

Научная статья
УДК 796.011.2
DOI: 10.47438/1999-3455_2024_2_140

АКТУАЛЬНЫЕ ПОДХОДЫ К РАССМОТРЕНИЮ ПОНЯТИЯ «РЕКРЕАТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ»



Ксения Андреевна Онисимова

*Российский университет спорта
Москва, Россия*

*Аспирант кафедры государственного управления и молодёжной политики
тел.: +7(903)013-05-46, e-mail: k.onisimova@icloud.com
ORCID 0009-0009-1493-4430*

Аннотация. Задачи исследования предполагали изучение существующих в научной литературе подходов к определению понятия «рекреативно-оздоровительная деятельность», её содержания и характерных черт, а также сопоставление взглядов отечественных учёных с целью выявления методологических направлений, раскрывающих сущность исследуемого понятия. В статье представлены современные подходы российских учёных к определению понятия «рекреативно-оздоровительная деятельность», обозначена проблема отсутствия единого видения его формулировки, определены тождественные понятия, определён перечень научных дисциплин, в плоскость которых входит изучение данного понятия. Проведён анализ трактовок данного термина ведущими советскими и российскими исследователями в области теории и методики физической культуры, по результатам которого были выделены его сущностные характеристики и определены следующие основные черты: деятельность основывается на двигательной активности, осуществляется в свободное от работы или специально выделенное в рамках рабочего дня время, содержит в себе культурные, коммуникативные, интеллектуальные и развлекательные компоненты, нацелена на оптимизацию физического состояния занимающихся. Проанализированы и выделены наиболее распространённые методологические концепции изучения понятия «рекреативно-оздоровительная деятельность», среди которых данная деятельность рассматривается как вид физической культуры, как деятельность, направленная на отдых и организацию досуга, как средство приобретения и реализации жизненных ценностей.

Ключевые слова: рекреативно-оздоровительная деятельность, физическая рекреация, рекреативная физическая культура, рекреативная деятельность.

Для цитирования: Онисимова К. А. Актуальные подходы к рассмотрению понятия «рекреативно-оздоровительная деятельность» // Культура физическая и здоровье. 2024. № 2. С. 140-143. DOI: 10.47438/1999-3455_2024_2_140.

Введение

Рекреативно-оздоровительная деятельность представляет собой физическую активность, применяемую с целью восстановления психических и физических сил человека и обладающую, также, социализирующими, познавательными и развлекательными функциями. Одним из ключевых принципов советской и российской систем физического воспитания является принцип оздоровительной направленности, компонентом которого является, в частности, рекреативно-оздоровительная деятельность.

На сегодняшний день единой формулировки термина рекреативно-оздоровительная деятельность нет. В работах отечественных исследователей широко распространены такие понятия как «физическая рекреация», «рекреативная деятельность» и «рекреативная физическая

культура», содержание которых является тождественными рассматриваемому нами понятию.

Несмотря на то, что изучение явления «физическая рекреация» находится на стыке таких дисциплин как теория физической культуры, социальная психология и культурология, наиболее подробно понятие раскрывается именно в рамках теории и методики физической культуры.

Проблема отсутствия четкой формулировки границ понятия рекреативно-оздоровительная деятельность создаёт отсутствие понимания содержательной составляющей данной деятельности среди специалистов в сфере физической культуры, что и определяет актуальность исследования.

Ведущие теоретики физического воспитания в нашей стране в своих работах освещали различные подходы к

трактованию содержания рекреативно-оздоровительной деятельности. Л.П. Матвеев, В.С. Кузнецов, А.Д. Джумаев, А.Г. Фурманов, Ю.Е. Рыжкин, Б.В. Евстафьев, В.М. Выдрин, Г.П. Виноградов, И.В. Зорин, Ж.К. Холодов отражали в своих трудах субъективное осмысление рассматриваемого нами понятия.

Цель исследования – комплексный анализ и уточнение концептуальных подходов к трактовке сущностного составляющего рекреативно-оздоровительной деятельности.

Задачи исследования:

– изучить представленные в научной литературе подходы к определению понятия рекреативно-оздоровительной деятельности, ее содержание и характерные черты;

– сопоставить взгляды ведущих российских и советских ученых, рассмотреть ряд методологических направлений, в рамках которых раскрывается сущность рекреативно-оздоровительной деятельности.

Материалы и методы исследования

Теоретическую и методологическую базу аналитической работы составили труды по теории и методике физического воспитания Л.П. Матвеева, В.М. Выдрина, В.С. Кузнецова, А.Д. Джумаева, А.Г. Фурманова, Ю.Е. Рыжкина, Б.В. Евстафьева.

