

УДК 331.45+796.035

*Д. С. Лысенко, Е. А. Вервейн, О. Г. Барган***ПСИХО – ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ
ОРГАНИЗАЦИИ БЕЗОПАСНОЙ РЕКРЕАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ¹**

Аннотация. В статье рассматриваются особенности отечественных и зарубежных моделей организации и ведения рекреационной (в т.ч. курортной) деятельности. Отмечается, что главным выгодным отличием отечественной модели (основанной на советской научной школе) является мощный теоретический базис. В современных условиях рыночной экономики, где величина прибыли зачастую побеждает доводы здравого смысла, важной проблемой становится сохранение научных подходов к развитию и организации курортов, к исследованию свойств курортных факторов и их влияния на организм. Знание психо - физиологических основ организации рекреационной деятельности позволяет не только разрабатывать эффективные и безопасные методики оздоровления, но и обеспечивать сохранение рекреационных территорий для будущих поколений.

Ключевые слова: безопасность жизнедеятельности, оздоровительная рекреация, рекреационные ресурсы

Для цитирования: Лысенко, Д. С. Психо – физиологические основы организации безопасной рекреационной деятельности / Д. С. Лысенко, Е. А. Вервейн, О. Г. Барган // Труды Ростовского государственного университета путей сообщения. – 2025. – № 1. – С. 39 – 44.

Изучение научных основ организации рекреационной деятельности остается **актуальной**, поскольку в современном обществе риска рекреационные потребности отдельного человека, различных социальных групп и населения в целом растут буквально с каждым днем [1 - 3]. Решение **проблемы** повышения вероятности выживания человека в экстремальных условиях и обеспечения безопасности жизнедеятельности в современном обществе усложняется тем, что увеличивается не только многообразие опасных ситуаций и степень их сложности, но и трудность управления рисками и предсказания их последствий [3 - 5]. Особенности рисков XXI века требуют от организма человека крайнего напряжения адаптационных возможностей (Рис.1), что в свою очередь диктует необходимость роста эффективности восстановления физического и психического компонентов здоровья (в т.ч. и путем рекреационной деятельности).

В современных условиях рыночной экономики, где величина прибыли зачастую побеждает доводы здравого смысла, научный подход к развитию и организации курортов, к исследованию свойств курортных факторов и их влияния на организм может оказаться ведущим фактором, который не только позволит разрабатывать эффективные и безопасные методики оздоровления, но и обеспечивать сохранение рекреационных территорий для будущих поколений.

Цель работы – систематизировать отечественный и зарубежный опыт использования психо-физиологического обоснования планирования и организации безопасной для населения и территорий рекреационной деятельности.

Результаты исследования. В настоящее время существует три весьма различающихся модели организации и ведения рекреационной (в т.ч. курортной) деятельности [1].

Традиционные риски (до 18 века включительно) - многие риски этого типа воспринимались органами чувств и относились к рискам первого порядка (причинно - следственные связи сравнительно легко выявляются, прогнозируются и даже предотвращаются)

Индустриальные риски (в 19 и 20 веке) - многие риски этой группы были ограничены во времени и пространстве, относились к технологическим рискам первого порядка, которыми сравнительно легко управлять при соблюдении техники безопасности (аварии на транспорте, на предприятиях, травмы в быту и на производстве)

Современное постиндустриальное/ информационное общество и общество постмодерна (21 век) - увеличилось число рисков второго порядка (трудно прогнозировать и предотвращать, так как неуправляемы), многие риски приобрели глобальный характер не только в пространстве, но и во времени (люди, общество, мир подвергаются постоянному риску, например, терроризм, информационные войны), становится опасным не только действие, но и бездействие, не только незнание, но и знание (появилась возможность вмешиваться в биологическую природу человека, воздействовать на климат и т.п.)

