

НАУЧНОЕ ИЗДАНИЕ  
**БАЛТИЙСКОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ АКАДЕМИИ**

**Секция управленческой деятельности**

**ВЕСТНИК**  
**Балтийской Педагогической Академии**

**Вып. 51 - 2003 г.**

**ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА УПРАВЛЕНИЯ  
ОБРАЗОВАНИЕМ И УЧЕБНЫМ ПРОЦЕССОМ:  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ, СОЦИАЛЬНЫЕ И  
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ**

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГ**

**Редакционная коллегия вестника:**

А.М. Войтенко, Т.Э.Круглова, А.Г.Левицкий.

**Редакция Вестника:**

Главный редактор - И.П.Волков  
Зам.гл.редактора – Д.Н.Давиденко  
Секретарь – А.Г.Левицкий

**Адрес редакции выпуска:**

191021 г.СПб. Наб.р.Мойки. 108. Тел. (812) 318-52-79

Печатается на средства второв статей и членские взносы  
участников секции проблем управленческой деятельности

Руководитель секции – канд. пед.наук,  
Доцент Т.Э.Круглова

**© РООУ БПА**

---

Подписано к печати 21.02.2005 г.  
Печать ризогарфическая. Изд. БПА.

**ВЕСТНИК БАЛТИЙСКОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ АКАДЕМИИ****Вып. 51 - 2003 г.**

Научное издание БПА  
Гослицензия ЛП СПб № 78-005832.  
Per2160/2000

Основано в июле 1995 г.  
в Санкт-Петербурге

**СОДЕРЖАНИЕ:**

**ПРОБЛЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ:  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ**

БЕКАСОВА С.Н. Справочная литература как источник обоснования понятия «потенциал».....	8
БЕРДИЧЕВСКИЙ А.И. Физическая культура в структуре японского менеджмента.....	12
ВИНОКУРОВ Б.Н. Разработка системы управления спортивным клубом.....	17
ВОРОНИН С.Э. Педагогические аспекты правовой подготовки студентов физкультурных вузов.....	19
ГРИГОРЬЕВ В.И. Концепция антикризисного развития физической культуры в высшей школе.....	23
ИВАНОВА Л.И. Некоторые аспекты менеджмента в фитнес-клубе.....	38
КИСЕЛЕВ М.Д. Актуальность изучения проблемы жизненной стратегии личности в аспекте конкурентоспособности в условиях современной России.....	42
КРУГЛОВА Т.Э. Возможные направления маркетинговой деятельности в детско-юношеских спортивных школах.....	44
ПЛАШКО Р.В. Социокультурные и педагогические основы высшего образования в малых городах.....	49

ПРОХОРОВА М.В., СЕМЕНОВ А.Г. Анализ опыта активизации учебной деятельности студентов-борцов при изучении курса педагогики....	57
РУБИН М.А. «Кризис тренеров или руководителей» или как готовить квалифицированных тренеров.....	60
СТЕПАНОВ В.С., ФИЛИППОВ С.С., КНЯЗЕВА Н.П., ЧИСТЯКОВ В.А., ПУЩЕНКО Е.Е. Внедрение системы дистанционного обучения в СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта.....	64
УСТИНОВ И.Е. Педагогические задачи программы формирования управленческой готовности в сфере спорта.....	69

### **МЕДИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ УЧЕБНЫМ ПРОЦЕССОМ**

БУЛКА А.П., ГАЛУШКИНА Е.А. Опыт исследования профессионально-важных качеств девушек и юношей – курсантов военно-учебного заведения при поступлении и в начальный период военно-профессиональной адаптации.....	73
БУЛКА А.П., САВЕЛЬЕВА Е.А. Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы и особенности военно-профессиональной адаптации военнослужащих срочной службы.....	81
ВОЙТЕНКО А.М., ИНЮШЕВА Е.А. Особенности военно-профессиональной адаптации курсантов инженерного военно-учебного заведения.....	89
ВОЙТЕНКО А.М., КОРОБЕЙНИКОВА И.В. Функциональное состояние и работоспособность членов локомотивных бригад пассажирского движения.....	103
ВОРОНОВ И.А. Восточно-азиатская классическая концепция личности.....	111
ЗОТОВ М.В., ВОЛЯНСКАЯ И.В. Психофизиологические методы оценки нервно-психической устойчивости.....	125
КОРЫТОВА Л.И., БУСИНА Е.Ю., РЕЗУНКОВА О.П. Тиолдисульфидный статус крови больных раком легкого, при комбинированном методе лечения.....	129

ЛЕВИЦКИЙ А.Г., НИКИТИН С.Н. Номинация «Человек года 2003 – Стрелец В.Г.» по проблемам управления двигательными действиями.....	137
ЛОЗОВАЯ Г.В. Взаимосвязи самооценки и самореализации у юных спортсменов.....	139
ЛОЗОВАЯ Г.В. Тенденции изменения самооценки личности в процессе ее профессионального самоопределения.....	142
НИКОЛАЕВ А.Н. Познавательные процессы тренера.....	144
ЦЫГАНOK И.И. Компьютерная диагностика психофизиологического статуса обучаемых.....	146
ЧУМАКОВ Н.А. Некоторые аспекты проведения профилактической работы по предупреждению распространения наркотиков и злоупотребления ими в молодежной и подростковой среде.....	148
ШАБДАНБЕКОВ Э.Ж. Опыт разработки системы профессионального психофизиологического отбора для кандидатов Киргизской республики.....	157

## **СОЦИОЛОГИЧЕСКИЕ И ФИЛОСОФСКИЕ ПРОБЛЕМЫ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

ВИНОКУРОВ Б.Н., МЕНЬКОВА С.В. Контент-анализ публикаций о хоккее и хоккейном клубе «СКА Санкт-Петербург» в сезоне 2002 – 2003 (август – январь).....	160
ЗАДВОРНОВ К.Ю., КОЖЕМЯКИН К.А. Обоснование путей и содержания деятельности по формированию интереса к новому олимпийскому виду спорта.....	166
ЗАКРЕВСКАЯ Н.Г. Теоретические предпосылки к изучению модели жизни интеллектуальной элиты в сфере физической культуры и спорта	169
ЛАВРУХИНА Г.М. Проблема здоровья и побуждения женщин к физической культуре (теоретический анализ).....	173
ЛОБУС А. Физическая культура и свободное время.....	180

МАЛИНИНА С.В. В центре культуросообразного процесса – человек (теоретическое обоснование).....	183
МИХАЙЛОВА Д.А. К вопросу о социальном составе группы студентов-борцов.....	187
НАЗАРЕНКО М.В. К вопросу об интеграции боевых искусств в физическую культуру российского общества (социологический аспект).....	192
ПРОХОРОВА М.В., КИСЕЛЕВ М.Д. Актуальность проблемы жизненной стратегии личности в аспекте конкурентоспособности.....	194
РОДОМАНОВА С.С. Спорт высших достижений и социальное самочувствие спортсменов (гендерный аспект).....	196
РОСЕНКО С.И., АРСЕНЬЕВА О.В. Тенденции эволюции социальной структуры в условиях трансформации российского общества.....	203
УТИШЕВА Е.В., СТАНИСЛАВСКИЙ В.Н. Бильярд в Петербурге: динамика статуса.....	205

## **АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПЕДАГОГИКИ СПОРТА**

ВОЙНОВА С.Е., КОЗЬМИНЫХ М.Ю. Формирование двигательных и дидактических умений у студентов при обучении легкоатлетическим прыжкам.....	219
ИВАНЮЖЕНКОВ Б.В., НЕЛЮБИН В.В. Применение тактических способов подготовки в греко-римской борьбе при выполнении бросков прогибом.....	228
КАРЕЛИН А.А., НЕЛЮБИН В.В. Соревновательная модель борца.....	235
КУЗЬМЕНКОВ О.В., ВОЙНОВА С.Е. Формирование двигательного навыка у детей дошкольного и младшего школьного возраста с учетом психических свойств личности на примере прыжка в длину и в высоту	248
ЛЕВИЦКИЙ А.Г. Техничко-тактические комплексы атакующих действий дзюдо.....	255
НИКИТИН С.Н. Соотношение понятий «координация движений», «ловкость», «координационные способности» - теоретические и прак-	

тические аспекты управления двигательными действиями.....	258
ПЕТКЕВИЧ Е.В., КОЛЕСНИКОВ Н.В. Изучение видов легкой атлетики девушками старших классов на уроках физической культуры на основе метода развивающего обучения.....	267
ПУТИН В.В. Техника дзюдо. Группа бросков через плечо (особенности выполнения).....	271
СОМКИН А.А. Классификация упражнений в спортивной аэробике....	273

### **ИЗ ИСТОРИИ СИСТЕМ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

МОРОЗОВ В.А., МОРОЗОВ Д.В., ТРУФАНОВ Ю.Н. Основные этапы становления и развития спортивных видов борьбы в мире и России (правовое и педагогическое обеспечение физической безопасности человека).....	285
ПУТИН В.В., ШЕСТАКОВ В.Б., ЛЕВИЦКИЙ А.Г. Дзюдо. Страницы истории.....	293
РЕЗУНКОВ А.Г. Календарная система «коловорот».....	300

Тексты тезисов и статей печатаются в авторской редакции.

## ПРОБЛЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ: ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ

---

### СПРАВОЧНАЯ ЛИТЕРАТУРА КАК ИСТОЧНИК ОБОСНОВАНИЯ ПОНЯТИЯ «ПОТЕНЦИАЛ»

**С.Н. Бекасова**, кандидат педагогических наук, доцент

Для обоснования понятия потенциал, определения его сущности, выделения его особенностей, структурных компонентов применяются различные источники. В каждом типе литературы заложены возможности для решения на современном уровне все усложняющихся задач определения сущности понятия. Основным среди них выделяется научная литература. Основываясь на типологии информационных изданий, представляется возможным выделить 3-х групп источников, являющихся основой в осмыслении понятия.

К первой группе относится справочная литература: словари, словари-справочники и энциклопедии, составляемые по разному принципу от набора слов, обозначающих научные понятия, до более глубокого раскрытия субординационных и координационных связей между определенными понятиями, как единой системы понятий конкретной науки рассматриваемой, как часть языка этой науки.

Ко второй группе относится научная литература – диссертации, авторефераты, монографии, статьи из научных журналов.

И к третьей группе – ненаучная литература – мифы народов мира, былины, героический эпос, художественная литература. Феномен знания, заключенного в ненаучной литературе, довольно интересен, так как каждый художественный образ имеет гносеологический характер.

В первой группе источников – справочной литературе - в словарях русского языка потенциал определяется как физическая величина, характеризующая силовое поле в данной точке; степень мощности в каком-нибудь отношении, совокупность средств, необходимых для чего-нибудь (военный потенциал, промышленный потенциал страны) (Ожегов С.И., 1984).

Словари русского языка призваны содействовать правильному употреблению слов, правильному образованию форм, правильному произношению и написанию. Они определяют лексическое значение слова потенциал, в котором отражено наше представление о его существенных при-

знаках, указывают несколько смысловых оттенков понятия потенциал, возможность его использования в различных областях знания.

Если толковые словари по преимуществу ориентированы на очерчивание сферы потребления понятия, их грамматические формы, стилистическую характеристику, фразеологические связи, то энциклопедии и специализированные словари стремятся раскрыть сущность интересующего нас термина, объяснить понятие, дать информацию о его происхождении, описать его смысловые связи с другими словами (синонимами, антонимами).

В больших энциклопедических словарях потенциал (лат. сила, мощь) определяется как источники, возможности средства, запасы, которые могут быть использованы для решения какой-либо задачи, достижения определенной цели; возможности отдельного лица, общества, государства в определенной области (Прохоров А.М., 1984).

Границы использования понятия «потенциал» в современной науке достаточно ярко прослеживаются в Больших энциклопедических словарях О.Ю. Шмидта, Б.А. Введенского, А.М. Прохорова.

На сегодняшний день существует три издания Больших энциклопедических словарей, выделяющих области применения понятия «потенциал» в 40-е, 50-60-е и 70-80-е гг. и позволяющих вычленить динамику возникновения его видов.

Первое определение потенциала как величины, характеризующей физическое поле, дано в первом издании Большой советской энциклопедии (Ред. О.Ю. Шмидт), вышедшей в 1940-1947 гг. В энциклопедии дается толкование потенциалов векторного, скоростей, электрического и химического. Редакционной коллегией выделяется 2 области знания, использующие понятие «потенциал» - физика и химия.

Во втором издании Большой советской энциклопедии (Ред. Б.А. Введенский) делается ссылка основные виды потенциала: экономический, производственный и военный.

Третье издание (Ред. А.М. Прохоров) предлагает толкования 28 потенциалов. Среди них: экономический, производственный, химический. Указываются потенциалы, применяемые в математике, физике, технике, биологии, физиологии, а также вводится понятие потенциальный ареал вида – условное зоогеографическое понятие, разработанное Л.А. Зенкевичем в связи с работами по акклиматизации. Следовательно, еще одной областью применения понятия «потенциал» становится с 80-х гг. – экология.

Понятие потенциал в справочной литературе в различных областях знания характеризуют как:

- широкий класс физических силовых полей и вообще поле физических величин представляемых векторами (в физике) (Введенский Б.А., 1965);

- функция, характеризующая состояние какого-либо компонента  $i$  в фазе данного состава (в химии) (Кнунянц И.Л., 1965);

- совокупность имеющихся средств, возможностей (в экономике);

- совокупность материальных и духовных сил (в военной теории) (Огарев Н.В., 1978);

- внутреннее единство потребностей, способностей, деятельности (в социологии);

- внутренние силы личности; имеющийся набор обстоятельств, который предполагает некоторую латентную возможность (в психологии);

- степень возможного проявления какого-либо свойства, качества, действия, какой-либо функции (в психофизиологии);

Определение сущности понятия в различных областях знания позволило расширить выделенные границы дефиниции за счет включения в него таких значений как потребности, способности, знания, деятельность, профессионализм, силы и дарования, имеющийся набор обстоятельств, а также степень возможного проявления какого-либо свойства, качества, действия, какой-либо функции.

Анализ справочной литературы показал, что термин потенциал используется очень широко в различных сочетаниях во многих областях знания. Наибольшего успеха в применении этого понятия и его оценки добились:

- физические дисциплины;
- химические дисциплины;
- экономические дисциплины;
- военная теория;
- медицинские дисциплины;
- психологические дисциплины.

В физике потенциал – понятие, характеризующее широкий класс физических силовых полей (электрических, гравитационных) и вообще поля физических величин, представляемых векторами (поле скоростей жидкости и т.п.). Энциклопедические словари под редакцией О.Ю. Шмидта (1940), Б.А. Введенского (1955), А.М. Прохорова (1975, 1984), физический энциклопедический словарь под редакцией Б.А. Введенского (1965), содержат этимологические справки 21 понятия, связанного с характеристикой потенциалов в данной области знания (потенциал зажигания, потенциал ионизации, потенциал электростатический, потенциалы термодинамические, потенциальная яма, потенциальный барьер и т.д.).

В химических науках потенциал определяется как термодинамическая функция, характеризующая состояние какого-либо компонента  $i$  в фазе данного состава при определенных внешних условиях (в химии) (Кнунянц И.Л., 1965);

Энциклопедические словари под редакцией О.Ю. Шмидта (1940), Б.А. Введенского (1955), А.М. Прохорова (1975, 1984), и химическая энциклопедия под редакцией И.Л. Кнунянц (1965) содержат толкования 12 потенциалов, используемых в химических науках: диффузного, ионизации, нормального, окислительно-восстановительного, химического и др.

В экономической науке потенциал – совокупность имеющихся средств, возможностей в какой-либо области (Азрилиян А.Н., 2002; Ройзберг Б.А., Лозовский Л.Ш., Стародубцева Е.Б., 1996; Румянцева А.М., 1980). Понятие вводится в политическую экономию в 80-е гг. и до 90-х гг. в экономических энциклопедиях и справочниках содержится лишь упоминание о совокупном экономическом потенциале.

В настоящее время российские специализированные словари, справочники и энциклопедии по экономике Л.И. Абалкина (1999); А.Н. Азрилияна (2002); А.Б. Борисова (2000); Т.Ф. Рябовой (1996), а также зарубежные К. Пасс, Б. Лоуз, Л. Дэвис (1998) содержат обоснования терминологии, затрагивающей все направления потенциала экономики. Определения потенциалов в экономической науке сущность понятия в большей степени связывают со значениями: совокупность ресурсов, количество и качество труда, объем продукции, товаров, размер суммы, что предполагает в большей степени количественную оценку потенциала.

Впервые военный потенциал как совокупность материальных и духовных сил государства, общества, Вооруженных сил и возможность их мобилизации для достижения целей войны упоминается в 60-е гг. и в терминологический аппарат военной теории вводится в 80-е гг. Н.В. Огаревым (1978). Нужно отметить, что ссылки на военный потенциал присутствуют во многих энциклопедиях и справочниках.

Современная медицинская терминология, представленная в медицинских словарях и энциклопедиях (Буняева В.В., Буняева В.А., Ланкина М.В., 2002; Петровский Б.В., 1965) дает пояснения 10 потенциалов, заимствованных из физиологии, биологии, физики, химии (биоэлектрический, пороговый, действия, покоя), которые нашли применение в биомедицинской инженерии. Заимствование медициной потенциалов других наук, их отношения и связи между собой отражает двойственную тенденцию прогресса: дифференциацию наук и их взаимообусловленность и интеграцию.

Современная медицинская терминология, обосновывая потенциалы в совокупности с терминологией других наук, представляется одной из самых обширных и сложных в понятийном и содержательном отношении.

В психологической научной литературе давно известны «поведенческий потенциал» Роттера, «потенциал активации» (или «потенциал побуждения»), который использовался Д.Е. Берлайном; «потенциал реакции», предложенный Холлом.

На рубеже веков понятие «потенциал» как один из устоявшихся терминов этого предмета вошло и в психологические словари и справочники как российских, так и зарубежных авторов (Сурков Е.Н., 1996; Кордуэлл М., 1999; Ребер А., 2000). В справочной литературе по психологии рассматриваются такие понятия, как потенциал, потенциальный, потенциальная возможность, определяемая как имеющийся набор обстоятельств, который предполагает латентную возможность; характеристики, которые используются для того, чтобы сделать вывод о том, что некоторое свойство

или способность, не проявляющиеся в настоящее время, разовьются или проявятся (Ребер А., 2000).

В 90-е годы в связи с назревшей необходимостью обоснования основного тезауруса терминов в области психологии спорта как специальной науки специалисты в области психологии спорта, кафедр теории и методики физического воспитания, управления и организации, педагогики, биомеханики и физиологии ГАФК им. П.Ф. Лесгафта приняли участие в издании словаря-справочника «Психология спорта в терминах, понятиях, междисциплинарных связях» (СПб, 1996).

В словаре нашло отражение и понятие личностный потенциал, рассматриваемый учеными как реальные возможности проявления способностей человека в конкретном виде деятельности, способность реализовать всю полноту своих личностных сил и дарований и вместе с тем – резервные скрытые возможности личности, которые могут проявиться при определенных обстоятельствах (Сурков Е.Н., 1996).

Таким образом, определение сущности понятия «потенциал» в справочной литературе в различных областях знаний позволило выделить основные границы дефиниции за счет включения в него таких значений, как потребности, способности, знания, деятельность, профессионализм, силы и дарования, имеющийся набор обстоятельств, а также степень возможного проявления какого-либо свойства, качества, действия, какой-либо функции. Сущностное поле понятия «потенциал» включает широкий набор толкований, что подтверждает его полифункциональность.

Фиксирование границ употребления понятия во времени на основе справочной литературы выявляет ситуацию возникновения его новых видов в 40-е, 50-60-е, 70-80-е гг. и на рубеже веков, закрепление их в тезаурусах различных наук. Детерминантами включения различных потенциалов в понятийный аппарат различных областей знаний являются накопленные в них исследования.

## ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СТРУКТУРЕ ЯПОНСКОГО МЕНЕДЖМЕНТА

**А.И. Бердичевский**

*«Подлинный самурай никогда не должен  
расслабляться и падать духом»  
Ямамото Цунетомо – XVIII век*

*«Считается, что выглядит здоровым важнее,  
чем быть здоровым»  
Юкио Мисима – XX век*

*«...Пятнадцать лет назад я в группе из семидесяти человек отработал на японских заводах три месяца. Мы переняли очень много вещей, обязательных у них ..., но отказались от непрерывной производственной гимнастики в течение пяти минут перед каждой сменой»* - говорит исполнительный директор завода Nissan в Англии Колин Додж.[5]

С точки зрения ведущих менеджеров филиала завода Nissan в Англии пятиминутная гимнастика перед началом каждой смены не нужна. Тем не менее, на японских заводах Nissan ей придается не меньшее значение, чем прочим элементам корпоративной культуры. Такое внимание к «незначительной» физической нагрузке заслуживает отдельного разговора.

Занятые преимущественно физическим трудом население формирует свои физические качества в основном естественным путем и в ходе трудовой физической деятельности. Так же есть значительная часть населения, которая занята умственным трудом, и формирование физических качеств естественным путем приводит к физической деградации и неумению владеть своим телом. Отсюда вытекают многочисленные ошибки, которые приводят к росту травматизма в организации или к болезни организма, не справляющегося с изменяющимися условиями окружающей среды. Точно так же и те, кто заняты физическим трудом, испытывают перегрузку определенных групп мышц и органов, что приводит к так называемым профессиональным заболеваниям. Решить эти проблемы помогает физическая культура.

На сегодняшний день существуют два типа мировоззрения: западный и восточный. Они представлены своей культурой, которые выражаются, начиная с того, что нам предоставляют средства массовой информации, заканчивая, экономическими системами. Соответственно этим типам мировоззрения существует два отношения к физической культуре на Западе и Дальнем Востоке.

Западная культура достаточно широко освещена у нас в стране. В частности в учебных заведениях России преподносится именно западное представление экономики и корпоративной культуры, поэтому восточная культура, в частности культура Японии, как страны пережившей многое и сохранившей свою культуру в максимально первоначальном виде, представляет научный интерес.

Физическая культура запада основана на научном представлении функционирования органов и систем организма и редко имеет подход к выполнению упражнений с точки зрения функционирования целостного организма. Тем не менее, даже простая мышечная нагрузка оздоравливает организм и помогает справиться с накопившимися стрессами и усталостью в течении рабочего дня. Западный трудящийся после рабочего дня вынужден заняться активным отдыхом (рекреативные виды физической культуры), т.к. экономический смысл этого прост, – быть здоровым дешевле, чем быть больным.

Восточный же подход к физической культуре основан не столько на знании физиологии человека, сколько на знаниях о закономерностях влияния физического мира на психику субъекта и моделировании этого влияния в форме психомоторных пролонгированных комплексов.

Проведенные автором совместно с И.А. Вороновым исследования показали, что в основе управленческого процесса восточных организаций (речь идет о Китае и Японии как основных государствах Восточно-Азиатского блока) лежат знания древних о механизме психических отражений и способах управления ими. Восточная система управления базируется на конфуцианской теологии, даосско-буддийском мировоззрении, японской системе бакуфу, кодексе чести воина бусидо, знаниях древних ученых в области процессов управления психикой человека, механизмах отражения явлений объективного мира и использования этих разработок в системе управления, а также моделировании структуры психики человека и структуры объективного физического мира. То есть уклад жизни жителя Восточной Азии был регламентирован в соответствии не только со строгими морально-этическими нормами, но и естественными законами природы, ибо только в этом случае резко возрастает вероятность более полного исполнения каждым работником и организацией в целом возложенных на них задач [1,4].

В основу "восточной" системы управления изначально были положены примитивно-материалистические воззрения, базирующиеся на многотысячелетнем эмпирическом опыте древних ученых, "западная" же достаточно условно опирается на диалектические законы, в ней превалируют мистифицированные и теологизированные мотивы и трактовки.

Далее, восточная система управления опирается на четкие закономерности влияния физического мира на психику субъекта и моделирование этого влияния в форме психомоторных пролонгированных комплексов внушающего воздействия. Другими словами, на Востоке жестко формализовали и структуризировали систему моделирования естественных процессов объективного физического мира и их отражение психикой человека.

Наряду с гармонически изменяющимися характеристиками физического мира (смена времен года, дня и ночи и т.д.), древние заметили изменения скачкообразные, "мгновенные" изменения. Действительно, современными физическими науками астрофизике, геофизике и ядерной физике, доказано, что в природе имеет место явление скачкообразных переходов физических характеристик тех или иных натуральных процессов; в ядерной физике – это дискретные энергетические уровни, в астрофизике – это явление пульсаций звезд. Аналогичное по своей форме явление происходит и в геофизических полях – геомагнитном поле, электрическом (ионосфера), гравитационном поле Земли и др. Математики назвали эти процессы, в отличие от непрерывных – дискретными или

скачкообразными. Последовательные дискретные изменения физических характеристик окружающей среды в течение календарного года были подвергнуты тщательному анализу и моделированию и названы психотропным спектром скачкообразных изменений физических характеристик геофизических полей (ПСС ГФП). В древности это явление было "промоделировано" календарем т.н. "религиозных" или "народных праздников". Именно скачкообразные изменения физических характеристик геофизических полей оказывают мощное возмущающее воздействие на биополя всех живых существ и объектов нашей планеты - от одноклеточных и растений, до человека. Именно это явление объективного мира и было положено древними в основу и "восточной" системы управления. Именно этим она и отличается от своей "западной сестры". Но западная наука позволяет на современном научном уровне обосновать практически все положения восточной системы управления.

В результате исследований были выявлены основные этапы обработки информации психикой человека и построена следующая модель [2]:

1. Восприятие;
2. Дифференциация на элементарные составляющие;
3. Распознавание (сравнение с имеющимся в памяти);
4. Применение на практике;
5. Обратная связь и коррекция или уничтожение;
6. Создание новых форм-спектров информации и их хранение.

В процессе восприятия и обработки информации механизм психических отражений человека должен выработать адекватные формы ответа. При воздействии ПСС ГФП на человека на различных этапах переработки информации может произойти сбой, в результате которого человек не адекватно отреагирует. Причем, ситуация может быть банальной – нужно было свернуть направо, а свернул налево. Подобные ситуации в организации приводят, как правило, к травматизму, что отражается на деятельности организации. Она остается без работника, а выполнение работы за отсутствующего распределяется между оставшимся персоналом. Довольно часто случаются ситуации, когда просто некому работать. Встает резонный вопрос о безопасности и качестве выполняемой работы, если работники начинают работать с повышенной нагрузкой.

Основная проблема, которая встает, чтобы избежать подобные ситуации в организации – адаптация к ПСС ГФП. Цель адаптации – повышение степени выживаемости и работоспособности субъекта. Метод адаптации – моделирование ПСС ГФП. Основными формами моделирования ПСС ГФП стали следующие:

1. Специальные календари ПСС ГФП.
2. Психотропные звукорезонансные ряды.
3. Последовательности психотропных эйдосов.
4. Математическое моделирование.

5. Пролонгированные психомоторные комплексы физических упражнений.

6. Ремесло.

Указанные формы находили свое применение, как правило, в совокупности. Например, в восточном христианстве используется комплекс из первых трех форм, названных «православный календарь», «молитва» и «иконопись»; в Китае получил развитие весь комплекс указанных форм.

Например, известна методика примерно XVIII в. до н.э. адаптации к 24 сезонам года. Упражнения данной методики не сложны в исполнении и занимают не более 5-ти минут в день, и, тем не менее, позволяют человеку, выполняющему их, иметь хорошую работоспособность в течение всего дня, повышают устойчивость к стрессу, снижают травматизм, имеют другие положительные действия [3].

Именно адаптация к ПСС ГФП и объясняет необходимость использования пятиминутных производственных гимнастик перед началом каждой смены, от которых так легко отказались ведущие менеджеры филиала Nissan в Англии.

В настоящее время Япония – самая технополизованная страна в мире. Здесь как ни где явно выражена замена физического труда человека на труд машинный. Тем не менее, сохраняется потребность в физической нагрузке, которая и удовлетворяется адекватным развитием физической культуры в стране.

Япония являет пример широкого использования физической культуры населением. Это является следствием того, что в корпоративной культуре существующих там организаций, а также на уровне государства уделено большое внимание физическому воспитанию.

## Литература

1. Бердичевский А.И. Экономическая концепция корпоративных войн - основа системы управления в странах Восточной Азии. // Жизнь и безопасность. № 1-2.: С-Пб., 2000,. - С.39 - 44.

2. Бердичевский А.И. Воронов И.А. Модель психики человека. // Тезисы I-го международного конгресса новые медицинские технологии. С-Пб.: Лицей, 2001. - С.243-244.

3. Бердичевский А.И. Бердичевская М.В. Воронов И.А. Хронобиологические психомоторные упражнения цирканнуального ритма: Физические упражнения для адаптации к 24 сезонам года китайского календаря. Учебно-методическое пособие с мультимедийным приложением на компакт-диске для студентов физкультурных вузов. С-Пб.: Балтийская педагогическая академия, 2001 г. – 40 с.

4. Воронов И.А. Китайская классическая концепция военного обучения: Дисс. ...канд. пед. наук. Военный Университет. - М., 1996. - 234 с.

5. Осипов О. Что хорошо для Nissan, хорошо для Англии. // Эксперт №5, 2000 г. - С.9-11.

## РАЗРАБОТКА СИСТЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ СПОРТИВНЫМ КЛУБОМ

**Б.Н. Винокуров**

РОО «Хоккейный клуб СКА Санкт-Петербург», созданный для удовлетворения потребности общества в высококвалифицированных спортсменах, способных к непрерывному совершенствованию, функционирует под руководством Президента клуба, четырех Вице-президентов. Глобальная цель руководства - создание корпорации (corporatio – объединение, сообщество, создаваемое на основе профессиональных или сословных интересов), имеющей миссию подготовки высококвалифицированных спортсменов (спортивной элиты). Анализируя имеющуюся систему управления клубом, мы стремились отыскать его сильные и слабые стороны, наши возможности совершенствования и имеющиеся угрозы. Полагаем, что *сильными* сторонами нашей организации должны быть и являются:- высококвалифицированный персонал;- высокий имидж в России и за рубежом;- система формирования и принятия бюджета организации;-

- комплексная программа развития;
- наличие элементов системы менеджмента качества.

*Слабыми* сторонами являются:

- недостаточно эффективная структура управления;
- несоответствующий уровню развития СКА менеджмент персонала;
- сложность точного планирования и выполнения заданий по привлечению внебюджетных средств;
- слабая учебно-научно-спортивная база;
- отсутствие эффективной системы мотивации персонала и спортсменов.

К возможностям *совершенствования* системы управления СКА относятся:

- наличие нормативно-правовой базы для реструктуризации клуба;
- привлечение информационных ресурсов для управления;
- создание единой системы менеджмента качества подготовки высококвалифицированных спортсменов;
- увеличение доходной части бюджета организации;
- привлечение ведущих специалистов из науки, спорта, промышленности;
- создание и развитие рейтинговой системы оценки деятельности структурных подразделений и персонала, спортсменов;
- наращивание социального пакета.

Существуют и так называемые *угрозы*, игнорировать которые организация не должна:

- несовершенная законодательная база в России;
- нестабильная экономическая ситуация;
- нежелание перемен у части персонала СКА;
- возможные форс-мажорные ситуации.

Оценив сильные и слабые стороны СКА, возможности и угрозы, мы разработали стратегию достижения главной и вспомогательных целей клуба, основанных на мотивации персонала к непрерывному улучшению процессов подготовки высококвалифицированных спортсменов и повышении мотивации самих спортсменов. В качестве объектов инноваций нами избрана система и процессы, подлежащие изменению:

### *1. Структура управления СКА*

#### **Содержание инноваций по оптимизации структуры управления СКА:**

- анализ;
- менеджмент-ревью;
- принятие решений;
- инсталляция;
- аудит;
- корректирующие мероприятия.

### *2. Развитие кадрового потенциала*

#### **Содержание инноваций по развитию кадрового потенциала:**

- система отбора штатного персонала;
- система сертификации и повышения квалификации персонала;
- система управления персоналом;
- система привлечения персонала из науки, спорта, промышленности.

### *3. Развитие ресурсной базы СКА*

#### **Содержание инноваций по развитию ресурсной базы СКА:**

- создание системы формирования и исполнения бюджета;
- создание системы формирования современной учебно-научно-спортивной базы и ее эффективного использования;
- создание корпоративной информационной системы;
- совершенствование системы оплаты труда и социальных гарантий.

### **4. Ожидаемые результаты:**

- самосовершенствующаяся структура управления корпорацией СКА;
- компетентный, мотивированный к постоянному совершенствованию и приверженный целям корпорации персонал;
- удовлетворяющая требованиям развития корпорации ресурсная база;
- высокие спортивные результаты.

Обеспечение качества взаимосвязанных процессов подготовки спортивной элиты – основная задача корпорации «Хоккейный клуб СКА Санкт-Петербург». Как говорится, высокое качество невыгодным не бывает.

## ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРАВОВОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ВУЗОВ

**С.Э. Воронин**, член БПА, кандидат педагогических наук, доцент

Эффективное использование правовой информации в процессе управления физкультурно-спортивными организациями определяется многими факторами, один из которых - правовая культура специалистов отрасли. Важнейшим средством ее формирования является правовая подготовка специалистов сферы физической культуры и спорта.

По результатам проведенных исследований Ворониным С.Э. и Филипповым С.С. (2000) даны некоторые практические рекомендации по организации педагогического процесса правовой подготовки студентов физкультурных вузов, предполагающие разработку по учебному курсу «Правоведение» учебно-методической литературы, учитывающей специфику отрасли физической культуры. Успешность *приспособления педагогического процесса к целям развития учащихся*, как отмечает Безрукова В.С., исследуя проблемы профессиональной педагогики (1996), зависит от понимания среды: ее особенностей, традиций, взглядов, отношений, привычек.

Вполне очевидно, что студенты физкультурных вузов еще до поступления в высшее учебное заведение имеют, как правило, значительный стаж пребывания в соответствующей среде и, соответственно, сложившееся о ней представление. Поэтому целям педагогического процесса при подготовке учебных, учебно-методических пособий, лекционного материала по учебной дисциплине «Правоведение» будет соответствовать приведение примеров из сферы физической культуры и спорта.

Так, тему о конституционных основах правовой системы Российской Федерации можно проиллюстрировать примерами реализации прав и свобод участниками физкультурно-спортивной деятельности. Воспитанники детских спортивных школ, учащиеся и студенты специальных физкультурных учебных заведений реализуют конституционное право на образование; работники физкультурных организаций, профессиональные спортсмены – право на труд и свободное использование своих возможностей к труду, право выбора рода деятельности и профессии; члены федераций, ассоциаций и союзов по видам спорта – право на свободу объединений. Обеспечение условий занятий населением физической культурой организациями, создающими материальные и интеллектуальные продукты, выполняющими работы и оказывающими услуги, конституционно основано на свободе экономической деятельности. Учитывая федеративное устройство российского государства, важно отметить следующие конституционные установления: в ведении Российской Федерации находятся установление системы федеральных органов законодательной, исполнительной и судебной власти, порядка их организации и деятельности; формирование фе-

деральных органов государственной власти, к числу которых относится Государственный комитет Российской Федерации по физической культуре и спорту; в совместном ведении федерации и ее субъектов находятся общие вопросы воспитания, образования, науки, культуры, физической культуры и спорта.

Физическая культура и спорт как социальное явление представляют собой одну из социальных подсистем, связанную с другими подсистемами общества и государства. Участники физкультурно-спортивной деятельности в процессе достижения своих целей вступают в отношения между собой и другими субъектами общественных отношений, используя при этом определенные средства, в том числе и правовые. В связи с этим одной из задач учебной программы является формирование у студентов правильного представления о праве как об одном из средств социального управления, важном и эффективном, но не единственном. В управлении отраслью используются и другие социальные нормы: правила соревнований, положения и регламенты проведения чемпионатов и первенств и т.п., принимаемые физкультурно-спортивными общественными объединениями. Формальная определенность таких норм, содержащиеся в них стандарты поведения и санкции за несоблюдение – признаки, по которым иногда их ошибочно относят к праву. Соответственно и общественные объединения, устанавливающие такие нормы, причисляют к органам государственного управления. Опрос студентов четвертого курса дневного отделения СПб ГАФК им П.Ф. Лесгафта показал, что даже после прочтения курса учебной дисциплины «Правоведение» 40,5% из 137 опрошенных, отвечая на вопрос об органах государственного управления физической культурой, в перечень таких организаций включали Олимпийский комитет России (Воронин С.Э., Филиппов С.С., 2000).

К сожалению, подобные представления характерны не только для студенческой среды. Составители справочного пособия «Настольная книга спортивного менеджера» (М.: «Физкультура, образование и наука», 1997) к числу **нормативно-правовых** актов, регулирующих развитие физической культуры и спорта в России, относят уставы Олимпийского комитета России, Российского футбольного союза и некоторых других некоммерческих организаций. В учебном пособии по советскому праву для институтов физической культуры к средствам правового регулирования отнесены правила соревнований – «общеобязательные правила, установленные государством» (Уваров В.Н., 1985). Трудно согласиться с подобными подходами, не соответствующими положениям теории права, согласно которым нормы права в отличие от корпоративных норм: а) исходят от государства; б) общеобязательны; в) их исполнение обеспечивается мерами государственного принуждения. Общеизвестно, что правила соревнований утверждаются федерациями (ассоциациями, союзами) соответствующих видов спорта: международными неправительственными организациями или соответствующими национальными общественными объединениями. Участники со-

ревнований за нарушение правил не подвергаются мерам государственного воздействия (уголовное или административное преследование, споры по вопросам судейства не рассматриваются в порядке гражданского судопроизводства и т.п.).

Уяснение названных отличий корпоративных норм от норм права позволит будущим специалистам физической культуры правильно ориентироваться в выборе средств управления, тем более, что отличия корпоративных норм и норм права не исключают их взаимодействия в формах взаимопроникновения и взаимовлияния, на что также следует обращать внимание при реализации учебной программы курса «Правоведение». Так, например, Регламентом официальных российских соревнований по хоккею в сезоне 2001-2002 г.г. (М., 2001), принятым общим собранием членов Профессиональной хоккейной лиги, утвержден типовой контракт профессионального хоккеиста. Одним из пунктов контракта предусматривается обязательство спортсмена по соблюдению требований, предъявляемых к спортивным отношениям. В этом случае правило корпоративных норм, перенесенное в правовой документ, становится уже нормой права.

Кроме базовой юридической дисциплины по основам права в СПб ГАФК преподаются и специальные юридические дисциплины: «Правовые основы физической культуры и спорта» и «Организационно-правовые аспекты деятельности высшей школы». При подготовке учебных программ по названным дисциплинам мы руководствовались системой принципов обучения, обоснованных педагогической наукой, в частности – в исследованиях Ю.К. Бабанского, В.И. Загвязинского, М.Н. Скаткина и других. В данной работе нами рассматриваются вопросы реализации некоторых из таких принципов.

Требования *принципа научности*, состоящего в ознакомлении студентов с объективными научными фактами, теориями и законами, обращают нас к данным науки о теории права, имеющей методологическое значение для всех отраслей юридического знания. Весьма важным в данном случае является понятие системы права, деление его на отрасли и институты: отраслевые (входящие в одну отрасль) и комплексные (состоящие из институтов различных отраслей). Деятельность в сфере физической культуры и образования, в том числе высшего физкультурного образования, регулируется нормами права, входящими в различные отрасли права. В связи с изложенным учебные дисциплины «Правовые основы физической культуры и спорта» и «Организационно-правовые аспекты деятельности высшей школы» являются комплексными юридическими дисциплинами. Их изучение должно основываться на базе учебной дисциплины «Правоведение», предмет которой – положения теории государства и права, которые являются устоявшимися, типичными, проверенными практикой общественного развития и в соответствии с этим разделяемые большинством теоретиков права и государства.

Основываясь на *принципе систематичности и последовательности*, учебный материал был разделен на темы в следующем порядке. Изучение дисциплин начинается вводной темой о системе российского права, системе законодательства, правоотношениях, правовом статусе, правомерном поведении, юридической ответственности и некоторых других понятиях теории права.

После вводной темы следует тема об общих характеристиках физкультурно-спортивного и образовательного права – комплексных институтах российского права, их месте в системе российского права и источниках (нормативно-правовых актах), объекте регулирования (определенные участки общественных отношений), субъектах правоотношений в сфере действия (система физической культуры и система образования), методах правового регулирования поведения участников правоотношений.

Дальнейшее изложение материала осуществляется по темам, отражающим деление права на отрасли и специфику регулирования общественных отношений нормами каждой из отраслей:

- конституционно-правовые основы физической культуры и образования;
- административно-правовое регулирование деятельности физкультурных и образовательных организаций;
- гражданско-правовые отношения;
- источники и порядок финансирования;
- регулирование труда.

Соблюдая *принцип доступности*, мы не ставили задачу по освещению всех закономерностей функционирования государственно-правовых явлений в сферах физической культуры и образования. С другой стороны, нами предпринята попытка избежать негативных явлений, о которых справедливо упомянул декан юридического факультета МГУ им. М.В. Ломоносова профессор Е.А. Суханов (2000). Автор отмечает, что многие из комплексных юридических учебных дисциплин еще не сложились в качестве нормальных учебных курсов, имея в виду отсутствие осмысленного законодательства и серьезной научной базы, а их содержание, по сути, сводится к изложению ведомственных инструкций и имеющейся практике их применения. В связи с изложенным содержание программ не перегружается изложением текстов законов «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», «Об образовании» и «О высшем и послевузовском профессиональном образовании». Предпочтение было отдано комплексному освещению правоотношений в сферах физической культуры и образования: конституционно-правовых, административных, гражданских, трудовых, финансовых и некоторых других. По нашему мнению, такой подход позволит специалистам отрасли быть более подготовленными к принятию решений в различных ситуациях, возникающих в их профессиональной деятельности.

Завершая данную работу, отметим, что одной из основных задач

учебных программ была задача по привитию будущим специалистам физической культуры умений и первичных навыков работы с общим массивом нормативно-правовых актов, имея целью поиск актуальной, достаточной и адекватной информации, необходимой для принятия оптимального управленческого решения.

## **КОНЦЕПЦИЯ АНТИКРИЗИСНОГО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ**

**В.И. Григорьев**, член БПА, доктор педагогических наук, профессор

*Есть очень соблазнительный  
и очень вредный демон, демон обобщений.  
Этого демона нужно бояться. Он – обманщик.*

В. Набоков.

**Ключевые слова:** концепция, каузальные связи, кризис, педагогическая технология, межфункциональная координация деятельности, холистическая молодежная политика, методы предпринимательства, социально-экономические индикаторы, стратегическое позиционирование, межвузовский физкультурно-спортивный центр.

**Постановка проблемы.** Исследование причин кризисного состояния (от греч. *krisis* – поворотный пункт) физической культуры студентов, возникающих в системе высшего профессионального образования (ВПО) на современном этапе ее реформирования, стало одним из приоритетных направлений теории и методики физической культуры. О сложном состоянии физической культуры студентов свидетельствуют многочисленные публикации в периодической печати и научных изданиях, авторы которых отмечают низкую эффективность деятельности кафедр физического воспитания, дезинтеграцию технологических звеньев данной сферы культуры.<sup>1, 2, 3, 4</sup> Это свидетельствует о том, что социокультурная структура физической культуры в системе ВПО является саморганизуемой в рамках целого, образуемого обществом и средой ее функционирования, возникает и развивается в зависимости от целого комплекса компонентов условий жизнедеятельности. Эти условия, как показывает практика, могут быть не только стабилизирующими и развивающими, но и разрушающими основы физкультурно-спортивной деятельности.

Неудивительно, что проводимые в последнее десятилетие реформы породили в сфере взаимодействия социокультурных процессов целый ряд противоречий между общественной потребностью в подготовке образованных, гармонично развитых специалистов и применяемыми педагогическими технологиями, уровнем методологической культуры преподавательского состава, а также неразвитостью инфраструктуры физической культу-

ры в вузах, недостаточным информационным, ресурсным и кадровым обеспечением учебного процесса, плохо вписывающихся в широко принятые объяснительные схемы.<sup>11</sup> Рассмотренные факторы оказывают, как известно, далеко неоднозначное влияние на формирование культурного потенциала студенческой молодежи. С одной стороны, благодаря общественным переменам и современным достижениям НТР, возрастают темпы социализации студенческой молодежи, обусловленные повышением самосознания, активизацией творческого, созидательного потенциала студентов. Однако усиление антропогенного воздействия на среду обитания, наряду с утратой интереса студентов к физической культуре (число систематически занимающихся физической культурой и спортом в России сегодня занимается не более 10 % , хотя в экономически развитых странах мира этот показатель достигает 60 %), приводит к преждевременному истощению резервных возможностей организма студентов. Следствием этого является ухудшение их здоровья и снижение физической подготовленности, а также психофизическая самодеструкция (повышение агрессивности и тревожности), ориентирующей их на употребление психоактивных веществ (более 30 % студентов петербургских вузов проявляют чрезмерный интерес к наркотикам), беспорядочную сексуальную жизнь или уход в виртуальную реальность. Закономерным итогом указанных процессов является возрастание контингента учащейся молодежи, отнесенной по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, которая составляет на сегодняшний день 1,3 млн. человек, а ежегодные затраты государства на их лечение - свыше 40 млрд. руб. в год.<sup>4</sup> Не случайно поэтому, в числе первоочередных мер, направленных на преодоление сложившейся ситуации, в основополагающих программных документах: Концепции охраны здоровья населения РФ на период до 2005 г.; в приказе Минобразования РФ «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации» № 2715/227, а также комплексной целевой программе «Развитие физической культуры и спорта в Санкт-Петербурге на 2003-2006 г.г.» подчеркивается необходимость повышения эффективности физической культуры путем расширения ее социокультурных и воспитательных функций в молодежной среде. Многоаспектность и сложность решения проблем структурной реструктуризации физической культуры студентов с учетом закономерностей формирования, оптимизации ее функционирования и развития, возрождения ее воспитательного потенциала и усиления практикоориентированности, приобретает в новых условиях исключительно важное значение для народного хозяйства.<sup>11, 12, 13,</sup>

14

Комплексные исследования динамики развития физической культуры студентов государственных вузов С.-Петербурга включали четыре последовательных этапа: 1) определение социально-экономических индикаторов и факторов кризисных явлений в физической культуре ВПО (включая диагностику признаков кризиса, его зарождения, становления, разви-

тия и предотвращения); 2) решение прогностических проблем, связанных с обоснованием целей, ясного педагогического сценария физкультурного образования студенческой молодежи; 3) обоснование методов антикризисного управления физической культурой в динамичной среде ее функционирования (принятие управленческих решений в условиях неопределенности внешней и внутренней среды функционирования ВПО, осуществление инновационных и конкурентных стратегий функционирования кафедр физического воспитания); 4) решение проблемы ресурсного и кадрового обеспечения учебно-воспитательного процесса (повышение методологической культуры специалистов по физической культуре, внедрение в практику передовых обучающих технологий, персонифицированных моделей физического развития, современных диагностических методов).

**Результаты исследования.** Ориентация настоящего исследования на изучение в соответствующем ракурсе всего спектра социокультурных, экономических и педагогических явлений и процессов, порождающих кризисное состояние вузовской физической культуры, с учетом изменения методологической ситуации в теории физической культуры, позволяет, на наш взгляд, говорить о переходе к новой парадигме научного знания. Установлено, что физическая культура студентов в системе образования, воспитания, организации труда и досуга проявляет не только традиционно образовательно-воспитательное и оздоровительное значение, но и является действенным фактором, оказывающим влияние на молодежную политику в сфере воспроизводства социокультурных ценностей. Выступая мерой системных воздействий на человека, она отражает природные, культурные и социально-экономические детерминанты развития, единство структурных элементов, а также преемственность и объективную целенаправленность ее функционирования, где личность студента является одновременно объектом и субъектом физкультурной деятельности. Ориентация ее содержания на индивидуальность, как программируемый компонент системы обучения, детерминирована не только эволюционно-генетическими закономерностями, но и подчинена духовно-нравственным, семантическим законам ментальности человека. Возникновение кризиса в данной сфере культуры обусловлено, на наш взгляд, следующими группами причин:

- **отсутствием в системе ВПО холистической (*holistic* – с англ. целостный) доктрины, общественно-ориентированной формы физкультурного образования студентов;**
  - несоответствием традиционных теоретических моделей физкультурного образования изменившейся социокультурной ситуации;
  - разрывом преемственности среднего и высшего образования;
  - неадекватной реактивностью студентов на психофизические перегрузки, обусловленные низким биоэнергетическим потенциалом, физическим развитием и состоянием их здоровья;

- недооценкой роли олимпийского образования студентов, ценностей Фэйр Плэй в целостной системе гуманитарного образования студентов.

Среди наиболее значимых внешних факторов, определяющих кризис физической культуры в системе ВПО, следует отметить низкие темпы социально-экономического развития высшей школы, недостаточную организационную и методологическую культуру преподавательского состава, явный застой в развитии вузовской науки, а также негативное влияние экологического фактора. Не менее значимо влияние внутренних факторов, определяющих специфику деятельности ВПО в новых условиях. Это отсутствие единой стратегии управления, недостаточное информационное и ресурсное обеспечение, неразвитость инфраструктуры физической культуры, низкая инновационная активность преподавателя физического воспитания. Они могут быть дифференцированы, таким образом, на: 1) *финансовые*, определяющие темпы развития инфраструктуры физической культуры в вузах, недостаток которых приводит к резкому снижению эффективности функционирования физкультурного образования в целом; 2) *дидактические*, возникающие в следствии низкой управленческой культуры преподавателя физического воспитания вуза, предусматривающие его переподготовку, нацеленную на освоение методов антикризисного управления; 3) *социальные*, обусловленные государственной молодежной политикой, предусматривающие использование социально-психологических инноваций по профилактике девиантного поведения студентов и формирование здорового стиля жизни; 4) *функциональные*, обусловленные нарушением функциональных основ регламентации деятельности высшей школы и приводящие к применению антикризисного управления; 5) *управления*, складывающиеся в результате социально-психологического климата на кафедрах физического воспитания и предполагающие управленческую реструктуризацию.

Анализ каузальных (причинно-следственных) связей традиционных подходов (социально-генетического, творчески-атрибутивного, системно-функционального и ценностного), а также наиболее значимых факторов (социально-экономического, информационного, ресурсного и организационного) позволил разработать *интегративный* подход к совершенствованию содержания физической культуры студентов, определяющий специфику взаимодействия ее компонентов (интеллектуального, социально-психологического, двигательного) в реализации видов физкультурной деятельности студентов (преобразовательной, познавательной ценностно-ориентационной и коммуникативной).<sup>6</sup> Выявленные при этом аспекты (функциональный, ценностный, деятельностный, результативный) были положены в основу концепции (лат. *conceptio* – понимание, система) антикризисного развития физической культуры, определяющей приоритетные цели высшей школы, методические подходы по координации задач рест-

руктуризации деятельности кафедр физического воспитания и формирования соответствующих функций.

***Концепция антикризисного развития физической культуры в системе ВПО.***

1. Общие положения. XXI век объявлен ЮНЕСКО «веком образования», что предъявляет новые требования к общекультурному уровню студенческой молодежи. В соответствии с современными тенденциями развития общества для физической культуры в системе ВПО характерными становятся такие принципиально новые черты, как динамизм, вариативность, личностная ориентированность, толерантность к различным организационным формам. Стратегия приоритетных направлений государственной политики в сфере физической культуры студентов, отражающая возрастание количества сверхсложных систем и технологий, информатизацию всех сфер жизни общества, определяет новые требования к творческой подготовке будущего специалиста, его готовность к высокопроизводительному труду. Их реализация связана с раскрытием психофизических возможностей студенческой молодежи, гармоничным развитием ее физических, интеллектуальных и духовных сил путем использования физических упражнений, различных видов двигательной активности, рационального питания, природосообразного режима труда и отдыха. Поэтому в новой парадигме ВПО (в системе многоуровневой подготовки и Государственного образовательного стандарта) определены такие его компоненты, как фундаментальность, целостность, направленность на удовлетворение интересов и потребностей личности, связь с производством, обороноспособностью и здоровьем нации.<sup>3, 4, 12, 13, 16, 23</sup>

В предлагаемой концепции определены перспективы развития физической культуры в системе ВПО с учетом актуальных проблем социализации российской молодежи, укрепления ее здоровья. Она определяет цели, содержание, ориентиры учебно-воспитательного процесса, принципы организации и функционирования физической культуры в системе высшей школы России. Ее содержание опирается на ряд нормативных актов, включая действующее законодательство, Федеральную программу развития физической культуры и спорта, концепцию «открытого» образования молодежи России. Концепция рассчитана, таким образом, на расширение свобод кафедр физического воспитания в выборе инновационных методов организации учебно-воспитательного процесса.

2. Цель, задачи и принципы развития физической культуры в системе ВПО. Базовой целью антикризисного развития физической культуры в системе ВПО является создание необходимых условий по реализации федеральных и региональных программ подготовки гармонично развитых, высококвалифицированных специалистов путем удовлетворения их потребностей в физической культуре с использованием современных информационных и физкультурно-педагогических технологий.<sup>1, 2, 9, 11, 12</sup>

Данная цель, выполняя стимулирующую роль, осуществляет программирующую функцию и определяет креативную специфику организационно-педагогической деятельности кафедры физического воспитания при решении следующих воспитательных, образовательных и оздоровительных задач:

- формирование мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие психофизических способностей;
- обеспечение профессионально-прикладной физической подготовленности студентов к будущей профессии;
- приобретение опыта использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения профессионально значимых целей;
- достижение понимания роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- освоение научно-практических основ физической культуры и здорового стиля жизни.

