

УДК 331.45+796.035

*Д. С. Лысенко, Т. Н. Белова, Н. И. Врублевская***РЕКРЕАЦИОННО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ: ИСПОЛЬЗОВАНИЕ С ПОЗИЦИЙ ЗДОРОВЬЯ И БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ¹**

Аннотация. В статье рекреация рассматривается как своеобразная реакция на стресс и способ справиться с утомлением. Приводятся данные о том, что более всего нуждаются в рекреации жители мегаполисов (из-за большой концентрации неблагоприятных условий в виде шумовой, световой, информационной нагрузки, загазованности и других факторов) и представители профессиональных групп с большой напряженностью труда (например, спасатели, педагоги, медработники). Систематизирован опыт безопасного и эффективного использования рекреационных территорий в нашей стране и в различных странах дальнего и ближнего зарубежья.

Ключевые слова: безопасность жизнедеятельности, охрана труда, оздоровительная рекреация, рекреационные ресурсы.

Для цитирования: Лысенко, Д. С. Использование рекреационно – познавательных ресурсов с позиций здоровья и безопасности жизнедеятельности / Д. С. Лысенко, Т. Н. Белова, Н. И. Врублевская // Труды Ростовского государственного университета путей сообщения. – 2024. – № 1. – С. 87–93.

Во всем мире представители различных научных специальностей и деятели индустрии туризма и гостеприимства признают **актуальность** использования рекреационных ресурсов в процессе восстановления духовных и физических сил человека с одновременным повышением уровня здоровья, работоспособности и качества жизни. Согласно общепринятым представлениям, рекреацией называют систему оздоровительных мероприятий, направленных на восстановление работоспособности и хорошего самочувствия (эмоциональных, психологических, физических сил) практически здорового и при этом утомленного по каким-то причинам человека [1]. В данную систему мероприятий входят все виды отдыха (в основном вне собственного жилища) для поддержания оптимального уровня здоровья. К сожалению, практически не исследован потенциал сочетанного использования оздоровительной и познавательной составляющей рекреационной деятельности для повышения эффективности мероприятий, направленных на решение таких задач как воспитание подрастающего поколения, формирование позитивных ценностных ориентаций представителей различных возрастных групп, обеспечение экологической (в том числе бережное отношение к природным ресурсам), демографической (здоровье нации, соотношение показателей рождаемости и смертности, возрастно-половой состав населения и т.п.), и экономической (продолжительность жизни, профессиональное долголетие и др.) безопасности, прежде всего нашей страны [1–4].

Цель работы – систематизировать отечественный и зарубежный опыт безопасного и эффективного использования рекреационных территорий, их оздоровительного и культурно-образовательного потенциала.

Термин рекреация в современной научной литературе рассматривается как комплекс мероприятий для восстановления и оздоровления (расширенного воспроизводства физических, интеллектуальных и эмоциональных сил человека), неразрывно связанный с территорией, где эта деятельность осуществляется. Можно назвать рекреацию цивилизованным отдыхом, направленным на профилактику заболеваний.

¹Статья рекомендована к публикации оргкомитетом по результатам 7-й Всероссийской научно-практической конференции «Теория и практика безопасности жизнедеятельности».

При этом важно подчеркнуть психо-физиологическую и педагогическую составляющую данного процесса, так как рекреационными являются только конструктивные, положительные, социально оправданные виды деятельности в свободное время, которые обогащают личность человека, доставляют удовольствие, создают оздоровительный, восстановительный эффект [1].

Более подробно цели рекреации можно рассмотреть с точки зрения различных концепций рекреации, причем у некоторых отечественных и зарубежных специалистов взгляды существенно различаются [1]:

- Экономическая (политэкономическая) точка зрения. Рекреация рассматривается как часть расширенного воспроизводства человека как главной производительной силы общества, поэтому главная цель рекреации - улучшение производительности труда человека при помощи организации полноценного отдыха. То есть рекреация – необходимое средство компенсации напряжения, возникающего во время рабочего дня или другой важной деятельности. Рекреация может быть достигнута в ходе досуговой деятельности, причем досуг и рекреация не тождественны. Досуг – свободное время после работы/учебы, рекреация – восстановление и развитие физических и психических сил каждого члена общества, всестороннее развитие его духовного мира, творческих способностей.

