**«ОРГАНИЗАЦИЯ ДОСУГА ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ
В Г. ХАНТЫ-МАНСИЙСКЕ»**

**«ORGANIZATION OF LEISURE FOR THE ELDERLY
IN KHANTY-MANSIYSK»**

***Чугунова Ирина Юрьевна***

*Студент, 39.03.02 Социальная работа*

*Югорский государственный университет,*

*г. Ханты-Мансийск, Россия*

*e-mail: chugunova.2000@mail.ru*

*Научный руководитель: канд. истор. наук, доцент Закирова Елена Ниязовна*

*Югорский государственный университет, г. Ханты-Мансийск, Россия*

***Chugunova Irina Yurievna***

*Student, 39.03.02 Social work*

*Yugra State University,*

*Khanty-Mansiysk, Russia*

*e-mail: chugunova.2000@mail.ru*

*Scientific adviser: Ph.D. history Sciences, Associate Professor Zakirova Elena Niyazovna*

*Yugra State University, Khanty-Mansiysk, Russia*

***Аннотация.***

В статье рассматриваются особенности организации досуга для пожилых людей. Даны рекомендации администрации города Ханты-Мансийска по организации досуга для людей пожилого возраста.

***Annotation.***

The article discusses the features of leisure activities for the elderly. Recommendations of the administration of the city of Khanty-Mansiysk on the organization of leisure for the elderly are given.

***Ключевые слова:*** Организация, досуг, пожилые люди.

***Keywords:*** Organization, leisure, the elderly.

В Российской Федерации существует несколько приоритетных направлений развития. К одному из таких можно отнести Стратегию действий в интересах граждан старшего поколения до 2025 года. Целью которой является повышение продолжительности, уровня и качества жизни пожилых. Итогом реализации Стратегии станет сформированная система мер, направленная на повышение благосостояния и социально-культурного развития граждан старшего поколения, укрепление их здоровья, повышение продолжительности жизни и активного долголетия [1].

Для того, чтобы жизнь пожилых людей была комфортной, требуется не только удовлетворение материальных потребностей, но и обеспечение полнофункционального проживания.

В жизни пожилых людей досуг является одной из приоритетных деятельностей, которая направлена на улучшение качества жизни. Например, досуг помогает пожилым вновь обрести смысл, найти силы для дальнейшей жизни. Так же досуговая деятельность положительно влияет на динамику психологических процессов.

На данный момент, около 30% населения в городе Ханты-Мансийске составляют люди пожилого возраста [6]. В Ханты-Мансийске с каждым годом увеличивается количество пожилых людей - это связано с переездом пенсионеров на постоянное место жительства к детям и для получения медицинских услуг в округе.

Поскольку пожилые люди являются одной из уязвимых категорий граждан, необходимо улучшать их социальное положение. Пожилым необходима различная поддержка, как со стороны государства, так и со стороны общества, что порождает потребность в обновлении социальной сферы. Чтобы правильно организовать досуг для пожилых людей необходимо учитывать их интересы, нужды, потребности, а так же возможности и особенности жизни. Понимание и осознание имеющихся проблем (этических, психологических и др.), а так же освоение новых методов и технологий социальной работы, это важный фактор для организации эффективного досуга [4].

Проблема исследовательской работы заключается в том, что досуг для пенсионеров проводится только в учреждениях социального обслуживания, где обычно задействованы пожилые люди старше 65 лет, каких-либо сообществ или клубов по интересам для пожилых людей моложе 65 в городе Ханты-Мансийске нет. Проблема досуга пожилых людей рассматривалась в Кандалакшском, Седельниковском районах, в г. Москва, г. Корсаков, а также в работе «Организация досуга пожилых людей» Е.В. Щаниной в г. Пенза, в г. Ханты-Мансийске проблема досуга пожилых рассматривалась только в рамках учреждений, в том числе и Комплексный центр социального обслуживания населения.

Цель исследовательской работы: анализ организации досуга для пожилых людей в городе Ханты-Мансийске и разработка рекомендации.

Для решения цели необходимо выполнить следующие задачи:

- выявить особенности организации досуга с пожилыми людьми;

- провести опрос среди пожилых людей, для выявления востребованных видов досуга;

- разработать рекомендации по организации досуга для пожилых людей в городе Ханты-Мансийске.

Деятельность с людьми пожилого возраста в социально-культурной сфере является многофункциональной, и ее цель - организация продуктивного досуга, благоприятные условия для времяпровождения, раскрытие творческого потенциала, предоставление условий для саморазвития. Для того, чтобы человек пожилого возраста смог дальше развиваться, необходимо помочь приобрести новые навыки и расширить круг общения.

Принципы организации досуговой деятельности строятся на создание необходимых условий для поддержания уже имеющихся увлечений, независимо от состояния здоровья. Для того, чтобы предложить варианты отдыха, необходимо провести ряд мероприятий, к которым относится выбор из доступных форм отдыха, удовлетворяющих потребностям и интересам пожилого человека, и проведение бесед с членами семьи, при необходимости. В отдельных случаях для комфортного участия в определенных мероприятиях, требуется оценить состояние физических способностей пожилого гражданина.