Антикризисное содержание физической культуры студентов должно быть ориентировано, в этой связи, на воспроизводство сущностных сил студенческой молодежи, развитие ее интеллектуального, телесного и духовного потенциала, что связано с реализацией частно-научных закономерностей: преемственности физкультурных традиций и целостности структурных компонентов, определяющих требования следующей группы принципов:

- консолидации деятельности органов исполнительной и законодательной власти всех уровней, в том числе органов студенческого самоуправления, общественных объединений, направленных на разработку комплексных целевых программ развития физической культуры в системе ВПО;
- использования результатов НИР при разработке программ развития физической культуры;
- гуманизации, гуманитаризации и демократизации содержания физической культуры студентов, обеспечивающие открытый характер и ее общедоступность;
- позиционирования, целостности, комплексно-системного подхода в определении приоритетных направлений развития;
- модульности, индивидуализации и вариативности содержания и типов физкультурно-образовательных программ;
- развивающего характера и непрерывности физкультурного образования (спортизации физической подготовки студентов).

Организация учебно-воспитательного процесса с учетом требований данной группы принципов обеспечивает предоставление каждому студенту возможности для физического, интеллектуального и духовного развития в соответствии с его способностями, знаниями и потребностями, а также широту и качество физкультурного образования. Реализация указанных задач предусматривает, таким образом, овладение парадигмой научных знаний, освоение современной методики и навыков практической работы с использованием новейших технических средств, формирование на их основе мировоззренческих, нравственных и физических качеств, развитие творческой инициативы и способностей студенческой молодежи.

3. Программное обеспечение учебно-воспитательного процесса. Обоснование программы связано с переосмыслением доминирующей в системе ВПО репродуктивно-педагогической образовательной парадигмы и обращение к креативно-педагогической образовательной модели, предусматривающей гуманизацию ее предметно-содержательных основ, социокультурную интеграцию и индивидуализацию содержания учебного процесса.<sup>5, 14, 15, 17</sup>

Направленность и особенности содержания физической культуры в системе ВПО должны выполнять широкий спектр общекультурных и специфических функций, реализуемых с учетом специфических требований избираемой студентом будущей профессии:

- *био-компенсаторной*, связанной с созданием оптимальных условий, обеспечивающих достаточную двигательную активность студентов в профилактике профессиональных заболеваний;
- *преобразовательно-созидательной*, связанной с оптимизацией физического развития студенческой молодежи, совершенствованием личности, укреплением ее здоровья и подготовкой к профессиональной деятельности;
- *интегративно-организационной*, объединяющей студентов в клубы для совместной физкультурно-спортивной деятельности;
- *информационно-гедонистической* (получение удовольствия от информации), обеспечивающей освоение знаний, накопленных в сфере физической культуры;
- *проективно-творческой*, стимулирующей творческие способности студентов в самосовершенствовании;
- *проективно-прогностической*, обеспечивающей реализацию сформированного потенциала физической культуры в последующей профессиональной деятельности;
- *ценностно-ориентационной*, связанной с формированием профессионально-ценностных ориентаций студентов;
- *коммуникативно-регулятивной*, определяющей особенности взаимодействия студентов в физкультурно-спортивной деятельности;
- **социализации, в процессе которой происходит включение студентов в систему общественных отношений.**

Их реализация достигается при использовании методики антикризисного управления данной сферой культуры по четырем направлениям: индивидуально-социализирующему, гуманитарно-образовательному, инновационно-педагогическому и предпринимательскому, включая: 1) реализацию комплексных задач, обеспечивающих расширение возможностей студентов в получении высококачественного физкультурного (олимпийского) образования, удовлетворяющего их потребности в физическом, интеллектуальном, культурном и нравственном развитии; 2) формирование и опережающее развитие физкультурного образования на повышение качества, интенсивности и эффективности учебно-воспитательного процесса на базе использования информационных кейс-, ТВ- и сетевых технологий (Technology of education); 3) формирование у студентов активной позиции (с использованием социальных стимулов и антистимулов), направленной на освоение ценностей физической культуры и спорта, здорового стиля жизни; 4) максимальное использование высокого научного и образовательного потенциала кафедр физического воспитания, межвузовских физкультурно-спортивных и оздоровительных центров по формированию у студентов активной позиции, направленной на формирование здорового стиля жизни.<sup>8,</sup>

<sup>9, 10</sup> Их реализация обеспечивает повышение профессионально-прикладной направленности учебного процесса, его устойчивую ориентацию на конечные результаты, что позволит студентам овладеть системными знаниями, умениями ставить и решать творческие задачи с использованием средств физической культуры, методически правильно организовать свой досуг, то есть – сформировать природосообразные стереотипы поведения, соответствующие мотивы и потребности. Учебному процессу по физической культуре свойственны, таким образом, не только описательные и объяснительные функции, но и прогностические, направленные на достижение целостности знаний о человеке, его возможностях и жизненных ценностях.

Содержание практического раздела программы направлено, таким образом, на преодоление экстенсивного характера учебного процесса путем углубленно-акцентированного развития «ведущих» и «отстающих» физических качеств студентов, мобилизации их резервных возможностей с учетом дифференцированного характера энергозатрат, их психосоматических особенностей, направленности и объема физических нагрузок, решаемых задач, а также специфики информационного и ресурсного обеспечения учебного процесса. Наиболее важными его характеристиками являются: способность к модификации с учетом специфики вуза, гибкость и толерантность к различным видам и организационным формам физкультурной деятельности. Вместе с тем, данный раздел программы учитывает содержание типовых программ по физической культуре для высшей школы, требования государственного образовательного стандарта, а также типовых программ для занятий избранным видом спорта и методических разработок по использованию инновационных средств и методов физиче-

ской культуры и предусматривает выделение 408 часов на дисциплину «Физическая культура».

Антикризисная коррекция содержания учебно-методической работы в вузе требует, в этой связи, использования более эффективных способов представления учебного материала, методик ведения учебно-тренировочного процесса, хранения и предоставления информационных ресурсов. Это предполагает создание сервисной службы, обслуживающей все этапы процесса обучения и спортивной тренировки студентов, включая документирование хода учебного процесса, автоматизацию процесса управления информационными ресурсами при позиционировании, педагогической диагностике, учете и контроле. Пройдя эволюционный путь от технизации образования, программированного обучения до технологического образовательного процесса (Technology of educational), он решает задачи оптимизации учебно-воспитательного процесса в соответствии с целями опережающего обучения и развития студентов. Его эффективность обусловлена использованием обучающих программных продуктов, предоставляемых Internet (информационной сетью типа CompuServe, America Online, InternetTVNet). Технологический подход к формированию физической культуры будущего специалиста предусматривает личностно-ориентированное педагогическое воздействие на двигательную, психофизическую, интеллектуальную и духовную сферу студентов (включая три взаимосвязанных операционных модуля: образовательного, валеометрического и практического) является, таким образом, главным операционной составляющей концепции.

4. Направления и организационные формы учебно-методической и воспитательной работы. Физическая культура является важной общественно-исторической формой межличностного общения студентов. Любые ее проявления на социокультурном и биологическом уровнях являются элементами учебно-трудовой деятельности студентов, требующими умений самостоятельно решать аналитико-рефлексивные, конструктивно-прогностические, организационно-деятельностные, оценочно-информационные и коррекционно-регулирующие задачи. Это позволяет рассматривать физическую культуру в виде модели человеческого учения, которая реализуется в учебно-воспитательном процессе по следующим направлениям:

- формирование физической культуры личности как базового фактора ее гармоничного развития, высокой профессионально-трудовой активности, эффективной организации досуга, творческого долголетия;
- воспитание высоких морально-волевых и физических качеств, нравственно-психологической и физической готовности к высокопроизводительному труду и защите Родины;
- повышение гуманистической направленности и методического уровня преподавания в вузе предмета «Физическая культура»;

- содействие овладению каждым студентом навыками продуктивной самостоятельной работы и научной организации труда, всестороннему развитию личности путем включения в разнообразные виды физкультурно-спортивной деятельности;
- сохранение и укрепление здоровья студенческой молодежи;
- повышение роли воспитательного воздействия студенческого коллектива и его органов самоуправления на всех уровнях.

Необходимым условием эффективности учебно-воспитательной работы в вузе является культура ее организации как в научно-методическом, так и в управленческом аспектах при взаимодействии всех ее компонентов. Организационными формами учебного процесса являются групповые и индивидуальные теоретические и практические занятия (сочетающие теорию с практико-ориентированной деятельностью студентов во внеучебное время), консультации, зачеты, лекции, семинары, тренинги, стажировки, курсовые и дипломные работы, нацеленные на сохранение целостности учебно-воспитательного процесса, повышение его образовательного эффекта. Внеучебные (самостоятельные) занятия организуются в форме: выполнения физических упражнений и рекреационных мероприятий в режиме учебного дня; занятий в спортивных клубах, секциях, группах по интересам; самодеятельных занятий физическими упражнениями, спортом, туризмом; массовых оздоровительных и физкультурно-спортивных мероприятий по гигиеническому, спортивному, профессионально-прикладному и лечебному направлениям деятельности.

Учебный процесс должен осуществляться в течение всего периода обучения студентов в вузе, предусматривая соответствие сложности избранного вида двигательной деятельности подготовленности и индивидуальным психофизическим особенностям студентов. Формирование необходимых навыков здорового стиля жизни студентов обусловлено: во-первых, их ориентацией на репродуктивные образцы ценностей физической культуры и развитием творческого мышления, способности к созданию собственных проектов физического совершенствования; во-вторых, осознанием своего места в природе и обществе и развитием потребности в непрерывном физкультурном образовании, проектировании персонифицированной модели здорового стиля жизни; в-третьих, освоением современных физкультурно-педагогических технологий (кондиционной тренировки, адаптивной психофизической коррекции, профессионально-прикладной подготовки и ментального тренинга), обеспечивающих самореализацию культурного потенциала.<sup>20, 21, 23, 24</sup>

5. Информационное обеспечение физической культуры в системе ВПО. С учетом Федерального закона «О внесении изменений и дополнений в Федеральный закон «О высшем и послевузовском образовании», а также принятых в этой связи ряда законодательных актов, например, приказа Министерства общего и профессионального образования РФ «О мерах по созданию единой системы дистанционного обучения в регионах РФ» №

14-55-282 ин/15, особую роль в организации учебных и внеучебных форм занятий приобретают *Internet*-технологии.<sup>2, 7, 9, 10</sup> Использование с этой целью информационной среды *WWW* (*World wide Web*) вузовской компьютерной сети *RUNNET* позволяет студентам самостоятельно в интерактивном режиме осваивать учебно-методические материалы, выполнить контрольные задания и проводить самооценку состояния в унифицированном информационном формате. Федеральная университетская компьютерная сеть *RUNNET* является на сегодняшний день крупнейшей научно-образовательной сетью России. Она представляет корпоративную технологическую структуру, управляющую координацией, отбором и контролем более 500 *WWW* серверов телекоммуникационных сетей *RUNET* и *RUNNET*. Количество баз данных других информационных ресурсов, размещенных на *WWW* и *FTR* серверах учреждений системы образования России в настоящее время исчисляется десятками тысяч. Как одна из наиболее перспективных внеучебных форм занятий, дистанционное физкультурное образование призвано осуществлять следующие функции:

- повышение однородности и качества услуг физической культуры студентов;
- развитие единого образовательного пространства, обеспечивающего удовлетворение потребности студенческой молодежи в физкультурно-образовательных услугах;
- повышение социокультурной активности студентов, уровня их самосознания и расширение кругозора.

Создание таких телекоммуникационных сетей образования, как *RUNET*, *RUNNET*, *FREENET* и других, несомненно явилось важным шагом в развитии новых информационно-образовательных технологий в России. Таким образом, процессы технологизации физической культуры студентов оптимально сочетаются с информатизацией учебно-воспитательного процесса в рамках личностно-ориентированного подхода. Это способствует, как нам представляется, развитию системы автоматизированного педагогического мониторинга физической подготовленности студентов, а также позволяет направить усилия кафедры физического воспитания на разработку и внедрение в учебный процесс электронных учебников, справочников, электронных обучающих игр, соответствующих международным нормам.

Следующий этап развития единой информационной среды физической культуры в системе ВПО будет, по-видимому, фокусироваться на передовых технологиях в информационных сетях. Правильный выбор вектора развития во многом определит научно-технический уровень дальнейшего развития физической культуры в системе ВПО. Пути решения данной задачи связаны с разработкой глобальной демонстрационной сети – *Super-RUNET* – на быстрых каналах (включая технологии синхронной и асинхронной передачи данных в оптических каналах типа *SDN-Synchronous Digital*), которая является полифункциональной системой коммуникаций.

Вместе с тем, расширение возможностей кафедр в использовании новых информационных технологий (пространственные данные, встроенная графика, мультимедиа и др.) требуют не только формирования гибкой системы управления учебно-воспитательным процессом, но и пересмотра устаревших представлений о проектировании, поддержании и сопровождении информационных сетей, которые должны отвечать следующим требованиям:

- способностью функционировать в условиях информационной и реализационной неоднородности и автономности информационных ресурсов;
- достоверностью, целостностью и минимальной избыточностью создаваемых баз данных;
- унифицированными механизмами обработки информации в системе информационных ресурсов;
- возможностью их интегрирования в более сложные образования, основанные на интероперабельном взаимодействии компонентов;
- реализацией объектно-ориентированного подхода к программированию для организации информационных интерфейсов;
- способностью к реконструкции, как непрерывного процесса развития и совершенствования, с учетом повышающихся требований к качественной однородности результатов;
- интеграцией программно-методических комплексов, обеспечивающей их универсальность.

Внедрение в практику предлагаемого управленческого подхода на базе комплексной компьютеризации учебного процесса, наряду с повышением качества и однородности учебно-методической и научно-исследовательской деятельности, повысит эффективность (оперативность и гибкость) планирования, педагогического контроля и учета.

6. Формирование экономических основ развития физической культуры в системе ВПО. С конца 90-х годов стала реальностью положительная тенденция увеличения расходов из федерального бюджета на развитие физической культуры в системе ВПО. Однако вполне очевидно, что выделяемых бюджетных средств сегодня недостаточно для решения обострившихся в последнее десятилетие проблем. Перемены положения, сложившегося в результате перехода к рыночным отношениям, в ресурсном и финансовом обеспечении физической культуры студентов, как показывают результаты наших исследований, могут быть достигнуты в холистической системе: государство – вуз – межвузовский (комплексный) физкультурно-спортивный центр (оборудованный спортивными залами, бассейном), где предпринимательская деятельность в оказании физкультурно-оздоровительных (консультативно-образовательных и информационных) услуг, наряду с бюджетным финансированием являются главными экономическими механизмами ее развития. Источниками их стабильного финансирования (и расходов) в новых условиях являются: целевые средства, вы-

деляемые Министерством образования Российской Федерации; средства научных и других фондов, выделяемых в форме грантов; долгосрочная контрактная форма работы с высококвалифицированными спортсменами; доходы, получаемые от реализации дополнительных физкультурно-образовательных программ и спортивной лотереи (в том числе в интернете); средства российских и зарубежных партнеров; внутривузовские финансовые ресурсы от предпринимательской (оказания платных услуг), рекламной и издательской деятельности; средства, поступающие по прямым договорам с заказчиками физкультурного образования и благотворительные средства частных и институциональных спонсоров и доноров.<sup>6, 16, 18</sup> В соответствии с Национальной доктриной образования предполагается повысить финансирование образования с 6 % (до 2003 г.) до 10 % (до 2025 г.) в расчете от валового внутреннего продукта. Первые ощутимые шаги к улучшению финансирования делаются уже в настоящее время - в 2003 году на создание подобных комплексных физкультурно-спортивных центров в Санкт-Петербурге планируется выделить более 480 млн руб.

Эконометрическая эффективность деятельности Центра обусловлена использованием сегментационного подхода, предусматривающим введение государственного образовательного кредита или компенсацию затрат по установленному нормативу в пределах квоты приема студентов в вуз, расширение рынка физкультурно-оздоровительных и консультативно-информационных услуг в различных видах активного досуга студентов, а также определение направления развития, где он может занять лидирующее положение в системе ВПО. Данный подход предусматривает также стимулирование инвестиционных процессов и расширение предпринимательской деятельности, определяющих работу противозатратного финансового механизма, где физкультурно-спортивный маркетинг рассматривается как капиталовложение, а не статья расходов. Переходя от затратного принципа к рыночным механизмам, деятельность Центра обеспечивает сбалансированность интересов всех участников физкультурно-образовательного процесса и формируя на этой основе единые цели и потребности физкультурного образования в студенческой среде. Рассмотрение коммерческой ценности физической культуры, как способа предоставления физкультурно-спортивных услуг, позволяет таким образом, пересмотреть существующие подходы к их финансированию, связанные с повышением их коммерческой ценности (соответствие рейтингов предлагаемых услуг их рыночной стоимости). Опора на экономические законы делает, таким образом, жизнеспособным хозяйственный механизм развития физической культуры в системе ВПО, определяет совокупность маркетинговых принципов менеджмента ресурсов, а также ее инновационной структуры (усиление позиций бренда, бизнес-целей).

7. Кадровое обеспечение учебного процесса. Актуальным направлением кадровой политики, проводимой в сфере вузовской физической культуры, является стимулирование инновационной активности преподава-

тельского состава путем использования целого комплекса социально-экономических стимулов: 1) улучшения условий работы (оптимизации режима учебной нагрузки, ее объема насыщенности, насыщенности, комфортности, достижению относительно автономности в труде); 2) обновления содержания педагогического труда (разнообразия используемых приемов и методов работы, творческого подхода к своей деятельности); 3) создания необходимых условий для его личностного и профессионального роста. Реализация рассмотренных положений концепции предусматривает опережающую подготовку педагогических кадров, связанную с преодолением информационно-экстенсивного характера и предметно-разобренным содержанием специального физкультурного образования. Несомненно, этому способствует формирование на кафедрах физического воспитания инновационного климата, здоровой интеллектуальной конкуренции, стимулирующих качество профессиональной деятельности педагогов. В свою очередь, это предусматривает возобновление практики сертификации работников сферы физической культуры в системе ВПО. Реализация новаций концепции достигается в рамках федеральной программы «Интеграция науки и высшего образования России на 2002-2006 годы», «Педагогика единого целостного мира» и обусловлена внедрением в практику новых обучающих технологий, которые целесообразно подразделять на: 1) *организационно-педагогические*, предусматривающие использование интегративных методов организационного развития физической культуры в вузе; 2) *технологические*, предусматривающие внедрение в практику передовых информационных технологий, видов педагогического контроля (педагогического мониторинга); 3) *социально-педагогические*, определяющие динамику развития мотивационной сферы студентов и преподавательского состава; 4) *прогностические*, связанные с разработкой персонифицированных моделей их телесного, интеллектуального и духовного развития.<sup>13, 15, 16, 19</sup>

*Заключение.* Анализ результатов внедрения концепции в практику работы Комитета по физической культуре и спорту Администрации С.-Петербурга, Комитета по делам молодежи, физической культуре, спорту и туризму Правительства Ленинградской области, С.-Петербургской государственной академии физической культуры имени П.Ф. Лесгафта, Российского государственного педагогического университета имени А.И. Герцена и трех государственных вузов Санкт-Петербурга: университета экономики и финансов, инженерно-экономического университета и технологического университета показывает жизнеспособность предлагаемой модели антикризисного развития физической культуры в системе ВПО. Создание и функционирование на базе трех вузов физкультурно-спортивного центра обеспечило, даже в условиях современного дефицита финансовых ресурсов развитие, востребованных студентами видов физической активности: шейпинга, степ-аэробики, гидрошейпинга, плавания, бодибилдинга, а также культивирование более 20 видов спорта. Высоко-

квалифицированные спортсмены межвузовских команд по плаванию, легкой атлетике, волейболу, борьбе входят в состав сборных команд России.

### Литература

1. Аристова Л.В. Государственная политика в сфере физической культуры и спорта (Теоретические проблемы социальной политики. Особенности государственного регулирования)// Теория и практика физической культуры. – 1999. - № 5.- С.2–8.
2. Виленский М.Я. Целеполагание в образовательном процессе по физическому воспитанию студентов и подходу к реализации его содержания// Физическая культура молодежи в XXI веке: Материалы 1 науч.-практ. конф. ВУЗов ЦЧР России. –Воронеж: ВГУ, 2001. – С.127-134.
3. Войнар Ю. Подготовка физкультурных кадров. Традиции, реалии, перспективы: Монография. – СПб.: РГПУ им. А.И. Герцена, 2000. – 228 с.
4. Гостев Р.Г. Основные направления развития физической культуры и спорта в вузах России в начале XXI века// Физическая культура молодежи в XXI веке: Материалы 1 науч.-практ. конф. ВУЗов ЦЧР России. – Воронеж: ВГУ, 2001. – С.127-134.
5. Григорьев В.И. Физическая культура// Рабочие программы учебных дисциплин 1-го и 2-го годов обучения. – СПб.: Изд-во СПбГУЭФ, 2002. – С.63-80.
6. Григорьев В.И. Социокультурная интеграция содержания неспециального физкультурного образования студентов вузов: Автореф. докт. дисс./ СПбГАФК, 2002. – 60 с.
7. Григорьев В.И., Малинина С.В. Олимпийское образование студентов: теория, методика, практика: Учебное пособие. – СПб.: Изд-во СПбГУЭФ, 2002. – 202 с.
8. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура в XXI веке// Физическая культура молодежи в XXI веке: Материалы 1 науч.-практ. конф. ВУЗов ЦЧР России. – Воронеж: ВГУ, 2001. – С.266-269.
9. Интеграция науки и высшего образования России: Федеральная целевая программа на 2002-2006 годы. – М.: Мин. обр., 2001. – 21 с.
10. Комков А.Г. Социально-педагогические основы формирования физической активности школьников: Монография. – СПб.: НИИФК, 2002.- 228 с.
11. Концепция развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2005 года // Теория и практика физич. культуры. - № 4. – 2001. – С.2-8.
12. Костюченко В.Ф. Концепция специального профессионального образования в вузах физической культуры в современных условиях: Автореф. дис... докт. пед наук. - СПб.: СПбГАФК, 1997. – 39 с.
13. Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта: Учеб. пособие. – М.: Издательский центр «Академия», 2001.

14. Лубышева Л.И. Теоретико-методологические и организационные основы формирования физической культуры студентов: Автореф. докт. дисс. – М.: ГЦИФК, 1992. – 58 с.
15. Матвеев А.П. Теоретико-методологические основы формирования учебного предмета «Физическая культура» в общеобразовательной школе: Автореф. дис... докт. пед. наук. – М.: РГАФК, 1997. – 70 с.
16. Пельменев В.К. Физическая культура и спорт в эксклавному регионе России: Состояние и перспективы: Монография. – Калининград: Изд-во КГУ, 2002. – 297 с.
17. Примерная программа дисциплины «Физическая культура» Федерального компонента цикла общегуманитарных и социально-экономических дисциплин в государственном образовательном стандарте высшего профессионального образования второго поколения. – М., 2000. – 34 с.
18. Таймазов В.А. Совет действует// Петербургская еженедельная спортивная газета. № 591. – 2002.
19. Утишева Е.В. Физкультурное образование: социально-педагогические и социологические проблемы/ СПбГАФК. – СПб., 1997. – 136 с.
20. Физическая культура студента: Учебник/ Под ред. В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2001. – 448 с.
21. Физическое воспитание студенток/ Под ред. В.М. Михалени. – Мн.: Дизайн ПРО, 1998. – 128 с.
22. Физическая культура: Учебное пособие/ Под ред. В.А. Коваленко. – М.: Изд-во АСВ, 2000. – 432 с.
23. Хакунов Н.Х. Физическая культура в системе образования. – М.: Современный спорт, 1994. – 132 с.

## **НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ МЕНЕДЖМЕНТА В ФИТНЕС-КЛУБЕ**

**Л.И. Иванова**, член БПА

Широко известно, что на Земле ухудшается экологическая обстановка, к человеку предъявляются повышенные требования в процессе производства, уменьшается объем экологически чистых продуктов питания, воды, воздуха. Все это приводит к ухудшению здоровья людей. «Молодеют» многие болезни, которые раньше были уделом только пожилых людей (гипертония, остеохондроз, болезни сердца и др.), повышается количество дней пропущенных в работе или в учебе по болезни. Необходим поиск активных средств противодействия неблагоприятным условиям жизни и деятельности людей. К числу таких важных средств, несомненно, относится физическая культура. Она решает проблему укрепления здоровья нации, являясь одним из важнейших условий и факторов высокой производительности труда, увеличения объема и повышения качества производимых то-

варов и услуг. Выше изложенное обуславливает формирование у людей потребностей в постоянном физическом совершенствовании, осознанном, грамотном отношении ко всем видам двигательной деятельности и средствам укрепления здоровья. Для этого используются индивидуальные и групповые занятия, которые могут проводиться в спортивных клубах, в фитнес-центрах, дома.

За последние годы появились модные увлечения – дельтапланиризм, виндсерфинг, веллнес, фитнес, и др.

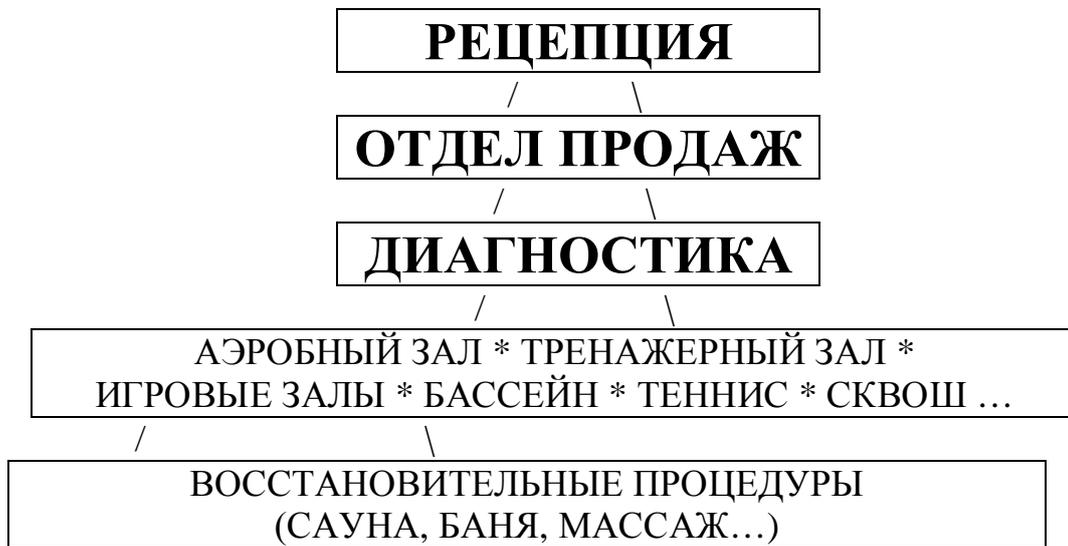
Фитнес–клубы организуются в вузах, на предприятиях, в офисах, в фирмах. Главной целью является организация досуга в интересах укрепления здоровья, а не достижения предельных показателей в двигательной деятельности. Фитнес связан со стремлением к наивысшему уровню жизни, включающему интеллектуальную, социальную и физическую составляющие. Здоровый образ жизни представляет собой динамическое, многомерное состояние, связанное с условиями окружающей среды и индивидуальными интересами. Фитнес является необходимой составляющей здорового образа жизни.

Для того, чтобы решать задачи данного направления необходимо профессионально вести работу в фитнес-клубах.

Структура фитнес-клуба представляет сложный механизм. Чтобы он был эффективным и приносил положительные результаты, необходимо знать принципы грамотного руководства. К ним относятся следующие:

- сочетание принципов коллективизма и индивидуальный подход;
- правила и принципы клуба должны быть просты и понятны. Они разрабатываются с точки зрения понимания их членами клуба;
- отношение ко всем посетителям и членам клуба должны быть едины;
- менеджеры должны принимать активное участие в жизни клуба по обслуживанию посетителей;
- профессиональный подход к осуществлению продаж членства в клубе, в рамках предоставления физкультурно-спортивных услуг.

На основе данных принципов руководства, должна строится дееспособная структура фитнес-клуба. В настоящее время структура фитнес-клуба имеет следующую схему:



Данная структура отражает последовательность прохождения клиентами клуба всех структурных звеньев, как в начале занятий в клубе, так и на последующих этапах.

Имидж фитнес-клуба, как один из аспектов его продвижения на рынок потребителей, складывается из впечатлений гостей и членов клуба. Свое мнение о клубе они составляют от услышанного, увиденного и от приема оказанного им сотрудниками клуба. Наиболее часто контактируют с посетителями клуба рецепция и персонал по продажам. Для того, чтобы гости уходили из клуба с хорошим настроением, необходимо знать основные факторы, формирующие как позитивное, так и негативное впечатление.

К этим факторам можно отнести следующие:

*1. Факторы, формирующие позитивное впечатление:*

- радушный прием;
- вежливое отношение, приятный голос, улыбка на лице;
- предвидение нужд гостя, немедленное решение проблем гостя;
- желание сопровождать гостя по клубу, объясняя его особенности;
- безупречный внешний вид.

*2. Факторы, формирующие негативное впечатление:*

- появление на рецепции персонала без униформы;
- спор между сотрудниками в присутствии гостей и членов клуба;
- некорректное поведение руководителя подразделения или клуба в присутствии посетителей;
- оставленный без внимания гость;
- неаккуратно расставленная мебель;
- хмурый взгляд работников клуба;
- Громкий голос, отсутствие любезности в разговоре.

Все эти факторы формируют культуру фитнес-клуба. Культура клуба базируется на системе ценностей. Групповые нормы – оказывают влияние на поведение отдельной личности. Норма подсказывает сотрудникам клуба, какое поведение является предпочтительным, какое должно быть отношение к клиентам. Признаком стабильности клуба – устоявшиеся «правила игры», которые и определяют корпоративную культуру клуба. Чем выше культура, тем меньше требуется контролирующих акций, так как большинство людей знают, что им делать в большинстве ситуаций, опираясь на корпоративные ценности. Основным элементом корпоративной культуры: гордость сотрудников за то, что они работают в своем клубе. Клуб с низким уровнем культуры характеризуется отсутствием долгосрочных целей. Если руководитель считает, что корпоративная культура не сформирована или не устраивает его, он может ее изменить.

Стремясь к успеху клуба на внешнем рынке, руководство клуба заботится о формировании внешнего имиджа в глазах клиентов и партнеров. Он создается эффективной рекламой компании, современным дизайном помещений, качеством услуг, уровнем обслуживания и пр. Весьма важным аспектом корпоративной культуры фитнес-клуба является стиль и особенности деятельности руководителя (табл.1).

Таблица 1

### Особенности деятельности руководителя

Менеджер	Лидер
администратор	инноватор
поручает	вовлекает
работает по целям, спущенным сверху	работает по целям, поставленным лично
основа действий - план	основа действий – видение перспективы
полагается на структуру	полагается на людей
использует доводы	использует эмоции
контролирует	доверяет
поддерживает движение	дает импульс движению
профессионально компетентен	энергичен и авторитетен
принимает решение	превращает решение в реальность
выбирает нужные стратегии	берет ответственность за свои выборы
уважаем сотрудниками	вызывает доверие у сотрудников
управляет ресурсами и процессами	ведет людей за собой

Если руководитель является лидером в клубе – это залог успеха.

Таким образом, перечисленные нами аспекты деятельности фитнес-клуба отражают во многом наличие системы менеджмента в клубе и дают возможность определения основных направлений для совершенствования работы фитнес-клуба в целом.

-----

## **АКТУАЛЬНОСТЬ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ЖИЗНЕННОЙ СТРАТЕГИИ ЛИЧНОСТИ В АСПЕКТЕ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ**

**М.Д. Киселев**

Цель образования сегодня заключается в том, чтобы подготовить конкурентоспособную личность, востребованную на рынке труда, развить у учащихся потребность в самоизменении, заинтересованность в знаниях. При этом ключевыми задачами выступают ценностные ориентации, направленные не только на мотивы экономического порядка (доходы, уровень собственного благополучия, прибыли от деятельности и т. д.), но и учитывающие в качестве приоритетных мотивы гуманистического характера (творческая самореализация, человеческая личность, духовные ценности). Развитие конкурентоспособной личности с построением ею активной жизненной стратегии направленной на успех либо самореализацию должно изменить наши представления о том, что считать главным итогом социально-экономического развития, что и как может быть использовано в процессе осуществления экономических реформ. Нравственный, морально-этический подход в образовании будет способствовать не только формированию нравственной и гармоничной личности, но и правильной постановке и успешному решению экономических и социальных проблем в обществе.

Сегодня проблема построения жизненной стратегии личности, повышения уровня ее конкурентоспособности чрезвычайно актуальна как в мире так и в России. Работы таких авторов как Власова А. А., Калининград, 2000; Душкина О. В., Смоленск, 2001; Журина Л. А., Самара, 2000; Митина Л. М., Москва, 2002; и др. позволяют говорить об актуальности изучаемой проблемы в всероссийском масштабе. В мировой практике изучение личности и факторов способствующих ее максимально быстрому продвижению по общественно-социальной лестнице началось с 1950 – х годов и нашло свое отражение в работах Адлера А., 1980; Бернса Р., 1981; Битса Р., 1950; Блука Д., 1951; Франкла В., 1953, и др.

Проводя анализ ценностных характеристик выдвигаемых на первый план современными западными исследователями, мы обнаружили грань ярких различий, которые позволяют говорить о неприемлемости западного пути построения модели конкурентоспособной личности.

В России акцент делается на духовный мир человека, его отношение к окружающей действительности с формированием таких качеств, которые будут способствовать максимальному проявлению знаний и умений полученных в процессе обучения при трудоустройстве (Ворошилов В. В., 1998; Зюзько М. В., 1997; Калюткин Ю. Н., 1996; Лотошкин Л. И., 1995; Митина Л. М., 2002). Путь предлагаемой западными специалистами основан, прежде всего, на разработке идеальной модели (без учета личностных, индивидуальных свойств), способной выявить слабые стороны соперника, и умения их противопоставить своим сильным сторонам. Акцент делается, прежде всего, на лидера, в основу процесса воспитания положен закон борьбы за существования, где выживает сильнейший. Последние исследования в области жизненных стратегий проведенные Мак Гро в 2002 году, и нашедшие свое отражение в книге «Жизненные стратегии» показывают существующую оторванность идей направленных на развитие конкурентоспособной личности, формирование у нее активной жизненной стратегии ученых запада и России. Причиной такого различия в подходах по формированию является, прежде всего: различие в идеалах, культурные ценности общества, различие в процессах общественного и социального развития, менталитет личности. (Кеттелла Р., 1991; Ферштейн Р., 1990; Мак Гро, 2002; Митина М. Л., 2002).

Период личностного и профессионального самоопределения хронологически (16-21 год) совпадает с кризисом юности. Для этого периода жизни характерно становление нового уровня самосознания, выработка собственного мировоззрения, поиск смысла жизни. Все это активизирует процессы самоопределения и самопознания, проектирования себя в профессии (Власова А. А., 2001; Душкина О. В., 2001; Митина Л. М., 2002). Однако в существующей системе общего и профессионального образования учащимся предлагают готовые цели, которые он должен принять, стандартное, жестко структурированное содержание образования, устоявшееся форма работы и контроля. Такая организация педагогического процесса исключает необходимость и возможность выбора и построения учащимися собственной программы самообразования, снимает с него ответственность за результаты обучения.

Вчера и сегодня педагог и ученик разные. Время диктует новые условия развития общества. Теперь, когда нет государственного распределения по специальностям, личность должна уметь самостоятельно заявить о себе, как о специалисте, а вступая в конкурентную борьбу, - как о лучшем специалисте в данной области. Поэтому, педагогика, как наука сегодня должна не только воспитывать и обучать, но и способствовать формированию лидерских качеств личности. Предлагая новые подходы, отношения, формируя способности, новая педагогика привлечет интерес учащихся своей жизненной актуальностью, будет осуществлять контроль за формированием активной конкурентоспособной жизненной стратегии.

Таким образом, психолого-педагогическая работа с учащимися призвана развивать у них интегральные характеристики личности, создать возможность продуктивного решения центральных задач возраста, психологически грамотно ввести их в смысл, назначение, ценностное содержание разных типов профессиональной деятельности и обеспечить превращение учащегося из объекта педагогического воздействия в субъекта общего и профессионального образования, обеспечить условия развития конкурентоспособной личности.

## **ВОЗМОЖНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ МАРКЕТИНГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИХ СПОРТИВНЫХ ШКОЛАХ**

**Т.Э. Круглова**, член БПА, руководитель секции Управленческой деятельности БПА, кандидат педагогических наук, доцент

Знаковым событием для развития сферы физической культуры за последние несколько лет стало изменение отношения государства к проблемам отрасли. Об этом свидетельствует выступление Президента РФ, председателя Правительства РФ и других представителей органов власти, а также ряд нормативно-правовых актов, принятых в период с 2000 по 2003 год.

Совершенствование законодательства в области физической культуры и спорта должны в частности способствовать тому, чтобы в рыночных условиях отрасль финансировалась не только из бюджетных, но и из внебюджетных источников.

Так, законодательством предусматривается среди прочего создание благоприятных условий для спонсоров и инвесторов, направляющих свои средства для сборных команд России и подготовку спортивного резерва в ДЮСШ.

В связи с этим, необходимо отметить, что тенденция к замедлению роста числа спортивных школ, наметившаяся в середине 90-х годов, сменилась в последние годы стабильным ростом числа спортивных школ и занимающихся в них. Количество ДЮСШ и СДЮШОР увеличилось почти на 5 %, а контингент учащихся в них - на 9 % . Во многом такой положительной динамике способствовала организация предпринимательской деятельности в спортивных школах. Вместе с тем, еще многие руководители не могут и не имеют соответствующих знаний для проведения предпринимательской деятельности, в частности для проведения маркетинговых исследований. В связи с этим мы разработали алгоритм и процедуру проведения маркетинговых исследований в рамках методических рекомендаций для руководителей спортивных школ.

В контексте спортивного маркетинга, который является предметом нашего внимания, под «продуктом» понимается непосредственно спортивное мероприятие, либо товар или услуга, которые могут производиться (товар), либо предоставляться (услуга) населению. Другими словами, под «спортивным маркетингом» понимаются любые продажи или общественно значимая деятельность, связанные с проведением спортивных событий. Продуктом сферы спорта могут быть, кроме того, определенные лица, территории и идеи. Спортивный маркетинг должен быть связан со всеми указанными разновидностями продукта и разрабатываться с учетом их специфики.

**Маркетинг спортивных услуг** включает в себя предоставление разнообразных услуг населению, основными из которых являются:

- услуги по организации занятий физической культурой и спортом;
- консультационные услуги;
- зрелищные услуги;
- услуги по прокату спортивного инвентаря и др.

Услуга рассматривается здесь, как правило, в форме определенной деятельности производителя (тренера, инструктора, консультанта) что отличает маркетинг товаров как процесса материального производства от маркетинга услуг как неосязаемого мероприятия, где очень важен момент «доверия» потребителя услуги (занимающегося) к производителю услуги.

Необходимость выявления потребностей в физкультурно-спортивных услугах и их удовлетворения определяет **содержание** маркетинговой деятельности учреждения. Так, содержание маркетинговой деятельности, например, такого учреждения как ДЮСШ должна включать в себя:

- проведение маркетинговых исследований, направленных на изучение спроса потребителей на конкретные физкультурно-спортивные или услуги;
- определение целевого рынка (сегмента как части населения) для разработки и предоставления услуг по физической культуре именно для этого конкретного сегмента общего рынка потребителей;
- непосредственно разработка программы или бизнес-плана оказания услуг, для предоставления желающим заниматься физической активностью;
- определение цен на услуги;
- распределение продукции (организация «продажи услуг»);
- продвижение услуг на рынке потребителей с помощью рекламы и других средств стимулирования.

Необходимо раскрыть сущность маркетинговых исследований. **Маркетинговые исследования** – это специально организованная систематическая деятельность по сбору, регистрации и анализу данных относительно проблем, касающихся маркетинга товаров и услуг.

Каждое исследование представляет собой комплексное понятие, включающее все виды научно-исследовательской деятельности. Оно должно базироваться на принципе научности, что подразумевает объективность и точность полученных данных.

В сфере физической культуры и спорта в качестве *объекта* маркетинговых исследований выступают самые различные явления и процессы, в которых проявляется проблемная ситуация. Эта проблемная ситуация становится главным предметом исследования.

Маркетинговое исследование всегда включает три составные части: сбор, обработку и сводку информации.

Информация в маркетинге может быть полной и качественной в случае, если в ДЮСШ:

- существуют специалисты (работники) по сбору и обработке информации (если таковых нет, то нужно их готовить);
- разработаны приемы и способы сбора и обработки информации;
- существует в наличии оборудование по сбору, анализу и хранению информации (компьютеры и другая техника).

Среди *основных источников информации*, которые можно и нужно использовать руководителям спортивных учреждений (ДЮСШ), можно назвать следующие:

- *публикации* (цифровые, теоретические, фактографические) в средствах массовой информации (газетах, журналах), а также в официальных справочных изданиях, отраслевых бюллетенях, в научной или публицистической литературе;
- информация, приобретаемая в различных *статистических отделах* (исполкомах, комитетах и пр.), иногда на коммерческих началах (в специальных структурах, занимающихся сбором информации). Там же можно получить интересующие демографические данные, данные о ценах, доходах и расходах населения и другие социально-экономические показатели;
- данные *специальных обследований*, проводимых самим спортивным сооружением среди населения. Можно получить данные о том, сколько детей в общеобразовательных школах данного района занимаются спортом, в том числе по отдельным видам, какие это виды спорта, возраст детей, их социальный состав и пр.

Существуют различные виды опросов. Так, среди устных опросов в качестве респондентов в сфере физической культуры и спорта выступают занимающиеся спортом, потенциальные занимающиеся (жители микрорайона, предприятия на территории ДЮСШ еще не охваченные предложением по физкультурно-спортивным услугам), специалисты, эксперты и пр.

Среди *рекомендаций по проведению маркетинговых исследований* в ДЮСШ можно привести следующие:

- обсудите и определите необходимость осуществления маркетинговой деятельности в вашей организации (ДЮСШ и др.);

- выявите все проблемы социально-экономического характера вашего предприятия;
- определите точную постановку и формулировку проблемы;
- проанализируйте, можно ли решить эту проблему при помощи маркетинга;
- определите конкретные цели маркетингового исследования;
- определите, необходимо ли выделение сотрудников в самостоятельную группу или отдел для проведения исследования;
- наделите необходимыми полномочиями этих сотрудников (представительские документы и пр.);
- составьте матрицу (таблицу), характеризующую распределение функций (содержания) маркетинговой деятельности между вашими сотрудниками или подразделениями ДЮСШ. По вертикальным столбцам укажите содержание деятельности, а по горизонтали – ответственных работников или подразделения;
- обсудите полученный результат и внесите нужные коррективы;
- определить вид предлагаемых услуг: а) физическую активность; б) сдачу спортивных сооружений в аренду; в) консультационные услуги и пр. Предложение услуг, связанных с физической активностью, включает в себя разработку физкультурно-оздоровительных и других сопутствующих программ (релаксация, реабилитация, рекреация, а именно: массаж, сауны, бассейн, тренажеры, игры для развлечения и отдыха, такие как боулинг, дартс и пр.). Возможно предложение тех видов физической активности, которые культивируются в ДЮСШ. В зависимости от целевого рынка (потребителей услуг – детей, женщин, семей, лиц пожилого возраста и с отклонениями в здоровье) разрабатываются соответствующие программы. Характер услуг может быть обусловлен также географическим расположением организации (парк, курорт, центр города, «спальный» район и т.д.), для того, чтобы использовать природный ландшафт;
- проведите сегментирование рынка потенциальных потребителей (разделите его условно на части-подгруппы со сходными характеристиками спроса). Для этого необходимо знать географию города, плотность населения, его наполняемость различными учреждениями и предприятиями; знать график их работы и т.д. Эти данные можно получить в территориальных органах управления города и района;
- определить образ жизни, особенности характера различных групп населения; отношение к спорту и т.д. Эти данные можно также получить из местной печати, в профкомах предприятий и пр.;
- найдите и изучите своих основных конкурентов. Определите их слабые и сильные стороны; уровень цен на предоставляемые услуги; сравните свои преимущества с характеристикой конкурентов. Найти конкурентов можно по их рекламной информации;
- определите, какие услуги наиболее выгодны для предоставления населению именно в вашей организации, имея в виду и свои внутренние

ресурсы (специалисты (персонал); оборудование, методики проведения занятий; современный дизайн помещений и т.д.);

определите:

- сколько потенциальных потребителей вашей услуги в данном сегменте (районе) рынка;
- сколько реальных потребителей (готовых приобрести услугу сейчас);
- где живут потенциальные потребители Ваших услуг;
- где и как они проводят досуг;
- каков их возраст, доход, семейное положение;
- как они отнесутся к вашим услугам;
- придут или не придут к вам на занятия.

На основе этой информации составьте углубленную анкету. Для этого необходимо:

- определить более содержательную информацию, которую нужно собрать;
- выбрать наиболее эффективный метод проведения опроса;
- продумать оптимальное содержание конкретных вопросов;
- составить последовательность изложения вопросов;
- графически привлекательно оформить анкету;
- получить оценку специалиста по составлению анкеты;
- провести пробное анкетирование;
- разослать по почте с обратным адресом или предложить анкету родителям детей в общеобразовательной школе;
- проанализировать, учитывает ли разрабатываемая услуга экономические, социальные, культурные характеристики ваших потребителей;
- проанализировать, основана ли она на взаимодействии всех заинтересованных сторон (потребителей, организаторов, жителей района, властей);
- обсудить, достаточно ли услуга подкреплена ресурсами;
- подсчитать, соответствует ли она той экономической выгоде, которая запланирована изначально.

Проведение опроса в системе маркетингового исследования может служить базой для организации финансового обеспечения процесса предоставления услуг.

Из анкеты можно узнать, какие варианты оплаты удобны занимающимся:

- оплата за каждое занятие;
- абонементная плата за месяц, полгода, год;
- оплата занятий отдельно от сопутствующих услуг (сауна, бассейн и т.д.);
- оплата сопутствующих услуг отдельно от занятий (персональный инструктор, компьютерное тестирование и др.);

На основании всей полученной информации:

- провести обработку, анализ и интерпретацию данных;
- составить отчет о результатах исследования;
- провести обсуждение отчета;
- принять решение об организации платных услуг.

Таким образом, мы полагаем, что разработанные нами рекомендации, представленные частично в данной статье, должны упростить процедуру поиска и анализа литературы по маркетинговым исследованиям, которая чаще всего отражает фундаментальные труды зарубежных классиков и отечественных маркетологов, и среди которой весьма затруднительно обнаружить литературу адаптированную к сфере физической культуры в нашей стране и адекватную теоретическим знаниям руководителей детско-юношеских спортивных школ.

Для более подробного изучения проведения маркетингового исследования можно воспользоваться следующей литературой:

1. Белявский И.К. Маркетинговое исследование: информация, анализ, прогноз: Учебное пособие. – М.: Финансы и статистика, 2001.
2. Кутепов М.Е. Маркетинг в зарубежном спорте: Учебное пособие/ ГЦОЛИФК. – М., 1993.
3. Маркетинговые исследования: Сб. ст. по теории и практике маркетинговых исследований/ Под общ. ред. Е.В. Ромата. – Харьков: НВ.Ф. «Студцентр», 2001.
4. Гилберт А. Черчилль. Маркетинговые исследования. – СПб.: Питер, 2001.

## **СОЦИОКУЛЬТУРНЫЕ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ В МАЛЫХ ГОРОДАХ**

**Р.В. Плашко**, член БПА, кандидат психологических наук, доцент

Основными технологическими звеньями в дидактике являются ответы на три главных вопроса: зачем (для чего) учить? (*цели обучения*); чему учить? (*содержание обучения*); как учить? (*методы обучения*). В последние годы проводился ряд исследований, в которых эти главные вопросы дополняются новыми: как часто учить? как долго учить? ( см., например, ряд статей в газете «Поиск»). Ответы на последние два вопроса лежат, прежде всего, в области политики, экономики, социальной педагогики. Но анализ ответов на эти вопросы невозможен без анализа целей обучения (зачем учить?), что является собственно дидактической проблемой.

Практически все фундаментальные исследования в педагогике по проблематике целеполагания (зачем учить?), выполненные как для средней, так и для высшей школы, направлены на формирование учебных планов и построение учебных программ. Все это - собственно дидактические иссле-

дования, проводимые, грубо говоря, в предположении, что существует определенный корпус научных знаний и следует только найти критерии, позволяющие эти знания в определенной пропорции включать в учебный план.

По нашему мнению, анализ проблемы целеполагания следует начинать с изучения законов формирования социального и государственного заказов в области образования.

Система требований, которая выдвигается обществом к выпускникам высшей школы, именуется в литературе «социальным заказом». Так, например, в Постановлении Государственной Думы «Государственный социальный заказ» (1995г.) дается следующее определение этому термину: «**СОЦИАЛЬНЫЙ ЗАКАЗ** - это конкретная общественная потребность, актуальная для общества в целом или для определённой его части» ([www.wildfield.ru](http://www.wildfield.ru)). В конце 80-х - начале и первой половине 90-х гг. этот термин дважды подвергался критике. При этом оппоненты, как правило, забывали, что необходимо критиковать явление, именуемое термином, а не сам термин. Причина такой подмены заключается в том, что не разграничивались два понятия: «социальный заказ» и «государственный заказ» в области образования, высшего в том числе.

На формирование социального заказа в области образования оказывают влияние целый ряд тенденций развития общества, науки и производства. Эти тенденции можно разбить на две группы.

*Первая группа тенденций* является следствием информационного взрыва, зафиксированного в науковедении в 50 - 60-е гг. XX века. Кстати, именно на эти годы приходится третий период удвоения научных знаний. Эти тенденции таковы: информационный взрыв научного знания; интеграция и дифференциация научного знания; соединение науки и производства; качественные изменения в содержании и характере труда, требующие подготовки специалистов широкого профиля; качественные изменения в содержании и характере труда, приводящие к усилению нравственных критериев в структуре социального заказа.

Данные тенденции не потеряли своего значения и теперь. Однако в 90-е гг. XX столетия появились новые, получившие в этот период наибольшее значение. Это - *вторая группа тенденций*. К ним относятся: образование все больше и больше становится коммерческим производственным процессом; переход на информационные технологии привел к информатизации образования; следствием этого становится интернационализация образования; заочное обучение заменяется дистанционным обучением; все более и более находят распространение идеи открытого образования; происходит сближение высших учебных заведений и университетов.

Если тенденции первой группы имели явно выраженную методологическую окраску, то тенденции второй группы носят явно выраженный социальный характер.

Анализ указанных тенденций позволяет сделать не совсем неожиданный вывод: знаний, полученных в обучении, уже не хватает на всю остав-

шуюся жизнь. Чтобы обеспечить и гарантировать дальнейший профессиональный и карьерный рост, владелец диплома о высшем образовании должен в последующие годы доучиваться и переучиваться. Поэтому систему высшего образования в малых городах следует рассматривать как необходимое звено общей системы непрерывного образования.

Социальный заказ формируется под воздействием и при непосредственном участии общественного мнения, выразить которое могут и отдельные представители общества, и конкретные его слои, и непосредственно все общество в целом. Социальный, в отличие от государственного, заказ в области образования гибок, его временные рамки подвижны и в какой-то мере условны. Следует отметить, что социальный заказ на подготавливаемых в вузах специалистов имеет статус гипотезы.

Государственный заказ, обладая твердыми временными рамками, конфликтогенен не только на границах временных рамок, но и обладает нормативной модальностью.

Формируясь в общественной системе, социальный и государственный заказы в области образования могут и в какой-то степени должны обладать сходными признаками. В некоторые промежутки времени эти заказы могут совпадать. Именно такое совпадение мы и наблюдаем в последние несколько лет.

Традиционно цели обучения описывались на языке модели специалиста. Однако проделанный нами анализ показал, что цели обучения могут реализовываться и в модели, и в эталоне специалиста

Между исследуемыми явлениями существует соответствие: **социальный заказ реализуется в модели специалиста**, т. к. социальный заказ более «гибок», а модель специалиста, к тому же, обладает вариативными свойствами. **Государственный заказ, имея нормативную модальность, может реализовываться только в виде эталона специалиста.** При этом модель специалиста может трансформироваться в содержание обучения и непосредственно, и через эталон, а эталон специалиста, имея нормативные черты, - только непосредственно в содержание.

Заметим, кстати, что Квалификационные характеристики первого и второго поколений и Государственные образовательные стандарты также и первого, и второго поколений следует относить к *эталонам специалиста*.

Между уровнями подготовки выпускаемых специалистов и системой требований, предъявляемых обществом к этой подготовке, существует разрыв. Этот разрыв носит объективный характер и определяется теми процессами (социальными, экономическими, политическими), которые происходят в обществе, мировом сообществе в том числе. Качество высшего образования зависит в первую очередь от *степени минимизации* наметившегося разрыва в условиях конкретной образовательной системы и даже в условиях конкретного вуза.

Ликвидировать описанный разрыв объективно невозможно, т. к. образовательная система любого типа консервативна. Консерватизм образовательной системы проявляется двояким образом:

- Несмотря на постоянные периодические изменения учебных планов, тем не менее выпускникам присваивается определенная квалификация, позволяющая им работать. Частота смены учебных планов в последние десять лет возросла, но диплом выпускникам, обучаемым по этим учебным планам, все же выдается именно за освоение данного учебного плана.

- Если в учебный план постоянно и непрерывно вносить все знания, необходимые будущим специалистам и изменяющиеся в процессе информационного взрыва, т.е. учитывать высокую их скорость усвоения, то срок обучения для будущих специалистов неограниченно растянется. Это экономически невыгодно. А квалификация присваивается за усвоение знаний, полученных в ограниченные сроки обучения.

