

УДК 378

ОРГАНИЗАЦИЯ СВОБОДНОГО ВРЕМЕНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ

Сергей Михайлович Струганов, кандидат педагогических наук, доцент,

Павел Анатольевич Санков, старший преподаватель,

Восточно-Сибирский институт Министерства внутренних дел России, г. Иркутск;

Владимир Анатольевич Глубокий, кандидат педагогических наук, доцент,

Сибирский юридический институт Министерства внутренних дел России, г. Красноярск

Аннотация

В статье поднимается проблема организации и проведения свободного времени студенческой молодежи. В настоящее время современное общество стремительно развивается во всех сферах жизнедеятельности человека: политической, технической, экономической, социальной, образовательной, культурной, духовной, досуговой. В зависимости от развития общества, развивается и сам человек, меняя в этом процессе различные стереотипы, образы мышления, цели, ценности, ориентации и т.д., а вместе с этим появляются новые потребности и возможности их реализации. Поэтому результаты исследований свободного времени и форм проведения досуга студенческой молодежи дают нам определенный спектр информации об образе жизни, интересах, приоритетах и ценностях исследуемого контингента, в том числе в области сохранения здоровья и физической активности.

Ключевые слова: студенческая молодежь, свободное время, современное общество, социальное развитие личности, здоровый образ жизни, физическая культура и спорт, физическая активность.

ORGANIZATION OF FREE TIME OF STUDENTS IN MODERN SOCIETY

Sergey Mikhailovich Struganov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,

Pavel Anatolyevich Sankov, the senior teacher,

East-Siberian Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Irkutsk;

Vladimir Anatolyevich Glubokiy, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,

Siberian Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Krasnoyarsk

Annotation

The article raises the problem of organizing and spending free time of students. At present, the modern society is rapidly developing in all spheres of human life: political, technical, economic, social, educational, cultural, spiritual, leisure. Depending on the development of society, the person himself develops, changing in this process various stereotypes, ways of thinking, goals, values, orientations, etc., and with this there are new needs and opportunities for their implementation. Therefore, the results of studies of free time and forms of leisure of students give us a certain range of information about the lifestyle, interests, priorities and values of the studied contingent, including in the field of health and physical activity.

Keywords: student youth, free time, modern society, social development of a person, healthy lifestyle, physical culture and sport, physical activity.

ВВЕДЕНИЕ

Организация свободного времени молодежи в настоящее время является одной из наиболее актуальных проблем современного общества. Современный мир, как заметил А. Гидденс, радикально отличается от предыдущих столетий. Эти изменения, прежде всего, отражаются на темпе современной жизни, которое вынужден испытывать человек в повседневной жизни, поэтому все меньше времени остается у него на отдых и «общение» с самим собой. Если в советский период во время строительства социализма пропагандировалась мысль К. Маркса: «Свободное время – общественное богатство», то современная реальность обычно навязывает нам другую ценность: «Свободное время,

которое у нас есть, – это деньги, которых у нас нет».

Современная цивилизация навязывает человеку пассивный отдых, развлечение и культурное потребление «не вставая с места» при массовом использовании телевидения и современных технологий. Сегодня можно высылать письма, оплачивать услуги и счета, получать товары, общаться с другими, путешествовать и познавать мир, учиться, не выходя за пределы собственного дома. В результате большинство людей восстанавливается весьма однообразно. Это однообразие обычно является результатом отсутствия у нас энергии для совершения каких-либо усилий после трудового рабочего дня, даже если это усилие принесет удовольствие и расслабление. Если еще недавно работа традиционно формировала и преображала личность человека, то в настоящее время наоборот, скорее личность определяет способ проведения свободного времени. «Если человек остается пассивным в процессе работы, то он также может быть пассивным и в процессе свободного времени. Вместе с этим можно также отметить, что если он не проявляет большого желания участвовать в процессе проведения свободного времени, то может попасть в зависимость от тех, кто этим занимается профессионально». Такое явление, по убеждению Э. Фромма, мы наблюдаем уже в наше время, когда человек имеет больше свободного времени, чем в прошлые века, но, несмотря на это, не может распределять его, и часто позволяет навязывать себе способ его проведения, не проявляя в этом активности и ограничиваясь в организации своего досуга [4].

