє посиленню мотивації до рухової активності оздоровчої спрямованості.

Г. В. Мазуріною [6] теоретично розроблено, експериментально обґрунтовано та застосовано рекреаційно-оздоровчу методику занять і різних форм оздоровчо-спортивних заходів зі стрітболу у вільний від навчання час студентів, що дає змогу підвищити ефективність процесу фізичного виховання у вищих навчальних закладах, відповідає інтересам сучасної молоді в змінених соціально-економічних умовах життя й, загалом, підвищує рівень здоров'я студентів.

С. В. Дмитрук [4] запропоновано методику проектування та реалізації поліфункціональних ігрових туристських програм за модульним принципом, визначено зміст і послідовність основних модулів та блоків, розроблено їх науково-методичне забезпечення, обґрунтовано базові принципи організації туристських ігор в умовах дозвілля.

О. Л. Благій, М. Ю. Ячнюком теоретично сформульовано й експериментально обґрунтовано технологію впровадження засобів активного туризму в рекреаційну діяльність студентської молоді, спрямовану на підвищення рівня рухової активності, покращення показників фізичного та психоемоційного стану, раціональну організацію активного дозвілля. Науковцями визначено педагогічні умови ефективної організації занять активним туризмом у процесі рекреаційної діяльності студентської молоді; виявлено фактори, що впливають на формування позитивної мотивації до фізичного самовдосконалення молоді засобами активного туризму.

Дослідження А. С. Оріховської, О. В. Андрєєвої [8] стосуються наукового обґрунтування й розробки програми фізичної рекреації студентської молоді з вадами слуху з урахуванням структури їхніх оздоровчо-рекреаційних потреб. Визначено чинники (соціально-педагогічні, особистісні та біологічні), які зумовили необхідність підвищення рівня залучення студентської молоді з вадами слуху до оздоровчо-рекреаційної рухової активності.

Аналіз зарубіжних підходів до організації оздоровчо-рекреаційної діяльності населення свідчить, що в спеціальній літературі описано велику кількість видів спорту які можуть використовуватися під час рекреаційних занять; представлено варіанти відпочинку на природі й отримання задоволення від подібного роду дозвілля; висвітлено історичні, психологічні та соціальні аспекти рекреаційної індустрії, а також описано, як упроваджуються рекреаційні заходи для всіх вікових груп населення: запропоновано підходи до самовдосконалення студентської молоді за допомогою засобів розважального й рекреаційно-оздоровчого характеру [10,11].

Проведений аналіз свідчить, що існують багаті традиції вітчизняної та зарубіжної педагогічної практики з організації оздоровчо-рекреаційної діяльності студентської молоді. Пріоритетною ознакою такої діяльності є те, що вона виконується за бажанням і вибором студента, а тому чинить більш ефективний вплив на залучення молоді до рухової активності, аніж примусові заняття. Однак якщо самій організації позаакадемічних занять із фізичного виховання студентів у вищих навчальних закладах у вільний час приділяється постійна увага, то питання розробки інноваційних технологій залучення студентів до оздоровчо-рекреаційної діяльності з використанням доступних і привабливих видів рухової активності, визначення умов їх оптимальної реалізації під час дозвілля потребують детального вивчення з урахуванням сучасних тенденцій розвитку.

Висновки й перспективи подальших досліджень. Аналіз спеціальної науково-методичної літератури з проблеми дослідження засвідчив наявність значної кількості публікацій, що вказує на актуальність і доцільність розробки та впровадження оздоровчо-рекреаційних технологій, що зумовлено потребою суспільства в залученні студентської молоді до рухової активності, підвищенні рівня їхнього здоров'я й відсутністю системи науково-методичної підтримки цього процесу.

Перспективи подальших досліджень в у цьому напрямі будуть спрямовані на розробку сприятливої стратегії залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної діяльності.

