

Феномен рекреації у соціокультурному конкурсі

Тема 2.



Визначення поняття "рекреація"





Визначення терміна "рекреація"

- *Певна форма активності (діяльності), що реалізується не тільки для досягнення визначеної мети чи певних ефектів, а **заради самої діяльності**, яка надає людині можливість прояву її фізичних, розумових та творчих сил.*

Результати такої діяльності проявляються

- у зміцненні здоров'я,*
- протидії та профілактиці хвороб цивілізації*
- оптимізації маси тіла чи інших видах оздоровчого ефекту*



Надзвичайно важливо, щоби рекреаційна активність становила певні цінності (норми) в таких вимірах:

- культурному - як суспільна вартість, що є бажаною та важливою для суспільства;*
- суспільному - як діяльність, що має встановлені інституції та структури серед різноманітних груп суспільства;*
- індивідуально-психологічному - як цінності, отримані особистістю в результаті рекреаційної активності, які є орієнтиром здорового способу життя.*

Підсумовуючи численні визначення поняття "рекреація", слід зазначити, що це:

- частина соціальної системи суспільства й особлива ланка системи освіти;*
- найбільший сегмент індустрії дозвілля, що швидко розвивається, зв'язаний з участю населення в активному відпочинку на відкритому повітрі, проводиться переважно у вихідні та святкові дні;*
- специфічна форма діяльності на дозвіллі (соціально корисне дозвілля);*

Підсумовуючи численні визначення поняття "рекреація", слід зазначити, що це:

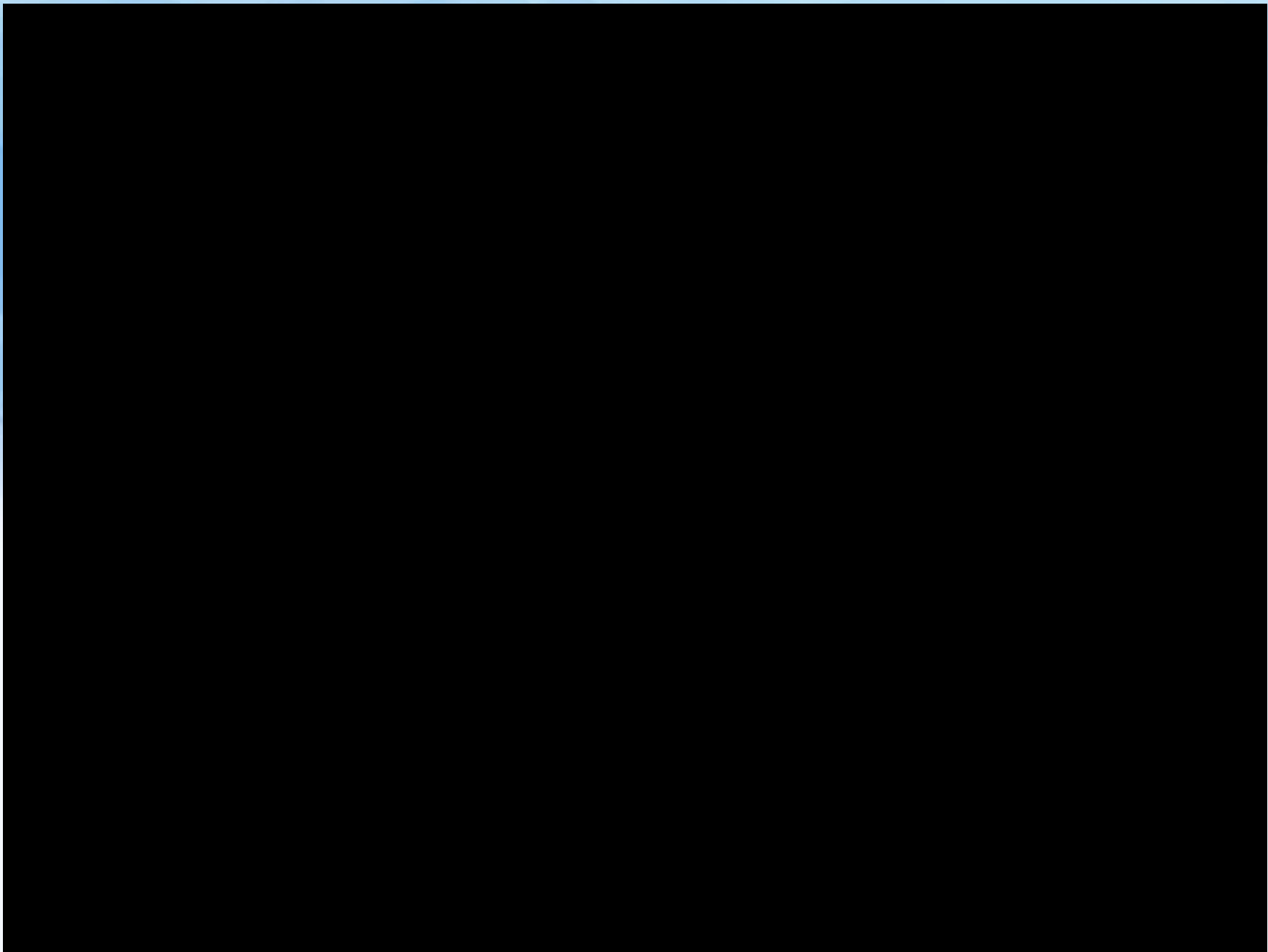
- розширене відтворення фізичних, інтелектуальних та емоційних сил людини;*
- вираження внутрішньої природи людини;*
- засіб розваги, відновлення або вид ігрової діяльності;*
- "життя після праці";*
- профілактична медицина майбутнього.*