Рис. 1. Особенности рискоопасных ситуаций XXI века

Особенности российской модели (основана на советской научной школе):

- главное выгодное отличие от других – мощный научный (теоретический) базис: ученые разрабатывают научные основы развития и организации курортов и рекреационных зон, исследуют физико-химические, биологические и другие свойства курортных факторов (вода, грязи, климат и т.п.) и их влияния на организм, разрабатывают новые методики оздоровления и использования рекреационных ресурсов;

- рекреация и курортное дело, являясь важной частью экономики сферы услуг, выполняет и социальные задачи (укрепление здоровья населения, восстановление трудовых ресурсов, обеспечение занятости и создание новых рабочих мест на рекреационных территориях, развитие инфраструктуры);

- стремление сочетать лечение, оздоровительный отдых и профилактику заболеваний с культурно-познавательной и развлекательной деятельностью (использование дозированных физических нагрузок, например, терринкуров);

- курортная отрасль изначально являлась доминирующей в туризме России, поэтому отличается мощной материально-технической и научной базой для диагностики и лечения (например, научно-исследовательские институты курортологии в Москве, Пятигорске, Томске и других городах);

- от туристов требуется строгое соблюдение диеты, распорядка дня и режима приема лечебных и оздоровительных процедур;

- культурно-познавательный туризм в дореволюционной России имел просветительскую составляющую; а в советский период добавилась очень мощная научная (например, психо-физиологическая и педагогическая, в том числе воспитательная), а также идеологическая база.

Западноевропейская модель (отличается агрессивной ценовой политикой):

- для лечебного и оздоровительного туризма характерно создание узкоспециализированных комфортабельных клиник / СПА - комплексов для лечения/профилактики какой-то одной патологии при использовании какого-либо природного монофактора или одного аппарата, технологии;

- высокая техническая оснащенность курортов в основном направлена на использование СПА-технологий и «омолаживающих» процедур (косметология, талассотерапия и пр.), что в сочетании со слабым врачебным контролем (рекреанты не обязаны следовать советам врачей, соблюдать режим, диеты и т.п.) приводит к тому, что результаты оказываются ниже, чем аналогичные российские курсы;

- культурно-познавательный туризм больше ориентирован на развлекательную функцию при отсутствии развивающей и воспитательной.

Восточноевропейская модель (промежуточная между российской и западной):

- лечебный и оздоровительный отдых построен по типу «отель – региональный медицинский общекурортный центр»;

- предусмотрен обязательный врачебный контроль за выполнением назначенных процедур, хотя требования к соблюдению режима и диеты практически отсутствуют;

- воспитательная функция культурно-познавательного туризма практически исчезла после развала блока стран Варшавского договора.

Психо-физиологические основы организации рекреационной деятельности разрабатывали отечественные и зарубежные специалисты. Еще в 70-е годы XX века американский ученый К. Дженсен в своей книге «Отдых на свежем воздухе в Америке» [1] предложил учитывать такой феномен человеческой психики как антиципация (предвкушение, умение предугадывать в какой-то степени развитие предстоящих событий, то есть создавать «образ будущего») и склонность к воспоминаниям о приятных событиях в прошлом. На этой основе российскими учеными из Московского государственного университета под

руководством Мироненко Н.С. [6] была разработана *адаптационная модель* рекреационной деятельности, согласно которой рекреация (чтобы быть максимально эффективной) должна состоять из трех последовательно сменяющих друг друга фаз, соединяющих пассивный и активный вид отдыха, а также гармонично сочетать интересы туристов (рекреантов, гостей) и местных жителей (Рис.2).

