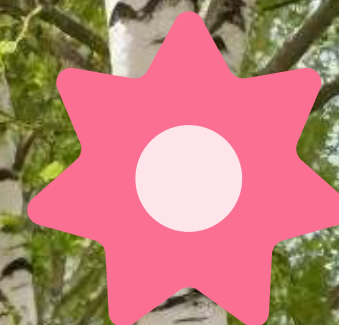
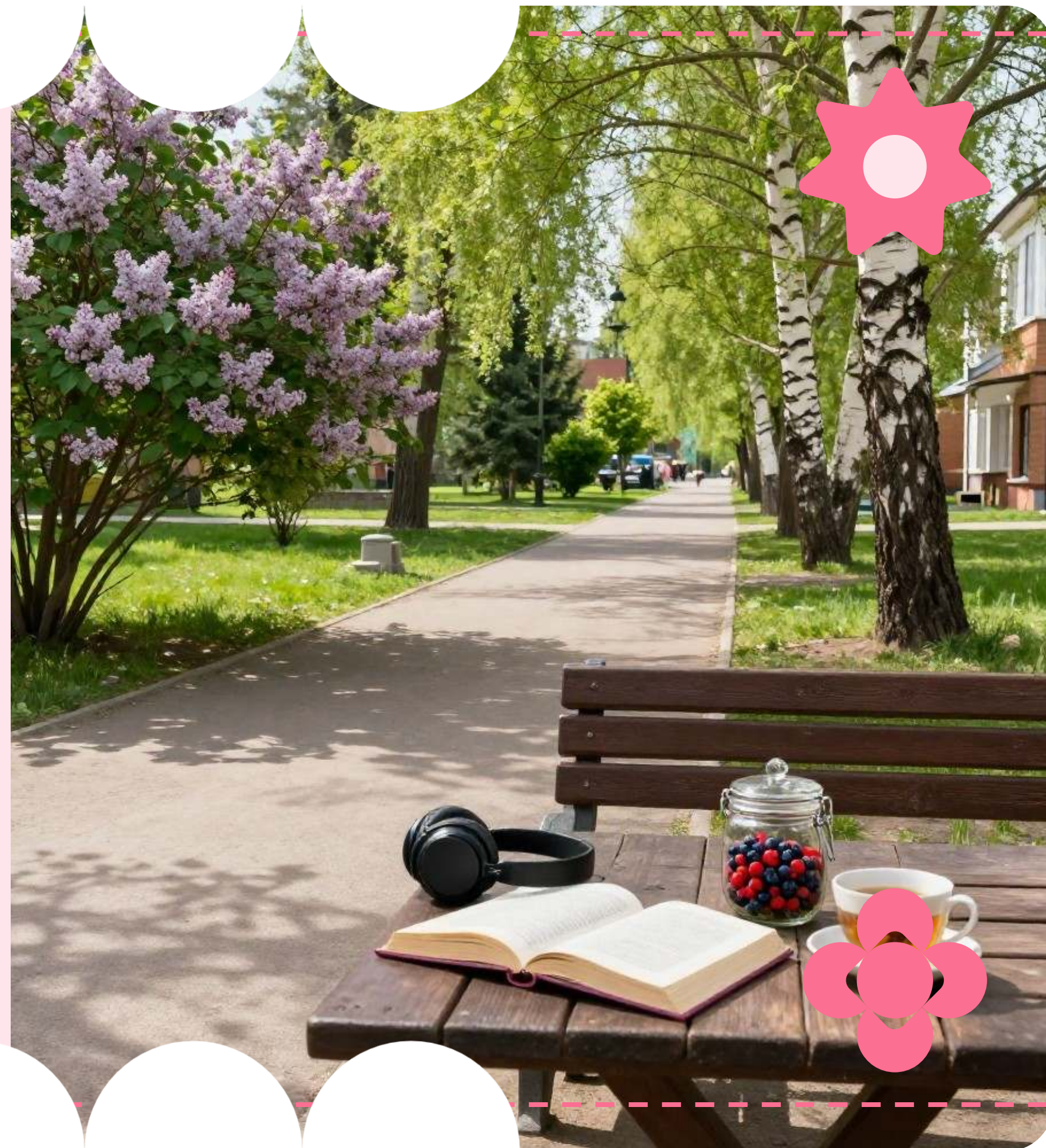