- Социальная (социокультурная) точка зрения. Рекреация рассматривается как социокультурный феномен, способствующий увеличению доступности населения к культурному наследию, поэтому главная задача рекреации – обогащение, совершенствование личности с помощью познания исторического прошлого, природного и культурного потенциала различных территорий.

- Психо-физиологическая точка зрения. Рекреация рассматривается как самомотивирующая деятельность, полезное и благотворное поведение ради удовольствия, поэтому главная задача рекреации – активные действия для восстановления физических сил и морального духа, что возможно лишь при создании атмосферы радости и счастья.

Значительное количество экспериментальных данных свидетельствует в пользу того, что рекреация – это своеобразная реакция на стресс и способ справиться с утомлением [1, 5]. Многие специалисты отмечают, что чем более стрессогенные условия труда/жизни человека, тем больше потребность в рекреации [1, 5]. Действительно, есть данные о том, что более всего нуждаются в рекреации жители мегаполисов (из-за большой концентрации неблагоприятных условий в виде шумовой, световой, информационной нагрузки, загазованности и других факторов) и представители профессиональных групп с большой напряженностью труда (например, спасатели, педагоги, медработники). Если принять указанную точку зрения, то логично предположить, что более востребованными для рекреации территориями будут места вне мегаполисов. Действительно, данное предположение согласуется с общепринятым разделением рекреации по пространственному признаку [1]:

- пассивная рекреация – отдых в пределах основного места жительства с незначительными перемещениями;

- активная рекреация – значительные перемещения от основного места проживания.

Для решения задач нашего исследования необходимо остановиться на научном определении рекреационных ресурсов и территорий.

Рекреационные ресурсы (природные и антропогенные объекты, которые используются сейчас и которые можно использовать в будущем) обычно делят на две большие группы, описание которых представлено на рисунке 1.

Многие специалисты [1, 3] отмечают значительное влияние рекреационных ресурсов на формирование рекреационных районов, развитие рекреационных территорий, причем анализ исторического развития и использования последних говорит о том, что наиболее привлекательными для отдыха, туризма, оздоровления и развития личности являются красивые, необычные места на стыке различных, контрастных природных сред, например: вода-суша; лес-поляна; холм-равнина; горы-море. Однако, самым идеальным является

взаимосвязь упомянутых сочетаний с разнообразной культурной средой [6].

