

**БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА**

**НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
И СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ
СТУДЕНТОВ ВУЗОВ**

**Материалы
международной научно-практической
конференции**

**Республика Беларусь
Минск, 1–2 ноября 2018 г.**



**Минск
БГУ
2018**

УДК 613.71-053.8(043.2)

Редакционная коллегия:
В. А. Коледа (гл. ред.), *В. М. Куликов* (отв. ред.),
В. И. Новицкая, *С. В. Хожемпо*, *В. А. Овсянкин*, *Э. И. Савко*

Научно-методическое обеспечение физического воспитания и спортивной подготовки студентов вузов [Электронный ресурс]: материалы междунар. науч.-практ. конф., Респ. Беларусь, Минск, 1–2 нояб. 2018 г. / Белорус. гос. ун-т ; редкол.: В. А. Коледа (гл. ред.) [и др.]. – Минск : БГУ, 2018.

ISBN 978-985-566-663-0.

Издание составили материалы международной научно-практической конференции, посвященные теоретическим и практическим аспектам физической культуры и спорта. Представлены результаты практической, экспериментальной, научной и инновационной деятельности ученых, преподавателей и специалистов Республики Беларусь, Российской Федерации, Украины, Казахстана, Польши. Рассмотрены вопросы рационального использования средств физической культуры и спорта в физическом воспитании учащейся молодежи.

Адресуется преподавателям физической культуры, тренерам по спорту, специалистам в области оздоровительной, адаптивной физической культуры, магистрантам, аспирантам, научным работникам.

УДК 613.71-053.8(043.2)

ISBN 978-985-566-663-0

©БГУ, 2018

<i>Брановицкая А. А., Бутько А. В.</i> Роль социальной среды в процессе формирования здорового образа жизни студентов	72
<i>Будаев М. Л., Самуйлов Д. Н., Попроцкий В. С.</i> Динамика физической подготовленности студентов Белорусско-Российского университета занимающихся армрестлингом	77
<i>Бутько А. В., Цыркунова Г. М.</i> Формирование мотивации к самостоятельным занятиям физическими упражнениями студентов учреждений высшего образования	81
<i>Ворон А. В.</i> Определение педагогических условий для повышения эффективности процесса физического воспитания студентов в вузе технического профиля	86
<i>Загревская А. И., Сосуновский В. С., Русалева О. В.</i> Онтодидактика как основа развития кинезиологического потенциала студентов	91
<i>Залевский А. В., Епифанова Н. Н.</i> Самостоятельная работа студента и современные технологии физического воспитания	96
<i>Иваненко О. А.</i> Методические особенности построения и реализации программы дисциплины «Фитнес-технологии в спорте»	101
<i>Касаткина Д. В.</i> Основные виды скрытых барьеров к занятиям физической культурой и спортом у студенческой молодежи	105
<i>Кузнецова Н. Г.</i> Повышение функционального состояния студенток на основе применения элементов аквааэробики на занятиях по физической культуре	110
<i>Куликов В. М., Сафронова Н. И., Иванова И. В.</i> Физическое воспитание студентов в аспекте его исторического анализа	112
<i>Кулинкович Е. К., Лосева И. И.</i> Организационные проблемы физического воспитания студентов	124
<i>Купчинов Р. И.</i> Комплексная оценка функциональной подготовленности сердечно-сосудистой системы в физическом воспитании студентов	129
<i>Лигута В. Ф.</i> Потребностно-мотивационная сфера курсантов и слушателей как фактор повышения эффективности физической подготовки	134
<i>Львов Е. С., Пионка В. И.</i> Применение лазертаг-биатлона как одного из инновационных направлений физического воспитания студентов на историческом факультете	139
<i>Манина А. З.</i> Результативность использования круговой тренировки в процессе физического воспитания студентов	144
<i>Масловская Ю. И., Горбацевич А. В., Горбачева Ж. Е.</i> Анализ посещаемости занятий по учебной дисциплине «Физическая культура» студентами факультета журналистики БГУ	147

ОНТОДИДАКТИКА КАК ОСНОВА РАЗВИТИЯ КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА СТУДЕНТОВ

А. И. Загrevская, В. С. Сосуновский, О. В. Русалева

Национальный исследовательский Томский государственный университет,

Томск, Россия

A.Zagrevskaya@yandex.ru

Рассматривается один из возможных подходов к развитию кинезиологического потенциала человека с учетом его онтологических свойств. В качестве мотивационного механизма, побуждающего человека к преобразованию своих психо-телесно-двигательных качеств, предлагается построение психофизической Я-концепции.