Таким образом, степень минимизации разрыва между требованиями общества к уровню и качеству подготовки выпускаемых вузами специалистов и самой этой подготовкой определяется востребованностью выпускников учебных заведений на рынке труда, величиной и динамикой оплаты их труда, устойчивостью спроса на их услуги и вероятностью последующего перехода молодого специалиста на более высокую социальную (престижную) ступень. Все это только одно направление обсуждаемой проблемы, сторона, которую условно определим как *непосредственные перспективы выпускников вузов*. Формула, по которой определяется в этом случае качество подготовки выпускников высших учебных заведений, такова: «теперь и здесь».

Все годы высшая школа выпускала из своих стен более или менее подготовленных специалистов. Реалии последней четверти ушедшего XX столетия таковы, что теперь общество требует подготовки *образованных специалистов*. Изменение требований общества к выпускникам вузов в сторону усиления нравственных показателей объясняется двумя обстоятельствами:

- Если ранее от специалистов требовалось, в основном, освоение своей узкой специальности, то сейчас все более необходимы широкий кругозор, способность черпать информацию и идеи из смежных и даже весьма далеких от избранной специальности областей знания, воспринимать творчески и творчески реализовывать новые, еще не вполне сформировавшиеся идеи. Требование широты мышления становится всеобщим. Широта мышления, творческое решение своих профессиональных задач, самостоятельность принимаемых решений - это требования, являющиеся следствием научно-технического прогресса.

- Гуманизм, будучи мировоззрением, является историческим образованием. Природа формируемого в последнее десятилетие понимания гуманизма описывается формулой:

**ДЕЙСТВИЕ - ОЦЕНКА - ДЕЙСТВИЕ.**

Все это говорит о том, что общество небезразлично к личности выпускаемых специалистов. Теперь качество подготовки выпускаемых вузами специалистов уже оценивается по формуле: «здесь и в будущем».

В основе государственной политики в области контроля качества обучения лежат Государственные образовательные стандарты, созданные для

подавляющего большинства вузовских специальностей. Именно адекватное соответствие учебных планов и образовательных программ Госстандарту позволяет выдавать выпускникам вузов диплом установленного образца. Т. к. для разработки такого стандарта требуются значительные усилия и определенное время, а кроме того Госстандарт действует в течение довольно длительного промежутка времени, то Государственный образовательный стандарт не гибок и не позволяет достаточно быстро реагировать на запросы общества.

Госстандарт не позволяет вносить существенные коррективы в учебные планы открываемых на периферии вузовских филиалов, «приспосабливать» эти планы к имеющимся условиям. С одной стороны, это гарантирует качество подготовки специалистов в таких филиалах, но с другой - отсутствие специалистов определенного профиля и уровня в тех же филиалах этого качества подготовки как раз и не гарантирует.

При разработке учебного плана по вновь открываемым специальностям, которых нет в Государственном стандарте, возникают две, последующих в будущем, проблемы: каковы критерии определения качества подготовки по таким специальностям, коль нет эталона для сравнения; будет ли признаваем диплом, выданный такому специалисту. На практике, как правило, гарантией качества является репутация вуза. Но нередки случаи, когда, не обнаружив названия в общем Классификаторе, владельцу диплома отказывают в приеме на работу.

Государственный стандарт не позволяет реально оценивать в конкретном регионе потребности по вновь вводимым специальностям, не позволяет в этом смысле регулировать образовательное пространство.

Переход на новые технологии обучения, использование информационных технологий привели к необходимости пересмотра содержания учебных дисциплин и к изменению методики преподавания по ним. Простой перенос уже сложившихся учебников и методических разработок в память компьютера нередко приводит к нарушению санитарных норм не только при непосредственной работе студентов с компьютером, но и в течение всего срока обучения по данному курсу. Подготовка же компьютерного варианта учебников требует формализации учебного курса, т.е., его модернизации, частичного изменения содержания, что, в свою очередь, нередко ведет к нарушению Госстандарта.

Все изложенное позволяет сделать следующий **вывод**: Государственный стандарт в области высшего образования как средство реализации государственного заказа в области образования выполняет функции контроля над качеством подготовки будущих специалистов. Это, несомненно, положительная характеристика Государственного стандарта. Но этот же Госстандарт, будучи эталоном, не позволяет гибко реагировать на все изменения социального заказа в области образования.

Другими словами, конфликтогенность государственного заказа в Государственном стандарте не снимается, а присутствует в скрытой форме. Это го-

ворит о том, что помимо быстрого юридического регулирования в области государственной политики в образовании необходимы дополнительные механизмы внешнего контроля в этой области. Без знания законов формирования социального заказа создание таких механизмов контроля практически невозможно.

Формирование социального заказа в области образования подчиняется трем законам.

**Первый закон** (*закон смены центра тяжести социального заказа*): в различные временные интервалы общество предъявляет определенные требования то к личности, то к профессиональным качествам специалистов. Однако центр тяжести таких требований периодически смещается от повышения требований к личности специалистов к повышению требований к их профессиональной подготовке и наоборот.

**Второй закон** (*закон смены границ социального заказа*): смена требований от профессиональных качеств специалистов к требованиям к их личности и наоборот совпадает с периодами социальной напряженности в обществе, с периодами социальных конфликтов, необязательно заканчивающихся революционными изменениями (бифуркационные процессы).

**Третий закон** (*закон смены содержания социального заказа*): в периоды поступательного развития общества в нем усиливаются требования к профессиональной подготовке, в периоды социального напряжения в обществе (во время бифуркаций) усиливаются требования к личности специалиста.

В последние пять - шесть лет в нашем обществе усиливаются тенденции, говорящие о повышении требований к *профессиональной подготовке* будущих специалистов.

Следует заметить, что ни психология, ни педагогика, ни философия **не могут** ответить на вопрос, *как* меняются требования к личности. Другими словами, *невозможно спрогнозировать изменения требований общества к личности на основе этих отраслей знания*. Педагогика, изучая систему образования и воспитания в прошлом, пытается так организовать образовательный и воспитательный процессы в настоящем, чтобы избежать прошлых ошибок. Но при этом педагогика не может предотвратить ошибок в настоящем. Психология пытается объяснить поведение индивидов в настоящем. Социальной психологии иногда удается объяснить поведение больших масс людей в прошлом. Но в этом, последнем, случае часто бывает необходимо привлекать аппарат этики. Все философские концепции в прошлом и настоящем направлены на создание общей и частной картин мира, объективно-субъективной и субъективно-объективной. Но ответить на вопрос, какие изменения произойдут в структуре и характере поведения человека в будущем, не обязательно отдаленном, ни одна из указанных отраслей знания не может.

Понять, почему нельзя спрогнозировать изменения в поведении человека, какие требования будут предъявляться к личности со стороны общества, можно, находясь в рамках социокультурной парадигмы. Так, американский исследователь Лесли Уайт в работе «Наука о культуре» пишет: «Если изме-

няется культура, изменяется и поведение» человека (добавлено нами - Р.В.) (Уайт Л. Наука о культуре // Антология исследований культуры/ Сост. Л.А Мостова.- Т. 1. - СПб., 1997).

Смена парадигмы в социологии молодежи пришла на начало 70-х гг. XX в., после чего молодежь перестала быть объектом воспитания, превратилась в субъект социального действия. Понимание молодежи, ее поведения как субъекта социального действия совпадает с изменением более общей парадигмы в теории человека, когда личность рассматривается как субъект свободной деятельности.

Обращает на себя внимание тот факт, что смена парадигмы пришла на начало 70-х гг. Именно 60-е гг. отмечены в истории как годы молодежных выступлений на Западе. У нас в стране о смене парадигмы заговорили в конце 80-х - начале 90-х гг., когда аналогичные явления стали появляться и в нашем обществе, но на фоне иных социально-политических проблем. Для описания причин подобных явлений в социальной психологии были введены термины «феномен беспорядка», «феномен возмущающего поведения», а сами социальные бури и конфликты получили название «бифуркационные процессы или явления». Данная терминология является заимствованной из физики, где эти понятия используются для описания поведения сверхсложных систем материального мира.

Феномен возмущающего поведения в социальной действительности проявляется прежде всего в эпохи кризисов, в периоды бифуркаций. А.Г. Асмолов высказывав гипотезу о том, что бунт в молодежной среде, ее возмущающее поведение является механизмом вариативности развития культуры. Данная гипотеза полностью согласуется с выше сформулированным положением социологии о том, что молодежь является субъектом социального действия. Более того, отсюда следует, что в эпоху социального кризиса вектор социального действия молодежи направлен на выработку неопределенности в развитии культуры в данный исторический момент времени.

За всеми феноменами возмущающего поведения в любое время, в любых культурах стоит поиск нового пути развития культуры. Эти процессы начинают действовать особенно интенсивно в ситуации бифуркаций и социальных взрывов. Такой поиск нового пути нельзя назвать ни контркультурой, ни антикультурой.

Появление феномена возмущающего поведения и характер его проявления согласуются с законами смены границ и смены содержания социального заказа. А поскольку феномен беспорядка направлен на выработку неопределенности в развитии культуры, то невозможно заранее предугадать, какие именно требования к личности будут предъявляться обществом в период очередной бифуркации.

Феномен запаздывания образования приводит к *противоречию*: с одной стороны, ориентация на стандартные эталоны в культуре и поведении, с другой - деятельность по выработке условий неопределенности в культуре и производстве (шире - в цивилизации). Ориентация на стандартные эталоны

есть следствие установки, в соответствии с которой культура является тем всепоглощающим фактором, который делает индивидуальное мышление и любое сознательное индивидуальное усилие деиндивидуализированным. Выработка же условий неопределенности в культуре и производстве характерна, как выше уже отмечалось, для бифуркационных, кризисных, процессов. Поэтому система требований к специалистам должна быть описана с иных позиций.

Как правило, в эпохи кризисов чаще всего ищут «козлов отпущения», и по целому ряду причин этим «козлом» оказывается молодежь. Именно тогда молодежные движения начинают называть «протестующей культурой», «сопротивляющейся культурой» и т. д. Однако носителями «феномена возмущающего поведения», «феномена беспорядка» может быть не только молодежь. Первая половина 90-х гг. характеризовалась тем, что носителями «сопротивляющейся культуры», «козлом отпущения» были представители старшего поколения нашего Отечества, «отцы и деды», их мироощущение, их взгляды. Тогда, в начале 90-х гг., противопоставление отцов и детей рассматривалось как *конфликт поколений*. Теперь же, на рубеже веков, спустя десять лет, стало ясно, что речь идет о *конфликте культур*: носителями одной культуры является старшее поколение, носителями другой культуры - молодежь, заимствовавшая эталоны и нравственные образцы западного (американского) образа жизни. У нынешней молодежи иные нравственные эталоны, образцы поведения, ценностные ориентации и моральные нормы.

Традиционно переходным периодом в истории России называют конец XIX - начало XX вв. Однако последнее десятилетие уже минувшего XX столетия также имеет все признаки переходного периода: меняется общественный строй, государственная политика, государственные границы, экономические и социальные отношения. Подобная смена государственных и социально-экономических отношений не могла не коснуться образования и культуры.

В настоящее время социальные функции образования стремительно изменяются. Эти изменения происходят как у нас в стране, так и за рубежом. Другими словами, данный процесс носит глобальный характер. Можно выделить следующие направления подобных изменений. Во-первых, *образование становится одним, из основных институтов общества, ответственных за динамику его развития*, так как обеспечивает социальную, профессиональную и территориальную мобильность населения. Во-вторых, *образование становится залогом стабилизации общественного развития*, так как за счет вовлечения в процессы образования подавляющей части населения, создания эффективных траекторий социальной карьеры для представителей различных слоев и групп общества достигаются социальная стабильность и социальный мир, обеспечивающие вышеуказанную мобильность посредством получения соответствующего образования. Иными словами, *уровень полученного образования является мерилем социальных достижений членов общества*.

Система образования в современном мире становится активным элементом при регулировании нагрузки на рынке труда и снимает часть социаль-

ного напряжения: лучше быть обучающимся, чем безработным. Таким образом, получаемая в обучении информация есть один из ведущих ресурсов развития как всего общества в целом, так и отдельного его индивидуума.

Ныне функции образования таковы.

*I. Социальные функции образования:*

- обеспечение условий существования новых поколений;
- снятие социальной напряженности в регионах (лучше быть обучаемым, чем безработным).

*II. Социально-экономические функции образования:*

- переход на новые технологии (практическая реализация научно-технической революции);
- насыщение рынка труда дипломированными специалистами;
- обеспечение социальной и профессиональной мобильности специалистов.

Все эти процессы происходят в рамках *инкультурации*. Таким образом, система образования в современном мире становится активным элементом при регулировании нагрузки на рынке труда и снимает часть социального напряжения. Получаемая в обучении информация есть один из ведущих ресурсов развития как всего общества в целом, так и отдельного его индивидуума.

### Выводы

1. Государственный стандарт не позволяет реально оценивать в конкретном регионе потребности по вновь вводимым специальностям, не позволяет в этом смысле регулировать образовательное пространство.

2. Систему высшего образования в малых городах следует рассматривать как необходимое звено общей системы непрерывного образования.

3. Для системы высшего образования в малых городах наиболее значимыми являются следующие две функции: снятие социальной напряженности в регионе; обеспечение социальной и профессиональной мобильности специалистов с высшим образованием.

## **АНАЛИЗ ОПЫТА АКТИВИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ-БОРЦОВ ПРИ ИЗУЧЕНИИ КУРСА ПЕДАГОГИКИ**

**М.В. Прохорова**, доктор педагогических наук, профессор

**А.Г. Семенов**, доктор педагогических наук, профессор

В вузе физкультурного профиля, также как в художественных и музыкальных всегда остро стоит проблема серьезного отношения студентов к теоретическим занятиям по общим дисциплинам, не рассматриваемым ими как практически значимые для будущей профессиональной деятельности.

К сожалению, к таким дисциплинам, как это ни странно покажется, студенты относят и занятия по педагогике, педагогическим основам воспитательной деятельности и другим, не входящим напрямую в компетенцию их выпускающей кафедры специализации.

Анализ литературы, посвященной подготовке физкультурных кадров непосредственно средствами педагогических дисциплин (Прохорова М.В., Баева Т.Е., Дранюк О.И., Бекасова С.Н., Романова А.В., Белогородцева Э.И. и др. [СПбГАФК], Неверкович С.Д., Маркина Т.А., Михеев А.И. [РГАФК] и др.) показал, что ставятся и решаются вопросы оптимизации педагогической подготовки за счет поиска новых форм и методов обучения (деловые игры, тренинги и др.), разработки содержания образования с учетом новейших достижений педагогической науки; разработки идей обеспечения непрерывного педагогического образования, и др. чисто дидактических проблем.

Однако, как отмечают в своих беседах преподаватели, многие их задумки остаются невостребованными в силу того, что студенты плохо посещают занятия, не готовятся к семинарам, некачественно выполняют учебные задания.

Мы поставили целью решить эти проблемы путем совмещения специализации студентов с базовой спортивной специализацией преподавателя педагогики, в своем решении, исходя из необходимости реализации принципов связи с жизнью и воспитывающего обучения.

Проводя занятия по педагогике, мы стремились показать студентам значимость их вида спорта в решении обществом педагогических задач и их личных достижений, с учетом эффекта «ореола» в работе со спортсменами. Была сделана попытка положительно оценить личность каждого студента, проявив к нему личностный интерес. На тренерском факультете представлены студенты различной спортивной подготовленности: от спортсменов I спортивного разряда до мсмк, членов сборной команды города и России. Среди них были студенты, которые занимались по индивидуальному графику обучения. Нами была поставлена задача убедить этих студентов посещать теоретические занятия при первой возможности, убедить их в положительном влиянии этих занятий на общий теоретический уровень и в том числе на достижение спортивных результатов. Важно было убедить студентов в том, что знание педагогики поможет им в общении с тренером на профессиональной основе, коллегами по команде, при изучении других теоретических дисциплин. Мы старались довести до сознания всех занимающихся необходимость знаний общих методик и переноса их на свой вид спорта с учетом личного опыта.

В процессе работы приходилось неоднократно проводить беседы о значении педагогики в их будущей деятельности, особенно со спортсменами высокой квалификации. На занятиях неоднократно подчеркивалось, что нас объединяет со студентами знание их специализации, что явилось большим подспорьем в завоевании у них авторитета. Некоторых студентов

пришлось ставить в затруднительное положение вопросами по теории и методике спортивной борьбы, сопряженными с изучаемым материалом. Задавая такие вопросы, мы не стремились специально поднять свой авторитет, а хотели показать тем самым, что недостаток знаний по специализации влияет на усвоение педагогики. Это дало положительный эффект, сказавшись на посещаемости и степени активности на практических занятиях.

Совместное участие в соревнованиях различного масштаба - нас в качестве тренера, судьи представители команды, и их, в качестве участников, также способствовало интеграции совместных усилий по повышению качества проведения учебных занятий по педагогике. Наблюдаемые с обеих сторон соревновательные ситуации с интересом обсуждались на занятиях.

Нами придавалось большое значение активности студентов, связанной с тематикой занятий, поскольку они с удовольствием бы обсуждали посторонние вопросы.

Активизация преподавателем деятельности всех студентов, присутствующих на занятиях, система создания ситуации успеха, поощрения малейшей познавательной активности студентов дала существенные результаты.

Было выявлено, что у отдельных студентов имеется барьер застенчивости, с этими занимающимися мы работали индивидуально, давали им задания на дом, просили их задавать вопросы докладчикам, делать заключения о докладах на каждом занятии и постоянно подчеркивали их малейшие достижения в этой области. Нам приходилось убеждать студентов в том, что им необходимо выступать перед группой, как и в соревнованиях важно обретать опыт, который ими будет использован в жизненной практике.

Таким образом, уже к середине курса все барьеры были сняты.

Два студента выразили желание выступить на молодежной научной конференции кафедры педагогики. Один из них занял первое место по студенческой номинации, а второй, посчитав себя ущемленным, сказал, что он еще докажет, что может быть лучше.

Показателем повышения активности студентов, можно считать посещаемость, которая составила свыше 70%, и почти 100% спортсменами высокого класса, которые занимаются по индивидуальному графику.

Современная экономическая обстановка заставляет студентов много времени, кроме учебы и занятий спортом, уделять работе, чтобы обеспечить себе прожиточный уровень. Этот контингент студентов также стал значительно лучше посещать занятия.

Таким образом, подводя итог изложенному, можно заключить, что реализация принципов связи с жизнью, воспитывающего обучения, создания ситуации успеха, а также совмещение спортивной специализации преподавателя и студентов позволяет решить многие проблемные вопросы посещаемости и успеваемости по педагогическим дисциплинам.

## **«КРИЗИС ТРЕНЕРОВ ИЛИ РУКОВОДИТЕЛЕЙ» ИЛИ КАК ГОТОВИТЬ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ТРЕНЕРОВ**

**М.А. Рубин**, член БПА

Кризис тренерских кадров в России достиг апогея, в Санкт-Петербурге он ощущается более остро. Если от идеи приглашения в качестве главного тренера сборной национальной команды иностранца пока отказались, предпочтя ему российского специалиста Валерия Газзаева, то в «Зените» равноценной замены Юрию Морозову не нашлось. Уже приступил к работе с командой — чех Властимил Петржела. Только на «гастролеров» ориентируется президент питерского «Динамо» Сергей Амелин, который, меняя тренеров как перчатки, никогда не советуется о потенциальных кандидатах на роль наставника команды с людьми, досконально знающими городскую футбол, заранее обрекая команду на невыполнение серьезных задач, а клуб - на финансовые потери и утрату авторитета в городских структурах, еще недавно поддерживавших все его начинания. В городе есть тренеры, которым значимость и традиции «Динамо» впитались в кровь с самого рождения, а профессионального мастерства у некоторых из них не меньше, чем у работающих ныне.

Все мы сейчас пожинаем плоды того, что происходило в последнее десятилетие. Городские Комитет физкультуры и Федерация футбола равнодушно взирали на процесс отмирания у нас этой уникальной популяции специалистов, который начался сразу, после перехода экономики страны к рыночным отношениям. Из более чем ста наставников, работавших в клубах и спортивных школах до 1991 года, сейчас "выжили" чуть больше половины. Остальные, не выдержав плохих условий труда, низкой зарплаты, постоянного ощущения своей ненужности, поменяли, как говорится, «коньки на санки». На смену им пришли лишь единицы из числа молодых специалистов, окончивших спортивные ВУЗы, но и они не сумели заполнить все имеющиеся вакансии. Выпускники старейшей физкультурной Академии страны, питомцы Петра Францевича Лесгафта еще до окончания обучения знают, что работать негде, и никто их не ждет. Диплом о высшем образовании пригодится разве лишь для трудоустройства в какую-либо коммерческую фирму.

Сегодня только несколько тренеров, работающих в командах мастеров и региональных клубах, могут назвать себя востребованными, но и они не уверены в своем будущем. Еще два десятка наставников элитных школ «Смена» и «Зенит» могут считать свой труд интересным, ставя цель подготовки игроков высокого класса для побед в престижных соревнованиях. Даже тренеры такого самобытного коллектива профсоюзной СДЮШОР, подготовившие в последние годы в «Зенит» Максима Астафьева, Алексея Лазарева, Константина Канавченко (игрок «Зенита»-2, кандидат в юношескую сборную России) сейчас находятся на грани отчаяния: Федерация не-

зависимых профсоюзов и ФСО «Россия» больше не могут финансировать одну из лучших футбольных школ города. Преданность любимой профессии, вера в справедливость, да в своего директора - мастера спорта СССР Владимира Копина, который один за другим пробует варианты спасения школы, заставляют их еще работать. В процесс гибели школы предпочитают не вмешиваться ФК «Зенит», в который попадают лучшие выпускники этой школы и руководство Кировского завода, чьи цвета защищают в Чемпионате Санкт-Петербурга юные футболисты. Сейчас Администрация города и Федерация независимых профсоюзов города нашли возможность сохранить школу на один год, но дальше ее ждут «великие потрясения».

Академия физкультуры, долгие годы готовившая тренерские кадры для городского футбола всех уровней, сейчас решает другие задачи: 90 % ее выпускников сегодня получают диплом «Бакалавра физической культуры», что означает - специалист широкого профиля. Лишь 4-5 человек ежегодно остаются учиться на 5-м курсе - специалитете, по окончании которого они получают диплом «специалиста» футбола. Но чтобы стать настоящим тренером, нужны годы работы и преодоления трудностей, постоянно совершенствуя свои знания. В 70-80-х годах «Зенит» и «Динамо» регулярно посылали на учебу в Высшую школу тренеров своих воспитанников. Учились в Москве Павел Садырин, Лев Бурчалкин, Михаил Лохов, Владимир Гончаров, Вячеслав Мельников, Владимир Голубев. Все они в последствии работали в командах мастеров и добились успехов. Сейчас Высшая школа тренеров существует, но работает на других принципах. Теперь она не самостоятельное учреждение, а подразделение кафедры «Теории и методики футбола» Российской государственной Академии физкультуры. Клубы больше не финансируют учебу своих бывших игроков. Желающий учиться в ней должен сам выложить немалую сумму из своего кармана за обучение, без гарантии на распределения в какую-либо команду.

По рекомендации УЕФА все национальные федерации должны лицензировать (учить и выдавать документ соответствующего образца) своих тренеров. Лицензии бывают разные: одна позволяет работать с детьми, другие - с профессиональными командами различных уровней. Форма лицензий является общепринятой в Европе, то есть этот документ действителен во всех европейских странах. Северо-Западный Региональный Центр по подготовке и лицензированию тренеров по футболу был учрежден по решению Исполкома Российского футбольного союза Межрегиональным объединением по футболу (девять областей и республик) и Академией им. П.Ф. Лесгафта. За год существования Центр провел несколько циклов учебно-тренировочных и хоккейных тренеров на высоком уровне. Казалось бы, он заработал в полную силу? Но у нас, в отличие от других стран, все благополучно не бывает. Исполком РФС никак не утвердит Программу лицензирования и форму итоговых документов. При формировании повестки дня Исполкома этот вопрос все время откладывается. То чемпионат мира "на носу", то подведение его итогов, то утверждение нового главного тренера

сборной России, то предстоящие игры с Албанией, Ирландией и Грузией. Глава РФС Вячеслав Колосков оправдывает затянувшиеся проволочки с лицензированием отсутствием необходимой правовой базы. Мол, не можем не допускать до работы тренеров, не имеющих лицензию. Ведь их приняли на работу клубы. А раз так, то лицензирование запрета на профессию быть не должно. Президенту РФС надо изучить опыт Германии, где главного тренера чемпионов мира 1990 г. Франца Беккенбауэра и нынешнего наставника дортмундской «Боруссии» Матиаса Заммера из-за отсутствия у них профессиональной лицензии запрещено официально именовать тренерами, а лишь - «техническими директорами». И пусть они добились со своими командами выдающихся побед, но закон есть закон. Сами корифеи футбола делают вид, что их такой правовой статус не волнует, но на деле - несут немалые моральные издержки. Споры в печати об их официальном статусе не прекращаются до сих пор.

Из-за странной позиции РФС образовался застой среди ведущих тренеров. Узкий список одних и тех же «спасателей» крутится по замкнутому кругу, кочуя из команды в команду. Лишь вмешательство Председателя Госкомспорта Вячеслава Фетисова внесло свежую струю в годами не менявшийся список тренеров премьер-лиги. По его рекомендации главным тренером «Урала» назначен Игорь Шалимов, вернувшийся домой из Италии. Его примеру последовал клуб «Торпедо-ЗИЛ», пригласивший на аналогичный пост другого «итальянца» - Сергея Алейникова. Но станет ли такая практика закономерностью? Из-за такого отношения руководителей российского футбола к повышению уровня своих специалистов, Центру пришлось заменить лицензирование учебой по повышению квалификации. Эта программа предусматривает значительно меньшее количество часов на обучение, но и их достаточно, чтобы получить необходимые знания на несколько лет вперед. Были разосланы приглашения во все областные федерации, входящие в МОО ФФ «Северо-Запад», но приехали на учебу единицы.

На словах все ратуют за повышение класса отечественных тренеров. Все мы ощущали стыд за посредственную и архаичную игру, показанную сборной России на чемпионате мира в Японии и Южной Корее, ругали по чем свет «Романцева и К<sup>о</sup>». Когда прошло время многое менять в прогнившей системе руководства российским футболом, оказалось, что кроме сотрясения воздуха дело дальше не продвинулось. По одному тренеру прислали на учебу Республика Карелия и Мурманская область, несколько специалистов представляли Санкт-Петербург. Зато приехали те, чьи федерации не входят в Региональное объединение «Северо-Запад»: Сергей Булатов (Самара), Игорь Гвоздиков (Брянск) и Борис Чухлов (Липецк). Наш земляк - чемпион СССР, работающий ныне с Анатолием Давыдовым в «Металлурге», не пожелал терять время в отпуске даром. Особо удивила позиция председателя федерации футбола Ленинградской области Йожефа Ноля. Публично тот всегда декларирует важность учебы футбольных тре-

неров, повышения уровня их профессионального мастерства, но на деле ничего не делает. Не случайно, что в области сейчас нет ни одного специалиста, способного самостоятельно возглавить профессиональную команду. Вот ушел из «Светогорца» Владимир Казаченок, и достойного кандидата на этот пост не видно. Если раньше в «Зенит» из Ленинградской области регулярно попадали таланты (Николай Ларионов из Волхова, Николай Кряшук из Сланцев, Борис Говорунов из Бокситогорска и др.), то теперь лучший футболист области 2000 года Антон Федоров протирает скамейку запасных в «Зените-2». Других - вообще не видно. Послушать лекции профессоров: биохимии - С. Михайлова, биомеханики - И. Козлова, теории и методики физической культуры - Е. Яхонтова, физиологии - В. Бухарина и других лучших специалистов Академии было бы полезно не только региональным тренерам, но и всем тем, кто работает на разных уровнях футбола. А уж занятия футбольных мэтров - Ю. Морозова, Г. Зонина уникальны сами по себе. «Профессора футбола» не только прекрасные практики, но и отличные теоретики, они доценты, кандидаты наук. Такого научно-методического потенциала нет во многих физкультурных ВУЗах России, да и, пожалуй, в любой развитой стране. Но «нет пророков в нашем отечестве».

«Что посеешь, то и пожнешь», - гласит известная истина. Назначение иностранного специалиста Властимила Петржелы в «Зенит» не стало уроком для футбольных деятелей Петербурга и России, хотя генеральный секретарь РФС во время международного турнира памяти Валентина Гранаткина, прошедшего в январе 2003 года в городе на Неве, высказался достаточно резко по этому поводу. Все ждут, что из этого выйдет, и лишь потом «оракулы» начнут вещать об этом эксперименте в зависимости от результата работы чешского специалиста. Может сложиться и так, что мода на зарубежных тренеров распространится и дальше. Надежда на появление новых тренерских имен из числа «русских с западным менталитетом» - призрачна. И. Шалимов и С. Алейников могут не удержаться на поверхности в «болоте», под названием российский чемпионат, где многое решается в "Зазеркалье". Если в «Зените» Петржела приступил к работе, то от питерского «Динамо» серьезные тренеры уже шарахаются «словно черт от лада-на». Президент клуба Сергей Амелин, после фиаско своего выдвиженца Сергея Ломакина, даже не пытается обращаться к землякам, требует от своих подчиненных найти любого, «с именем», кто согласится, действуя по известной пословице: «пойди туда - не знаю куда, найди то - не знаю что». Сейчас команду возглавил Олег Долматов - человек с хорошей футбольной репутацией. Но сможет ли он добиться успеха при столь экстравагантном президенте - вопрос. Между тем, Центр готов под конкретный заказ клубов за год подготовить, из числа бывших игроков, специалистов, способных тренировать команды высокого класса. Такая программа уже разработана, а после учебы слушатели должны пройти практику и стажировку в российских и зарубежных клубах. Затраты на это обучение в де-

сятки раз ниже, чем приглашение наставников со стороны, а о моральной стороне дела и говорить не приходится. Но пока мы имеем только то, к чему стремились - «великие потрясения, но не великие клубы».

## **ВНЕДРЕНИЕ СИСТЕМЫ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ В СПБГАФК им. П.Ф. ЛЕСГАФТА**

**В.С. Степанов**, доктор педагогических наук, профессор

**С.С. Филиппов**, доктор педагогических наук, профессор

**Н.П. Князева**, кандидат педагогических наук

**В.А. Чистяков**, кандидат технических наук, профессор

**Е.Е. Пущенко**

Проблема передачи знаний, умений, навыков, формирование, определение и реализация обратной связи усвоения переданной информации стоит перед человечеством с момента осознания каждой личностью своего «Я».

Дистанционное обучение, как технология передачи информации с использованием новейших технологий, представляет собой естественную попытку перейти от классно-урочной формы обучения Я.А. Коменского к новым, современным способам передачи и приема информации с использованием средств Internet. Дистанционное обучение предоставляет собой инструментарий для введения и такой системы обучения, как экстернат. Высшее профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта имеет целый ряд особенностей, присущих высшим учебным заведениям, готовящим специалистов в этой отрасли. К таким особенностям следует отнести:

- большой контингент студентов заочников;
- студентов, действующих спортсменов, дневных факультетов, обучающихся по индивидуальным графикам;
- студентов факультета адаптивной физической культуры, многие из которых являются инвалидами.

Вышеизложенное позволяет говорить о том, что Академия физической культуры в этом смысле представляет собой «уникальную лабораторию» информационного обмена, осмысленного введения таких форм высшего профессионального образования как экстернат и дистанционное образование.

Проект Положения о дистанционном обучении в сфере высшего профессионального образования РФ был разработан еще в 2000 г. Реализация этого Положения возможна не декларациями, а реальной работой по внедрению дистанционного обучения в каждом конкретном вузе с учетом их специфики.

Дистанционное обучение как технология есть целенаправленное и методически организованное руководство учебно-познавательной деятельностью лиц, находящихся на расстоянии от образовательного центра, осуществляемое посредством электронных и традиционных средств связи.

Отличительной особенностью дистанционного обучения является организация учебного процесса с помощью средств, методов и технологий опосредованного педагогического общения преподавателя со студентом с максимальным нормативно установленным количеством обязательных занятий.

Получение высшего профессионального образования в форме экстерната регламентируется Федеральным Законом Российской Федерации «О высшем и послевузовском образовании» от 29 августа 1996 года № 125-ФЗ в соответствии с которым (Глава 2, статья 6 часть 9):

«Экстернат - самостоятельное изучение обучающимся дисциплин согласно основной образовательной программе высшего профессионального образования по избранному направлению подготовки (специальности) с последующей аттестацией (текущей и итоговой) в высшем учебном заведении.»

Положение об экстернате в СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта разработано на основе Положения об экстернате в государственных, муниципальных высших учебных заведениях Российской Федерации, утвержденным Приказом Министерства образования Российской Федерации от 14 октября 1997 года № 2033 «Об утверждении Положения об экстернате в государственных, муниципальных высших учебных заведениях Российской Федерации», и инструктивного письма Министерства образования Российской Федерации от 11.06.1999г. № 15-55-68 ин/15-11 «О работе экстерната в вузах».

Экстернат в Санкт-Петербургской государственной академии физической культуры им. П.Ф. Лесгафта открыт Приказом Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре, спорту и туризму от 27 января 1995 г. № 106-61Т «Об открытии экстерната в Санкт-Петербургской государственной академии физической культуры им. П.Ф. Лесгафта.

В соответствии с этими документами по состоянию на 1 сентября 2001 года в академии может осуществляться подготовка специалистов с высшим профессиональным образованием в форме экстерната по практически по всем специальностям теоретического цикла.

В Положении об экстернате, утвержденном Ректором Академии, определены схемы текущей и итоговой аттестаций студентов, обучающихся по этой форме, определено количество экзаменов, которые студент должен сдать в течении учебного года (не более 20), но в то же время имеется целый ряд вопросов, в решении которых должны принять все сотрудники Академии. К таким вопросам относятся, в первую очередь такие, как:

- предоставление всеми кафедрами учебных планов и рабочих программ для экстерната и утверждение их учебно-методической комиссией Академии. В программах основное внимание должно быть уделено продуманной системе самостоятельной работы студентов: написание рефератов, письменных контрольных работ, тестов. В этом плане применение технологий дистанционного обучения окажет студентам-экстернатам существенную помощь путем обеспечения последних необходимыми учебно-методическими материалами;

- решение организационных вопросов: создание «деканата» по экстернату с соответствующим выделением ставок.

Реализация системы экстерната и дистанционного обучения естественно требует соответствующего учебно-методического обеспечения, а это означает, что наряду с традиционными информационными ресурсами для обеспечения процесса дистанционного обучения необходимо использовать и специализированные электронные средства хранения информации. Обычно используются следующие средства дистанционного обучения: специализированные учебники с мультимедийными сопровождениями, электронные учебно-методические комплексы, включающие электронные учебники, учебные пособия, тренинговые компьютерные программы, компьютерные лабораторные практикумы, контрольно-тестирующие комплекты, учебные видеофильмы, аудиозаписи, иные материалы, предназначенные для передачи по телекоммуникационным каналам связи. В качестве основного информационного ресурса в учебном процессе используются методически (дидактически) проработанные информационные - базы данных дистанционного обучения, обеспечивающие современный уровень требований на момент их использования, по своему объему и содержанию соответствующие требованиям государственных образовательных стандартов основных образовательных программ определенного уровня или требованиям к содержанию дополнительных профессиональных образовательных программ.

База данных дистанционного обучения включает в виде изданий на различных типах носителей фонд основной учебной и учебно-методической литературы; фонд периодических изданий, укомплектованный отраслевыми изданиями, соответствующими профилям подготовки кадров, справочно-библиографическими, а также массовыми центральными и местными общественно-политическими изданиями; фонд научной литературы, представленный монографиями и периодическими научными изданиями по профилю каждой образовательной программы. Данные требования к учебно-методическому обеспечению дистанционного обучения изложены в Приказе № 4452 Минобразования России от 18.12.2002 г. Еще до выхода этого приказа в свет в СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта по инициативе ректора Академии В.А. Таймазова была начата работа по созданию серии мультимедийных учебников по основным учебным дисциплинам Академии.

Массовое создание мультимедийных учебников потребовало унификации требований к качеству такой продукции. Этого можно добиться только в случае унификации основных, базисных понятий компьютерных технологий. Компьютерные технологии в первую очередь являются информационными технологиями. При создании мультимедийных учебников в СПбГАФК была принята следующая концепция:

Учебное пособие, методические указания должно восприниматься компьютером потребителя информации. При разработке программ дистанционного обучения необходимо ориентироваться на самый слабый компьютер, который может оказаться в руках пользователя. Это означает следующее: мультимедийный вариант пособия должен иметь «расширение» HLP или CHM (расширение файлов стандартных справочных систем), для того чтобы читаться на любом компьютере, с операционной системой WINDOWS 95/98 и выше.

Дистанционное обучение в Академии предоставляет студенту при выполнении требований учебного плана в интерактивном режиме единственное очное посещение Академии, для сдачи экзамена или зачета.

Следует иметь в виду, что система дистанционного обучения требует значительных финансовых вложений в сферах технического и учебно-методического обеспечения этого процесса. Отметим, что первый действующий курс дистанционного обучения по физической культуре появился только в 1999 году, продолжительность курса 3 месяца, стоимость 1 тыс. долларов США, обучение проводит Malone College.

Для апробации системы дистанционного обучения, перед его масштабным введением в СПбГАФК, был проведен педагогический эксперимент. Для его проведения был выбран поток 5-го курса заочного отделения в количестве 70 человек.

Учебная дисциплина – «Технологии обучения», курс изучаемый в 9 семестре. В соответствии с учебным планом курс завершается сдачей зачета.

Период – установочная и экзаменационная сессии с 10.02.2003 по 28.02.2003.

Выбор данного предмета далеко не случаен. Во-первых, в курсе «Технологий обучения» студенты должны освоить и такую информационную технологию как дистанционное обучения. Таким образом, вместе с теоретическими знаниями в процессе изучения учебной дисциплины, студенты приобретали навыки проведения и организации дистанционного обучения. Во-вторых, у студентов пятого курса заочного обучения (средний возраст студентов 23-25 лет) выработана стойкая мотивация к приобретению новых, необходимых им в дальнейшей трудовой деятельности знаний, вопросы учения ради зачета и экзамена для них отходят на второй план.

Учебно-методическая литература по дисциплине:

Основная: А.А. Сидоров «Курс лекций по технологиям обучения», А.В. Романова «Технологии обучения» и дополнительная: Г.К. Селевко «Современные образовательные технологии» была представлена в электронном и мультимедийном виде и студент, участвующий в системе дистанционного обучения (прошедший регистрацию и получивший допуск к информационным ресурсам) мог скачать эту литературу с сайта Академии. В системе дистанционного обучения студент должен был ответить на вопросы теста и пройти одну консультацию в интерактивном режиме. По согласованию с деканатом заочного отделения и проректором по учебной работе, студенты участвующие в педагогическом эксперименте могли не посещать очные занятия. Успешно прошедшие курс дистанционного обучения студенты получали допуск для сдачи зачета в общем потоке.

Организация педагогического эксперимента:

1. Формирование контрольной и экспериментальной групп.

Основная задача педагога, ставящего эксперимент, состоит в сборе данных и правильной интерпретации результатов статистических расчетов. Все возможные статистические расчеты проведет пакет Statgraphics Plus for Windows. Контрольная и экспериментальная группы должны принадлежать одной генеральной совокупности, в противном случае все выводы сделанные по результатам будут бессмысленными. Поэтому первый шаг исследователя – проверка этого факта. Планируя педагогический эксперимент, необходимо изначально обеспечить условие сопоставимости всех последующих выводов. В соответствии с этим формирование контрольной и экспериментальной групп осуществлялось на добровольных началах. Участники как контрольной, так и экспериментальной групп не получали никаких преимуществ друг перед другом. В результате экспериментальную группу образовала совокупность из 16 студентов, что достаточно для проведения статистически достоверных расчетов. Принадлежность контрольной и экспериментальной групп одной генеральной совокупности проверялась путем сравнения средних оценок по зачетной книжке за все время обучения. Расчеты, проведенные с использованием пакета Statgraphics Plus for Windows, показали, что с вероятностью 0,95 статистических отличий между контрольной и экспериментальной группами нет.

2. Цель педагогического эксперимента. Любой эксперимент, в том числе и педагогический, проводится с целью подтвердить или опровергнуть предположения экспериментатора, либо с целью приобретения новых знаний.

В нашем случае стояла задача доказать, что внедрение системы дистанционного обучения не ведет к снижению уровня знаний в контрольной и экспериментальной группах. Объективность контроля обеспечивалась следующим образом. Традиционно сложилось, что курс «Технологии обучения» на заочном отделении Академии ведут два преподавателя. В рамках апробации системы дистанционного обучения один преподаватель прово-

дил дистанционное обучение, а второй принимал итоговые зачеты, как в контрольной, так и в экспериментальной группах. Причем преподаватель, принимающий зачеты, не знал, проходил ли обучение по дистанционной форме студент, сдающий зачет, так как сдача зачета осуществлялась в общем потоке. Контролировался срок сдачи зачета в основную сессию (период с 17.01.2003 по 21.01.2003).

### 3. Результаты педагогического эксперимента.

В основную сессию сдали зачет все студенты экспериментальной группы и только 70% контрольной группы. Данный результат позволяет сделать предварительный вывод о том, что система дистанционного обучения, в рамках задач, стоящей перед ней имеет право на существование.

По завершении педагогического эксперимента всем студентам было предложено написать краткое эссе на тему, что они думают о системе дистанционного обучения. Студенты как контрольной, так и экспериментальной групп единодушно считают, что система дистанционного обучения полезна, так как она:

- дает доступ ко всем учебно-методическим материалам (решается вопрос дефицита этих материалов на бумажных носителях);
- позволяет работать самостоятельно в удобное для студентов время;
- просто интересно.

Пожелания студентов:

- более ранние сроки оповещения о проведении дистанционного обучения, например, начиная с сентября,
- увеличение количества предметов, изучаемых в рамках дистанционного обучения.

Следующей задачей, на наш взгляд, стоящей перед Академией в рамках системы внедрения дистанционного обучения и экстерната является полномасштабная переподготовка профессорско-преподавательского состава Академии, заинтересованного в системе дистанционного обучения -- для преподавания в новой информационно-образовательной среде, а учебно-вспомогательного персонала - для работы с дистанционной образовательной технологией с объемом обучения не менее 72 часов и контролем за качеством обучения.

## **ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ ФОРМИРОВАНИЯ УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ В СФЕРЕ СПОРТА**

**И.Е. Устинов, доцент**

Для эффективного управления учебно-воспитательной работой большое значение имеет постановка общих и частных задач. Для этого ранее были выявлены профессионально важные качества менеджеров госслужбы: самообладание, расчетливость, логичность мышления и уверен-

ность. Для выявления объема педагогических воздействий, который необходимо направить на совершенствование этих качеств у студентов, было проведено тестирование студентов. Затем результаты тестирования студентов сравнивались с результатами тестирования специалистов. Вывод об объеме педагогических воздействий делался на основе разницы между профессионально-важными качествами специалиста и студента. В тестировании принимали участие 50 студентов специальности “государственное и муниципальное управление” (юноши и девушки в возрасте от 18 до 20 лет). Тестирование проводилось с использованием опросника Р. Кеттелла (вариант “С”). Перевод сырых единиц, полученных в результате тестирования, в стандартизированные (стены) осуществлялся по методике В.Л. Марищука с соавторами (1990). Среднегрупповые оценки, полученные по каждому качеству и переведенные в стены, сравнивались со средними оценками, переведенными в стены, по аналогичным качествам, полученными в исследовании Е.П. Костенко (1995) при тестировании менеджеров госслужбы. Основные результаты тестирования представлены в таблице 1.

Таблица 1

Сравнение профессионально-важных качеств менеджеров госслужбы и студентов специальности “государственное и муниципальное управление”

Качество	Менеджеры (стены) (Костенко Е.П. 1995)	Студенты (стены)	Разница М-С (стены)
В Логичность мышления	8,1	5,9	2,2
N Расчетливость	8,2	5,6	2,6
О Тревожность	3,0	6,2	3,2
ОЗ Самообладание	8,0	5,3	2,7

Исходя из значимости профессионально важных качеств основными задачами ППФП явились: совершенствовать уверенность в своих действиях, самообладание, расчетливость, логичность мышления.

На основании литературного обзора были выделены типичные конфликтные ситуации для деятельности менеджера госслужбы: “менеджер - подчиненный”, “менеджер - начальник”, “менеджер - клиент”. Основанием для подобной классификации по горизонтальному и вертикальному типам послужили работы Н.В. Гришиной (1977), И.И. Сулейманова (1983), У. Мастенбрук (1996).

Для того чтобы выявить причины типичных конфликтов, в деятельности менеджера госслужбы, было проведено анкетирование специалистов. Опрос проводился в территориальном управлении Красногвардейского района города Санкт-Петербурга и в администрации муниципальных образований этого района. В опросе приняло участие 50 человек. Из респондентов 29 человек являются госслужащими, а 21 муниципальными служащими. Возраст респондентов изменяется от 18 до 59 лет и в среднем

составляет 40,2 года. Среди респондентов женщин оказалось 74%, мужчин - 26%. Должности респондентов: от рядовых специалистов до начальников, заместителей начальников отделов, секторов, глав и заместителей глав, ведущих специалистов. Средний стаж работы респондентов в органах госвласти составляет 8 лет и колеблется от 1 месяца до 25 лет.

У 40% респондентов конфликты при решении спорных организационных вопросов чаще всего возникают с начальником. 34% респондентов заявили о том, что такие взаимоотношения чаще всего бывают с подчиненным. У 26% конфликты чаще возникают с клиентом (на приеме граждан по личным вопросам).

Основные результаты анкетного опроса представлены в таблице 2. Коммуникативные причины возникновения типичных конфликтов даны в порядке уменьшения значимости.

Таблица 2

Коммуникативные причины конфликтов при решении спорных организационных вопросов в типичных ситуациях взаимодействия

Типичные взаимоотношения в конфликтной ситуации	Коммуникативные причины конфликтов при решении спорных организационных вопросов
1. Менеджер – начальник	Неспособность аргументировать, неспособность четко и ясно формулировать мысли, неспособность спокойно выслушивать
2. Менеджер – подчиненный	Неспособность отстаивать свое решение, неспособность проявлять инициативу, неспособность кратко и ясно формулировать свои мысли
3. Менеджер – клиент	Неспособность спокойно выслушивать, неспособность проявлять инициативу, неспособность аргументировать свое решение

На основе причин возникновения конфликтов в деятельности менеджера госслужбы были определены задачи ППФП:

- формировать установки на отстаивание своего решения, проявление инициативы, четкое формулирование своих мыслей при моделировании конфликтной ситуации “менеджер-подчиненный”;

- формировать установки на аргументацию своего решения, четкое формулирование своих мыслей, спокойное выслушивание оппонента при моделировании конфликтной ситуации “менеджер-начальник”;

- формировать установки на спокойное выслушивание чужого мнения, проявление инициативы, аргументацию своего решения при моделировании конфликтной ситуации “менеджер-клиент”.

Соответственно, чем больше конфликтов происходило по определенной причине, тем большее значение на занятиях физическими упражнениями уделялось формированию тех установок, от которых зависит эффективное решение проблемы и не допущение конфликта.

Для проверки эффективности разработанной программы формирования готовности будущих менеджеров госслужбы к управленческому общению в конфликтных ситуациях средствами физической культуры был проведен педагогический эксперимент.

Эксперимент продолжался в течение одного семестра с февраля по июнь 1998 года. В ходе эксперимента было проведено 70 часов учебных занятий физическими упражнениями. Занятия проводились два раза в неделю по два академических часа каждое. В роли экспериментатора выступал автор диссертации.

Занятия физическими упражнениями по экспериментальной программе способствовали значительному улучшению профессионально важных качеств и установок на поведение в конфликтных ситуациях.

Наиболее важным критерием эффективности разработанной программы педагогических воздействий явилось улучшение установок на поведение в конфликтной ситуации. Как отмечается в исследовании Д.В. Калашникова (1998) наиболее важными для управленца являются установки на сотрудничество, соперничество, компромисс. Эти установки связаны со способностью в конфликтной ситуации проявлять инициативу, четко высказывать свое мнение, аргументировать, отстаивать свое решение.

В экспериментальной группе прирост по установке на сотрудничество составил 20,1% ( $p < 0,05$ ), в то время как в контрольной группе лишь 8% ( $p > 0,05$ ). В экспериментальной группе изменения по установке на соперничество составили 15,4% ( $p < 0,05$ ), по установке на компромисс - 3,6% ( $p < 0,5$ ). В контрольной группе изменения по данным установкам не достоверны ( $p > 0,05$ ).

Наиболее существенные изменения в экспериментальной группе произошли по установке на приспособление в конфликтной ситуации - 30,4% ( $p < 0,05$ ) и избегание - 23,6% ( $p < 0,05$ ). В контрольной группе изменения по данным установкам напротив были минимальными и не достоверными ( $p > 0,05$ ).

# МЕДИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ УЧЕБНЫМ ПРОЦЕССОМ

---

## ОПЫТ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ ДЕВУШЕК И ЮНОШЕЙ – КУРСАНТОВ ВОЕННО-УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ ПРИ ПОСТУПЛЕНИИ И В НАЧАЛЬНЫЙ ПЕРИОД ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ

**А.П. Булка,  
Е.А. Галушкина**

В настоящее время, в связи с изменениями в комплектовании Вооруженных Сил, несколько сотен воинских должностей разрешено замещать военнослужащими-женщинами. Кроме традиционных для армии должностей санитарных инструкторов, машинисток, поваров, диспетчеров, женщины активно осваивают и офицерские специальности (врачи, связисты и т.п.). В ряд военных образовательных учреждений высшего профессионального образования (ВВУЗ) ведется прием девушек для обучения. При этом существующие принципы оценки профессиональной пригодности для поступающих в ВВУЗ разрабатывались для абитуриентов-юношей и не учитывают специфики отбора девушек.

Общая профессиональная пригодность кандидатов к обучению или работе по той или иной специальности оценивается по образовательному цензу, медицинским показателям, физической подготовке и др. Встает вопрос об определении пригодности девушек к обучению военным специальностям, выявлении профессионально важных качеств (ПВК). С нашей точки зрения представляется целесообразным определить, насколько психофизиологические критерии, принятые для профессионального психологического отбора юношей могут быть применимы к девушкам. Имеющиеся у мужчин и женщин различия функционирования систем, обеспечивающих процессы адаптации организма к внешним условиям, могут явиться причиной различий в реагировании на одни и те же условия военно-профессиональной деятельности, а значит, и на ее результат.

Традиционные представления о мужском и женском психологических типах обобщил В.И. Куликов [цит. по 8]. Многочисленные исследования показывают, что мужчины превосходят женщин по скорости и координации движений, ориентации в пространстве, пониманию механических отношений, математическим рассуждениям, а женщины превосходят мужчин по ловкости рук, скорости восприятия, счету, памяти, беглости речи и

другим задачам, включающим речевые навыки [1, 5, 6]. Среди основных личностных черт у мужчин в большей степени выражены агрессивность, мотив достижения, эмоциональная устойчивость, а у женщин - социальная ориентация. В основе этих различий лежат не только биологические (гормональный фон, конституция и др.), но и социальные факторы (воспитание и образование в соответствии с общепринятой социальной ролью мужчины или женщины).

Психологические проявления половых различий являются одной из существенных предпосылок выбора профессии. Решительность, уверенность, выносливость мужчин определяют предпочтение ими традиционно мужских профессий (мастера, производители работ, водители, военные и т.п.). Аккуратность в работе, внимательность, тщательность свойственные женщинам, определяют выбор ими преимущественно женских профессий (лаборанты, нормировщики, диспетчеры, техники, контролеры и т.п.). В сфере управления мужчины легче справляются с работой линейных руководителей (директора, начальники цехов, участков, смен). Женщины хорошо себя зарекомендовали на должностях функциональных руководителей (начальники отделов и служб, руководители бюро, секторов, групп) и специалистов.

Таким образом, влияние половых различий не только на выбор профессии, но и успешность деятельности по конкретной специальности давно очевидно. И хотя в ходе реформирования Вооруженных Сил женщина в армии стала не таким уж редким явлением, исследований по проблемам профессионального психологического отбора и военно-профессиональной адаптации военнослужащих-женщин очень мало.

Кроме того, психологические особенности женщин могут влиять на процесс военно-профессиональной адаптации к условиям обучения конкретной специальности в ВВУЗе.

Основная задача процесса адаптации в большинстве случаев - обеспечение гомеостаза, т.е. поддержание постоянства ряда показателей внутренней среды, обозначенных как биологические константы, поддержание энергетики, работоспособности [1, 2, 3, 4, 5, 10].

Целью нашего исследования было определение особенностей профессионально-важных психофизиологических качеств и динамики адаптационных процессов девушек, поступающих в военное образовательное учреждение высшего профессионального образования.

В исследовании ставились задачи провести сравнительный анализ профессионально-важных психофизиологических качеств девушек и юношей, поступающих в ВВУЗ, сравнить индивидуальные особенности девушек, поступивших в ВВУЗ и не прошедших по конкурсу, проследить динамику изменений индивидуальных личностных особенностей юношей и девушек-курсантов в начальном периоде адаптации.

Начальный период военно-профессиональной адаптации, совпадающий по времени с фазой срочной адаптации, характеризующийся высокой

нормативностью с одной стороны и перестройкой биохимических и физиологических функций – с другой, рассматривается в представленной работе.

Исследовались юноши и девушки, поступающие в Военный университет связи (ВУС) и курсанты 1 курса этого же ВВУЗа.

Для сравнительной оценки познавательных психических процессов и характерологических особенностей девушек и юношей, поступающих в ВУС использовались методики: «Установление закономерностей» (УЗ), «Арифметический счет» (АС), «Вербальная память» (ВП), «Образное мышление» (ОМ), «Зрительная память» (ЗП), «Числовые ряды» (ЧР), «Аналогии» (АН).

