

8. Перова, Е.И. Совершенствование комплекса ГТО в современных условиях учебного процесса в общеобразовательных учреждениях РФ / Е.И. Перова, В.А. Кабачков, В.А. Куренцов // Физическое воспитание и детско-юношеский спорт. – 2013. – № 5. – С. 42-55.

9. Уваров, В.А. Методология научного обоснования содержания видов испытаний и нормативных требований I-XI ступеней Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) / В.А. Уваров // Вестник спортивной истории. – 2016. – № 1 (3). – С. 57-79.

REFERENCES

1. Arshinnik, S.P. (2016), "The All-Russian sports complex "Ready for Labor and Defense" as the standard of physical fitness of the population of Russia", *Integrative communications in sport and tourism: education, tendencies, international experience*, Krasnodar, Vol. 1, pp. 7-13.

2. Arshinnik, S.P., Dudka, G.N., Tkhorov, V.I and Shubina N.G. (2017), "To the question about the development of the structure and content of the lesson of physical culture, aimed at preparing for the implementation of the standards of the of "Ready for Labor and Defense" complex", *Pedagogiko-psyhologicheskie I medico-biologicheskie problemy fizicheskoy kultury i sporta*, Vol. 12, No. 2, pp. 73-81.

3. Arshinnik, S.P. (2014), "To a question about optimizing the content of All-Russian physical culture and sports Ready for Labor and Defense" complex", *Development of physical culture and sport in the context of personal fulfillment in contemporary socio-economic conditions: Proceeding of the 7 All-Russia scientific-practical conference*, LLC "Vesta", Lipetsk, pp. 39-43.

4. Arshinnik, S.P., Zaytsev, Yu.G. and Tkhorov, V.I. (2007), "Cross preparation in programs of physical training of school students of Kuban", *Physical culture, sport – science and practice*, No. 1-4, pp.76-79.

5. Arshinnik, S.P., Ambartsumyan, N.A., Dudka, G.N., Malashenko, K.V. and Tkhorov, V.I. (2017), "Prospects of use of standards of the design complex "Ready for Labor and Defense", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 145, No. 3, pp. 19-26.

6. Arshinnik, S.P., Dudka, G.N., Malashenko, K.V., Pushkarny, M.Yu. and Tkhorov, V.I. (2015), "Degree of readiness of children of school age for implementation of standards of "Ready for Labor and Defense" complex", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 129, No. 11, pp. 19-27.

7. Arshinnik, S.P., Pushkarny, M.Yu. and Tkhorov, V.I. (2015), "The structure and content of a modern health-saving physical education lesson", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 127, No. 9, pp. 32-42.

8. Perova, E. I., Kabachkov, V. A. and Kurentsov V. A. (2013), "Improvement of the GTO complex in the modern conditions of educational process in educational institutions of the Russian Federation", *Fizicheskoe vospitanie i detsko-junosheskij sport*, No. 5, pp. 19-26.

9. Uvarov, V.A. (2016), "Methodology of scientific justification of maintenance of types of tests and standard requirements of the I-XI steps of the All-Russian sports complex "Ready for Labor and Defense", *Messenger of sports history*, No. 1 (3), pp. 57-79.

Контактная информация: arshinnik_fk@mail.ru

Статья поступила в редакцию 19.09.2017

УДК 796.011

О СООТНОШЕНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕКРЕАЦИИ, ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ОБЩЕЙ РЕКРЕАЦИИ

Саид-Али Махмудович Аслаханов, доктор педагогических наук, доцент,
Чеченский государственный педагогический институт, Грозный,
Махмудгири Атуевич Эльмурзаев, кандидат педагогических наук, доцент,
Санкт-Петербургский горный университет, Санкт-Петербург

Аннотация

Существует мнение, что физическая рекреация является разделом физической культуры и общей рекреации. Основным признаком такого мнения считается – наличие двигательной деятельности, основная цель и получаемые результаты которой заключаются в оптимизации здоровья человека в совокупности физического, психологического, душевного и социального его компонентов.

