

УДК 796.01

НЮ ЙИНДОН
аспирант¹



А.Н. ЯКОВЛЕВ, канд. пед. наук, доцент,
доцент кафедры физической культуры и спорта¹
¹Полесский государственный университет,
г. Пинск, Республика Беларусь

Статья поступила 14 апреля 2023 г.

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ЭПОХУ ЦИВИЛИЗАЦИОННЫХ ПЕРЕМЕН

С позиции смежных наук, соотносимых с теорией физической культуры и глобальными проблемами человечества, просматриваются современные вызовы научно-технологической фазы эпохи, которая сопровождается изменением условий жизнедеятельности людей, приводит к драме современной цивилизации, т.е. происходит увеличение разрыва между уровнем технологического, экономического развития и уровнем духовности.

В условиях трансформации физического воспитания под влиянием внешних факторов появляются новые направления, отвечающие интересам молодежи.

Систематизированы данные по теоретико-методологическому сопровождению физкультурно-спортивной деятельности в условиях интеграции научных знаний в странах Запада и Востока.

Ключевые слова: культура Запада и Востока, тело, телесность, физкультурно-спортивная деятельность, студенты, схема тела.

NYU YINGDON,
Graduate Student¹

YAKOVLEV A.N., PhD in Ped. Sc., Associate Professor
Associate Professor of the Department of Physical Culture and Sports¹
¹Polesky State University, Pinsk, Republic of Belarus

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL SUPPORT OF THE SPHERE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT

From the standpoint of related sciences, correlated with the theory of physical culture and global problems of mankind, the modern challenges of the scientific and technological phase of the era are viewed, which is accompanied by a change in the living conditions of people, leads to the drama of modern civilization, i.e. there is an increase in the gap between the level of technological, economic development and the level of spirituality.

In the conditions of transformation of physical education under the influence of external factors, new directions appear that meet the interests of young people. The data on the theoretical and methodological support of physical culture and sports activities in the context of the integration of scientific knowledge in the countries of the West and East are systematized.

Keywords: *culture of the West and East, body, physicality, physical culture and sports activities, students, body scheme.*

Введение. В современных условиях спортивные практики значительно расширились за счет новых тенденций развития современной молодежной субкультуры, которая на раннем этапе формирования личности «встраивает» ее в социум в виде эффективного использования природной одаренности. Подготовка к предстоящей профессиональной деятельности осуществляется в процессе занятий физкультурно-спортивной деятельностью, что в дальнейшем упрощает переход к углубленной специализации, связанной с конкретным видом спорта [4, с. 58–63; 7, с. 168].

Эффективное развитие сферы физической культуры и спорта зависит от теоретико-методологического обеспечения, когда спорт, физкультурно-спортивная деятельность рассматриваются в целом как телесная и культурная практика [1, с. 31–37; 2, с. 3–14; 3, с. 208].

В данном направлении исследовательской деятельности следует акцентировать внимание на термине «телесность», который в методологическом плане, по мнению ученых, раскрывает сущность междисциплинарного синтеза естественных, социальных и гуманитарных наук в виде методологии познания в сфере физической культуры и спорта [8, с. 416; 9, с. 120–128; 10, с. 118–127].

Синтез тела и духа отправная точка формирования целостного человека и личности [11, с. 368; 12, с. 224–228; 13].

Адаптация этноса Беларуси к эпохальным вызовам в отличие от остального мира усложнилась комплексом социокультурных и психологических факторов, связанных с формированием новых общественных и производственных отношений, соответствующего им мировоззрения: смена системы ценностей, социальных установок, снижение качества жизни, что отразилось на их физическом состоянии.

Рассмотрение проблематики человеческой телесности в характеристиках его сущности раскрывается в научных работах [11, с. 368;

12, с. 224–228], которые не в полной мере дают ответ по оценке тела в личностном аспекте ценностных ориентаций в процессе занятий физкультурно-спортивной деятельностью/

Цель исследования. Систематизация научных данных, отражающих оценку тела, его осознания в соотношении телесного и духовного в человеке с позиций воспитания физической культуры личности.

Предмет исследования. Теоретико-методологическое обоснование процесса трансформации терминов «тело» и «телесность» в парадигме современного образования.

Психолого-педагогическое обоснование телесности – это реализация определенного модуса тела или отношение к собственному телу, контроль инстинктов и потребностей, где психологические, физиологические данные должны «подвергаться» объективной оценке, на основе наследия прошлого и современного состояния физической культуры [7, с. 208; 8, с. 34–45; 9, с. 35–41; 10, с. 1117].