Человек – существо целостное, и поэтому то, что он делает в свободное от работы время, не может не оказывать влияния на его поведение в рабочее время суток. Человек, ограничивающий свои запросы только в одной сфере деятельности, будет закрыт для переживаний, которые идут из других источников, поэтому он не сможет гармонично развиваться как внутренне, так и внешне.

Немногие люди имеют возможность выполнять работу, в которой был бы «зрим образ богатства и многообразия человеческого духа. Для работающего человека, особенно для рабочего, время развлечения после работы – это основная форма участия в культуре, и если у него есть потребность обращения к духовной культуре, то потребность эта ассоциируется у него с настроением отдыха и развлечений» [2]

В Западной Европе, Канаде и Соединенных Штатах в последнее время стал развиваться концепт «педагогика свободного времени», на который было обращено большое внимание в педагогической деятельности, как одного из раздела социальной педагогики. Большой вклад в этом направлении внесла Ассоциация свободного времени и рекреации «World Leisure and Recreation», которая была образована в 1956 г. в Нью-Йорке. Она ввела такое понятие как «Leisure education», т.е. досуговое образование, которое можно также определить как «осознанный и систематический процесс воспитания отношения к свободному времени и воспитание свободным временем, цель которого заключается в том, чтобы произвести определенные изменения в способе использования свободного времени» [1].

Исследования свободного времени имеют междисциплинарный характер исследований, который включает в себя:

1. социологический подход, определяет свободное время как время, свободное от работы и других обязанностей;

2. психологический подход, рассматривает свободное время как психическое состояние. По утверждению Дж. Неллиджер «leisure» – это состояние сознания, результатом которого является вовлечение субъекта в определенную деятельность. Атрибутами здесь могут служить потеря человеком некоторой свободы действий, а также внутренняя мотивация. В соответствии с этим, досуг («leisure») возможен и во время работы при условии, если присутствует ощущение свободы в процессе ее выполнения и имеется внутренняя мотивация;

3. научное понимание свободного времени в сфере физической культуры. В данной сфере деятельности это понятие трактуется как период времени, во время которого человек ничем не занят.

Проведение свободного времени отличается от других сфер жизни и деятельности человека тем, что дает возможность его выбора как из различных видов занятий, так и форм общения с другими людьми. Такой вид свободной деятельности наиболее сильно привлекает молодежь тем, что она является своеобразной формой воплощения их независимости или другими словами свободы действий. Эту свободу они видят в том, что поступив в высшие учебные заведения и став взрослыми, молодежь становятся более независимыми и менее контролируемыми родителями. В этот период они пытаются где-то не придерживаться социальной регламентации, обязанностей и ответственности, пытаются любыми способами самореализовать себя и утвердиться в глазах своих сверстников и преодолеть кризис интеграции в социальной структуре общества [3].

При сравнении способов реализации свободного временем у студенческой молодежи и взрослых просматриваются существенные различия, они отличаются по своему характеру и времени препровождению. Это зависит от особенностей организации и его проведения, т.к. тесно связано с образом жизни, которого придерживается человек, а также от характера и уровня его жизни.

«Образ жизни» включает в себя четыре категории жизнедеятельности человека, к которым относятся «уклад жизни», «качество жизни», «уровень жизни» и «стиль жизни» и. Под «укладом жизни» понимается характер социально-экономических условий жизнедеятельности людей. «Уровень жизни» указывает на экономическую сторону индивида, где в первую очередь обращается внимание на потребление субъектом обыкновенными общепринятыми жизненными потребностями в процессе повседневной жизнедеятельности. «Стиль жизни» показывает социально-психологическую сторону субъекта, где его жизнь с социальным обществом предстает как единое целое, т.е., определяемые укладом, уровнем и качеством жизни. «Качество жизни» является наиболее важной социологической категорией и представляет собой междисциплинарное понятие, которое характеризуется степенью осуществления и реализации жизненных целей человека [6]. В этой парадигме понятие «образ жизни» приобретает статус общенаучной категории, но если сравнивать ее с американскими и западными научными понятиями, то здесь наиболее сильно выраженными интегративными качествами характеризуется категория «стиль жизни», которая по своему содержанию совпадает с понятием «образ жизни».