At Leisure: значение свободного времени в жизни старшекласников

Свободное время формирует
гармоничную личность и влияет на
развитие подростков.



Корни и развитие понятия leisure

Слово «leisure» происходит от латинского «licere» и с XIV века обозначает свободное от работы время. Сегодня это понятие охватывает широкий спектр активностей — от спорта до цифрового общения.



2



Социальная ценность leisure в подростковом возрасте

3

01

Leisure способствует развитию коммуникативных навыков и расширению круга общения, что помогает подросткам устанавливать прочные дружеские связи.

02

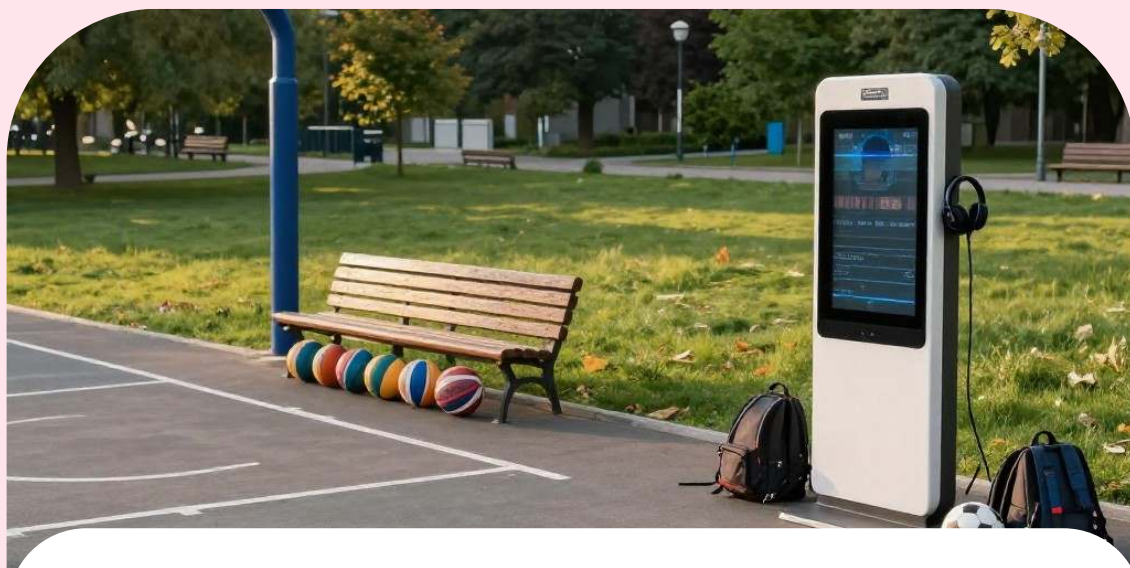
Свободное время стимулирует формирование самостоятельности и уверенности, позволяя подросткам принимать решения и выражать своё мнение.

03

Участие в leisure помогает подросткам лучше справляться со стрессом и интегрироваться в общество, укрепляя их психологическую устойчивость.

