

Досуг и отдых.

«Уметь правильно отдыхать — высшая ступень цивилизованности.»

Рассел Б.



Работу выполнила
ученица 7а класса
МБОУ СОШ №5
Латыпова Диана

Понятие досуга.

Досуг — общественно-историческое явление, часть общественного свободного времени, не занятая делами производственной или жизненной необходимости. Разделяется на два основных подхода:

- ✓ **Экономический** — время как расширение внерабочей силы, средство, превращающее индивида в более развитую личность.
- ✓ **Социологический** — всестороннее исследование самого феномена социального времени, исследование зависимости свободного времени от социально-исторических и индивидуальных особенностей.

Группы досуга.

I. Восстановительная группа.

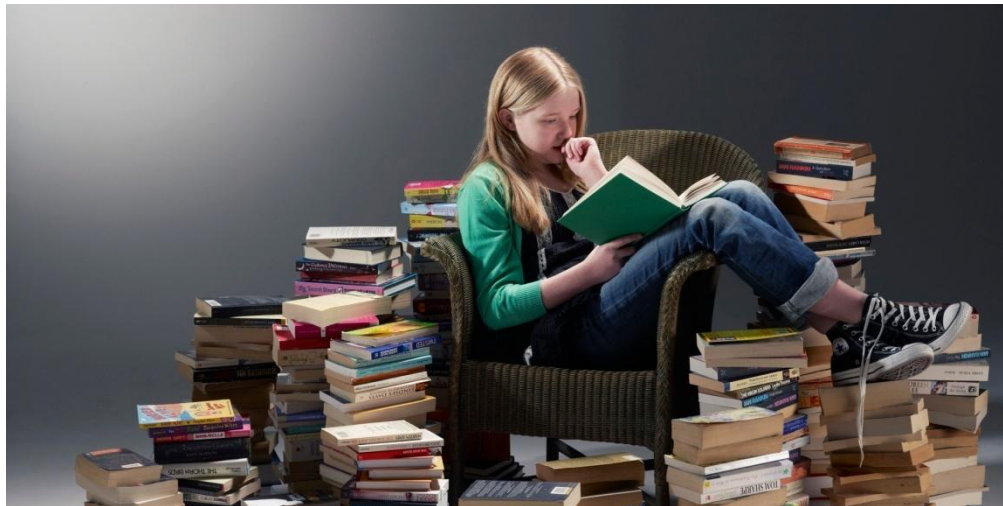
Первая группа связана с восстановлением различных сил ребенка. К ней необходимо отнести прогулки на свежем воздухе, спорт, вечера отдыха, забавы, развлечения, игры.

Спорт, двигательная деятельность активизирует физическую активность детей и способствует укреплению здоровья, развитию выносливости, ловкости



2. Интеллектуальная группа.

Вторая группа досуга связана с повышением эрудиции, приобщением к духовным ценностям. К ней можно отнести чтение, просмотр фильмов и телепередач, посещение выставок, музеев, путешествия, поездки и т.п. Содержание данной группы досуга стимулирует познавательную активность детей, способствует освоению общечеловеческой культуры, исторических, литературных ценностей, формированию мировоззрения детей.



3. Духовная и трудовая группы.

Третья группа связана с развитием духовных сил и способностей, с активной творческой деятельностью. К данному содержанию досуга можно отнести научно-исследовательскую деятельность, художественно-театральную, техническую, спортивно-игровую, трудовую, прикладную деятельность. Включение детей в эту группу досуга развивает активную жизненную позицию, способствует самоопределению личности, ее самоактуализации в творческой деятельности.



4. Коммуникативная группа.

Четвертая группа реализует потребность в общении. К данной группе необходимо отнести вечера встреч, танцы, дискотеки, вечеринки, творческие объединения, клубы, кружки. Общение с другими детьми развивает коммуникативные умения, формирует у ребенка способность использовать различные способы межличностного взаимодействия, быть адаптивным к различным социальным ситуациям.



5. Творческая группа.

Пятая группа связана с целенаправленной творческой учебной деятельностью детей. Это – выездные лагеря, смотры, конкурсы, каникулярные объединения, туристические походы, школы актива и т.п. Включение ребенка в пятую группу досуга является значимым для развития организаторских способностей, формирования умений самостоятельно организовывать как собственный досуг, так и увлекать сверстников содержательной деятельностью.