Обращаясь к проблеме телесности (антропологический поворот) в постклассической философии XX века – это внимание к целостному человеку; осмысление методологии познания человеческого бытия; пересмотр предельных оснований педагогической теории и образовательной практики – философия образования [1, с. 31–37; 2, с. 3–14; 3, с. 208].

Культура тела, движения – это внешний облик, когда человеческое тело как базовая ценность человеческого бытия приводит к отношению к своему телу, связанному со здоровьем и физическим благополучием, т. е. с полной самореализацией человека.

Сегодня это неосознанный горизонт человеческого опыта, в который входят границы телесности и тела человека в аспекте диалектики внутреннего и внешнего уровней телесности свободы и детерминированности телесной организации человека.

В этой связи физкультурно-спортивная деятельность позволяет влиять на «телесный негативизм», который проявляется в виде равнодушного отношения к своему физическому здоровью.

Основная часть. Анкетирование, проведенное в ПолесГУ, показало, что 6–15% студентов уделяют внимание своему физическому развитию, а «соматизация человека», возведение в абсолют мускульных достоинств человека имеют основу – исключение телесного бытия из социокультурного пространства. Границы и проблемы сохранения личности человека в биосоциальной структуре в условиях влияния внешних факторов и растущих всесторонних процессов отчуждения (антропологический кризис) порождают непредвиденные социальные факторы, которые начинают формировать структуры, радикально меняющие человеческую жизнь и, очевидно, ухудшающие ее. Интегральным показателем уровня профессионального самоопределения студентов является их желание работать после окончания обучения в избранной сфере деятельности.

Особое внимание придается методу Фельденкрайза – это двигательная практика, ставящая целью развитие человека через осознание себя в процессе работы над движением собственного тела (метод соматического обучения – *somatic education*). Делается акцент на осознании изменений, происходящих в человеке в процессе работы над движением, в противоположность освоению и совершенствованию каких-либо определенных форм движения. Занятия по методу Фельденкрайза чрезвычайно разнообразны в отношении форм движения, динамики, основного исходного положения, акцента на движении различных частей тела и взаимосвязях в теле.

Существуют две формы практики метода Фельденкрайза:

1. Осознание через движение – групповые занятия, где ведущий, не демонстрируя движений, направляет действия занимающихся вербальными инструкциями.

2. Функциональная интеграция – индивидуальные невербальные занятия, в которых движение занимающегося направляется движением практика, в некоторых других странах его относят к методам телесно-ориентированной психотерапии.

Возможность переоценить и исследовать новые способы совершения привычных действий практически никогда не предоставляется. Из-за генетической программы некоторые паттерны (шаблоны проектирования – порождающие, структурные, поведенческие) готовы к использованию решения часто возникающих в программировании задач. Однако правильно примененный паттерн укореняется глубоко, как следствие – ограничивается диапазон движений, появляется скованность моторики.

Метод Фельденкрайза позволяет разделить действия во взаимосвязанных паттернах, чтобы перемещать разные части тела в противоположных направлениях. Этот метод помогает восстановить независимость и полноценный функционал каждого звена, дифференцирующие упражнения расширяют когнитивные и психические функции, улучшают способности к обучению и повышают стрессоустойчивость. Качество движения измеряется видимыми параметрами – расстояние, высота, скорость, сила, но здесь основа совсем другой показатель – точность.

Движение можно останавливать, продолжать или делать в обратном направлении с неизменным качеством и легкостью. В любой момент, когда нужно внести изменения в движение (поменять скорость, направление, усилие), система начинает сбиваться. Осознание того факта, что качество движения изменилось – сигнал к обучению, что можем измерить по стандартным маркерам – скорость, высота, сила, расстояние.

В данном случае следует говорить о схеме тела (инструментально-содержательное принятие человеком своей телесности). Метод Фельденкрайза использовался в качестве диагностики этих конструктов.

Выборку составили студенты Полесского государственного университета в возрасте 19–23 лет. По методике Фельденкрайза выделено три группы с адекватной, положительной, отрицательной схемой тела.

В группе с адекватной схемой оказалось 50 испытуемых (около 30% респондентов), в группу с отрицательной схемой тела вошло 52 испытуемых, что составило 52%, в группу с положительной схемой тела – 62, что составило 38%. Результаты в каждой группе с различной схемой тела представлены в таблице 1.

