

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ



*Михайлов Н. Г., – к.п.н.,
доцент ПИФК, Москва*

Ключевые слова. образовательное пространство, физическое воспитание, инновационные технологии, мотивация, физические упражнения.

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы психологического сопровождения физического воспитания. Эффект достигается посредством реализации инноваци-

онной концепции физической культуры в образовательном пространстве, которое насыщается традиционными и инновационными технологиями физического воспитания.

Известно, что вопросы психологической подготовки разрабатывались для обеспечения подготовки спортсменов различной квалификации [1-4], а проблемы психологического сопровождения процесса физического воспитания подрастающего поколения привлекли внимание исследователей лишь в последнее время [4, 5, 6]. К необходимости обращения к психологическому сопровождению привели два обстоятельства.

Во-первых, из практики работы образовательных учреждений известно, что за годы обучения у большинства учащихся ухудшаются показатели здоровья, увеличивается количество отклонений в здоровье школьников, в том числе и в состоянии психики [9].

Во-вторых, всё большее распространение получает киберспорт, основная особенность которого – это управление движениями и действиями человека в виртуальном мире. При этом из практики физического воспитания исчезает или значительно снижается фактор физической нагрузки, который сопровождает любые традиционные физические упражнения. Зато существенно возрастает психологическая нагрузка на играющего человека, свя-

занная с необходимостью повышения эффективности принятия решений.

Во-третьих, как указывают американские специалисты Р.С. Уэйнберг, Д. Гоулд [6] психическое здоровье населения напрямую зависит от занятий физическими упражнениями. Отечественные учёные рассматривают психологию здоровья как науку о психологических причинах здоровья, о методах и средствах его сохранения и укрепления [7]. Так, например, В.А. Родионов [8] подчёркивает необходимость актуализации формирования психологии здоровья как средства профилактики физического здоровья подрастающего поколения в работе педагогов.

Отсюда вытекает актуальность поиска и разработки методов психологического сопровождения физического воспитания. Вместе с тем эта сфера исследований нуждается в дальнейшем развитии, поскольку в практике физического воспитания появляются как новые виды двигательной деятельности, так и происходит проникновение различных видов образцов движений в практику выполнения физических упражнений. Например, появились компьютерные устройства, позволяющие

моделировать технику выполнения определённых движений при игре в теннис, футбол, гольф и другие виды спорта, стоя перед экраном монитора.

Отметим, что основная цель процесса физического воспитания состоит в формировании личной физической культуры ученика, которая реализуется в рамках нового образовательного стандарта для общеобразовательной школы. Он предусматривает создание важных условий осуществления права учащегося на образование и реализуется в рамках единого федерального образовательного пространства [10].

Для создания условий по реализации физического воспитания предложена теоретическая модель, которую условно обозначим как информационно-образовательное пространство физической культуры (Рис. 1).

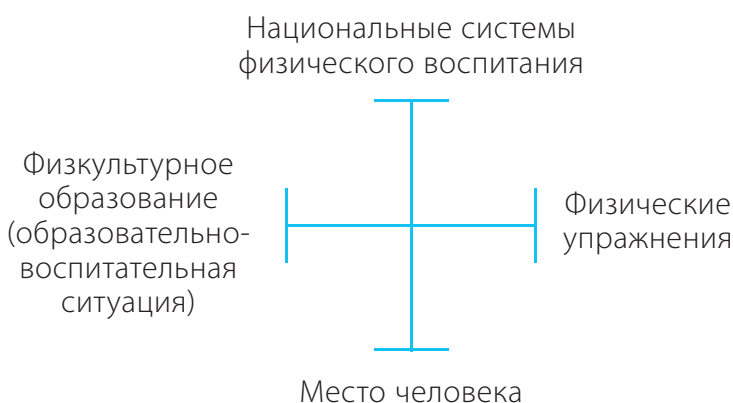


Рис. 1. Теоретическая модель информационно-образовательного пространства физической культуры (сит, %)

Как всякое пространство информационно-образовательное пространство задаётся системой координат. Вертикальная ось представляет собой ось смыслообразования, которая устанавливает границы между направлениями деятельности в пространстве физической культуры, а горизонтальная ось, ось районирования, организует деятельность по осознанию, идентификации физических упражнений в жизни человека, выбор направленности их использования.

Информационно-образовательное пространство задаётся определёнными границами, которые позволяют отнести это пространство к образовательным. Крайние элементы информационно-образовательного пространства представляют собой национальные системы физического воспитания и место

человека по оси смыслообразования, а на оси районирования – физкультурное образование и физические упражнения.

Горизонт районирования обозначает физкультурное образование, заданное на определённой территории и ограничивающее определённое место в физическом пространстве. Физкультурное образование рассматривается как системное освоение человеком рациональных способов управления своими движениями, приобретение необходимого в жизни фонда двигательных навыков. Оно упорядочено, выстроено в определённой последовательности в зависимости от возрастных и физических возможностей человека.

Физкультурное образование подразумевает весь процесс формирования организма и личности, в том числе и особо под влиянием специально организованного воздействия, включающего образовательно-воспитательную ситуацию, в ходе которой это воздействие осуществляется. Физкультурное образование соединяет в себе физическое и интеллектуальное, нравственное и эстетическое воспитание.

Физические упражнения, ограничивающие ось районирования с другой стороны, классифицированы по определённым признакам воздействия на организм человека и включаются в процесс физкультурного образования в соответствии с педагогическими задачами. Они влияют на взаимодействие учителя и ученика и определяют возможности физического развития последнего в пространственно-временных координатах, т.е. меняются в зависимости от возрастного периода жизни. Распределение физических упражнений в горизонте районирования по объёму занимаемого физического пространства определяют возможности самостоятельного их использования для самосовершенствования человека.

По оси смыслообразования информационно-образовательное пространство ограничено национальными системами физического воспитания, которые включают в себя опыт различных народов по использованию средств физического воспитания для адаптации человека на определённой территории. Национальные системы физического воспитания задают ценности, нормы и возрастные требования к физическому развитию человека, направляют процесс его социализации.

Для них характерны определённые принципы, в соответствии с которыми организуется образовательное пространство.

В национальной системе физического воспитания существует своя система правил, которая задаёт границы образовательного пространства посредством подбора определённых физических упражнений и аккумулирует знания по их применению в подготовке к жизнедеятельности и профессиональной деятельности, в частности. Для государственной системы образования существуют правила высшего порядка, которые задаются государственными стандартами, указами Президента и постановлениями правительства нашей страны. Национальные системы физического воспитания определяется теми педагогическими смыслами, которые в данный исторический период доминируют в культуре, задаётся представлениями о человеке, о его месте в мире.

Другой край информационно-образовательного пространства опирается на место человека, через которое оно и раскрывается. Место человека, по мнению исследователей этого вопроса, само является пространством, в котором раскрываются возможности совершенствования человека. Место человека – это личностно-значимое пространство его собственного бытия. Место человека является как бы входом в образовательное пространство, через которое человек осваивает опыт социализации человечества по приспособлению к природному окружению, культурные ценности, способствующие его самосовершенствованию.

По мнению ряда исследователей, место человека созвучно понятию «психологическое пространство личности» [11]. Психологи выделяют такие измерения психологического пространства личности как «физическое тело, территория, личные вещи привычки, друзья и вкусы, которые отражают физические, социальные и духовные аспекты человеческого бытия» [12]. Физической основой психологического пространства и одновременно инструментом созидания является тело человека.

Поэтому необходимо в данной модели опереться на инновационную модель физической культуры, которая позволяет по-новому взглянуть на организацию физического воспитания. Инновационная модель рассматривает физическую культуру как слагаемое трёх составляющих культуры здоровья, культуры двигательного действия и культуры телосложения.

Отсюда следует иной подход к определению места человека в информационно-образовательном пространстве. Оно предполагает иную мотивацию движения в таком пространстве, когда человек опирается на основные ценности физической культуры, заявленные в виде полноценного здоровья, набора жизненно необходимых и профессиональных двигательных навыков и красоты тела.

При таком подходе процесс физического воспитания рассматривается как многоступенчатый, ориентированный на общую цель образования в области физической культуры. Общую цель определяется как формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения здоровья, оптимизации собственной трудовой деятельности в динамично складывающихся социально-экономических условиях, способной осуществлять непрерывное движение к целостности личности.

Соответственно цель Культуры здоровья определяется в виде формирования представлений человека о средствах и методах сохранения и укрепления физического, психического и социального здоровья. Формирование гармонично развитой личности в значительной степени базируются на здоровье человека, которое позволяет достигать такого развития. В случае нарушения состояния здоровья добиться гармоничного развития личности не удаётся, поскольку нарушения здоровья обычно влекут значимые изменения в самом организме человека и его социальном положении.

Общая цель Культуры двигательных действий формулируется как деятельность по приобретению человеком жизненно необходимых и профессионально ориентированных двигательных действий. Культура телосложения определяется деятельностью, которая направлена на формирование телосложения и физическое развитие человека.

В соответствии с этими определениями можно сформулировать подцели физического воспитания на разных этапах физического воспитания. Например, целью физического воспитания у детей дошкольного возраста является:

- формирование школы жизненно важных двигательных действий в рамках Культуры двигательных действий;
- формирование представлений об основах

здорового образа жизни и правильной осанке в рамках Культуры здоровья;

- осуществление двигательной деятельности с общеразвивающей направленностью для подготовки детей к обучению в школе в рамках Культуры телосложения.

Аналогичным образом могут быть сформулированы подцели и для других возрастных периодов жизнедеятельности человека. Такое определение целей меняет направленность процесса физического воспитания в сторону самосовершенствования человека и требует подбора соответствующих методов, позволяющих достигать поставленных целей. В информационно-образовательном пространстве это достигается путём введения в образовательно-воспитательную ситуацию современных технологий образования. В физическом воспитании наиболее востребованными являются педагогические, игровые и информационные технологии. Их состав отражает специфику процесса физического воспитания и позволяет наиболее полно воздействовать как на физическое тело человека, так и на его духовное развитие.

Не умаляя значения традиционных средств физического воспитания, опишем некоторые инновации, которые значительно усиливают возможности адаптации человека к окружающему его миру. В первую очередь в информационно-образовательном пространстве должны получить распространение универсальные технологии, которые могут оказывать влияние на состояние человека независимо от его желания. Они используются для коррекции состояния здоровья в различных жизненных ситуациях, включая и экстремальные. К таким технологиям относится использование идео-рефлекторных приёмов, разработанных в рамках метода «Ключ» [13-16]. Эта технология даёт возможность регулировать психо-эмоциональное состояние человека в различных ситуациях, связанных с проявлением стресса. Выполнение идео-рефлекторных движений гармонизирует состояние человека, приводя в соответствие физиологическое состояние органов и систем тела человека и состояние его психики [17]. В то же время эта технология позволяет активизировать и творческие способности человека, которые связаны с его духовным развитием. Эта технология может использоваться как средство создания представлений о правильной технике выполнения физических упражнений и как средство формирования культуры двигательных действий.

Среди других технологий упомянем технологию скрининга состояния здоровья при помощи метода Медискрин, основанного на автоматизированном измерении электропроводности в биоактивных точках тела человека. В частности, эта технология может послужить средством педагогического контроля физического воспитания, дающего полную информацию в режиме реального времени о состоянии органов и систем тела человека. Она предусматривает расчёт ряда коэффициентов, которые характеризуют возможности адаптации организма к воздействию внешних и внутренних факторов. Использование этой технологии позволяет человеку иметь постоянную информацию о состоянии своего здоровья и менять направленность занятий физическими упражнениями в зависимости от этого состояния.

Насыщение информационно-образовательного пространства физической культуры инновационными технологиями невозможно без современных информационных технологий. Они позволяют работать уже в виртуальном пространстве, моделируя новые движения, раскрывая новые возможности при обработке, хранении и использовании значительных объёмов информации. Это и современные автоматизированные рабочие места учителя физической культуры, тренера, которые ещё предстоит создать на основе новейших разработок отечественных учёных. Это и технологии работы с интернетом, позволяющим ускорить обмен информацией среди участников процесса воспитания. Всё это заставляет по-новому взглянуть на психологическое обеспечение работы в информационно-образовательном пространстве системы физического воспитания подрастающего поколения.

Таким образом, разрабатывая новые подходы к организации физического воспитания подрастающего поколения, необходимо использовать как традиционные средства и методы физического воспитания, усиливая их действие посредством внедрения современных технологий, позволяющих получать, хранить и обрабатывать информацию о состоянии человека и динамике изменения его состояния в процессе физического воспитания. Организация информационно-образовательного пространства позволяет усилить мотивацию к занятиям физической культурой и таким образом способствовать улучшению состояния психического и физического здоровья.



Литература.

1. Пуни А.Ц. Очерки психологии спорта / Пуни А.Ц.- М.: ФиС, 1959. - 308 с.
2. Рудик П.А. Психологическая структура спортивной деятельности: Лекция для студентов ин-тов физ. культуры / Рудик П.А.; ГЦОЛИФК. - М., 1980. - 39 с.
3. Сопов В.Ф. Психологическая подготовка к максимальному спортивному результату. – Самара: СГПУ, 1999. – С.10.
4. Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта: Учебник для вузов. – М.: Академический проект; Фонд «Мир», 2004. – С.5.
5. Ильин Е.П. Психология физического воспитания: Учебник для институтов и факультетов физической культуры: 2-е изд., испр. И доп. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И.Герцена, 2000. – 486 с.
6. Уэйнберг Р.С., Гоулд Д. Основы психологии спорта и физической культуры. – Киев: изд-во «Олимпийская культура», 2001. – С.287.
7. Ананьев В.А. Психология здоровья – базовая отрасль первичной профилактики нервно-психических психосоматических расстройств и девиантных форм поведения в школах // Адаптивная физическая культура . – 2002. - №3.
8. Родионов В.А. Основы психологии здоровья в профилактической работе педагога: Учебно-методическое пособие. – М.: МГПУ, 2010. – 102 с.
9. Справка Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации по вопросу «О состоянии и перспективах развития системы физического воспитания и спорта в общеобразовательных учреждениях»//Спорт в школе: актуальные проблемы /Библиотечка журнала «Вестник образования России». – 2009, №6. – С.30-50.
10. Концепция федеральных государственных образовательных стандартов общего образования: проект / Рос. акад. образования; под ред. А.М. Кондакова, А.А. Кузнецова. – М.: Просвещение, 2008. – 39 с.
11. Борисенков В.П., Гукаленко О.В., Данилюк А.Я. Поликультурное образовательное пространство России: История, теория, основы проектирования: монография / В.П. Борисенков. – М.: Изд-во ООО «Педагогика», 2006. – 464 с/
12. Нартова-Бочавер С.К. Понятие «психологическое пространство личности»: обоснование и прикладное значение // Психологический журнал.- 2003. – Т.24. - №6 – С. 31.
13. Алиев Х.М. Патент №1785711.
14. Алиев Х.М. Патент №2041721.
15. Алиев Х.М., Холмогорова В.М. Метод управляемой психофизиологической саморегуляции «Ключ» - основа методического обеспечения психологической безопасности детей в экстремальных ситуациях. – В материалах первой международной научно-практической конференции «Психология образования: проблемы и перспективы». – М., 2004. – С. 413-414.
16. Алиев Х.М. Ключ к себе. Разблокирование скрытых возможностей / Хасай Алиев. – М.: Вече, 2008. – 128 с.
17. Алиев Х.М., Михайловская С.М. К проблеме саморегуляции // Психологический журнал АН СССР. – Том 7. – № 3. – 1986. – С. 119-120.

