

3. Комплексы физических упражнений для студентов специальной группы здоровья: учеб.-метод. пособие / Е. Г. Удин [и др.] – СПб: СПб НИУ ИТМО, 2012. – 84 с.

4. Рекомендации ВОЗ по вопросам физической активности и малоподвижного образа жизни: краткий обзор [WHO guidelines on physical activity and sedentary behavior: at a glance]. – Женева: Всемирная организация здравоохранения, 2020. – С. 1 – 6. Лицензия: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

5. Розенфельд, Л. Г. Здоровье студентов по данным субъективной оценки и факторы риска, влияющие на него / Л. Г. Розенфельд, С. А. Батрымбетова // Здравоохранение Российской Федерации. – 2008. – № 4. – С. 38 – 39.

Мицкевич В. Д., студент 212 группы
дневной формы обучения
Научный руководитель – Камоцкий М. В.,
кандидат педагогических наук

ОРГАНИЗАЦИЯ МОЛОДЕЖНОГО ДОСУГА В УСЛОВИЯХ ПАРКОВОЙ РЕКРЕАЦИИ

Досуговая среда – это своеобразное пространство для позитивной самореализации молодых людей. Большинство отечественных исследователей «досуг» определяется как часть нерабочего времени, которая остается у человека после исполнения непреложных производственных обязанностей.

Современная молодежь зачастую не способна организовать самостоятельно свое свободное время. Особенно сейчас, в прогрессивном мире в период развитых технологий люди предпочитают проводить свое свободное время за просмотром коротких юмористических видео или играя в различные видеоигры. В связи с этим снизился уровень развития активного досуга среди молодежи.

Особую роль для молодых людей играет общение, однако, в связи с тем, что в наше время общение стало возможно на расстоянии через современные технологии, люди большую часть своего свободного времени стали проводить дома. Стоит отметить, что молодежный досуг должен давать молодым людям чувствовать себя частью чего-то значимого в обществе. Особенно важно, чтобы он давал возможность для саморазвития и самореализации юношей и девушек. Организация молодежного досуга необходимо ориентировать на удовлетворение потребностей личности в активном досуге.

Таким образом, можно отметить, что молодежный досуг должен быть развивающим и познавательным. Однако стоит учитывать, что в наше время у молодых людей большой уровень нагрузки, поэтому досуг должен давать им возможность на отдых.

Наиболее подходящими для восстановления сил являются рекреационные формы досуга. Мы хотим подробнее рассмотреть организацию молодежного досуга через призму парковой рекреации.

Под понятием «парк» мы, прежде всего, подразумеваем природный объект. Парк – это часть живой природы, на территории которой создана благоприятная в гигиеническом и эстетическом отношении среда для отдыха населения. Только стоит отметить, что люди и сами должны поддерживать эту среду для своего же блага [3].

Рекреация – это комплекс оздоровительных мероприятий, осуществляемых с целью восстановления нормального самочувствия и работоспособности здорового, но утомленного человека. Нам известно, что помимо отдыха, в рекреацию должен быть включен комплекс мероприятий развлекательного характера. Рекреационные формы досуга, на наш взгляд, являются одними из наиболее необходимых человеку по причине того, что каждый нуждается в восстановлении жизненных сил и энергии, которые были затрачены в процессе учебы, работы или бытовых дел [1].

К числу достоинств парковой рекреации можно отнести доступность, универсальность, качественность. Нередко молодые люди выбирают в качестве места для прогулки именно парки, они часто посещают их с целью восстановления сил или проведения времени на свежем воздухе со своими друзьями. При посещении парков молодые люди оказываются участниками мероприятий проводимых на территории парковых зон. В условиях данных программ, возможности воздействия на юношей и девушек расширяются, что позволяет улучшить эффект приложенных усилий специалистов социально-культурной деятельности [2].

Отдых необходим каждому человеку, он может быть достигнут как путем пассивного расслабления организма, так и активными формами рекреационного досуга. Задачей парковой рекреации является выработка таких вариантов времяпрепровождения, которые позволят человеку расслабиться от тяжелого учебного и рабочего процесса. К примеру, это могут быть прогулки или другие виды досуга на открытом воздухе, посещение мастер-классов, зрелищных программ и т. д.

Рассмотрим наглядные примеры организации парковой рекреации в Республике Беларусь. В качестве первого примера можем рассмотреть

«Весенний бал в Лошицкой усадьбе». Мероприятие было красивым, его тематика была связана с цветами. Данное событие заинтересовало молодежь и они посетили его с особым удовольствием. Однако у мероприятия была одна весомая проблема – у него не было достаточной поддержки в средствах массовой информации, в связи с этим оно не набрало широкую популярность у молодых людей.

Для второго примера можно привести «Фестиваль гигантских китайских фонарей». Он проходил в Центральном ботаническом саду Национальной академии наук Беларуси. Данное событие было ярким и его посетило большое количество молодых людей. Оно вызвало особый интерес у молодежи и его освещали многие средства массовой информации. Мы считаем, что необходимо проводить больше таких мероприятий, ведь они популярны у юношей и девушек.

На основе этих примеров можно увидеть, что молодежь посещает больше те мероприятия, которые имеют широкую рекламу в интернете. Также молодых людей интересуют мероприятия эстетической направленности, которые не требуют приложения физических усилий. Стоит отметить, что среди молодых людей популярны формы, направленные на развитие новых творческих и коммуникативных навыков. Из этого мы можем сделать вывод, что юноши и девушки с удовольствием станут посещать такие мероприятия как: кинолекторий, мастер-класс, вечера настольных игр, фестивали художественных искусств и другое.

В данной работе мы хотели рассмотреть подробнее досуг молодых людей в условиях развития парковой рекреации. Подводя итоги нашего исследования, мы видим, что, при внедрении новых технологий и усовершенствовании парковой территории, все компоненты, необходимые для качественного досуга молодых людей могут быть

соблюдены в рамках одного парка. Следовательно, при рассмотрении всех указанных в работе аспектов, связанных с досугом молодежи, мы можем отметить, что все необходимые компоненты для организации качественного молодежного досуга могут быть размещены на территории одного парка. Благодаря развитию современных технологий могут развиваться и парковые зоны, что приводит к развитию и молодежного досуга.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Грушецкая, И. Н. Особенности организации молодежного досуга / И. Н. Грушецкая // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2012. – №1. – С. 2.

2. Назарова, Ю. В. Социокультурные практики в работе с молодежью: аксиологические смыслы культуры досуга / Ю.В. Назарова, М.В. Смелова // Гуманитарные ведомости ТГПУ им. Л.Н. Толстого. – 2017. – № 2(22). – С. 78–89.

3. Соловьева, Е. З. Организация парковой рекреации: учебное пособие / Е. З. Соловьева. — Орел: ОГИИК, 2019. – С. 12.