Данные таблицы показывают, что в группе с положительной схемой тела наиболее преувеличены размеры ног (+18 см.), размеры рук и плеч (13 см. соответственно), длина позвоночника и ширина таза в значениях (8-9 см. соответственно). То есть, они занимают большее пространство, что наблюдается в реальности. В группе с отрицательной схемой тела наблюдается, что они субъективно оценивают свои данные, преуменьшая их. В группе с адекватной оценкой своих показателей, только данные о размере плечей преувеличены, остальные параметры находятся в границах адекватной разницы между субъективной оценкой и реальностью.

Оценка по методике «Каково мое тело?» ориентирована на содержательные и инструментальные описания своего тела внутри групп с различной схемой тела (таблица 2).

В группе с положительной схемой тела содержательных понятий больше по сравнению с инструментальными (6,8; 2,9 соответственно). В группе с отрицательной схемой тела картина противоположная (3; 6,4 соответственно), что указывает на ориентацию, связанную с атрибутикой тела, внешностью. В группе с адекватной схемой тела наблюдается небольшое различие, которое характеризует тенденцию реальной оценки своего тела (внешние проявления своего тела и ориентация на внутренние переживания своего тела). Полученные результаты обработаны статистикой Н-критерия Крускала – Уоллиса (свободное тело-тест).

В группе с положительной схемой тела статистически значимые различия выявлены по параметрам: «ноги», «руки» «позвоночник», «плечи», «ширина таза», в остальных парах сравнения значимых различий не выявлено.

В группе с отрицательной схемой статистически значимые различия выявлены: «ноги», «руки», «позвоночник», «плечи». Остальные параметры не имеют значимых различий.

В группе с адекватной схемой тела только параметр «плечи» имеет достоверное различие, по остальным параметрам значимых различий не выявлено.

Полученные результаты исследований показывают, что в группах с положительной и отрицательной схемой тела следует целенаправленно проводить работу по изменению субъективной оценки своего тела, это подтверждается большим расхождением в параметрах оценки. В этом аспекте ключевое значение имеет оценка действительности через содержательные и инструментальные высказывания, которые обусловлены уровнем самосознания – это содержательный показатель принятия телесности, т.е. построение телесного образа за счет внутренних переживаний и ощущений.

Построение своего физического «Я» сводится к внешним признакам, социальному статусу.

Таблица 1. – Разница между реальным и субъективным размером части тела, по методике Фельденкрайза (в средних значениях)

| Схема тела | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
|---------------|----|----|----|---|----|----|----|----|----|----|----|
| Положительная | 17 | 17 | 9 | 3 | 8 | 4 | 12 | 12 | 12 | 0 | 2 |
| Отрицательная | -9 | -9 | -7 | 1 | -6 | -2 | -9 | -8 | -4 | -3 | -1 |
| Адекватная | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 0 | 3 | 0 | 5 | 0 | 1 |

Таблица 2. – Содержательные и инструментальные понятия оценки своего тела

| Схема тела | Содержательные | Инструментальные |
|---------------|----------------|------------------|
| Положительная | 6,8 | 2,9 |
| Отрицательная | 3 | 6,4 |
| Адекватная | 4 | 5,2 |

В группе с адекватной схемой тела инструментально-содержательный уровень не проявляет резких отклонений в ту или иную сторону, все аспекты проявления телесности принимаются во внимание, представлены в сознании личности.

Психологический портрет личности с положительной схемой тела ориентирован на коммуникативные технологии, так как обладает активностью, стремится расширить свое социальное пространство. Соотношение понятий «ноги», «позвоночник», «ширина таза» указывает на стремление компенсировать недостаток целостности личности, чем действительная потребность в большем спектре социального общения. Группа студентов отрицательной схемой тела имеет те же акцентированные зоны, но стремится занять более незаметное положение в социальной группе, что значительно сжижает потенциал социального общения. Эти люди ответственны, но их такая ответственность тяготит, доступ к внутриличностным ресурсам у студентов не имеет преград. Остальные диагностируемые ресурсы не имеют акцентированных черт, что указывает на психологическую целостность личности. Анализ полученных результатов позволил при помощи тестирования выявить профессиональную ориентацию студентов в процессе учебы в вузе.

Так, анкетирование в ПолесГУ показало, что треть выпускников твердо определяется в своем намерении работать после окончания университета в отрасли спорта. К выпускному курсу более половины студентов не определились с будущей работой в отрасли (наблюдается снижение с первого по 4 курс более чем на 10% – с 60,5 до 50,2%). Реалии социально-экономической жизни страны и профессиональной жизни учителя физической культуры, тренера таковы, что «низкая заработная плата» для 40 до 65% респондентов является главной причиной. 10-15% ответов «безразлично, где работать, лишь бы платили».

