

УА «Брэсцкі дзяржаўны ўніверсітэт імя А.С. Пушкіна»  
Факультэт фізічнага выхавання  
Кафедра спартыўных дысцыплін  
Брэсцкі абласны выканаўчы камітэт  
Упраўленне фізічнай культуры, спорту і турызму  
Брэсцкі гарадскі выканаўчы камітэт  
Аддзел фізічнай культуры, спорту і турызму

# ГУЛЬНІ І ЗАБАВЫ Ў КУЛЬТУРЫ ПРАВЯДЗЕННЯ ВОЛЬНАГА ЧАСУ ДЗЯЦЕЙ І МОЛАДЗІ Ў ГОРАДЗЕ І НА СЯЛЕ: ТРАДЫЦЫІ І НАВАЦЫІ



УА «Брэсцкі дзяржаўны ўніверсітэт імя А.С. Пушкіна»  
Факультэт фізічнага выхавання  
Кафедра спартыўных дысцыплінаў  
Брэсцкі абласны выканаўчы камітэт  
Упраўленне па фізічнай культуры, спорту і турызму  
Брэсцкі гарадскі выканаўчы камітэт  
Аддзел фізічнай культуры, спорту і турызму

**ГУЛЬНІ І ЗАБАВЫ**  
**Ў КУЛЬТУРЫ ПРАВЯДЗЕННЯ**  
**ВОЛЬНАГА ЧАСУ ДЗЯЦЕЙ І МОЛАДЗІ**  
**Ў ГОРАДЗЕ І НА СЯЛЕ:**  
**ТРАДЫЦЫІ І НАВАЦЫІ**

Зборнік навуковых прац

УДК 37.015.31:796.035(082)

ББК 74.200.58я43

Г91

Выданне зборніка навуковых прац ажыццёўлена пры падтрымцы  
Абласнога вучэбна-метадычнага цэнтра  
фізічнага выхавання насельніцтва

Рэкамендавана да публікацыі кафедрай спартыўных дысцыплінаў  
Брэсцкага дзяржаўнага ўніверсітэта імя А.С. Пушкіна  
(працікол № 8 ад 06 сакавіка 2013 года)

***Рэдакцыйная калегія:***

Ул.П. Люкевіч (старшыня, Брэст), К.І. Белы (Брэст), П. Мазур (Хэлм),  
І.І. Лосева (Мінск), С. Нікіцін (Седльцэ)

***Рэцэнзент:***

доктар філасофскіх навук А.С. Лапцёнак

Гульні і забавы ў культуры правядзення вольнага часу дзяцей і моладзі  
Г91 ў горадзе і на сяле: традыцыі і навацыі : зб. навук. прац / Брэсц. дзярж.  
ун-т імя А.С. Пушкіна [і інш.] ; рэдкал.: Ул.П. Люкевіч [і інш.]. – Брэст :  
Альтэрнатыва, 2013. – 120 с.

ISBN 978-985-521-406-0.

У зборніку змешчаны артыкулы навукоўцаў Беларусі, Польшчы і Украіны, дзе  
разглядаюцца праблемы культуры правядзення вольнага часу дзяцей і моладзі  
ў горадзе і на сяле.

Матэрыялы, якія надрукаваны ў зборніку, можна выкарыстоўваць у працэсе  
выкладання гуманітарных дысцыплінаў, фармавання здаровага ладу жыцця, а  
таксама ў іншых формах працы па выхаванню дзяцей і моладзі.

Аўтары надрукаваных матэрыялаў нясуць адказнасць за граматычную  
правільнасць, падбор і дакладнасць прыведзеных фактаў, лічбаў, цытат,  
уласных назваў, прозвішчаў, імёнаў і іншай інфармацыі.