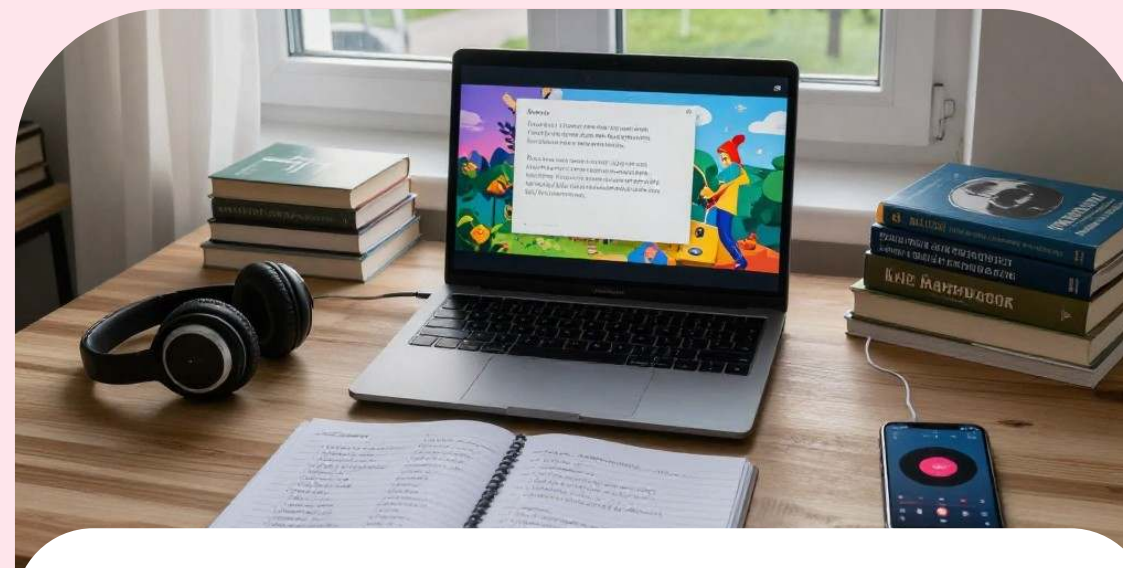
Разнообразие видов leisure среди старшекласников

4



Спортивные и игровые активности

Многие подростки увлекаются спортом и онлайн-играми, что сочетает физическую активность и цифровое взаимодействие внутри сверстников.



Просмотр видео и музыка на английском языке

Просмотр англоязычного контента развивает языковые навыки и предоставляет доступ к мировым тенденциям, обогащая культурный опыт подростков.



Творческие кружки и образовательные проекты

Участие в клубах помогает развить таланты, приобрести навыки командной работы и расширить кругозор за рамками школьной программы.

Свободное время и психическое благополучие подростков

5

.1 •    •

Планирование leisure снижает уровень тревожности и помогает подросткам справляться с эмоциональным напряжением.

.2 •    •

Активные и творческие занятия укрепляют самооценку и формируют позитивную мотивацию к учебе.

.3 •    •

Регулярный досуг способствует профилактике депрессии, обеспечивая необходимую эмоциональную разгрузку.