Изучение адаптационных возможностей индивида на основе оценки некоторых психофизиологических и социально-психологических характеристик личности, отражающих интегративные особенности психического и социального развития, проводили с использованием методики Многоуровневый личностный опросник (МЛО) «Адаптивность» (А.Г. Маклаков). Методикой 16-факторный личностный опросник (16-ФЛО) форма «С» (R.V. Cattell) определяли некоторые черты личности (характерологические особенности),

Личностные и характерологические особенности изучали также стандартизированным многофакторным методом исследования личности (СМИЛ) по Л.Н. Собчик.

Оценку коммуникативных и организаторских способностей личности, умение чётко и быстро устанавливать деловые и товарищеские контакты с людьми, стремление к расширению сферы контактов и участию в общественных и групповых мероприятиях, умение влиять на людей, стремление проявлять инициативу проводили по методике «Коммуникативные и организаторские склонности».

Для исследования динамики индивидуальных психологических особенностей юношей и девушек-курсантов в начальный период адаптации (через два месяца после начала обучения) использовали методики МЛО «Адаптивность», 16-ФЛО, СМИЛ по Л.Н. Собчик, метод наблюдения в процессе деятельности (опрос экспертов, сбор данных по физической подготовке, медицинскому наблюдению за испытуемыми, текущей успеваемости, оценка командирами их профессиональных и личностных качеств).

Результаты проведенного исследования показали, что достоверных различий в уровне развития понятийного (вербального) мышления, зрительной памяти, внимания (устойчивости, концентрации, переключаемости), оперативной и кратковременной памяти, способностей к преобразованию цифровой информации, аналитического мышления в экспериментальной (девушки) и контрольной (юноши) группах нет.

Статистически достоверные различия (при  $p < 0,05$ ) имеются по методикам «Аналогии» и «Образное мышление», что свидетельствует о том,

что для девушек в большей степени характерно конкретно-логическое, а для юношей – абстрактно-образное мышление

Интегральная характеристика интеллектуального развития (суммарный показатель по 7-ми методикам) не выявила достоверных различий между девушками и юношами.

При изучении личностных особенностей методикой СМИЛ по Л.Н. Собчик отмечено, что у юношей достоверно выше показатели по шкалам пессимистичности и эмоциональной лабильности. У девушек отмечен выраженный пик по шкале мужественность-женственность (Рис.1). Следует отметить, что все значения распределяются в пределах принятых за норму показателей. Исключение составляют высокие значения по шкале мужественности у девушек, являющиеся практически границей нормального распределения [9]. Следовательно, для юношей в большей мере свойственны аналитический склад ума, скептицизм, самокритичность. Для девушек, так же как и для юношей, характерны выраженные морально-волевые качества, целеустремленность, смелость, мужество, выносливость.

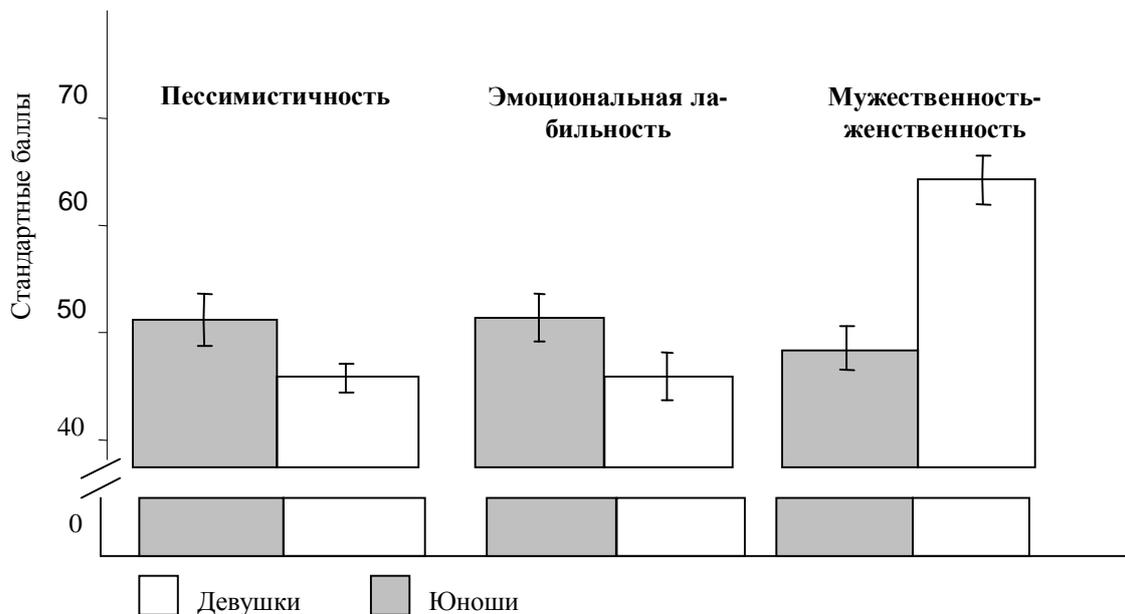


Рис. 1 Характеристика некоторых свойств личности у исследуемых групп (по данным методики СМИЛ)

При сравнительном анализе личностных особенностей девушек, зачисленных на обучение в военное учебное заведение, и девушек, не прошедших по конкурсу, достоверных различий по результатам данных методик не выявлено. Исключение составляет шкала мужественности-женственности (по СМИЛ), по которой показатели у поступивших девушек достоверно выше, чем у не поступивших (рис.2), что характеризует зачисленных на обучение девушек как более мужественных, целеустремленных, выносливых, стремящихся к эмансипации. Именно у этих девушек показатели нервно-психической устойчивости, военно-профессиональной

мотивации и другие показатели, влияющие на распределение по группам пригодности к обучению в ВВУЗах, были гораздо выше. Можно предположить, что такие качества являются профессионально важными для девушек, поступающих в военные учебные заведения. Но проведенный корреляционный анализ показал, что если при поступлении этот показатель был определяющим для получения положительного результата (в нашем случае - это прием на обучение), то в начальном периоде адаптации к учебному процессу он оказывает отрицательное влияние на успеваемость и нервно-психическую устойчивость девушек-курсантов.

Анализ динамики личностных и характерологических особенностей девушек в начальном периоде обучения показал, что по базисным шкалам СМИЛ достоверных различий не выявлено. Отмечена тенденция к снижению показателей по 6-ой (ригидности) и по 5-ой (мужественность-женственность) базисным шкалам (методика СМИЛ). Отсутствие динамики может свидетельствовать об устойчивости характерологических показателей, оцениваемых методикой СМИЛ.

При сравнении личностных особенностей девушек и юношей-курсантов, оцененных методикой СМИЛ, у юношей отмечаются более высокие показатели по 2-ой (пессимистичности), 3-ей (эмоциональной лабильности), 6-ой (ригидности), 7-ой (тревожности), 8-ой (индивидуальности) шкалам. Таким образом, юношам-курсантам в большей, чем девушкам, степени присущи такие качества как скептицизм, самокритичность, аналитический склад ума, неустойчивость самооценки, яркость эмоциональных переживаний, стеничность установок, трезвость взглядов на мир, неуверенность в себе, обособленно-созерцательная личностная позиция.

Прослеживается разница в показателях нервно-психической устойчивости (Методика МЛЮ «Адаптивность»). При поступлении основная масса девушек была отнесена ко второй группе НПУ, одна - к третьей и одна - к четвертой группе НПУ. При обследовании в начальном периоде обучения численность второй группы уменьшилась в два раза, причем у одной девушки отмечено снижение НПУ до 4 группы. У троих этот показатель увеличился, что может свидетельствовать о благоприятном течении у них адаптационного процесса. У юношей значительных изменений показателей не произошло (табл. 1).



Рис.2. Показатели по шкале мужественность-женственность (методика СМИЛ) у не поступивших и поступивших девушек.

Таблица 1

Распределение курсантов по группам нервно-психической устойчивости при поступлении и в острый период адаптации (в %)

Группы НПУ	Девушки		Юноши	
	При поступлении	Через два месяца	При поступлении	Через два месяца
1	-	37,5	28,5	28,5
2	80	37,5	36	43
3	10	-	35,5	28,5
4	10	25	-	-

Адаптационные способности девушек и юношей (методика МЛЮ «Адаптивность»), оцененные в острый период адаптации значительно различаются. При разделении испытуемых на группы в зависимости от характера адаптационного потенциала установлено:

- в группу с высоким потенциалом социально-психологической адаптации входят одна девушка и двое юношей. Лица этой группы сохраняют нормальное функциональное состояние и работоспособность даже при значительных нагрузках;

- в группу с неустойчивым характером протекания процесса адаптации вошли пять девушек и все оставшиеся юноши. При благоприятных условиях компенсация может приобрести устойчивый характер. При отсутствии таких условий адаптация может закончиться срывом;

- одна девушка имеет заниженный адаптационный потенциал. Про-

цесс адаптации у лиц с таким потенциалом во многом обусловлен внешними факторами. Наличие механизмов компенсации способно обеспечить неполную адаптацию. У таких людей самооценки занижены, они нуждаются в постоянной поддержке и внимании со стороны окружающих, стремятся к общению. И в тоже время слабо ориентируются на соблюдение существующих морально-нравственных норм поведения. К мнению коллектива прислушиваются весьма относительно. Психологические особенности указывают на наличие определённого внутреннего конфликта, который и обуславливает проявление признаков акцентуаций и осложняет адаптацию. Лица этой группы требуют постоянного контроля;

- низкий потенциал адаптации имеется у одной девушки. Отличительные черты лиц, имеющих такой потенциал: крайне низкий уровень поведенческой регуляции, отсутствие опыта широкого общения, агрессивность, низкий уровень социализации. Адаптация сопровождается дезадаптивными нарушениями. Успех адаптации этой группы в основном зависит от внешних условий.

Таким образом, психофизиологические показатели, характеризующие адаптационные процессы девушек в непривычных условиях военной службы, подвержены большим изменениям, чем у юношей (табл. 2). К сожалению, ограниченность исследуемой выборки (10 девушек) не позволяет сделать более точные выводы о характере и динамике адаптационного процесса у девушек.

Таблица 2

Распределение курсантов по типовым группам социально-психологической адаптации при поступлении и через два месяца после начала обучения (в %)

Наименование типовой группы	Девушки		Юноши	
	При поступле- нии	Через два месяца	При поступле- нии	Через два месяца
Группа оптимальной адаптации	20	12,5	14	14
Группа устойчивой адаптации	-	-	7	-
Группа неустойчивой адаптации	70	63	79	86
Группа заниженной адаптации	10	12,5	-	-
Группа низкой адаптации	-	12,5	-	-

Оценка заболеваемости показала, что в целом за истекшие два месяца обучения девушки болели в 6,2 раза больше, чем юноши. Среднее коли-

чество обращений среди девушек-курсантов составило 3,7 раза, а среди юношей - 0,6 раза.

Текущая успеваемость в исследуемых группах и оценка командиром юношей и девушек статистически значимо не различаются, хотя и имеется тенденция к более высокой успеваемости у девушек-курсантов. Командиром выше оцениваются юноши.

Данные корреляционного анализа показывают, что при увеличении показателей по 5-ой шкале СМИЛ (мужественности-женственности) у девушек ухудшается успеваемость ( $r = -0,62$ ), увеличивается заболеваемость ( $r = 0,29$ ), ухудшаются коммуникативные ( $r = 0,75$ ) и морально-нормативные ( $r = 0,31$ ) качества. Успеваемость улучшается при увеличении показателей по шкалам индивидуалистичности ( $r = 0,76$ ), ригидности ( $r = 0,51$ ) и тревожности ( $R = 0,68$ ). Наблюдается обратная зависимость успеваемости от значений по шкале социальной интроверсии ( $r = -0,79$ ). У юношей успеваемость зависит от выраженности ригидности ( $r = -0,42$ ) и невротического сверхконтроля ( $r = 0,39$ ).

Приведенные данные свидетельствуют о том, что успешность обучения в ВВУЗе у юношей и девушек может быть обусловлена разными характеристиками, по-разному включенными в систему военно-профессиональной деятельности. Стоит подчеркнуть, что приведенная структура корреляционных связей (из-за ограниченности выборки обследуемых) не расценивается нами как строго установленная. Ее изучение, несомненно, потребует дополнительных исследований. По всей видимости, успешность военно-профессиональной деятельности и обучения на другие группы военных специальностей может быть обусловлена другими профессионально важными качествами.

## Литература

1. Агаджанян Н.А., Катков А.Ю. Резервы нашего организма. - М., 1990. - 239 с.
2. Агаджанян И.А. Адаптация человека и животных к экстремальным условиям внешней среды. - М., 1985. - 184 с.
3. Айдаралиев А.А., Максимов А.Л. Адаптация человека к экстремальным условиям. Опыт прогнозирования. - Л., 1988. - 124 с.
4. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. - Л., 1988. - 267 с.
5. Гаркави Л.Х., Квакина Е.Б., Уколова М.А. Адаптационные реакции и резистентность организма. - Ростов н/Д., 1990. - 223 с.
6. Кулюткин Ю.Н. Личностные факторы развития познавательной активности учащихся в процессе обучения // Вопросы психологии - 1984. - №5. - С. 41-44.

7. Медведев В.И. Адаптация к профессиональной деятельности // Физиология трудовой деятельности. - СПб., 1993. - С.209 - 283.

8. Психологическая оценка и прогнозирование профессиональной пригодности военных специалистов: Учебное пособие / МО СССР. Центр. воен.-мед. упр.; Подгот.: Кулагин Б.В. и др. - М.: Воениздат., 1988. - 263с.

9. Собчик Л.Н. Стандартизированный многофакторный метод исследования личности. - СПб: Речь, 2001.С. 53-57.

10. Физиология летного труда. Учебник / Под ред. В.С. Новикова. – СПб.: Наука, 1997. – 411 с.

-----

## **ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ И ОСОБЕННОСТИ ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ СРОЧНОЙ СЛУЖБЫ**

**А.П. Булка,  
Е.А. Савельева**

В последние несколько лет резко повысилось внимание к мероприятиям профессионального психологического отбора и психофизиологического сопровождения деятельности специалистов ВС. В силу многих социально-экономических изменений, происходящих в нашей стране, отмечается резкое ухудшение социально-психологических и психофизиологических характеристик лиц призывного контингента, что самым негативным образом сказывается на уровне боеспособности частей и подразделений ВС РФ.

Отсутствие необходимых профессионально важных качеств или изначально низкий уровень этих качеств у молодого пополнения, призываемого в армейские ряды, отрицательно сказывается на процессе адаптации к военной службе. В настоящее время, по мнению некоторых авторов, до 20% молодых военнослужащих не способны быстро адаптироваться к условиям воинской службы. Как правило, они нуждаются во врачебном наблюдении и диспансерном учете. Такие военнослужащие, особенно на начальных этапах воинской службы предъявляют большое количество психосоматических жалоб, для них характерен высокий уровень нервно-психического напряжения, неадекватные межличностные взаимоотношения в воинских коллективах, зачастую приводящие к чрезвычайным происшествиям.

Известно, что сердечно-сосудистая система и механизмы ее регуляции оказывают влияние на процесс адаптации. К настоящему времени всеобщее признание получила теория, считающая что плотность спектральной мощности variability сердечного ритма является мерой активности

вегетативной нервной системы по управлению сердечно-сосудистой системой. Высокочастотные и низкочастотные компоненты спектральной мощности отражают активность и баланс двух ветвей вегетативной нервной системы - парасимпатической (замедляющей ритм сердца) и симпатической (ускоряющей ритм сердца). Таким образом, оценивая спектральные компоненты variability сердечного ритма можно судить о функциональном состоянии вегетативной нервной системы и соответственно оценить регуляцию сердечной деятельности.

Существует множество методов оценки сердечно-сосудистой деятельности. В последнее время, широкую известность получила методика "Ритмокардиография", которая позволяет измерить, как общепринятые параметры ЭКГ, так и соответствующие международному стандарту показатели variability сердечного ритма, характеризующие активность вегетативной нервной системы.

Кроме того, кардиоритмограф позволяет автоматически определить интегральные оценки состояния сердечной мышцы и ее проводящих путей, вегетативной нервной системы и обобщающий их показатель, названный функциональным резервом сердечной деятельности. Эти интегральные показатели дают возможность предположить о наличии патологии и позволяют отслеживать динамику изменения функционального состояния сердечной мышцы и ее проводящей системы, а также состояние регуляции сердечной деятельности вегетативной нервной системой.

Целью нашего исследования была оценка влияния функционального состояния сердечно-сосудистой системы на адаптивность организма в условиях военно-профессиональной деятельности в первые три месяца службы.

В ходе работы решались следующие задачи:

1. Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы у военнослужащих, по-разному адаптирующихся к условиям военно-профессиональной деятельности;

2. Оценка влияния отдельных показателей интеллектуального развития, темперамента, характера, особенностей личности военнослужащих на процесс адаптации в зависимости от функционального состояния сердечно-сосудистой системы.

Объектом исследования явились курсанты учебного центра по подготовке санитарных инструкторов для ВС РФ – военнослужащие срочной службы на третьем месяце обучения. Объем выборки составил 164 человека.

Для решения вышеизложенных задач использовались следующие методы исследования:

1. Экспериментальный (комплекс психофизиологических и психологических методик): психологический опросник "Адаптивность" (МЛЮ), методика Спилбергера в модификации Ханина, тест Айзенка, тест Леонгарда-Шмишека, ритмокардиография.

2. Опрос экспертов, оценка командирами профессиональных и личностных качеств;

3. Математико-статистический (программы по статистической обработке данных).

Разведочный анализ данных, проведенный с использованием методики корреляционного анализа, показал, что устойчивых взаимосвязей между характеристиками вегетативного регулирования сердечно-сосудистой системы и другими психофизиологическими предикторами нет.

По-видимому, из-за слабой выраженности корреляционных связей не удалось выявить особенностей вегетативного регулирования сердечно-сосудистой системы в полярных по экспертной оценке успешности деятельности группах военнослужащих («Отличники» – 25 человек, «Неуспевающие» – 32 человека) (рис.1).

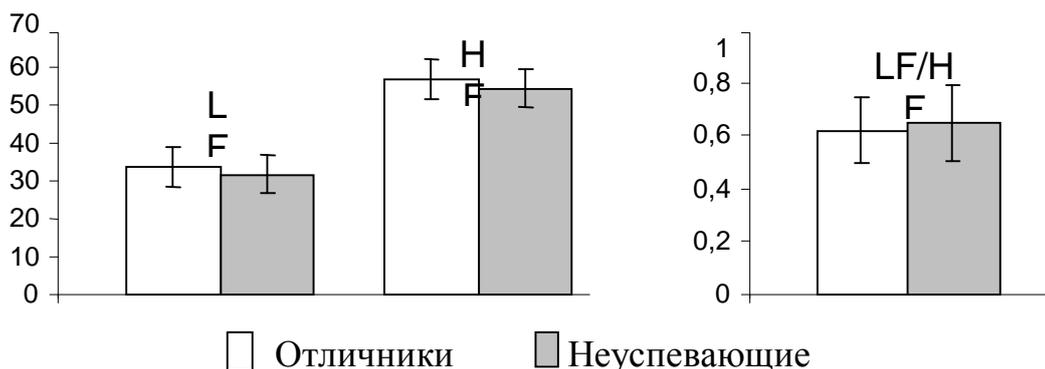


Рис.1. Оценка достоверности различий в полярных группах («отличников» и «неуспевающих») по показателям вегетативного регулирования сердечно-сосудистой системы.

По всей вероятности, характеристики вегетативного регулирования сердечно-сосудистой системы напрямую не связаны с показателями работоспособности военнослужащих и не могут служить критериями сколько-нибудь долгосрочного прогнозирования успешности военной профессиональной деятельности.

В нашем исследовании аналогичные результаты получены и для других психофизиологических показателей.

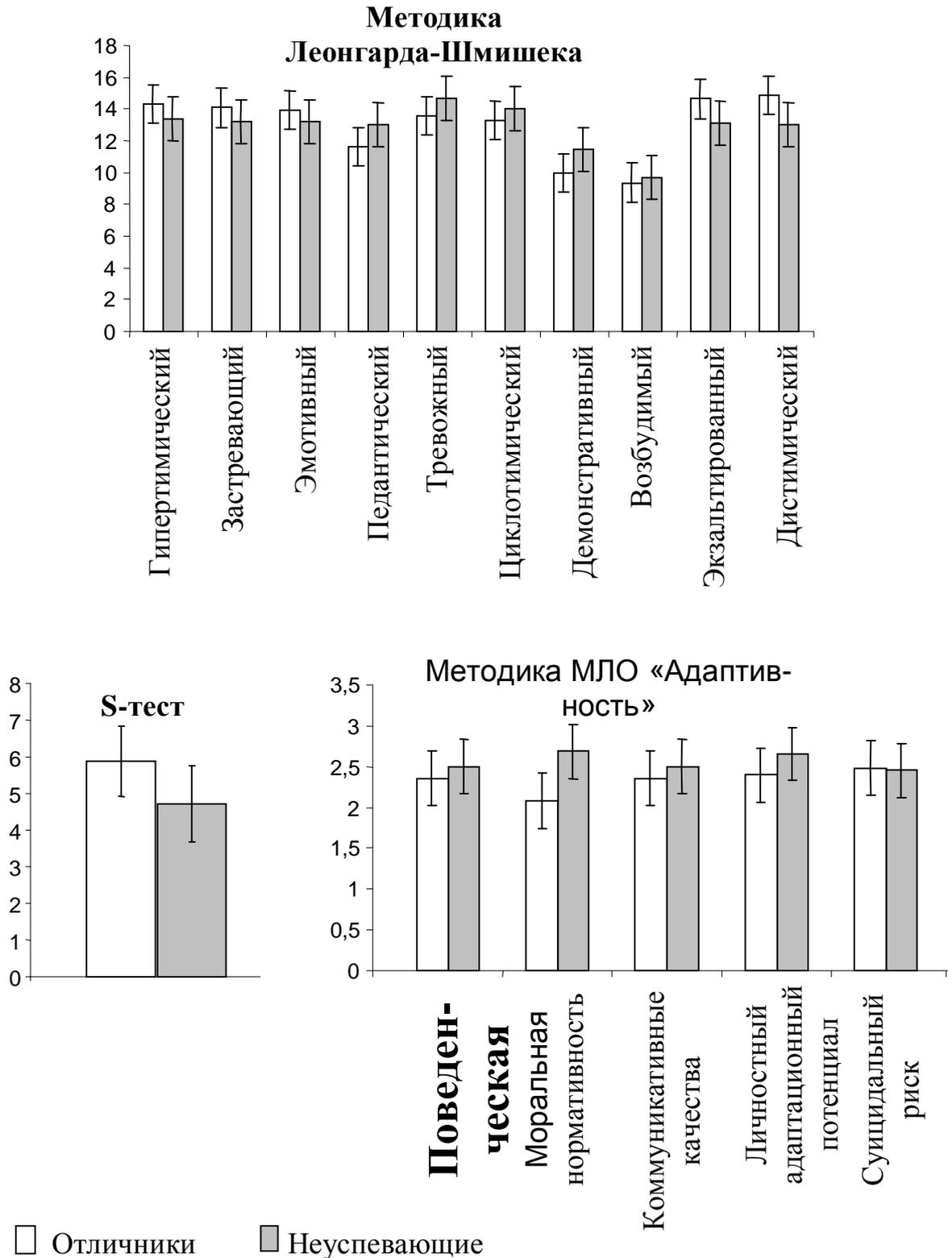


Рис.2. Оценка достоверности различий в полярных группах («отличников» и «неуспевающих») по исследованным психофизиологическим показателям

Анализ корреляционных взаимосвязей приведенных показателей с оценкой военно-профессиональной деятельности приводит к заключению, что ни одна из характеристик в отдельности не является определяющей в прогнозировании процессов адаптации обследованных лиц к условиям военной службы в первые 3 месяца после призыва (рис.2).

Приведенные данные интересны с двух точек зрения.

Во-первых, среди исследованных характеристик показатели вегетативного регулирования сердечно-сосудистой системы являются наиболее динамичными. Их выраженность может значительно варьировать у одного и того же человека в течение одного рабочего цикла. По показателю LF/HF обследованные были разделены на полярные группы:

- с преобладанием симпатического компонента ( $LF/HF > 1,4$  – 16 человек) – «симпатотоники»;
- с преобладанием парасимпатического компонента ( $LF/HF < 0,4$  – 15 человек) - «парасимпатотоники».

Дальнейший анализ с применением парного двухвыборочного t-теста для средних показал значимость различий (при  $p < 0,05$ ) в адаптационных характеристиках выделенных групп (рис.3).

Военнослужащие с преобладанием парасимпатического регуля-

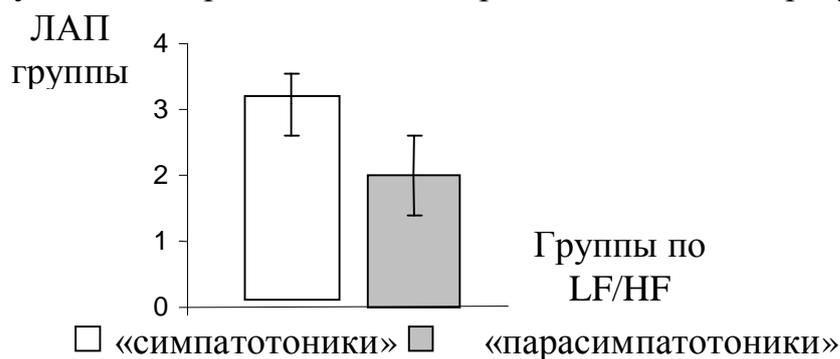


Рис.3. Оценка достоверности различий в группах «симпатотоников» и «парасимпатотоников» по показателям личностного адаптационного потенциала

ния деятельности сердечно-сосудистой системы обладают более высокими личностными адаптационными способностями (в среднем принадлежат к более высоким группам адаптивности).

Различий в характеристиках интеллектуального развития (S-тест), темперамента (тест Айзенка), особенностей личностных черт (тесты Спилбергера-Ханина, Леонгарда-Шмишека) и нервно-психической устойчивости в приведенных полярных группах не выявлено. Это еще раз подтверждает положение о том, что не существует прямых, критериально значимых психофизиологических характеристик, определяющих успешность процессов военно-профессиональной адаптации. По-видимому, решение задачи прогнозирования успешности деятельности и оценки устойчивости адаптации находится в области поиска механизмов, организующих наличествующие у военнослужащего психофизиологические характеристики

(функциональные резервы) в целостную систему, осуществляющую конкретную военно-профессиональную деятельность. В связи с этим нами был проведен отдельный корреляционный анализ данных экспертной оценки успешности деятельности с психофизиологическими показателями в группах, полярных по вегетативному регулированию деятельности сердечно-сосудистой системы.

Анализ данных позволяет выделить некоторые существенные признаки, определяющие различия механизмов адаптации у военнослужащих в зависимости от характера вегетативного регулирования деятельности сердечно-сосудистой системы.

Так, в группе с преобладанием симпатического компонента регулирования, успешность деятельности, определяемая характеристиками темперамента, повышается вместе с усилением экстравертированности и нейротизма. В группе «парасимпатотоников» наблюдаются противоположные отношения. Показатели тревожности одинаково негативно отражаются на успешности деятельности обеих групп. Однако необходимо отметить, что нарастание реактивной (ситуационной) тревожности в наибольшей степени дезорганизует деятельность «парасимпатотоников».

Большинство акцентуаций характера, определяемых методикой Леонгарда-Шмишека, отрицательно сказываются на успешности военно-профессиональной деятельности в обеих полярных группах.

Наиболее интересные данные наблюдаются при оценке механизмов влияния на успешность военно-профессиональной деятельности характеристик адаптационного потенциала личности в полярных по вегетативному регулированию группах. Военнослужащие с преимущественным влиянием парасимпатического компонента регулирования очень сильно зависят от выраженности показателей поведенческой регуляции, коммуникативных качеств, моральной нормативности и личностного адаптационного потенциала в целом. Напрашивается предположение, что усиление парасимпатического влияния сказывается на значимых характеристиках личности, усиливая процессы социализации военнослужащих. Любопытно, что выраженные морально-нормативные качества у «симпатотоников» наоборот снижают успешность военно-профессиональной деятельности.

Следует подчеркнуть, что большинство отмеченных зависимостей значимо лишь на уровне тенденций. Из-за малого количества обследованных в полярных группах (16 человек – «симпатотоники» и 15 человек – «парасимпатотоники») дальнейшее выделение подгрупп нецелесообразно, не позволяет определить значимость различий и, видимо, потребует дополнительных исследований.

Тем не менее, было бы полезно установить, позволяет ли комплексное воздействие отмеченных зависимостей определить качественные характеристики групп военнослужащих по их адаптационным способностям к условиям военно-профессиональной деятельности. С этой целью был проведен отдельный корреляционный анализ данных вегетативного регу-

лирования деятельности сердечно-сосудистой системы с психофизиологическими показателями в группах, полярных по экспертной оценке успешности деятельности.

Структура корреляционных взаимосвязей в группах отличников и неуспевающих позволяет высказать предположение о том, что:

*Факторами адаптации* военнослужащих, успешно справляющихся с военно-профессиональной деятельностью, действительно являются комплексные механизмы взаимодействия между показателями вегетативного регулирования сердечно-сосудистой системы и такими характеристиками личности как *поведенческая регуляция, коммуникативные способности, моральная нормативность и личностный адаптационный потенциал в целом.*

Для проверки этого предположения из всей выборки обследованных нами были отобраны военнослужащие:

1-я группа – с высокими показателями поведенческой регуляции и преимущественными парасимпатическими влияниями на деятельность сердечно-сосудистой системы – 18 человек;

2-я группа - с низкими показателями поведенческой регуляции и преимущественными симпатическими влияниями на деятельность сердечно-сосудистой системы – 9 человек.

На заключительном этапе исследования проверялась значимость различий (при  $p < 0,05$ ) в показателях успешности военно-профессиональной деятельности выделенных групп, определенных по экспертной оценке. Применение парного двухвыборочного t-теста для средних показало достоверность различий между группами (Рис. 4).

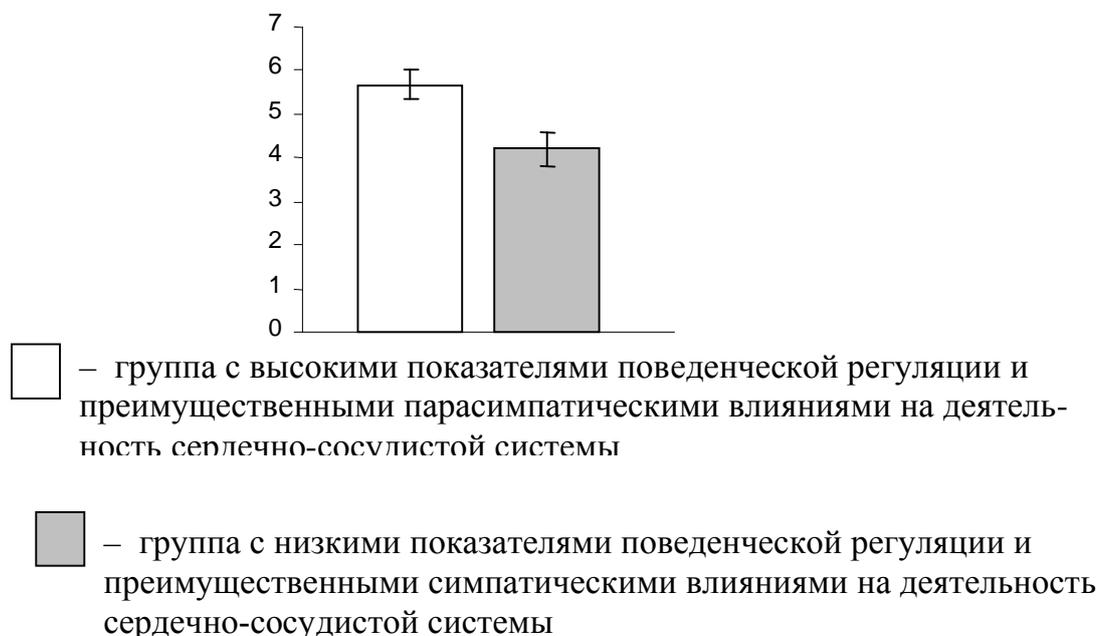


Рис. 4. Оценка достоверности различий по успешности деятельности в группах

Полученный результат исследования может найти свое практическое применение в двух предметных областях психофизиологии:

- при проведении мероприятий профессионального психологического отбора – в «решающее правило» вынесения заключения о профессиональной пригодности может и должен быть введен определенный нами комплексный фактор, включающий характеристику баланса вегетативного регулирования деятельности сердечно-сосудистой системы и поведенческой регуляции;

- при профессиональном психологическом сопровождении учебно-боевой и боевой деятельности – усиление симпатических влияний в вегетативном регулировании сердечно-сосудистой системы и снижение показателей поведенческой регуляции может стать диагностическим критерием неблагополучия военно-профессиональной адаптации.

На основании вышеизложенных результатов мы пришли к следующим выводам:

1. Отдельно взятые психофизиологические факторы, в том числе и характеристики вегетативного регулирования деятельности сердечно-сосудистой системы, не оказывают существенного влияния на адаптивные способности организма военнослужащих.

2. Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы, определенное по показателям вегетативного регулирования отличается в полярных по степени адаптации группах военнослужащих лишь на уровне тенденций и критериально не значимо.

3. Существенным для диагностики адаптационных характеристик и прогнозирования успешности военно-профессиональной деятельности является комплексное сочетание факторов вегетативного регулирования сердечной деятельности и личностных особенностей военнослужащих, таких как поведенческая регуляция и личностный адаптационный потенциал.

4. Полученные в ходе исследования результаты могут быть использованы для разработки «решающего правила» вынесения заключения о профессиональной пригодности при проведении мероприятий профессионального психологического отбора и в процессе профессионального психологического сопровождения учебно-боевой и боевой деятельности в качестве диагностического критерия неблагополучия военно-профессиональной адаптации.

### Литература

1. Аничков Н.Н. “Физиология и патология сердечно-сосудистой системы. Труды научной конференции 16-17 мая 1939г.” ВМА,1941г. (труды ВМА XXXIII том).

2. Боченков А.А., Чермянин С.В., Булыко В.И. Методология и принципы комплексной психологической оценки профессиональной пригодности военных специалистов // Воен. - мед.журн. - 1994. – №11. - С.41-46.

3. Вязицкий П.О. и др. “Адаптация молодого воина к условиям воинской службы и профилактика дизадаптационных расстройств “Методическое руководство. М.,1990. - 28 с.

4. Загаров С.В. ”Оценка некоторых биохимических гемодинамических и психологических показателей при адаптации лиц молодого возраста к условиям военной службы. Автореф. дис... канд. мед. наук. - ВМедА.-СПб., 1993. - 23 с.

5. Литвинцев С.В., Чермянин С.В., Маклаков А.Г. Методологические аспекты оценки нервно-психической устойчивости военнослужащих// Морск. мед. журн. - 1997. - №3. - С.5 - 8.

6. Мерлин В.С Психология индивидуальности. - М.: Изд-во Ин-та практич. психологии, 1996. - 448 с.

7. Медведев В.И. Учение об адаптации и его значение для военной медицины. - Л.: ВМедА, 1983. – 24 с.

8. Одинак М.М., Архангельский А.Е., Коваленко П.А. и др. Неврологические аспекты дизадаптационных нарушений у молодых лиц в начальный период военной службы // Воен. - мед. журн. - 1998. - №3. - С.22-26.

**9. Положенцев С.Д., Руднев Д.А. “Некоторые аспекты адаптации к военной службе” (Труды науч. конф. ВМА им. Кирова). - Л.: ВМА, 1987.**

10. Турчинский В.И. “ Сердечно-сосудистая система в процессе адаптации человека на Крайнем Севере” М., 1983.

11. Фомиченко А. О некоторых проблемах комплектования Вооруженных Сил по призыву // Информ. - метод.сборник. - М.: ЦВСППИ ВС РФ, 1993. - №4. - С.7-11.

12. Янин С. Социальная напряженность в Вооруженных Силах Российской Федерации: Результаты исследований и выводы // Информ. – метод.сборник. - М.: ЦВСППИ ВС РФ, 1993. - №2.- С.14.

### **ОСОБЕННОСТИ ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ КУРСАНТОВ ИНЖЕНЕРНОГО ВОЕННО-УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ**

**А.М. Войтенко**, член-корреспондент БПА,  
кандидат медицинских наук, доцент

**Е.А. Инюшева**

В настоящее время в Российской Федерации возрастают требования к уровню подготовки молодого пополнения офицерского корпуса Вооруженных Сил Российской Федерации (ВС РФ), что указывает на необходи-

мость продолжения исследований, направленных на совершенствование системы психофизиологического сопровождения учебного процесса в военно-учебных заведениях. В этой связи большое количество работ посвящено созданию в военно-учебных заведениях (ВУЗ) ВС РФ системы диагностики и коррекции значимых для обучения и профессиональной деятельности качеств личности и состояний человека. К ним следует отнести установки личности, волевые качества, структуру мотивационной сферы и другие психофизиологические особенности, имеющие непосредственное отношение к направленному формированию системы саморегуляции и познавательной активности курсантов.

Цель исследования заключалась в разработке рекомендаций по совершенствованию системы мероприятий, улучшающих процесс военно-профессиональной адаптации курсантов инженерного военно-учебного заведения. В числе решаемых задач были изучение адаптационных способностей курсантов с использованием многоуровневого личностного опросника МЛЮ “Адаптивность”; определение категории курсантов с низкими адаптационными возможностями личности; оценка показателей успешности обучения, дисциплинированности, заболеваемости за периоды обучения (1-3 курсы) у курсантов с различными адаптационными возможностями, а также разработка рекомендаций по совершенствованию системы психофизиологического сопровождения учебного процесса в военно-учебном заведении.

В настоящее время основными направлениями в изучении адаптации стали определение этапов становления психофизиологической системы адаптации, критериев ее сформированности, выделение компонентов структуры этого феномена. Психофизиологические данные помогают на практике выявлять динамику и формы процесса адаптации, а также определять группы факторов, влияющих на процесс адаптации, которые усиливают или уменьшают компенсаторные возможности и ресурсы человека (Ю.И. Александров, 2001 г.). Процесс адаптации чрезвычайно динамичен. Его успех во многом зависит от целого ряда объективных и субъективных условий, функционального состояния, социального опыта, жизненной установки и многого другого.

В Вооруженных силах адаптация на всех уровнях включает:

- адаптацию к общевоинским требованиям, регламентирующим повседневное поведение военнослужащих;
- профессиональную адаптацию, связанную с освоением военной специальности и формированием соответствующих ее требованиям профессионально важных качеств;
- социально-психологическую адаптацию, обусловленную вхождением в воинский коллектив и усвоением характерных групповых норм поведения, стиля взаимоотношений.

В начале обучения основные трудности обусловлены, прежде всего, адаптацией на биологическом уровне. Она первична по времени и связана

с необходимостью перестройки организма в специфических условиях жизни.

Особое место в процессе военно-профессиональной адаптации занимает этап включения в новую деятельность или начальный этап профессиональной и социально–психологической адаптации. Его сущность составляет, прежде всего, знакомство человека с новой средой, т.е. такое движение его сознания, в котором исходный момент – обобщенное, часто идеализированное представление о процессе обучения, сформированное с чужих слов, по книгам, а конечный – относительно четкое знание основных требований новой среды, полученное на собственном опыте, непосредственно во время обучения. В большинстве случаев курсантов первого года обучения отличают дисциплинированность, исполнительность, старательность, высокий уровень интереса к деятельности в новых условиях. На втором этапе профессиональной и социально–психологической адаптации курсантов эффект новизны обстановки теряет свою значимость: на практике познаются различные аспекты военной деятельности, курсант способен адекватно оценить свои возможности в новой среде. Некоторых курсантов начинает тяготить система неизбежных ограничений. Происходит актуализация отдельных привычек и стереотипов поведения, нежелательных в воинской среде и приглушенных в начале обучения. Растет число проявлений недисциплинированности, конфликтности, вспыльчивости. Общая заболеваемость в этот период достигает своего апогея. Второй этап является наиболее напряженным в общей динамике. При высоких требованиях к внешним условиям деятельности и малых мобилизационных возможностях внутренних условий возникает ситуация, когда имеющиеся программы адаптации не в состоянии обеспечить выполнение цели деятельности. Это приводит к необходимости формирования новых программ, способных обеспечить адекватный ответ организма. На этой стадии происходит разрушение старых, оказавшихся неоптимальными, программ. Возникает сложное и достаточно трагическое для организма положение, когда старые программы уже разрушены, а новые еще не созданы или не совершенны. В этот период в комплекс адаптационных реакций включается компонент – поведенческая адаптация. Она включает много форм, и ее элементы присутствуют на всех этапах адаптационного процесса, вплоть до стабильной адаптации. Поведенческие реакции направлены не только на уравновешивание с существующими условиями, но и учитывают дальнейшее развитие событий, т.е. работают в режиме прогнозирования. Стратегии адаптации зависят от исходной структуры личности.

Под прикрытием поведенческой адаптации начинает формироваться новая программа развертывания регулирующих механизмов, начинается строиться новая структура гомеостатического регулирования. Поиск оптимальной программы адаптации растягивается на достаточно длительное время, т.к. он осуществляется методом проб и ошибок и из-за инертности

многих процессов. Когда поиск заканчивается, наступает период стабильной адаптации.

Индивидуальная продолжительность третьего (завершающего) этапа профессиональной и социально – психологической адаптации во многом зависит от успешности разрешения внутренних противоречий на предыдущем этапе. Основное содержание третьего этапа адаптации составляют проверка и закрепление тех навыков, умений, личностных качеств, которые сложились в процессе разрешения противоречий предыдущего периода. Стабильность этого периода весьма относительна, ее колебания и уменьшение объема адаптационных возможностей объясняются длительным напряжением гомеостатического регулирования и срывом этих механизмов. В зависимости от особенностей регуляции функций срыв может наступить в разные сроки.

Исследования, проведенные в последние годы, свидетельствуют, что показатели пригодности допризывной молодежи к группам военных специальностей прогрессивно снижаются. Опыт организации профессионального психологического отбора и психофизиологического сопровождения курсантов военно-учебных заведений свидетельствует, что за последние десять лет уровень интеллектуального развития юношей снизился почти на 30%, нервно – психической устойчивости – на 25%. Около 25-30% курсантов первых курсов испытывают сложности в военно-профессиональной адаптации и нуждаются в соответствующей помощи. Доказано, что успешность обучения курсантов на первом и выпускном курсах опосредована различными профессионально-важными качествами (ПВК). При этом на первых курсах успеваемость обучения на 65% определяется достаточным уровнем развития интеллектуальных ПВК курсантов. В то же время, на выпускном курсе ведущими ПВК, детерминирующими успешность обучения, являются уже социально-психологические характеристики. Полученные результаты свидетельствуют, что успешность обучения курсантов на младших курсах обусловлена наличием у них высокого уровня развития познавательных психических процессов и некоторых личностных характеристик, таких как коммуникабельность и моральная нормативность, хороший контроль над эмоциями и отсутствие склонностей к негативным психическим реакциям. Кроме того, курсанты с плохой успеваемостью имеют более низкий уровень нервно-эмоциональной устойчивости и характерологические акцентуации.

Курсанты с хорошей успеваемостью достоверно отличаются от недостаточно успевающих лиц по стилевым характеристикам деятельности (в среднем на 31-48 %). Такие курсанты ориентированы в основном на показатели эффективности и надежности деятельности, тогда как неуспевающие курсанты - на продуктивность.

В изученных литературных источниках нет упоминания о динамике адаптационных процессов курсантов, поступивших в ВУЗы из различных учебных заведений (общеобразовательных школ и учебных заведений сис-

темы довузовского образования Министерства Обороны РФ), что послужило предметом настоящего исследования.

Для решения поставленных задач были изучены адаптационные способности курсантов военно-учебного заведения инженерно-технического профиля, поступивших в ВУЗ по окончании различных учебных заведений: 419 выпускников общеобразовательных школ; 76 человек - суворовских училищ; 100 человек - выпускников кадетских корпусов. Всего обследовано 595 курсантов, из них первого курса - 219 человек, второго курса - 266 человек, третьего курса - 110 человек.

Здесь и далее «школьниками» будут обозначаться выпускники общеобразовательных школ; «суворовцами» - выпускники суворовских училищ; «кадетами» – выпускники кадетских корпусов.

При обследовании использовался многоуровневый личностный опросник МЛЮ “Адаптивность” (МЛЮ-АМ), предназначенный для оценки адаптационных возможностей человека с учетом некоторых психофизиологических и социально-психологических характеристик личности, отражающих интегративные особенности нервно-психического и социального развития.

Данный тест позволяет оценивать адаптационные возможности индивида, исходя из особенностей не только психологического, но и нравственного развития, что позволяет объединить в одном тесте теоретические положения различных психологических школ относительно проблемы адаптации.

После обработки материалов обследования были получены результаты распределения курсантов по степеням личностного адаптационного потенциала. Из их числа были выделены материалы курсантов, у которых отмечены наихудшие показатели адаптированности к учебному процессу и военной службе (4 степень ЛАП) и наилучшие (1 степень ЛАП).

На основании данных медицинского обследования, предоставленных медицинской службой ВУЗа, был проведен анализ заболеваемости курсантов указанных категорий за весь период обучения; при этом учитывались число обращений за медицинской помощью, число случаев заболеваний и дней нетрудоспособности. Установлено, что при анализе нозологических форм в структуре заболеваемости преобладали острые респираторные заболевания в периоды их сезонного повышения. Кроме того, в процессе исследования анализировались результаты профессионального психологического отбора при наборе в ВУЗ.

Для оценки курсантов по их способностям к обучению, степени развития организаторских качеств и отношению к коллективу проводились опросы начальников курсов, которые выступали в качестве экспертов. Было предложено оценить организаторские способности и отношение к коллективу по следующим шкалам: робость-уверенность; привязанность к группе-самостоятельность; покорность-доминантность. Успешность обучения оценивалась по среднему баллу на основании данных экзаменац

онных оценочных ведомостей и результатам текущей успеваемости. Уровень воинской дисциплины определялся экспертно начальниками курсов по пятибалльной шкале.

Распределение курсантов с 1 и 4 степенями ЛАП за первый-третий курсы обучения представлено в таблице 1.

Таблица 1

Распределение курсантов с 1 и 4 степенями ЛАП  
за первый-третий курсы обучения (%)

Степени ЛАП	Категории курсантов		
	Школьники	Суворовцы	Кадеты
<b>Первый курс</b>			
1 степень ЛАП	7,8	9,5	6,4
4 степень ЛАП	9,3	15,6	12,8
<b>Второй курс</b>			
1 степень ЛАП	5,9	11,0	0,0
4 степень ЛАП	25,0	22,4	16,6
<b>Третий курс</b>			
1 степень ЛАП	5,3	0,0	17,6
4 степень ЛАП	12,7	17,7	29,4

Результаты проведенного исследования показали, что на первом курсе обучения суворовцев с четвертой степенью ЛАП больше по сравнению со школьниками и кадетами, но, в то же время, отмечается преобладание данной категории курсантов и с первой степенью. Количество школьников с четвертой степенью ЛАП было наименьшим, и по числу курсантов с первой степенью они незначительно уступали суворовцам. Средние показатели отмечены у кадетов.

Таким образом, в исследуемых группах на втором и третьем году обучения наблюдается снижение адаптационных способностей курсантов. Так, например, отмечено увеличение количества кадетов с четвертой степенью ЛАП на третьем году и резкое снижение показателей с первой степенью на втором курсе.

У школьников больший процент исследованных оказался с четвертой степенью на втором курсе и имелась тенденция к снижению к третьему. С первой степенью ЛАП отмечается плавное снижение количества курсантов к третьему году обучения, процесс более стабилен и проходит без резких колебаний на протяжении трех лет обучения.

Количество курсантов из числа суворовцев с четвертой степенью ЛАП несколько повышается на втором курсе и незначительно снижается на третьем курсе. Отмечается постепенное увеличение количества курсан-

тов ко второму году обучения с первой степенью ЛАП и резкое снижение - к третьему курсу.

На основании приведенных данных можно заключить, что на протяжении всего периода обучения необходимо проводить мероприятия психологического сопровождения, направленные на коррекцию адаптационных процессов у курсантов.

Для выявления причин резкого снижения ЛАП и разработки мероприятий по их устранению был проведен анализ успеваемости, заболеваемости, состояния воинской дисциплины и сформированности профессионально важных качеств у курсантов, а также результатов профессионального психологического отбора.

Данные сравнительного анализа показателей военно-профессиональной адаптации у различных категорий курсантов в зависимости от степени ЛАП представлены в таблицах 2-4.

Из материалов, представленных в таблице 2 видно, что у школьников отмечаются относительно стабильные показатели успеваемости, имеющие незначительную тенденцию к снижению от первого к третьему курсу у курсантов как с первой, так и четвертой степенью ЛАП. Показатели дисциплины у курсантов-школьников с первой степенью ЛАП повышаются, тогда как с четвертой степенью - несколько увеличиваются ко второму курсу и снижаются к третьему.

Число обращений за медицинской помощью курсантов с первой степенью ЛАП стабильное (3,0). У школьников с четвертой степенью число обращений снижается с 5,86 на первом курсе до 3,46 на втором, на третьем курсе обращений нет. Количество дней нетрудоспособности у курсантов-школьников с первой степенью ЛАП высокое на первом курсе (8,44) и более низкое - на втором-третьем курсе (5,25 и 6,0 соответственно). У курсантов-школьников с четвертой степенью ЛАП отмечено снижение числа дней нетрудоспособности с 11,14 на первом курсе до 10,38 на втором, на третьем - дни нетрудоспособности зарегистрированы не были.

Отмечена тенденция повышения уровня воинской дисциплины у курсантов-школьников с первой степенью ЛАП. У курсантов с четвертой степенью ЛАП наблюдалось повышение уровня воинской дисциплины с 3,15 балла на первом курсе до 3,38 балла на втором и резкое снижение до 3,13 балла - на третьем курсе.

При опросе начальников курсов курсанты из числа школьников с 1 степенью ЛАП характеризовались как дисциплинированные, уравновешенные, исполнительные; с 4 степенью - как неуверенные, безответственные и вспыльчивые.

Таблица 2

Показатели военно-профессиональной адаптации у курсантов-школьников в зависимости от степени ЛАП

ПОКАЗАТЕЛИ	1 степень ЛАП	4 степень ЛАП	p
<b><i>Первый курс</i></b>			
Успеваемость, баллы	4,62± 0,07	3,46±0,11	<0,05
Число обращений	3,00±0,40	5,86±1,50	-
Число дней нетрудоспособности	8,44±2,12	11,14 ±2,84	-
Число случаев	1,22±0,22	2,71±0,68	-
Дисциплина, баллы	4,41±0,17	3,15±0,23	<0.05
<b><i>Второй курс</i></b>			
Успеваемость, баллы	4,54± 0,09	3,41± 0,07	<0.05
Число обращений	2,75± 0,16	3,46 ±0,46	-
Число дней нетрудоспособности	5,25± 0,49	10,38± 1,66	-
Число случаев	1,00± 0,00	1,54 ±0,21	-
Дисциплина, баллы	4,70± 0,13	3,38± 0,11	<0.05
<b><i>Третий курс</i></b>			
Успеваемость, баллы	4,52± 0,21	3,28± 0,20	<0,05
Число обращений	3,0± 0,0	нет	-
Число дней нетрудоспособности	6,0± 0,0	нет	-
Число случаев	1,0± 0,0	нет	-
Дисциплина, баллы	4,75± 0,25	3,13± 0,21	<0,05

У суворовцев (табл. 3) с 1 степенью ЛАП успеваемость снижается ко второму курсу с 4,23 до 4,16 баллов. На третьем курсе эти показатели не анализируются, так как курсантов из числа суворовцев с первой степенью ЛАП нет. В группе суворовцев с четвертой степенью ЛАП наблюдается постепенное повышение успеваемости с 3,22 на первом курсе до 4,0 на третьем курсе.

Таблица 3

Показатели военно-профессиональной адаптации у курсантов-суворовцев в зависимости от степени ЛАП

ПОКАЗАТЕЛИ	1 степень ЛАП	4 степень ЛАП	p
<b><i>Первый курс</i></b>			
Успеваемость, баллы	4,23± 1,14	3,22±0,14	< 0,05
Число обращений	2,50±0,50	3,25±0,75	-
Число дней нетрудоспособности	4,50±1,50	5,25 ±,43	-
Число случаев	1,0±0	1,20±0,20	-
Дисциплина, баллы	4,16±0,44	2,80±0,20	-
<b><i>Второй курс</i></b>			
Успеваемость, баллы	4,16± 0,44	3,23± 0,16	-
Число обращений	2,0± 0	2,33 ±0,33	-
Число дней нетрудоспособности	3,0± 0	3,75± 0,75	-
Число случаев	1,0± 0	1,0 ±0	-
Дисциплина, баллы	4,66± 0,33	3,0± 0,32	-
<b><i>Третий курс</i></b>			
Успеваемость, баллы	Нет	4,0± 0,57	-
Число обращений	Нет	нет	-
Число дней нетрудоспособности	Нет	нет	-
Число случаев	Нет	нет	-
Дисциплина, баллы	Нет	3,33± 0,66	-

Обращаемость за медицинской помощью и число дней нетрудоспособности у курсантов-суворовцев с первой степенью ЛАП снижаются ко второму курсу с 2,5 до 2,0 и с 4,5 до 3,0 соответственно. У суворовцев с четвертой степенью ЛАП наблюдается значительное снижение этих показателей: число обращений с 3,25 на первом курсе достигает 2,33 на втором и отсутствует на третьем, число дней нетрудоспособности соответственно 5,25 и 3,75.

