

Розділ 1. Історичні, філософські, правові та організаційні проблеми фізичної культури

УДК 796.01

Наталія Москаленко

Тенденції та закономірності становлення фізичної рекреації на різних історичних етапах

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту (м. Дніпропетровськ)

Постановка наукової проблеми та її значення. Аналіз досліджень цієї проблеми. Огляд історії виникнення та розвитку фізичної рекреації дає можливість зрозуміти мотиви та причини, які спонукають людей займатися рекреаційно-оздоровчою діяльністю [10]. Дослідженню теоретичних і методичних основ фізичної рекреації присвячено багато праць [1–10 та ін.]. Однак, як зазначають науковці [2; 4; 7], досі наявні певні суперечності у визначенні сутності, цільової спрямованості та форм фізичної рекреації як виду фізичної культури в різні історичні періоди. Досвід вивчення формування знань про активну рекреаційну діяльність не може беззастережно претендувати на досить об'ємне й завершене дослідження. Проте за роки свого розвитку фахівцями з фізичної рекреації накопичено потужну теоретичну та практичну базу, сформувались основні й продовжують оформлюватися та відокремлюватися новітні напрями наукових досліджень, відповідно до потреб часу трансформується й розширюється об'єктно-предметна сфера цієї науки [4; 5; 9]. Опрацьовано матеріал щодо розвитку форм активного дозвілля в ранніх суспільствах, у період нового та новітнього часу [4; 5; 7]; представлено дослідження формування передумов виникнення рекреації й дозвілля на різних етапах розвитку суспільства [1; 2]; висвітлено історичні аспекти розвитку активного відпочинку в давньому світі, біблейську регламентацію здорового способу життя та норм поведінки [3]; охарактеризовано історію формування й основні теорії походження рекреації [10]. Проте сучасні фахівці з фізичної рекреації, хоча й мають незаперечні здобутки в розкритті сутності, природи та специфіки рекреації, в обґрунтуванні принципів рекреаційної діяльності, виявленні педагогічного потенціалу дозвілля, практично не досліджують основні тенденції й закономірності розвитку фізичної рекреації. Вивчення історії виникнення знань про фізичну рекреацію має велике значення для більш поглибленого та чіткого уявлення про сутність цього феномену, його предмет й основну досліджувану проблематику, що обумовлює актуальність роботи в цьому напрямі.

Мета статті – визначити основні тенденції та закономірності розвитку фізичної рекреації на різних історичних етапах.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої мети дослідження використовували історичний підхід, що дає змогу дослідити виникнення, формування й розвиток процесів і подій у хронологічній послідовності для виявлення внутрішніх та зовнішніх зв'язків, тенденцій, закономірностей і суперечностей. У межах історичного підходу активно застосовували порівняльно-історичний метод, який уключав два види: порівняльно-типологічний метод, що розкриває схожість генетично не пов'язаних об'єктів, і власне порівняльно-історичний, який фіксує схожість між явищами як свідчення спільності їхнього походження, а розходження між ними – як показник їх різного походження. Теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел проводили задля дослідження історичних аспектів фізичної рекреації.

Результати дослідження та їх обговорення. Системний аналіз світового масиву наукових знань і міжнародного досвіду розвитку рекреації дав підставу виділити основні теорії походження рекреації. Серед найбільш відомих автори [10] виділяють теорію надлишкової енергії (акцентує увагу на притаманності людині «тваринних» рис, де надлишкова енергія має єдиний вихід – активний відпочинок); теорію виходу емоцій (розглядає гру на дозвіллі як порятунок від шкідливого стримування емоцій, зокрема негативних); теорію самовираження (ураховує природу людини, її психологічні особливості); теорію релаксації (об'єднує біологічні та соціальні феномени й може бути визначена як

добровільне, приємне заняття людини); теорію біологічного відпочинку (акцентує на біологічній необхідності відпочинку) тощо. У зарубіжному суспільстві, сформувалися концепції, які розглядають рекреацію як складник часового простору, як вид людської життєдіяльності, психологічний стан людини, ознаку цілісного способу життя [8]. Як зазначають дослідники [4; 5], чимало сучасних рекреаційних занять беруть свій початок від міфологічної свідомості, магічної практики, обрядів, а також ігрових дій і святкових заходів давнини.