Заключение. Разведение телесности и духовности влечет за собой проблему отсутствия подлинной культуры здоровья и социальные проблемы: рост девиантного поведения, когда телесное физическое развитие оторвано от других аспектов становления личности по причине отсутствия эстетики тела и двигательной деятельности, что нару-

шает каноны общей культуры. Актуализация проблемы человеческой телесности в условиях нарастающего антропологического кризиса в современном обществе также будет способствовать перспективности профессии и востребованности кадровых ресурсов для сферы физической культуры и спорта. В условиях жесткой конкуренции стран за мировое лидерство в спорте продолжается поиск не выявленных резервов организма человека. Необходимо вести поиск морфологических и генетических маркеров, систематизировать ценности телесности и взаимосвязь тела с объектами культуры, процессом воспитания физической культуры личности в пространстве социальных институтов. Личность и ее рефлексия в социуме – это работа сознания по изменению внутриличностной структуры с опорой на внутренний мир в условиях влияния внешних факторов, обусловленных развитием цивилизации, возможность «сделать паузу» и отрефлексировать себя в отношении вызовов современности с целью поиска новых ресурсов, ранее не осознанных, выработка направлений развития личности.

Список литературы

1. Акчурина, Б. Г. Телесность как проявление человеческого потенциала / Б. Г. Акчурина. Социально-гуманитарные знания. 2004. – № 2. – С. 31–37.
2. Буйко, Т. Н. Аксиологические основания жизненного самоопределения студента физкультурного вуза / Т.Н. Буйко // Ученые записки: сб. рец. науч. тр. / рекол.: М.Е. Кобринский (гл. ред) [и др.]. – Минск: БГУФК, 2006. – Вып. 9. – С. 3–14.
3. Быховская, И. М. Homo somatic: Аксиология человеческого тела: монография / И. М. Быховская. – М.: Едиториал УРСС, 2000. – 208 с.
4. Егоров, А. Г. Спорт и цивилизация. Круглый стол / А. Г. Егоров // Теория и практика физической культуры. – 2004. – № 5. – С. 58–63.
5. Круткин, В. Л. Онтология человеческой телесности / В.Л. Круткин. – Ижевск: Изд-во Удмуртского ун-та, 1998. – 321 с.
6. Концепция непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь // Проблемы выхавання. 2007. – № 2. – С. 3–19.

