

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Краснодарского края «Краснодарский краевой колледж культуры»
ПЦК Организация культурно-досуговой деятельности

Выпускная квалификационная работа

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ КУЛЬТУРНО- ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ МОЛОДЕЖИ НА ПРИМЕРЕ УЧРЕЖДЕНИЙ КУЛЬТУРЫ АБИНСКОГО РАЙОНА

**Выполнил: студент 6 курса
заочной формы обучения
по специальности 51.02.02
Социально-культурная деятельность
по виду Организация культурно-досуговой
деятельности
Трейго Никита Александровч
Руководитель: Черкасова Галина Васильевна**

Актуальность исследования

Проблема формирования здорового образа жизни является одной из актуальных задач в культурно-досуговой работе с населением, особенно с молодежью.

Современный подход в решении данной проблемы говорит нам о том, что наряду с активным просвещением в вопросах различных видов зависимостей, обучением безопасному для здоровья поведению в учреждениях культуры должна активно идти пропаганда здорового образа жизни.

Сегодня важно стимулировать интерес молодежи к здоровому образу жизни, демонстрировать подрастающему поколению позитивные примеры, чтобы у молодых людей была возможность выбора из большого количества разнообразных вариантов здорового и созидającego поведения. В этой связи заметно возросла востребованность учреждений культуры как центров пропаганды здорового образа жизни.

.

Объект исследования – молодежь.

Предмет исследования - особенности организации культурно-досуговой деятельности по формированию здорового образа жизни у молодежи.

Цель исследования – на основе изучения особенностей организации культурно-досуговой деятельности по формированию здорового образа жизни у молодежи на примере учреждений культуры Абинского района подготовить и провести молодежную акцию, посвященную открытию спортивной площадки «Workout».

Задачи исследования

- рассмотреть теоретические аспекты формирования здорового образа жизни молодежи;
- раскрыть содержание деятельности учреждений культуры по формированию здорового образа жизни у молодежи;
- проанализировать деятельность учреждений культуры Абинского района по формированию здорового образа жизни молодежи;
- описать подготовку и проведение молодежной акции, посвященной открытию спортивной площадки «Workout».

База исследования

Муниципальное автономное учреждение
«Абинский культурно-досуговый центр»
города Абинск

1 Теоретические аспекты формирования здорового образа жизни молодежи

Здоровый образ жизни необходимо формировать начиная с юного возраста, тогда забота о собственном здоровье как основной ценности станет естественной формой поведения.

Сегодня, в вопросах оздоровления молодежи рука об руку должны идти медики, педагоги, психологи, валеологи, социальные педагоги и, безусловно, работники социально-культурной сферы.

Необходимо совместными усилиями родителей, педагогов, специалистов культуры формировать у молодежи понятие здорового образа жизни, воспитывать соответствующие навыки и привычки, что будет способствовать эффективности мер социальной защиты здоровья детей. Образование – культура – здоровье являются фундаментальной основой формирования здорового образа жизни, стратегической целью которой является формирование гармонично развитой личности.

2 Содержание, методы и формы деятельности учреждений культуры по пропаганде здорового образа жизни молодежи

Формирование сознательной установки молодежи на здоровый образ жизни – такова цель мероприятий, проводимых в учреждениях культуры.

Пропаганда и формирование здорового образа жизни молодежи в учреждениях культуры включает создание постоянно действующей информационно-пропагандистской системы, направленной на повышение уровня знаний молодых людей о влиянии и возможностях снижения всех негативных факторов на здоровье, а так же привлечение молодежи к творческой деятельности, занятиям физической культурой, туризмом и спортом, повышение доступности этих видов оздоровления.

3 Деятельность учреждений культуры Абинского района по формированию здорового образа жизни молодежи

Проводимая в районе работа это:

- познавательная программа «Планета здоровья»;
- акция флеш-моб «Береги здоровье смолоду!»;
- круглый стол «Общее дело»;
- флешмоб «Я за здоровый образ жизни!»;
- квест-игра «Мы выбираем жизнь!»;
- тематическая программа «Мир за здоровье»;
- конкурсная программа «Азбука здоровья»;
- круглый стол «Наш выбор - жизнь»;
- познавательная программа «Путешествие по дорогам здоровья» и др.

4 Молодежная акция, посвященная открытию спортивной площадки «Workout»

Пролог «Workout -здоровая Россия»

Блок 1. «Этот спорт и есть моя жизнь!»

Блок 2. « WORKOUT - это жизнь!»

Финал. «Всем кто любит STREET WORKOUT»

**Молодежная акция,
посвященная открытию спортивной площадки
WORKOUT**



Молодежная акция, посвященная открытию спортивной площадки WORKOUT

а -
ды

вления спор-
юенно-
во приняли
турнирах.

х, Александр Бо-
и Епифан, Миха-
второе место заво-
рбачев, а третье
мыкин. Показав
очень подготов-
авоскали второе
ое место.

и Захар Туров,
и финальный
секунд. Второе
проби и третье
новили.

овед четыре
в соперни-
и один балл.
инге» стал
и вторым в
юна.

енера Мак-
сбита пока-
ессональ-
проявили
ера, силу
те.

Станет ли молодежь сильной и здоровой опорой нации, зависит только от нее. Так считает Никита Трейго - основатель движения «воркаут» в Абинске.

Выбор за нами!



