(cc) BY

Тимошков Егор Викторович
магистрант
Чернышев Виктор Петрович
канд. пед. наук, профессор
ФГБОУ ВО «Тихоокеанский государственный университет»
г. Хабаровск, Хабаровский край

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ВУЗЕ

Аннотация*: в статье рассматривается нестандартная методика расширения объема двигательного потенциала спортсмена за счет моделирования экстремальных ситуаций, исключающих возможность автоматического воспроизведения опыта.*

Ключевые слова*: образование по физической культуре, навык, нестандартный подход.*

Идеальное образование не только мечта народов всех культур и эпох, но и гарантия самосохранения данного конкретного сообщества. Различные эпохи и культуры вкладывали в это понятие совершенно различные смыслы. Объединяет это различие определений, значений, коннотаций одно абсолютно общее всем свойство образованного человека – он превратил с помощью труда свои природные задатки в нечто, что признается ценностью как минимум в данном сообществе. Признание может иногда даже принести гонения или смерть образованному человеку, но и это признание суммы его природных задатков и неистового труда по их культивированию.

«И то, что более древнее словоупотребление называет «совершенным образованием» в области телесных феноменов, – это ведь не последняя стадия развития, сколько состояние зрелости, которое оставило позади всякое развитие и обеспечивает гармоническое движение всех членов» [1, с. 56]. Образование по физической культуре и спорту стоит особняком в ряду учебных дисциплин в современном образовательном пространстве. Эта его неординарная позиция

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

обусловлена принципиальной невозможностью свести процесс образования к той или иной образовательной конвенции или, строго говоря, отнести его к области естественнонаучного знания или отдать приоритет гуманитарной составляющей. Немало специалистов склонны относить спорт и образование в области физической культуры к искусству, основания для чего очевидны. В этой статье мы не будем разбирать топику процесса образования по физической культуре в современном обществе, так как это большой отдельный вопрос, требующий особого подхода и инструментария. Целью данной статьи стало теоретическое обоснование не просто участия сознания, образованного определенным образом в выполнении конкретных двигательных действий, а доказательство возможности образовывать сознание и разум для развития тела и доказательство обратной высокой корреляционной зависимости между «образованным» телом и разумом.

Каждый живущий на земле индивид, включая знаменитого литературного персонажа Робинзона Крузо, встречает на пути своего взросления ряд оформленных субстанций, которыми он должен и желает овладеть чтобы, пусть даже на минимальном уровне, уметь определять свое местоположение в данной культуре. Такие субстанции как язык, система верований и система питания, традиции продолжения рода не только становятся по мере взросления частью отдельного индивида, в определенной мере правомочно говорить, что он сам состоит из этих субстанций, превращающихся по мере присвоения и усвоения в органы. И во всех овладениях субстанциями, во всех взаимодействиях с традицией участвует в качестве полноправного члена тело человека. Особенность владения этой субстанцией в том, что оно не приобретается путем трудовой деятельности, а дается человеку как дар, причем дар не выбираемый.

Человек, получив собственное тело в дар, обычно лишен рефлексивного переживания с этим предметом на уровне осознания сущности полученного. Как член определенного сообщества он бесконечно сопоставляет собственное тело с традиционным каноном приемлемости, принятым в данной культуре [3]. Полученные вместе с телесной оболочкой природные задатки культивируются (взращиваются) исключительно с ориентацией на утилитарную значимость.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Развивается только то, что нужно в первую очередь только сообществу и до такого уровня, который данное сообщество поощряет и ценит. Известно, например, что св. Бенедикт, известный своим ревностным служением богу, крайне негативно относился к крепкому телесному здоровью монахов, так как считал такое здоровье помехой и искушением на пути избранного служения, а древнем Китае маленьким придворным девочкам специально уродовали стопы ног, чтобы они соответствовали принятому канону красоты императорского дворца. Искусственное изменение тела человека для нужд общества, распространенная практика во многих культурах, и сегодня молодые люди готовы порой на весьма рисковые эксперименты с собственным телом ради одним им известным целям.