Основным методом аналитического изучения, в рамках нашей работы, стал метод сжатия обрабатываемой информации. Для обработки материала нами применялись такие методы как анализ, индукция абстрагирования и синтез.

Результаты

В результате анализа научной литературы были конкретизированы подходы ученых к содержанию рекреативно-оздоровительной деятельности.

Так, Л. П. Матвеев определяет понятие физическая рекреация как деятельный, активный отдых, а также вариации оздоровительного досуга в свободное от основной трудовой или учебной деятельности время. Автор относит данный вид деятельности к «фоновым» разновидностям физической культуры, важнейшим назначением которых является содействие оптимизации работоспособности человека, восстановлению его жизненных сил, формированию благоприятного эмоционально фона.

Г. П. Виноградовым физическая рекреация определяется как специфический вид физкультурной деятельности, обусловленный необходимостью присутствия в жизни каждого человека таких видов физкультурной активности, которые будут способствовать получению положительных эмоций от занятий и могут применяться на практике в качестве развлечения.

В трудах В. М. Выдрина сущность понятия «физическая рекреация» раскрывается как неотъемлемая часть дисциплины теория и методика физической культуры, основной задачей которой является применение физических упражнений с целью оптимизации оперативной работоспособности занимающихся, развлечения и активного отдыха.

Ж. К. Холодов и В. С. Кузнецов, рассматривая понятие «оздоровительно-рекреативная физическая культура» определяют данную деятельность как активный отдых, а также восстановление сил, посредством применения средств физического воспитания. По мнению авторов, оздоровительно-рекреативная физическая культура способна оказать положительное влияние на функциональное состояние организма, которое в свою оче-

редь является необходимым условием содействия повышению работоспособности, сопротивляемости организма по отношению к неблагоприятным условиям внешней среды и формированию позитивного психоэмоционального фона занимающихся. Авторами выделены такие виды физической рекреации как туризм, массовые физкультурные занятия, различные формы гимнастики, прогулки, и аэробика.

В рамках исследования было выявлено, что изучение авторами понятия рекреативно-оздоровительная деятельность происходит в рамках нескольких методологических подходов.

Ряд авторов (В. М. Выдрин, Г. П. Виноградов, А. Д. Джумаев) определяют рекреативную (рекреационную, рекреационно-оздоровительную) деятельность как разновидность физической культуры. По мнению В. М. Выдрина, физическая рекреация представляет собой такую разновидность физической культуры, в рамках которых вся совокупность вариантов физкультурной деятельности применяется (зачастую, в упрощенных формах) с целью обеспечения положительного эмоционально-насыщенного досуга граждан, получения ими удовольствия от занятий физическими упражнениями и служащего в качестве активного отдыха (под активным отдыхом, в данном контексте, подразумевается деятельность отличная от повседневных профессиональной и бытовой). Физическую рекреацию автор рассматривает как процесс использования всей совокупности форм организации, средств и методов, свойственных физической культуре с целью удовлетворения потребностей, занимающихся в активном отдыхе и развлечении, восстановлении работоспособности в свободное от основной трудовой деятельности время. Представителями рассмотренного нами выше подхода физическая рекреация рассматривается в неразрывной связи с таким явлением как массовая физическая культура.

Следующим подходом является рассмотрение рекреативно-оздоровительной деятельности в качестве специфической формы организации досуга (Н. И. Пономарев, А. С. Орлов, Б. В. Евстафьев). Представителями данного подхода физическая рекреация определяется как компонент, свойственный, в большей степени, индустрии досуга и представляющий собой проведение разного рода спортивных мероприятий, обладающих такими свойствами как зрелищность и массовость. Также, в рамки данного подхода включено оказание спортивных коммерческих услуг. М.А. Якобсоном такое явление как физическая рекреация раскрывается как игровая деятельность (базирующаяся на двигательной активности) относящаяся, преимущественно, к досуговой сфере.

Также, рядом исследователей рекреативно-оздоровительная деятельность, преимущественно, через ее ценностное содержание. В рамках этого подхода рекреативная деятельность рассматривается как совокупность достижений человека как материальных, так и морально-нравственных. Здесь в качестве ценностей определяется совокупность ценностей, которые усваиваются, применяются на практике и создаются, непосредственно, личностью в процессе осуществления рекреативно-оздоровительной деятельности.