Уровень воинской дисциплины у суворовцев с первой степенью ЛАП повышается с 4,16 до 4,66 баллов на втором курсе, с четвертой степенью повышаются с 2,80 на первом курсе до 3,00 на втором и до 3,33 - на третьем курсе.

Начальниками курсов курсанты-суворовцы с первой степенью ЛАП характеризовались в основном как исполнительные и дисциплинированные, нежели успешные в обучении. В свою очередь, курсанты с 4 степенью ЛАП из числа суворовцев оценивались отрицательно по многим параметрам, в частности исполнению требований начальников, обеспечению адекватных взаимоотношений в коллективе и усвоению учебной программы.

У кадетов (табл. 4) с первой степенью ЛАП успеваемость на первом и третьем курсах не изменяется и составляет 4,10 балла, на втором курсе курсантов из числа кадетов с первой степенью ЛАП нет. У кадетов с четвертой степенью ЛАП успеваемость несколько понижается ко второму курсу и повышается к третьему.

Число дней нетрудоспособности и случаев заболеваний на первом - третьем курсах стабильно, число обращений к третьему курсу снижается примерно в 1,5 раза. У кадетов с 4 степенью ЛАП наблюдается стабильное уменьшение числа обращений за медицинской помощью (3,20 на первом курсе, 2,33 - на втором, на третьем - нет), и числа дней нетрудоспособности (6,40 и 4,50 соответственно).

Таблица 4

Показатели военно-профессиональной адаптации у курсантов-кадетов в зависимости от степени ЛАП

ПОКАЗАТЕЛИ	1 степень ЛАП	4 степень ЛАП	Р
<b><i>Первый курс</i></b>			
Успеваемость, баллы	4,10± 0,10	3,28±0,22	< 0,05
Число обращений	4,0±0,0	3,20±0,58	-
Число дней нетрудоспособности	4,50±1,50	6,40 ±1,16	-
Число случаев	1,0±0,0	1,16±0,16	-
Дисциплина, баллы	4,33±0,33	2,83±0,31	-
<b><i>Второй курс</i></b>			
Успеваемость, баллы	Нет	3,16± 0,08	-
Число обращений	Нет	2,31 ±0,33	-
Число дней нетрудоспособности	Нет	4,50± 1,50	-
Число случаев	Нет	1,0 ±0,0	-
Дисциплина, баллы	Нет	2,80± 0,20	-
<b><i>Третий курс</i></b>			
Успеваемость, баллы	4,10± 0,21	3,60± 0,40	-
Число обращений	2,50± 0,50	нет	-
Число дней нетрудоспособности	4,50± 1,50	нет	-
Число случаев	1,0± 0,0	нет	-
Дисциплина, баллы	4,66± 0,33	3,0± 0,0	< 0,05

Уровень воинской дисциплины у кадетов с 1 степенью ЛАП повышается к третьему курсу с 4,33 до 4,66 баллов, с четвертой степенью с 2,83 баллов на первом курсе до 2,80 баллов на втором курсе и 3,0 баллов - на третьем.

Начальниками курсов кадеты с первой и четвертой степенями ЛАП оцениваются аналогично суворовцам.

Сравнительный анализ разных категорий курсантов, относящихся к одной и той же степени ЛАП за первый, второй и третий курсы обучения, приведенный в таблицах 5-6 позволил сделать выводы о факторах, явившихся причинами ухудшения параметров военно-профессиональной адаптации.

Таблица 5

Сравнительный анализ показателей военно-профессиональной адаптации у курсантов с первой степенью ЛАП в процессе обучения

Показатели	Категории курсантов			Р по категориям курсантов		
	школь-ники	суворов-цы	кадеты			
	1	2	3	1-2	1-3	2-3
<b><i>Первый курс</i></b>						
Успеваемость	4,62± 0,07	4,32± 0,14	4,10±0,10	<0.05	<0.05	<0.05
Число обращений	3,01± 0,40	2,50±0,50	4,0± 0,0	-	<0.05	-
Число дней не-трудоспособности	8,44 ±2,12	4,50± 1,50	4,50 ±1,50	-	-	-
Число случаев	1,22± 0,22	1,0±0,0	1,0± 0,0	-	-	-
Дисциплина	4,41± 0,17	4,16± 0,44	4,33 ±0,33	-	<0.05	-
<b><i>Второй курс</i></b>						
Успеваемость	4,54± 0,09	4,16± 0,44	нет	<0.05	-	-
Число обращений	2,75± 0,16	2,0±0,0	нет	<0.05	-	-
Число дней не-трудоспособности	5,25 ±0,49	3,0± 0,0	нет	<0.05	-	-
Число случаев	1,0± 0,0	1,0± 0,0	нет	-	-	-
Дисциплина	4,70± 0,13	4,66± 0,33	нет	<0.05	-	-
<b><i>Третий курс</i></b>						
Успеваемость	4,52± 0,21	нет	4,10± 0,21	-	<0.05	-
Число обращений	3,0± 0,40	нет	2,50± 0,50	-	-	-
Число дней не-трудоспособности	6,0 ±0,0	нет	4,50 ±1,50	-	<0.05	-
Число случаев	1,0± 0,0	нет	1,0± 0,0	-	-	-
Дисциплина	4,75± 0,17	нет	4,66 ±0,33	-	<0.05	-

На основании проведенного анализа можно сделать вывод, что на протяжении первых двух курсов обучения, у курсантов как с первой, так и с четвертой степенями ЛАП наиболее высокие показатели успеваемости и дисциплины отмечаются в группе школьников. На третьем курсе у школьников с четвертой степенью ЛАП дисциплина и успеваемость снижаются, в отличие

**Таблица 6**

Сравнительный анализ показателей военно-профессиональной адаптации у курсантов с четвертой степенью ЛАП в процессе обучения

Показатели	Категории курсантов			Р по категориям курсантов		
	школьни- ки	суворов- цы	кадеты			
	1	2	3	1-2	1-3	2-3
<b>Первый курс</b>						
Успеваемость	3,46± 0,11	3,22± 0,14	3,28± 0,22	<0.05	<0.05	<0.05
Число обращений	5,86± 1,50	3,25±0,75	3,20± 0,58	-	-	-
Число дней нетрудоспособности	11,14±2,84	5,25±1,43	6,40 ±1,16	-	-	-
Число случаев	2,71± 0,68	1,20± 0,20	1,16± 0,16	-	-	-
Дисциплина	3,15± 0,23	2,80± 0,20	2,83 ±0,31	-	-	-
<b>Второй курс</b>						
Успеваемость	3,41± 0,07	3,23± 0,16	3,16± 0,08	<0.05	<0.05	<0.05
Число обращений	3,46± 0,46	2,33±0,33	2,33±0,33	-	-	-
Число дней нетрудоспособности	10,38±1,66	3,75± 0,75	4,50 ±1,50	-	-	-
Число случаев	1,54± 0,21	1,0± 0,0	1,0± 0,0	-	-	-
Дисциплина	3,38± 0,11	3,0± 0,32	2,80 ±0,20	-	<0.05	-
<b>Третий курс</b>						
Успеваемость	3,28± 0,20	4,0± 0,57	3,60± 0,40	-	-	-
Число обращений	нет	нет	нет	-	-	-
Число дней нетрудоспособности	нет	нет	нет	-	-	-
Число случаев	нет	нет	нет	-	-	-
Дисциплина	3,13± 0,21	3,33± 0,66	3,0 ±0,0	-	-	-

от группы суворовцев, показавших в этот период обучения лучшие результаты по данным показателям. Число обращений за медицинской помощью и дней нетрудоспособности также выше в группе школьников, наиболее высоки они и у курсантов с четвертой степенью на протяжении первого и второго годов обучения, где число дней нетрудоспособности почти в два раза превышает показатели суворовцев и кадетов этой же степени ЛАП. Таким образом, можно предположить, что причиной снижения количества курсантов из числа школьников с первой степенью ЛАП и увеличения их числа с четвертой степенью на первом и втором курсах являются низкие показатели состояния здоровья. Показатели успеваемости и дисциплины не входят в число причин, влияющих на колебания адаптационных возможностей у данной категории курсантов.

В группе суворовцев с первой и четвертой степенями ЛАП наиболее низкие показатели дисциплины и успеваемости отмечались на втором и первом курсах, что соответствует отмеченным ранее изменениям адаптационных возможностей у этой категории курсантов. В группе кадетов с четвертой степенью ЛАП низкие результаты дисциплины и успеваемости были выявлены на втором курсе. Показатели, характеризующие состояние здоровья курсантов из числа суворовцев и кадетов достаточно хорошие, стабильные и не приводят к резким колебаниям адаптационных возможностей, отмеченных в этих группах на втором и третьем курсах.

Согласно результатам профессионального психологического отбора, выпускники суворовских училищ и кадетских корпусов имеют ряд характерных личностных особенностей, которые негативно влияют на процесс адаптации и успешность учебной деятельности: низкую эмоциональную устойчивость и повышенный уровень тревожности; низкие значения по факторам Н (робость-уверенность), N (естественность – социальная опосредованность), Q2 (привязанность к группе - самостоятельность) и более высокие показатели - по факторам E (покорность - доминантность), L (доверчивость - подозрительность). Эти же курсанты имеют отрицательные социометрический статус и эмоциональную экспансивность, часто отвергаются коллективом учебных групп. Вместе с тем, они формируют устойчивые внутригрупповые сплоченные образования со своими неформальными лидерами.

Результаты исследования в очередной раз доказывают необходимость проведения мероприятий психофизиологического сопровождения учебного процесса с момента поступления в ВУЗ и на протяжении всего периода обучения. Известно, что курсанты “группы риска”, у которых выявляются низкие показатели успешности обучения и воинской дисциплины, нуждаются в осуществлении мероприятий психофизиологической коррекции, направленной на формирование тех профессионально важных качеств, которые необходимы им при выполнении служебных обязанностей в процессе обучения и на первичных офицерских должностях.

Коррекция функционального состояния организма представляет собой комплекс воздействий на практически здорового человека, направленный на нормализацию или стимуляцию функциональных реакций организма в целях восстановления профессиональной работоспособности, ее экстренного повышения или длительного поддержания на заданном уровне. Основной задачей мероприятий коррекции функционального состояния является восстановление или оптимизация деятельности функциональных систем организма. Своевременное оказание соответствующей помощи курсантам, испытывающих затруднения в военно-профессиональной адаптации, позволяет купировать многие негативные тенденции и способствует повышению успеваемости и уменьшению числа лиц, отчисляемых из военно-учебного заведения.

Исходя из результатов проведенного исследования, представляется целесообразным проведение комплекса мероприятий, предусматривающих использование психологических, медицинских, организационно-педагогических и социально-психологических методов коррекции процесса военно-профессиональной адаптации.

Психологические методы включают в себя:

- формирование у курсантов необходимых психологических установок и профессионально важных качеств;
- обучение курсантов основам психической саморегуляции и технике управления своим функциональным состоянием, в том числе и при стрессе;
- проведение целевых бесед с элементами рациональной психотерапии.

Медицинские методы должны предусматривать:

- закаливание организма и лечебную физкультуру;
- витаминизацию и применение адаптогенов;
- проведение восстановительного массажа и обучение курсантов приемам самомассажа биологически активных точек;
- ознакомление курсантов с основными факторами риска для здоровья и профессиональной работоспособности (неправильное питание, недостаток физической активности, курение, употребление алкоголя, наркотиков), а также разработку индивидуальных программ здорового образа жизни с целью снижения негативного влияния этих факторов.

Организационно-педагогические методы предполагают, в основном, индивидуальную регламентацию режима труда и отдыха.

Социально – психологические методы должны включать:

- отработку рациональных моделей поведения;
- установление благоприятного социально–психологического климата в коллективе;
- инструктаж командиров подразделений и преподавателей о приемах и способах восстановления функциональных возможностей организма курсантов.

Комплексное использование указанных методов позволит в значительной степени улучшить самочувствие курсантов, нормализовать межличностные взаимоотношения между военнослужащими, сохранить здоровье и функциональные резервы организма, что, в конечном итоге, позитивным образом скажется на успеваемости и дисциплинированности лиц, испытывающих трудности военно-профессиональной адаптации.

## Литература

1. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. - Л., 1988. - 267 с.

2. Власов В.В. Реакция организма на внешние воздействия: общие закономерности развития и методические проблемы исследования. - Иркутск, 1994. - 343 с.
3. Гаркави Л.Х., Квакина Е.Б., Уколова М.А. Адаптационные реакции и резистентность организма. - Ростов н/Д., 1990. - 223 с.
4. Данилова Н.Н. Психофизиологическая диагностика функциональных состояний. - М., 1992. - 192 с.
5. Медведев В.И. Адаптация к профессиональной деятельности // Физиология трудовой деятельности. - СПб., 1993. - С.209 - 283.
6. Меерсон Ф.З. и др. Физиология адаптационных процессов. - М., 1986. - 638 с.
7. Психофизиология./Учебник для ВУЗов/ Под редакцией Александра Ю.И. - СПб., 2001. – С. 380 – 393.
8. Психофизиологические аспекты военно-профессиональной адаптации летчиков. Методическое пособие/ Под редакцией А.М. Войтенко. - СПб.:ВММ МО РФ, 2001. – С. 5-11.
9. Психофизиологическое обеспечение учебного процесса ВВУЗов. В.С Новиков, А.А. Боченков, А.Г. Маклаков, С. В. Чермянин. - СПб., 1997. – С. 122 – 175.

## **ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ И РАБОТОСПОСОБНОСТЬ ЧЛЕНОВ ЛОКОМОТИВНЫХ БРИГАД ПАССАЖИРСКОГО ДВИЖЕНИЯ**

**А.М. Войтенко**, член-корреспондент БПА,  
кандидат медицинских наук, доцент  
**И.В. Коробейникова**

Комплексный подход к решению проблемы надежности деятельности человека-оператора, основывающийся не только на современных теоретических положениях инженерной психологии, но и на результатах внедрения разработок теории в практику синтеза и организации работы системы человек-машина, остается одной из важнейших прикладных задач современной психологической науки. Вопросы теоретического обоснования, практической разработки, апробации и внедрения комплексной системы повышения надежности управления движущими объектами становятся наиболее актуальными. Одной из наиболее удачных моделей для разработки теоретического положения теории надежности работы человека-оператора и ее практического применения, является профессия машиниста локомотива на железнодорожном транспорте. Управление быстро движущимся объектом, динамизм транспортных ситуаций, повышенные требования к оперативному мышлению, постоянная готовность к экстренному действию в монотонных условиях, высокая персональная ответст-

венность определяют специфические особенности трудовой деятельности на железнодорожном транспорте.

Цель исследования заключалась в повышение профессиональной надежности членов локомотивных бригад пассажирского движения путем оптимизации их функционального состояния. Среди решаемых задач были анализ показателей функционального состояния и профессиональной работоспособности членов локомотивных бригад в процессе трудовой деятельности; сравнительная оценка показателей профессиональной надежности машинистов высокоскоростных и обычных поездов пассажирского движения до и после рейса и разработка предложений по повышению профессиональной надежности членов локомотивных бригад пассажирского движения.

Современный локомотив, как и другие транспортные средства, относится к классу динамических систем, работа оператора которых характеризуется наличием двух основных, параллельно осуществляемых компонентов деятельности по управлению со своими контурами регуляции. Это процесс самого вождения (управление перемещением локомотива в пространстве) и контроль за работой энергосистемы локомотива (поддержание ее функционирования в пределах нормы). Поездная работа машиниста предъявляет высокие требования к работоспособности различных аналитических систем организма. Это, прежде всего, относится к функции зрительного, двигательного и слухового анализаторов. Получив во время рейса очередную осведомительную информацию, машинист в соответствии со своим опытом, навыками вождения, знанием профиля участка, в зависимости от условий погоды осуществляет различные манипуляции по управлению локомотивом. Неточность и ошибки, допускаемые машинистами, в значительной степени связаны с пропусками значимых сигналов, с различными ошибками в восприятии сигналов и оценке их значимости.

Анализ рабочего места в кабине локомотива показал, что движения, посредством которых осуществляется управление локомотивом, несложны и характеризуются минимальными мышечными усилиями. По данным Г.В. Далецкой (1966) за время работы машинист производит примерно 650 незначительных по своим усилиям движений.

Сигналы, воспринимаемые слуховым анализатором, это, прежде всего, шум двигателя локомотива. Малейшее нарушение привычного шума сигнализирует машинисту о неисправностях агрегатов и отдельных узлов.

Деятельность машиниста протекает на фоне постоянного и значительного психоэмоционального напряжения, обусловленного сознанием огромной ответственности за жизнь пассажиров, за обеспечение графика движения. Неуклонный рост скоростей движения приводит к увеличению напряжения психологического характера. Это приводит к возникновению все больших трудностей при адаптации человека и профессиональной деятельности. По мере возрастания трудностей приспособления возрастает и интенсивность стрессовых ситуаций, которые создают дополнительную

эмоциональную нагрузку и предъявляют определенные требования не к отдельным качествам или изолированным функциям человека, а к эмоционально-волевой сфере личности.

В работе принимали участие 11 машинистов и 12 помощников машинистов скоростных поездов «Аврора», «Невский экспресс» (скорость движения до 195 км/ч, время движения с 18.00 до 22.30, время в пути – 4 ч. 30 мин.), а также члены локомотивных бригад (9 машинистов и 9 помощников машиниста), работающих на поездах сообщением Санкт-Петербург – Москва (скорость движения до 100 км/ч, время в пути 7 - 8 часов, время движения преимущественно ночью, примерно с 23.00 до 6.30 часов утра). В течение 6 месяцев каждый член локомотивной бригады обследовался до и после поездки от 8 до 22 раз, всего было выполнено 608 исследований.

Обследование членов локомотивных бригад осуществлялось на базе медицинского пункта локомотивного депо Московского вокзала до рейсов (поездов) в 16.00-16.30 и в 22.00, и после поездок – в 6.00-8.00 и в 24.00.

При проведении исследования использовались методики оценки субъективного состояния (анкета самооценки состояния АСС, методика Спилбергера – Ханина), функций двигательного анализатора (статический тремор, теппинг-тест), качества выполнения элементов операторской деятельности по реакциям на движущийся объект (РДО). Кроме того, проводилось измерение частоты сердечных сокращений (ЧСС) и величины артериального давления (АД) в состоянии относительного покоя.

Параметры РДО изучались с использованием универсального психодиагностического комплекса УПДК-МК, разработанного для психофизиологических лабораторий Министерства путей сообщения, величины ЧСС и АД определялись на диагностическом медицинском комплексе «Гомеостат».

В результате проведенного исследования было установлено, что показатели точности РДО до и после рейса статистически значимо не изменяются как у машинистов, так и у их помощников (табл. 1). Однако у помощников машинистов точность РДО была в 2,5 раза выше, чем у машинистов.

Показатели самооценки состояния (АСС) после поездки незначительно ухудшались как у машинистов, так и у помощников, причем до поездки свое состояние помощники машинистов оценивали выше. Уровень ситуационной тревожности возрастал в большей степени у помощников машинистов (7%), чем у машинистов. У всех членов локомотивных бригад показатели тремора и теппинг-теста, а также артериального давления до и после поездки практически не менялись, частота сердечных сокращений уменьшалась после рейса у всех обследованных лиц в среднем на 4 уд./мин.

Таблица 1

Психофизиологические показатели у членов локомотивных бригад высокоскоростных поездов до и после рейса ( $M \pm m$ )

Показатели		Машинисты		Помощники	
		До	После	До	После
РДО, мс		15,3±0,9	13,1±1,8	6,3±1,2***	6,3±2,1***
АСС, баллы		38,9±0,8	34,4±0,8	39,7±0,9	35,5±1,1
Реактивная тревожность, баллы		34,1±0,8	35,9±0,7	36,9±0,9	39,7±0,9
Теппинг-тест, кол-во касаний	прав.	387±6	382±6	370±7	372±6
	лев.	357±6	350±5	348±7	344±6
Тремор, кол-во касаний	прав.	1,5±0,3	1,1±0,2	0,8±0,1*	0,7±0,1
	лев.	1,2±0,2	1,2±0,3	0,6±0,1	0,9±0,2
АД, мм рт.ст.	Систолическое	130±1	135±2	126±2	129±2
	Диастолич.	80±1	86±1	73±1	76±1
	Пульсовое	49±1	49±1	53±1	53±1
ЧСС, уд/мин.		79±1	75±1	79±1	75±1

Примечание: знаком \*; обозначены различия показателей машинистов и их помощников при  $P < 0,05$ ; знаком \*\*\* - при  $P < 0,001$ .

Анализ данных, приведенных в таблице 2, свидетельствует, что показатели точности РДО у помощников машинистов обычных поездов выше и эта точность сохраняется после поездки, у машинистов точность после рейса ухудшается незначительно.

Показатели АСС ухудшались у всех членов локомотивных бригад обычных поездов, но помощники машинистов оценивали свое самочувствие после поездки лучше, чем машинисты. Уровень ситуационной тревожности возрастал после поездки одинаково как у помощников машинистов, так и у машинистов. Показатели тремора были хуже до рейса и после него у помощников машинистов. У всех членов локомотивных бригад показатели теппинг-теста, а также артериального давления до и после поездки практически не менялись, частота сердечных сокращений уменьшалась после рейса у всех обследованных лиц в среднем на 4 уд./мин.

Психофизиологические показатели у членов локомотивных бригад обычных поездов до и после рейса ( $M \pm m$ )

Показатели		Машинисты		Помощники	
		До	После	До	После
РДО, мс		7,7±1,9	9,0±1,9	5,3±2,7	5,8±3,3*
АСС, баллы		42,2±0,9	36,8±1,3	43,7±1,2	41,3±1,2
Реактивная тревожность, баллы		32,8±1,1	34,6±1,2	30,5±1,3	32,4±1,4
Теппинг-тест, кол-во касаний	правая	355±8	357±8	341±8	343±6
	левая	344±5	341±6	327±6	325±5
Тремор, кол-во касаний	правая	1,2±0,3	1,0±0,3	2,1±0,5***	2,9±0,7***
	левая	1,1±0,1	1,2±0,2	2,8±0,9	2,5±0,8
АД, мм рт.ст.	Систолич.	129±2	129±2	127±2	124±2
	Диастолич.	82±1	83±1	74±1	76±1
	Пульсовое	47±1	45±1	53±2	48±2
ЧСС, уд./мин.		79±1	75±1	79±1	75±1

Примечание: знаком \*; обозначены различия показателей машинистов и их помощников при  $P < 0,05$ ; знаком \*\*\* - при  $P < 0,001$ .

Как видно из представленных в таблице 3 данных, показатели точности РДО до рейса у машинистов обычных поездов, по сравнению с машинистами высокоскоростных поездов, были лучше. После рейса у машинистов обычных поездов точность РДО ухудшается на 25%. Показатели самооценки состояния (АСС) после поездки незначительно ухудшаются у машинистов обеих групп. Уровень ситуационной тревожности перед рейсом у машинистов высокоскоростных поездов незначительно выше и увеличивается после поездки у всех машинистов. Показатели работоспособности по теппинг-тесту выше у машинистов высокоскоростных поездов (по числу максимальных касаний), причем после поездки уменьшение составляет всего 2%. Величина артериального давления увеличивается после поездки у машинистов-скоростников и не изменяется в другой группе. У всех обследованных машинистов показатели тремора не изменяются, частота сердечных сокращений уменьшается после рейса у всех обследованных лиц в среднем на 4 уд./мин.

Таблица 3

Психофизиологические показатели у машинистов высокоскоростных и обычных поездов до и после рейса ( $M \pm m$ )

Показатели		Машинисты высокоскоростных поездов		Машинисты обычных поездов	
		До	После	До	После
РДО, мс		15,3±0,9	13,1±1,8	7,7±1,9***	9,02±1,9
АСС, баллы		38,9±0,8	34,4±0,8	42,2±0,9	36,8±1,3
Реактивная тревожность, баллы		34,1±0,8	35,9±0,7	32,8±1,1	34,6±1,2
Теппинг-тест, кол-во касаний	правая	387±6	382±6	355±8	357±8
	левая	357±6	350±5	344±5	341±6
Тремор, кол-во касаний	правая	1,5±0,3	1,1±0,2	1,2±0,3	1,0±0,3
	левая	1,2±0,2	1,2±0,3	1,1±0,1	1,2±0,2
АД, мм рт.ст.	Систолич.	130±1	135±2	129±2	129±2
	Диастолич.	80±1	86±1	82±1	83±1
	Пульсовое	49±1	49±1	47±1	45±1
ЧСС, уд./мин.		79±1	75±1	79±1	75±1

Примечание: знаком \*\*\* обозначены различия показателей машинистов высокоскоростных и обычных поездов при  $P < 0,001$ .

Анализ данных приведенных, в таблице 4, показал, что точность РДО у помощников машинистов высокоскоростных поездов и помощников обычных поездов высокая, причем она сохраняется и после выполненных рейсов. Показатели АСС были выше у помощников машинистов обычных поездов, тогда как уровень ситуационной тревожности больше у помощников машинистов высокоскоростных поездов. Показатели тремора хуже до рейса и после него у помощников машинистов обычных поездов. У всех обследованных лиц показатели теппинг-теста не изменяются, но производительность работы у помощников машинистов высокоскоростных поездов несколько выше. Артериальное давление до и после поездки практически не меняются, частота сердечных сокращений уменьшается после рейса у всех обследованных лиц в среднем на 4 уд./мин.

Таблица 4

Психофизиологические показатели у помощников машинистов высокоскоростных и обычных поездов до и после рейса ( $M \pm m$ )

Показатели		Помощники машинистов высокоскоростных поездов		Помощники машинистов обычных поездов	
		До	После	До	После
РДО, мс		6,2±1,2	6,2±2,1	5,3±2,7	5,8±3,3
АСС, баллы		39,7±0,9	35,5±1,1	43,7±1,2	41,3±1,2
Реактивная тревожность, баллы		36,9±0,9	39,7±0,9	30,5±1,3	32,4±1,4
Теппинг-тест, кол-во касаний	правая	370±7	372±6	341±8	343±6
	левая	348±7	344±6	327±6	325±5
Тремор, кол-во касаний	правая	0,8±0,1	0,7±0,1	2,1±0,5**	2,9±0,7***
	левая	0,6±0,1	0,9±0,2	2,8±0,9***	2,5±0,8**
АД, мм рт.ст.	Систолическое	126±2	129±2	127±2	124±2
	Диастолическое	73±1	76±1	74±1	76±1
	Пульсовое	53±1	53±1	53±2	48±2
ЧСС, уд./мин.		79±1	75±1	79±1	75±1

Примечание: знаком \*\* обозначены различия показателей помощников машинистов высокоскоростных и обычных поездов при  $P < 0,01$ ; знаком \*\*\* - при  $P < 0,001$ .

Таким образом, функциональное состояние членов локомотивных бригад как высокоскоростных, так и обычных поездов после поездки можно считать оптимальным с начальными признаками утомления. Сохранение качества выполнения элементов операторской деятельности после рейсов также свидетельствует об отсутствии признаков снижения профессиональной надежности машинистов и их помощников, осуществляющих пассажирские перевозки по маршруту Санкт-Петербург-Москва и обратно.

Проведенные исследования показали достаточно высокую профессиональную надежность членов локомотивных бригад высокоскоростных и обычных поездов пассажирского движения в процессе деятельности, обеспечиваемую сохранностью оптимального функционального состояния организма в течение всей поездки. Достижение указанного результата связано, по-видимому, с высокой эффективностью мероприятий профессионального отбора и динамического медицинского контроля за состоянием здоровья машинистов и их помощников, организацией труда и отдыха,

приемлемыми условиями работы в кабине локомотива, качественной теоретической и практической подготовкой.

Однако выявленные изменения показателей функционального состояния организма, прежде всего у машинистов, свидетельствуют о наличии у них после рейса начальных признаков утомления. Для полного восстановления профессиональной работоспособности и функциональных резервов организма предполагается внедрение в практику системы психофизиологического сопровождения профессиональной деятельности членов локомотивных бригад, включающей создание комплексов психофизиологической разгрузки и мобилизации. Например, в подобном комплексе могут использоваться музыкальное кондиционирование, рациональная психотерапия, психическая саморегуляция, фитотерапия, показанные всем машинистам и их помощникам после поездки.

## Литература

1. Варгунин В.И. Основы эргономики на железнодорожном транспорте: Учебное пособие. "Организация перевозок и управление на железнодорожном транспорте: Куйбышев, 1988. – 99 с.
2. Губинский А.И., Кобзев В.В. Оценка надежности деятельности человека-оператора в системах управления. М.: Машиностроение, 1975 - 47с.
3. Нерсесян Л.С. , Конопкин О. А. Инженерная психология и проблема надежности машиниста. М.: Транспорт, 1978. - 279 с.
4. Нерсесян Л.С. Психологические аспекты повышения надежности управления движущимися объектами. М.: Промедэк , 1992. - 287 с.
5. Никифоров Г.С. Психология здоровья. СПб.: «Речь», 2002. - 256 с.
6. Пушкин В.Н., Нерсесян Л.С. Железнодорожная психология. М.: Транспорт, 1972. - 239 с.

## ВОСТОЧНО-АЗИАТСКАЯ КЛАССИЧЕСКАЯ КОНЦЕПЦИЯ ЛИЧНОСТИ

**И.А. Воронов**, член-корреспондент БПА,  
кандидат педагогических наук, доцент

В своей работе «Внушение и его роль в общественной жизни» (1903), написанной ровно 100 лет назад, Владимир Михайлович Бехтерев (1857-1927) поднял вопрос о природе так называемых «психических эпидемий» и «своеобразного микроба психической заразы, известного под названием внушения и взаимовнушения».

Внушение, по определению В.М. Бехтерева, есть один из способов воздействия одних лиц на других, которое производится намеренно или не намеренно со стороны воздействующего лица и которое может происходить или незаметно для внушаемого лица, или даже с его ведома и согласия.

В 1906 году в работе «Психика и жизнь» (с.167-168) В.М. Бехтерев, развивая свою мысль, писал о «психике, как о проявлении энергии» и «об исходящих из нервной ткани во время ее деятельности лучах».

Вопрос о природе массовых форм внушения до сих пор остается открытым.

Приводя примеры психических эпидемий, В.М. Бехтерев упоминает о китайской секте Ихэтуань, известной по активным действиям во время так называемого «боксерского восстания» (1889-1901).

Более поздние исследования отечественных китаеведов (Костяева А.С., 1981-1995; Абаев Н.В., Лепехов С.Ю., 1986 и др.) показали, что в Китае существовали методики ускоренной массовой подготовки войск, сроки которых достигали 3-10 суток. Например, методика генерала Ци Цигуана (Си Юньтай, 1985; Маслов А.А., 1995; Воронов И.А., 1996-2002; Гу Люсинь, 1998; Санг Х. Ким, 2002 и др.). Методика представляла собой 32 четверостишия, в каждом из которых был описан медитативный символ и боевой прием, исполняемые в комплексе, последовательно.

Вот как описан очевидцами восстания Ихэтуаней процесс их обучения: «Их магические методы состоят из множества заклинаний, содержащих в себе по 8 - 20 иероглифов, которые составляют до десяти фраз. Шифу [наставники-командиры] заставляют новобранцев читать их наизусть, держа глаза закрытыми [медитация] и кланяясь по три раза подряд на юг. Затем те ложатся на землю рядами [релаксация] и через короткое время вскакивают, выкрикивая свое имя и фамилию, которые оказываются именами героев времен древних династий [эмпатия]. Новобранцы начинают выполнять бойцовские движения, то приближаясь друг к другу, то удаляясь. Некоторые из них держат в руках бамбуковые шесты, имитирующие пики, алебарды, обоюдоострые мечи и сабли. Рассеявшись по горным проходам и ущельям, они буйствуют, переворачивая все вверх дном... Не-

сколько десятков новобранцев делают эти упражнения синхронно, это боевой слаженный взвод. На десятый день подготовки, после начала занятий они ложатся на спину, потом с закрытыми глазами поднимаются и начинают прыгать и жестикулировать... Когда комплекс заканчивается, они подходят к старшему командиру и обращаются: "Лао-шифу! Прошу разрешения возвратиться". И выходят из транса [в котором они прибывали все эти десять дней обучения, находясь в состоянии психического воплощения - эмпатии - в одном из героев прошедших сражений], возвращаясь к своему нормальному состоянию. После этого они уже не ложатся на спину и не закрывают глаза. Стоит им повторить заклинание один раз, и они уже могут тотчас выполнять приемы кулачного боя, тело становится гибким, а прыжки высокими. Обучение этим приемам оказывается более эффективным для подростков» («Ихэтуань», 1955).

Экспериментальное подтверждение воздействий "заклинаний" Ци Цигуана на психосоматическую систему человека нашло свое подтверждение в широкомасштабном многолетнем (с 1992 года) эксперименте, в результате которого была отстроена модель личности, созданная в Восточной Азии еще в XVI-XIV вв. до н.э. Мы назвали ее Восточно-Азиатская классическая концепция личности (ВАККЛ) В ранних китайских источниках («У-цзин», 1998) эта концепция личности называлась «колодезные поля» (цзинь-тянь).

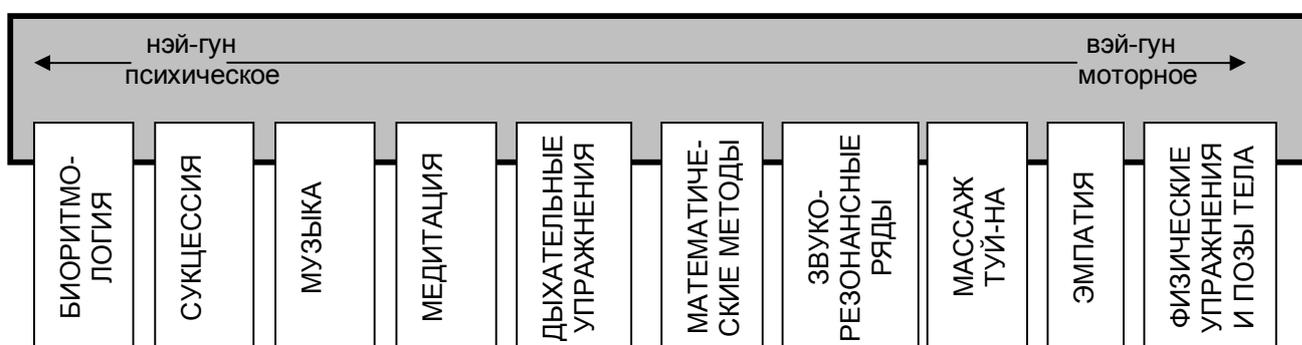
ВАККЛ «колодезные поля» (табл. 1) мы будем определять как целенаправленную систему внушения, основанную на эмпирически определенных зависимостях психомоторных характеристик человека и естественных биологических ритмов, объясняемых сегментарным принципом иннервации организма человека и направленную на решение следующих задач:

1. Оздоровления и адаптации;
2. Повышения профессионально важных качеств (ПВК);
3. Развития антиципации;
4. Управления механизмом мышления, психическими состояниями и поведением человека; ...средствами:
5. Биоритмологии (календари нарушений биоритмов);
6. Сукцессии;
7. Музыка;
8. Медитации;
9. Дыхательных упражнений;
10. Математического моделирования (модальности суггестивного воздействия);
11. Произношения звуко-резонансных рядов;
12. Массажа;
13. Эмпатии;
14. Физических упражнений и др.

Таблица 1.

<p><b>ОПРЕДЕЛЕНИЕ:</b> система внушения, основанная на эмпирически определенных зависимостях психомоторных характеристик человека и естественных биологических ритмов, объясняемых сегментарным принципом иннервации организма человека.</p>	<p><b>КОЛОДЕЗНЫЕ ПОЛЯ (ЦЗИНЬ-ТЯНЬ)</b></p> <p>ВОСТОЧНО-АЗИАТСКАЯ КЛАССИЧЕСКАЯ КОНЦЕПЦИЯ ЛИЧНОСТИ</p> <p>(Создана более 4.5 тысяч лет назад)</p>	<p><b>ЗАДАЧИ:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Оздоровление и адаптация;</li> <li>2.Повышение профессионально важных качеств (ПВК);</li> <li>3.Развитие антиципации;</li> <li>4.Управление механизмом мышления, психическими состояниями и поведением человека.</li> </ol>
--	---	--

средства «Колодезных полей»



В основе ВАККЛ «колодезные поля» лежит ядро личности, состоящее из 144-х черт (санскрит – дхарма, кит.- фа, яп.- хё), подразделенных на 4 блока по 36 черт, 6-ступенчатого алгоритма переработки информации каждой из них и одной «интегральной» структуры, а также 5-ти блоков, моделирующих эволюционный алгоритм «пять первоэлементов» (кит.- у-син) (рис.1, табл. 2).

Считается, что концепцию «колодезных полей» разработал легендарный Желтый император Хуан-ди. В «Диалогах» Ли Вэй-гуна упоминается: «Когда Хуанди положил начало колодезной системе, он, на основании ее, организовал и армию» («У-цзин», 1998). В Китае принято многие изобретения приписывать Желтому императору. В действительности же современные исследователи еще не пришли к единому мнению ни о самой системе, ни об этиологии ее названия (Попова И.Ф., 1994, 1999).

«Колодезные поля», как система военного землепользования, представляла собой форму военных поселений, наподобие русского казачества. Девять участков земли, расположенные преимущественно по форме иероглифа «колодец» (цзинь), обрабатывались восемью дворами, а урожай с общего (девятого) участка поступал в закрома армии или государства. Уже в танские времена эта система получила название «военные поселения» (фу бин) (Попова И.Ф., 1994, 1999; Конрад Н.И., 1995). В разделе «Военная система» (Бин чжи) трактата «Новая история династии Тан» (Синь Тан шу)

упоминается: «Известно, что в древности военная система создавалась в соответствии» с принципом «колодезных полей». Со временем упадка дома Чжоу (в 221 г до н.э.) установления совершенных правителей были ниспровергнуты и более не возрождались. Но система «военных поселений» (фу бин) впервые стала ее аналогом – была основана на сельскохозяйственном труде и регламентировала быт, подготовку, накопления, занятия, труд и отдых. Не воссоздавая полностью древнюю систему, фубин отвечала ее главным целям. И именно благодаря этому и Гао-цзу, и Тай-цзу достигли процветания. ...Система фубин зародилась при Западной Вэй (534-556) и Поздней Чжоу (557-580), приняла законченный вид при Суй (581-617) и была унаследована воцарившейся династией Тан» (Синь Тан шу, 1986).

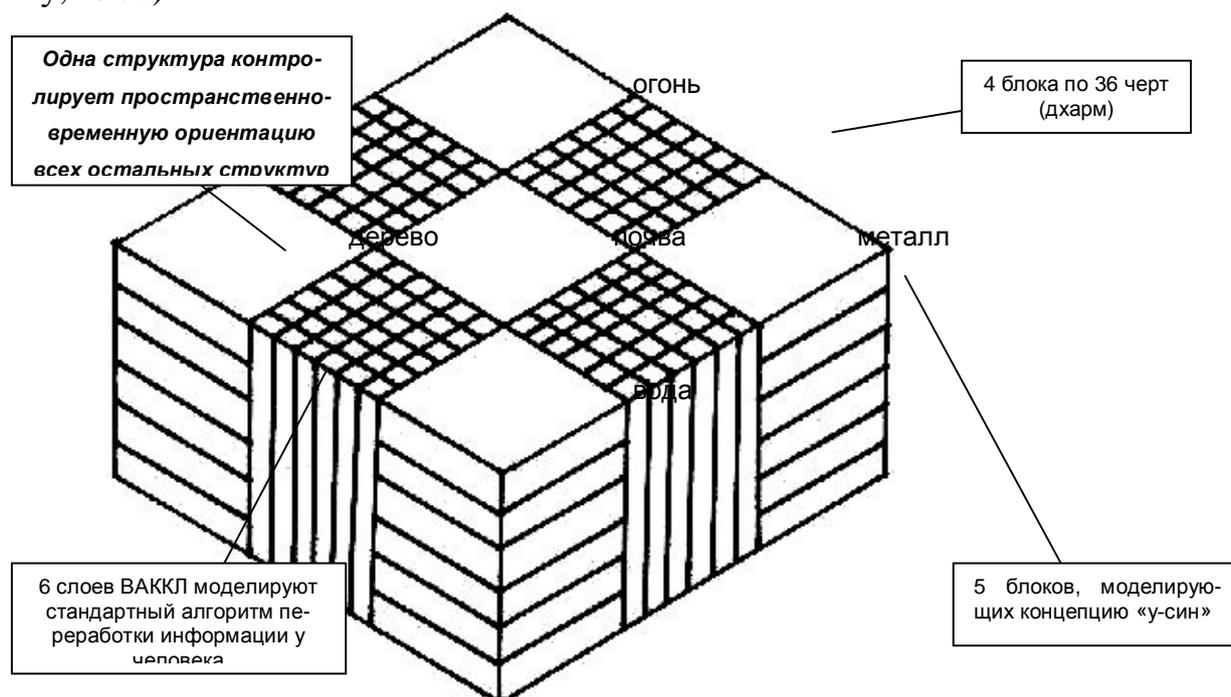


Рис. 1. Графическая модель восточно-азиатской концепции личности «колодезные поля» в изометрической проекции (реконструкция автора на основе восточно-азиатских классических трактатов – пояснения в тексте).

Как тактика ведения боевых действий «колодезная система» описана в «Вопросах танского Тай-цзуна и ответах Ли Вэй-гуна» (Ли Вэй-гун Тай-цзун вэнь дуй): «Тай-цзун сказал: "В книге Тай-гуна сказано: "На месте в шестьсот или шестьдесят квадратных шагов установи знамена для обозначения созвездий зодиака". Что это за тактика?" Ли Цзин сказал: "Отметь квадрат с периметром в тысячу двести шагов. Каждая часть [в нем] займет площадь со стороной в сто шагов. Через каждые пять продольных шагов поставь человека; через каждые четыре поперечных шага поставь человека. Две тысячи пятьсот человек будут распределены по пяти занятым площадям, а четыре [останутся] пустыми. Это то, что называется "боевым порядком, включающим порядок". Когда У-ван напал на Чжоу-вана, каждый

"страж тигра" командовал тремя тысячами людей. В каждом порядке было 6000 воинов, а все войско было 30000. Таково было правило Тай-гуна для очерчивания местности"» («У-цзин», 1998).

Система обучения «колодезные поля» характеризовалась жесткой алгоритмизацией (сукцессивностью и количеством шагов). Классическим примером обучения войск по этой системе можно назвать методики Бодхи-Дхармы (VI-VII вв.), Юэ Фэя (1103-1142), Ци Цзигуана (1528-1587) и др. в Китае; Кукая (774-835), Миямото Мусаси (1584-1645), Ягю Муненори (1571-1646) и др. в Японии; Йи Дук-моо и Парк Же-га (XVIII в.) и др. в Корее. В диссертационном исследовании на научную степень кандидата педагогических наук «Китайская классическая концепция военного обучения» автор настоящей статьи частично вскрыл их историко-педагогические аспекты, психолого-педагогическую сущность и содержание некоторых из них. В рамках же настоящей работы нас будет более интересовать система «колодезных полей», как оригинальная концепция личности, используемая в качестве системы внушения для ускоренной массовой подготовки войск в восточно-азиатском регионе.

Таблица 2

144 черты (дхармы) структуры личности «колодезные поля»  
(по данным китайских и индийских источников)

№ п/ п	Четыре блока по 36 черт (дхарм), опосредованно связанные с возрастом субъекта			
	I	II	III	IV
	Биологически обусловленные («врожденные») доминанты	Доминанты, «приобретенные» в процессе жизнедеятельности человека		Информационные каналы, «генерируемые» субъектом, в результате приобретенных знаний, умений, навыков
1	глаза	зрение	"легкие"	видение
2	уши	слух	"толст. кишка"	слышание
3	нос	обоняние	"желудок"	обоняние
4	рот	вкус	"селезенка"	вкус
5	мышцы	координация	"сердце"	физические качества
6	воля	биополе	"тонкая кишка"	воля
7	скелет	суставы	"мочевой пузырь"	подвижность.
8	иммунная система	адаптивность	"почки"	адаптивность

9	голосовые связки	голос, речь	"перикард"	вербальная система
10	память	запоминание	"три обогревателя"	прочность навыков
11	глаза	эйдосы	"желчный пузырь"	Эйдосы
12	кардиоритм	ритм	"печень"	циклические движения
13	вестибулярный аппарат	пространс- тран. ориентация	болевого стресс	координирован- ность
14	мочеполовая система	воспроизвод- ство	экстатический стресс	долголетие
15	интеллект	мышление	быстро- та.обраб.информ	мышление
16	вестибулярный аппарат	статокине- тич.устойчив.	инстинкты	сообразительность
17	костно- мышечная сис- тема	цирканнуаль- ный ритм	биоритмы	адаптация
18	ци-биополе	цигун	151 качество ци	мастер цигун
19	половые органы	здоровье	энергетика ног	влечение и коитус
20	ПСС	профессио- нальная деят.	энергетика рук	ПВК
21	социум	жизнь	модели жизни	активная жизнь
22	семья	внутрисемейн. отношения	модели семьи	воспитание
23	работа	обучение	виды деятельности	мастерство
24	защита	выучка	силовые структуры	оружие
25	календари	ритмы	виды календарей	ритмы
26	война	карьера	виды оружия	обученность
27	коллектив	подготовка	виды коллекти- вов	менеджмент
28	религии	вера	конфессии	вера
29	инстинкт самосохранения	смелость	средства самосохранения	смелость
30	интуиция	обратная связь	модель психики	антиципация
31	воспроизводство	либидо	коитус	секс
32	педагогика	обучение	предметы	учительство
33	моделирование	копирование	виды моделей	копирование
34	предошущение	учение	антиципация	антиципация

35	пир	секс	празднества	опыт
36	смерть	сон	педагогика	воплощение

Алгоритм переработки информации у человека

1. Узнавание информации	2. Выделение признаков	3. Опознавание	4. Первичное принятие решения	5. Обратная связь	6. Окончательное принятие решения
-------------------------	------------------------	----------------	-------------------------------	-------------------	-----------------------------------

Одна структура, контролирующая пространственно-временную ориентацию всех остальных структур относительно друг друга

Эволюционный алгоритм «у-син» и связанные с ним эмоции, чувства, ощущения

(подробнее – табл. 3)

1. «дерево»	2. «огонь»	3. «почва»	4. «металл»	5. «вода»
начало	развитие	расцвет	угасание	окончание
раздражение и гнев	радость и смех	раздумье	печаль	страх
зрения	вкус	осознание	обоняние	слух
кислый	горький	сладкий	острый	солёный

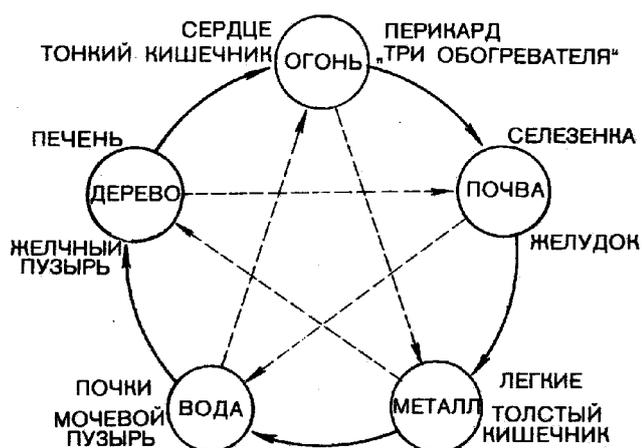


Рис. 2. Схема взаимовлияний «пяти первоэлементов» (у-син), обозначенными символами «дерево», «огонь», «земля», «металл» и «вода».

Таблица 3

Пятичленная космологическая модель  
как универсальная классификационная схема китайской культуры

Символика и формы реализации	Натурфилософская символика «пяти первоэлементов» (у-син)				
	дерево (му)	огонь (хо)	почва (ту)	металл (цзинь)	вода (шуй)
	1	2	3	4	5
Пространственно-временные символы					
Пространство	восток	юг	центр	запад	север
Время года	весна	лето	межсезонье	осень	зима
Время суток (часы)	23 - 3	11-15 и 19-23	7-11	3-7	15-19
Время процесса	начало	развитие	расцвет	угасание	окончание
Функциональные системы человека					
Органы инь (чжан)	печень	сердце	селезенка	легкие	почки
Органы ян (фу)	желчный пузырь	тонкая кишка	желудок	толстая кишка	мочевой пузырь
Пять "отверстий"	глаза	язык	рот	нос	уши
Чувства	зрения	вкус	осязание	обоняние	слух
Структуры Тела	сухожилия	сосуды и кровь	мышцы	кожа и волосы	костный мозг и кости
Эмоции	раздражение и гнев	радость и смех	раздумье	печаль	страх
Вкус	кислый	горький	сладкий	острый	соленый
Состояния организма человека и природы					
Состояния	ветер	жар	влага	сухость	холод
Движения					
Движения	сжимание пальцев рук	вращения, повороты, наклоны головы	вращения, повороты, наклоны в пояснице	вращения и сгибания голеностопа	вращение и сгибание коленей
Нарушения	раскоординированность движений	вялость апатия	икота	кашель	дрожь
Модуляции голоса	выдох	смех	пение	плач	стон
Цветовые воздействия					
Цвета	синий	красный	желтый	белый	черный

Звукоряд					
Звуки	цзюэ	цжэн	гун	шан	юй
Числовая символика					
по схеме хэ-ту	8,3	7,2	5,1	4,9	1,6

Как уже упоминалось выше (рис.1 и 2; табл.2 и 3), в основе ВАККЛ «колодезные поля» лежит ядро личности, состоящее из 144-х черт (санскрит – дхарма, кит.- фа, яп.- хё), подразделенных на 4 блока по 36 черт (всего 144), 6-ступенчатого алгоритма переработки информации каждой из 144 дхарм и 1-ной «интегральной» структуры (всего 151 структура), а также 5-ти блоков, моделирующих психические состояния, чувства, эмоции и пр. в системе эволюционного алгоритма «пяти первоэлементов» (кит.- у-син).

Очень важным фактором модели личности «колодезные поля» является ее пролонгация. Т.е. временное (темпоральное) распределение по сути дублирующих друг друга 4-х блоков по 36 черт-дхарм. Первый блок из 36-ти черт характеризует биологически обусловленные («врожденные») доминанты; другими словами, наиболее удачной аналогией с этим понятием будут «таланты».

Второй и третий блоки, всего 72 дхармы, можно назвать доминантами, «приобретенные» в процессе жизнедеятельности человека. Т.е. то чему конкретный человек отдает наибольшее предпочтение в силу социальных ценностей. Отличие второго блока от третьего заключается в том, что второй блок – это моторно обусловленное действие и поведение, а третий блок – чувственное, экстрасенсорное восприятие информации. По сути, они и определяли содержание психологической подготовки единоборцев как таковой.

Четвертый блок - информационные каналы, «генерируемые» субъектом, в результате приобретения знаний, умений, навыков, которые могут оцениваться, как доминанты. Те, из 36, доминанты которыми на высоком уровне (гун-фу) овладел индивидуум, начинают индуцировать информацию на вербальном и невербальном уровнях.

Когда речь идет о вербальном уровне передачи информации – целесообразно говорить о прямых формах обучения; когда же речь идет о невербальном уровне – естественно предположить косвенные формы обучения, суггестию.

В.М. Бехтерев, когда описывал «психическое заражение» при массовой подготовке войск к боевым действиям в Китае, видимо, таким образом и обозначил феномен невербальной передачи информации – подготовленный наставник (ши-фу), передавал информацию не только вербально, но и «излучал» ее всем своим существом, выражая ее в действиях, эмоциях, чувствах, заражая этими чувствами, эмоциями и примерным проведением окружающие его массы.

Это называлось в Восточной Азии «внезнаковой передачей информации» - дхармой. Таким образом, понятие «дхармы» включает в себя понятие суггестия, личностная черта, передача информации. Этот способ передачи информации и, одновременно, психологической подготовки получил распространение, в основном, в даосских и буддийских школах единоборцев. Европа была знакома с подобной системой психологической подготовки единоборцев, но религиозное начало европейского менталитета не позволило этой системе развиваться на континенте. Прагматичные азиаты более смело обращаясь со своими «богами» (шэнь) не очень то задумывались – от бога это умение или от дьявола. Как может быть то, что использовалось на благо, от дьявола? У них вообще не было понятия дьявола «европейского образца». Восточный дьявол – это дух (шэнь) который мог быть и «хорошим» и «плохим» в зависимости от ситуации. Восточный Бог – это акт психических отражений в диапазоне обозначенных выше 151-дхармы – черт ВАККЛ «колодезные поля».

На рисунке 3 приведено графическое изображение ВАККЛ, относящееся ко II веку до н.э. [Евсюков В.В., Комиссаров С.А., 1988; "Картина на шелку", 1989; Тун Юаньцзе, 1992; Воронов И.А., 1996-2000; "Погребенные царства Китая", 1998]. Шесть участков «картины на шелку» коррелируют с 6 чертами (яо) гексаграмм из «Книги перемен» и, соответственно, со стандартным алгоритмом переработки информации у человека, состоящим из шести шагов - слоев (яо) графической модели на рисунке 1 и в таб. 2.

ВАККЛ «колодезные поля» создавалась в конкретных исторических условиях, на основе определенных представлений о мире. Анализ мировоззренческой мысли на рубеже Древнего и Средневекового Китая в период династий Цинь (221-206 гг. до н.э.) и Западной Хань (206 г. до н.э. – 8 г. н.э.) позволяют сделать нижеследующие выводы.