Аналіз літературних джерел свідчить, що вільний час людини, а також заняття, які можна віднести до культурного дозвілля, не відразу з'явилися у суспільстві, а сформувалися історично [4]. Людина в первісному суспільстві не мала вільного часу в нашому розумінні. Для того, щоб з'явився цей сегмент її життєдіяльності, потрібна наявність сформованих соціальних відносин, яких у первісному суспільстві не існувало або вони не набували сталих форм. Дослідники [4; 5; 7] зазначають, що основними передумовами виникнення фізичної рекреації як форми дозвілля людини в первісному суспільстві були її біологічна потреба в руховій активності; ускладнення суспільно-господарського життя первісних людей; розвиток абстрактного й логічного мислення; розвиток магічних обрядів і вірувань; кліматичні умови. Виникнення уявлень про фізичну рекреацію також обумовлене впливом практичних потреб людини у фізичному здоров'ї. Адаптаційно-біологічна модель фізичної рекреації на ранній стадії розвитку людства була визначальною, що відзначається в багатьох наукових дослідженнях [1; 2; 3]. Первинними формами майбутнього дозвілля можна вважати магічні дії й ритуальні обряди посвяти (ініціації); ігри та змагальні дії; святкові заходи як вид колективної активності [7].

Представлені в спеціальній літературі дані авторів [4; 5] свідчать, що в період рабовласництва у великих культурах цього періоду – у Стародавніх Єгипті, Індії, Китаї, у культурі античності (Стародавній Греції й Римі) – виникли передумови для виникнення активного дозвілля як форми діяльності людини. Цими основними передумовами були державно-правові форми організації та регулювання суспільної практики, що призвело до економічного й соціального класового розмежування населення. Серед аристократичних і заможних верств з'являються нові, незвичні для традиційних форм народної практики види дозвілля, де важливе місце займають вправи оздоровчої спрямованості. З'являються професії, представники яких займаються не тільки розважанням рабовласників у вільний час, але й дбають про їхнє тіло, здоров'я, а також про задоволення потреб у галузі мистецтва.

Важливою передумовою розвитку рекреаційних форм панівних класів була наявність системи військово-фізичної підготовки в рабовласницьких державах і Сходу, і Заходу. В античних державах розважальна функція дозвілля реалізовувалася в атлетичних змаганнях і видовищах.

Значний внесок у розвиток та формування знань про фізичну рекреацію зробили філософи й педагоги [3].

Наукові розробки [4; 5] свідчать, що рекреаційні форми фізичної культури в епоху феодалізму розвивалися під впливом релігійних, політичних, соціально-економічних чинників. Різноманітні суспільні потреби цього періоду, умови, місцеві традиції створили різноманітність форм дозвілля й фізичної культури.

Дослідження проблеми розвитку рекреаційного руху в новий час [4; 5] дало змогу з'ясувати, що в XVII–XVIII ст. навіть у найбільш розвинених країнах Європи сформовано лише елементи активного дозвілля. Основні передумови й чинники, які сприяли розвитку фізичної рекреації виникли та отримали розповсюдження протягом XIX ст. – перших двох десятиліть XX ст. Основними передумовами розвитку фізичної рекреації в цей період були політичні, соціальні, економічні, культурні, військові. Із виникненням суспільної праці з'являється нове джерело знань про фізичну рекреацію. Професійна праця стає все більш інтенсивною, монотонною, характеризується різким зниженням фізичних навантажень, що призводить до зростання нервово-психічних навантажень на людину. Виникає необхідність відновлення її психофізичних сил, що може бути досягнуто за рахунок оптимально регульованої рухової діяльності у вільний від роботи час. Використання рухової діяльності для відновлення психофізичного стану людини після професійної праці й визначало її найменування як діяльності рекреаційної, виходячи з історично сформованого поняття «рекреація» (відновлення). У цьому напрямі на основі емпіричних досліджень уже вживають спроби створення конкретних наукових знань про фізичну рекреацію, найважливіші форми її прояву й виділення власної проблематики.

Сучасний етап розвитку фізичної рекреації характеризується переходом від «суспільства робочого часу до суспільства вільного часу», який проявляється в зміні теоретичної концепції фізичної рекреації та змін у системі духовних цінностей. Дослідники [9] розрізняють три фази розвитку

рекреаційної діяльності: у 50-ті роки ХХ ст. домінувала орієнтація на використання рекреаційної діяльності як засобу відновлення фізичних і духовних сил виключно задля продовження плідної праці; у 60–70-ті роки ХХ ст. вільний час використовується на споживання матеріальних благ, які забезпечуються зростаючим добробутом суспільства; починаючи з 80–90-х рр. ХХ ст., явною стає тенденція до гедонізації (від грец. *hedone* – задоволення) вільного часу – отримання задоволення, фізичне та емоційне розвантаження, зміна довілля й діяльності.