УДК 37.015.31:796.035(082)

ББК 74.200.58я43

ISBN 978-985-521-406-0

© УА «Брэсцкі дзяржаўны ўніверсітэт  
імя А.С. Пушкіна», 2013

© Афармленне. ПВГУП «Іздательство  
"Альтэрнатыва"», 2013

**БЕСПУТЧИК В.Г., ЯРМОЛЮК В.А.**

Беларусь, Брест, УО «Брестский государственный университет им. А.С. Пушкина»

**ОТДЫХ И РАЗВЛЕЧЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ РЕГИОНА**

Отдых, развлечения (рекреация) в виде двигательной активности: игр, физических упражнений, элементов физического труда позволяют поддерживать оптимальное физическое состояние организма школьников, способствует их здоровому отдыху, что является базой для плодотворной учебно-познавательной деятельности и укрепления психофизического здоровья.

Физкультурные рекреативные мероприятия предусматриваются программой по внеклассной и внешкольной работе и методическими указаниями по физической культуре и здоровью Министерства образования Республики Беларусь, которые рекомендуются проводить в учреждениях общего среднего образования: до учебных занятий, во время перерывов между занятиями, на уроках по различным дисциплинам, в группах продленного дня, дома, на отдыхе и т.д. Для этих целей специально разрабатываются физические упражнения для гимнастики до учебных занятий, физкультурных пауз, микропауз активного отдыха, варианты подвижных и спортивных игр, эстафеты, пешие, велосипедные, лыжные прогулки, туристические походы с умеренной аэробной физической нагрузкой.

Двигательная активность в этих мероприятиях направлена на отдых школьников, восстановление функций организма, регулирование психоэмоционального состояния, общение с одноклассниками, друзьями.

С помощью физических упражнений можно сократить уровень вработывания организма в предстоящую учебную деятельность, регулировать оптимальный уровень работоспособности, восполнить дефицит двигательной активности, либо восстановить организм после чрезмерной двигательной или умственной работы, стимулировать сердечно-сосудистую, дыхательную, нервную системы, профилактировать общее и локальное утомление, в том числе опорно-двигательного аппарата, снижать напряжение и стимулировать деятельность зрительного анализатора, улучшать самочувствие и другие.

Упражнения могут проводиться на свежем воздухе, в лесу, на воде, гимнастических городках с использованием инвентаря, резиновые бинты, оборудования, тренажеров.

Применяя музыкальное сопровождение, закалывающие процедуры, производя смену мест занятий, совместимость партнеров, повышается эмоциональность и интерес к выполнению физических упражнений.

В таких активных занятиях развиваются различные физические, эстетические, трудовые, волевые качества, двигательные способности и др.

В ходе занятий необходимо регулировать нагрузку, чередуя упражнения с отдыхом, умеренной аэробной физической интенсивности. Школьники должны уметь осуществлять самоконтроль за своим физическим и психическим состоянием. Для этих целей им рекомендуется вести дневник, записывая сведения о самочувствии, физических нагрузках и др.

К основным структурным элементам досуга школьников можно отнести: 1) направленность процесса досуга и его цель: объект – класс, социальная группа, индивид; субъект – педагоги, воспитатели групп продленного дня, лидеры, руководители



спортивных секций, кружков; 2) содержание досуговой деятельности; 3) средства воздействия и технологии (организационные, образовательно-воспитательные, оздоровительные); 4) состояние и оснащенность материально-технической базы досуга; 5) разработка программ досуга и критериев оценки деятельности школьников.

К основным функциям рекреационно-досуговой деятельности относятся:

- компенсаторная (возможность развивать способности, задатки, удовлетворять потребности в движении, отдыхе);
- адаптивная (приспособление к изменяющейся среде обитания, участие в создании искусственной среды и здорового образа жизни);
- игровая (увеличивает способность к обучению, воспитанию, моделированию реальных ситуаций психики и жизнедеятельности);
- социальная (общение, самосознание, деятельность, усвоение ценностей, социальная ориентация, установки, опыт, стереотипы поведения);
- ценностная – гедонистическая (состояние удовлетворения, чувство внутреннего успеха, совершенства, личной значимости, достижения целей);
- развития (всестороннее гармоническое развитие на протяжении жизни);
- общения (социальное взаимодействие).