В некоторых формах досуга пожилые люди чувствуют свою значимость и удовлетворенность. Это такие виды досуга, как ведение сада, посещение экскурсий, музеев, кинотеатров, просмотр телевизионных передач и занятия физкультурой, решающие такие задачи, как: закрытие личных потребностей, повышение самооценки, усовершенствование коммуникативных навыков, адаптация в быстро меняющемся обществе.

Общественные досуговые организации являются средством профилактики различных заболеваний. Они могут помочь развить стойкость к негативным или неоднозначным жизненным поворотам, помочь все изменить на позитивный лад, создать условия для самореализации личности [3].

Стоит отметить, что тесное сотрудничество с органами местами самоуправления, а также учреждениями культуры это важный аспект. Социальные учреждения должны сотрудничать с ними для проведения просветительской работы, для оказания помощи в организации мероприятий для пожилых людей, а также для создания клубов по интересам. Клубы по интересам должны быть созданы как в городах, так и в деревнях и селах.

Необходимо рекомендовать пожилым людям активно участвовать в проводимых мероприятиях. Важно показать им, что можно быть не только наблюдателем, но и участником, который может объединяться в творческие коллективы, и использовать огромный запас предложенных ресурсов. Необходимо сделать акцент на том, что досуговая деятельность поддерживает социальный статус и душевное равновесие. Важно привлечь пожилых людей к занятиям, которые отвлекут их от болезненных ощущений и переживаний [5].

При организации досуга для пожилых, можно столкнуться с рядом проблем, такими как: низкий уровень материального положения; доступность различных видов отдыха; возрастные ограничения для приобретения определенных навыков [2]. Например, активный досуг в форме спортивных соревнований, навряд ли подойдет для лиц старше 75 лет, поэтому им предлагается времяпрепровождение в кругу любителей вязания, шитья, рисования и т.п. Кроме того, не все готовы участвовать в мероприятиях, где задействовано много людей, и предпочитают тихий отдых за книгой или просмотром телепередач. Следует отметить, что пожилым людям необходимо чувствовать себя значимыми и нужными, в связи с чем их следует привлекать к различным мероприятиям, связанных с помощью других. Так, в сегодняшних реалиях, для помощи военным находящимся на специальной военной операции в Украине привлекаются все желающие, в том числе и пенсионеры, пожилые люди, которые оказывают посильную помощь: помогают вязать носки, рукавицы, помогают в лепке пельменей, сборке коробок, плетут маскировочные сети и т.д. Вид деятельности определяется доступностью выполнения и наличием имеющихся навыков.

Таким образом, одна из задач организаторов досуга и отдыха для пожилых людей является формирование у людей хорошего, жизнерадостного настроения. Досуг привлекает своей нерегламентированностью и добровольностью выбора его различных форм, демократичностью, эмоциональной окрашенностью, возможностью сочетать разнообразные виды деятельности. Для большинства людей пожилого возраста социальные клубы досуга являются ведущими сферами социально-культурной интеграции и самореализации личности. Однако данные преимущества досуговой деятельности пока ещё не стали достоянием и привычным элементом образа жизни пожилых людей.

Для выявления востребованности создания клубов по интересам, пенсионерам было предложено анкетирование «Организация досуга для пожилых людей в городе Ханты-Мансийске». Опрошено 52 человека.

1 вопрос: Есть ли у вас увлечения/хобби? 84,6% ответили «Да», 15,4% «Нет».

2 вопрос: Если да, то какие? На данный вопрос ответили 44 человека. Рекордсменом стал ответ «садоводство», он набрал 45,5%. Второе место разделили варианты ответов «рыболовство» и «вязание» они набрали по 22,7%. «Танцы» набрали 13,6%. «Рисование» - 11,4%. «Выжигание по дереву» – 2,3%. В данном вопросе можно было написать свой вариант ответа. Вот какие ответы получили: охота, алмазная мозайка, оригами, спорт, настольный теннис, вокал и автомеханика.

3 вопрос: Хотели бы вы зарабатывать, занимаясь любимым делом? Ответ «Да» набрал 63,5%, «Нет» - 36,5%.

4 вопрос: Хотели бы вы научиться чему-нибудь новому? Ответ «Да» набрал 86,5%, ответ «Нет» - 13,5%.

5 вопрос: Если да, то чему? На данный вопрос ответили 46 человек. Можно сказать с уверенностью, что «компьютерная грамотность» будет актуальна среди пенсионеров, так как она набрала 63%. «Рукоделие» - 30,4%. «Садоводство» и «рисование» набрали по 10,9%. Так же в этом вопросе можно было написать свой вариант ответа, вот что мы получили: деревообработка, вождение: машины, мотоцикла, пользование бензопилой, управление мотоблоком, делать маникюр, играть на музыкальном инструменте, вокал, выжигание по дереву и автомеханика.

6 вопрос: Хотели бы вы поддерживать или улучшить своё здоровье с помощью спорта? Ответ «Да» набрал 90,4%, ответ «Нет» - 9,6%.