Джерела та література

1. Андрєєва О., Садовський О. Структура та зміст технології формування рекреаційної культури студентської молоді. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2017. № 4. С. 53–59
2. Андрєєва О.В. Фізична рекреація різних груп населення: монографія. Київ. Поліграфсервіс, 2014. 280 с.
3. Благій О., Ячнюк М. Технологія впровадження засобів туризму в рекреаційну діяльність студентської молоді. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Луцьк, 2015. Вип. 3. С. 34–38.
4. Дмитрук С.В. Розвиток креативності студентів в умовах дозвілля засобами туристських ігор: автореф. дис. ... канд. пед. наук. 13.00.06 «Теорія і методика управління освітою» / КНУКІМ. Київ, 2007. 20 с.
5. Кирсанов В. В. Концептуальные подходы к исследованию педагогических и рекреационных технологий в социально-культурной сфере. *Вестник КНУКиМ. Педагогика*. Вып. 12(1). Киев: Вузовский центр КНУКиМ, 2005. С. 84–90.

6. Марузіна А. В. Рекреационно-оздоровительная методика на основе стритбола в физическом воспитании студентов высших учебных заведений: автореф. дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / Смоленская гос. академ. физ. культуры, спорта и туризма. Смоленск, 2006. 20 с.
7. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація»: URL: <http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/17627>.
8. Орхівська А. С., Андрєєва О. В. Оцінка доцільності розробки та впровадження програми занять фізичної рекреації студентів із вадами слуху: експертний аналіз. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки*. Луцьк, 20157. Вип. 26. С. 31–37.
9. Юрчишин Ю. В., Дутчак М. В. Ефективність експериментальної технології залучення студентів до рухової активності оздоровчої спрямованості у покращенні показників фізичного стану. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*: зб. наук. праць/за ред. С. С. Єрмакова. Харків: ХДАДМ (ХХП), 2012. № 8. С. 130–134.
10. Pigram J., John M. *Outdoorrecreationmanagement*. Routledge, 2006. 270 p.
11. Hurd A. R., Anderson D. M.. *The park and recreation professional's handbook with online resource*. Hurd-Human Kinetics, 2011. 312 p.

References

1. Andryeyeva, O., & Sadovskyi, O. (2017). Struktura ta zmist tekhnolohii formuvannya rekreatsionoi kultury studentskoi molodi [Structure and content of the technology of formation of recreational culture of student youth]. *Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu* [Theory and methods of physical education and sport], 4, 53–59 (in Ukrainian).
2. Andryeyeva, O. (2014). *Fizychna rekreatsiya riznykh hurp naseleння* [Physical recreation of different groups of the population]. Kyiv: Polihrafservis (in Ukrainian).
3. Blahiy, O., & Yachniuk, M. (2015). Tekhnolohiya vprovadzhenia zasobiv turyzmu v rekreatsionu diyalnist studentskoi molodi [Technology of introducing tourism in the recreational activity of student youth]. *Molodizhnyi naukovyi visnyk Skhidnoyevropeyskoho natsionalnoho universytetu imeni Lesi Ukrainky* [Youth Scientific Bulletin of Lesya Ukrainka Eastern European National University], 3, 34–38 (in Ukrainian).
4. Dmytruk, S. (2007). *Rozvytok kreatyvnosti studentiv v umovakh dozvillia zasobamy turystykykh ihor* [Development of creativity of students in conditions of recreational activities by means of tourist games]. Kyiv: KNUKIM (in Ukrainian).
5. Kirsanov, V. (2005). Kontseptualnye podkhody k issledovaniyu pedagogicheskikh i rekreatsionnykh tekhnologiy v sotsialno-kulturnoy sfere [Conceptual approaches to the study of pedagogical and recreational technologies in the socio-cultural sphere]. *Vestnik KNUKiM. Pedagogika* [KNUKiM bulletin. Pedagogics], 12(1), 84–90 (in Russian).
6. Maruzina, A. (2006). *Rekreatsionno-ozdorovitel'naya metodika na osnove stritbola v fizicheskom vospitanii studentov vysshih uchebnykh zavedeniy* [Recreational and health-improving method based on streetball in physical education of students of higher educational institutions]. Smolensk: Smolenskaya gossudarstvennaya akademiya fizicheskoy kultury, sporta i turizma (in Russian).
7. *Natsionalna stratehiya z ozdorovchoi rukhovoї aktyvnosti v Ukraini na period do 2025 roku «Rukhova aktyvnist – zdorovyї sposib zhyttia – zdorova natsiya»* [National strategy for motor activity improvement in Ukraine up to 2025 «Motor activity – healthy lifestyle – healthy nation»]. Retrieved from <http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/17627> (in Ukrainian).
8. Orikhovska, A. & Andryeyeva, O. (2017). Otsinka dotsilnosti rozrobky ta vprovadzhenia programy zaniat fizychnoi rekreatsii studentiv iz vadamy slukhu: ekspertnyi analiz [Evaluating the feasibility of developing and implementing a physical recreation program for students with hearing impairments: expert analysis]. *Molodizhnyi naukovyi visnyk Skhidnoyevropeyskoho natsionalnoho universytetu imeni Lesi Ukrainky* [Youth Scientific Bulletin of Lesya Ukrainka Eastern European National University], 26, 31–37 (in Ukrainian).
9. Yurchyshyn, Y., & Dutchak, M. (2012) Efektyvnist eksperymentalnoi tekhnolohii zaluchennia studentiv do rukhovoї aktyvnosti ozdorovchoї spryamovanosti u pokrashchenni pokaznykiv fizychnoho stanu [Efficiency of experimental technology for attracting students to motor activity of health-improving direction in improving physical fitness indicators]. *Pedahohika, psykholohiya ta medyko-biologichni problem fizychnoho vykhovannia i sportu* [Pedagogy, psychology and medical-biological problems of physical education and sports], 8, 130–134 (in Ukrainian).
10. Pigram, J., & John, M. (2006). *Outdoor recreation management*. Routledge (in English).
11. Hurd, A., & Anderson, D. (2011). *The park and recreation professional's handbook with online resource*. Human Kinetics (in English).