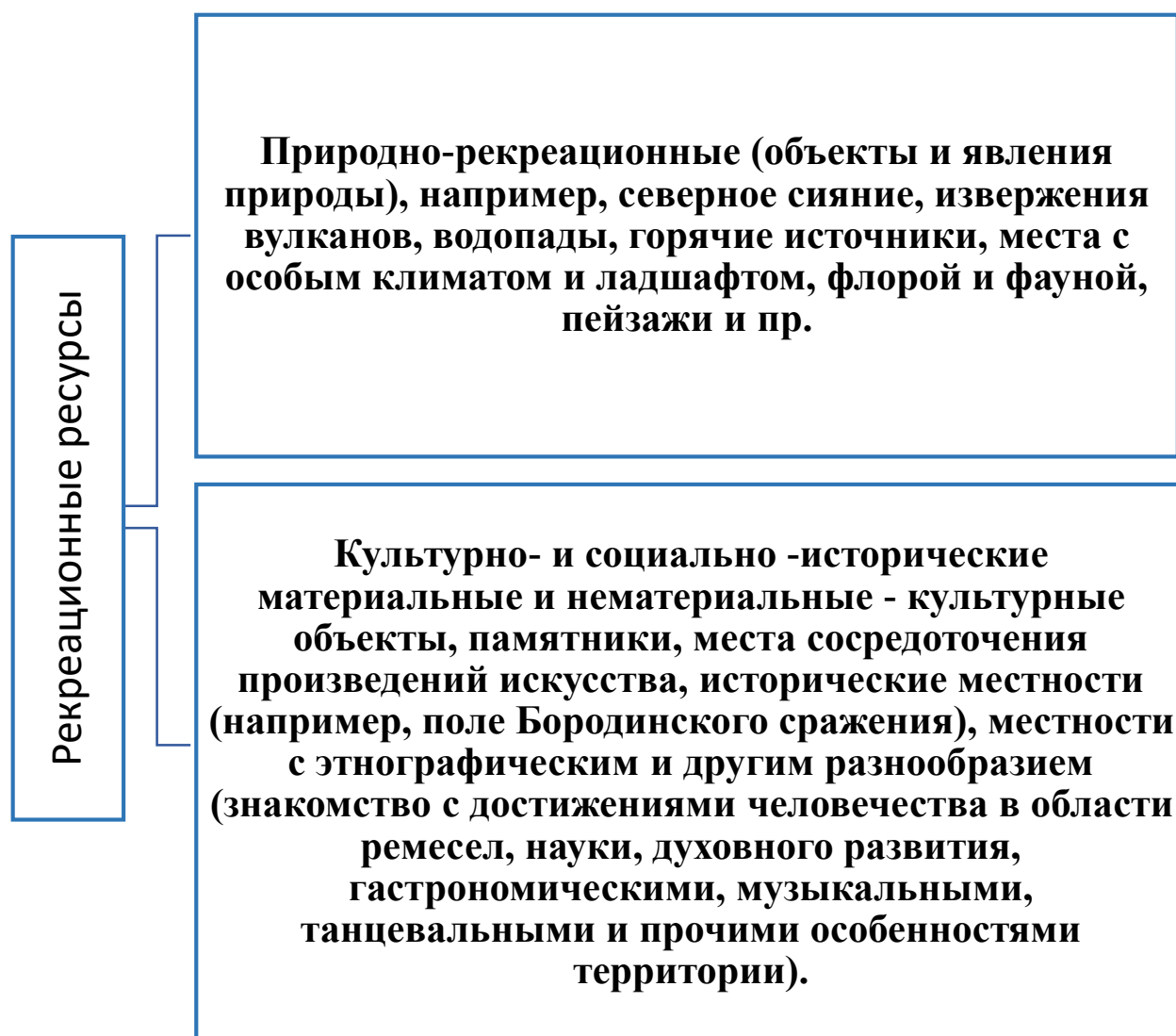


Рис. 1. Характеристика природных и антропогенных рекреационных ресурсов

При этом важно отметить, что часть рекреационных ресурсов относят к особо охраняемым природным территориям, тогда как другие ресурсы расположены на территориях различных муниципальных образований или на территориях рекреационных комплексов. Просматривается тесная взаимосвязь между рекреационными ресурсами и видами туризма. К основным видам туризма относят [1, 6]:

- **лечебный туризм** – территориально связан с месторождениями природных лечебных грязей и минеральных вод либо с благоприятными ландшафтно-климатическими условиями, где именно и располагаются санатории, профилактории, пансионаты с лечением, клиники и пр.), причем главной мотивацией туриста является лечение, а основной туристский продукт имеет преимущественно медицинскую составляющую и время нахождения на такой территории оптимально составляет 21 – 24 дня (согласно практике отечественных специалистов), хотя в последнее время у нас все чаще используют и зарубежный опыт (диагностические программы продолжительностью 1- 3 дня и сокращенные лечебные программы 7 – 14 дней);
- **оздоровительный туризм** – направлен на профилактику заболеваний и укрепление здоровья в рамках специальных оздоровительных программ в домах отдыха, санаториях,

профилакториях, пансионатах и т.п. (при этом важно отметить, что оздоровительный компонент имеют и другие виды туризма, но основная цель в прочих видах туризма другая);

- религиозный туризм – паломничество по святым местам, обряды омовения в святых источниках и т.д.;

- промысловый туризм – рыбалка, охота (в т.ч. подводная);

- спортивный туризм – главный мотив – совершенствование человека при преодолении естественных природных препятствий, например, лыжный туризм (чаще в заснеженной местности, в горах), спелеотуризм (преодоление препятствий в подземных пещерах), водный туризм (сплав по рекам на судах, парусный спорт и др.), горный туризм (преодоление маршрутов различной трудности в горной местности), пешеходный туризм (маршрут может проходить в сложных рельефных и климатических условиях), конный туризм (прохождение маршрутов различной сложности верхом на лошади);

- культурно-познавательный туризм – основной целью является знакомство с объектами и явлениями природного, исторического, научного характера, с объектами материального и нематериального культурного наследия, с шедеврами современной культуры и событиями культурной жизни разных народов и пр.;

- развлекательный туризм – главная цель – получение ярких эмоций путем участия в игре и приключении (например, посещение Монте-Карло и Лас-Вегаса - азартные игровые развлечения), наблюдения за различными играми и соревнованиями (посещение футбольных матчей, гонок типа «Формулы-1»), посещения массовых мероприятий типа пивного фестиваля Октоберфест, карнавала в Рио-де-Жанейро, Диснейленда и т.п.