В структуре свободного времени обычно выделяется активная творческая деятельность, самообразование, участие в культурной и духовной жизни, спортивная и двигательная активность, а также занятия по интересам, игры с детьми и другими людьми. В ряде исследований «свободного времени» часто решаются такие проблемы как: определение его параметров, функций, структурных и содержательных элементов. По своей структуре проведение свободного времени содержит в себе более 500 форм деятельности, которые в свою очередь можно разделить на три группы:

1. проведение свободного времени во всех его проявлениях (рекреация, туризм, посещение выставок и музеев, участие в культурных мероприятиях, отдых с целью получения собственного удовольствия и др.);

2. общественно-профессиональная деятельность как способ проведения свободного времени (моделирование, изобретательство, различное творчество, заочное и вечернее обучение, общественная и организационная работа и др.);

3. нерациональное использование свободного времени, что, с одной стороны, может означать пассивный отдых, а с другой – девиантное поведение.

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Целью представленного исследования явился анализ форм и особенностей проведения свободного времени студенческой молодежью. В исследовании приняло участие свыше 200 студентов I-V курсов (представителей обоих полов) в возрасте от 17 до 24 лет. Исследование проводилось с использованием открытого опросника и методики ценностных ориентаций.

В процессе исследования анализировались и оценивались особенности организации и формы проведения свободного времени, в зависимости от возраста испытуемых, изучалось место здоровья и двигательной активности в системе определения ценностей у студенческой молодежи.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

При обработке ответов студентов были выделены следующие категории форм проведения свободного времени: 1) спортивные занятия; 2) просмотр телевизора; 3) чтение; 4) развлечения; 5) прослушивание музыки; 6) у компьютера; 7) прогулки по городу (чаще всего эта категория выступала в ответах студентов в следующей форме: «прогулки с друзьями по городу», т.е. прогулка, имеющая целью не столько отдых и физическую активность, сколько общение с друзьями); 8) общение; 9) дневной сон; 10) прогулки по магазинам; 11) туризм, путешествия; 12) культурный отдых (посещение театров, выставок); 13) рукоделие и творчество; 14) домашние дела; 15) бесцельное времяпрепровождение (например, лежа на диване).

При анализе полученных данных, в зависимости от года обучения, было определено, что для студентов-первокурсников характерна следующая очередность форм проведения свободного времени: просмотр телевизора, чтение, прогулки с друзьями по городу, различные развлечения, общение и др. Спорт в этой группе студентов находился на девятой позиции. У обучающихся средних курсов на первое место занимает общение с друзьями, затем просмотр телевизионных передач, чтение различной литературы, ночной сон, прогулки по городу, прослушивание музыки. Занятия физической культурой и спортом у студентов этих курсов обучения уже поднимается на седьмом месте. На последнем курсе обучения приоритет очередности проведения свободного времени меняется, где больше внимание приобретает чтение и просмотр телевизора, а общение, развлечения и спортивная деятельность занимает пятое место.