Для эффективной организации досуговой деятельности школьников необходимо изучить: место отдыха в социальной жизни школьника; влияние на их систему ценностей; формы и содержание отдыха; предполагаемые перемены в стиле и качестве жизни (он становится одним из социальных критериев качества жизни); противоречия (несоответствие индивидуальных потребностей в отдыхе и реализация возможностей); общественную организацию отдыха (по степени дифференциации ее видов).

Атрибутами рекреации являются время и деятельность. В основе рекреации лежит мотивация поддержания жизни, сопровождающаяся удовольствием и радостью, отсутствием дискомфорта, возможностью использовать свой потенциал и реализовать способности.

По материалам анонимного опроса средних и старших школьников, выявлено, что основными мотивами участия в досуговых физкультурно-спортивных программах являются:

- укрепление и сохранение здоровья;
- потребность в кратковременной реализации отдыха в течение 5-15 минут в процессе умственной работы;
- формирование фигуры, объемов частей тела, регулирование веса;
- удовольствие от двигательной деятельности (игровой, танцевальной) в кругу друзей, на фоне высокой эмоциональности, собственной инициативе;
- развитие индивидуальных привлекательных физических способностей, в том числе в новых видах физкультурно-спортивной деятельности: фризби, черлидинг, скейтборд, разновидности танцев, аэробики, фитнес, шейпинг, калланетик, стретчинг и др.

Наиболее распространенными видами досуга у школьников являются:

- информационный досуг (чтение журналов, литературы, просмотр теле-, видео-, интернет-программы);
- интеллектуальный (посещение театров, кинотеатров, концертов, шоу-программ, соревнований, конкурсов, фестивалей);
- физкультурно-спортивный (занятия физической культурой и спортом);
- развлекательный (посещение дискотек, встречи с друзьями вне дома);
- семейно-ориентированный (занятия и отдых с родителями).

Таким образом, физкультурно-спортивный досуг школьников постоянно конкурирует с пассивно-зрительскими видами времяпрепровождения. Активно настаивают на молодежи негативные факторы: алкоголь, сигареты, наркотики, индустрия красоты («заменители» физкультурно-двигательной активности: таблетки для похудения, косметика для формирования фигуры и др.), которые должны противостоять физкультурно-спортивной отрасли.

Особенностью использования физических упражнений школьниками во время отдыха и развлечений являются их личные интересы, наклонности, вкусы, следовательно, полная свобода выбора видов и характера занятий, их продолжительность и периодичность, время суток, содержание форм, методов, средств, что во многом зависит от уровня физической культуры личности.

Результаты исследования анонимного анкетирования показали, что большинство учащихся средних и старших классов ценят фактор здоровья – 90%, красоту – 50% старшеклассников и 35% школьников средних классов.

В современной физической культуре и спорте 66% школьников видят средство физического развития, 30% – борьбы с вредными привычками. Фактор общения оценивают 29% опрошенных.

На первом месте у представителей мужского пола (100%) стоит всестороннее физическое развитие, у девочек и девушек – 40%. На втором месте 60% мальчиков ставят активный отдых и развлечения, возможность отойти от повседневных дел. Почти все старшеклассники ответили, что спорт – это проверка человеческих возможностей, рациональное проведение свободного от учебы времени, средство формирования характера, а у старшеклассниц 50% – возможность путешествовать, интересное зрелище, развлечение, эстетическая красота.

У большинства школьников мнение о физической культуре и спорте сложилось благодаря самостоятельным занятиям – 60%, под влиянием газет, журналов, телевидения, радио – 38%, у представительниц женского пола 27% – благодаря самостоятельным занятиям, а под влиянием прессы и телевидения – 30%.

Выяснилось, что 64% школьников лишь иногда посещают вновь построенные спортивные объекты (ледовые дворцы, залы, бассейны).

Отмечается низкий уровень участия в физкультурно-оздоровительных и спортивных программах вне рамок школы (около 27% мальчиков и 20% девочек).

В числе причин низкой активности к занятиям физической культурой и спортом называются слабая пропаганда, высокая плата за посещение бассейнов, аквапарков, тренажерных залов, клубов и др., плохая оснащенность оборудованием, инвентарем физкультурно-спортивной базы школ, слабо развитая «шаговая» инфраструктура спортивных объектов, нехватка свободного времени.