Анализ научно-методической литературы показывает, что наибольшей популярностью пользуются страны и районы, где богатые природно-рекреационные ресурсы сочетаются с культурно-историческими достопримечательностями, а значит именно там имеется ценный позитивный опыт использования рекреационных территорий.

Изучение опыта использования рекреационных территорий в нашей стране и в различных странах дальнего и ближнего зарубежья (в том числе находящихся на площади бывшего Советского Союза) позволяет выделить из всех существующих классификаций рекреационных ресурсов наиболее подходящую для достижения цели нашего исследования, что схематично представлено нами на рисунке 2.

Опыт использования рекреационных территорий имеет многовековую историю. В научных и литературных трудах античных авторов отмечается целебное действие различных водных источников и приморского климата (Гомер, Аристотель, Вергилий, Геродот). В средние века описано существование таких курортов как Карлсбад (сейчас Карловы Вары - Чехия), Баден-Баден (Германия), Бакстон (Англия); в 14 веке в трудах арабского путешественника Ибн-Баттута упоминаются горячие целебные источники в районе современного Пятигорска. В те времена эти места использовали исключительно для оздоровления знати, а вот с 18 века отмечается интенсификация курортного дела на основе коммерческого подхода с расширением круга посетителей (представители буржуазии, интеллигенции, чиновников), которые и стали собственно первыми в современной истории туристами и приезжали не только для лечения, но и отдыха [1, 7].

В новой истории нашей страны интенсивное использование рекреационных территорий началось со времен Петра I, когда были открыты и описаны целебные источники в Карелии, Поволжье, а затем с середины 18 века началось освоение Кавказских Минеральных Вод и лечебно-оздоровительных ресурсов Крыма, Урала, Сибири, Грузии и других территорий. Параллельно шло облагораживание и развитие рекреационных территорий, а также накопление и систематизация опыта использования рекреационных ресурсов не только для охраны труда и здоровья граждан, но и всестороннего развития личности [8 – 10].