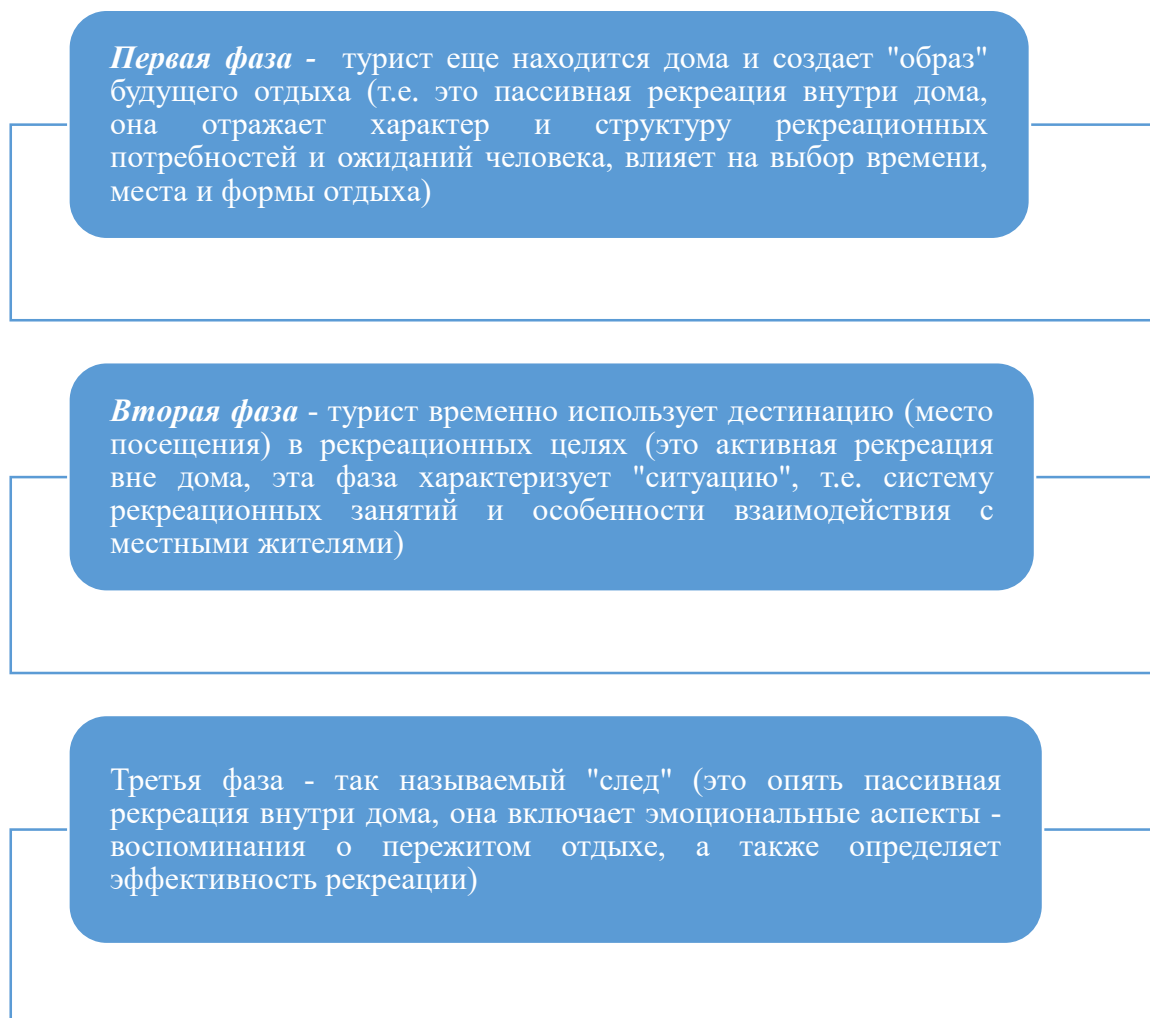


Рис. 2. Психо – физиологические механизмы последовательного развития фаз рекреации согласно адаптационной модели Мироненко

Анализируя научные основы моделей рекреационной деятельности, следует отметить разработанную еще в Советском Союзе и применяемую в современной России модель территориальной рекреационной системы, которая состоит из пяти взаимосвязанных элементов [6]:

- отдыхающие (туристы или рекреанты);
- природные и культурные объекты и явления;
- технические сооружения (хозяйство, инфраструктура);
- обслуживающий персонал (население рекреационной территории);
- органы управления (исследователи и принимающие решения).

Заключение. Как показывает изучение опыта отечественных и зарубежных специалистов, использование той или иной из описанных моделей определяет уровень эффективности рекреации для туристов, оказывает влияние на планирование и организацию

рекреационной деятельности, а также на дальнейшее развитие рекреационных территорий с учетом последствий для местного населения и окружающей среды [1, 6 - 8]. Анализ научной литературы позволил нам прийти к заключению, что знание психо - физиологических основ организации рекреационной деятельности позволяет не только разрабатывать эффективные и безопасные методики оздоровления, но и обеспечивать сохранение рекреационных территорий для будущих поколений. Такой подход способствует исключению негативных экологических или социальных последствий, в том числе разнообразных конфликтов между «хозяевами» и «туристами», например, на почве потребительского отношения к природным ресурсам и культурно – историческим ценностям [2, 9 – 11].