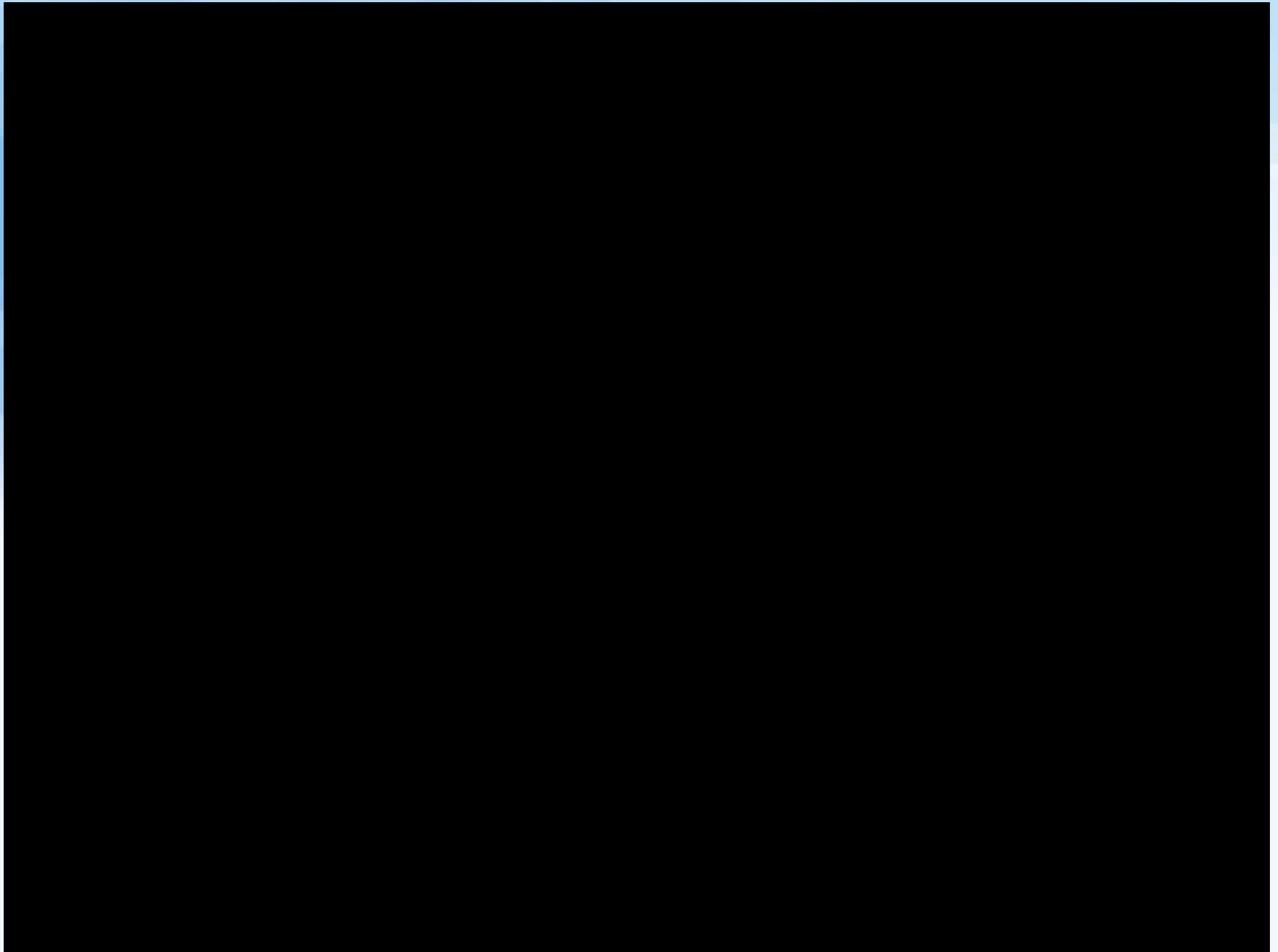
Історія формування і теорії походження рекреації