В любом случае, образование тела и образование разума это две отдельные ипостаси бытия. Традиционно тело рассматривается как субстанция, трансформационное развитие которого осуществляется не через осознанный труд, а либо естественным путем, либо через принудительную дрессуру. Виртуозом, мастером, считается тот представитель культуры, который сумел сделать из собственного тела идеальный инструмент для достижения искомого результата. Исключением, пожалуй, в этом длинном ряду, были древние греки, ставившие тело и разум на одну плоскость значимости с высокой степенью взаимопересечения того и другого. Возможно, это было связано с рабовладельческим характером общественно-политической формации древней Эллады и, соответственно, перераспределению ряда образовательных технологий между рабами и свободными гражданами.

А. Бергсон [2] писал, что реакция живого организма на внешние раздражители во многом зависят от архива памяти, куда упакованы возможные варианты ответной реакции. Если, при этом, раздражитель незнаком, то ответная реакция замедляется, в центральной нервной системе идет бешеный перебор вариантов адекватного ответа и если таковой не будет найден вовремя, особь, подвергшаяся воздействию, рискует своим существованием. После идентификации угрозы и выбора варианта ответа, в действие вступают рецепторы периферической нервной системы, обеспечивающие такое сокращение мышц, которого достаточно

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

для купирования угрозы. Если подобные раздражители встречаются регулярно, деятельность сознания «засыпает», ответ совершается автоматически, с минимальной затратой энергии.

В жизни современного человека подавляющее количество реакций предсказуемы и работают в автоматическом режиме. Это факт. Тем не менее, мы предположили, что даже при возникновении не стандартной ситуации, сознание, перманентно находящееся в сомнамбулическом состоянии, не может быстро из него выйти. Мы считаем возможным называть такое пассивное состояние сознания сомнамбулическим, поскольку оно не способно практически ничего предложить периферическим системам обеспечения жизнедеятельности для формирования адекватного ответа. Существуют ли методики «пробуждения» сознания, наработка умного двигательного интеллекта? Ведь постоянно находиться во взведенном состоянии невозможно в силу утомляемости систем и органов.

В ходе многолетней тренерской деятельности, эмпирическим путем, нами была найдена и апробирована методика с условным названием «разбуженный разум». Известно, что в спортивной деятельности быстрота реакции, доведенная до автоматизма, часто является залогом победы. Меньше внимания обращается на ситуации, когда стандартизированный ответ на раздражение, если оно выходило за рамки привычного, приводят к дисгармоничному ответу. Историю, как говорится, пишут победители, для проигравших нет места на пьедестале. Суть методики «разбуженный разум» заключается в выполнении двигательного действия вопреки привычной логике автоматизированной реакции. Испытуемый должен сломить волевым усилием сопротивление тела в выборе траектории двигательного действия и найти другой способ выполнения упражнения. Как правило, особенно для начинающих спортсменов, вне зависимости от специализации, такое «насилие» над привычкой дается с трудом и вызывает раздражение. На наш взгляд состояние раздражения в связи с утратой использовать имеющийся опыт, является творческим и продуктивным в смысле накопления вариативности двигательного арсенала индивида. Придержать ответную реакцию не значит увеличить время на выполнение двигательного действия и тем самым

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

проиграть состязание, требование активного поиска вариантов ответа мобилизует нервную систему на работу в экстремальных условиях.

Таким образом, проведенные исследования осмысленной активизации интеллектуальной деятельности в период выполнения спортивных упражнений расширяет тренировочный эффект и общую двигательную базу спортсмена.

Список литературы

1. Гадамер Х.-Г. Истина и метод: Основы философской герменевтики / Пер. с нем.; общ. ред. и вступ. ст. Б.Н. Бессонова. – М.: Прогресс, 1988. – 704 с.

2. Бергсон А. Творческая эволюция. Материя и память / Пер. с фр. – Мн.: Харвест, 1999. – 1408 с. – (Классическая философская мысль).

3. Запесоцкий А.С. Философия и социология культуры: монография. – СПб.: Санкт-Петербургский гуманитарный университет профсоюзов. – М.: Наука, 2011. – 816 с.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)