Актуальність досліджень у сучасному світі пов'язана зі зміною парадигми сучасного суспільства від моделі проведення вільного часу, із метою простого відтворення життєвих сил до моделі змістовного проведення дозвілля, яке забезпечується та реалізується через існування й організацію численних різноманітних видів рекреаційно-оздоровчих занять [9]. Такі перетворення обумовлюються й основними характеристиками, притаманними сучасному суспільству. З одного боку, це здебільшого його негативні характеристики, такі як підвищений рівень психоемоційного напруження, наростання екологічного дискомфорту, зростання рівня урбанізації, індивідуалізація та звуження життєвого простору, неактивний спосіб життя; з іншого – це здебільшого позитивні характеристики, зокрема підвищення комфортності середовища, високий рівень інформованості, необмежена транспортна доступність, а головне – збільшення обсягу вільного часу людини. Усі ці фактори в комплексі виступають головними рушійними силами в розвитку рекреаційної діяльності й сприяють появі її нових видів.

На нашу думку, представлені в публікаціях [6] закономірності розвитку рекреаційної діяльності слід урахувати під час організації рекреаційної діяльності різних груп населення в сучасних умовах. Серед них основними є орієнтація на загальнолюдські цінності, максимальний облік рекреаційних інтересів; оздоровча спрямованість, що передбачає індивідуалізацію, відсутність максимальних фізичних навантажень, поєднання фізичних вправ із факторами здорового способу життя; клубна форма організації занять, відсутність жорстких організаційних форм; гнучкий, самодіяльний характер керування; договірний характер відносин між об'єктом і суб'єктом керування, який засновано на наданні рекреаційних послуг; упровадження новітніх технологій.

Розвиток індустрії дозвілля дає змогу стверджувати, що його напрями залежать від масових рекреаційних інтересів населення. Формування рекреаційних потреб відбувається під впливом комплексу факторів, які можна згрупувати таким чином [4; 9]:

- соціально-економічні фактори – рівень матеріального статку наявність вільного часу, доступність інформації про рекреаційні об'єкти й послуги;
- демографічні – вік, стать, сімейний стан, освіта, професія, приналежність до певної соціальної групи, регіон основного проживання та тип місцевості проживання (міська або сільська);
- особистісно-поведінкові фактори – індивідуальні особливості індивіда, стиль життя, інтереси, система духовних цінностей, мотивація рекреаційної діяльності, стан здоров'я;
- фактори культурного й суспільно-психологічного характеру – пріоритети в системі духовних цінностей суспільства в цілому, його окремих груп, досягнутий рівень психології споживання, вплив моди у виборі видів рекреаційних занять, традиції проведення відпочинку;
- ресурсно-екологічні фактори – масштаби та забезпеченість території різними видами рекреаційних ресурсів, екологічний стан довілля тощо.

Дослідники [4] визначили основні тенденції розвитку фізичної рекреації в умовах глобальних взаємодій: наявність альтернативних форм і видів культурного дозвілля, підвищення якості обслуговування (поява нових видів відпочинку – екстремальний туризм; зелений туризм; збільшення активних видів рекреації); широке використання автоматики й техніки в процесі відпочинку, що надає йому яскраво вираженого технізованого характеру, що часто створює несприятливі соціально-психологічні ефекти та збільшує попит на види занять, пов'язаних із живою природою й активними видами рекреації (підводне плавання, гірський туризм, екстремальний туризм та ін.); у цільовому й змістовному сенсі основні вектори організованого дозвілля спрямовані переважно на фізичну рекреацію та розваги, менше – на духовну активність, освіту, розвиток внутрішнього світу людини. Розвиток індустрії дає підставу стверджувати, що його напрями в різних регіонах світу залежать від масових рекреаційних інтересів населення. Тому одна з найважливіших тенденцій в організації дозвілля – підвищення його ефективності.

Висновки. Аналіз теоретичних наукових робіт зарубіжних і вітчизняних учених, що стосуються питань розвитку фізичної рекреації, показав, що в багатьох країнах здійснюються систематичні фундаментальні та прикладні дослідження з указаної тематики. Аналіз історичного досвіду й сучасної проблематики рекреаційної діяльності свідчить, що її розвиток визначався декількома періодами, пов'язаними з розвитком інших суспільних інститутів і системою цінностей суспільства. Визначення

передумов становлення й розвитку фізичної рекреації як форми дозвілля людини від найдавніших часів до наших днів дасть можливість об'єктивно оцінювати дію соціальних законів у цій сфері, виявляти, аналізувати та узагальнювати нові закономірності її функціонування, а також перспективи подальшого розвитку. Дослідження тенденцій і закономірностей розвитку фізичної рекреації сприятиме оптимізації функціонування рекреаційної діяльності в Україні, збагатить її зміст та способи ефективного управління нею.

Перспективи подальших досліджень полягатимуть у вивченні особливостей розвитку рекреаційної діяльності в сучасному світі.