Наиболее интенсивно физическая рекреация изучается в рамках теории физической культуры. В данной статье сделана попытка проанализировать существующие точки зрения на соотношение разделов физической рекреации, физической культуры и общей рекреации, показать их различие и сходство.

Ключевые слова: физическая культура, физическая рекреация, двигательная реабилитация, общая рекреация, здоровье, отдых.

ABOUT CORRELATION OF PHYSICAL RECREATION, PHYSICAL CULTURE AND GENERAL RECREATION

*Said-Ali Mahmudovich Aslakhanov, the doctor of pedagogical sciences, senior lecturer,
Chechen State Pedagogical Institute, Grozny,*

*Mahmutgiri Atuevich Elmurzaev, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
St. Petersburg Mining University, St. Petersburg*

Annotation

There is an opinion that physical recreation is a division of physical culture and general recreation. The main feature of this opinion is the presence of motor activity, the main goal and results of which are to optimize human health taken together with the physical, psychological, mental and social components. The most intensive study of the physical recreation is within the framework of the theory of physical culture. In this article, the attempt has been made to analyze the existing points of view on the ratio of physical recreation, physical culture and general recreation, to show their difference and similarity.

Keywords: physical culture, physical recreation, motor rehabilitation, general recreation, health, recreation.

ВВЕДЕНИЕ

В научных кругах существует мнение, что физическая рекреация является разделом физической культуры и общей рекреации. Основным признаком такого мнения считается – наличие двигательной деятельности, основная цель и получаемые результаты которой заключаются в оптимизации здоровья человека в совокупности физического, психологического, душевного и социального его компонентов. Наиболее интенсивно физическая рекреация изучается в рамках теории физической культуры. Но термин «физическая культура» обозначает лишь название социального явления, в реальной жизни она функционирует посредством своих разделов. Известный ученый В.М. Выдрин выделяет следующие разделы физической культуры: физическое воспитание, спорт, физическая рекреация, двигательная реабилитация и адаптивная физическая культура. Все они рассматриваются в связи с оптимизацией физического здоровья человека, что и отражено в первом слове словосочетания «физическое», а второе же слово «рекреация» как бы выносится за скобки, само собой разумеющееся и носит описательный характер. Недостаточно учитывается тот факт, что физическая рекреация под разными названиями (двигательная рекреация, оздоровительно-восстановительная реабилитация, социальная рекреация, спортивная рекреация и др.) исторически рассматривалась разделом общей рекреации [1].

Такая двойственность названия физической рекреации предполагает два её уровня анализа, в двух её значениях: раздел физической культуры и раздел общей рекреации. Используя грамматический силлогизм, можно сказать, что слово «рекреация» является существительным, а слово «физическая» – одним из её прилагательных. Общим для всех выделенных разделов физической культуры является наличие двигательной деятельности индивида, и целевая направленность каждого из них связана с оптимизацией здоровья индивида. Но выделяемые разделы имеют свой специфический предмет, свои функции, методы и средства решения своих специфических задач.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Как отмечалось выше, на ранних этапах развития знаний о физической рекреации и в настоящее время её познание преимущественно осуществлялось лишь на одном

уровне, в рамках одной научной дисциплины – физической культуры. Предполагалось, что основная функция физической рекреации заключается в восстановлении физического здоровья человека, а эта функция традиционно считается одной из основных функций физической культуры. В настоящее время такой односторонний подход подвергается критике. Поэтому вполне справедливо звучит предположение Б.В. Евстафьева, что родовым понятием физической рекреации, ее метасистемой служит не физическая культура, а более широкое социальное явление – общая рекреация [2].

В настоящее время все больше укрепляется мысль о том, что ввиду сложности и многогранности такого объекта познания как физическая рекреация её невозможно описать с достаточной определенностью с позиций только одной, даже такой «интегративной» науки, которая традиционно считается физической культурой. Иначе предмет физической рекреации оказывается, по существу, без собственной теории и не в состоянии удовлетворительно выполнять свои объяснительные функции, взятые во всей их полноте и целостности, а предмет физической культуры еще не обрел своих четких границ. В то же время однозначного мнения относительно места и роли физической рекреации в системе своего родового понятия – физической культуры еще четко не определено.