Considered one of the possible approaches to the development of kinesiological potential of a man with regard to its ontological properties. As a motivational mechanism to encourage people to transform their psycho-physical-motor skills, proposed construction of psychophysical self-concept.

Ключевые слова: кинезиологический потенциал; Я-концепция; саморазвитие и самосовершенствование личности.

Keywords: kinesiological potential; self-concept; self-development and self-improvement of personality.

Традиционная дидактика в отличие от антропологической – это дидактика отстраненности от человека, рассматривающая его как емкость для наполнения знаниями. И ориентируется традиционная дидактика на теорию познания (на гносеологию), а не на природу человека (онтологию). Но потребляет человек и пользуется только тем, что выступает для него как «необходимое, существенное» [1].

В гуманитарном знании человек рассматривается как биосоциокультурная целостность, что указывает на целесообразность применения в педагогике онтодидактического подхода. Термин «онтодидактика» ввел в научный оборот А. А. Ляпунов (1973), который под онтодидактическим подходом понимал необходимость постижения в школах и вузах не только знаний, устоявшихся в культуре, но и новейших достижений науки, а также построения учебного процесса на задачной основе по большинству предметов, в том числе и гуманитарных. Задачный способ жизни он рассматривал как образование и онтологическое свойство человека. Онтодидактический подход обращен к бытию конкретного человека, к его помыслам и интересам, к его генетическим возможностям, психофизическим способностям, к формирующимся личностным установкам, ценностям [2].

Человеческая бытийность включает в себя его социальность и принадлежность к определенной культуре, его представления об идеальном и деятельностную созидательность, которые проявляются в его стремлении к трансцендентности. Именно трансцендентность человеческого существа, как его родо-

вое свойство, является побудительным стимулом его деятельностного начала и личностного развития, непрерывного постижения окружающего мира. Человек есть делатель, творческий создатель и окружающей действительности, и себя самого, своих психо-телесно-двигательных качеств [3].

Цель исследования заключалась в теоретическом обосновании саморазвития кинезиологического потенциала человека на основе онтодидактического подхода.

Методы исследования: анализ и синтез философской, психологической, педагогической, общенаучной литературы и элементов образовательного процесса, абстрагирование и конкретизация.

Результаты исследования и их обсуждение. В ходе исследования установлено, что человек, как биологический индивид (организм), характеризуется определенной конституцией, типом нервной системы, нейродинамическими свойствами мозга, разнообразными биологическими потребностями. На уровне биологического индивида (организма) самосознание дает возможность выделить свое физическое Я из окружающего мира, выстроить образ своего тела. Социальный индивид – способностью осваивать окружающий мир, овладевать знаниями, умениями, нормами и правилами поведения. На уровне социального индивида самосознание характеризует: принятие точки зрения другого на себя (что обо мне думают и говорят другие), идентификацию с родителями, усвоение стандартов выполнения действий, формирование самооценок, формирование половой, позже профессиональной идентичности, становление самоконтроля. Личность – способностью совершать выбор, строить свой жизненный путь, координировать свое поведение в системе отношений с окружающими людьми. На уровне личности самосознание характеризуется выявлением своей социальной ценности и смысла существования, формированием и изменением представлений о своем будущем, прошлом и настоящем.

Известно, что важнейшим мотивирующим фактором, побуждающим человека к деятельности, направленной на саморазвитие, самореализацию и самоактуализацию является наличие Я-концепции. В различных моделях человека, отражающих философско-методологический аспект познания человеческого Я в истории мировой науки, исследование Я-концепции личности осуществляется во взаимосвязи с решением проблем соотношения человеческого Я и Мира, субъекта и объекта, сознания и бытия, саморазвития и углубления самопознания, а также эволюции образа человека и раскрытия в нем потенциальных способностей.