7. Лубышева, Л. И. Спортизация в общеобразовательной школе ; под общ. ред. Л. И. Лубышевой. – М.: НИЦ «Теория и практика физической культуры и спорта», 2009. – 168 с.
8. Передельский, А. А. Физическая культура и спорт в отражении философских и социологических наук / А. А. Передельский. – М. : Спорт, 2016. – 416 с.
9. Степин, В. С. Философия и цивилизация / В. С. Степин // Философы XX века: материалы Респ. чтений – 10, Минск, 18 нояб. 2004 г. / редкол.: Я.С. Яскевич, В.С. Вязовкин. – Минск: РИВШ, 2005. – С. 120–128.
10. Калинин, А. С. Проблемы и перспективы развития науки, культуры и общества в контексте интеграции культурных дискурсов / А. С. Калинин, С. И. Копылов, В. О. Шелекета // Наука и эпоха: монография / [О. Ю. Астахова, А.К. Байменова, А. Физическая культура и спорт в системе высшего образования А.Брысина]; под общей ред. проф. О. И. Кирикова. – Книга 4. – Воронеж: ВГПУ, 2011. – С. 118–127.
11. Яковлев, А. Н. Научно-методические основы физической культуры и спорта в образовательном пространстве высшей школы в контексте новых представлений о спорте как мировой религии нашего времени : монография / А. Н. Яковлев. – Смоленск : Филиал ФГОУВПО «РГУ-ТиС», 2009. – 368 с.
12. Яковлев, А. Н. Инновационная педагогическая система как интеграция многоуровневого образования: формирование новых представлений о «теле» и «телесности» человека в процессе занятий физкультурно-спортивной деятельностью / А. Н. Яковлев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта : научно-теоретический журнал. – 2016. – № 10 (140). – С. 224-228.
13. Ян Юнь. Объяснение природы спорта в контексте теории игр Западной философии / Юнь Ян. – Нанкинский пед. ун-т, 2015.
- and Humanitarian Knowledge]. 2004, no. 2, pp. 31–37. (In Russian)
2. Buyko T.N. Aksiologicheskie osnovaniya zhiznennogo samoopredeleniya studenta fizkul'turnogo vuza [Axiological foundations of life self-determination of a student of a sports university]. *Ucheny'e zapiski: sb. recz. nauch. tr.* [Uchenye zapiski: sb. rec. scientific tr.]. Eds. M.E. Kobrinsky et.al. Minsk. BGUFK, 2006, Issue. 9, pp. 3–14. (In Russian)
3. Bykhovskaya I. M. *Homo somatic: Aksiologiya chelovecheskogo tela* [Homo somatic: Axiology of the human body]. M. Editorial URSS, 2000, 208 p. (In Russian)
4. Egorov A. G. Sport i civilizaciya. Kruglyj stol [Sport and civilization. Round table]. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury* [Theory and practice of physical. Culture]. 2004, no. 5, pp. 58-63. (In Russian)
5. Krutkin V.L. *Ontologiya chelovecheskoj telesnosti* [Ontology of human corporality]. Izhevsk. Publishing House of the Udmurt University, 1998, 321 p. (In Russian)
6. Konceptsiya nepreryvnogo vospitaniya detej i uchashhejsya molodezhi v Respublike Belaru [The concept of continuous education of children and young students in the Republic of Belarus]. *Prablemy` vykhavannya* [Problems of education]. 2007, no. 2, pp. 3–19. (In Russian)
7. Lubysheva L.I. *Sportizaciya v obshheobrazovatel'noj shkole* [Sports in a secondary school]. Ed. L.I. Lubysheva. M. NIC "Theory and Practice of Physical Culture and Sports", 2009, 168 p. (In Russian)
8. Peredelsky A. A. *Fizicheskaya kul'tura i sport v otrazhenii filosofskikh i sociologicheskikh nauk* [Physical culture and sport in the reflection of philosophical and sociological sciences]. M. Sport, 2016, 416 p. (In Russian)
9. Stepin V.S. *Filosofiya i civilizaciya* [Philosophy and civilization]. *Filosofy` KhKh veka* [Philosophers of the XX century:] Ed. Ya.S. Yaskevich, V.S. Vyazovkin. Minsk: RIVSh, 2005, pp. 120-128. (In Russian)
10. Kalinin A. S., Kopylov S. I., Sheleketa V. O. *Problemy` i perspektivy` razvitiya nauki, kul'tury` i obshhestva v kontekste integracii kul'turny`kh diskursov* [Problems and prospects for the development of science, culture and society in the context of the integration of cultural discourses]. [Science and Epoch].

References

1. Akchurin B.G. Telesnost` kak proyavlenie chelovecheskogo potencziala [Corporeality as a manifestation of human potential]. *Soczial'no-gumanitarny`e znaniya* [Social

- Yu.Astakhova, A.K. Baimenova, A. [Physical culture and sport in the system of higher education A. Brysina]. Ed. Kirikova O. I. Book 4. Voronezh: VSPU, 2011, pp. 118-127. (In Russian)
11. Yakovlev A.N. *Nauchno-metodicheskie osnovy` fizicheskoy kul`туры` i sporta v obrazovatel`nom prostranstve vy`sshej shkoly` v kontekste novy`kh predstavlenij o sporte kak mirovoj religii nashego vremeni* [Scientific and methodological foundations of physical culture and sports in the educational space of higher education in the context of new ideas about sports as a world religion of our time]. Smolensk: Branch of FGOUVPO "RGUTiS", 2009, 368 p. (In Russian)
12. Yakovlev A.N. *Innovacionnaya pedagogicheskaya sistema kak integracziya mnogourovnevnogo obrazovaniya: formirovanie novy`kh predstavlenij o «tele» i «telesnosti» cheloveka v processe zanyatij fiz-kul`turno-sportivnoj deyatel`nost`yu* [Innovative Pedagogical System as an Integration of Multi-level Education: Formation of New Ideas about the "Body" and "Corporality" of a Person in the Process of Physical Culture and Sports Activities]. *Ucheny`e zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta* [Uchenye zapiski universiteta im. Lesgaft: scientific and theoretical journal]. 2016, no. 10 (140), pp. 224-228. (In Russian)
13. Yang Yun. *Ob`yasnenie prirody` sporta v kontekste teorii igr Zapadnoj filosofii* [Explanation of the nature of sports in the context of the theory of games of Western philosophy]. Nanjing ped. un-t, 2015. (In Russian)

Received 14 April 2023