Характеристика досуговой деятельности.

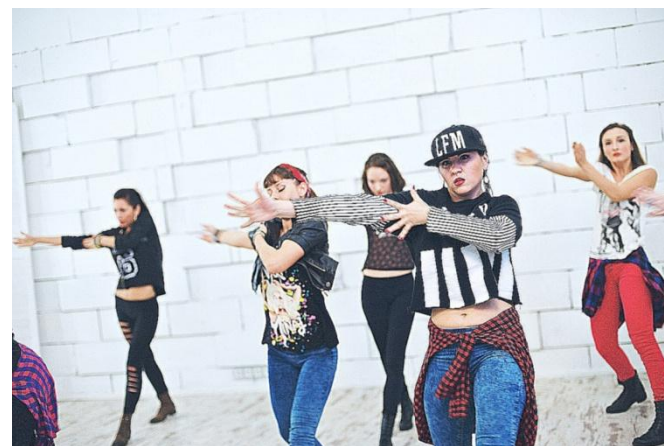
Спорт, двигательная деятельность.

Спорт, движение является одной из высших культурных ценностей со времен античности. Желание заниматься активной двигательной деятельностью является для ребенка ведущей потребностью. Движение формирует важнейшие качества личности, такие как выносливость, сила, быстрота, ловкость. К спортивным развлечениям необходимо отнести: лыжи, коньки, бег, велосипед, ринго, скейтборд, тротинетт (самокат), ролики. Все они пользуются огромной популярностью у детей, подростков, юношей, да и взрослых людей. Учитывая интерес, можно организовать различные спортивные мероприятия. Такие, например, как день бегуна, кросс, снежная спартакиада, малые олимпийские игры, спорт-бой, спортивный КВН и многие другие. Перечисленные варианты использования спортивных развлечений организуются взрослыми или старшими детьми. Однако, ребята и сами, без помощи взрослых устраивают подобные состязания.



Танцы.

Через танцы проходят все поколения. С младших классов необходимо формировать в детях культуру танца и танцевальную этику. Танец вырабатывает хорошую осанку, пластику, легкость и свободу походки, грацию и изящество. Моделей использования танцев в досуговой деятельности множество. Это вечер танцев, конкурс танцоров, конкурс спортивных танцев, танцевальный бал, танцевальный карнавал, студия бальных танцев, русский перепляс, фестиваль танцевальных жанров и другие.



Музыка.

Это искусство, отражающее действительность в звуках, звуковых художественных образах. Мир звуков неисчерпаем, невозможно представить человека, который не испытывал бы потребности в том, чтобы в его душе звучала музыка. Дети, уже с рождения вслушиваются в звучание музыки, ритмично реагируют на темп, ритм. Музыка занимает одно из ведущих мест в досуге детей. Каждый ребенок, в соответствии с собственными интересами выбирает музыку. Музыку для души, для танцев, для музицирования, для общения. Звучание гитары (авторская песня), рок – музыка, классическая музыка, рэп и другие музыкальные жанры привлекают детей, подростков, юношей. У каждого поколения - своя музыка, свой стиль. И это замечательно, так как музыка сплавливает, объединяет людей.



Туризм.

Это - организованные путешествия, совершаемые для отдыха и с познавательными целями, а также носящие спортивный характер. Туризм -самая распространенная и любимая детьми форма и содержание детского досуга. Природа дает человеку заряд энергии, раскрепощает, способствует глубоким духовным переживаниям, обогащает впечатления. Туристические походы могут быть пешими, водными, горными, велосипедными. Они могут длиться один и несколько дней. Походы обеспечивают ребят особыми шансами реализоваться, особым полем свободы, учат ребят удивляться жизни, любоваться красотой природы.