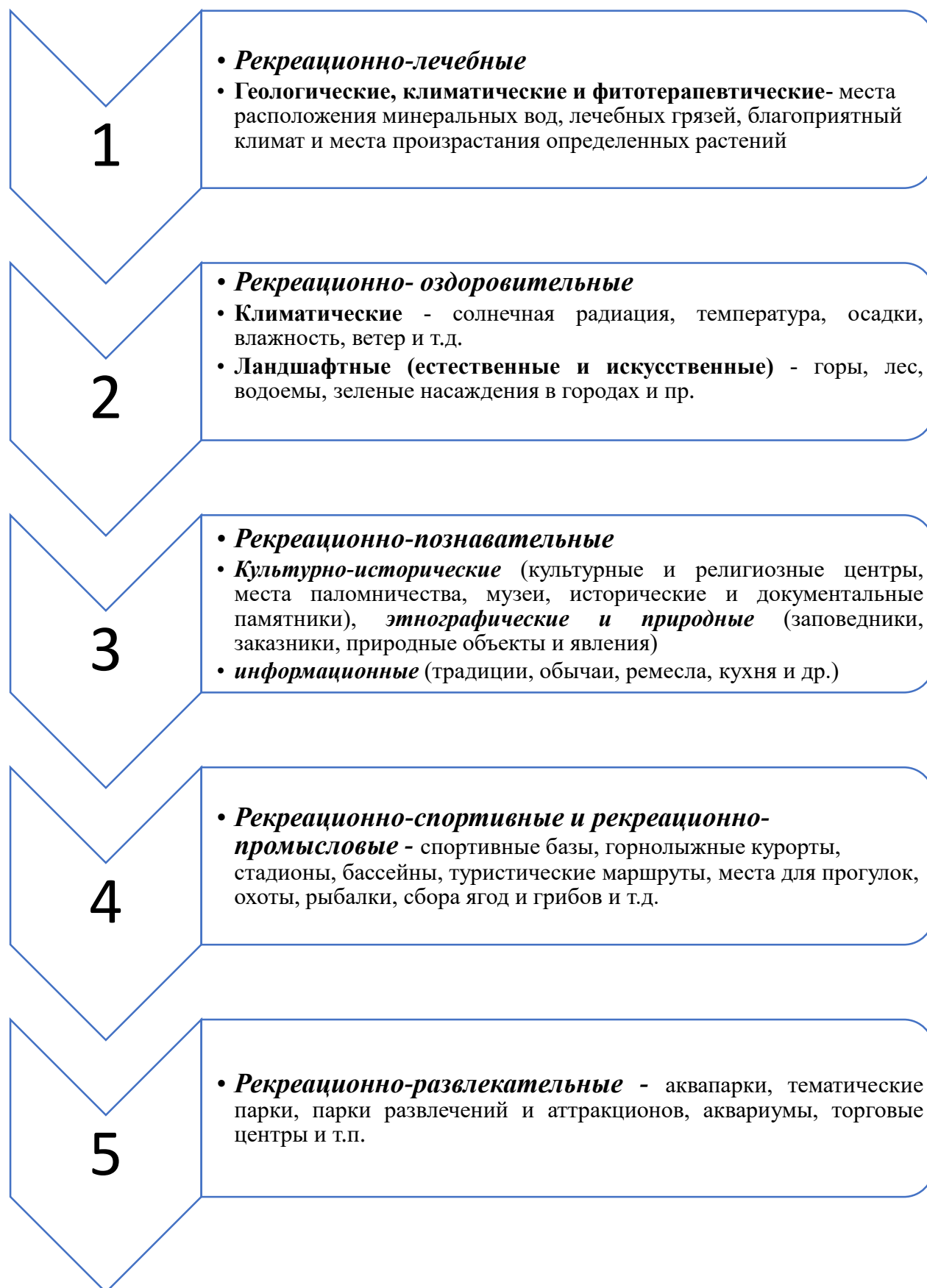


Рис. 2. Классификация рекреационных ресурсов по цели использования

Заключение. Подводя итог проведенному исследованию, основные составляющие мирового опыта рационального использования рекреационно- образовательных ресурсов с позиций здоровья и безопасности жизнедеятельности можно представить в нескольких пунктах:

- уделять значительное внимание вопросам безопасности (например, декриминализация районов, работа служб спасения);
- обеспечение транспортной доступности и развитие другой современной инфраструктуры (например, интернет, общественное питание);
- создание новых заповедников, национальных парков, зеленых зон (сохранение редких и исчезающих видов растений и животных);
- обеспечение экологической безопасности (например, решение проблемы твердых отходов и канализационных стоков);
- бережное отношение к природным и историко-культурным достопримечательностям (своевременные природоохранные, реставрационные и восстановительные мероприятия);
- составлять программы рекреационных мероприятий, в которых каждое рекреационно – познавательное занятие (развивающее) сочетается с рекреационно – оздоровительным (восстановительным).

Перечисленные выше позиции мы используем в практической деятельности Этнографического культурно-познавательного центра «Донская рыба» (хутор Калинин, Масниковского района Ростовской области), а также для привлечения школьников, студентов и других категорий населения к проводимым на базе центра мероприятиям.