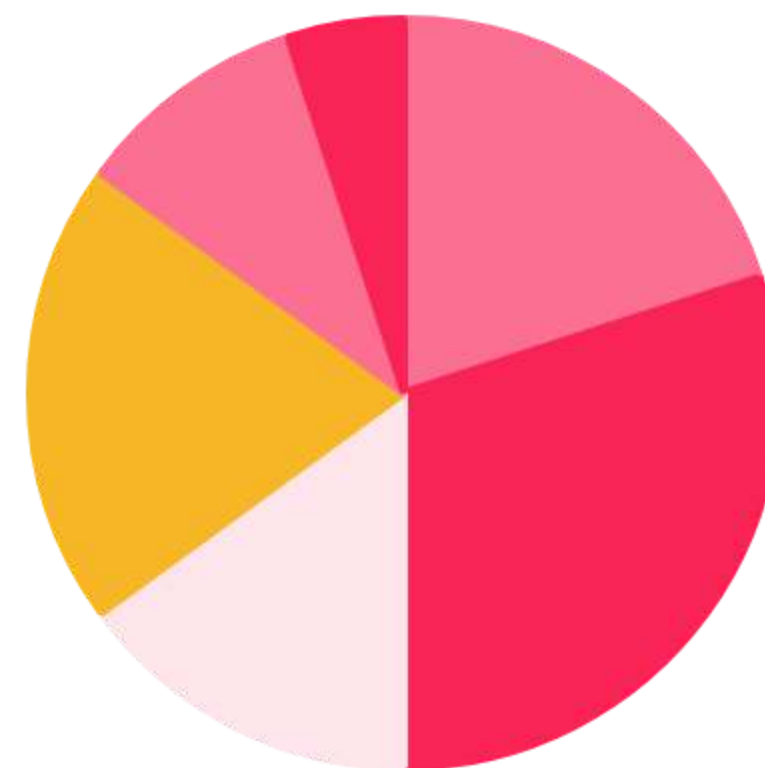
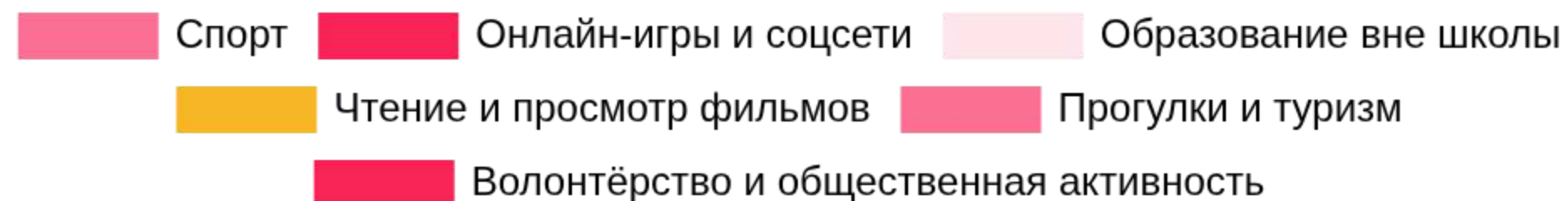
.4 •    •

Участие в leisure повышает общий психологический комфорт и способствует развитию навыков саморегуляции.

Как распределяется leisure среди старшеклассников (по данным опроса)

6

Большинство учащихся предпочитают сочетать онлайн-активности с физическим досугом для сбалансированного отдыха.

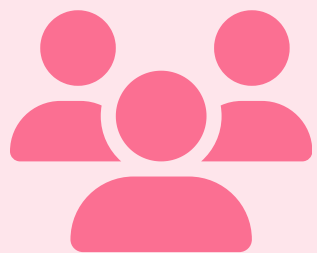


Данные показывают актуальные предпочтения и подчеркивают значимость разнообразия leisure для полноценного развития подростков.

Опрос российских учеников 10 классов, 2023 г.

Международные особенности организации leisure

7



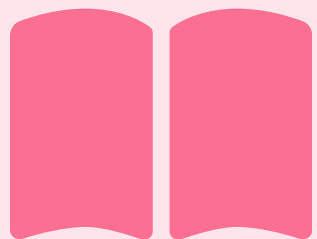
Великобритания: клубы по интересам и волонтерство

Популярность тематических клубов и участие в волонтерских проектах способствует развитию гражданской активности среди британской молодежи.



США: спорт и подростковые лагеря

Акцент на командных видах спорта и сезонных лагерях формирует лидерство и здоровый образ жизни подростков.



Япония: кружки манги и аниме

Увлечение культурой манги, аниме и связанными кружками отражает уникальные национальные традиции досуга.



Германия: молодежные спортивные союзы

Широкая государственная поддержка спортивных объединений развивает массовый спорт и социальную интеграцию.

Leisure и укрепление семейных отношений

8



Совместные семейные активности, такие как игры и путешествия, создают атмосферу доверия и взаимопонимания.



Вовлечение подростков в семейные дела через leisure помогает формировать ответственность и общие ценности.