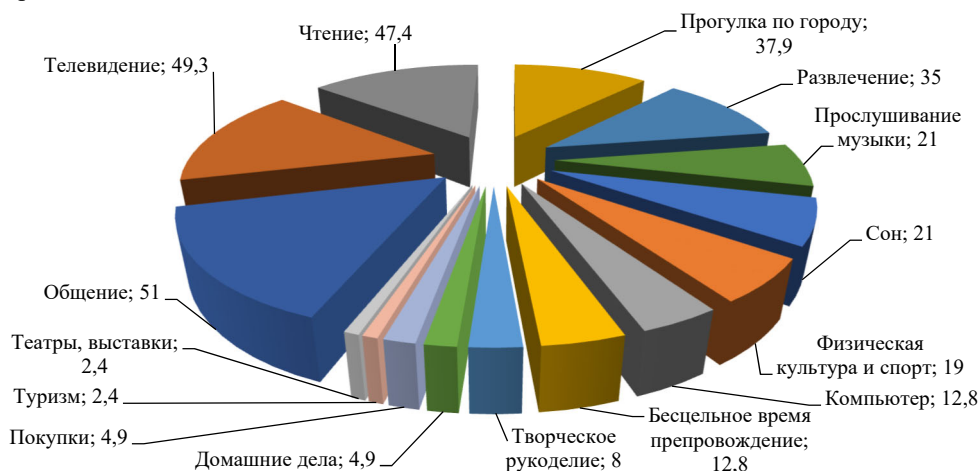


Рисунок 1 – Долевое соотношение способов проведения свободного времени

Обобщенные данные по всем возрастным группам представлены на (рисунке 1): доминирующую позицию занимает общение (51%), затем просмотр телевизора (49,3%),

чтение (47,4%), прогулки с друзьями по городу (37,9%), развлечение (35%), прослушивание музыки и дневной сон (по 21%). На седьмом месте находится спортивная деятельность (19%), а на восьмом – бесцельное время препровождение либо проведение его у компьютера (по 12,8%).

Во время анализа опросников студентов, по вопросу о проведении свободного времени с использованием средств физического воспитания, на «спортивную деятельность» приходится 19%. При более детальном изучении этой категории 27,5%, от общего числа ответов приходится на обобщенную формулировку «занимаюсь спортом», 22,5% ответов проводят занятия в свободное время в тренажерном зале, 15% – плаванием, 10% – танцами или аэробикой, 5% – катание на коньках или лыжах, и по 2,5% приходится на восточные единоборства и бег. Вместе с этим большое число испытуемых отмечает, что основной причиной для регулярных занятий физической культурой и спортом в свободное время является недостаток времени и финансовых средств.

Таким образом, на основе проведенного исследования следует сделать заключение, что здоровье и физическая активность пользуются особой популярностью среди молодого поколения, т.к. являются наиболее значимыми в их развитии и становлении. Однако у исследуемых преобладает пассивная позиция, которая не предусматривает стойкой направленности на изменение поведения с целью поддержания, сохранения и улучшения собственного здоровья.

Не вызывает сомнения, и то, что двигательная активность в свободное время способствует поддержанию соответствующей физической подготовленности, сохранению здоровья, а также достижению желаемого успеха в личной жизни и трудовой деятельности. Уровень физической активности зависит не только от двигательных навыков и умений, а также от потребностей, которые в первую очередь должны быть заложены в ребенка его родителями с детства, которые впоследствии он должен сам искать возможность их реализации в современном обществе.

Целью гармоничного воспитания современного человека должна стать потребность к регулярным занятиям физическими упражнениями, достижение высокого уровня культуры проведения свободного времени. Необходимо в себе постоянно формировать убеждение в том, что свободное время и двигательная активность являются необходимым условием достижения не только высоких результатов в обучении и трудовой деятельности, но также служат эффективным и безопасным средством оздоровления и повышения общего уровня работоспособности [5].

ВЫВОДЫ

1. В результате анализа оценивания студентами использования их собственного свободного времени было установлено, что примерный его, составляет приблизительно 30 часов в неделю. Меньше всего времени имеют студенты первых курсов, т.к. испытуемые этой категории еще не научились правильно распределять и организовывать свой досуг. У студентов выпускных курсов также отмечается недостаток времени на досуг, т.к. многие из них уже имеют семью и в свободное от учебы время подрабатывают после занятий. Также испытуемые отмечают, что иногда проведение свободного времени в зависимости от их интересов и увлечений возможно только в ущерб ночного сна.

2. В процессе проведения исследования у студентов, независимо от курса обучения просматривается уменьшение значимости культурного и активного отдыха. Наибольшей популярностью у этой категории молодого поколения пользуются общение с друзьями, пассивный отдых и различные развлечения по интересам или увлечениям.

3. В системе ценностей исследуемого молодого поколения категория «здоровье» находится на первом месте. Из составляющих здорового образа жизни наибольший приоритет отдается «спортивной деятельности», вторым по популярности значится «здоровое питание» и на третьем месте «отказ от вредных привычек».

ЛИТЕРАТУРА

1. Дубовер, Д.А. «Педагогика свободного времени» как базовый организационно-методический элемент современных школ полного дня ФРГ / Д. А. Дубовер // Вестник евразийской науки. – 2012. – № 4 (13). – С. 115.
2. Информационная эпоха: новые парадигмы культуры и образования : монография / О. Н. Астафьева, Л.Б. Зубанова, Н. Б. Кириллова [и др.] – Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2019. – 292 с.
3. Науменко, Т. В. Ценностные основания свободы и молодежь / Т. В. Науменко, А. В. Белецкая // Вестник Академии. – 2016. – № 2. – С. 110–118.
4. Олейников, Ю. В. Частичный человек / Ю. В. Олейников // Философия и общество. – 2012. – № 3 (67). – С. 21–37.
5. Струганов, С.М. Физическая культура и спорт как фактор гармоничного развития человека и социально-экономического развития государства / С. М. Струганов // Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики : материалы Всероссийской научно-практической конференции (Ростов-на-Дону, 5 апреля 2018 г.). – Ростов-на-Дону : Ростовский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации, 2018. – С. 263–267.
6. Супиков, В.Н. Спорт как социальный институт в системе управления качеством жизни : дис. ... д-ра социол. наук / Супиков Вадим Николаевич. – Орел, 2004. – 425 с.

References

1. Dubover, D. A. (2012), “«Pedagogy of free time» as the basic organizational and methodological element of modern full-time schools in Germany”, *Bulletin of Eurasian Science*, No 4 (13), pp. 115.
2. Astafyeva, O. N., Zubanova, L. B., Kirillova, N. B., et al. (2019), *Information era: new paradigms of culture and education: monograph*, publishing house Ural University, Yekaterinburg.
3. Naumenko, T. V. and Beletskaya, A.V. (2016), “Value foundations of freedom and youth”, *Bulletin of the Academy*, No 2, pp. 110-118.
4. Oleinikov, Yu. V. (2012), “Partial person”, *Philosophy and Society*, No 3 (67), pp. 21-37.
5. Struganov, S. M. (2018), “Physical culture and sport as a factor in the harmonious development of man and the socio-economic development of the state”, *Physical Education and Sport: Actual Issues of Theory and Practice: Materials of the All-Russian Scientific and Practical Conference* (Rostov-on-Don, April 5, 2018), Rostov-on-Don, pp. 263-267.
6. Supikov, V.N. (2004), *Sport as a social institution in the quality of life management system*, dissertation, Oryol.

Контактная информация: sergej_05@mail.ru

Статья поступила в редакцию 23.10.2019

УДК 796.412.2

АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ЧЕМПИОНАТА МИРА - 2019 ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

Раиса Николаевна Терехина, доктор педагогических наук, профессор, заведующая кафедрой, Елена Сергеевна Крючек, кандидат педагогических наук, профессор, Елена Николаевна Медведева, кандидат педагогических наук, профессор, Ирина Александровна Винер-Усманова, доктор педагогических наук, профессор, Заслуженный тренер России, Ольга Анатольевна Двейрина, кандидат педагогических наук, доцент, Татьяна Иосифовна Колесникова, соискатель, МСМК, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Аннотация

Завершающим чемпионатом мира в текущем олимпийском цикле стали состязания гимнасток в Баку. Спортсменки всех Континентов индивидуальной программы и групповых упражнений боролись за право участвовать в самых престижных соревнованиях – Играх Олимпиады в Токио. Спортивная сборная команда Российской Федерации по художественной гимнастике завоевала: в индивидуальной программе - шесть золотых, две серебряные и две бронзовые медали; в групповой - две золотые и одну бронзовую медаль. Данная статья посвящена анализу результатов чемпионата и