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
2. **Лысенко, Д. С.** Рекреационно- познавательные ресурсы: использование с позиций здоровья и безопасности жизнедеятельности / Д. С. Лысенко, Т. Н. Белова, Н. И. Врублевская // Труды Ростовского государственного университета путей сообщения. – 2024. – № 1 (66). – С. 87 – 93
3. **Лысенко, Д. С.** Активное и здоровое долголетие: надежды, разочарования, перспективы / Д. С. Лысенко, А. В. Лысенко, В. Н. Федорец, А. В. Арутюнян // UniversityTherapeuticJournal. – 2023. – Т. 5. № 2. – С. 57-67. DOI: 10.56871/UTJ.2023.74.66.005
4. **Лысенко, Д. С.** Значение физической подготовки в ряду факторов, влияющих на эффективность действий в чрезвычайных ситуациях / Д. С. Лысенко, В. А. Кравицкий, Т. Н. Белова // Физическая культура, спорт, здоровье и долголетие. Сборник материалов двенадцатой международной научной конференции. – Ростов – на- Дону – Таганрог, 2023.– С. 50-57.
5. **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
6. **Мироненко, Н. С.** Тенденции и перспективы развития рекреационной географии в России / Н. С. Мироненко, Э. М. Эльдаров // География и природные ресурсы. – 2016. – №2.– С. 12 – 18
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. **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
9. **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/chgru.2023.118.1.024
10. **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
11. **Олейник, М. А.** Семейные традиционные ценности и их связь со здоровьем и долголетием / М. А. Олейник, А. В. Лысенко // Физическая культура, спорт, здоровье и долголетие. Материалы тринадцатой международной научной конференции. – Ростов-на-Дону – Таганрог, 2024. – С. 114 – 118.

D. S. Lysenko, E. A. Vervein, O. G. Bargan

PSYCHO – PHYSIOLOGICAL BASES OF SAFE RECREATIONAL ACTIVITIES ORGANIZATION

Abstract. The article discusses the features of domestic and foreign models of organizing and conducting recreational (including resort) activities. It is noted that the main advantageous difference of the domestic model (based on the Soviet scientific school) is its powerful theoretical basis. Knowledge of the psycho-physiological foundations of organizing recreational activities allows not only to develop effective and safe methods of healing, but also to ensure the preservation of recreational areas for future generations.

Keywords: life safety, health recreation, recreational resources

For citation: Lesenko, D. S. Psycho – Physiological Bases of Safe Recreational Activities organization / D. S. Lysenko, E. A. Vervein, O. G. Bargan // Trudy Rostovskogo gosudarstvennogo universiteta putej soobseniya. – 2025. – № 1. – P. 39 – 44.

Сведения об авторах

Лысенко Дмитрий Сергеевич

Южный федеральный университет (ЮФУ),
Академия физической культуры и спорта,
старший преподаватель,
e-mail: dslysenko@sfedu.ru

Вервейн Евгений Александрович

Южный федеральный университет (ЮФУ),
Академия физической культуры и спорта,
студент,
e-mail: verveyayn@sfedu.ru

Барган Олеся Геннадьевна

Школа №60,
учитель – дефектолог,
e-mail: DimaSL22@mail.ru

Information about the authors

Lysenko Dmitry Sergeevich

Southern Federal University (SFU),
Academy of Physical Culture and Sports,
Senior Lecturer,
e-mail: dslysenko@sfedu.ru

Vervein Evgeniy Alexandrovich

Southern Federal University (SFU),
Academy of Physical Culture and Sports
Student,
e-mail: verveyayn@sfedu.ru

Bargan Olesya Gennadievna

School № 60,
Teacher – Defectologist,
e-mail: DimaSL22@mail.ru