В рамках данного подхода, помимо приобретения ценностей, связанных с физическим совершенствованием, особо значимыми представляются, также, процесс интеллектуального, эстетического и духовно-нравственного развития личности в процессе рекреативной деятельности (А. А. Никитина, Л. Н. Коган, М. А. Недашковская).

Выводы

В результате мы можем выделить следующие характерные рекреативно-оздоровительной деятельности черты:

- деятельность основывается на двигательной активности;
- осуществляется в свободное от работы или специально выделенное в рамках рабочего дня время (физическая рекреация не может быть сведена к пониманию ее только как деятельности в свободное время, досуга, развлечения, она так же охватывает профессиональную деятельность человека в форме различных комплексов производственной гимнастики, применяемых на предприятиях);
- содержит в себе культурные, интеллектуальные, коммуникативные и развлекательные компоненты;

– нацелена на оптимизацию физического состояния занимающихся.

Также мы можем выделить следующие подходы, в рамках которых отечественные исследователи рассматривают понятие рекреативно-оздоровительная деятельность:

- как вид физической культуры;
- как деятельность, направленную на отдых и организацию досуга;
- как средство приобретения и реализации жизненных ценностей.

Конфликт интересов

Автор декларирует отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Библиографический список

1. Аршинник, С. П., Пушкарный, М. Ю., Тхорев, В. И. Структура и содержание современного здоровьесберегающего урока физической культуры // Учёные записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2015. No. 9 (127). С. 32–42.
2. Бальба, Р. В., Лундина, Г. А., Джаубаев, Ю. А. Реализация концепции физической рекреации в профессиональной подготовке будущих педагогов // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. 3. Педагогика и психология. 2016. Вып. 1 (173). С. 132-137.
3. Джаубаев, Ю. А., Бальба, Р. В., Лундина, Г. А. [и др.] Технология проектирования рекреативно-оздоровительной деятельности в образовательном учреждении // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. 3, Педагогика и психология. 2015. Вып. 4 (169). С. 94-99.
4. Енокаева, С. С. Интегративный подход к формированию культуры здоровья школьников // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. 3, Педагогика и психология. 2016. Вып. 4 (186). С. 160-165.
5. Замогильнов, А. И. Теория и методика физической культуры : учеб. пособие. Шуя: Изд-во ИГУ, 2017. 283 с.
6. Садовников, Е. С. Принципы функционирования системы физкультурно-оздоровительной деятельности молодежи: дис. ... д-ра пед. наук. Тамбов, 2019. 350 с.
7. Самыгин, С. И., Самыгин, П. С., Верещагина, А. В. Спорт и здоровье российской молодежи в аспекте национальной безопасности // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. 2015. № 7. С. 58-62.
8. Смородинов, А. С. Физическая рекреация как средство сохранения и укрепления здоровья школьников / А. С. Смородинов, В. И. Смородинова // Культура физическая и здоровье. 2018. № 1. С. 30-32.
9. Физическая культура и спорт в образовательном пространстве России : монография / С. В. Алексеев [и др.]. М.; Воронеж: Еврошкола; РИТМ, 2017. 520 с.
10. Цветков, М. П. Спортивно-оздоровительная деятельность как средство социального воспитания учащихся детско-юношеской спортивной школы : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Кострома, 2014. 30 с.