7 вопрос: Если да, то каким именно спортом вы бы хотели заниматься? На данный вопрос ответили 46 человек. «Оборудованный зал» набрал 43,5%. «Скандинавская ходьба» - 34,8%. «Оздоровительная гимнастика» - 26,1%. «Йога» - 23,9%. Так же на данный вопрос можно было дать «свой ответ», вот, что мы получили: волейбол, плавание, настольный теннис, коньки и самокат.

Вопрос 8: Хотели бы вы заниматься любимым делом в компании людей, которым тоже интересно ваше хобби? Ответ «Да» набрал 86,5%, ответ «Нет» - 13,5%.

Вопрос 9: Если бы в городе Ханты-Мансийске организовывали досуг для пенсионеров, которые недавно вышли на пенсию, вас бы заинтересовала данная организация? 92,3% набрал ответ «Да», 7,7% ответ «Нет».

Вопрос 10: Если нет, то почему? Всего было 5 ответов, в которых говорилось, что данная организация неинтересна.

Вопрос 11: Ваш возраст. Возраст респондентов варьировался от 50 до 74 лет.

Вопрос: 12: Ваш пол. Данную анкету прошли: 32 женщины и 20 мужчин.

Вопрос 13: Во сколько лет вы вышли на пенсию? Ответы варьировались от 45 до 65 лет. Так же 3 человека ещё не вышли на пенсию, но собираются в скором времени.

Вопрос 14: Ваше семейное положение. Большинство ответов были даны людьми в браке (37 человек). Остальные 15 человек одиноки.

Вопрос 15: Имеете ли вы инвалидность? Большинство ответили «нет» - 45 человек. 7 человек ответили, что имеют инвалидность.

Вопрос 16: Если у вас есть предложения по организации досуга для пенсионеров, пожалуйста, напишите их! На данный вопрос ответили только 12 человек. Вот некоторые ответы: «Хотелось бы организовать группу для занятий вокалом», «Да. Бальные танцы (румба, самбо, латиноамериканские танцы), проводить тематические вечера, петь песни, читать стихи», «Хотелось бы ездить на рыбалку компанией».

Проанализировав результаты анкетирования, можно с уверенностью сказать, что создание клубов по интересам для пожилых людей в городе Ханты-Мансийске будет востребовано, в связи с этим рекомендацией для учреждений города Ханты-Мансийска, работающих с населением, в том числе и администрация города, станет организация клубов по интересам в сфере «садоводства» и «рыболовства», так как именно эти направления набрали наибольшее количество голосов в анкетировании. Так же, оборудовать спортивные залы в спорткомлексах города со всеми необходимыми тренажерами и бесплатным посещением для пенсионеров. 90,4% пенсионеров ответили, что хотели бы поддерживать своё здоровье с помощью спорта, 43,5% ответили, что хотелось бы заниматься именно в оборудованном зале.

Проблема досуга пожилых людей - это задача государственного масштаба, которая требует большого внимания, и для решения которой нужно создавать оптимальные условия, стимулировать стремление пожилых людей к активному проведению досуга. Не стоит забывать, что люди пожилого возраста - это большой резерв традиций и непроходящих ценностей. Как правило, в пожилом возрасте у человека образуется больше свободного времени, и он может дать волю своим желаниям, неосуществившимся в молодости, из-за нехватки времени.

***Список литературы***

1. «СТРАТЕГИЯ действий в интересах граждан старшего поколения в Российской Федерации до 2025 года» [Электронный ресурс] - Режим доступа: <http://static.government.ru/media/files/7PvwlIE5X5KwzFPuYtNAZf3aBz61bY5i.pdf> (дата обращения: 25.11.2022).

2. Бодрин, А. В. Особенности досуговой деятельности пожилых людей / А. В. Бодрин, Л. А. Таболько. - Текст : электронный // Молодой учёный. - 2016. - № 6 (110). - URL: <https://moluch.ru/archive/110/27125/> (дата обращения: 25.11.2022).

3. Галанова, В. В. Особенности социально-культурной деятельности с пожилыми людьми / В. В. Галанова, Л. Р. Логачева. - Текст : электронный // Молодой учёный. - 2017. - № 45 (179). - URL: <https://moluch.ru/archive/179/46413/> (дата обращения: 25.11.2022).

4. Примак, Ю. А. Особенности социальной работы с пожилыми людьми / Ю. А. Примак, И. А. Гизатова. - Текст : электронный // Педагогическое мастерство : материалы II Международной научной конференции - Москва : Буки-Веди, 2015. - URL: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/65/3179/> (дата обращения: 27.11.2022).

5. Информационно-образовательный электронный журнал для работников социальной сферы «Социальное обслуживание населения» - статья «Досуг пожилых» [Электронный ресурс] - Режим доступа: <https://son-net.info/dosug-pozhilyx/> (дата обращения: 30.11.2022).

6. Сайт статистики BDEX - население Ханты-Мансийска [Электронный ресурс] - Режим доступа: <https://bdex.ru/naselenie/hanty-mansiyskiy-avtonomnyy-okrug-ugra/hanty-mansiysk/> (дата обращения: 15.12.2022).