Сложность решения этой задачи заключается в том, что сущность самого понятия «физическая культура» еще не уточнено. Еще меньше определенности заключено в термине «рекреация». Лишь отмечается, что в системе научных знаний словосочетание «физическая рекреация» возникло на стыке двух наук – физической культуры и рекреации, что говорит о близости, но не тождественности этих понятий. Все предлагаемые концепции физической рекреации сталкиваются с одной и той же проблемой, какая граница отделяет одно родовое понятие от другого и что объединяет их. На ранних этапах ее изучения этот вопрос не был решен, недостаточно он изучен и в настоящее время.

В настоящее время физическая рекреация всё больше дистанцируется от своей традиционно признаваемого родового понятия – физической культуры. В рамках только этого родового понятия она уже не обеспечивает оптимизацию целостного состояния здоровья, в единстве его физического, психологического, социального и душевного его компонентов, социально-психологического развития личности и формирование новых форм социальных отношений. Ориентация физической рекреации в рамках общей рекреации позволяет её рассматривать в более широком значении, чем в рамках физической культуры, не ограничиваясь только проблемой оптимизации физического здоровья человека, но место физической рекреации в системе общей рекреации еще не определено.



Рисунок 1 – Структурные компоненты физической культуры

В силу многообразия признаков и понятий «рекреация», ее значения в организации социальной жизни человека и общества в целом и пользующаяся всё большей популярностью среди различных социально-демографических групп населения она приобретает всеобщее значение [4]. Если проанализировать специфические особенности разделов физической культуры и рекреации, в которых, физическая рекреация занимает одно из ведущих мест. Можно увидеть, что их структурные компоненты тесно взаимосвязаны между собой и образуют целостную рекреационную систему. Структурные компоненты физической культуры представлены на рисунке 1.

Физическое воспитание – специально организованный педагогический процесс, направленный на физическое развитие индивидов, обучение их основным двигательным

действиям с целью достижения физического совершенства. Специфика физического воспитания заключается в том, что оно направлено, главным образом, на физическую организацию человека, его организм, функциональные возможности. В современной науке физическое воспитание рассматривается в более широком значении – физкультурное образование человека. Физическое воспитание органически включено в систему «образование-воспитание» и функционирует по законам данной системы.

Для спортивной деятельности характерна её ориентированность на достижение высокого спортивного результата, спортивное соперничество. Достижение этой цели возможно при максимальном развитии психофизических качеств и свойств спортсмена, формируемых в процессе напряженного учебно-тренировочного процесса [3].

Двигательная реабилитация используется для восстановления или компенсации временно нарушенных функций организма человека в процессе труда, учебной или спортивной деятельности, после травм и заболеваний, не носящих хронического характера. Следует заметить, что данный вид физической культуры трактуется неоднозначно и в некоторых случаях используются схожие понятия, преимущественно из медицинской практики: восстановительная физическая культура, лечебная физическая культура и др. Но четких различий между приведенными терминами в научной литературе не существует. Двигательная реабилитация функционирует по законам медико-биологических дисциплин и используется для профилактики и лечения заболеваний.

Адаптивная физическая культура – относительно недавно введенный в научный оборот термин раздела физической культуры, но четкой ее концепции пока не разработано. В самом общем смысле данный вид физической культуры предусматривает активизацию, поддержание или восстановление психофизических сил у лиц с ограниченными физическими возможностями, их социальную адаптацию к окружающим условиям социальной жизни.

На ранних этапах развитие знаний о физической рекреации происходило в основном в недрах физического воспитания, как наиболее широко распространенного, обязательного и носящего массовый характер вида физической культуры. В первом случае физическая рекреация рассматривалась способом решения педагогических задач, и основным акцент делался на формирование физического здоровья индивида, тем самым подчеркивалось ее тесная связь со своим родовым понятием – физической культурой. Во втором случае, в более широком значении – решения социальных задач, социализации и интеграции индивида в окружающее сообщество, организации свободного времени индивидов, социокультурного развития личности, формирования новых форм социальных отношений.