Совместный досуг способствует открытой коммуникации между поколениями, укрепляя эмоциональную связь внутри семьи.

Влияние спорта на развитие старшекласников

9



Школьные спортивные секции как площадка развития

Регулярные тренировки и участие в соревнованиях способствуют физическому здоровью, дисциплине и развитию лидерских качеств у подростков.



Фитнес и турнирные игры в городских парках

Доступ к открытым спортивным площадкам стимулирует активный отдых, поддерживает социальное взаимодействие и мотивацию к здоровому образу жизни.

Роль цифровых технологий в современном leisure

10

.1 • • • •

Социальные сети и стриминговые платформы расширяют возможности общения и самовыражения подростков.

.2 • • • •

Онлайн-обучение предусматривает гибкие формы саморазвития и облегчает доступ к новым знаниям.

.3 • • • •

Виртуальные сообщества формируют у подростков чувство принадлежности и стимулируют интерес к новым увлечениям.

.4 • • • •

Однако активное цифровое использование может привести к риску зависимости, требующему контроля и осознанности.

Сравнение преимуществ и рисков offline и online leisure

Таблица отражает ключевые параметры досуга: физическую активность, уровень социализации, доступность и риски зависимости. Различия показывают баланс между реальным и виртуальным форматом leisure.

Критерий	Offline leisure	Online leisure
Физическая активность	Высокая	Низкая
Социализация	Личная коммуникация	Виртуальная
Доступность	Ограниченная	Высокая
Риск зависимости	Низкий	Высокий

Offline leisure способствует физическому здоровью и реальным социальным связям, тогда как online leisure предоставляет высокую доступность с повышенными рисками зависимости.

Образовательная ценность досуга на английском языке

12

Просмотр фильмов и видео на английском языке расширяет словарный запас и улучшает понимание устной речи, что способствует эффективному освоению языка в реальных условиях.

Прослушивание подкастов и чтение литературы на английском развивают навыки восприятия письменной речи и обогащают знания о культуре и традициях англоязычных стран.

Клубы по изучению английского предоставляют возможность практиковать разговорную речь, развивая коммуникативные навыки вне традиционных образовательных программ.

Volunteering: госуг с социальной отгачей

13



Волонтёрство в англоязычных проектах помогает подросткам осознать гражданскую ответственность и активно участвовать в жизни общества, при этом совершенствуя командные навыки.