*Численні функції рекреації виконували
первісні елементи фізичної культури,
головними з яких були:*

- рекреаційно-забавна гра;*
- утилітарна (приворожування врожаю, погоди, доброго полювання);*
- культово-релігійна чи магічна (вплив на невідомі потойбічні сили);*
- виховна (вдосконалення необхідних моральних і фізичних якостей людини).*





Теорії походження рекреації

Теорія надлишкової енергії

Це одна із давніх теорій, що акцентує увагу на притаманності людині

"тваринних" рис. Тобто люди, так само як тварини, "заряджені" м'язовою енергією, яка повинна мати вихід.

Людина вдається до рухових дій.

Надлишкова енергія має єдиний вихід:

активний відпочинок. Саме такої думки дотримувалися Г. Спенсер (1898), Д.

Колоцці (1909), Г. Плеханов (1926) та інші.

Теорії походження рекреації

• Теорія виходу емоцій

Ця теорія споріднена з попередньою. Вона розглядає гру на дозвіллі як порятунк від шкідливого стримування емоцій, зокрема негативних (гніву). Основна теза цієї теорії: людина під впливом емоцій і стресів охочіше залучатиметься до рекреації, ніж утримуватиметься від неї.

Теорії походження рекреації

- ***Теорія Стенлі Холса***

Зазначена теорія найважливішою причиною рекреаційної діяльності людей вважає біологічну необхідність відпочинку.

Теорії походження рекреації

• Теорія Карла Троса

Ігрова діяльність дітей розглядається як основа рекреації та як первинна підготовка до дорослого життя. Її процес вдосконалює ходьбу, біг, стрибки, які допомагають у майбутньому вирішувати завдання дорослого життя. Це також спеціальні ігри - ініціації (посвята у доросле життя). Цей обряд зі своєрідними фізичними випробуваннями вимагав відповідної підготовки.

Теорії походження рекреації

• Теорія релаксації (Едвард Норбек)

Вона ще називається теорією відпочинку та розваг. Її автор стверджує, що рекреація об'єднує біологічні та соціальні феномени й може бути визначена як добровільне, приємне заняття, що на певний час відокремлюється від іншої діяльності людини і має здатність запам'ятовуватися. Вона повинна задовольняти потреби дорослого життя.

Теорії походження рекреації

- ***Теорія самовираження (Є. Покровський)***

Теорія враховує природу людини, її анатомію, психологічні особливості, почуття, здібності та прагнення до самовираження. Схильність людини до рекреаційної діяльності мотивується отриманням емоційного задоволення у зв'язку з можливостями самовираження під час нових випробувань, пригод, творчості. Людина отримує схвалення та прихильність інших людей.