Все предлагаемые концепции физической рекреации сталкиваются с одной и той же проблемой, какая граница отделяет одно родовое понятие от другого и что объединяет их. На ранних этапах ее изучения этот вопрос не был решен, недостаточно он изучен и в настоящее время. Поэтому вполне справедливо звучит предположение Б.В. Евстафьева, что основным родовым понятием для физической рекреации, её метасистемой является не физическая культура, а общая рекреация. В рамках физической культуры физическая рекреация является одним из ее видов, но большей своей частью она включена в общую рекреацию.

Необходимость в термине «физическая рекреация» возникает, прежде всего, тогда, когда идет речь об анализе определенного элемента рекреации (в данном случае физического), для обозначения которого и используется этот термин. Используя грамматический силлогизм, можно сказать, что слово «рекреация» является существительным, а слово «физическая» – одним из её прилагательных.

Слово «рекреация» – производное от латинского «гесгео» и в самом общем смысле означает восстановление, развлечение. В русской язычной литературе существует ряд переводов данного термина: восстанавливать, восстановление, выздоровление, возрож-

даться, крепнуть, отдыхать, приходить в себя. Более широкое определение рекреации представлено во Всемирной биологической энциклопедии. Под рекреацией понимается «восстановление сил и отдых, связанное с игрой или развлечением, а также садоводство, чтение, успокаивающие формы отдыха». (ВБЭ, 1976. – С. 2003). Физическую рекреацию нельзя полностью идентифицировать с физическим здоровьем индивида, ибо само возникновение и развитие знаний о данном феномене органически вплетено в ткань материальной и духовной жизни людей, обусловлено уровнем развития философских, медико-биологических, психолого-педагогических и культурологических знаний.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Несмотря на «древнее» происхождение понятия «рекреация», оно является недостаточно разработанным, неопределенным и включает разные реалии. В современной науке рекреация рассматривается как специальный междисциплинарный раздел науки рекреологии – системы естественнонаучного, общественного и гуманитарного циклов научных дисциплин. Разнообразна и дифференциация комплекса прикладных наук по сферам рекреационной деятельности: архитектурное градостроительство, санаторно-курортная рекреация, экологическая рекреация, климатогеографическая рекреация и многие другие сферы жизни и деятельности человека. Вполне справедливо считается, что общая рекреация в отличие от физической культуры свой функциональный аспект делает не только на оптимизацию здоровья людей, но и на организацию их социальной жизни. Логично выносится тезис, что именно социальные условия являются главными причинами, как приводящие к нарушениям здоровья, так и главными условиями его оптимизации. Немалая роль в этом принадлежит и физической рекреации. Но сама наука – рекреология, еще не обрела четких понятийно-смысловых границ и в настоящее время недостаточно разработана.

ЛИТЕРАТУРА

1. Выдрин, В.М. Физическая культура личности и общества (историко-металогический анализ проблемы) / В.М. Выдрин ; С.-Петерб. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – СПб. : [б.и.], 2004. – 191 с.
2. Евстафьев, Б.В. Анализ основных понятий в теории физической культуры / Б.В. Евстафьев ; Воен. ин-т физ. культуры. – Л. : [б.и.], 1985. – 134 с.
3. Лубышева, Л.И. Социология физической культуры и спорта / Л.И. Лубышева. – М. : Академия, 2001. – 240 с.
4. Эльмурзаев, М.А. Введение в теорию физической рекреации : учебное пособие / М.А. Эльмурзаев. – СПб. : Изд-во Политехнического университета, 2015. – 249 с.

REFERENCES

1. Vydrin, V.M. (2004), *Physical culture of the individual and society (historical and meta- logical analysis of the problem*, Lesgaft University, St. Petersburg.
2. Evstafiev, B.V. (1985), *Analysis of the basic concepts in the theory of physical culture*, VIFK, Leningrad.
3. Lubysheva, L.I. (2001), *Sociology of Physical Culture and Sports*, "Academy", Moscow.
4. Elmurzaev, M.A. (2015), *Introduction to the theory of physical recreation*, publishing house Polytechnic University, St. Petersburg.

Контактная информация: m.a.08@mail.ru

Статья поступила в редакцию 13.09.2017