Библиографический список

1. **Ветитнев, А. М.** Лечебный туризм: учебное пособие / А. М. Ветитнев, А. С. Кусков - М.: ФОРУМ. –2010. –592 с. ISBN: 978-5-91134-364-4
1. **Лысенко, Д. С.** Активное и здоровое долголетие: надежды, разочарования, перспективы/ Д. С. Лысенко, А. В. Лысенко, В. Н. Федорец, А. В. Арутюнян // University Therapeutic Journal. –2023. –Т. 5. –№2. –С. 57–67. DOI: 10.56871/UTJ.2023.74.66.005
1. **Черезова Н. С.** Культурно- познавательный туризм как ресурс в образовательной политике России / Н. С. Черезова, Г. У. Матушанский // Вестник Чувашского государственного университета им. И.Я. Яковлева. –2023. –№1 (118). –С. 188–196. DOI: 10.37972/chgpu.2023.118.1.024
4. **Popova, T. V.** Protection of urban population from infrasound: problem and prospects for solution / T. V. Popova, A. V. Lysenko, T. A. Finochenko // Fundamental and Applied Scientific Research in the Development of Agriculture in the Far East (AFE-2022). Switzerland. –2023. –С. 988–994. DOI: 10.1007/978-3-031-36960-5_111
5. **Планидин, Е. С.** Становление и развитие рекреации как социального явления в системе спортивно-оздоровительной деятельности / Е. С. Планидин // Гуманитарий Юга России. –2022. –Т. 11. –№4. –С. 75–83. DOI: 10.18522/2227-8656.2022.4.5
6. **Ибрагимов, Э. Э.** Культурно-познавательный туризм как направление использования и охраны культурного наследия Республики Крым / Э. Э. Ибрагимов, В. С. Анохин // Russian Studies in Culture and Society. –2023. –Т. 7. –№ 2. –С. 52–66. DOI: 10.12731/2576-9782-2023-2-52-66
7. **Одилова, Р. К.** Краткая характеристика зарубежного опыта управления туристско – рекреационными комплексами / Р. К. Одилова // Таджикистан и современный мир. –2020. –№4 (72). –С. 119 – 130. ISSN: 2075-9584
8. **Белавкина, М. В.** Промышленная санитария и гигиена труда. Здоровье и работоспособность. / М. В. Белавкина, А. В. Борисова, А. В. Лысенко, Д. С. Лысенко, Т. А. Финоченко. –Ростов-на-Дону: РГУПС. –2022. –108 с. ISBN: 978-5-907494-06-0

9. **Финоченко, Т. А.** Достойный труд - безопасный труд / Т. А. Финоченко, И. А. Яицков // Труды Ростовского государственного университета путей сообщения. – 2018. – № 2. – С. 5–6. – EDN YAKRTF.

10. **Finochenko, T. A.** Risk Management in Transportation Safety System / Т. А. Finochenko, L. V. Dergacheva, I. A. Yaitskov // IOP Conference Series: Earth and Environmental Science: 2020 International Science and Technology Conference on Earth Science, ISTCEarthScience 2020, Vladivostok, 06–09 октября 2020 года. Vol. 666. – IOP Publishing Ltd: IOP Publishing Ltd, 2021. – P. 022050. – DOI 10.1088/1755-1315/666/2/022050. – EDN JZEOEI.

D. S. Lysenko, T. N. Belova, N. I. Vrublevskaya

INVESTIGATION OF THE MODIFIED SURFACE OBTAINED BY THE METHOD OF ELECTROSPARK ALLOYING IN LIQUID ESTER MEDIA FOR THE FORMATION OF FRICTION FILMS

Abstract. The article considers recreation as a unique response to stress and a way to cope with fatigue. Data is provided that residents of megacities need recreation most of all (due to the high concentration of unfavorable conditions in the form of noise, light, information load, gas pollution and other factors) and representatives of professional groups with high work intensity (for example, rescuers, teachers, health workers). The experience of safe and effective use of recreational areas in our country and in various countries of the near and far abroad has been systematized.

Keywords: life safety, labor protection, health recreation, recreational resources.

For citation: Lysenko, D. S. Recreational and cognitive resources: use from the position of health and life safety / D. S. Lysenko, T. N. Belova, N. I. Vrublevskaya // Trudy Rostovskogo gosudarstvennogo universiteta putej soobshcheniya. – 2024. – № 1. – P. 87–93.

Сведения об авторах

Лысенко Дмитрий Сергеевич
Южный федеральный университет (ЮФУ),
кафедра «Теоретических основ физического воспитания»,
старший преподаватель,
e-mail: dslysenko@sfedu.ru

Белова Татьяна Николаевна
Южный федеральный университет (ЮФУ),
кафедра «Теоретических основ физического воспитания»,
студент,
e-mail: bel0vatane4ka@yandex.ru

Врублевская Наталья Ивановна
Этнографический культурно-познавательный центр «Донская рыба»,
директор,
e-mail: 2060502@mail.ru

Information about the authors

Lysenko Dmitry Sergeevich
Southern Federal University (SFU),
Chair «Theoretical Foundations of Physical Education»,
Senior Lecturer,
e-mail: dslysenko@sfedu.ru

Belova Tatyana Nikolaevna
Southern Federal University (SFU),
Chair «Theoretical Foundations of Physical Education»,
Student,
e-mail: bel0vatane4ka@yandex.ru

Vrublevskaya Natalya Ivanovna
Ethnographic Cultural and Educational Center «Don Fish»,
Director,
e-mail: 2060502@mail.ru