Археологические раскопки на территории Китая, относящиеся к периоду от древнейших времен до указанного рубежа, показывают столь высокий уровень развития общества, технологий и науки, какой не имела Европа и к концу XVII века (Евсюков В.В., Комиссаров С.А., 1988; «Картина на шелку», 1989; Варенов А.В., 1989, 1990; Линь Юнь, 1990; Шилов Ю.А., 1990; Мэй-лин Су, 1992; Мо Вэньдан, 1992-1993; «Погребенные царства Китая», 1998 и др.):

- Династия Шан (1650-1122) прославилась искусством обработки металла и изобретением китайской письменности; шанские цари жили в городах, обнесенных стенами, основным транспортным средством были колесницы (Коттерелл А., 1996).
- Солнечные часы с гномоном были созданы в XVI в. до н.э. – за целое тысячелетие до греков (Aveni A.F., 1989).
- В VI в. до н.э. в Китае развилось железоплавильное производство, технология которого была усовершенствована в I в.н.э. изобретением водяных кузнечных мехов, которые обеспечивали равномерный нагрев,

что способствовало созданию сталелитейного производства (Коттерелл А., 1996).

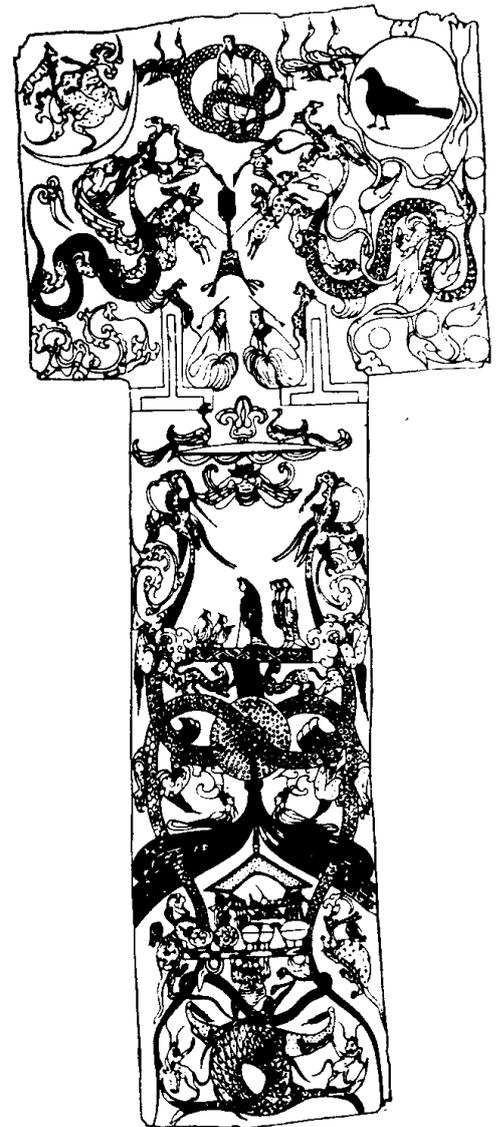
- V-III вв. до н.э. ознаменовались созданием и развитием «ста философских школ Китая», основными из которых на тот момент стали конфуцианство, легизм и даосизм.

- Изобретение компаса в незапамятные времена, а позднее и других навигационных приборов позволили в период династии Хань (206 до н.э. – 220 н.э.) создать ахтерштень, с помощью которого управляли большими судами водоизмещением до 1500 тонн.

- К этому же периоду относятся и изобретение тачки, шелкопрядильного производства, создание железного лемеха и мн.др. Ирригационные машины были созданы примерно в конце II в. до н.э. (Коттерелл А., 1996).

А что же в области человекознания? Не позднее IV в. до н.э. создается «Книга Желтого императора о внутреннем» (Хуан-ди нэй цзин), вобравшая в себя почти все знания Старого Китая о человеке, как медицинского, так и психологического планов, зачастую не разделяя их совершенно: «На небе существует четыре времени года и пять стихий, которым соответствуют рождение, возвращение, сбор урожая и сохранение урожая. Эти функции рожают холод, жар, сухость, влагу и ветер. В человеческом организме существует пять органов-цзан, которые трансформируют пять внешних «пневм» (ци). В результате трансформации рождается радость, гнев, огорчение, печаль и страх. Таким образом, радость и раздражение разрушают ци, а холод и жар разрушают телесную форму. Чрезмерное раздражение вредит субстанции инь, а чрезмерная радость вредит субстанции ян. При нарушении движения ци направляется вверх, переполняет каналы, разрушает телесную форму. Если нарушается ритмичность радости и раздражения, тогда чрезмерное воздействие оказывают холод и жар, в результате чего портится здоровье.» («Трактат Желтого Императора о внутреннем», 1996).

Рис.3. «Развевающиеся одежды» (фэй-и) – шелковое полотнище длиной 120 см, символически изображающее структуру личности человека; каждый символ является коррелятом личностной черты (дхармы) [Западная Хань, 206 г. до н.э. - 8 г. н.э. Из гробницы Мавандуй пров. Хунань].



Указанное произведение смело можно назвать трактатом, содержащим методологические аспекты ВАККЛ. Человек здесь представлялся единой цельной системой, в которой взаимосвязаны поступки и эмоции, звуки и «пневма» (ци), физиологические процессы о планетарные ритмы, сенсорные системы, мышцы и сухожилия. Пример такого описания встречаем в пятом разделе трактата для «пяти сторон света» (см. выше табл.3), но приводим только один из них: «Восток рождает ветер, ветер рождает «дерево» (му), дерево рождает кислый вкус, а кислый вкус рождает печень. Печень рождает сухожилия, сухожилия рождают сердце, а печень управляет глазами. Если рассматривать эти (иерархические ряды) с точки зрения небесного уровня, то они представляют собой магию (сюань). С точки зрения человеческого уровня бытия — это путь (дао), а с точки зрения земного уровня — это трансформации (хуа). Трансформации порождают пять вкусов; путь-дао порождает знание-мудрость, а магия (сюань) порождает духовное (шэнь) (можно также трактовать как чудеса). Дух (шэнь) на небесном уровне претворяется в ветер, на земле он представляет стихию дерева, а в человеческом организме — это будут сухожилия. Из органов-цзан — это будет печень. Из цветов — это будет синий цвет. Из звуков звукоряда — это будет звук «цзюэ». Из модуляций голоса — это будет выдох. Из движений — это сжатие руки. Из отверстий тела — это глаза. Из вкусов — это кислый вкус. Из эмоций — это раздражение. Раздражение разрушает печень, а огорчение преодолевает раздражение. Ветер разрушает сухожилия, а сухость преодолевает ветер. Кислый вкус разрушает сухожилия, а острый вкус преодолевает кислый.» («Трактат Желтого Императора о внутреннем», 1996). Приведенная выше цитата из «Трактат Желтого Императора о внутреннем» описывает одно из отношений системы 5-ти блоков, моделирующих эволюционный алгоритм «пять первоэлементов» (кит.- у-син) (рис.1 и табл.2). Подробнее взаимоотношения «пяти первоэлементов» представлены на рис. 2 и табл.3. Структура у-син, по сути, моделировала качественные взаимоотношения психического и соматического в человеке и качественные взаимоотношения самого человека с окружающим миром. Количественные взаимоотношения описывались системой многочисленных черт (санскрит — дхарм, кит.- фа, яп.- хё), владение которыми в Восточной Азии считалось Высшим Знанием. Приведенная ниже цитата ярко иллюстрирует это. В средневековом романе «Развеянные чары» (Пин яо чжуань) написано:

«Отвесив несколько поклонов, Юань-гун [один из главных героев романа] поднялся с колен и притронулся к крышке [шкатулки]. Она сразу открылась, и Юань-гун увидел в ней ослепительно сверкавший парчовый сверток. В свертке оказалась небольшая книжица, длинную в три вершка, озаглавленная: «Книга исполнения желаний». В ней перечислялось сто восемь способов даосских превращений — тридцать шесть великих, по числу духов Северного Ковша, и семьдесят два малых, по числу духов земных. Юань-гун возликовал:

— Одной этой книжицы предостаточно! Весь век мне приходилось учиться у других, теперь же я сам смогу учить. ...Видите эту книгу? — обратился к [подданным] Юань-гун.— Теперь я стану наставником, достигну вершин познания и сделаю всех вас счастливыми» (Ло Гуаньчжун, Фэн Мэнлун, 1983).

Под «способами даосских превращений» (и) следует понимать способы узконаправленного ауто- и гетеросуггестивного воздействия на личностные черты с целью управления ими. Сразу следует оговориться, что понятие «личностная черта» и санскритское «дхарма» (кит.- фа, яп.- хё) не абсолютно идентичны с позиций классической психологии. Дхарма - это комплексное понятие, обозначающее диапазон явлений объективного мира, отражаемый психикой человека и сам акт и процесс этого отражения, его качественно-количественные показатели. Те дхармы, которые наиболее часто оказывают воздействие на личность, формируют структуру личности, представляя с одной стороны факторами, а с другой личностными чертами. Одним из первых исследователей, занимавшимся вопросами определения дхармы был отечественный востоковед Ф.И. Щербатской (1866-1942). В своей работе «Центральная концепция буддизма и значение термина "дхарма"», впервые опубликованную на английском языке в Лондоне в 1923 году, он указывал, что дхармы (dharma) – это элементы бытия (Stcherbatsky Th., 1923). И далее он приводит классификацию 75 дхарм, ссылаясь на классификацию добуддийской школы сарвастивадинов (V в. до н.э.) - три из них считались «постоянными», а 72-е «переменными» (кит.- и). «Постоянные» дхармы – это следующие три структуры, изображенные на рис.1 и описанные в табл.2:

- центральная структура;
- одна из шести структур алгоритма переработки информации у человека;
- поверхность модели «колодезных полей», включающая 4 блока по 36 дхарм и 5 блоков «первоэлементов». «Переменные» 72 дхармы перечислены во II и III блоках таблицы 2.

## Выводы

1. Еще в середине второго тысячелетия до н.э. в Восточной Азии была создана оригинальная концепция личности «колодезные поля» (цзинь-тянь).

2. ВАККЛ имела, помимо оригинального названия «колодезные поля» цзинь-тянь (примерно с XVI по II вв. до н.э.) и другие наименования: «внутренняя алхимия» нэй-дан (со II в. до н.э.) и «управление ци» ци-гун (примерно с III в. н.э.).

3. ВАККЛ насчитывает конечное количество личностных черт – дхарм, равное 151-ной.

## Литература

1. Абаев Н.В., Лепехов С.Ю. Методы регуляции социального поведения в тайных религиозных объединениях старого Китая (На материале буддийских объединений)// Сб. «Источниковедение и историография истории буддизма. Страны Центральной Азии». –Новосибирск: «Наука», 1986. - С.85-99.
2. Бехтерев В.М. Внушение и его роль в общественной жизни. – СПб.: Питер. 2001. – 256 с. (Серия «Психология-классика»).
3. Варенов А.В. Реконструкция иньского защитного вооружения и тактики армии по данным оружейных кладов // сб. Китай в эпоху древности. - Новосибирск 1990. с-56-72.
4. Воронов И.А. Китайская классическая концепция военного обучения. - Дис. ... канд. пед. наук. - М.: Военный Университет, 1996. -234 с.
5. Воронов И.А. Секретные боевые искусства Старого Китая. - СПб.: Б&К, 2000. - 242с.
6. Гу Люсинь. Пушечные удары Паочуй: 2-й комплекс тайцзи-цюаня стиля Чэнь. - М.: «Либрис», 1998. - 544 с.
7. Евсюков В.В., Комиссаров С.А. Цинь Шихуан и его гробница// Атеистические чтения. - М.: 1988 . - С.310-325.
8. Картина на шелку// Китай. - №10. - 1989. - С.19.
9. Конрад Н.И. Синология:/ Репринт с изд. 1977 г. –М.: Ладомир, 1977. – 621 с.
10. Костяева А.С. Тайные общества Китая в первой четверти XX века. -М.: 1995.
11. Коттерелл А. Китай. –Лондон, Нью-Йорк, Штутгарт, Москва: Дорлинг Киндерсли. 1996.-64с.
12. Линь Юнь. Переоценка взаимосвязей между бронзовыми изделиями шанской культуры и северной зоны// Сб. Китай в эпоху древности. - Новосибирск, "Наука", 1990, С.29-45.
13. Ло Гуанчжун, Фэн Мэнлун. Развеянные чары. – М.: Худ.лит., 1983. – 440 с.
14. Маслов А.А. Небесный путь боевых искусств. Духовное искусство китайского ушу. - М.: 1995. -822 с.
15. Мо Вэньдан. Краткая история развития цигун// Цигун и Спорт № 6, 1992. - С.8-14; №1 - 1993. - С.6-9; №2. - С.3-5; №3. - С.6-8.
16. Погребенные царства Китая/ Пер с англ. А. Чекмарева. - М.: ТЕРРА - Книжный клуб, 1998.-168 с. (Энциклопедия "Исчезнувшие цивилизации").
17. Попова И.Ф. Политическая практика и идеология раннетанского Китая. – М.: Восточная литература, РАН, 1999. –279 с.
18. Санг Х. Ким. Боевые искусства и оружие древней Кореи (Муё Добо Тонгжи). – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2002. -368 с.

19. Трактат Желтого императора о внутреннем (Хуан-ди нэй цзин). Перевод с кит. Б.Б. Виноградского. - М.: «ЛМА», 1996. – 304 с.
20. У-цзин. Семь военных канонов Древнего Китая. - СПб: «Евразия», 1998.-336 с.
21. Шилов Ю.А. Космические тайны курганов. М., 1990.
22. Aveny Anthony F. Empires of Time. Calendars, Clocks, and Cultures. New York, Tokyo, London. Kodansha International, 1989.
23. Stcherbatsky Th. The Central Conception of Buddhism and the Meaning of the World Dharma. London, 1923.
24. Ихэтуань (Боксерское восстание Ихэтуаней). Т. I-IV. -Шанхай, 1955.
25. Си Юньтай. Чжунго ушу ши (История китайских "воинских искусств" ушу). - Пекин, 1985.
26. Синь Тан шу (Новая история династии Тан). - Пекин, 1986.

## **ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ОЦЕНКИ НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ**

**М.В. Зотов**, кандидат психологических наук

**И.В. Волянская**

В настоящее время интерес к проблеме стресса и стрессоустойчивости обусловлен происходящим расширением сферы деятельности человека, часто протекающей в экстремальных и сверхэкстремальных условиях. В результате проведенных за многие годы исследований было установлено, что эмоциональный стресс возникает при длительных, непрерывно повторяющихся отрицательных эмоциональных состояниях, принципиальный характер которых имеет прямое отношение к профессиональной деятельности ряда категорий военных специалистов. Их профессиональная деятельность продолжает сопровождаться максимальными по объему и интенсивности физическими и психическими нагрузками, решаемыми в условиях дефицита времени и информации. Стресс неразрывно связан с профессиональной деятельностью человека и существенно влияет на ее эффективность, в ряде случаев значительно снижая ее, а также может обуславливать возникновение различных заболеваний и невротических процессов.

Знакомство с анализом причин стресса и изучение данных причин, позволит увидеть способы уменьшения неблагоприятных влияний на человека стрессогенных ситуаций.

Лица с различным уровнем нервно-психической устойчивости по-разному реагируют на стресс. Данная реакция может зависеть от различных факторов:

- характера стрессового раздражителя;
- эмоционального и психологического состояния обследуемого;
- умения работать при действии помех.

В функциональном и морфологическом отношении стресс выражается общим адаптационным синдромом, имеющим определенные и хорошо известные стадии:

- реакция тревоги, во время которой сопротивление организма понижается («фаза шока»), а затем включаются защитные механизмы;
- стадия сопротивления (резистентности), когда напряжением функционирования систем достигается приспособление организма к новым условиям;
- стадия истощения, в которой выявляется несостоятельность защитных механизмов и нарастает нарушение согласованности жизненных функций.

Стрессовым можно считать практически любое состояние человека, на которого воздействуют любые факторы внешней и внутренней среды, вызывающие ответную реакцию организма.

Индивидуальная выраженность стресса, в частности его неблагоприятных проявлений, в большой степени будет зависеть от осознания человеком своей ответственности за себя, за окружающих, за все происходящее в экстремальных условиях, от психологической установки на ту или иную свою роль.

Таким образом, в зависимости от индивидуальной формы реакции, обусловленной личностными особенностями (исходным состоянием, субъективной значимостью деятельности и др.), человек в состоянии стресса изменяет свой стиль деятельности, свою работоспособность.

Под *нервно-психической неустойчивостью* (НПН) понимаются состояния психической дезадаптации, которые характеризуются склонностью к срыву оптимального функционирования и адекватного личностного (либо поведенческого) реагирования в условиях эмоционального напряжения. Установлено, что "срывы" деятельности (оптимального функционирования), наблюдающиеся у лиц с НПН под воздействием эмоционального стресса, обусловлены, с одной стороны, повышенной реактивностью подобных лиц в отношении действия стрессогенных факторов, и, с другой стороны, их низкими способностями к регуляции своего психоэмоционального состояния.

Методы диагностики НПН, основанные на изолированной оценке данных самоотчета (личностных опросников и анкет), имеют ряд недостатков, основным из которых является значительный субъективизм в ответах на поставленные вопросы, а также возможность как целенаправленного, так и неосознанного искажения сообщаемой информации. В связи с этим в последнее время все большее распространение получают методы, основанные на регистрации объективных физиологических и психофизио-

логических показателей, позволяющих оценивать степень устойчивости индивида к воздействиям стрессового характера.

Методической основой психофизиологической оценки НПП является моделирование деятельности в условиях эмоционального стресса и регистрация комплекса физиологических и психофизиологических показателей, отражающих динамику психоэмоционального состояния и работоспособности индивида как в период непосредственного воздействия (строго дозированных) стрессогенных раздражителей, так и в постстрессовый период. Оценка интенсивности физиологических и психофизиологических реакций в период воздействия стресса, позволяет делать выводы о *степени чувствительности* индивида к действию стрессовых факторов внешней среды. Временная динамика физиологических и психофизиологических показателей, отражающая скорость нормализации психоэмоционального состояния и восстановления работоспособности в постстрессовый период, позволяет делать выводы о регуляторных возможностях индивида.

Данный методический подход был реализован при разработке психофизиологической методики оценки НПУ, суть которой состоит в следующем.

Обследуемому предлагается пройти тест, который определяет скорость реакции при действии стресс-фактора (раздражителя) и возможность работы в условиях помех. Через стереонаушники ему подается несколько сообщений. Задача обследуемого состоит в том, чтобы как можно внимательнее слушать подаваемое «центральное» сообщение и повторять его вслух. Одновременно с этим, он выполняет дополнительное задание, заключающееся в том, чтобы как можно быстрее гасить нажатием соответствующих клавиш появляющийся красный сигнал на экране компьютера.

Во время обследования проводится запись голоса исследуемого и фиксируется время сложной сенсомоторной реакции.

На базе учебного центра Военно-медицинской академии было обследовано 112 абитуриентов в возрасте 16-20 лет. По признакам нервно-эмоционального напряжения, во время экзаменов, которые включали оценку двигательной активности и внешних признаков вегетативных реакций, все испытуемые были разделены на лиц с относительно низким (43 чел.) и высоким (69 чел.) уровнем устойчивости к стрессу.

Установлено, что у лиц с низкой стрессоустойчивостью отмечалось значительное возрастание времени сложной сенсомоторной реакции, что свидетельствовало о снижении резервов внимания в период воздействия стрессовых стимулов и в постстрессовый период.

Лица, с нервно-психической неустойчивостью, также склонны произвольно отмечать, перерабатывать и запоминать стрессовые сигналы. В процессе работы они произвольно затрачивают имеющиеся у них психофизиологические резервы на переработку несущественной стрессовой информации. Учитывая, что наличный запас резервов является ограничен-

ным, это приводит к снижению работоспособности и общей дезорганизации деятельности в период воздействия стресса.

Напротив, у обследуемых с высокой стрессоустойчивостью в период воздействия стрессового раздражителя и в последующем, снижения резервов внимания не наблюдается.

Далее, было обнаружено, что у лиц с *низкой стрессоустойчивостью* в период воздействия стрессовых стимулов отмечаются выраженные трудности повторения основного текста. Эти испытуемые постоянно фокусировали внимание на стрессовых стимулах, предъявляемых на правое и левое ухо. Вследствие невозможности поддерживать концентрацию раздражительного процесса одновременно в нескольких различных направлениях, это приводило к тому, что они переставали воспринимать основное сообщение. Напротив, у лиц с *высокой стрессоустойчивостью* каких-либо трудностей повторения текста в период воздействия стресса не отмечалось.

В целом, исследование показало, что разработанная методика позволяет надежно прогнозировать вероятность ухудшения функционального состояния и работоспособности человека в условиях воздействия стрессовых факторов. Методы, основанные на регистрации объективных психофизиологических показателей, являются высоко прогностичными для оценки развития состояний психической дезадаптации и могут найти широкое применение в практике профессионального отбора и психофизиологического сопровождения профессиональной деятельности.

## Литература

1. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса М.: Наука, 1983. – С.5-57.
2. Фурдуй Ф.И. Физиологические механизмы стресса и адаптации при остром действии стресс-факторов. – К.: Штиинца, 1986.-С.29-36.
3. Апчел В.Я., Цыган В.Н. Стресс и стрессоустойчивость человека СПб.: 1999. – С.3-35.
4. Березин Ф.Б. и др. Методика многостороннего исследования личности. – М.: Медицина, 1976. – С.16-107.
5. Блейхер В.М. Клиническая патопсихология. – Т.: Медицина, 1976.- С.135-156.
6. Римская Р., Римский С. Практическая психология в тестах. – М: АСТ – Пресс книга, 2001. – С.111-112.
7. Макаренко Н.В. и др. Основы профессионального психофизиологического отбора. – К.: Наук. думка, 1987. – С. 161-175.
8. Собчик Л.Н. Введение в психологию индивидуальности. – М.: Институт прикладной психологии, 1997. – С.72-80.
9. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. – СПб: Питер, 2001. – С.76.

10. Сысоев В.Н., Войтенко А.М. и др. Актуальные проблемы психофизиологического сопровождения учебного процесса в военно-учебных заведениях // Мат. научно-практической конф. – СПб: 2002. – С.44-48.

-----

## **ТИОЛДИСУЛЬФИДНЫЙ СТАТУС КРОВИ БОЛЬНЫХ РАКОМ ЛЕГКОГО, ПРИ КОМБИНИРОВАННОМ МЕТОДЕ ЛЕЧЕНИЯ**

**Л.И. Корытова, Е.Ю. Бусина, О.П. Резункова**

Традиционные методы лечения рака близки к пределу своих возможностей, несмотря на огромные достижения в хирургии, использование самой совершенной радиационной техники. Стремление к достижению максимальной деструкции опухолей неизбежно приводит к развитию тяжелых побочных реакций, резко ограничивающих эффективность лечения и удручающе сказывающихся на качестве жизни больного (Бородина И.Д., Желудкова О.Г., Кулина Н.Н, 1999).

В биологии и медицине появилось понятие "оксидативный стресс", которое отражает состояние организма, вызванное воздействием разнообразных физических, химических, биологических и социальных факторов, инициирующим усиленное образование в клетках и тканях свободных радикалов и перекисных соединений. Онкологические заболевания, а также современные агрессивные методы лечения, являются типичными индукторами окислительного стресса, поставщиками свободных радикалов и ингибиторами эндогенных антиоксидантных систем (АОС) (Ярмоненко С.П., 1999).

Идет поиск эффективных веществ, ограничивающих и блокирующих образование свободных радикалов в организме человека или их реакции, продуцирующие патологические условия. Все более широкому изучению подвергается антиоксидантная система (АОС), которая превращает радикалы в мало активные продукты, прерывает цепные реакции, разрушает перекиси. К АОС относятся жирорастворимые витамины, витамин К, аскорбиновая кислота, стероидные гормоны, ферменты (дегидрогеназы, антиоксидантные, антиперекисные ферменты супероксиддисмутаза, каталаза, пероксидаза, глутатион пероксидазы). Исключительно важной функциональной частью АОС является ее тиолдисульфидное звено, представленное веществами с небольшой молекулярной массой и разнообразными белками ( в том числе ферментами), химические и биологические свойства которых обусловлены присутствием в составе их молекул высокореакционноспособных тиоловых (-SH-) групп. Взаимодействуя с радикалами и перекисями, тиолы окисляются с образованием дисульфитов и могут вновь регенерировать при восстановительном расщеплении дисульфидной (-S-S-) связи, что в определенных условиях обеспечивает возможность сохранения антиоксидантного гомеостаза. Тиолдисульфидный коэффициент (ТДК),

характеризующий отношение концентраций SH/S-S, является, таким образом, тестовым количественным показателем состояния окислительно-восстановительного равновесия в ТД - звене АОС и может использоваться для оценки антиоксидантных и адаптационных резервов организма. (Соколовский В.В., 1988,1996).

Совершенствование методов лечения рака легкого связывают с применением комбинации оперативного лечения и лучевой терапии. Вместе с тем, такое лечение представляет собой сочетание ряда сильных стрессорных факторов, одним из путей противодействия которым может явиться применение антиоксидантов и других адаптогенов.

Целью нашего исследования явилось изучение функционирования тиолдисульфидного звена антиокислительной системы больных немелкоклеточным раком легкого (НМРЛ) в процессе комбинированного лечения, включающего оперативное удаление опухоли и дистанционную лучевую терапию, проводимую с одновременным использованием препарата адаптогенного действия.

#### МАТЕРИАЛ И МЕТОДИКА.

Исследование проводили в клинике Центрального научно-исследовательского рентгенорадиологического института. 18 пациентов НМРЛ получали комбинированное лечение, включающее оперативное удаление опухоли и послеоперационную лучевую терапию (ПОЛТ).

Послеоперационную лучевую терапию проводили спустя 4-6 недель от оперативного лечения на линейном ускорителе электронов SL 20, производства компании "Philips", с граничной энергией 18 МэВ, с двух противолежащих полей, ритм облучения 2:1 (спереди: сзади), ежедневно пять раз в неделю с перерывом в два дня в конце недели, разовая очаговая доза 1,25 Гр x 2 раза в день, с дневным интервалом 4 часа, до достижения суммарной очаговой дозы 55 Гр (по ЛКМ экв. 48-50 Гр о. Фр.). Из 18 больных НМРЛ, получавших комбинированное лечение, включающее оперативное лечение и ПОЛТ, 11 пациентов дополнительно принимали лечебно-профилактическую пищевую добавку "Неовитин", в состав которой входят ферменты биоантиоксидантного комплекса (БАК): супероксиддисмутаза, каталаза, пероксидаза; а также фосфолипиды; нуклеозиды; микро и макроэлементы. "Неовитин" представляет собой 40%-й спиртовой раствор, в 488 мл которого содержится 1,0 г ферментного препарата (соответственно, в 1,0 мл раствора - 2,05 мг вещества).

7 пациентов получали комбинированное лечение без приема БАК. Контрольную группу составили 17 практически здоровых доноров. В исследуемой группе подвергались изучению 17 мужчин в возрасте от 36 до 71 года и 1 женщина в возрасте 67 лет, средний возраст исследуемой группы составил 59,5 лет. В контрольной группе мужчин наблюдалось 4, в возрасте от 46 до 66 лет, 13 женщин в возрасте от 50 до 70 лет, средний возраст у доноров 58,5 лет.

"Неовитин" больные принимали по 1 чайной ложке натощак два раза

в день, в течение пяти дней до начала лучевой терапии и весь период лечения. Пробы крови у пациентов забирали 5 раз за весь период лечения из локтевой вены в количестве 1 мл: при поступлении, через 3-6 недель после операции, через 5 дней после начала приема "Неовитина", в начале ЛТ, через 15 дней ЛТ, при достижении суммарной очаговой дозы 50Гр. Кровь вносили в пробирку, содержащую антикоагулянт, подвергали осмотическому гемолизу, клеточные мембраны удаляли центрифугированием и в гемолизате измеряли общее или суммарное содержание сульфгидрильных и дисульфидных групп амперометрическим титрованием нитратом серебра. Одновременно определяли концентрацию -SH- и -S-S- групп в небелковой фракции гемолизата, которую получали путем осаждения белков метефосфорной кислотой и последующего центрифугирования. Все измерения проводили с помощью тиолдисульфидного анализатора - «ТДА-02».

Статистическая обработка результатов исследования проводилась с использованием критерия Стьюдента.

#### РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ.

Все больные каждые 3 месяца проходили клинорентгенологический контроль. Средняя продолжительность жизни наблюдаемых больных составила 28,04±1,8 месяцев, средний период до начала прогрессирования процесса и рецидива опухоли 28,4 ±0,6 месяцев, в 3 месяца выживаемость 98,9%, в 6 месяцев- 95,5%, в 12 месяцев-89,2%, в 18 месяцев -83,0%, в 24 месяца-75,5%.

Таблица 1

Содержание -SH- -S-S- групп (мМ/л) в крови

Показатели тиол-дисульфидной системы	Больные НМКРЛ	Практически здоровые доноры
-SH-	7,16	8,38
-SS-	5,25	3,24
к	1,4	2,6

(статистически достоверно  $p < 0,05$ ).

Средняя продолжительность жизни больных контрольной группы хирургического лечения 21,8±0,76 месяцев ( $p < 0,05$ ), фактическая выживаемость в 3 месяца 89,8%, в 6 месяцев 79,2%, в 12 месяцев 68,1%, в 18 месяцев 58,2%, в 24 месяца 52,7%.

При анализе результатов биохимического исследования отмечена тенденция к снижению ТДК с увеличением возраста пациентов, что свидетельствует о снижении активности системы антиоксидантной защиты.

В работе проведено сравнение показателей тиол-дисульфидной системы у больных НМКРЛ после оперативного лечения и у доноров с помощью двухвыборочного t-теста с одинаковыми дисперсиями. В таблице 1 отражены средние значения -SH-, -SS-, ТДК соответственно в двух груп-

пах. В исходном анализе крови доноров средние значения сульфгидрильных групп (-SH-) у мужчин 8,25 мкМ/л, у женщин - 8,42 мкМ/л ( $p < 0,05$ ), дисульфидных групп (-SS-) у женщин - 3,21, у мужчин - 3,34 мкМ/л. Средние значения ТДК у женщин - 2,65 у мужчин - 2,5 ( $0,05 < p < 0,2$ ).

Таблица 2  
Уровень сульфгидрильных групп в крови (мМ/л) больных НМРЛ, после проведенного оперативного лечения в процессе получения ПОЛТ

Группы больн.	-SH-	Сроки наблюдения				
		При пост.	Через 5 дней	Начало ПОЛТ	15 дней ПОЛТ	При достиж.
Получ. БАК	Белк.	5,82	6,55	6,84	6,88	6,85
	Нб	0,95	1,08	1,06	1,14	1,15
	Сумм	6,77	7,63	7,90	7,95	8,00
НЕ по-луч. БАК	Белк.	6,7	6,74	6,38	7,06	6,46
	Нб	1,08	1,12	1,14	1,22	1,11
	Сумм.	7,78	7,85	7,50	7,92	7,50

(статистически достоверно  $p < 0,05$ )

Резкое снижение величины ТДК у больных НМРЛ является признаком истощения у них антиоксидантных резервов вследствие развития окислительного стресса. Отмечено, вместе с тем, что у больных НМРЛ при увеличении длительности послеоперационного периода проявляется тенденция к возрастанию ТДК, что свидетельствует о постепенном спонтанном восстановлении мощности системы антиокислительной защиты

Изучались показатели ТДС в процессе получения ПОЛТ до достижения суммарной очаговой дозы 50 Гр. В таблицах 2, 3 и 4 показаны значения концентраций сульфгидрильных, дисульфидных групп и величины ТДК в процессе ПОЛТ.

При поступлении у пациентов двух изучаемых групп среднее суммарное содержание -SH- групп в крови составляло соответственно 6,77 мМ/л и 7,78 мМ/л, средние -SS- групп соответственно 5,2 мМ/л и 5,32 мМ/л, средние величины ТДК 1,3 и 1,5. Через пять дней после получения препарата "Неовитин" соотношение этих показателей в группах начинает меняться и в группе получающих "Неовитин" средние значения -SH- составляют 7,63 мМ/л, у больных, не получающих "Неовитин", - 7,85 мМ/л, средние значения -SS-, соответственно, 4,59 мМ/л и 5,39 мМ/л, средние значения ТДК 1,75 и 1,52. После начала дистанционной лучевой терапии по методике послеоперационного облучения средние значения -SH- увеличиваются у больных, получающих "Неовитин", и составляют 7,9

мМ/л, в то время как у больных, не получающих БАК, 7,5 мМ/л, дисульфидные группы, соответственно, 4,27 мМ/л и 5,6 мМ/л, средние значения ТДК - 1,96 и 1,29 соответственно. Дальнейшее изучение показателей ТДС проводилось на 15 день лучевой терапии и эти показатели имеют еще большие различия. Значения -SH- средние 7,95 мМ/л и 7,92 мМ/л, -SS-, соответственно, 3,52 мМ/л и 5,12 мМ/л, коэффициента ТДК 2,55 и 1,62. Последние пробы крови выполнены при достижении суммарной очаговой дозы (СОД) 50 Гр, средние показатели -SH- 8 мМ/л и 7,5 мМ/л, -SS- групп, соответственно, 3,61 мМ/л и 6,17 мМ/л, коэффициент ТДК, отражающий соотношение концентраций этих групп, в среднем 2,28 и 1,22.

Таблица 3

Уровень дисульфидных групп в крови (мМ/л)  
больных НМРЛ, после проведенного оперативного лечения, в процессе  
получения ПОЛТ

Группы больн.	-SS-	Сроки наблюдения				
		При пост.	Через 5 дней	Начало ПОЛТ	15 дней ПОЛТ	При дос- тиж. СОД
Полу ч. БАК	Белк.	4,41	3,94	3,7	2,93	3,04
	№6	1,33	0,65	0,57	0,55	0,57
	Сумм	5,2	4,59	4,27	3,52	3,61
Не полу ч. БАК	Белк.	4,6	4,65	4,84	4,39	5,36
	№6	0,76	0,74	0,77	0,7	0,82
	Сумм	5,32	5,39	5,6	5,12	6,17

(статистически достоверно  $p < 0,05$ )

На рис.1 показана динамика средних значений коэффициента ТДК у двух групп исследуемых больных НМРЛ в процессе ПОЛТ. Постепенное увеличение коэффициента у больных, получающих "Неовитин", свидетельствует о восстановлении активности системы антиоксидантной защиты (АОЗ). У больных НМРЛ, не получающих "Неовитин", значения ТДК снижены, что свидетельствует о глубоком угнетении системы АОЗ и усилении реакций окисления. Статистически достоверных различий значения средней продолжительности жизни больных НМРЛ, получающих «Неовитин», и пациентов НМРЛ, не получающих этот препарат, не выявлено, сравниваемые величины составили соответственно  $27,4 \pm 1,9$  и  $26,8 \pm 0,5$  ( $p < 0,5$ ), но клинически лучше переносили специфическое лучевое лечение больные из первой группы.

Таблица 4

Значение коэффициента ТДК в крови

больных НМРЛ	ТДК	Сроки наблюдения				
		При пост	Через 5 дней	Начало ПОЛТ	15 дней ПОЛТ	При дос- тиж соп
Получ. БАК	Белк.	1,33	U5	1,97	2,64	2,31
	Нб	1,23	1,82	1,95	2,13	2,05
	Сумм	L3	1,75	1,96	2,55	2,28
Не получ. БАК	Белк.	1,54	1,54	1,36	1,68	1,21
	Нб	1,84	1,61	1,54	1,83	1,41
	Сумм	1,56	1,52	1,29	1,62	1,22

(статистически достоверно  $p < 0,05$ )

Рис.1. Получавшие "Неовитин" ( упуцен)

редставление о месте и роли антиоксидантной защиты и ее функционально важного компонента тиолдисульфидной системы в биохимическом механизме неспецифической резистентности и адаптации к вредным внешней воздействиям среды имеют конкретные перспективы в практическом здравоохранении, в большом разделе паллиативной медицины.

В нашем исследовании показана динамика изменений состояния тиолдисульфидного звена антиоксидантной системы на момент патогенного воздействия на организм. У больных НМРЛ патологическим воздействием являются опухоль., «оперативный стресс». Известно, что при экстремальных патогенных воздействиях на организм образование кислородных радикалов в клетках и тканях резко усиливается. (Соколовский В.В., 1988,1996; Pryor W.A., 1986) Это подтверждается нашими данными об исходных показателях содержания сульфгидрильных и дисульфидных групп, а так же их соотношения, выраженного ТДК у больных НМРЛ после оперативного лечения. Так, установлено, что у больных раком легкого,

перенесших хирургический стресс снижена адаптационная реакция организма. По показателям исходных значений состояния ТДС очевидно, что операционная травма вызвала серьезные метаболические сдвиги, которые могут усугубиться началом специфического лучевого лечения. Мы получили различные значения ТДК в зависимости от выживаемости больных. Так, у больных, которые в процессе динамического наблюдения умерли, величина ТДК равнялась 1,26, тогда как у живых - 1,47, ( $0,2 < p < 0,05$ ). При изучении зависимости показателей ТДС от длительности послеоперационного периода замечена тенденция к нормализации состояния тиолдисульфидной системы в более отдаленные временные интервалы после операции. Имеется также тенденция к снижению показателей ТДК от возраста пациентов. С увеличением возраста активность антиоксидантной системы (АОС) снижается.

После применения лечебно-профилактической пищевой добавки, содержащей антиоксидантные ферменты, в организме больного происходят существенные изменения: ТДК у больных НМРЛ, пролеченных комбинированным методом и получивших СОД 50 Гр находился в пределах 2,5, что достоверно не отличается от ТДК практически здоровых доноров - 2,6.

Эти данные служат обоснованием целесообразности использования БАК до начала ЛТ. Уже через 5 дней лечения регистрировалось смещение тиолдисульфидного соотношения в сторону восстановления, что доказывает профилактические свойства антиоксидантов (рис.1). Очевидно, что лечебно-профилактическая пищевая добавка «Неовитин» проявляет свойства антиоксидантов, достоверно повышая активность АОЗ у больных во время воздействия ионизирующего излучения.

Таким образом, основные результаты работы приводят к следующему заключению:

Снижение концентрации -SH- групп, повышение концентрации -S-S- групп в крови больных, оперированных по поводу НМРЛ, и уменьшение величины ТДК крови позволяют верифицировать развитие у них окислительного стресса, снижение защитной мощности АОС и, следовательно, - неспецифической резистентности организма.

В процессе проведения ПОЛТ окислительный сдвиг ТДС оставался на первоначальном уровне или даже усиливался в отдельные моменты, тогда как одновременное с лучевым воздействием применение антиоксидантного комплекса приводило к постепенному увеличению концентрации -SH- групп, уменьшению содержания -S-S- групп, возрастанию ТДК и, в конечном итоге, - к нормализации окислительно-восстановительного состояния тиолдисульфидного звена АОС.

Рис.2. Не получавшие "Неовитин" ( упущен)

Анализ состояния ТДС крови позволяет объективно и количественно оценить эффективность действия антиоксидантов как противорадиационных средств при лучевой терапии онкологических заболеваний.

**НОМИНАЦИЯ «ЧЕЛОВЕК ГОДА 2003 – СТРЕЛЕЦ В.Г.»  
ПО ПРОБЛЕМАМ УПРАВЛЕНИЯ  
ДВИГАТЕЛЬНЫМИ ДЕЙСТВИЯМИ**

**А.Г. Левицкий**, член-корреспондент БПА, кандидат педагогических наук, доцент

**С.Н. Никитин**, кандидат педагогических наук

Вопросы построения и выполнения двигательных действий и их комплексов берут свое начало от Purkinie (1820), И.Ф. Пюон (1879), С.Ф. Штейн (1890) и Н.А. Бернштейна, который первым, еще в 30-е годы, установил связь движений человека с его психикой и, что особенно важно, с физиологической активностью.

Однако эти идеи построения двигательных действий получили свое полное и свободное развитие только в 70-90-е годы.

Обращаясь к работам Н.А. Бернштейна, можно заметить, что уже ранние работы, основанные на точных методах и изящной технике регистрации механических закономерностей движений, позволили непосредственно перейти к анализу физиологических феноменов двигательных действий (Н.А. Бернштейн, 1935). В работах несколько позже он сделал шаг от механики и физиологии движений к психологии двигательных действий и физиологии активности (Н.А. Бернштейн, 1966).

Следующим шагом в проблеме построения двигательных действий явилась разработка Н.А. Бернштейном концепции уровней построения движений, впервые изложенная, в частности, в книге «О построении движений». Эта концепция содержит в качестве центральной идею о восходящей последовательности усложняющихся процессов управления двигательными действиями: от палеокинетических регуляций двигательных реакций до смысловых действий, соответствующих высшим уровням физиологической и психологической организации двигательных действий.

Идеи Н.А. Бернштейна в кратко представленной динамике их развития оказали существенное влияние на физкультурное образование в нашей стране. Можно с уверенностью сказать, что развитие Ленинградской (Санкт-Петербургской) школы биомеханики в определенной мере содержит аналогичные учению Н.А. Бернштейна этапы: анатомические подходы в биомеханике Д.А. Семенова и Е.Г. Котельниковой (1938-1974 гг.), внедрение в биомеханику точных наук В.А. Петровым (1962-1975 гг.), развитие идей физиологии движений и физиологии активности Г.П. Ивановой и И.М. Козловым (1960-1995 гг.) и наконец, современные гуманистические ориентации кафедры биомеханики СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, связанные с проблемой целостного человека (Гагин Ю.А., 1997).

Если говорить в масштабах мировоззренческих аспектов построения двигательных действий, то следует отметить, что изучение двигатель-

ных действий Н.А. Бернштейном стало способом познания закономерностей работы мозга. Если до Бернштейна изучали движения человека для того, чтобы их описать, то Николай Александрович стал изучать их, чтобы понять, как происходит управление ими. Его точка зрения о том, что ученый, желающий понять, как работает мозг, едва ли найдет более благоприятный объект для исследования, чем управление двигательными действиями, находит все больше и больше последователей. На этом пути им было открыто такое явление, как сенсорная коррекция. Управление двигательными действиями оказывается возможным только при посредстве непрерывного контроля какого-либо «органа чувств». Чувствительные системы нашего тела загружаются при выполнении того или другого движения не в меньшей степени, нежели двигательные. По чувственным нервам всевозможных специальностей: осязательным, зрительным, нервам мышечно-суставной чувствительности, вестибулярным нервам уха, несущие сигналы, связанные с чувством равновесия и т. д., - текут непрерывные корректировочные потоки сигналов к мозгу, уведомляющие его, так ли течет начатое движение, как оно было спланировано. Следовательно, координация движений осуществляется посредством так называемых сенсорных коррекций.

Вопросами координации движений В.Г. Стрелец начал заниматься в 50-х годах в довольно зрелом возрасте. Исследования проводились на летном составе гражданской авиации и спортсменах различной квалификации. Основные идеи, которые стали исходными в его исследованиях, были сформулированы Н.А. Бернштейном (1926, 1968), В.М. Бехтеревым (1882 – 1905гг.), В.И. Воячком (1908 – 1967гг.), К.Л. Хиловым (1922 - 1969гг.). Так, в 1933 году К.Л. Хиллов сформулировал ряд принципиально новых положений, на основании которых осуществлялась управление координацией движений. Автор первым предложил разделить процесс управления на активный и пассивный. По мнению автора главную роль в процессе управления координацией движения являются сбивающие воздействия через отолитовый аппарат – им и нужно уделять больше внимания. Для этой цели он сконструировал четырехштанговые качели, носящие его имя. Для исследования координации движений была выбрана ортоградная поза по В.И. Воячку (1927). Сбивающие воздействия по рекомендации К.Л. Хилова (1964, 1967) производились через отолитовый аппарат вестибулярной системы.

Усовершенствование В.Г. Стрельцом методики сбивающего воздействия через отолитовый аппарат наклоном головы назад на 60 градусов после принятия ортоградной позы дало положительные результаты – эффект воздействия был более выраженным. Это позволило улучшить отбор людей в авиацию и спортивные специализации. В.Г. Стрелец (1960, 1962, 1965, 1966) разработал ряд средств и методов тренировки и измерения координации движений на специально – разработанной регистрирующей аппаратуре, позволяющей более точно и объективно оценивать как результа-

ты, так и эффективность различных методов и средств специальной тренировки.

С.Ф. Штейн (1900) применил ихнографический метод исследования походки человека, который заключался в том, что испытуемому на пятки ног наносился слой краски, после чего он двигался в заданном направлении, оставляя следы на большом листе бумаги или просто на полу. Он установил 62 типа лабиринтных походок. Из его таблиц были сделаны выводы об использовании ходьбы для проведения исследований по координации движений, так как человек с нормально функционирующими лабиринтами без их раздражения, даже с закрытыми глазами может ходить не уклоняясь от прямой линии, то есть находится в привычных для него условиях. После сбивающих воздействий типа вращения координация движения – ходьба резко изменяется.

Таким образом, творчески развивая идеи Н.А. Бернштейна об уровне построения управления двигательными действиями, В.Г. Стрелец разработал и усовершенствовал такие средства, методы измерения и развития координации движений, как координаметрия, стабилотография, ихнография, асимметрия, гониометрия и кортикометрия. По обсуждаемой проблеме В.Г. Стрелец подготовил более 100 известных ученых, из них 12 докторов наук. Мысли В.Г. Стрельца продолжают творчески развиваться его учениками и последователями.

## **ВЗАИМОСВЯЗИ САМООЦЕНКИ И САМОРЕАЛИЗАЦИИ У ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ**

**Г.В. Лозовая**, кандидат психологических наук

Спорт является достаточно специфичным видом деятельности, так как в нем органично сочетаются элементы учебы, игры и труда. Поэтому он представляет очень широкие возможности для самореализации личности. В связи с этим, встает проблема изучения психологической обусловленности самореализации человека в спорте.

Существует огромное количество качеств личности (не менее нескольких тысяч), которые могут оказывать влияние на деятельность человека в той или иной степени. В их ряду особое место занимает самооценка, которую многие авторы относят к числу психических феноменов, образующих так называемое «ядро личности». Вполне вероятно, что самооценка личности играет существенную роль в специфике ее самореализации. Однако экспериментальных работ, в которых нашли бы отражение взаимосвязи данных явлений, на данный момент, нет.

В начале любого исследования необходимо определиться с основными его рабочими понятиями. Так, самооценка различными авторами трактуется по-разному, однако в большинстве случаев определяется как

оценка человеком своих разнообразных физических и психических качеств. Определений понятия самореализации личности также не мало. Имеет смысл рассматривать ее как реализацию потребности личности в собственном самоутверждении и самосовершенствовании.

Взаимосвязи частных и интегральных показателей самооценки и самореализации определялись с помощью корреляционного анализа. В исследовании принимали участие 42 юных спортсмена, чей возраст составил от 9-ти до 18-ти лет, из них – 25 мужского и 17 – женского пола, различной спортивной квалификации. Исследование осуществлялось с помощью опросных методик.

В результате анализа полученных взаимосвязей было установлено, что самооценка спортсменов гораздо сильнее связана с оценками степени реальной самореализации личности, чем с оценками остроты потребности в ней. Об этом свидетельствует тот факт, что из 24-х гипотетически возможных связей показателей самооценки и потребности в самореализации получено всего 5 связей, причем ни одна из них не превышает 95% уровень достоверности. В то же время, обнаружено 15 связей показателей оценок спортсменами собственных психологических качеств и степени самореализации, причем 10 из них находятся на 99% уровне достоверности.

Общий показатель самооценки оказался не связанным ни с одним из показателей потребности в самореализации (по крайней мере, линейно). Зато он связан с оценками степени самоутверждения, самосовершенствования и производным от них уровнем общей самореализации личности (все связи при  $p \leq 0,01$ ). Таким образом, от уровня самооценки зависит не острота потребности в самореализации, а оценка ее эффективности.

В данном случае очень трудно сказать, какой психический феномен является причиной, а какой – следствием. Возможно, спортсмены, обладающие более высокой самооценкой, реализуют свой потенциал в большей степени, чем спортсмены с низкой самооценкой. А может быть, и наоборот, спортсмены, которые сумели реализовать себя наиболее полно, выше себя оценивают, поскольку им «есть за что себя уважать». Таким образом, в данном случае речь может идти только об установлении факта взаимосвязи, что тоже очень важно.

Интересно, что с интегральным показателем потребности спортсменов в самореализации оказались связанными самооценки коммуникативности и адаптивности ( $p \leq 0,05$ ). А с общим показателем оценки степени самореализации оказались связанными самооценки здоровья ( $p \leq 0,05$ ), а также волевых, коммуникативных и адаптивных качеств личности ( $p \leq 0,01$ ). Вероятно, спортивная деятельность способствует наиболее полной реализации перечисленных качеств.

Обнаружена специфика связей показателей самооценки и самореализации личности в мужской и женской выборках спортсменов. Оказа-

лось, что в наибольшей степени самооценка связана с самореализацией у юношей, чем у девушек.

На женской выборке из 48 гипотетически возможных было обнаружено всего 4 связи, причем только одна из них – на 99% уровне достоверности. На мужской же выборке получено 23 связей, причем 10 из них – на 99% уровне достоверности. Показатель общей самооценки личности у юношей связан с потребностью в самосовершенствовании ( $p \leq 0,05$ ), а также с оценками степени самоутверждения, самосовершенствования и самореализации в спортивной деятельности ( $p \leq 0,01$ ). Наибольшим весом в плане влияния на показатели самореализации у них обладают самооценки здоровья и интеллекта. У девушек же интегральный показатель самооценки оказался не связанным ни с одним из интегральных показателей самореализации. А наибольшим весом в плане влияния на общую оценку степени самореализации оказывают самооценки волевых и коммуникативных качеств ( $p \leq 0,05$ ).

Таким образом, особенности взаимосвязей показателей самооценки и самореализации личности в спорте во многом обусловлены половой принадлежностью спортсменов. Это может быть объяснено либо наличием нелинейных связей в женской выборке, либо тем, что у спортсменов самореализация личности связана с другими качествами личности.

Также выявлены особенности связей показателей самооценки и самореализации личности в группах спортсменов с высоким и низким уровнем спортивной квалификации. Из 48 гипотетически возможных связей частных и интегральных показателей самооценки и самореализации в группе спортсменов с низкой спортивной квалификацией получено всего 5, причем ни одна из них не превышает 95% уровня достоверности. А в группе высококвалифицированных спортсменов таких связей 9 и 2 из них – на 99% уровне достоверности. С интегральным показателем потребности в самореализации у спортсменов с высоким разрядом связана самооценка коммуникабельности при  $p \leq 0,05$  (в группе спортсменов с низким разрядом связей нет). А с интегральным показателем оценки степени самореализации в группе спортсменов с низкой квалификацией взаимосвязаны самооценки воли и адаптивности, а с высокой – самооценки здоровья ( $p \leq 0,01$ ) и коммуникабельности. Связь интегральных показателей самооценки и самореализации обнаружена только в группе высококвалифицированных спортсменов.

Таким образом, проведенное исследование позволяет сделать ряд выводов. Во-первых, самооценка и самореализация оказываются довольно тесно связанными, причем в гораздо большей степени с самооценкой взаимосвязана реальная степень самореализации спортсменов, чем потребность в ней. Во-вторых, специфика взаимосвязей зависит как от половой принадлежности спортсменов, так и от уровня их спортивной квалификации. В наибольшей степени оказываются взаимосвязанными самооценка и самореализация у мужчин, а также у спортсменов с высо-

ким спортивным разрядом.

-----

## **ТЕНДЕНЦИИ ИЗМЕНЕНИЯ САМООЦЕНКИ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ЕЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ**

**Г.В. Лозовая**, кандидат психологических наук

Как известно, самооценка является весьма существенной характеристикой личности, оказывающей значительное влияние на все сферы ее жизнедеятельности. Некоторые исследователи, подчеркивая роль самооценки, называют ее «ядром» личности (например, Реан А.А., 1999). Однако на данном этапе практически отсутствуют данные о закономерностях ее формирования на различных этапах профессионального самоопределения. Кроме того, неизвестен характер связей самооценки и психологических показателей профессионального самоопределения, которые обозначали бы ее роль в этом процессе.

С целью установления изменений самооценки личности в процессе ее профессионализации данный феномен был определен у пяти групп испытуемых: абитуриентов, студентов второго, четвертого курсов, магистрантов и тренеров СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, каждая из которых включала в себя по 30 человек. Диагностика самооценки осуществлялась с помощью методики А.С. Будасси (1971). Психологические показатели профессионального самоопределения определялись с помощью специально составленного пакета методик.

Установлено, что, в целом, специалистам в сфере физической культуры и спорта свойственна достаточно высокая самооценка. Однако обнаружены некоторые возрастные различия, образующие динамику самооценки личности на различных этапах ее профессионального самоопределения. Так, абитуриенты АФК характеризуются достаточно высокой самооценкой, так как коэффициент корреляции идеального и реального «образа Я» составляет 0,67. Далее самооценка незначительно снижается у второкурсников ( $X = 0,63$ ) и значительно – у четверокурсников ( $X = 0,58$ ). Затем происходит повышение самооценки у учащихся магистратуры ( $X = 0,67$ ) и самые ее высокие значения зарегистрированы на выборке действующих тренеров ( $X = 0,72$ ). Анализ вариативности проявления показателей самооценки показывает, что наибольший разброс в самооценках приходится как раз на четвертый курс ( $S = 0,28$ ). Уровень самооценки в других группах проявляется более однородно. Наименьшая вариативность данного показателя отмечена у магистров ( $S = 0,17$ ) и тренеров ( $S = 0,18$ ).

Следовательно, вырисовывается следующая тенденция. Юноши, выбравшие профессию тренера, обладают исходно высокой самооценкой своей личности. Однако на этапе обучения она несколько снижается, что, вероятно, вызвано знакомством с требованиями профессии и возросшей критичностью. Студенты четвертого курса переживают своеобразный лич-

ностный кризис, что проявляется в более низкой выраженности самооценки и неоднородности ее проявления у разных испытуемых. Возможно, это связано с тем, что спортивная карьера многих студентов закончена, а профессионально-педагогическая ориентация не сформирована в силу ряда объективных причин. Таким образом, большое количество выпускников АФК оказывается в ситуации профессионально-личностной неопределенности и снова встают перед проблемой необходимости осуществления профессионального выбора, которая была отложена на период обучения в вузе. Дальнейшее повышение самооценки у магистров можно объяснить тем, что в магистратуру попадают только студенты, в достаточной степени самоопределившиеся, с хорошей успеваемостью. Высокие значения самооценки у тренеров, работающих в АФК, можно объяснить высоким статусом преподавателя, от которого зависят судьбы многих студентов.