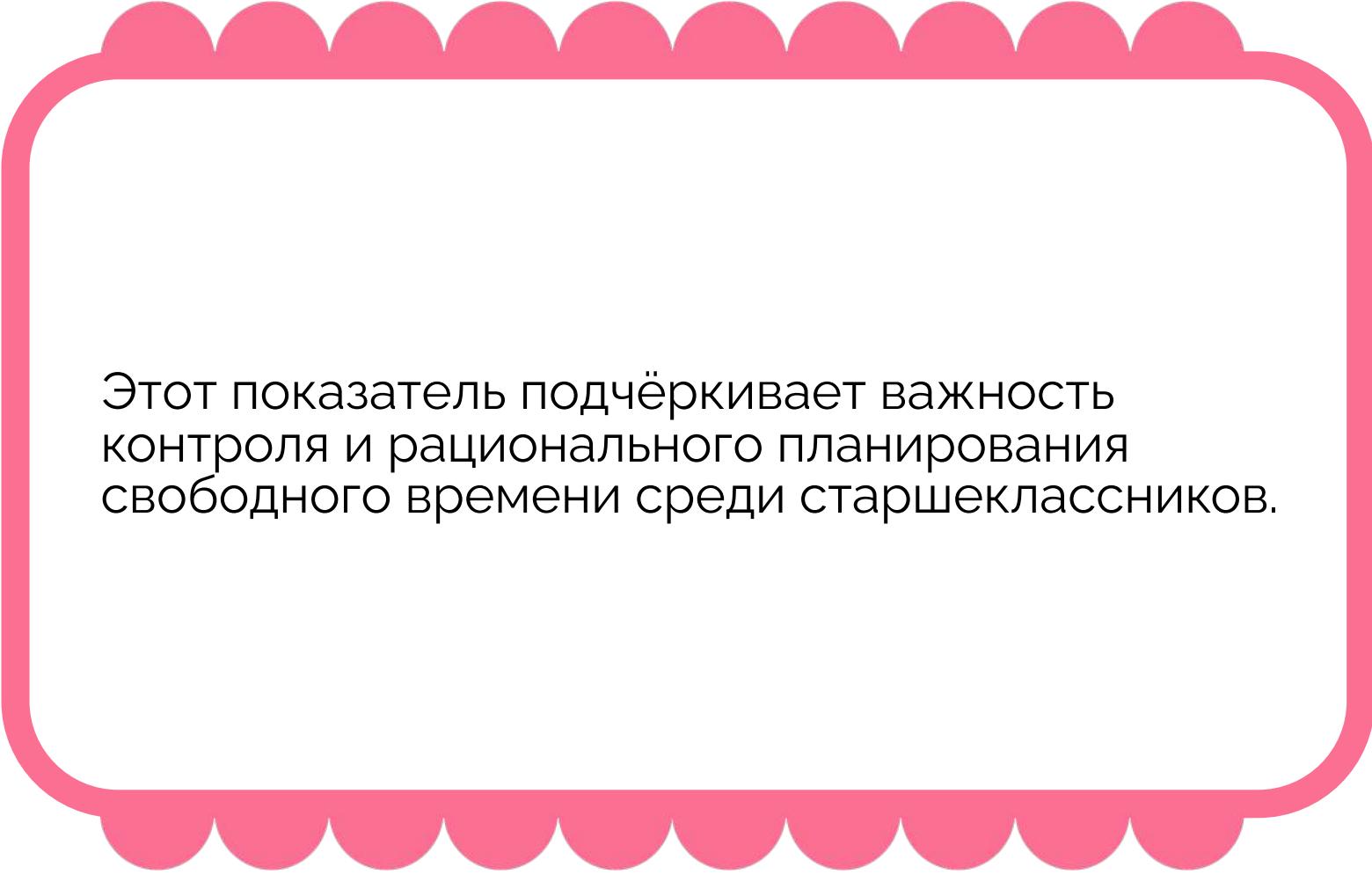
Участие в благотворительных и экологических инициативах способствует развитию коммуникативных умений на английском языке и формирует мотивацию к социально значимой деятельности.



27%

подростков испытывают симптомы интернет-зависимости, что снижает их учебную мотивацию и ухудшает психическое состояние.

Российское исследование психического здоровья подростков, 2023



Этот показатель подчёркивает важность контроля и рационального планирования свободного времени среди старшеклассников.

Экономические возможности для организации leisure

15



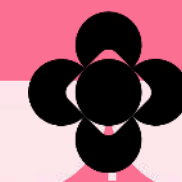
Начало 2000-х

Формирование муниципальных проектов по созданию доступных спортивных и творческих секций для подростков с целью расширения досуговых возможностей.



2010-е годы

Рост числа бесплатных клубов и молодежных пространств при школах, направленных на развитие увлечений и социальных навыков у старшеклассников.