Александра Бондарь

Философия жизни

На фоне погоды радует нас теплыми деньками. Хочется больше двигаться, гулять, а многие еще и задумываются, как привести себя в форму. С этими задачами отлично справляется «воркаут», или, другими словами, уличная гимнастика. Молодежное движение гласит: здесь каждый найдет себя. И, правда, для занятий на свежем воздухе много не нужно: турник, брусья, шведская стенка и желание действовать! Базовые упражнения достаточно простые и всем известные еще со школьной скамьи: подтягивания, приседания. Для новичка – вполне посильные. Дальше – больше, все зависит от поставленных задач. Воркаут для новичка можно смело сравнить с оздоровительной физкультурой, которая дает прекрасные результаты.

- Моя главная цель, - рассказывает как можно большему количеству людей, что есть бесплатный, доступный и эффективный способ привести себя в отличную форму на свежем воздухе. Вам не нужны абонементы и тренеры. Не важен ваш пол и возраст. Здесь каждый готов общаться и взаимодействовать. Это не просто уличная гимнастика – это стиль жизни, который делает нас здоровыми, счастливыми и дает мотивацию добиваться поставленных целей, - рассказывает Никита.

на этом юноша не остановился: он обратился в администрацию Абинского городского поселения с просьбой оборудовать площадку.

- Никита - активный, целеустремленный юноша со свежим взглядом на наш город. Он подает хороший пример молодежи. Его инициативу, конечно, решили поддержать. В ближайшем будущем запланировано строительство современной спортивной многофункциональной площадки для молодежного уличного и велосипедного спорта, - рассказывает Валентина Николько, руководитель «Центра по физической культуре, массовому спорту и работе с молодежью» администрации Абинского городского поселения.

Также Никиту пригласили в молодежный Совет при главе администрации Абинского городского поселения. Теперь молодой человек может выражать свою активную позицию на заседаниях Совета, инициировать и другие социальные проекты.

- Мне не безразлично, где я живу и кто меня окружает. Именно мы, сегодняшнее поколение, формируем общество. Кто-то станет врачом, учителем, политиком. И для нас важно, каким: здоровым, сильным, образованным. Правда?! Мы подаем пример окружающим и создаем здоровое общество, - уверен Никита.

В Абинском районе уделяется серьезное внимание вопросу привлечения жителей к занятиям спортом, и особенно молодежи. И, несомненно, предложение Никиты – вклад в

В России воркаутом занимается более 200 000 человек, и количество уличных спортсменов постоянно растет.

о воркауте: познакомился с ребятами на специальной площадке и стал заниматься. Потихоньку стало меняться тело, да и отношение к жизни. Вернувшись в Абинск, он продолжил заниматься и стал искать единомышленников. Возникла идея создать группу в социальной сети. Это дало результаты: сформировалась небольшая группа молодых людей, которая стала вместе с Никитой заниматься на стадионе спортивной школы «Виктория». Но

развитие уличного спорта в нашем городе.

В муниципальном образовании уже работают восемь многофункциональных уличных площадок в разных поселениях, на которых могут заниматься последователи воркаута. В ближайшее время будет оборудована и специальная площадка в городе Абинске. И теперь остается выбор лишь за нами: оставаться в стороне или начать заниматься спортом и примкнуть к здоровым и уверенным людям!

Листовка

Воркаут.

- **Street Workout** (уличная тренировка; разг. Уличный фитнес; Воркаут) — одна из разновидностей массовых физкультурных занятий, включает в себя выполнение различных упражнений на уличных спортплощадках, а именно на турниках, брусьях, шведских стенках, горизонтальных лестницах и прочих конструкциях, или вообще без их использования (на земле). Иногда это направление называют видом спорта, но в официальный список видов спорта ни в одной из стран он не входит. Люди, увлекающиеся такими тренировками, называют себя по-разному: воркаутеры, уличные (дворовые) гимнасты и пр.



«Workout -здоровая Россия»



Флешмоб «Кто, если не мы?»



Показательное выступление спортсменов



Показательное выступление спортсменов



Флеш-моб «Молодежь Кубани»



Показательное выступление спортсменов



Финальная песня-флешмоб «Молодежь России»



Workout Трейго Никита



Моя команда



Моя команда. «Workout -здоровая Россия»



Площадка « WORKOUT - это жизнь!»



Листовка



Наш девиз

КТО НЕ КУРИТ И НЕ ПЬЕТ-



Тот Workoutом живет!

Заключение

Для реализации проблемы исследования необходимо:

- 1 Продолжить работу по привлечению молодежи в социоклубную деятельность.
- 2 Повышать уровень профилактической, оздоровительной работы учреждений культуры с молодежью.
- 3 Активизировать деятельность социально-культурных учреждений по пропаганде здорового образа жизни и организации работы с молодежью.
- 4 Привлекать молодых людей к непосредственной организации и проведению мероприятий по пропаганде и воспитанию здорового образа жизни.



Спасибо за внимание!

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Краснодарского края «Краснодарский краевой колледж культуры»
ПЦК Организация культурно-досуговой деятельности

Выпускная квалификационная работа

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ КУЛЬТУРНО- ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ МОЛОДЕЖИ НА ПРИМЕРЕ УЧРЕЖДЕНИЙ КУЛЬТУРЫ АБИНСКОГО РАЙОНА

**Выполнил: студент 6 курса
заочной формы обучения
по специальности 51.02.02
Социально-культурная деятельность
по виду Организация культурно-досуговой
деятельности
Трейго Никита Александровч
Руководитель: Черкасова Галина Васильевна**