Тем не менее, в данном случае можно говорить не о закономерности, а только о тенденции в развитии самооценки, поскольку анализ, осуществленный с помощью Т-критерия Стьюдента, показал отсутствие достоверных различий выраженности данного показателя между различными выборками испытуемых.

Далее, были установлены особенности взаимосвязей самооценки с различными показателями профессионального самоопределения. Все полученные связи находятся на 95% уровне достоверности. На общей выборке самооценка личности оказалась связанной с удовлетворенностью профессиональным выбором и интегральным показателем профессионального самоопределения. Таким образом, можно утверждать, что самооценка играет некоторую роль в профессиональном самоопределении личности, однако эта роль не столь существенна, так как отсутствуют связи самооценки с остальными показателями самоопределения, такими, как мотивы профессиональной деятельности, стремление освоить профессию, привлекательность профессионального будущего, профессиональная устойчивость, самооценка профессиональных качеств и способностей.

Также установлена специфика взаимосвязей самооценки с показателями профессионального самоопределения на различных его этапах. В группе абитуриентов самооценка личности оказалась отрицательно связана с показателем профессиональной целенаправленности. То есть, чем выше самооценка, тем меньше направленность на приобретение профессии учителя физической культуры и тренера. Это может быть объяснено тем, что поступающие в АФК студенты в своем большинстве ориентированы на продолжение спортивной карьеры и всерьез не рассматривают возможность стать специалистом по подготовке будущих спортсменов. У студентов второго курса появляются положительные связи самооценки с удовлетворенностью выбранной профессией и интегральным показателем профессионального самоопределения, что является результатом ценностной и профессиональной переориентации в период обучения в вузе. У четверокурсников сохраняется положительная взаимосвязь самооценки личности с

общим показателем профессионального самоопределения, однако, связь с удовлетворенностью выбранной профессией становится отрицательной. В выборке магистрантов присутствует только одна взаимосвязь самооценки личности с показателями профессионального самоопределения. Это взаимосвязь с удовлетворенностью профессиональным выбором. На выборке же тренеров связей показателей самооценки не обнаружено, что показывает, что ее роль в профессиональном самоопределении личности существенна только на этапе профессионального выбора и получения образования.

Таким образом, самооценка личности претерпевает некоторые изменения на различных этапах профессионального самоопределения, которые имеют характер тенденции. Самооценка играет некоторую роль в профессиональном самоопределении, однако не столь существенную, чтобы можно было ее считать фактором профессионального самоопределения личности.

Практический вывод исследования заключается в констатации факта профессиональной и личностной неопределенности у большей части выпускников АФК, которые нуждаются в специальной психологической помощи и организации спецкурсов по профессиональному самоопределению.

## **ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕССЫ ТРЕНЕРА**

**А.Н. Николаев**, кандидат психологических наук, профессор

При раскрытии особенностей развития и проявления познавательных процессов у представителей той или другой профессии неизбежно возникают вопросы, связанные с выполнением операций по сравнительному анализу полученных данных. Однако нормативные шкалы у большинства методик, как правило, отсутствуют.

Тем не менее, по одному из показателей удалось соотнести полученные данные с нормативным их значением. Речь идет о показателе интеллекта тренеров. Он равен – 102,3 балла (в переводе со шкалы Р. Амтхауэра на шкалу Д. Векслера). Напомним, что средние значения данной шкалы – 100 баллов. При этом получены относительно высокие значения коэффициента вариации – 39,8%.

Сказанное позволяет заключить, что интеллект тренеров существенно не отличается от интеллекта населения в целом. Однако среди тренеров есть носители низкого интеллекта, достаточно и высоко интеллектуальных тренеров.

Расхождения показателя интеллекта у тренеров по различным видам спорта обнаружены, однако они (расхождения) не достигают статистически достоверных значений.

Обнаружены некоторые и достоверные различия у тренеров различных спортивных специализаций по отдельным показателям познавательных процессов от усредненных значений (по видам спорта). При  $p \leq 0,05$  получены следующие расхождения:

У тренеров специализирующихся по циклическим видам спорта выше (по сравнению с усредненными значениями этих показателей у представителей различных специализаций) показатели сосредоточенности и устойчивости внимания, словарного запаса, выявления существенных признаков, обобщения и установления логических связей в процессе мышления. И ниже – быстроты и легкости воспроизведения, а также быстроты мышления и когнитивных стилей – заострения и широты сканирования.

У тренеров специализирующихся по спортивным играм достоверно выше значения быстроты воспроизведения и мышления, словоупотребления и когнитивных стилей: широты сканирования и диапазона эквивалентности. У них ниже показатели устойчивости внимания, обобщения и установления логических связей в процессе мышления.

У тренеров-единоборцев достоверных различий по познавательным процессам не выявлено.

Тренеров по художественным видам спорта отличают высокие показатели словарного запаса и словоупотребления, творческого воображения, интуиции, вербальной и профессиональной креативности.

Из перечисления этих различий становятся очевидными специфические особенности познавательной сферы тренеров различных специализаций. Кроме того, видно, что в наибольшей степени по этим показателям отличаются тренеры по циклическим и по игровым видам спорта, а многие из показателей прямо противоположны

Есть все основания предполагать, что полученные различия показателей познавательных процессов не столько относятся к специальности тренера, сколько к специализации его как бывшего спортсмена.

Корреляционный анализ 24-х показателей познавательных процессов тренеров позволил получить две их плеяды при  $p \leq 0,01$ . Обе плеяды представляют собой симптомокомплекс свойств познавательной сферы тренеров.

Первая плеяда включает в себя быстроту воспроизведения, словоупотребление, а также легкость воспроизведения и словарный запас. Это плеяда памяти.

Вторая плеяда так же представляет собой симптомокомплекс познавательных процессов тренеров. С наибольшим числом связей (не менее 4-х) в него входят показатели быстроты мышления, выявление существенных признаков в процессе мышления и два когнитивных стиля: заострение и широта сканирования.

Интересно то, что полученная плеяда не включает в себя показатели памяти. Ее можно назвать плеядой мышления и когнитивных стилей.

Сказанное позволяет заключить следующее.

Во-первых, что интеллект тренеров существенно не отличается от интеллекта населения в целом. Однако среди тренеров много носителей как низкого интеллекта, так и достаточно высоко интеллектуальных тренеров.

Во-вторых, их познавательные процессы образуют два симптомо-комплекса: памяти, а также мышления и когнитивных стилей.

В третьих, выявлены специфические особенности познавательной сферы тренеров по различным видам спорта.

Названные обстоятельства – это то особенное, что отличает познавательную сферу личности тренеров по спорту от познавательной сферы личности представителей других профессий.

## **КОМПЬЮТЕРНАЯ ДИАГНОСТИКА ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО СТАТУСА ОБУЧАЕМЫХ**

**И.И. Цыганок**

В современных условиях обучение как в средней школе, так и особенно в высшей предъявляет высокие требования к психофизиологическим ресурсам организма. В потоке непрерывно обновляющихся знаний, меняющихся алгоритмов обучения нелегко стать профессионалом и при этом сохранить здоровье. Высокие темпы жизни, рыночные отношения, конкуренция требуют мобильности и продуктивности, а также высокой конкурентоспособности. Из-за информационных перегрузок прежде всего страдает психика обучающегося. Вследствие наступающей дезадаптации увеличивается число психосоматических расстройств, в которых роль пускового механизма играют социальные влияния, а определяющая роль принадлежит индивидуальным личностным особенностям.

Сейчас, когда вопросам психофизиологического (медико-психологического) сопровождения обучения уделяется все большее внимание, активно изучается роль врача-психофизиолога в этом процессе. Предлагаются различные средства и методы поддержания и восстановления работоспособности - физиолого-гигиенические, психофизиологические, рефлексотерапевтические, фармакологические [1]. Каждое из этих средств имеет свои показания и противопоказания, терапевтическую широту, а сила воздействия во многом зависит от индивидуальных личностных особенностей человека.

В связи с этим актуальным становится поиск информативных критериев улучшения состояния человека после указанных выше мероприятий психофизиологической коррекции. В этом отношении хорошо себя зарекомендовал восьмицветный тест М. Люшера [2, 4]. Он позволяет оценить как актуальное психофизиологическое состояние человека, так и диагностировать некоторые устойчивые личностные особенности.

Между тем низкое качество перевода у нас в стране с иностранного языка интерпретаций, некорректные методы обработки результатов тестирования, бесчисленное количество компьютерных программ с примитивным алгоритмом анализа и с применением неадекватного стимульного материала, часто не позволяют реально использовать эту методику для практических целей. Необходимо напомнить, восьмицветный набор представляет собой лишь один из семи субтестов полного теста М. Люшера. Изолированное его применение чревато грубыми ошибками.

Исходя из вышесказанного, нами были устранены указанные выше недостатки в работе с методикой. Использование всех 23 цветовых эталонов отредактированный текст интерпретаций, статистически выверенные числовые показатели методики, использование оригинального векторного анализа теста позволяет значительно повысить качество диагностики. При необходимости сочетанное применение методик Т. Лири, психогеометрического теста С. Деллингер, методики экспериментальной диагностики побуждений Л. Сонди, теста СМИЛ, проективного рисунка «Несуществующее животное», оригинальной методики диагностики типа личности по К.Г. Юнгу (ЮТ-1) позволяет еще более повысить точность диагностики [2, 3, 5].

На следующем этапе работы нами была разработана компьютерная программа ЦМ-10 для учета, хранения и анализа данных, получаемых с помощью указанных выше методик [3]. Данный программный продукт решает проблему необходимости работы с большими объемами текущей информации по обследуемому.

При этом оптимизируется работа врача-психофизиолога при анализе, обработке, учете, хранении и выводе в удобном виде информации. Дружественный интерфейс и совместимость с такими популярными приложениями как с MS Word и MS Excel, позволяет решать многие как практические, так научные и дидактические задачи. На выходе программа представляет данные как в описательном виде (с заданной степенью детализации от 1-й до 7-10 страниц на одного человека), как и в наглядном, графическом - столбиковые и векторные диаграммы. Представление результатов обследования в двухмерном пространстве в виде векторных диаграмм позволяет изучать и вопросы психофизиологической совместимости участников образовательного процесса.

Особенностью программы является то, что информация об обследованных хранится в виде кодов доступа к библиотекам электронных руководств, из которых она при необходимости оперативно формируется на современных машинах (типа РIII-IV) в течение нескольких секунд. Такой принцип работы позволяет, во-первых, максимально гарантировать конфиденциальность информации, дважды защитив ее от несанкционированного доступа (пароль и коды интерпретаций), а во-вторых, значительно сократить объем занимаемого на компьютере места, поскольку результаты работы только с одним человеком за курс психофизиологической коррекции в

виде текстовых интерпретаций могут составлять до 150 страниц машинописного текста.

Удобное программное решение дает врачу-психофизиологу возможность творческого осмысления получаемых при обследовании методиками результатов, не загружая себя рутинной работой. Автоматически создаваемые базы данных на всех консультируемых, позволяют решать не только повседневные практические задачи, но и научные, а при необходимости и дидактические.

## **Литература**

1. Средства и методы сохранения и восстановления профессиональной работоспособности операторов: Учебные материалы / Редактор-составитель А.М. Войтенко. – СПб.: ВМедА, 2002. – 72 с.
2. Полный тест М. Люшера в практике врача-психофизиолога: Учебные материалы/ Редактор-составитель И.И. Цыганок. - СПб.: ВМедА, 2002. – 160 с.
3. Методики обследования для психологического консультирования: Учебные материалы / Редактор-составитель И.И. Цыганок. – СПб.: ВМедА, 2002. – 124 с.
4. Lüscher M. Die Lüscher Farben zur Persönlichkeitsbeurteilung und Konfliktlösung. München.: Der Mosaik Verlag GmbH, 1989. - 160 s.
5. Szondi L. Lehrbuch der experimentellen Triebdiagnostik. Verlag Hans Huber (Bern). 1972. – 524 s.

## **НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ РАСПРОСТРАНЕНИЯ НАРКОТИКОВ И ЗЛУПОТРЕБЛЕНИЯ ИМИ В МОЛОДЕЖНОЙ И ПОДРОСТКОВОЙ СРЕДЕ**

**Н.А. Чумаков**, член БПА, кандидат психологических наук

Как это ни покажется парадоксальным, но даже сегодня, в эпоху гласности, когда не осталось ни одной проблемы, ни одного вопроса, которые не подверглись бы тщательному препарированию в средствах массовой информации, далеко не все имеют четкое представление о современных проблемах наркомании. А она почти повсюду в мире превратилась в грозную опасность для граждан и государственных институтов. Информация из большинства стран мира свидетельствует, что злоупотребление наркотиками распространилось во всех социальных слоях и возрастных группах и особенно среди молодежи. Дети и подростки в настоящее время приобщаются к наркотикам в более раннем возрасте, чем в недалеком прошлом.

По мере изменения социально-экономической и морально-психологической ситуации в нашей стране, расширения зарубежных контактов, открытости границ, все более масштабные и тревожные очертания приобретают проблемы, касающиеся молодежи. Среди них - "бич XX века" или "белая смерть", как называют иногда наркоманию.

В 1995 году число лиц употребляющие наркотики составило около 6 млн. человек. Причем 1 млн. из них - подростки. Еще около 20 млн. россиян (5 млн. - школьники) хотя бы раз пробовали наркотики. Большинство наркоманов - это лица, в возрасте от 14 до 28 лет. Увеличение числа наркоманов среди молодых россиян составляет ежегодно 70 - 80 %. 1997-1998 гг. количество зарегистрированных преступлений, связанных с употреблением наркотическими средствами, увеличилось на 86%.

На сегодняшний день в России стоят на диспансерном учете около 3 миллионов человек. По некоторым данным, это лишь одна тридцатая часть лиц непосредственно столкнувшаяся с наркотиками. 80 процентов современных наркоманов это молодежь.

Наркомания сегодня является одним из самых опасных и трагических рифов, на которых терпят смертельное крушение еще не вошедшие в жизнь молодые люди.

Всего в Санкт-Петербурге состоят на учете 8 тыс. 780 больных наркоманией, из них подростков - 126, женщин - 2 тыс. 235. Как сообщили "Агентству бизнес-новостей" в административном комитете администрации Санкт-Петербурга, по данным официальной статистики, 3,5 млн. граждан РФ употребляют наркотические вещества.

При этом Санкт-Петербург является одним из самых неблагоприятных районов страны по распространению наркомании. Из общего числа ВИЧ-инфицированных 96,8% имеют диагноз "наркомания", а количество правонарушений, совершенных по линии незаконного оборота наркотиков, - 3 тыс. 601. Не вызывает сомнения связь роста правонарушений среди детей с развитием наркотической зависимости с ростом числа беспризорных и безнадзорных детей. Количество состоящих на профилактическом учете несовершеннолетних сегодня - 9 тыс. 693, количество сирот и детей, ставшихся без попечения родителей, - 17 тыс. 590.

Эти проблемы и стали темой проходившего недавно обсуждения на семинаре-совещании. Семинар явился частью целевой программы "Профилактика правонарушений несовершеннолетних и молодежи в Санкт-Петербурге на период с 2002 по 2005 гг." В работе семинара приняли участие ответственные секретари комиссий по делам несовершеннолетних и защите их прав, представители районных комиссий по противодействию злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту, а также работники ГУВД Санкт-Петербурга и Ленинградской области и городской прокуратуры.

На совещании был выработан проект итогового документа "Пути развития инфраструктуры системы профилактики правонарушений несо-

вершеннолетних и молодежи. Социальная работа для предупреждения безнадзорности и наркозависимости среди несовершеннолетних в Санкт-Петербурге". К сильным сторонам существующей системы профилактики и работы КДН и МВК участники совещания отнесли координирующую роль последних, финансовое обеспечение целевых программ, информационное обеспечение деятельности комиссий, оперативность и адресность экстренной помощи, наличие опыта просветительской работы.

К слабым же сторонам было отнесено снижение статуса комиссий, отсутствие единой информационной базы, отсутствие подготовленных кадров, низкая зарплата, необорудованность рабочих мест, слабая информированность населения через СМИ о деятельности комиссий. Представители правоохранительных органов и учреждений высказались также по поводу ряда опасностей и угроз, возникающих на пути реализации программы.

Участники совещания пришли к выводу, что для решения выдвинутых проблем необходимо на федеральном уровне: укрепить институт семьи, реформировать систему социальной защиты, проводить единую информационную политику в государственных СМИ. Также была отмечена необходимость возродить деятельность детских и молодежных организаций на уровне властей субъекта Федерации.

Практика показала, что одними запретами повысить эффективность борьбы с расширением наркомании среди молодежи не удастся. Напротив – запреты только подогревают нездоровый интерес молодежи к наркотическим веществам. Попытки пропаганды о вреде наркотиков для всего населения в целом – оказались так же не эффективны. Причина неудач заключалась в разном уровне подготовки воспринимающих информацию о вреде наркотиков. У людей соприкоснувшихся с наркотиками и попавшими в зависимость необходимой реакции уже не возникало. В то же время для людей далеких от этой проблемы антинаркотическая пропаганда вызывала непонимание и безразличное отторжение.

Между тем, потребность в проведении грамотной, адекватной пропаганды противостоящей распространению наркотиков есть. Впрочем, существует возможность реализовать противонаркотические мероприятия с учетом тех недостатков, которые были указаны выше.

Во-первых, 70-80 % наркоманов лица до 25 лет, в этом возрасте несмотря на акселерацию, молодые люди зачастую не достаточно социально зрелы, и вполне принимают отношение к ним, как к детям.

Во-вторых, молодой организм менее, чем взрослый устойчив к действию наркотиков,

В-третьих, как показывает практика, именно родственники в состоянии действительно повлиять на возможность употребления наркотиков: именно они чаще всего первые обнаруживают факты употребления психоактивных веществ, именно они могут уговорить добровольно обратиться за помощью к специалисту и благодаря поддержке именно родных наркоманам удастся порвать с пагубной зависимостью.

С другой стороны – молодые люди часто приходят к употреблению наркотиков по причине семейных неурядиц, а значит, частично ответственность за случившееся несчастье ложится и на членов семьи.

Как показывает практика, из-за недостатка информированности родителей выявление случаев употребления наркотиков бывает запоздалым.

Для начала, определим термины, которыми будем пользоваться в дальнейшем.

*Наркомания* - болезнь, вызываемая систематическим употреблением наркотиков и проявляющаяся синдромом измененной реактивности, психической и физической зависимостью, а также некоторыми другими психотическими и социальными феноменами.

*Токсикомания* - то же, что и наркомания, но вызываемая веществами, официально не отнесенными к наркотикам.

*Абстинентный синдром (синдром похмелья)* - комплекс психопатологических, вегетативных, неврологических и соматических расстройств, появляющихся вслед за прекращением систематического потребления наркотика (психоактивного вещества), причем постоянными симптомами являются психический и физический дискомфорт и выраженное влечение к принимаемому наркотику (психоактивному веществу). Абстиненция (абстинентный синдром), так называемая "ломка" - тяжелое состояние и быстро проходит только при приеме очередной дозы наркотиков, наступает блаженное состояние (эйфория - на жаргоне наркоманов - "кайф"), которое вновь сменяется абстиненцией и т.д. Образуется порочный круг. По мере привыкания, наркотики становятся необходимыми уже не для получения удовольствия, а для борьбы с тягостными мучительными симптомами. В таком состоянии больные представляют большую общественную опасность, так как потребность в приеме наркотиков настолько неодолима, что они могут совершить любой проступок, в том числе и тяжкие преступления, чтобы добыть необходимое средство.

Главным и самым беззащитным объектом, по которому "ведет огонь" наркобизнес, является молодежь, особенно дети и подростки. А это значит, что они уже сегодня нуждаются в защите, в умелом и заботливом предостережении. Кто лучше всего может сделать это? Казалось бы, конечно, родители. Но всегда ли в семье достаточно взаимопонимания, чтобы ребенок прислушался к их совету? Наконец, все ли родители способны умело и эффективно предостеречь ребенка от беды? Конечно, семья остается главным щитом, преграждающим дорогу этому злу, но, к сожалению, не всегда может с успехом решить эту проблему. Причин тому немало и они, в общем, известны.

Поэтому нередко единственной и реальной спасительной преградой на пути молодого человека в тот иллюзорный и страшный мир, из которого мало кому удалось вернуться к полноценной и здоровой жизни, на сегодня наряду с родителями остается учитель. Именно он, как никто другой знает о немалочисленных проблемах и подводных камнях, которые угрожают

юным и неопытным душам на пути познания жизни и становления личности.

В отличие от даже самого прекрасного специалиста по проблемам противодействия наркомании, имеющего, как правило, очень ограниченные и кратковременные возможности прямого общения с молодежью, педагог может целенаправленно воздействовать на своих учеников в течение продолжительного времени. И этим преимуществом он должен умело воспользоваться во имя здоровья нации и будущего страны.

Печальный опыт многих развитых государств свидетельствует о том, что наркомания превратилась для них в крупную национальную проблему, за которой просматривается угроза будущему этих стран.

Перед реальной угрозой "взрыва" наркомании в нашей стране зададимся вопросом: а каковы возможности школы в противодействии этому злу. Чтобы ответить на него имеет смысл ознакомиться с тем, как решается проблема профилактики наркомании в школе за рубежом.

Наибольший опыт такой профилактики накоплен в Соединенных Штатах Америки. В этой стране уже давно отмечается рост числа наркоманов и уровня потребления наркотиков. Дело дошло до того, что в начале 70-х годов официальные власти США открыто заговорили о наркотической угрозе самому существованию американского общества. Особенно страдала от наркомании молодежь.

В 80-е годы в стране была проведена общенациональная антинаркотическая кампания, которая дала больше результатов, чем все предшествующие меры. В чем же причина успеха этой кампании?

Как считают специалисты, решающую роль сыграла правильная постановка цели кампании. Она заключалась в том, чтобы выработать у молодежи равнодушное или негативное отношение к наркотикам. И эта цель была достигнута с помощью школы.

Наряду с педагогами к работе с учениками были привлечены известные в стране и авторитетные люди (артисты, спортсмены, политические деятели, бизнесмены, полицейские). Они выступали перед школьниками, вели с ними беседы. Главное, что все они внушали детям и подросткам - это боязнь и неприязнь по отношению к торговцам наркотиками и необходимость твердо ответить "Нет!" на любые предложения попробовать наркотик. В ходе кампании в школах активно использовались брошюры, плакаты, изданы миллионы брошюр, буклетов и листовок с разъяснением вреда наркотиков, публиковались и распространялись предсмертные письма-исповеди наркоманов. Полиция выпустила (и продолжает выпускать) специальные буклеты с популярным изложением свойств наркотиков и признаков наркомании у детей. Специально обученные сотрудники полиции в рамках учебной программы проводят со школьниками занятия в игровой форме, в процессе которых учениками, изображающими судей, полицейских, наркоторговцев, разыгрываются различные сценки.

Уже давно известно, что только единицам из миллионов наркоманов удается вырваться из страшных пут. Болезнь через годы и даже десятилетия может возвратиться. Как считают специалисты, наркотик - сильнейшая из ловушек, он цепко держит свои жертвы и забыть его почти невозможно. К сожалению, наркотик способен делать человека зависимым настолько, что воля и интеллект молодых людей оказываются не способными противостоять ему.

Поэтому, наиболее реальным делом в борьбе с наркоманией является ее профилактика, а не лечение (хотя последнее тоже немаловажно). А чтобы вовремя предупредить наркоманию, учителям необходимо постоянно проявлять внимание к своим ученикам.

Мы далеки от мысли учить преподавателей педагогическим тонкостям антинаркотической работы. Более реальная цель видится в том, чтобы на основе обобщения накопленного многолетнего опыта непосредственного общения работников правоохранительных органов с подростками-потребителями наркотиков и их окружением подсказать педагогу общие принципы противодействия распространению наркомании в подростковой среде и дать некоторые рекомендации, касающиеся этой работы.

Современные методы профилактики наркомании хорошо представлены, например, Ахмеровой и Горбуновой в их труде «Медико-социальные аспекты наркотизма». Основные принципы их системы организации антинаркотической работы заключаются в следующем:

1. Воздействие на мотивы, способствующие наркотизации (любопытство, стресс, внушаемость).
2. Выделение группы риска с большой склонностью к наркотикам.
3. Выявление эпизодов употребления наркотиков.
4. Проведение активной антинаркотической пропаганды.

Таким образом, их методы профилактики наркомании основаны на прямом, «штурмовом» воздействии не только на детей, но и на подростков, что обязательно вызовет с их стороны сопротивление. Разделение класса на группы риска ни в коей мере не останется без внимания учеников. Это приведет к разьединению в школьной среде, причем желание некоторых из учеников примкнуть к другой группе окажется дополнительным стимулом для приобщения к наркотикам. Выявление эпизодов употребления наркотиков привлечет к последним внимание, как к запрещенному способу самовыражения.

С другой стороны, интересным мне кажется создание в учебных заведениях специальных групп, ответственных за профилактику наркомании, каковые уже существуют в Уфе.

А.А. Габиани в книге «На краю пропасти: наркомания и наркоманы» говорит о главном признаке привлекательности наркотиков для школьников: их экстремальности, т.е. псевдомодности, запретности, экстравагантности, связанном с ними риске, негативной правовой и моральной оценке.

В книге А.Е. Степушкина «Сладкая» смерть (проблема наркомании в современном мире)» рассказано о том, что наркотики – способ уйти от противоречий современного мира, избавиться от стресса, а значит и попытаться справиться с этой проблемой можно лишь улучшая уровень жизни людей, уменьшая нагрузку на сознание и количество возможностей возникновения стрессовых состояний.

В житейском понимании наркомания подразумевается психическая и физическая зависимость от химических веществ. Именно такое упрощенное толкование мы и будем иметь в виду, разбирая его в этом пособии.

Наркотические вещества могут иметь самую разную форму: это могут быть тюбики с вязкой жидкостью, мелко порезанная трава, темно зеленого цвета, мелко нарезанная соломка, белый кристаллический порошок, темно зеленая масса, похожая на пластилин, таблетки, кусочки промокательной бумаги, по размерам напоминающие марки и т.п.

Определить точно страдает ли ваш ребенок наркоманией – может только специалист, однако существуют признаки, которые можно воспринимать как тревожные сигналы требующие особого внимания. К ним можно отнести следующее:

- апатия к любимым занятиям, жалобы на плохой сон, спонтанная, не мотивированная активность;
- изменение внешности: быстрое снижение или прибавка в весе, бледность, неряшливость в одежде, красные, опухшие глаза (без видимых на то оснований), «синяки» под глазами;
- следы от инъекций, увлечение татуировками, появление посторонних запахов от волос, одежды;
- резкое снижение успеваемости, прогулы занятий;
- стремление к самоизоляции, избегание общения, повышенная конфликтность, побеги из дома;
- повышенные финансовые расходы, без объективных причин, пропажа ценных вещей;
- изменение круга общения, появление новых подозрительных приятелей;
- случайное обнаружение странных вещей: шприцев, закопченных ложек, неизвестные таблетки, порошки, жидкости в медицинских флаконах или ампулах.

Наиболее эффективным средством борьбы с распространением наркомании является формирование в семье отношений вытесняющих позитивное отношение к психоактивным веществам. Более того, обучение простым методам выявления лиц употребляющих наркотики, а так же различным алгоритмам действия при обнаружении у члена семьи признаков употребления психоактивных веществ. Бесспорно, без специалиста с наркозависимостью не справиться, но привести больного к специалисту должны родственники. Не допустить увлечения употреблением психоактивных веществ так же должны родственники.

Не лишним будет напомнить родителям простые истины, помогающие уберечь ребенка от наркотиков:

- знать круг общения своего ребенка, быть хорошо знакомым с его друзьями;
- планировать и в обязательном порядке проводит совместно время, желательно в какой-нибудь совместной деятельности. Не откладывать такие мероприятия на второй план, как второстепенные;
- не бояться на равных с ребенком обсуждать волнующие его проблемы, даже если вам они кажутся явно надуманными или не стоящими.

Возможные признаки того, что Ваш ребенок употребляет наркотики, представлены в таблицах 1 и 2.

Таблица 1

Возможные признаки того, что Ваш ребенок употребляет наркотики

	Наркотические средства			
	Алкоголь (пиво, вино, водка)	Кокаин (крек, кокс)	Марихуана (план, анаша, гашиш, трава)	Галлюциногены (кислота, ЛСД, экстази, псилобицинсодержащие грибы)
Внешние признаки	Шаткость походки, смазанная речь, характерный запах алкоголя	Выраженное, не мотивированное повышенное настроение, на общем фоне пониженного настроения	Изменение речи (более медленная), повышение аппетита, не связанное с физическими нагрузками	Легкое изменение настроения, рассказы о нереальных пережитых ощущениях, стремление уединиться
Возможные жалобы на здоровье	Головокружение, изменение аппетита, частые расстройства желудка	Пониженное настроение, нехватка бодрости, сонливость	Кашель, постоянное чувство голода, снижение массы тела	Частые головные боли, пониженное настроение, немотивированные страхи
Что делать	Откровенная беседа.	Обращение к врачу-наркологу	Откровенная беседа, с целью выяснения причины	Откровенная беседа, при необходимости обращение к психологу, психиатру

Таблица 2

Возможные признаки того, что Ваш ребенок употребляет наркотики

---

	Наркотические средства			
	Ингалянты (бензин, клей, растворители)	Опиаты (героин, морфин, метадон)	Психостимуляторы (амфетамин, эфедрон, сиднокарб)	Транквилизаторы (снотворные, сильные успокоительные средства)
Внешние признаки	Шаткость походки, смазанная речь, характерный запах химического вещества (растворителя)	Нарушение координации движений как при алкогольном опьянении, но без характерного запаха, сильно суженный зрачок, плохо реагирующий на свет, следы от инъекций	Изменение речи (ускоренная), повышение настроения, не возможность усидеть на одном месте, характерный блеск глаз	Легкое изменение настроения, заторможенность, замкнутость, снижение памяти
Возможные жалобы на здоровье	Головокружение, головные боли, сухость во рту, снижение аппетита	Частые расстройства стула, раздражительность	Нарушенный сон, немотивированная тревога, снижение массы тела	Избыточно крепкий сон, снижение интереса к ранее интересующим увлечениям
Что делать	Откровенная беседа.	Обращение к врачу-наркологу	Откровенная беседа, с целью выяснения причины, обращение к психологу, наркологу	Откровенная беседа, при необходимости обращение к психологу, психиатру

Проблема многоуровневая и очень сложная и решить ее можно только комплексно.

Следовательно, профилактика употребления наркотиков среди подростков - достаточно непростой в психологическом, правовом и организационном отношении процесс. Ее необходимо строить не только на основе воспитательного процесса, психотерапевтического или медицинского вмешательства. При ее организационном построении важно помнить о законодательной и правовой регламентации антинаркотической деятельности. Здесь следует использовать положения административного, уголовного и иного законодательства Российской Федерации, а также нормы международного права и рекомендации мирового сообщества.

Нам бы хотелось обратить внимание педагогов на то, что вся профилактическая работа с детьми должна быть тщательно продуманной, осторожной, максимально тактичной.

Для более успешной работы с несовершеннолетним потребителем наркотиков, как правило, целесообразно связаться с его родителями, указав

им на желательность консультации с наркологом (можно в таких случаях воспользоваться и анонимной помощью на дому или в стационаре). Следует учитывать, что необоснованные или нетактичные утверждения педагога о немедицинском употреблении наркотиков подростком могут стать поводом к конфликту между учебным заведением и семьей этого подростка, вплоть до судебного разбирательства. Кроме того, такие утверждения могут оказаться и серьезным психотравмирующим фактором, привести к нервному срыву у учащегося.

Информация о наркотиках и наркопреступности, поданная без учета подростковой психологии, может возбудить нездоровый интерес у слушателей и даже побудить их к употреблению наркотических средств.

Таким образом, антинаркотическая профилактическая работа в подростковой среде требует от педагога ответственного, вдумчивого и профессионального подхода, наличия определенных познаний и их постоянного расширения, чему в определенной степени и призвана помочь данная работа. Особо следует подчеркнуть едущую роль на усиление антинаркотической пропаганды на уровне семьи. Именно вооружение знаниями об особенностях наркомании родителей является наиболее действенным средством на сегодняшний день в борьбе с этим страшным явлением в нашем обществе.

## **ОПЫТ РАЗРАБОТКИ СИСТЕМЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО ОТБОРА ДЛЯ КАНДИДАТОВ КИРГИЗСКОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**Э. Ж. Шабданбеков**

По результатам нашего исследования существующая система профессионального психофизиологического отбора (ППО) кандидатов для обучения в ВВУЗах Министерства обороны Киргизской Республики и Российской Федерации, нуждается в доработке и совершенствовании. В ней, на данный момент, для оценки уровня общего интеллектуального развития (ОИР) используются батарея МИОМ (методика исследования особенностей мышления) и матрицы Равена, для оценки нервно - психической устойчивости (НПУ) - проективные методики (тесты “несуществующее животное”, “дом-дерево - человек” и другие). Применение проективных методик при обследовании больших контингентов вызывает существенные организационные трудности, а заключение о профессиональной пригодности содержит определенную долю субъективной оценки при их интерпретации. Данное положение отрицательно сказывается на качестве прогноза успешности подготовки будущих офицеров Киргизской Республики. Кроме того, до настоящего времени эффективность существующей системы профессионального психологического отбора не оценивалась, указанные

выше особенности ППО не учитывались, применяемые тесты в новых условиях не адаптировались и не нормировались.

При отборе кандидатов для обучения в ВВУЗах Российской Федерации из числа коренного населения республики дополнительно следует учитывать степень владения русским языком достаточную для качественного обучения в ВВУЗах РФ. Поэтому, для кандидатов в военно-учебные заведения Российской Федерации также целесообразно введение в систему тестов, оценивающих базовую подготовку заданий по русскому языку.

Таким образом, в настоящее время актуальными являются научные исследования с целью создания комплексной системы профессионального психологического отбора в ВВУЗы для кандидатов Киргизской Республики.

Предлагаемая система разрабатывалась в период с 2001 г. по 2003 г., на основе комплексного психофизиологического обследования, изучения психологических и психофизиологических характеристик, адаптационных способностей и успешности обучения курсантов Киргизской Республики, обучающихся в ВВУЗах Санкт-Петербурга. В обследовании приняли участие 80 курсантов 1-6 курсов в возрасте 17-26 лет. Комплексное психофизиологическое обследование включало батарею тестов "КР-3 -85", разработанную в НИЛ-7 А.Г. Маклаковым, позволяющую оценить познавательные психические процессы; личностный многофакторный опросник Кеттелла (форма С); многоуровневый личностный опросник "Адаптивность" (МЛО); методику исследования уровня субъективного локуса контроля Дж. Роттера (УСК) и анкету оценки склонности к делинквентному и аддиктивному поведению (ДАП). В качестве внешнего критерия были использованы текущая и итоговая успеваемость, экспертная оценка курсантов командирами подразделений, общая заболеваемость и дни трудопотерь.

На основании полученных данных были разработаны методические рекомендации, которые определяют основные задачи организацию и порядок проведения мероприятий профессионального психофизиологического отбора для кандидатов Киргизской Республики, поступающих в военно-учебные заведения Киргизской Республики и Российской Федерации, а также обязанности должностных лиц по практическому осуществлению мероприятий ППО.

Разработанные рекомендации по проведению мероприятий ППО включают: научно-методическое обоснование, организационно-штатную структуру, методический аппарат с описанием критериев профессиональной пригодности.

Предлагаемая система профессионального психофизиологического отбора позволит: осуществить отсев кандидатов непригодных для обучения, улучшить качество подготовки в процессе обучения, сохранить профессиональное здоровье и снизить затраты на подготовку будущих квалифицированных военных специалистов.

## СОЦИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА:

---

### КОНТЕНТ-АНАЛИЗ ПУБЛИКАЦИЙ О ХОККЕЕ И ХОККЕЙНОМ КЛУБЕ «СКА САНКТ-ПЕТЕРБУРГ» В СЕЗОНЕ 2002 – 2003 (АВГУСТ – ЯНВАРЬ)

**Б.Н. Винокуров**

**С.В. Менькова**, доктор педагогических наук, профессор

Контент-анализ (англ. content analysis - анализ содержания) - это многоцелевой метод для изучения широкого спектра проблем, в котором содержание коммуникации служит основой для выводов с соблюдением принципов объективности, систематичности и обобщенности.

Контент-анализ - метод сбора качественных и количественных данных об изучаемом явлении или процессе, содержащихся в документах. Качественный контент-анализ основывается на присутствии или отсутствии определенной характеристики содержания, а количественный – на частоте появления ее в тексте. Наибольшее число определений контент-анализа сводится лишь к его количественной составляющей. Документами, в соответствии с намеченной исследовательской программой, целями и задачами исследования, в нашем изыскании предстали газетные статьи следующих изданий «Смена», «Спорт Уик-Энд», «Советский спорт», «Невское время», «Спорт-экспресс», «Спортивная», «Ведомости», «Курьер».

Следует обратить внимание на то, что когда говорят о контент-анализе текстов, то главный интерес всегда заключается не в самих характеристиках содержания, а во внеязыковой реальности, которая за ними стоит - личных характеристиках автора текста, преследуемых им целях, характеристиках адресата текста, различных событиях общественной жизни и пр. Нам необходимо выявить такие количественные показатели (единицы анализа), как число публикаций о хоккее и хоккейном клубе «СКА СПб» в средствах массовой информации по месяцам, по изданиям, по авторам, по которым мы сможем судить о той самой внеязыковой реальности.

Всего нами обработаны 92 статьи с августа 2002 года по январь 2003 года. Наибольшее количество информации опубликовано в газете «Спорт-экспресс» - 35 статей, далее (по убывающей) следуют «Советский спорт» - 19, «Невское время» - 16, «Спорт Уик-Энд» - 12, «Смена» - 5, «Ведомости» - 2, «Курьер» - 1, «Спортивная» - 2. Особенно удивила последняя цифра, которая никак не увязывается с названием газеты.

Особый интерес проявляют к исследуемой нами теме следующие авторы: К. Малинин («Смена»), А. Галунов («Спорт Уик-Энд»), С. Циммерман и В. Рауш («Советский спорт»), Д. Прокофьев и Д. Костин («Невское время»), А. Кузьмин и М. Лебедев («Спорт-экспресс»), В. Михайлов («Ведомости»), Г. Осинский («Спортивная»).

Аналитические исследования средств массовой информации предполагают проведение статистического и качественного анализа информации за определенный период времени. Нами составлен полный статистический отчет упоминаний в СМИ интересующей темы с отражением характера упоминаний (положительные, нейтральные или негативные отзывы). На основе этих данных выявляются тенденции, разрабатываются рекомендации по ответной реакции в СМИ и улучшению "имиджевой" ситуации. Лучшей рекомендацией служили бы победные очки нашей команды и позитивная информация, исходящая от СМИ, работающая на формирование положительного имиджа «СКА СПб». Не будем заострять внимание на характере опубликованной информации различных авторов, но нельзя не сказать о том, что негативная информация по контексту, содержащая некую издевку, насмешку, наносит только вред. Нейтральная информация не имеет оценочных суждений, а лишь констатирует факты, такие публикации нередки в нашей прессе.

Количественные характеристики публикаций по месяцам ставят немало вопросов перед нами: август – 1, сентябрь – 3, октябрь – 15, ноябрь – 25, декабрь – 10, январь – 39. Если сопоставить эту статистику с названиями статей, то, очевидно, что количество публикаций увеличивалось вместе с успехами команды. При неудачах и промахах некоторые издания просто молчали. Много внимания корреспонденты уделили «Четвертому пришествию Михайлова в СКА» (так назвал свою статью А. Кузьмин, «Спорт-экспресс»), неоднозначно истолковав решение Совета директоров СКА (С. Вайханский, «Против лома интеллект бессилён», «Невское время»). Традиционно декабрьские публикации подводят итоги уходящего года и строят прогнозы на год грядущий. Этой традиции не изменил Г. Осинский («Спортивная»).

В методическом аспекте контент-анализ мы применили в качестве параллельного метода в комплексе с другими, используемыми в нашем исследовании, так как особым достоинством контент-анализа является то, что он нередко позволяет выявить и объективизировать скрытую тенденцию в различных видах информации, характеризующих объект исследования, относительно точно регистрировать внешне неразличимые показатели в объемных массивах эмпирических данных.

В целом можно считать, что проведенное исследование средств массовой информации методом контент-анализа с целью создания совершенной

системы управления хоккейным клубом, позволит нам достичь и ожидаемых спортивных результатов. Данная проблема останется в центре дальнейших наших исследований. **Количество публикаций о хоккее и ХК СКА СПб**

в сезоне 2002 – 2003 (август – январь)

Месяц, год	Издание	Автор	Название статьи	Кол-во публикаций автора
1	2	3	4	5
Август 2002	«Смена»	Б. Ходорковский	С. Наумов: мою маску разукрасили орлом	1
Всего публикаций в месяц				1
Сентябрь	«Спорт Уик-Энд»		Дефицит веса может стать для армейцев фатальным	1
«Советский спорт»		В. Рауш	СКА объехали на одном коньке	1
		С. Циммерман	Медведев разоружил армию	1
Всего публикаций в месяц				3
Октябрь «Невское время» «Спорт Уик-Энд»	Д. Костин		В гостях лучше, чем дома	1
	А. Галунов		Алексей Кознев: тренеры приходят и уходят, задача по выходу в плей-офф остается	2
			Николай Пучков: я привык к ударам судьбы	
			Бились до конца, не хватило везения	1
«Советский спорт»		В. Поляк	Один Иванников – не воин в битве с чемпионом	1
«Спорт-экспресс»		А. Кузьмин	Четвертое пришествие Михайлова в СКА	6
			Тихонов увеличивает свое преимущество перед Михайловым	
			«СКА – Амур»	
			«СКА – Лада»	
			В дозаявку СКА войдут 6 хоккеистов	
			СКА – Салават Юлаев	
		М. Лебедев	Михайлова пока не обыграть	1
		В. Юрин	Крылья Советов - СКА	1
		И. Павлова	Локомотив - СКА	1
		П. Зайцев	Металлург - СКА	1
Всего публикаций в месяц				15
Ноябрь	«Смена»	К. Малинин	СКА радуется мазохистов	1

«Невское время»		Д. Прокофьев	Ледовое побоище очков не прибавило	4
			У Б. Михайлова новая команда	
			Сухой дубль С. Наумова	
			«Крылья» так и не взлетели	
		С. Вайханский	Против лома интеллект бессилён	1
		Д. Костин	Реванш не удался	1
«Спорт Уик-Энд»		А. Галунов	Б. Михайлов: я буду играть так, как нужно, чтобы выправить положение	3
			Лед тронулся	
			Из Хабаровска с победой, из столицы – на щите	
			Надежда одна – на дозаявки	1
			СКА пошел в гору	1
«Советский спорт»		С. Циммерман	Галушкин сделал «Магнитку» ручной, а СКА домашним	2
			Тютин уже не лимита	
		В. Рауш	Михайлов после паузы заработал на сто процентов	1
	Г. Набатов	Команду Михайлова обворовали	1	
«Спорт-экспресс»		О. Власов	Салават Юлаев - СКА	1
		А. Кузьмин	СКА - Metallurg	4
			СКА - Мечел	
			СКА отправил в зону вылета «Крылья Советов»	
			«Локомотив» встал	
		О. Наговицын	Третью победу подряд СКА одержал без Михайлова	1
		А. Лапутин	Тихонов и Михайлов остались довольны друг другом	1
Б. Михайлов: «Может, нам сразу и чемпионат выиграть?!»	1			
	С. Гаврилов	АК БАРС - СКА	1	
Всего публикаций в месяц				25
Декабрь	«Невское время»	М. Григорьев	Важно брать свои очки	1
«Советский спорт»		И. Рамазанов	Нулевой вояж СКА	1
		В. Рауш	Башкатов помянул Боброва голом в его стиле	1
		Д. Нестеров	Гол фантом	1
		С. Галайдо	СКА сыграл на «2»	1
«Спорт-экспресс»		Р. Рамазанов	Нефтехимик - СКА	1

		А. Кузьмин	В Питере на трибунах 7 тысяч зрителей	1	
		М. Лебедев	Это уже другой чемпионат	1	
		А. Алексеев	Авангард - СКА	1	
	«Спортив-ная»	Г. Осинский	В суперлиге - перерыв	1	
		Всего публикаций в месяц		10	
Январь 2003	«Спортив-ная»	Г. Осинский	Встретили год хорошо.	1	
	«Ведомости»	В. Михайлов	На мажорной ноте	2	
			Осечка в Тольятти		
	«Курьер»	М. Усов	По тонкому льду	1	
	«Смена»	Д. Орловский	Операция «Мих-Мих»	1	
		К. Малинин	СКА пошел по кругу. По третьему. Команда Михайлова ни за что не вылетит.	2	
			Армейцы показали настоящее лицо.		
	«Невское время»	Д. Прокофьев	Ничья, устроившая всех	4	
				Есть рекорд!	
				М. Сушинский огорчил земляков	
			Опять чего-то не хватило		
		Д. Костин	Волжский барьер	3	
				Развязка на последней минуте	
		Армейцы попали под чехов			
	«Спорт Уик-Энд»	А. Галунов	Хоккей в полдень полвека назад	1	
				Заплачут ли горячими слезами УФА и «Магнитка»	1
				Без Алексушина, зато с Харламовым	1
			СКА спас безнадежный матч. Почти спас...	1	
	«Советский спорт»	С. Циммерман	Бердникову испортили день рождения	5	
				Издевался ли судья над Постниковым?	
				Питерцы ставят новый рекорд	
				При счете 4:4 Михайлов простился с победой	
				Армейцам помогли выиграть футболисты «Зенита»	
			С. Волков	Авто для героев Галифакса	1
			Р. Кулеев	Варламов – новый джокер Плющева	1
			В. Поляк	Голевой дождь защитников на берегах Волги	1

«Спорт-экспресс»	А. Кузьмин	В. Вуйтек – младший: «Отец сказал, что «Северсталь» претендует на чемпионство»	4
		СКА – МОЛОТ-ПРИКАМЬЕ	
		В. Вуйтек в России: 6 игр, 4 гола, 8 передач	
		СКА – Крылья Советов	
		8 тысяч зрителей в Питере! Такого не было даже в союзные времена	1
		Без названия	1
	И. Черноиваненко	Чемпионам мира – по «Десятке» с литерой «Г»	1
С. Гаврилов	Михайлову не хватило 14 секунд	1	
В. Шереметьев	Интрига умирает последней	2	
	Дальше отступать некуда		
М. Лебедев	Бюджет клубов суперлиги – 5 млн. евро. Вместимость дворцов – 5,5 тысяч	1	
И. Варюхина	Герои И. Варюхиной. Б. Михайлов	1	
Всего публикаций в месяц		38	
Итого статей		92	

Количество публикаций отдельных авторов и изданий по теме:

<p><b>«Советский спорт» - 19</b>  В. Рауш – 3  С. Циммерман – 8  В. Поляк – 2  Г. Набатов – 1  И. Рамазанов – 1  Д. Нестеров – 1  С. Галайло – 1  С. Волков – 1  Р. Кулеев – 1</p> <p><b>«Спорт Уик –Энд» - 12</b>  А. Галунов – 6</p> <p><b>«Ведомости» - 2</b>  В. Михайлов – 2</p>	<p><b>«Невское время» - 16</b>  Д. Костин – 5  Д. Прокофьев – 8  С. Вайханский – 2  М. Григорьев – 1</p> <p><b>«Смена» - 5</b>  Б. Ходорковский – 1  К. Калинин – 3  Д. Орловский – 1</p> <p><b>«Спортивная» - 2</b>  Г. Осинский – 2</p> <p><b>«Курьер» - 1</b>  М. Усов - 1</p>	<p><b>«Спорт – экспресс» - 35</b>  Д. Рамазанов – 1  А. Кузьмин – 15  М. Лебедев – 3  В. Юрин – 1  И. Павлова – 1  П. Зайцев – 1  О. Власов – 1  А. Лапутин – 1  С. Гаврилов – 2  А. Алексеев – 1  И. Черноиваненко – 1  В. Шереметьев – 2  И. Варюхина – 1</p>
Всего публикаций – 92		

## **ОБОСНОВАНИЕ ПУТЕЙ И СОДЕРЖАНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ИНТЕРЕСА К НОВОМУ ОЛИМПИЙСКОМУ ВИДУ СПОРТА**

**К.Ю. Задворнов**, кандидат педагогических наук, профессор  
**К.А. Кожемякин**

В качестве теоретического обоснования для определения путей и содержания деятельности по формированию интереса к овладению новым олимпийским игровым видом спорта были использованы теоретические положения о том, что процесс деятельности человека в сфере физической культуры и спорта представляет собой процесс овладения ценностным потенциалом физической культуры и спорта, процесс формирования определенных ценностных отношений (Пономарев Н.И., 1974, 1984; Кутепов М.Е., 1977; Бальсевич В.К., Лубышева Л.И., 1995; Виленский М.Я., 1996; Лубышева Л.И., 1997; Самусенков О.И., 2000 и др.). Основываясь на данных положениях, было определено, что формирование интереса к новому виду спорта можно рассматривать как формирование интереса к определенным ценностям, специфичных для данного вида спорта, как формирование интереса к овладению ценностным потенциалом данного вида спорта.

В качестве объекта исследования был принят керлинг – новый олимпийский вид спорта, дебют которого состоялся на Зимней Олимпиаде-1998 в г. Нагано. Результаты опроса специалистов керлинга подтвердил положение о том, что в качестве целевой установки при формировании интереса к овладению новым олимпийским игровым видом спорта у разных групп занимающихся целесообразно рассматривать установку на формирование интереса к овладению ценностным потенциалом нового вида спорта.

Теоретической предпосылкой для обоснования содержания деятельности по формированию интереса к овладению новым олимпийским игровым видом спорта (керлингом) явилось также положение М.Я. Виленского (1996), согласно которому в физкультурно-спортивной деятельности можно выделить несколько групп ценностей, а именно:

- «ценности-цели» - индивидуальные цели включения в систематическую физкультурно-спортивную деятельность;

- «ценности-средства» - отношение субъектов деятельности к способам достижения ценностей-целей;

- «ценности-знания» - определяют систему теоретико-методологических, научно-практических (философских, психолого-педагогических, медико-биологических, исторических) и специальных знаний в сфере физкультурно-спортивной деятельности;

- «ценности-качества» – отношения субъектов деятельности к развитию и коррекции качеств и свойств личности (уровня подготовленности), обеспечивающих самореализацию в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферах при выполнении физкультурно-спортивной деятельности;

- «ценности-отношения» - отношение субъектов деятельности к самим себе и социальной среде, в которой осуществляется деятельность.

В качестве экспериментального обоснования путей и содержания формирования интереса были использованы результаты специально проведенного исследования приоритетной направленности проявления интереса к овладению керлингом у разных групп занимающихся. Согласно результатам данных исследований, приоритетной направленностью проявления интереса к овладению данным новым видом спорта у разных групп занимающихся может являться:

- рекреационно-оздоровительная направленность – с целевой установкой на укрепление здоровья и расширения возможностей для активного отдыха посредством овладения новым видом физкультурно-спортивной деятельности;

- рекреационно-спортивная направленность – с целевой установкой на включение в систематическую физкультурно-спортивную деятельность посредством участия в соревновательной деятельности в сфере любительского спорта;

- профессионально-спортивная направленность – с целевой установкой на овладение умениями и навыками профессионально-спортивной деятельности (организационной, тренерско-методической, судейской) в сфере нового вида спорта;

- спортивная направленность – с целевой установкой на достижение высшего спортивного мастерства и выступления в соревнованиях высшего уровня.

В соответствии с выявленной приоритетной направленностью проявления интереса к овладению керлингом, представляется возможным определить следующие группы занимающихся данным видом спорта:

- группа с рекреационно-оздоровительной направленностью овладения новым видом спорта;
- группа с рекреационно-спортивной направленностью овладения новым видом спорта;
- группа с профессионально-спортивной направленностью овладения новым видом спорта;
- группа со спортивной направленностью овладения новым видом спорта.

Результаты проведенных исследований свидетельствуют, что компонентами ценностного потенциала керлинга, как нового олимпийского игрового вида спорта, являются физкультурно-оздоровительный, спортивно-развлекательный, спортивно-профессиональный, познавательный (интеллектуальный), эмоциональный и социально-статусный компоненты.

В целом, проведенные теоретические и практические исследования позволили определить, что в качестве целевой установки при формировании интереса к овладению новым олимпийским игровым видом спорта у разных групп занимающихся целесообразно рассматривать установку на формирование интереса к овладению ценностным потенциалом вида спорта. В соответствии с этим, в качестве путей формирования данного интереса у занимающихся целесообразно рассматривать следующие:

- формирование интереса к физкультурно-оздоровительному компоненту ценностного потенциала нового вида спорта;
- формирование интереса к спортивно-развлекательному компоненту ценностного потенциала нового вида спорта;
- формирование интереса к спортивно-профессиональному компоненту ценностного потенциала нового вида спорта;
- формирование интереса к познавательному (интеллектуальному) компоненту ценностного потенциала нового вида спорта;
- формирование интереса к эмоциональному компоненту ценностного потенциала нового вида спорта;
- формирование интереса к социально-статусному компоненту ценностного потенциала нового вида спорта.