Следует отметить, что Я-концепция является целостным образованием, все компоненты которого хотя и обладают относительно самостоятельной логикой развития, тесно взаимосвязаны. Она имеет осознаваемый и неосознаваемый аспекты и описывается с точки зрения содержания представлений о себе, сложности и дифференцированности этих представлений, их субъективной значимости для личности, а также внутренней цельности и последовательности, согласованности, преемственности и устойчивости во времени [4].

Современные мыслители (М. К. Мамардашвили, П. К. Симонов) рассматривают человеческое «Я-сознание» как продукт духовного «дозревания» субъекта, а не как природную данность.

С. В. Дмитриев (2011) справедливо отмечает, что для расширения сферы сознания не существует орудия более совершенного, чем человеческое тело. Через наше «живое тело» – *психосоматический геиштальт* – проходит раздел мира на Внутреннее и Внешнее, психотелесные и ментальные модальности существования человека. Психосоматика выступает в виде «пограничной полосы» между вне телесной (вне органической) реальностью мира и телесно-двигательным опытом, в который вовлечены все живые существа. Целостный взгляд на человеческий организм приводит к признанию того, что тело пронизано духом, который оживляет все деятельностное сознание. Физическая «телесность, восчувствованная изнутри», становится инструментом взаимодействия человека с миром вещей, природы, миром людей. Типы осознания тела (схема тела, телесное «Я», образ тела, телесные переживания) служат психосоматическими регуляторами поведения человека. Человек, лишенный телесного опыта и телесного отношения к самому себе, «мыслит, но не чувствует», отчуждает свое тело от личности. По М. М. Бахтину, это – «безмерный разрыв» между душой (которая мыслит) и телом (которое чувствует и действует) – [3].

Таким образом, актуализируется построение образа психофизического Я, как реального представления об уровне проявления своего кинезиологического потенциала.

Кинезиологический потенциал рассматривается в рамках метапредметного научного знания о движении и двигательной активности человека – кинезиологии и отражается в его психо-телесно-двигательных характеристиках. «Кинестеза» – это философская категория, означающая восприятие в сознании человека самого факта движения тела. Кинезиология в большей степени стремится к объяснению тесной взаимосвязи между движением мышц и духом человека. В широком смысле под кинезиологией понимают науку о движениях чувств, мыслей и мышц индивида. В философии спорта «кинестеза» означает духовные истоки телесной, физической активности как части всемирного порядка, космоса [5].

В ходе исследования установлена противоречивость взглядов на телесность и тело человека, на его смысл и ценность в процессе развития культуры. Однако, как справедливо отмечает И.М. Быховская, «...в каком бы ракурсе мы ни пытались представить человека – как «человека разумного» или как «человека играющего», как «человека социологического» или же «человека экономического»; какие бы акценты ни расставляли в процессе его познания ученые в зависимости от «эпох, культур и дат» и собственного разумения, реальный человек никогда не переставал быть «*homo somatis*» – «человеком телесным».

В современной культуре образ психофизического «Я» является очень важным образованием в целостной структуре личности, оказывающим влияние не только на эмоциональную и межличностную сферы, но и задающим динамику протекания объективных жизненных процессов индивида.

Кинезиологический потенциал человека (образ психофизического «Я») представляет собой сложный, системно функционирующий комплекс производства целенаправленных двигательных действий с заданными количественными и качественными характеристиками, в составе которого нами условно выделены следующие компоненты: психологический, двигательно-координационный, биомеханический и морфофункциональный [5].

Построение кинезиологической Я-концепции (образ психофизического Я) как мотивационного фактора осуществлялось в соответствии со следующим алгоритмом:

- самопознание своего кинезиологического потенциала (психофизических качеств, психомоторных способностей и т. д.) на основе его изучения (когнитивный компонент Я-концепции);
- самооценка кинезиологического потенциала на основе диагностики уровня его проявления (оценочный компонент);
- моделирование идеального образа психофизического Я;
- саморазвитие и самосовершенствование кинезиологического потенциала в соответствии с идеальным образом психофизического Я.