По результатам проведенного исследования можно сделать следующие выводы:

1. Школьниками не в полной мере осваивается положительный потенциал физической культуры и спорта, досуговой деятельности.
2. Наблюдается недостаточный уровень знаний и умений использования школьниками ценностей физической культуры, а следовательно, они закончив школу не являются проводниками ценностей в быту, образе, стиле жизни, по отношению к саморазвитию, самосовершенствованию, к своему здоровью.
3. Сегодня необходим постоянный научно-педагогический поиск новых современных форм, средств, методов и мониторинг досуговой деятельности.
4. Отмечается низкий уровень сотрудничества государственных и общественных организаций с учреждениями общего среднего и дополнительного образования по организации досуга школьников.

познавательный потенциал школьников, регулировать его в процессе учебной, вне учебной других видов жизнедеятельности, рационально сочетать труд и отдых.

Physical recreation is able to raise functional, physical, mental, cognitive schoolchildren's potential, regulate it in the process of educational, non-educational and other kinds of vital activities. It rationally combines labour and rest.

1. Беспутчик, В.Г. Аэробика на суше / В.Г. Беспутчик, В.Р. Бейлин // Физическая культура в школе: научно-методический журнал. – И-во «Школа-пресс». – М. – 2010. – № 4. – С. 7–9.

2. Беспутчик, В.Г. Здоровьесберегающий потенциал физкультурных мероприятий в режиме учебного дня школьников / В.Г. Беспутчик, В.А. Ярмолюк // Теоретические и прикладные аспекты олимпийского образования, физической культуры и спорта школьников и учащейся молодежи матер. II междунар. науч.-метод. конф. (Брест, 22-23 ноября 2012). – Брест: Альтернатива, 2012. С. 221-225.

3. Беспутчик, В.Г. Игра как средство и метод обучения и воспитания школьников / В.Г. Беспутчик, В.А. Ярмолюк // Гульні і забавы у культуры правядзення вольнага часу дзяцей і моладзі: традыцыі і навацыі : рэспуб. навук.-практ. канф. / зб. навук. прац / БрДУ імя А.С. Пушкіна [і інш.] : рэц. Ул. Люковіч. – БрДУ (27-29 красавіка 2012). – Брест: Альтернатива, 2012. – С. 37-40.

4. Беспутчик, В.Г. Культура здоровья учащихся гимназий / В.Г. Беспутчик, В.А. Ярмолюк // Материалы междунар. науч.-практич. конференции «Moderni vymoženosti věda-2012» (27 ledna 05 Injnl 2011 roku), Díl 15 Praha, Publishing House «Education and Science» s.r.o., 2012. – С. 36-41

УДК 130.3

**ВАРИЧ В.Н.**

Беларусь, Брест, УО «Брестский государственный технический университет»

## **ИГРА КАК ФОРМА ДУХОВНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Интерес к проблемам игры присутствует в сочинениях многих представителей европейской философии, однако на протяжении долгого времени внимание к игре являлось лишь побочным эффектом размышлений о фундаментальных проблемах бытия и специфике человеческой реальности. Античные философы понимали игру как способ достойного существования человека в единстве с миром, высказывая отдельные догадки о ее природе. Гераклит сравнивал космос в его вечном становлении с играющим ребенком, рассматривая игру как своего рода модель мироздания. Свойственное различным греческим школам представление о том, что в мире действует разумное начало (Нус, Логос), формировало понимание игры как выполнения определенной роли, обусловленной данным началом. Платон изучал сущность и проявления игры в человеческой жизни в контексте познавательной деятельности, которая начинается через игру понятий (имен) и подводит к подлинным тайнам познания. Аристотель положил начало рассмотрению игры в прикладном аспекте – как орудия воспитания и средства для «усложнения души» в перерывах между основными занятиями.

Средневековые философы понимали игру как проявление созидательного божественного начала в человеческой жизни, а мыслители эпохи Возрождения рассматривали ее в качестве важной характеристики творческих усилий человека.