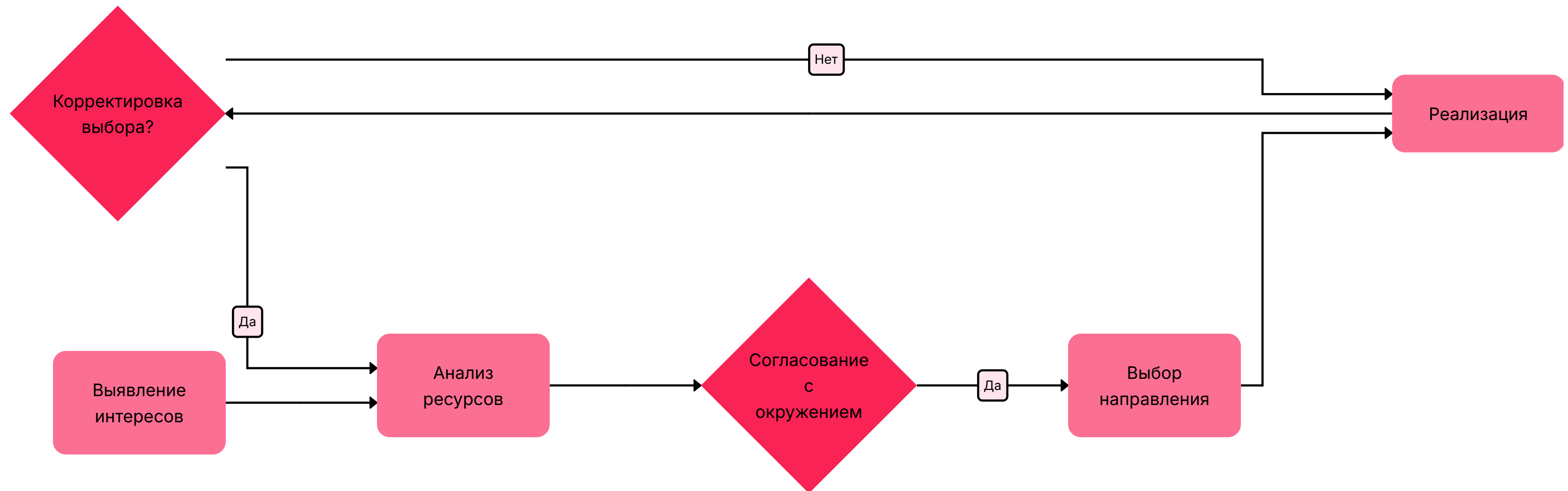
2020 – настоящее время

Активное внедрение городских программ поддержки leisure с упором на доступность для всех социальных групп, создание современных многофункциональных площадок.

Этапы выбора leisure подростком

16

По данным исследований подросткового поведения, 2023



Реализация творческого потенциала в leisure

17



.1

Участие в театральных постановках и музыкальных коллективах развивает коммуникационные навыки и творческое мышление. Это способствует росту уверенности и лидерских качеств среди подростков.

.2

Художественные студии и международные конкурсы предоставляют площадки для самовыражения и практики английского языка, открывая новые перспективы для личностного развития.

Leisure как фактор профессионального самоопределения

18

.1 • • •

Занятия в медиапроектах на английском языке формируют начальные навыки в сфере журналистики и медиа-коммуникаций.

.2 • • •

Изучение программирования в свободное время становится прочной основой для будущей карьеры в IT-сфере и инновациях.

.3 • • •

Регулярные тренировки и участие в спортивных соревнованиях развивают лидерские качества и могут привести к профессиям в области тренерства и спортивного менеджмента.

.4 • • •

Волонтерство позволяет приобрести управленческие и коммуникативные навыки, формируя социальную ответственность и планирование карьеры в гуманитарных и общественных сферах.

Современные тенденции организации leisure у старшеклассников

19

01

Сочетание офлайн и онлайн активностей расширяет горизонты досуга, объединяя физическую активность с цифровыми возможностями.

02

Образовательные платформы становятся неотъемлемой частью свободного времени, предоставляя доступ к качественному контенту и новым знаниям.

03

Выросший интерес к устойчивому развитию и волонтерству на английском языке способствует формированию глобального мышления и гражданской ответственности.



Значение разумного leisure для всестороннего развития подростков

Продуманное использование свободного времени помогает раскрыть потенциал, укрепить здоровье и сформировать социальные компетенции, играя ключевую роль в становлении успешной и гармоничной личности.

