

КУЛЬТУРА БЫТА И ДОСУГА СТУДЕНТОВ КАК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

В.А. Горовой, В.П. Павлов, Г.В. Сафронова

УО «Мозырский государственный педагогический университет имени И.П. Шамякина»

Введение. Ухудшение здоровья студенческой молодежи остается актуальной проблемой современного общества и имеет глобальный, общенациональный характер. Поэтому одно из центральных мест в общественном развитии занимают проблемы сохранения генофонда нации, формирования здорового подрастающего поколения, подготовки детей, подростков и студенческой молодежи к полноценной самостоятельной жизнедеятельности. Реалии развития современного общества выдвигают ряд требований к подготовке будущего специалиста, ориентированного на необходимость получения в процессе обучения в учреждении высшего образования (УВО) не только профессиональных знаний, но и формирование потребности к регулярным занятиям физкультурно-оздоровительной деятельностью.

Успех образовательного процесса в УВО предопределяется общим уровнем профессиональной подготовки студентов и воспитанием таких востребованных в настоящее время качеств личности, как целеустремленность, активность, высокая конкурентоспособность и адаптивность специалистов в будущем на рынке труда при сохранении их уровня здоровья.

Процесс физического воспитания в УВО направлен на формирование основ здорового образа жизни, физической культуры студента как системного качества личности, неотъемлемой части общей культуры будущего специалиста, способного реализовать ее в социально-профессиональной деятельности. Здоровье и учеба студентов взаимосвязаны и взаимообусловлены. Чем крепче здоровье студента, тем продуктивнее обучение.

В Кодексе Республики Беларусь (РБ) об образовании, Концепции непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в РБ указывается, что одним из приоритетных направлений государственной политики РБ является воспитание культуры здорового образа жизни, направленное на формирование у обучающегося навыков здорового образа жизни и осознание значимости здоровья как ценности. Согласно Программе непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь на 2015–2020 годы, разработанной в соответствии со статьей 95 Кодекса Республики Беларусь об образовании, одним из основных направлений воспитания обучающихся является воспитание культуры быта и досуга.

Целью работы является рассмотрение культуры быта и досуга студентов как психолого-педагогической проблемы.

Методы исследования: анализ и синтез научно-методической литературы, педагогический опыт и наблюдение [1].

Результаты исследования. Целью воспитания культуры быта и досуга является формирование у обучающихся ценностного отношения к материальному окружению, устойчивых форм повседневного поведения в быту, в общении, в различных видах досуга, умения целесообразно и эффективно использовать свободное время. Для выяснения особенностей формирования культуры быта и досуга у студентов необходимо возвратиться к вопросам трактовки таких понятий, как «досуг», «культура досуга», «культура быта», «быт».

В литературе представлено большое количество определений понятия «досуг». В своих трудах Ю.А. Стрельцов рассматривает понятия «досуг» и «свободное время» как идентичные. Досуг он определяет как часть внерабочего времени (в границах суток, недели, года), остающуюся у человека (группы, общества) за вычетом разного рода непреложных дел, необходимых затрат [2].

По мнению В.А. Ядова, понятие «досуг» – часть свободного времени, которая связана с личным потреблением материальных и духовных благ, или «самоценная» деятельность, составляющая органический элемент быта и направленная на удовлетворение потребностей в отдыхе, развлечениях, саморазвитии [3].

Исследователи отмечают, что досуг – это время, когда у человека есть альтернатива в выборе занятий, в которых отдых сочетается с интеллектуальной и физической активностью [4]. Таким образом, понятие «досуг» можно определить как часть свободного времени, совокупность занятий, выполняющих функцию восстановления физических и психических сил человека; деятельность ради самосовершенствования, собственного удовольствия, достижения иных культурных целей по собственному выбору.

Выделяют три основные социокультурные функции досуговой деятельности:

- рекреация, отвечающая за восстановление растроченных физических сил и релаксацию, направленных, главным образом, на снятие психического утомления;
- развлечение, понимаемое как особый род досуговых занятий, призванных дать человеку возможность повеселиться, улучшить настроение, снять накопившееся психическое напряжение, получить эмоциональную подзарядку;
- культурное совершенствование [3], [5].

Также определены методы, лежащие в основе организации досуга:

1) совмещение отдыха с воспитанием и просвещением (викторины, игровые, конкурсные и познавательные программы и др.);

2) свобода выбора форм досуга (любительские объединения, клубы по интересам, кружки, организация экскурсионной деятельности, волонтерской помощи музеям и галереям, массовые праздники, вечера отдыха и др.) [6].

В структуре досуга можно выделить следующие виды: развлекательный, интеллектуальный, оздоровительный и эстетический.