В соответствии с указанными путями в процессе педагогического эксперимента была разработана и экспериментально апробирована программа деятельности по формированию интереса к овладению новым олимпийским игровым видом спорта (керлингом) для разных групп занимающихся.

Содержание данной деятельности строилось с учетом особенностей проявления интереса к овладению новым видом спорта у разных групп занимающихся, а также с учетом индивидуальных особенностей последних. В содержании данной деятельности предусматривалось формирование интереса к составляющим ценностного потенциала нового вида спорта, а

именно: формирование интереса к ценностям-целям, ценностям-знаниям, ценностям-качествам, ценностям-отношениям, ценностям-средствам.

Результаты проведенного педагогического эксперимента позволяют сделать заключение о том, что применение разработанной программы позволяет эффективно формировать интерес к овладению новым олимпийским игровым видом спорта у разных групп занимающихся, способствовать реализации различных составляющих данного интереса, а также обеспечивать высокую степень соответствия организационно-методического содержания занятий особенностям интереса и подготовленности занимающихся.

---

## ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ К ИЗУЧЕНИЮ МОДЕЛИ ЖИЗНИ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ ЭЛИТЫ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

**Н.Г. Закревская**, член БПА, кандидат педагогических наук

В современном обществе мы часто сравниваем себя с другими. Особенно тщательно мы подходим к анализу другого образа жизни. Качественные исследования по данному вопросу делают упор на процессы государственного социального обеспечения, опираются на понятие *повседневной жизни*.

Из многовековой истории общества мы извлекли главное – повседневная жизнь у всех нас разная, тесно связанная с социальным положением. Такие понятия, как качество, стиль, образ, престиж, имидж, определяют модель жизни.

Интеллектуальная элита уже по своему назначению претендует на определенный и исключительный образ жизни. В своем исследовании мы придерживаемся позитивных характеристик данной социальной группы, поэтому, разрабатывая модель жизни индивида на высшей ступени в интеллектуальной сфере, упор делается на положительные признаки, способствующие достижению высокого статуса ученых.

В исследованиях проблем социокультурного проектирования качественный подход учитывает разнообразие факторов и взаимных отношений. Однако остается одна центральная проблема: каким образом *повседневная жизнь* индивида соотносится с социальными движениями, такими различными и часто по сути своей несовместимыми. Если предположить, что культура и модели жизни фундаментально однородны, хотя и поверхностно дифференцированы, тогда эти различные политические битвы, которые разделяют людей, должны выглядеть парадоксом.

Внутри представлений, связанных с понятием социального моделирования, кажется, может быть только два возможных решения этого пара-

докса: либо различия среди индивидов являются поверхностным явлением, которое не стоит учитывать в теории, либо образ жизни людей включает в себя *субкультуры* или *страты*, которые и вызывают эти различия, впрочем, не влияющие фундаментально на основы однородности общества.

По нашему мнению, чтобы дифференциация населения на подгруппы была не произвольной, а необходимой и последовательной, она должна быть основана на различии образов жизни – моделей жизни – которые сами по себе являются необходимыми (дополнительными) составляющими социальной структуры как единого целого. Если социальная структура как целое предполагает фундаментально различные формы практики и идеологии, значит, существует возможность создания понятий нескольких определенных моделей жизни, которые являются базисом для своих практик и идеологий, и которые предъявляют свои собственные определенные требования к социальным институтам и социальной организации в целом. А если эти модели жизни созданы таким образом, что обнаруживается их взаимозависимость с определенными структурными чертами общества, мы можем сказать, что они определяют необходимые предпосылки их собственного существования и развития.

По мнению теоретиков в области социологии, понятие социальной формации является теоретическим понятием, представляющим социальную общность. Оно состоит из структурного комплекса всех условий, определяющих возможность данного способа существования. Этот способ имеет особую важность для анализа форм практики, относящейся к нескольким социальным классам, и является базисом, на котором и должно быть построено понятие модели жизни.

Фундаментальное требование, которое предъявляется к социальной теории, заключается в том, чтобы она объясняла процесс социальных изменений. В то же время, справедливость концепции, объясняющей какую-либо общественную формацию, оценивает ее как способность отражать *структурную историю* процесса изменений, происходящих в обществе.

Анализируя модели жизни, следует учесть заранее, что изменение моделей жизни определяется не только разницей в практике и идеологии различных классов внутри одного вида деятельности, но также и радикальными различиями самих видов деятельности.

Концепция общества может быть построена на основе комплекса его жизненных моделей, каждая из которых несет в себе свою особую идеологию и является результатом образа жизни данного класса.

Поскольку модели жизни определяются теми способами существования, предпосылки существования которых прослеживаются на всех уровнях общественной формации, можно предположить, что аспекты современного общества характеризуются глубокими культурными различиями.

Изучение видов деятельности, их предпосылок и взаимодействий в первую очередь направлено на то, чтобы объяснить, как и почему группы,

занимающие различное общественное положение, представляют себе свое место в обществе. Такой анализ необходим, например, для того, чтобы показать, почему то, что мы обычно называем периферийными профессиями, маргинальными группами или просто отклонениями от нормы, на самом деле не являются пережитками прежних эпох. Напротив, они являются формами, условия существования которых не искореняются в процессе развития, а постоянно воспроизводятся.

Изучение качества жизни, стиля жизни позволяет исследовать модель жизни, то есть проанализировать идеологические представления и повседневную практику различных социальных групп.

Развивая модели жизни в увязке с их структурными предпосылками, можно распознать *условия их существования*. Различные группы населения должны осознавать эти условия как важнейшие, за которые необходимо бороться. Необходимо согласиться, что не существуют универсальные *человеческие потребности* и ценности, на основе которых и должна осуществляться политика социального обеспечения и проводиться планирование – и то, и другое ко всеобщей радости. Наоборот, необходимо проанализировать специфические требования каждой модели жизни и тот особый характер, который приобретают модели жизни в результате данных внешних условий.

Для того, чтобы можно было проанализировать модель жизни какого-либо слоя и соответствующий ей образ в понятии способа производства, необходимо иметь возможность интерпретировать это понятие в терминах практик деятельностных единиц. По мнению социологов, в этих практиках единицы деятельности, например, различные университеты, приобретают свои условия существования с помощью *предоставления* определенных услуг или выполнения определенных условий, которые дают им право получить что-либо или позволяют обеспечить собственные условия существования. В нашем исследовании мы анализируем практические модели элиты в различных сообществах научной сферы: от общественных организаций до государственных структур. Это и есть понятие практики в его прямом смысле, поскольку деятельность научного сообщества в данном случае ориентирована на определенную цель (с ее собственной точки зрения) таким образом, что условия, которые делают достижимым ее способ существования, выступают как средства, служащие достижению этой цели. Эта возможность интерпретации социальной формации как системы форм практик предполагает то, что социальная структура не может быть по своей природе *механической*, то есть единицы деятельности не просто постоянно и механически производят услуги, но делают это только в той степени, которая необходима для обеспечения их условий существования.

В связи с этими установками нами предлагается свое видение теоретического изучения жизни интеллектуальной элиты научного сообщества в сфере физической культуры (см. рис. 1). Основные шесть блоков, заключающие в себе те составляющие, которые раскрывают модель жизни дан-

ной социальной группы, рассматриваются нами с учетом всех социокультурных условий существования в социуме.

В свете контраста с рутинной работой, работа человека, ориентированного на научную карьеру, видится ему как деятельность, которой он может посвятить себя, а заодно развить свои таланты и повысить квалификацию. Он зависит от своих способностей и от тех, кто стоит над ним. Иерархическая организация науки – это не оковы, а взаимные отношения, которые позволяют ему лидировать и руководить. Продвижение вверх по иерархической лестнице дает ему возможность делегировать часть своих второстепенных полномочий нижестоящим, а самому сосредоточить в собственных руках функции управления, в которых его квалификация может быть использована. Он стремится добраться до самой вершины иерархии.

Идея иерархии или последовательности служебных положений, расположенных в порядке желательности, важна для будущей научной работы в модели жизни. Ориентация на карьеру или, в более общем виде, ориентация на успех носителей этой модели жизни является другим выражением этой же идеи, согласно которой профессионал, делающий научную карьеру, желает быть отмеченным как уникальный и незаменимый работник.

Работа дает возможность руководить и развивать квалификацию. Способность человека, ориентированного на карьеру, к соперничеству, направленному на продвижение по службе, зависит от того, до какой степени он может отдалиться работе. Он желает стать незаменимым для сообщества, и эта незаменимость зиждется на его способности принимать такие решения, которые дают его группе преимущества в конкурентной борьбе. Эта способность должна постоянно воспроизводиться и реализовываться, следовательно, его профессиональная квалификация должна постоянно совершенствоваться. Если он не сумеет посвятить работе всего себя и постоянно повышать свою профессиональную квалификацию, его обойдут те, кто сумеет.

Необходимость быть признанным в своей стране в качестве члена определяет требования. Существуют специфические требования к одежде, а также к умению принимать коллег в своем доме. Человек, делающий карьеру в науке, должен принимать определенное участие в общественной жизни сообщества, быть членом различных общественных организаций, участвовать в совместных мероприятиях, подходящих для его положения, быть в курсе культурных событий, то есть производить презентабельное и респектабельное впечатление. Для увеличения вероятности продвижения по службе очень важна помощь в решении некоторых из этих задач. Например, для поддержки члена семьи, делающего карьеру, сама семья должна быть презентабельной, то есть она должна соответствовать семьям его коллег. Это отражается на домашней обстановке, поведении, интересах, стиле жизни, вкусах, доме, еде, одежде, мебели, круге общения. В свою очередь, все это должно диктовать требования к доходу, что приводит к установлению двусторонних отношений между средствами и целью,

но что не всегда соответствует действительности. Это значит, что занятия в свободное время, такие, как приглашение домой коллег, занятия модными видами спорта, встречи на концертах часто служат цели поддержки работы.

Для ориентированных на успех время дорого. Оно никогда не тратится ни на что. Все нужно заранее хорошо спланировать. Феномен соревнования статусов и необходимость не отстать от соседей непосредственно относятся к этой модели жизни. Люди, успешно сделавшие карьеру, должны себе выбрать особенное жилье и особые интересы в свободное время, что само по себе может быть предпосылкой успешного продолжения карьеры.

Проанализировав весь исследовательский материал по проблеме, можно сделать вывод, что модель жизни интеллектуальной элиты научного сообщества имеет свою собственную: ментальность; систему знаний; мировоззрение; собственные представления, что правильно и неправильно; собственную мораль, законы, нормы поведения; формы социальных отношений; собственные организации и, наконец, даже собственный тип личности с особым менталитетом и поведением. Об этом говорил еще П. Сорокин в своем исследовании «Социальная и культурная динамика» в 1937 году. Однако, для осуществления этих целей необходимо уметь не только социологически мыслить, но представлять ход общественного развития. Тот же Сорокин охарактеризовал развал цивилизации изнутри как:

- недостаток творческой мощи у меньшинства;
- ответного ослабления подражательного инстинкта у части большинства (которая отказывается слепо копировать элиту);
- и вытекающего отсюда ослабления и утраты социального единства в обществе в целом.

В. Парето говорил о том, что в нашей жизни важную роль играют «остатки». Наиболее важные из них – «хитрость и сила»; по отношению к людям это – либо инноваторы, либо консерваторы. Очевидно, что образ жизни этих типов различен. В нашем исследовании, говоря о подготовке интеллектуальной элиты, мы «идеализируем» тип инноваторов, которые способны к прогрессу.

В современной трудной ситуации в системы высшего образования, когда во многом нарушена преемственность в Научных Школах и академической среде, вопрос воспроизводства интеллектуальной элиты становится остросоциальным.

## **ПРОБЛЕМА ЗДОРОВЬЯ И ПОБУЖДЕНИЯ ЖЕНЩИН К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ)**

**Г.М. Лаврухина**, кандидат педагогических наук

Человек – высшее материальное и духовное проявление природы, и оценка состояния его здоровья – это крайне сложная задача, как в теоретическом, так и в практическом аспекте.

В современной России все более широкий общественный резонанс получает зародившееся в среде ученых и практиков понимание того, что среди ряда проблем, - решение которых не должно зависеть от общественно-политических коллизий, центральное место занимает проблема здоровья женщин, без решения которой у страны нет будущего (Спирин В.К., 2000).

Здоровье, бодрость, долголетие – извечная мечта человечества (Граевская Н.Д., 1979). Спор и дискуссии о том, что такое здоровье, длится уже не одно столетие. И хотя это понятие сформулировано Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ), ученые многих стран продолжают высказывать разные точки зрения. По мнению В.П. Казначеева (1983), здоровье человека – динамическое состояние (процесс) сохранения и развития биологических, физиологических и психических функций, оптимальной трудоспособности и социальной активности при максимальной продолжительности жизни. Всемирная организация здравоохранения рассматривает здоровье как состояние полного физического, психического и социального благополучия. Известный финский ученый М. Карвонен (1983) указывает, что понятие здоровья должно включать в себя не только моментальное состояние функций организма, но и их потенциальные возможности, резерв, который определяет направление изменений в состоянии здоровья. Тем самым здоровье характеризуется не только с качественной стороны, но и с количественной. Необходимость количественной оценки подчеркивает и академик Н.М. Амосов (1981), который определяет здоровье как сумму «резервных мощностей», функциональных систем и органов. Такое понимание допускает тесную связь между здоровьем и способностью организма противостоять воздействию неблагоприятных факторов.

Резервные возможности меняются в течение жизни. Их увеличение или уменьшение связано не только с возрастными особенностями, но во многом определяется образом жизни. Конечно, здоровый образ жизни – это субъективный фактор. Но на него воздействуют вполне объективные причины: уровень жизни населения (материальное положение, обеспеченность жильем и т. д.), наличие доброкачественного питания, чистота окружающей среды.

Постоянная тренировка функций, позволяет наращивать «резервные мощности», создает условия для укрепления здоровья. Отсутствие тренировки, непременно ведет к снижению «резервных мощностей» организма, «количественного» уровня здоровья.

Здоровье во многом определено генетически, но зависит также и от условий, в которых человек живет и работает (Виру А.А., Юримьяэ Т.А., Смирнова Т.А., 1988).

По мнению специалистов, состояние здоровья населения в той или иной стране на 15-20% зависит от генетических факторов, на 50-55% - от социальных условий и образа жизни, на 20-25% - от степени загрязнения окружающей среды, т. е. среды обитания. На 10-15% - от состояния и уровня здравоохранения в стране (Виноградов П.А., Душанин А.П., Жолдак В.И., 1996). Как видно, среди этих так называемых уровней обусловленности здоровья большое место занимают социальные условия и здоровый образ жизни (Панков В.А., 2000).

Материнство – самая высокая функция женщины, неотъемлемый фактор процветания нации (Истягина-Елисеева Е.А., 2000). Здоровая женщина – здоровые дети, то есть от состояния здоровья женщин, зависит будущее здоровье детей и любой нации.

Ряд авторов (Евсеев С.П., Колодий О.В., Костюченко В.Ф., 1996; Михалев В.И. и др., 1997) поднимают вопрос о нацеливании специалистов на оздоровление нации, так как здоровье – состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

По определению ВОЗ, понятие «здоровье», означает отсутствие болезней в сочетании с состоянием полного физического, психического и социального благополучия. Здоровье человека – это процесс сохранения и развития его психических и физиологических функций, оптимальной работоспособности и социальной активности при максимальной продолжительности жизни (В.П. Казначеев, 1975). Такой подход к пониманию здоровья предполагает тесную взаимосвязь здоровья с резервными возможностями организма. Так как функциональные возможности организма и его устойчивость к неблагоприятным факторам внешней среды в течение жизни существенно изменяются, можно говорить о состоянии здоровья как о динамичном процессе, который может ухудшаться или улучшаться, т. е. об ослаблении или укреплении здоровья (Виру А.А., 1984).

Деятельность женщины по укреплению здоровья и сохранению физической формы и имиджа имеет не только личностный характер, но и социальный, поскольку общество заинтересовано и в рождении здоровых детей, и в хорошем психическом и физическом самочувствии.

Во "взрослой" жизни перед женщиной стоит трудная задача освоения важнейших социальных ролей – семейных, трудовых, гражданских. В этих условиях одним из основных мотивов россиянок является желание сохранить и укрепить свое здоровье, физические и психические силы, сформировать определенный имидж. По данным исследования Н.А. Анашкиной (1996), большинство российских женщин по разным причинам пассивны в укреплении своего здоровья, хотя 71% из них нуждается в активной релаксации и рекреации.

Правительства многих государств мира понимают, что они пока не создали в своих странах оптимальных социальных условий, которые способствовали бы здоровому образу жизни населения. Поэтому они стараются

ся использовать все возможности и средства для обеспечения здорового образа жизни своих граждан, особенно женщин. И среди этих средств, следует выделить физическую активность, как необходимое условие самой жизни и, прежде всего, сохранения и укрепления здоровья населения. Об этом свидетельствует ряд исследований проведенных в этой области: Н.А. Бернштейн, 1966; А.А. Дибнер, 1985; А.А. Виру и др., 1988; Е.Г. Мильнер, 1991; В.В. Белоусов, 1992; Е.П. Журавлев, 1995; В.В. Зайцева, 1995; В.И. Белов, 1996; П.А. Виноградов и др., 1996; Л.М. Дикаревич, 1996; Е.В. Сабирова, 1999; Г.М. Лаврухина, 2002 и другие.

Высокий уровень физической и умственной активности людей, занимающихся физическими упражнениями, сохраняется значительно дольше. Снижение активной двигательной деятельности (гипокинезия) пагубно сказывается на здоровье (Фомин Н.А., Вавилов Ю.В., 1991 и др.).

Анализ многочисленных данных о количестве занимающихся физической культурой и спортом в разных странах, включая Россию (В.А. Панков, 2000), показывает, что, как правило, только треть из них составляют лица женского пола. Автор отмечает, что в развитых странах, где общее число занимающихся физической культурой и спортом составляет 30% и более от общей численности населения, количество женщин, вовлеченных в занятия, колеблется в пределах 10-15%. А в странах, где первый показатель равен 3-10%, число женщин, занимающихся физической культурой и спортом, составляет 1-3%. К последним относится и Россия (Дегтярева Е.И., 1998).

На наш взгляд, интерес представляет информация Е.И. Дегтяревой (1998) и В.А. Панкова (2000) о причинах низкого процента женщин, вовлеченных в регулярные занятия физической культурой и спортом.

К первой причине, следует отнести исторические и религиозные факторы, а также традиции, существующие во многих странах, особенно восточных. История показывает, что воспитанием женщин всегда пренебрегали, уделяя внимание в основном воспитанию мужчин. Бытует мнение, что женственность и занятия физической активностью просто несовместимы, и это останавливает многих из них от этих занятий.

Немаловажную роль играет отношение государства к роли физической культуры и спорта в здоровом образе жизни. К сожалению, во второй половине XX века большинство государств большое внимание уделяло развитию спорта высших достижений, а не оздоровительной системе занятий. И только отдельные развитые страны (США, Канада, Австрия, Великобритания, Германия, Франция, Швейцария Япония и др.) благодаря высокому уровню жизни населения могли уделить внимание и развитию оздоровительных видов спорта. Кроме того, на отношение государства к занятиям женщин физической культурой и спортом большое влияние оказывали и уже названные выше исторические, религиозные факторы и традиции.

В-третьих, у многих женщин отрицательное отношение к занятиям физической культурой и особенно спортом закладывается, по мнению многих исследователей, в школе. Особенно это касается соревновательного принципа, заложенного в программе школьного физического воспитания во многих странах мира.

Профессор РГАФК И.М. Быховская (1998) обращает внимание на тот факт, что 15-20% женщин на вопрос, почему они не занимаются физической культурой и спортом, отвечают примерно так: «Отбили охоту в школе».

В-четвертых, многие исследователи считают, что одна из причин, почему женщины отказываются от занятий физической культурой, связана с неправильным восприятием ими понятия «спорт». Нелюбовь многих женщин к спорту, считают они, во многом связана с имиджем спорта как агрессивной и мужской деятельности, с опасением, что эти занятия сделают их непривлекательными. Профессор Ланкастерского университета Р. Дим (1966) подчеркивает, что если мы будем трактовать понятие «спорт» более широко и свободно, то его рамки охватят большее число женщин.

В-пятых, анализ многочисленных исследований и опросов, проведенных в 80-90 годы в разных странах мира, включая Россию, показывает, что занятия различными видами физической культуры не занимают пока достойного места среди других форм женского досуга. Изучению этого вопроса посвятили свои исследования многие зарубежные и российские ученые (Дим Р., 1996; Бальсевич В.К., 1991; Виноградов П.А., 1996; Виру А.А., 1986; Дегтярева Е.И., 1998; Муравов И.В., 1981 и др.).

Необходимо обратить внимание на то, что подобных опросов, в отличие от развитых стран, проводится в России довольно мало. Но даже в проводимых опросах наблюдается недооценка значимости физической активности женщин в их образе жизни, да и самих занятий.

Кроме того, необходимо четкое понимание этой проблемы. А для этого необходимо проводить как можно больше исследований и опросов в этой области.

В заключении подчеркнем, что главным все-таки является отношение самих женщин к своему здоровью. А это отношение будет меняться в положительную сторону только в том случае, если женщины поймут, что двигательная активность нужна им, прежде всего для здоровья, получения удовольствия и радости от занятий, удовлетворения собственного эго и т.д. Но они тогда будут относиться к своему здоровью как к общественной ценности, когда уровень их жизни будет настолько высоким, что они начнут думать об этом.

Все, основные, представленные выше взгляды на дефиницию и сущность здоровья нашли отражение в акмеологической концепции здоровье, разработанной Ю.А. Гагиным (2000). В соответствии с этой концепцией здоровье рассматривается как «основной фактор, определяющий способность человека жить гармонично в меняющихся условиях среды, достигать

определённого уровня развития его как индивида, сформированности его свойств как личности, осуществимости как индивидуальности» (Гагин Ю.А., 2000).

Проблема здоровья практически здорового человека – это проблема разумной реализации потенциала здоровья (по Ю.А. Гагину): чтобы быть выносливым, надо утомляться, чтобы быть сильным, надо тратить силу. И траты эти происходят естественно, в процессе труда или при выполнении физических упражнений. Нет надобности, доказывать, что все разработанные и применяемые в практике физической культуры средства (упражнения, игры и др.) как раз, и являются теми средствами разумной траты потенциала здоровья человека, которые окупаются восстановлением и перереставлением того же потенциала здоровья.

Здесь важно обратить внимание на акмеологическое освещение проблемы здорового образа жизни (ЗОЖ). Ю.А. Гагин рассматривает ЗОЖ как «междисциплинарную категорию, охватывающих совокупность разумных способов жизнедеятельности человека, социальной группы, общества в целом, которая, во-первых, берется в единстве с условиями жизни, определяющими её, и, во-вторых, определяется общностью валеологических, акмеологических, профессиональных, семейно-брачных и других целевых жизненно важных установок человека».

Данное обстоятельство имеет существенное значение при проектировании систем физического воспитания различных возрастных категорий населения с учетом комплекса факторов ментальности и жизнедеятельности этих категорий. Особенно важны эти обстоятельства при выборе оптимальных средств физической культуры для женщин зрелого возраста. В зрелом возрасте (21-55 лет) женщины, как правило, уже не охвачены государственной системой образования, которое предполагает в своём содержании планомерные занятия по программам физического воспитания. Кроме того, в этом возрастном диапазоне можно выделить ряд возрастных периодов, в которых ярко проявляется специфика женского организма, жизненных условий, состояние здоровья и других факторов жизни. Всё это требует не стандартного подхода к выработке систем упражнений, учитывающих как биологические особенности женщин в этих возрастных периодах, так и социально-ролевые, эмоционально-волевые, ценностные и другие факторы их бытия. Учет множества этих факторов, по-видимому, ставит в качестве актуальной проблему разработки системы занятий, которая учитывала бы всю конкретику контингента занимающихся.

Такая система занятий для женщин, вероятно должна опираться на традиционные средства «женской» гимнастики (художественная гимнастика, ритмика, танцы, упражнения из арсенала ОФП и др.). Селекция наиболее адекватных упражнений из этих средств может обеспечить создание не просто комплексов, но и методических систем. Системы упражнений, на наш взгляд, отличаются от комплексов тем, что обладают системным

качеством, впитывающем два момента: 1) адаптивность к особенностям (пол, возраст, интересы, потребности и мотивы занимающихся); 2) совместимость с целями оздоровления женщин, учитывающего как их возрастной период, так и те возможности, которые представляются акмеологической концепцией здоровья и здорового образа жизни (направленных на индивидуальность и совершенство занимающихся).

Особая возможность, которая представляется акмеологическим подходом при формировании комплекса упражнений для оздоровления женщин в зрелом возрасте, заключается именно в воздействии этих упражнений на свойства индивидуальности. И процесс совершенствования этих свойств в целостный потенциал здоровья занимающихся. Индивидуальность и совершенство человека, образуют те высшие системные свойства потенциала здоровья, которые позволяют формируемые на основе акмеологического подхода комплексы называть методическими системами.

Одну из таких систем удалось разработать нам (Лаврухина Г.М., 2002). Она названа «Модерн гимнастикой». Слово «модерн» в названии этой системы подчеркивает современность используемой системы средств гимнастики, для которой характерны: а) целостность (смысловая – для кого предназначена, ценностная – её ориентация на совершенство); б) лаконизм форм движений, обеспечивающих их усвоение и присвоение занимающимися так, что эти движения становятся регулярно удовлетворяемой потребностью и индивидуальным средством самосовершенствования; в) возможность создавать новые системы движений каждой из занимающейся в зависимости от её индивидуальных особенностей, а главным образом, системного состояния здоровья, которое может быть системно охарактеризовано, прежде всего, потенциалом здоровья.

Эта не совсем привычная концепция здоровья (по Ю.А. Гагину, 2000) в своих отдельных основных компонентах была использована нами в процессе установочных бесед с группой женщин зрелого возраста. Наблюдения за реакцией занимающихся в процессе этих бесед позволяют сделать вывод о том, что в целом женщины понимают и принимают акмеологический подход к здоровью. Им импонирует заложенная в нём диалектика, позволяющая понять, что здоровье требует усилий, борьбы за здоровье, затрат части собственного потенциала и организации сознания и жизни в таких режимах, при которых траты потенциала здоровья обеспечивают его суперкомпенсацию, прирост по всем компонентам потребностей и мотивов женщин в отношении «Модерн гимнастики».

Исследование состояния массовых форм занятий физической культурой женщин зрелого возраста свидетельствует, что одной из важнейших проблем в физкультурно-оздоровительной сфере является проблема формирования активного отношения населения к двигательной активности. Сложность решения проблемы состоит в том, что очевидная польза занятий физическими упражнениями для здоровья не является пока достаточ-

ным стимулом к активным занятиям и потребность в них начинает осознаваться лишь в ситуации явного дефицита здоровья.

Этот факт ставит перед специалистами вопрос о поиске эффективных оздоровительных технологий массовой физической культуры.

Анализ литературы последних лет показывает, что в науке и практике оздоровительной физической культуры имеются интересные педагогические подходы, созданы различные системы занятий, появились современные информационные технологии и т.д. Вместе с тем, сложность решения проблемы, отношения населения к регулярным занятиям физическими упражнениями, решена слабо и требует научно-методической проработки.

Все сказанное свидетельствует о необходимости внедрения на всех этапах индивидуального развития человека адекватных форм двигательной активности, направленных на предотвращение или устранение возникших нарушений.

## ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ

А. Лобус

Физическая культура, как способ оздоровления нации с одной стороны, и средство проведения досуга с другой - способна решить некоторые проблемы, связанные с организацией свободного времени. Положительный эффект физической культуры не только в ее направленности на досуг, но и в профилактике, реабилитации после различных заболеваний. Если говорить о здоровом образе жизни, то, именно занятия физической культурой в сочетании с правильно организованными условиями труда, а также с соблюдением рационального режима отдыха, позволяют человеку полноценно приспосабливаться к современным условиям.

Свободное время в процессе исторического развития прошло долгий путь от выполнения в основном регенеративных функций до состояния, когда им пользуются различные классы и группы общества для деятельности, в которой творческое гуманистическое начало приобретает все большее значение. Значение свободного времени, как фактора формирования личности, в ходе истории общества возрастает. На современном этапе проблема свободного времени выступает как одна из глобальных проблем, решение которой осуществляется по-разному в различных социальных системах и, вместе с тем она имеет общие черты для всей современной цивилизации. Историческая эволюция свободного времени шла не только в ходе смены общественно-экономических формаций, но и в процессе развития общества в целом (Погрешаева Т.А., 1989).

Разработка проблем активного отдыха с широких социальных позиций стала возможной, благодаря, изучению рабочего, внерабочего и сво-

бодного времени, проведенного большой группой социологов и экономистов – Н.А. Аитовым, Б.А. Грушиным, Л.А. Гордоном, Г.Н. Орловым, Г.А. Пруденским, С.Г. Струмилиным и другие. Активный отдых воспроизводит физические и психические силы человека в процессе специальной деятельности. Эти силы являются основой формирования и совершенствования субъекта во всех сферах жизни – в труде, познании, общении. Поэтому обществу не безразлично, какие средства воспроизводства и временные затраты применяются индивидом, социальными группами для восстановления израсходованных сил. Но активный отдых не только восстанавливает, но и развивает физические и психические способности индивидов. Поэтому важно выяснить не только социальную природу активного отдыха, показать его роль и место в системе социальных отношений, но и вскрыть специфический механизм действия этой сложной формы жизнедеятельности, создающий условия для ускорения социальной эволюции и являющийся резервом в воспитании человека.

Феномен активного отдыха был открыт И.М. Сеченовым в 1903 году. В 30-х годах советский физиолог М.Я. Маршак ввел в научный оборот сам термин «активный отдых». Советские социологи, как правило, связывают с активным отдыхом лишь физические занятия (спорт, туризм, физическую деятельность вообще). Так, В.Н. Пименова предлагает под отдыхом понимать определенную группу занятий активного (физкультура, спорт, туризм, развлечения) или пассивного характера, в процессе которых происходит прежде всего восстановление физических сил и психического равновесия человека. В.Н. Пименова в своих исследованиях, не допускает самостоятельной функции активного отдыха в формировании личности, отводя ему лишь вспомогательную роль, условия духовного развития личности. Лишь немногие исследователи включают в активный отдых иную деятельность (просмотр телепередач, посещение кино, театров, музеев и так далее.)

Физическая культура является специфическим феноменом деятельности личности в свободное время. А поскольку как личность, так и объем и структура свободного времени претерпевают непрерывные изменения, то и влияние свободного времени на формирование личности является динамическим фактором. Отсюда следует вывод о конкретно-историческом характере не только личности, но и физической культуры применительно как к отдельному социальному субъекту, так и к каждой социально-классовой и социально-демографической группе и обществу в целом. Специфическое значение свободного времени в процессе развития личности заключается в реализации принципа всесторонности, в возможности рассматривать личность такой, какой она является в объеме всего социального времени, а не только в рабочее время. Культура свободного времени комплексный феномен, который реализуется через выполнение ряда функций.

Анализ функции восстановления или рекреации приводит к подразделению ее на функцию физического восстановления и функцию психоло-

гического восстановления, при этом акцентируется их значение для сохранения работоспособности, оздоровления, включения в них развлечения и игры.

Специальные занятия во многом формируют и развивают физические и психические способности человека, которые он использует затем в труде, общении, получении знаний. Именно воспроизводство сил человека отличает активный отдых от других сфер жизни, придает ему социальное значение. Мера этого воспроизводства исторически изменчива. Требования к ней возрастают не только для отдельных индивидов, но и для социальных групп (Погрешаева Т.А., 1989).

«Механизм» активного отдыха – перемена деятельности, включающая в себя, не только чередование занятий (переход от физической деятельности к психической, и наоборот), но и закреплению данного процесса последующей тренировкой. Сущность активного отдыха заключается в противоречии единства восстановления и развития. Главное из них: стремление к достижению определенных пропорций социального и биологического в человеке, генетическая взаимосвязь труда и отдыха, ускорение социальной эволюции человека. Содержание активного отдыха рассматривается через ряд форм его проявления: чередование физических и психических занятий, переход от одного занятия к другому в пределах одного вида деятельности, соединение физического и психического в единую деятельность.

Активный отдых – способ жизнедеятельности общества, связанный с физическим и психическим воспроизводством и развитием личности путем направленной перемены деятельности (Букреев В.И., 1977).

Социальное значение активного отдыха можно выразить кратко так: он позволяет сочетать восстановление с развитием. Об активном отдыхе чаще говорят, как о «специфической сфере жизнедеятельности, которая оказывает влияние на восстановление и развитие сил личности» (Колпаков Б.Т., Пименова В.Н. и др.).

По-нашему мнению, наиболее успешной формой организации досуга и отдыха различных групп населения является развитие спортивных клубов, которые имеют широкий спектр услуг. Одной из особенностей функционирования таких клубов должна быть их доступность различным слоям населения. Потребность в занятиях физической культурой есть у многих, однако, возможности людей ограничены. В основном, спортивные клубы ориентированны, либо на средний класс, либо класс богатых, в то время, как малообеспеченные люди не имеют возможности заниматься в хороших тренажерных залах или в серьезных спортивных клубах.

Данный вопрос, по организации спортивных клубов, ориентированных на малообеспеченных людей является открытым. Организация досуговых клубов практически не ведется, и нет достаточного финансирования со стороны государственных структур, в задачи, которых входит решение вопросов оздоровления нации. Любой человек, несмотря на принадлеж-

ность к какому либо социальному слою, имеет право на возможность реализовывать собственные потребности, в данном случае, потребность в занятии физической культурой.

## В ЦЕНТРЕ КУЛЬТУРОСООБРАЗНОГО ПРОЦЕССА — ЧЕЛОВЕК (ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ)

**С.В. Малинина**, член БПА, кандидат педагогических наук

В современный период теория культуры рассматривает культуру в единстве ее деятельной и результативной (предметной) сторон (Лукин В.М., 1970; Маркарян Э.С., 1983; Каган М.С., 1996; Злобин Н.С., 1997 и др.). Одной из важнейших ее особенностей является воспроизводство человека во всей целостности и всесторонности своего общественного существования, ее человеко-творческий характер. При этом создаваемое людьми предметное богатство общества есть лишь внешняя форма культуры, ее действительным содержанием оказывается развитие самого человека, который представлен в культуре как саморазвивающееся, самоизменяющееся существо (Межуев В.М., 1977; Коган Л.Н., 1984 и мн. др.).

Физическая культура рассматривается как полноправный вид (часть) общей культуры (Николаев Ю.М., 1976, 1998; Выдрин В.М., 1980; Лубышева Л.И., 1992; Пономарев Н.И., 1996 и др.). Однако в данных исследованиях чаще всего лишь акцентируется внимание на деятельной стороне физической культуры, исследованию же многообразных аспектов физкультурной деятельности, за редким исключением (Бальсевич В.К., 1988; Молчанов С.В., 1991; Николаев Ю.М., 1998 и др.), почти не уделяется внимания.

Физкультурная деятельность приобретает тот или иной характер, направленность, ценность, в зависимости от исторических условий, структуры общества, от сознательной деятельности людей, которые ее организуют и используют в определенных целях (Столяров В.И., 1989). Именно эта деятельная сторона физической культуры во многом определяет степень ее развития у каждого человека. Постановка этих вопросов особенно актуальна в связи с изменившимися с начала 90-х годов ценностными ориентациями общественно-политической системы, где человек становится центром культуросообразного процесса.

Начиная с 50-х и до начала 70-х годов понятие "физическая культура" давалось через род (культура) и видовое отличие. В своем развитии оно прошло путь от раскрытия его как "совокупности" достижений до акцентированного внимания на его деятельной и результативной сторонах, где приоритет традиционно смещался на развитие физических качеств, формирование двигательных умений и навыков человека. Однако эти исследования проводились в отрыве от теории культуры. В дальнейшем, на основе данных развивающейся теории куль-

туры, появляются более интегративные концепции понимания физической культуры. Они раскрывали сущность и сложный характер связей между явлениями, охватываемыми данным понятием, функции физической культуры во взаимосвязи со структурой, ее ценностные аспекты, место в общей культуре (Выдрин В.М., Николаев Ю.М., 1974; Пономарев Н.И., 1976; Пономарев Н.А., 1978; Евстафьев Б.В., 1985 и др.). Эти исследования были важны для глубинного осмысления физической культуры, формирования ее теории, но акцент в них смещался на ее внешнюю сторону, связанную с функционированием ее компонентов (подсистем), развитием двигательной сферы человека.

В 80-х — начале 90-х годов, в соответствии с общими воззрениями в теории культуры, наблюдается существенный перелом в осмыслении понимания физической культуры. В ее сфере все более осознается необходимость преодоления ограниченности подхода, связанного с развитием только двигательных способностей занимающихся, ибо он (при всей его важности) не дает ощутимых результатов в формировании у человека истинно физической культуры. В физической культуре выдвигаются проблемы целостного изучения человека в его биокультурной сущности, в соматопсихическом и социокультурном единстве. Она интенсивно исследуется в различных аспектах знания (помимо медико-биологического и педагогического, в психологическом, социологическом, теоретико-интегративном, культуроведческом, философском и др.), с позиций деятельной сущности человека, в единстве ее функционального, ценностного и деятельностного аспектов, более глубоко осмысливается сущность физических упражнений. Отмечается, что интегративная сущность физической культуры должна затрагивать все стороны развития человека (его интеллектуальную, социально-психологическую и двигательную сферу), а основной методологической позицией в освоении и совершенствовании человеком ее ценностей является гармония, неразрывное единство физического и духовного (Бальсевич В.К., 1991; Быховская И.М., 1993; Пономарев Н.А., 1991; Лубышева Л.И., 1992; Столяров В.И., 1995, 1997; Николаев Ю.М., 1998 и др.), достигаемая через его самореализацию.

Анализ эволюции понятия "физическая культура" во взаимосвязи с генезисом понятия "культура" показывает, что в настоящее время оно становится более интегративным. В современный период физическая культура, как и любая другая сфера культуры, предполагает работу с духовным миром человека, его взглядами, знаниями и умениями, ценностными ориентациями, его мировоззрением и мироощущением применительно к его телесной организации. И именно в физкультурной деятельности человека создаются и достигают своего совершенства ее специфические ценности.

Уже, начиная с 70-х годов, термин "физкультурная деятельность" все чаще употребляется в специальной литературе (Пуни А.Ц., 1973; Выдрин В.М., Николаев Ю.М., 1974; Мергаутова Я., Йоахимсталер Ф., 1984 и др.). Все больше внимания уделяется различным (хотя и разрозненным) аспектам ее содержательной стороны. Физкультурная деятельность как один из видов человеческой деятельности связана с культивированием личности и развитием социальных отношений, носит в целом социально-культурный

характер и может быть рассмотрена на уровне деятельности индивидуума, группы, общества (Мергаутова Я., Йоахимсталер Ф., 1984).

Культурный характер физкультурной деятельности определяется социокультурной активностью самоопределенного на него человека, что связано с ценностными ориентациями и знаниями, на которые опирается человек, разворачивая ее, с соответствующей организацией его мышления и сознания, с абстрактной деятельностью проектировочного типа, строительством физкультурно-оздоровительных и рекреационных программ в связи с процессами жизнетворения (самопрограммирования) и жизнестроительства (их реализации) по оптимизации своей жизни (Приходько В.В., 1992).

Само понятие "физкультурная деятельность" является системным, включающим в себя многообразие окультуренной двигательной деятельности — сознательного развития и совершенствования — посредством использования физических упражнений, биологической природы человека. Именно эта деятельная сторона определяет степень развития физической культуры человека. Она является определяющим фактором физического, психического и духовного его развития. Можно предположить, что физкультурная деятельность и будет тем общим основанием, определяющим формирование физической культуры человека в его телесно-духовном единстве, объединяющим ее различные формы и виды. Сама физкультурная деятельность под воздействием социальных факторов находится в подвижном, динамичном состоянии. Однако основной ее целевой установкой будет являться формирование физически культурной личности, базирующейся на использовании физических упражнений в пределах их культуросообразности.

Особенностью физкультурной деятельности является то, что у человека должны быть соорганизованы две системы — интеллектуальная и физическая. Ибо сам процесс освоения физической культуры требует от субъекта деятельности соответствующей организации его мышления и сознания, что тесно связано с процессами образования, абстрактной деятельностью человека (Лубышева Л.И., 1992), что и будет способствовать его всестороннему развитию.

Ведущая роль в формировании такого человека должна отводиться качественной стороне физкультурной деятельности, где необходимо единение ее идеальной (духовной) и практической (двигательной) сторон, связанных с одухотворением телесности. Поэтому физкультурная деятельность не должна ограничиваться развитием только его телесных характеристик, а должна находиться в тесной взаимосвязи при их формировании с его духовной деятельностью (Лубышева Л.И., 1992; Матвеев А.П., 1997; Николаев Ю.М., 1998 и др.).

Духовный мир человека находит отражение в двигательных действиях и в том, что удовлетворение приносит не только конечный результат его освоения, но и само совершение действий, где выделяется ряд признаков

деятельных переживаний человека, связанных с рождением всего нового в нем. Это чувство "слияния процессов действия и сознания"; гармонии с окружающей средой, порождающее духовно-физический подъем, состояние вдохновения; "мышечной радости", где доминирует мотивационно-эмоциональная сфера мышления; наслаждения процессом деятельности, где происходит более глубокое понимание самого себя, преображение души человека и др. (Дмитриев С.В., 1997).

Деятельность человека, осваивающего предметный мир сферы физической культуры, облагораживается как результат деятельности в духовно-ценностном становлении человека, направлена на изменение его физической и духовной сторон (Быховская И.М., 1993; Николаев Ю.М., 1997). Физкультурная деятельность, как окультуренная потребность, формирует культуру физическую, являющуюся неотъемлемой частью общей культуры. Осознанное содержание деятельности, направленное на преобразование телесности (внешних параметров), оказывает влияние и на внутреннюю организацию человека, одновременно выступая способом существования и всестороннего развития, гармоничного единства интеллектуальных, физических и духовных качеств (Лубышева Л.И., 1992).

Таким образом, только тогда, когда физкультурная деятельность рассматривается со стороны человеческой значимости и ценности, она становится фактором истинно культурного развития человека, устойчивого приобщения его к культуре физической.

## Литература

1. Бальсевич В.К. Интеллектуальный вектор физической культуры человека (к проблеме развития физкультурного знания)// Теория и практика физической культуры. — 1991. — № 7. — С.37-41.
2. Быховская И.М. "Быть телом" — "иметь тело" — "творить тело": три уровня бытия "homo somatis" и проблемы физической культуры// Теория и практика физической культуры. — 1993. — № 7. — С.2-5.
3. Выдрин В.М., Николаев Ю.М. Содержание, объем и структура понятия "физическая культура"// Теория и практика физической культуры. — 1974. — № 9. — С.8-10.
4. Дмитриев С.В. Магия духовного мира в двигательных действиях человека// Теория и практика физической культуры. — 1997. — №12. — С.44-50.
5. Злобин Н.С. Философские смыслы культуры. — М.: Олма-Пресс, 1997. — 288 с.
6. Каган М.С. Философия культуры. — Спб.: ТООТК Петрополис, — 1996. — 416 с.

7. Лубышева Л.И. Концепция формирования физической культуры человека. — М.: РГАФК, 1992. — 120 с.
8. Лукин В.М. Соотношение материальной и духовной сторон культуры при переходе к коммунизму: Автореф. дис. ... канд. филос. наук. — Л., 1970. — 23 с.
9. Маркарян Э.С. Теория культуры и современная наука: (логико-методологический анализ). — М.: Мысль, 1983. — С.70-71.
10. Матвеев А.П. Теоретико-методологические основы формирования учебного предмета "физическая культура" в общеобразовательной школе: Дис. (в виде научного доклада) ... д-ра пед. наук. — М.: 1997. — 70 с.
11. Мергаутова Я., Йоахимсталер Ф. Тенденции формирования теории физической культуры// Очерки по теории физической культуры. — М.: Физкультура и спорт, 1984. — С.89-97.
12. Николаев Ю.М. Теоретико-методологические основы физической культуры: Дис. ... д-ра пед. наук. — Спб, 1998. — 321 с.
13. Пономарев Н.И. О системном подходе в исследовании проблем физической культуры и спорта// Теория и практика физической культуры. — 1976. — № 7. — С.5-8.
14. Пуни А.Ц. К психологической теории спортивной деятельности// Теория и практика физической культуры. — 1973. — № 12. — С.10-14.
15. Столяров В.И. Ценности спорта и пути его гуманизации. — М.: РГАФК, 1995. — 29 с.

## **К ВОПРОСУ О СОЦИАЛЬНОМ СОСТАВЕ ГРУППЫ СТУДЕНТОВ-БОРЦОВ**

**Д.А. Михайлова**

Принято считать, что как любое общество в целом (макроуровень), так и всякая социальная группа в частности (микроуровень) стратифицированы. В свою очередь, положение человека в упорядоченной совокупности социальных слоев, которое он занимает как представитель большой социальной группы, трактуется как его социальный статус (Сорокин П.А., 1992; Смелзер Н., 1994; Радаев В.В., Шкаратан О.И., 1995; Кашина М.А., Седов А.В., 1997). Социальное положение студенческой молодежи традиционно вызывает пристальный интерес исследователей. Вряд ли можно переоценить актуальность изучения данного вопроса в свете подготовки как специалистов в сфере высшего профессионального физкультурного образования, так и высококвалифицированных спортсменов.

Характеризуя социальный состав опрошенных студентов-борцов (на 2001-2002 учебный год), можно выделить следующие признаки дифферен-

циации в соответствии с применяемой типологией (Кашина М.А. , Седов А.В. , 1997):

1. Признаки, получаемые при рождении – пол, возраст, родственные связи.

2. Ролевые признаки – степень ранее полученного образования, этап получаемого сейчас образования, систематичность образования, получаемого в настоящее время, сравнительная формальная результативность обучения, избранный вид спортивной борьбы, стаж по избранному виду спортивной борьбы, квалификация по избранному виду спортивной борьбы / другим видам спортивной борьбы / другим видам спорта, время получения спортивной квалификации, спортивные достижения, время достижения высших спортивных результатов, работа.

3. Признаки, характеризующие уровень «обладаний» - личная жил-площадь и самооценка уровня жизни.

Важно добавить, что выделение соответствующих профессионально-ролевых признаков основывается на специфике таких базовых видов деятельности респондентов, как учебный и спортивный.

В рамках применения теоретической типологизации информацию, полученную в ходе формализованного интервьюирования, можно изложить в соответствии с представленной структурой.

## **1. Признаки, получаемые при рождении**

### *1.1. Пол:*

- принадлежность к мужскому полу отметили 82,8% опрошенных, в то время как к женскому – 17,2%;

### *1.2. Возраст:*

- все респонденты являются студентами дневного отделения, иными словами, возраст их колеблется от 17 до 30 лет;

### *1.3. Родственные связи:*

- родители респондентов принадлежат к следующим социальным группам:

#### *отец:*

- у 26,6% опрошенных отец является рабочим, у 15,6% - бизнесменом / предпринимателем и т.д., у 14,1% - работником государственного или муниципального управления; остальные позиции четко не определены;

#### *мать:*

- у 18,8% респондентов мать является работником государственного или муниципального управления, у 17,2% - рабочей, у 15,6% - служащей без высшего образования, далее идут специалисты с высшим образованием и домохозяйки (по 7,8%); остальные позиции четко не определены.

## **2. Ролевые признаки**

### *2.1. Степень ранее полученного образования:*

- до поступления в СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта получили общее среднее образование 76,6% респондентов, в то время как специальное (начальное/ среднее) – 23,4%;

*2.2. Этап получаемого сейчас образования:*

- большинство опрошенных является представителями II курса (29,7%), далее следуют первокурсники и выпускники бакалавриата (по 25%), обучающихся на III курсе – около 20,3%;

*2.3. Систематичность образования, получаемого в настоящее время:*

- учится сейчас систематически чуть более половины опрошенных (54,7%), время от времени – 39,1%, почти не учатся – лишь 3,1%;

*2.4. Сравнительная формальная результативность обучения, сходства в результативности:*

- до поступления в СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта большинство респондентов училось в основном на удовлетворительно и хорошо (56,3%), часть на хорошо и отлично (29,7%); данная тенденция сохранилась непосредственно и в процессе обучения в Академии (59,4% и 26,6% соответственно);

*2.5. Различия в результативности:*

- в свою очередь, если до поступления в Академию соотношение между обучающимися на удовлетворительно и на отлично было 8:1 (12,5% и 1,6%), то в процессе обучения непосредственно в Академии ситуация изменилась до соотношения 4:5 (6,3% и 7,8% соответственно);

*2.6. Избранный вид спортивной борьбы:*

- большинство опрошенных является представителями дзюдо (42,2%), четверть респондентов – вольной борьбы, далее следуют занимающиеся греко-римской борьбой и самбо (17,2% и 15,6%);

*2.7. Стаж по избранному виду спортивной борьбы:*

- спортивный стаж большей части опрошенных (35,9%) соответствует этапу спортивного совершенствования, остальные респонденты преимущественно осуществляют учебно-тренировочную деятельность в течение 6-7 лет (28,1%) либо 3-5 лет (25%), лишь 10,9% составляют занимающиеся на уровне высшего спортивного мастерства;

*2.8. Квалификация по избранному виду спортивной борьбы:*

- почти две трети респондентов является кандидатами в мастера спорта (65,6%), около 14,1% имеют I разряд по избранному виду спортивной борьбы, 9,4% являются мастерами спорта; остальные позиции четко не определены;

*2.9. Квалификация по всем видам спортивной борьбы:*

- в целом 45,3% от всех опрошенных имеют разряд по дзюдо (29,7% - на уровне КМС), по 26,6% - по самбо и вольной борьбе (10,9% и 15,6% - на уровне КМС), 20,3% - по греко-римской борьбе (17,2% - на уровне КМС); при этом мастерами спорта являются 7,8% дзюдоистов, 6,3% самбистов и 1,6% вольников;

### *2.10. Квалификация по видам спорта (кроме спортивной борьбы):*

- по пауэрлифтингу и каратэ (уровень МС), рукопашному бою, боксу, парусному спорту, буерному спорту, таэквондо, каратэ, джиу-джитсу и легкой атлетике (уровень КМС), волейболу, керлингу и конькобежному спорту (уровень I разряда), волейболу, лыжному спорту, стрельбе, МФОР и туризму, футболу и баскетболу (уровень II разряда и ниже) имеют спортивную квалификацию по 1,6% от всех опрошенных;

- по рукопашному бою и плаванию (уровень I разряда) имеют спортивную квалификацию по 3,1% от всех респондентов;

- по спортивной гимнастике (уровень III разряда) имеют спортивную квалификацию 10,9% от всех опрошенных;

- в целом у большинства опрошенных имеется 1 разряд по какому-либо виду спорта, кроме спортивной борьбы (29,7%), 2-3 разряда у 9,4%, более 3-х – лишь у 4,7%; важно отметить достаточно большой процент не ответивших на данный вопрос – 56,3%;

### *2.11. Время получения спортивной квалификации:*

- интересен факт того, что большинство респондентов (70,3%) получило (подтвердило) спортивные разряды до поступления в СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта и лишь 7,8% - только во время обучения в Академии; смешанный вариант занимает промежуточное положение – 20,3%;

### *2.12. Спортивные достижения:*

- наивысшими достижениями по избранному виду спортивной борьбы являются победы в чемпионатах города – у 79,6% от всех ответивших на вопрос, в различных международных турнирах (и др.) – у 38,9%, в чемпионатах России – у 9,3%, в чемпионатах Европы – лишь у 1,9%;

### *2.13. Время достижения высших спортивных результатов:*

- примечательно, что 15,6% от всех опрошенных не отметили каких-либо спортивных достижений, 57,8% - достигли вышеупомянутых результатов до поступления в Академию, 12,5% - лишь в процессе обучения в СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 14,1% - стабильно выигрывают призовые места независимо от включенности в процесс получения высшего профессионального физкультурного образования;

- важно отметить, что большинство респондентов работает – 53,1%, не совмещает образовательный процесс и работу – 42,2% от всех опрошенных.

## **3. Признаки, характеризующие уровень «обладаний»**

### *3.1. Личная жилплощадь:*

- живут в отдельных квартирах – 51,6% опрошенных, в отдельных домах – 3,1%, иными словами, личную жилплощадь имеют лишь 54,7%; в общежитии живут 21,9% респондентов; остальные позиции четко не определены;

### *3.2. Самооценка уровня жизни:*

- свое материальное положение определяет средним достатком большая часть респондентов (57,8%), далее следуют как вполне обеспеченные люди, так и те, кому доходов еле хватает (по 18,8%), на пороге бедности находятся 3,1% опрошенных.

## Выводы

1. Респонденты представляли собой группу студенческой молодежи СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, в рамках спортивной деятельности специализирующуюся по спортивной борьбе. Около четырех пятых - лица мужского пола. В целом почти у всех опрошенных родители являются представителями среднего класса (в рамках российского понимания «среднего класса»: западные характеристики «среднего класса» данной группе не соответствуют ни по уровню, ни по качеству жизни), при этом нельзя не отметить, что матери респондентов занимают в среднем более высокое положение в сравнении с их отцами.

2. Большинство респондентов до поступления в СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта – получило общее среднее образование, также на эти годы пришлись процесс получения спортивной квалификации и достижение высших на данном для них этапе спортивных результатов: квалификация по избранному виду спортивной борьбы соответствует КМС, наивысшие спортивные достижения – победы в городских чемпионатах, наблюдается существенный разброс интересов в получении разрядов по другим видам спорта; сейчас – учится систематически на удовлетворительно и хорошо, работает, спортивный стаж большей части опрошенных соответствует этапу спортивного совершенствования.

3. Большая часть опрошенных живет в отдельных квартирах, а свое материальное положение оценивает средним достатком.

## Литература

1. Кашина М.А., Седов А.В Системный подход и социальная система, структура общества и теория социальной стратификации // