

ВЗАИМОСВЯЗЬ СОВРЕМЕННЫХ НАПРАВЛЕНИЙ РАЗВИТИЯ ОБЩЕСТВА НА ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ



Светлана Николаевна Карпова

*Санкт-Петербургский государственный университет аэрокосмического приборостроения
Санкт-Петербург, Россия
Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого
Санкт-Петербург, Россия*

*Кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания и спорта
Кандидат педагогических наук, доцент кафедры
физической подготовки и спорта
тел.: +7(921)985-49-69, e-mail: karпова090878@mail.ru
ORCID 0000-0002-6874-2217*

Аннотация. Современный темп развития мира ускоряется многократно из года в год, и действительность во круг нас стремительно изменяется. Профессия педагога является одной из тех, которую этот процесс затрагивает во всей полноте. Таким образом, работая с молодым поколением в сфере образования, на преподавателя ложится большой груз ответственности по грамотному приёму, передаче, анализу, обобщению новых данных. Актуальность данной статьи обусловлена наличием определённых противоречий. С одной стороны, в организме человека заложена необходимость движения. Мы на протяжении всей жизни задействуем двигательные действия, без этого невозможно наше существование. С другой стороны, современные тенденции развития общества не способствуют активным двигательным проявлениям в повседневной реальности. Кроме того, легкодоступной является некачественная информация по достижению определённых эффектов, связанных с разнообразными тренировочными режимами, что также пагубно влияет на здоровье молодого поколения. Создавать планомерные продуктивные занятия по физической культуре, учитывая современные направления развития общества – задача специалистов по физическому воспитанию. От их включённости данный процесс будет зависеть общий уровень жизни, здоровья у всех категорий занимающихся, в особенности у лиц с ограниченными возможностями здоровья, которых становится с каждым годом всё больше. В ходе воспитательного процесса для достижения оптимального эффекта на занятиях по прикладной физической культуре главной задачей является необходимость объективной оценки физического и психологического состояния студентов. Только при соответствии их оптимальным показателям возможны положительные сдвиги в организме молодых людей. Поэтому в статье также кратко разобран механизм и условия, при котором занимающиеся смогут в короткий срок достичь оздоровительного тренировочного эффекта от занятий.

Ключевые слова: современные направления, развитие общества, воспитательный процесс, физическая культура.

Для цитирования: Карпова С. Н. Взаимосвязь современных направлений развития общества на воспитательный процесс в области физической культуры // Культура физическая и здоровье. 2022. № 4 (84). С. 94-97. DOI: 10.47438/1999-3455_2022_4_94.

Введение

Современный темп развития мира ускоряется многократно из года в год. И, наверное, сложнее всего в этом потоке информации, педагогам, поскольку приходится в короткое время воспринять новое. Не только услышать, увидеть, прочувствовать, а переработать, постараться получить отклик на происходящие изменения из других сфер деятельности. Времени на анализ, как правило, бывает очень мало, поскольку для осознания всей глубины протекания процессов необходимы наблюдения, размышления [Башкин В.М., 2011; Кабанов А.А., Башкин В.М., 2012; Карпова С.Н., Журавлев А.А., 2020].

Предметная область физической культуры заметно отличается от интересов других дисциплин. Объясняется это соприкосновением со знаниями из различных областей науки, прикладных дисциплин: анатомии, физиологии, психологии, биохимии, биоме-

ханики, педагогики, гигиены и т.д. Современные сведения могут касаться всего многообразия направлений. Преподаватель находится в непосредственном контакте на занятии с учащимися, имея возможность воздействовать на студента, используя намного больший круг методических приемов, нежели на любом другом предмете [Карпова С.Н. 2019; Карпова С.Н. 2021]. Не следует также забывать, что процесс усвоения информации учениками происходит под другим углом, нежели в аудитории за партой, поскольку, подвергаясь физической нагрузке, студенты находятся в соответствующем психофизиологическом состоянии. На лекционном предмете «Физическая культура» возможно более углубленное рассмотрение современных тенденций развития общества и соотнесение новых данных с ранее уже имеющейся информацией [Болотин А.Э., Бакаев В.В., 2014].

Методы и организация исследования

В эпоху информационного общества не стоит забывать и о простом, человеческом общении [Карпо-

ва С. Н., Журавлев А. А., Башкина Т. А., Борисенко А. А., 2018]. Донесения важной информации не только через определения, порой сложные для восприятия студента, а использование простых примеров, дружеского, теплого, доверительного общения. Не стоит опасаться предстать перед студентами в чем-то некомпетентными. Педагог, как и любой другой человек, все знать просто не может. Но стремление преподавателя что-либо перенять и у обучающегося, в том числе, оценивается студентами достаточно высоко, вызывая в свою очередь, заинтересованность и взаимопонимание. А на этой почве рождается качества, необходимые для обучения и творчества – доверие, сотрудничество, дружба.

Обязательно стоит отметить в очередной раз, что одной из приоритетных задач педагога по физической культуре, направленной на оздоровление занимающихся, является создание положительной психологической обстановки в отношениях преподаватель-студент, студент-студент, а также позитивного отношения к средствам физической культуры, из которых основное – физическое упражнение.

Для успешного осуществления данной задачи важным является последовательное выполнение некоторых эффективных действий, принцип которых основан на взаимодействии работы всех органов человека, поскольку наш организм действует как единое целое. Данный аспект известен уже многие годы [Диспенза Д., 2022; Кабанов А. А., Башкин В. М., 2012], однако, если он и учитывается педагогами в работе, то по большей части эти моменты применяются на интуитивном уровне, а не на основе теоретических знаний, закрепленных практикой. А поэтому, и применяется не на постоянной основе и не ко всем областям знаний. В основе упомянутой техники лежат следующие важные аспекты.

Применяя разнообразные психолого-педагогические условия [Башкин В. М., 2009, Карпова С. Н., 2019] необходимо активировать ранее полученные и вновь сформированные новые знания, связанные с двигательной активностью. Стоит обязательно отметить, что для более осознанного отношения студентов к занятиям на первоначальном этапе обязательным является информирование студентов о физиологических процессах, протекающих в организме вовремя, после завершения упражнений и по прошествии нескольких часов, дней.

Далее, воплотив информацию в двигательное действие, сфокусировать внимание занимающихся на эмоции, которая появляется в момент выполнения и после двигательного действия [Диспенза Д., 2022; Ким С. И., Башкин В. М., Павлова Л. П., 1996]. На этом этапе крайне важным является применение средств и методов, при использовании которых появляется именно положительная эмоция. К таким средствам и методам можно отнести, к примеру, разнообразные подвижные игры, эстафеты, упражнения на координацию и др. [Карпова С. Н., Журавлев А. А., 2018]. Такой выбор объясняется повышенной эмоциональностью при их использовании. В это время в организме вырабатывается определенная химическая среда, соответствующая положительному эмоциональному состоянию человека.

При любой деятельности необходимо учитывать, что наш организм действует как единое целое. Постоянной является связь разум – тело – разум. В идеальном состоянии действия разума и тела не противоречат друг другу. Та информация, которая появляется в головном мозгу, обрабатываясь, передается в тело. Ощу-

щения от тела постоянно передаются в разум. Этот круг неразрывен.

Результаты

Получая положительные ощущения от происходящего на занятиях, включая двигательные действия и теоретическую информацию, в мозг поступают сигналы от тела, в клетках которого химический состав, соответствующий положительной эмоции занимающегося. Человек думает о физических упражнениях как о приятных, положительных действиях, постепенно начиная испытывать потребность в них, так как тело будет стараться поддерживать уже знакомый химический состав.

Через определенное время, когда какой-либо аспект заучен до такой степени, что он не нуждается в постоянном контроле разума, его выполнение становится автоматическим, и переходит под контроль подсознательной системы. В результате на практике у занимающегося получается сформированное состояние, при котором он нуждается в двигательной активности на подсознательном уровне.

Таким образом, для достижения оздоровительного тренировочного эффекта от занятий, необходимым является взаимодействие выполняемой физической нагрузки с психологическим состоянием занимающихся. И соответственно, важнейшей задачей преподавателя будет создание таких условий в течении обучения в вузе по предмету прикладная физическая культура, которые приведут к достижению у занимающегося такого состояния, при котором он нуждается бы в двигательной активности на подсознательном уровне, в появлении у студента бессознательного стремления к движению, иными словами, формирование привычки заниматься физической активностью.

Выводы

Работая с самыми молодыми взрослыми людьми, преподавателю необходимо быть что называется на острие всего самого нового, передового, интересного. Его ученики-студенты, обладая уже сильно развитым к этому возрасту критическим мышлением, моментально распознают, улавливают, чувствуют несоответствие, несоответствие того, что происходит в мире с тем, что, как им преподносит педагог. И, как следствие, будет рождаться недоверие, а на этой почве, практически никакие знания невозможно будет донести до воспитанника. И повлиять также будет невозможно на молодых людей.

Поэтому, такой шанс, как воздействовать на умы молодого поколения упускать нельзя. Необходимо включаться в современные направления, касаемые не только своей непосредственной специальности. Учитывая скорость потока информации на сегодняшний день, задача эта совсем не из простых. Необходимо научиться избирательно выделять самые актуальные тенденции, далее проработав их, подвергнув анализу, критике, предоставить на обсуждение обществу, среди которой будут и наши студенты. Позволить им вместе размышлять, вычленив главное, второстепенное, подвергнуть сомнению и вновь рассуждать. В этом процессе возможно рождение некоего глубокого, тонкого, но вместе с тем очень важного, значимого.

Конфликт интересов

Автор декларирует отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Библиографический список

1. Башкин В.М. Функциональная диагностика как фактор управления двигательной деятельностью спортсменов // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2011. № 8 (78). С. 23-28.
2. Башкин В.М. Системный подход к оценке и коррекции тренировочного процесса на основе функционального состояния организма спортсмена монография / Санкт-Петербург, 2009.
3. Болотин А.Э., Бакаев В.В. Педагогическая технология управления здоровым образом жизни студентов // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2014. № 1 (107). С. 24-28.
4. Джо Диспенза. Сила подсознания. М. : Эксмо, 2022. с. 464
5. Кабанов А.А. Пути совершенствования физического воспитания студентов в высших учебных заведениях / А.А. Кабанов, В.М. Башкин // Здоровье - основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения. 2012. Т. 7. № 1. С. 235-236.
6. Карпова С.Н. Психолого-педагогические условия, необходимые для улучшения состояния здоровья студентов специальных медицинских групп в ходе применения унифицированных тренировочных комплексов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2019. № 7 (173). С. 80-83.
7. Карпова С.Н. Учебные занятия со студентами специальных медицинских групп в плавательном бассейне как один из путей привлечения молодёживпаралимпийскуюобщуюкомандуплаванью // Культурафизическаяиздоровье. 2021. № 4 (80). С. 58-60.
8. Карпова С.Н., Журавлев А.А. Влияние изучения теоретических аспектов на адаптацию к учебно-тренировочному процессу студентов специальных медицинских групп при дистанционном обучении // В сборнике: Актуальные проблемы профессионально-прикладной физической культуры и спорта. межвузовский сборник научно-методических работ. Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого. Санкт-Петербург, 2020. С. 144-147.
9. Карпова С.Н., Журавлев А.А., Башкина Т.А., Борисенок А.А. Увеличение эффективности образовательного процесса на занятиях физической культурой со студентами специальной медицинской группы посредством тематических бесед // В сборнике: Научная сессия ГУАП. Сборник докладов. В 3-х частях. 2018. С. 177-178.
10. Карпова С.Н., Журавлев А.А. Эффективность использования комплексов упражнений, выполняемых в парах, направленных на развитие координационных способностей у студентов специальной медицинской группы // В сборнике: физическая культура и спорт в системе образования России: инновации и перспективы развития. Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Под редакцией: Пономарева Г.Н., Хуббиева Ш.З., 2018. С. 349-351.
11. Ким С.И., Башкин В.М., Павлова Л.П. Способ оценки и коррекции функционального состояния коры головного мозга человека // Патент на изобретение RU 2141244 C1, 20.11.1999. Заявка№ 96102836/14 от 09.02.1996.

References

1. Bashkin V.M. Functional diagnostics as a factor of control of motor activity of athletes // Scientific notes of the P.F. Lesgaft University. 2011. No. 8 (78). pp. 23-28.
2. Bashkin V.M. A systematic approach to the assessment and correction of the training process based on the functional state of the athlete's body monograph / St. Petersburg, 2009.
3. Bolotin A.E., Bakaev V.V. Pedagogical technology of healthy lifestyle management of students // Scientific notes of the P.F. Lesgaft University. 2014. No. 1 (107). pp. 24-28.
4. Joe Dispenza. The power of the subconscious. Publishing house "Eksmo". 2022. p. 464.
5. Kabanov A.A. Ways of improving physical education of students in higher educational institutions / A.A. Kabanov, V.M. Bashkin // Health - the basis of human potential: problems and ways to solve them. 2012. Vol. 7. No. 1. pp. 235-236.
6. Karpova S.N. Psychological and pedagogical conditions necessary to improve the health of students of special medical groups during the use of unified training complexes // Scientific notes of the P.F. Lesgaft University. 2019. No. 7 (173). pp. 80-83.
7. Karpova S.N. Training sessions with students of special medical groups in a swimming pool as one of the ways to attract young people to the Paralympic national swimming team // Physical culture and health. 2021. No. 4 (80). pp. 58-60.
8. Karpova S.N., Zhuravlev A.A. The influence of the study of theoretical aspects on the adaptation to the educational and training process of students of special medical groups in distance learning // In the collection: Actual problems of professionally applied physical culture and sports. interuniversity collection of scientific and methodological works. Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University. St. Petersburg, 2020. pp. 144-147.
9. Karpova S.N., Zhuravlev A.A., Bashkina T.A., Borisenok A.A. Increasing the effectiveness of the educational process in physical education classes with students of a special medical group through thematic conversations // In the collection: GUAP scientific session. Collection of reports. In 3 parts. 2018. pp. 177-178.
10. Karpova S.N., Zhuravlev A.A. The effectiveness of using sets of exercises performed in pairs aimed at developing coordination abilities in students of a special medical group // In the collection: physical culture and sports in the education system of Russia: innovations and development prospects. Materials of the All-Russian Scientific and practical Conference. Edited by: Ponomareva G.N., Hubbiev S.Z., 2018. pp. 349-351.
11. Kim S.I., Bashkin V.M., Pavlova L.P. Method of assessment and correction of the functional state of the human cerebral cortex // Patent for the invention RU 2141244 C1, 20.11.1999. Application No. 96102836/14 dated 09.02.1996.

Поступила в редакцию 02.11.22
Подписана в печать 29.12.22

Original article
UDC 796
DOI: 10.47438/1999-3455_2022_4_94

INTERRELATION OF MODERN DIRECTIONS OF DEVELOPMENT OF SOCIETY ON THE EDUCATIONAL PROCESS IN THE FIELD OF PHYSICAL CULTURE

Svetlana N. Karpova

*Saint Petersburg State University of Aerospace Instrumentation
Saint Petersburg, Russia
Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University
Saint Petersburg, Russia*

*PhD of Pedagogy, Associate Professor of the Department of
Physical Education and Sports
PhD of Pedagogy, Associate Professor Departments of Physical Training and Sports
ph.: +7(921) 985-49-69, e-mail: karpova090878@mail.ru*

Abstract. The modern pace of development of the world is accelerating many times from year to year and the reality around us is changing rapidly. The profession of a teacher is one of those that this process affects in its entirety. Thus, working with the younger generation in the field of education, the teacher bears a heavy burden of responsibility for the competent reception, transmission, analysis, generalization of new data. The relevance of this article is due to the presence of certain contradictions. On the one hand, the need for movement is inherent in the human body. We use motor actions throughout our life, without this our existence is impossible. On the other hand, modern trends in the development of society do not contribute to active motor manifestations in everyday reality. In addition, poor-quality information on achieving certain effects associated with a variety of training regimes is easily accessible, which also adversely affects the health of the younger generation. It is the task of physical education specialists to create systematic productive physical education classes, taking into account the modern directions of development of society. Their involvement in this process will determine the overall standard of living and health of all categories of students, especially those with disabilities, who are becoming more and more every year. In the course of the educational process, in order to achieve an optimal effect in classes on applied physical culture, the main task is the need for an objective assessment of the physical and psychological state of students. Only if their optimal indicators are consistent, positive changes in the body of young people are possible. Therefore, the article also briefly examines the mechanism and conditions under which students will be able to achieve a health-improving training effect from classes in a short time.

Keywords: modern trends, development of society, educational process, physical culture.

Cite as: Karpova, S. N. (2022) The emergence and development of aesthetic gymnastics in the world, in Russia and in the Voronezh region. *Physical Culture and Health*. (4), 94-97. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455_2022_4_94.

Received 02.11.2022
Accepted 29.12.2022