Развлекательный вид досуга – это традиционный метод проведения досуга. Развлечением можно назвать такие формы деятельности, которые доставляют удовольствие, дают возможность отвлечься от работы, повеселиться (конкурсные и игровые программы, шоу, культурно-массовые мероприятия, дискотеки). Уметь организовать коллективный отдых – это означает каждого человека включить в общую деятельность, соединить его личные интересы с интересами других людей. И эффективность такого вида досуга во многом будет зависеть от интереса людей, их умения отдыхать. В процессе отдыха человек восстанавливает свое физическое состояние, а развлечения необходимы для снятия психологического напряжения. Из этого следует, что развлечения требуют особой эмоциональной нагрузки.

Под *интеллектуальным видом досуга* подразумевается обогащение человеческой личности посредством различных источников информации, к которым относятся научная и художественная литература, пресса, кино, радио, телевидение, интернет. Данный вид досуговой деятельности играет важную роль в развитии культуры, поскольку вырабатывает у человека творческий способ мышления и сохраняет его на протяжении всей его жизни, способствует свободному выбору профессии, основанному на личных и общественных интересах. В процессе интеллектуального досуга человек узнает новое, чему-то учится, черпает информацию. Вид этого досуга несет целенаправленный характер, человек познает мир культурных ценностей, которые расширяют когнитивные границы и духовный мир человека и общества в целом.

Спортивно-оздоровительный досуг – это одна из форм активного отдыха, содержание которой представлено разнообразными видами физических упражнений (спортивными, гимнастикой, подвижными и спортивными играми), выполняемых в сочетании с элементами театральности, хореографии, пения, шуточных викторин и аттракционов. Спортивно-оздоровительный досуг направлен на здоровый образ жизни. Он включает такие компоненты, как рациональная организация труда и отдыха, оптимальный двигательный режим, правильное питание, отсутствие вредных привычек, формирование личностных качеств подростков и молодежи через воспитание патриотизма, чувства товарищества, взаимоуважения, честности, ответственности за свои поступки, формирование у юношей необходимых для военной службы навыков и умений, внутренняя готовность к службе в Вооруженных Силах РФ. Физическая культура, являясь одной из граней общей культуры, во многом определяет поведение человека на производстве, в учебе, в быту, в общении [2].

Таким образом, досуг является средством формирования нравственных ценностей человека, выполняет рекреативную и эстетическую функции, развивает интеллект. Досуговая деятельность должна решать социальные потребности населения, позиционируя новые и высокие положения образа жизни, и стать центром успешного решения таких социальных задач, которые не имеют полного разрешения в других сферах человеческой деятельности (преступность, алкоголизм, наркомания).

Быт представлен сферой жизнедеятельности человека, где удовлетворяются его насущные потребности (материальные и духовные). Поэтому при воспитании культуры быта важно обращать внимание на формирование интеллектуальных потребностей личности, выработку у нее правильного отношения к вещевой среде.

Культура быта – это реальность нашего бытия. Быт существует везде, где есть личность, а культура быта характеризует уровень бытия человека. Чем выше уровень цивилизации, тем выше уровень культуры быта. Личность и быт находятся в непосредственном единстве и взаимозависимости, уровень культуры быта определяется уровнем культуры личности. Чем выше культура личности, тем выше культура ее быта.

Под воспитанием культуры быта следует понимать формирование у обучающихся ценностного отношения к материальному окружению, умения целесообразно и эффективно использовать свободное время. В Концепции непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в РФ отмечено, что содержание воспитательной работы

по формированию культуры быта направлено на осознание детьми и учащейся молодежью значимости культуры быта в собственной жизни и жизни окружающих людей, на воспитание человека-хозяина, способного успешно справляться с бытовыми задачами, возникающими в процессе повседневной жизнедеятельности.

Вывод. Таким образом, можно сделать вывод, что культура быта и досуга является составляющей индивидуальной культуры личности и основным фактором, обуславливающим образ жизни человека.

Список использованной литературы

1. Горовой, В.А. Теория и методика физического воспитания в схемах и таблицах : пособие для специализаций 1-03 02 01 01 «Специальная подготовка», 1-03 02 01 02 «Тренерская работа по виду спорта», 1-03 02 01 03 «Физкультурно-оздоровительная и туристско-рекреационная деятельность» / В.А. Горовой, М.И. Масло. – 2-е изд. – Мозырь: МГПУ им. И.П. Шамякина, 2016. – 119 с.
2. Стрельцов, Ю.А. Культурология досуга : учебное пособие / Ю.А. Стрельцов. – М. : МГУКИ, 2002. – 90 с.
3. Ядов, В.А. Социологические методы исследования клубной работы : методическое пособие / В.А. Ядов. – М. : 1986. – 16 с.
4. Аванесова, Г.А. Культурно-досуговая деятельность : теория и практика организации : учебное пособие для студентов вузов / Г.А. Аванесова. – М. : Аспект-Пресс, 2011. – 76 с.
5. Горовой, В.А. Физическая рекреация студентов : методические рекомендации / В.А. Горовой. – 2-е изд. – Мозырь : МГПУ имени И. П. Шамякина, 2015. – 158 с.
6. Бочарова, В.Г. Педагогика социальной работы / В.Г. Бочарова. – М. : Просвещение, 1994. – 378 с.