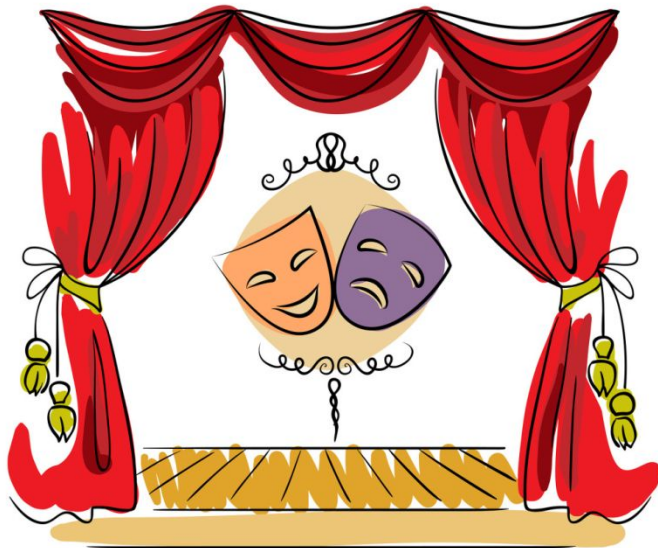
Коллекционирование.

Это систематизация и обобщение разрозненного материала. Детям свойственно собирательство. Их увлекает процесс накопления материала, обмена с друзьями, соревновательный характер данной деятельности. Собирать можно все: машинки игрушечные, этикетки, открытки, марки, значки, фантики от конфет, пробки и т.д.



Театр.

Включение ребенка в театральную деятельность формирует эстетическую культуру, развивает эстетические, актерские способности, речевую культуру. Школьный театр – это личная театральная практика детей, возможность познать себя через призму театрального героя. Ребенок осваивает элементы режиссуры, способы оформления спектакля, способы вербального и невербального воплощения в роли, актерскую пластику.



Цирк.

Цирк – это самый «детский» жанр искусства. Он выполняет функции расслабления, эмоционального наполнения жизни ребенка. Вместе с тем цирк может выступать и в форме активного деятельностного досуга детей. Ребята, участвующие в самодеятельном цирке, могут играть различные роли в самых разных жанрах. Можно провести с детьми конкурсы гримас, пантомимы, «живых» картинок; организовать цирковой театр теней, балаган, карнавал и т.п.



Методы организации досуга.

В педагогике существует множество определений и классификаций методов

обучения и воспитания. К данной проблеме обращались многие ученые. Начиная с Я.А. Коменского, в педагогике принято, что методы должны согласовываться с целью, закономерностями и принципами обучения и воспитания. В организации досуга ребенка выделяют следующие методы сотрудничества и сотворчества с детьми:

- ❖ игровые;
- ❖ методы театрализации;
- ❖ соревновательные;
- ❖ методы сотрудничества;
- ❖ методы воспитывающих ситуаций;
- ❖ импровизации.

Игровой метод.

Игровые методы, основанные на интересе детей и развивающие все высшие психические функции ребенка. Игровые методы реализуются через игры и игровой тренинг. Игра — это самостоятельный и важный для детей вид деятельности, равноправный со всеми иными. Она может выступать формой неигровой деятельности, элементом неигрового дела, т.е. может являться формой обучения.



Метод театрализации.

Методы театрализации способствуют развитию у детей творческого воображения, актерских навыков и формированию у них умений вступать в различные социальные отношения, предписанные ролью. К методам театрализации можно отнести перевоплощение и подражание.



Соревновательный метод.

Соревновательные методы развивают у детей физическую активность, ловкость, выносливость и здоровый дух соперничества. К соревновательным методам относятся состязания, которые могут быть как физического, так и интеллектуального содержания. Состязание распространяется на все сферы творческой деятельности ребенка.



Методы воспитывающих ситуаций.

Методы воспитывающих ситуаций, которые заключаются в актуализации нравственных качеств ребенка, в стимулировании нравственного поведения детей. К методам воспитывающих ситуаций можно отнести проблемные ситуации, создаваемые взрослыми в процессе проведения каких либо досуговых мероприятий, например дискуссий, и стимулирующие нравственные представления и нравственное сознание детей.



Методы импровизации.

Методы импровизации проявляются в творческой предприимчивости и активизации творческих сил детей.

Импровизация — действие, не осознанное и не подготовленное заранее, экспромт. Оно выводит человека на практическую и творческую предприимчивость.



Итоги.

К сожалению, современные исследования показывают, в наше стремительное время родители все меньше времени находят на общение с детьми, тем более на совместное проведение свободного времени. И поэтому ребенок всяческими способами пытается себя занять каким то делом, притом самым легким, например не книжку почитать, а телевизор посмотреть. Самое важное в воспитании детей проводить с ними свое свободное время.