Анотації

У статті представлено аналіз наявних у фаховій літературі підходів щодо залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної діяльності. Для виконання поставлених завдань використано такі методи дослідження, як аналіз і систематизація науково-методичної літератури; логіко-теоретичний, системний аналіз, педагогічне спостереження. Проведений аналіз свідчить, що існують багаті традиції вітчизняної та

зарубіжної педагогічної практики з організації оздоровчо-рекреаційної діяльності студентської молоді, що зумовлено потребою суспільства в залученні студентської молоді до рухової активності, підвищенні рівня їхнього здоров'я. Відзначено, що питання розробки інноваційних технологій залучення студентів до оздоровчо-рекреаційної діяльності з використанням доступних і привабливих видів рухової активності, визначення умов їх оптимальної реалізації під час дозвілля потребують детального вивчення з урахуванням сучасних тенденцій розвитку.

Ключові слова: студентська молодь, оздоровчо-рекреаційна діяльність, підходи, залучення.

Александра Благий, Максим Ячнюк, Василий Березовский. Анализ подходов к привлечению студенческой молодежи к оздоровительно-рекреационной деятельности. В статье представляется анализ имеющихся в специальной литературе подходов по привлечению студенческой молодежи к оздоровительно-рекреационной деятельности. Для решения поставленных задач использовались такие **методы исследования**, как анализ и систематизация научно-методической литературы; логико-теоретический, системный анализ, педагогическое наблюдение. Проведенный анализ свидетельствует, что существуют богатые традиции отечественной и зарубежной педагогической практики по организации оздоровительно-рекреационной деятельности студенческой молодежи, что обусловлено потребностью общества в привлечении студенческой молодежи к двигательной активности, повышении уровня их здоровья. Отмечается, что вопрос разработки инновационных технологий привлечения студентов к оздоровительно-рекреационной деятельности с использованием доступных и привлекательных видов двигательной активности, определение условий их оптимальной реализации во время досуга требуют детального изучения с учетом современных тенденций развития.

Ключевые слова: студенческая молодежь, оздоровительно-рекреационная деятельность, подходы, привлечение.

Alexandra Blaghii, Maksym Yachnyuk, Vasyl Berezovskyi. The Analysis of Approaches to Student Youth Attraction to Health-Improving and Recreational Activities. The article presents an analysis of approaches available in the professional literature for attracting students to health-improving and recreational activities. The following research methods were used to solve the problems: analysis and systematization of scientific and methodological literature; logical-theoretical analysis, system analysis, pedagogical observation. The analysis shows that there are rich traditions of domestic and foreign pedagogical practices in the organization of health-improving and recreational activities of student youth, which is determined by the need of society in attracting students to motor activity, improving their level of health. It was noted that the issue of innovative technologies developing for attracting students to health-improving and recreational activities using accessible and attractive types of motor activity, determining the conditions for their optimal realization during leisure requires a detailed study, taking into account the current trends of development.

Key words: student youth, health-improving and recreational activity, approaches, engagement.