Джерела та література

1. Аванесова Г. А. Культурно-досуговая деятельность. Теория и практика организации : учеб. пособие для студ. вузов / Г. А. Аванесова. – М. : Аспект Пресс, 2006. – 236 с.
2. Андреева О. В. Историчні передумови становлення та розвитку знань про фізичну рекреацію / О. В. Андреева // «Теорія і методика фізичного виховання і спорту» : наук.-теорет. журн. – К. : Олімп. л-ра, 2009. – № 3. – С. 81–83.
3. Виноградов Г. П. Теоретические и методические основы физической рекреации (на примере занятий с отягощениями) : дис. на соискание учёной степени д-ра пед. наук : 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры / Г. П. Виноградов. – СПб., 1998. – 481 с.
4. Круцевич Т. Ю. Історія розвитку фізичної рекреації : навч. посіб. / Т. Ю. Круцевич, Н. С. Пангелова, С. Б. Пангелов. – К. : Академвидав, 2013. – 160 с.
5. Круцевич Т. Ю. Рекреація у фізичному вихованні різних груп населення / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. – К. : Олімп. л-ра, 2010. – 200 с.
6. Левицький В. В. Термінологічний апарат у галузі оздоровчої фізичної культури / В. В. Левицький // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2000. – № 2–3. – С. 93–95.
7. Пангелов С. Формування передумов виникнення фізичної рекреації як форми дозвілля людини у первісному суспільстві / Степан Пангелов // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2009. – Вип. 13, т. 4. – С. 138–142.
8. Петрова І. В. Дозвілля в зарубіжних країнах : [підручник] / І. В. Петрова. – К. : Кондор, 2008. – 408 с.
9. Поколюдна М. М. Рекреаційна географія : навч. посіб. / М. М. Поколюдна ; Харк. нац. акад. міськ. госп. – Х. : ХНАМГ, 2012. – 275 с.
10. Фізична рекреація : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. вих. і спорту / Є. Н. Приступа, О. М. Жданова, М. М. Линець [та ін.] ; за наук. ред. Євгена Приступи. – Львів : ЛДУФК, 2010. – 447 с.

Анотації

У статті на основі цілісного наукового аналізу представлено уявлення про основні періоди становлення й розвитку знань про фізичну рекреацію, виявлено характерні особливості щодо сутності фізичної рекреації в різних історичних періодах; подальшого розвитку набули тенденції та закономірності становлення фізичної рекреації на різних історичних етапах; розкрито соціальну природу рекреаційної діяльності, її мету, завдання й функції, особливості, специфіку та тенденції розвитку на сучасному етапі. Для досягнення мети дослідження застосовано історичний підхід; теоретичний аналіз й узагальнення спеціальної наукової літератури. Аналіз історичного досвіду та сучасної проблематики рекреаційної діяльності свідчить, що її розвиток визначався декількома періодами, пов'язаними, з розвитком інших суспільних інститутів і системою цінностей суспільства. Ці тенденції та закономірності слід враховувати під час організації рекреаційної діяльності різних груп населення в сучасних умовах і у найближчому майбутньому.

Ключові слова: фізична рекреація, історія, рекреаційно-оздоровча діяльність.

Наталья Москаленко. Тенденции и закономерности становления рекреации на разных исторических этапах. В статье на основе целостного научного анализа даётся представление об основных периодах становления и развития знаний о физической рекреации, установлены характерные особенности, касающиеся сущности физической рекреации в разных исторических периодах; дальнейшее развитие приобрели тенденции и закономерности становления физической рекреации на разных исторических этапах; раскрыты социальная природа рекреационной деятельности, ее цели, задачи и функции, особенности, специфика и тенденции развития на современном этапе. Для решения поставленной цели исследования применяли исторический подход; теоретический анализ и обобщение специальной научной литературы. Анализ исторического опыта и современной проблематики рекреационной деятельности свидетельствует о том, что её развитие определялось несколькими периодами, которые были связаны с развитием других общественных институтов и системой ценностей общества. Эти тенденции и закономерности следует учитывать при организации рекреационной деятельности различных групп населения в современных условиях и в ближайшем будущем.

Ключевые слова: физическая рекреация, история, рекреационно-оздоровительная деятельность.

Natalia Moskalenko. Trends and Patterns of Formation of Recreation at Different Historical Stages. In the article, based on an integral scientific analysis, the understanding about general periods of formation and development

of knowledge on physical recreation is extended; specific details of the nature of physical recreation in different historical periods is revealed; trends and principles of physical recreation development at different historical stages gain development; the social nature and organizational structure of outdoor activities as well as its purpose, objectives and functions, features, specificity and trends of development at present and in the near future are disclosed. To accomplish the purpose of the study we apply a historical approach, theoretical analysis and generalization of special scientific literature. The analysis of historical experience and contemporary background suggests that development of recreational activity was determined by several periods that were associated with the development of other social institutions and social value system. There is need to consider revealed trends and patterns when organizing recreational activities of various population groups in current conditions and in the near future.

Key words: *physical recreation, history, recreation and health-improving activity.*