References

1. Arshinnik S. P., Pushkarnyj M. Y., Thorev V. I. Struktura i sodержanie sovremennogo zdorov'esbergayushchego uroka fizicheskoy kul'tury [Structure and content of modern health-saving lesson of physical culture]. Uchenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta. 2015. No. 9 (127), pp. 32-42. (In Russian)
2. Bal'ba R. V., Lundina G. A., Dzhaubaev Y. A. Realizaciya koncepcii fizicheskoy rekreacii v professional'noj podgotovke buduyushchih pedagogov [Realization of the concept of physical recreation in the professional training of future teachers]. Vestnik Adygejskogo gosudarstvennogo universiteta. Ser. 3, Pedagogika i psihologiya. 2016. Vyp. 1 (173), pp. 132-137. (In Russian)
3. Dzhaubaev Y. A., Bal'ba R. V., Lundina G. A., Pet'kov V. A. Tekhnologiya proektirovaniya rekreativno-ozdorovitel'noj deyatel'nosti v obrazovatel'nom uchrezhdenii [Technology of designing recreational and health-improving activities in an educational institution]. Vestnik Adygejskogo gosudarstvennogo universiteta. Ser. 3, Pedagogika i psihologiya. 2015. Vyp. 4 (169), pp. 94-99. (In Russian)
4. Enokaeva S. S. Integrativnyj podhod k formirovaniyu kul'tury zdorov'ya shkol'nikov [Integrative approach to the formation of health culture of schoolchildren]. Vestnik Adygejskogo gosudarstvennogo universiteta. Ser. 3, Pedagogika i psihologiya. 2016. Vyp. 4 (186), pp. 160-165. (In Russian)
5. Zamogil'nov A. I. Teoriya i metodika fizicheskoy kul'tury [Theory and methodology of physical culture] : textbook. Shuya, Shuya branch of Ivanovo State University publ., 2017. 283 p. (In Russian)
6. Sadovnikov E. S. Principy funkcionirovaniya sistemy fizkul'turno-ozdorovitel'noj deyatel'nosti molodezhi : dis. ... d-ra ped. nauk [Principles of functioning of the system of physical culture and recreational activities of youth : Grand PhD ped. sci. diss.]. Tambov, 2019. 350 p. (In Russian)
7. Samygin S. I., Samygin P. S., Vereshchagina A. V. Sport i zdorov'e rossijskoj molodezhi v aspekte nacional'noj bezopasnosti [Sport and health of Russian youth in the aspect of national security]. Gumanitarnye, social'no-ekonomicheskie i obshchestvennye nauki. 2015. № 7, pp. 58-62. (In Russian)
8. Smorodinov A. S., Smorodinova V. I. Fizicheskaya rekreaciya kak sredstvo sohraneniya i ukrepleniya zdorov'ya shkol'nikov. Physical Culture and Health. 2018. № 1, pp. 30-32. (In Russian)
9. Alekseev S. V., Vilenskii M. Ya., Gostev R. G., Gosteva S. R., Lotonenko A. V., Filimonova S. I. Fizicheskaya kul'tura i sport v obrazovatel'nom prostranstve Rossii [Physical culture and sport in the educational space of Russia] : a monograph. Moscow; Voronezh, Evroshkola publ.; RITM publ., 2017. 520 p. (In Russian)

10. Cvetkov M. P. Sportivno-ozdorovitel'naya deyatel'nost' kak sredstvo social'nogo vospitaniya uchashchihsya detsko-yunosheskoj sportivnoj shkoly : avtoref. dis. ... kand. ped. nauk [Sport and recreational activities as a means of social education of students of a children's and youth sports school : PhD ped. sci. diss. abstr.]. Kostroma, 2014. 30 p. (In Russian)

Поступила в редакцию 10.04.2024

Подписана в печать 27.06.2024

Original article

UDC 796.011.2

DOI: 10.47438/1999-3455_2024_2_140

CURRENT APPROACHES TO THE CONSIDERATION OF THE CONCEPT OF RECREATIONAL AND HEALTH-IMPROVING ACTIVITIES

Kseniia A. Onisimova

*Russian University of Sports
Moscow, Russia*

*Postgraduate student of the Department of Public Administration and Youth Policy
ph.: +7(903)013-05-46, e-mail: k.onisimova@icloud.com
ORCID 0009-0009-1493-4430*

Abstract. The objectives of the research included the study of existing approaches in the scientific literature to the definition of the concept of recreational and health-improving activity, its content and characteristic features, as well as a comparison of the views of domestic scientists in order to identify methodological directions that reveal the essence of the concept under study. The article presents modern approaches of Russian scientists to the definition of the concept of recreational and health-improving activities, identifies the problem of the lack of a unified vision of its formulation, identifies identical concepts, defines a list of scientific disciplines that include the study of this concept. The analysis of interpretations of this term by leading Soviet and Russian researchers in the field of theory and methodology of physical culture was carried out, according to the results of which its essential characteristics were highlighted and the following main features were identified: activity is based on motor activity, is carried out in free time or specially allocated time during the working day, contains cultural, intellectual, communicative and entertainment components, aimed at optimizing the physical condition of those involved. The most common methodological concepts of studying the concept of recreational and health-improving activities are analyzed and highlighted, among which this activity is considered as a type of physical culture, as an activity aimed at recreation and leisure activities, as a means of acquiring and realizing life values.

Keywords: recreational and recreational activities, physical recreation, recreational physical culture, recreational activity

Cite as: Onisimova, K. A. (2024) Current approaches to the consideration of the concept of recreational and health-improving activities. *Physical Culture and Health*. (2), 140-143. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455_2024_2_140.

Received 10.04.2024

Accepted 27.06.2024