В психолого-педагогической литературе самопознание рассматривается как процесс познания себя, своих потенциальных и актуальных свойств, личностных и интеллектуальных особенностей, отношений с другими людьми, поведенческих характеристик, осуществляемый как во внешнем, так и во внутреннем мире [4]. В контексте нашего исследования субъект осуществляет самопознание своих психомоторных способностей, психофизических качеств, т.е. уровня проявления кинезиологического потенциала, на основе которого формируются знания о своем психофизическом Я и представление о своих двигательных способностях и возможностях.

Затем субъект оценивает реальные результаты самопознания психомоторных качеств и способностей, сравнивает их с результатами других людей, с нормативными данными, образцами и т. д. Запускается механизм рефлексии, благодаря которому становится возможным осознание и регуляция своей жизнедеятельности. В ходе рефлексии выявляется степень рассогласования реального «Я - психофизического» с идеальным его образом и возникает внутриличностный конфликт, который представляет собой внутриличностное противоречие, воспринимаемое и эмоционально переживаемое человеком как значимая для него психологическая проблема, требующая своего разрешения и вызывающая внутреннюю работу сознания, направленную на его преодоление.

Чаще всего в конфликт вступают следующие структуры внутреннего мира человека [4]:

- мотивы – «хочу» (потребности, интересы, желания);
- ценности – «надо»;
- самооценка – «могу».

Следует отметить, что ситуация внутриличностного напряжения и противоречивости в адекватной степени не только естественна, но и необходима для развития и совершенствования самой личности. Без внутренних противоречий не может осуществляться никакое развитие, а там, где есть противоречия, есть

и основа конфликта. И если внутриличностный конфликт протекает в рамках меры, он действительно необходим, ибо недовольство собой, критическое отношение к собственному «Я», как мощный внутренний двигатель, заставляет человека идти по пути самосовершенствования и самоактуализации, тем самым, наполняя смыслом не только свою собственную жизнь, но и совершенствуя мир. Только в конфликте человек может реально отделить свое Я от не-Я, и в этом безусловна педагогическая ценность конфликта. Поэтому многие исследователи внутриличностного конфликта совершенно обоснованно рассматривают продуктивный внутриличностный конфликт как важный способ профессионального развития и совершенствования личности. Продуктивным (конструктивным) является конфликт, который характеризуется максимальным развитием конфликтующих структур и минимальными личностными затратами на его разрешение, позитивно влияющим на структуру, динамику и результативность внутриличностных процессов и служащим источником саморазвития и самосовершенствования личности [3].

В **заключении** отметим, что саморазвитие – это фундаментальная способность человека становиться и быть настоящим субъектом своей жизни, изменять собственную жизнедеятельность, творчески преобразовывая ее. Саморазвитие кинезиологического потенциала осуществляется в рамках жизнедеятельности человека в процессе проявления субъектной двигательной активности, определяемой способностью осуществлять личностный выбор на основе познания своих двигательных способностей и возможностей. Саморазвитие кинезиологического потенциала необходимо рассматривать как непрерывный процесс, в котором под влиянием определенных мотивов ставятся и достигаются конкретные цели посредством изменения собственной деятельности и поведения. Процесс сознательного и систематического развития своего кинезиологического потенциала в целях совершенствования его ранее приобретенных и развитие новых психомоторных свойств личности рассматривается нами как самосовершенствование.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

1. *Новичков В. Б.* Антропологическая дидактика: проблемы и перспективы // Наука и школа. № 4. 2015. С.57– 63.
2. *Ляпунов А. А.* Образование и наука. Проблемы онтодидактики [Текст]. Новосибирск : НГУ, 1973. 356 с.
3. *Дмитриев С. В.* Социокультурная теория двигательных действий человека: спорт, искусство, дидактика. Н. Новгород : НГПУ, 2011. 359 с.
4. *Аганов В. С.* Становление Я-концепции в управленческой деятельности руководителей : дис. ... д-ра психол. Наук. М., 1999. 495 с.
5. *Загребская А. И.* Актуализация кинезиологического потенциала студентов в условиях физкультурно-спортивного образования // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2015. № 1. С. 28–30.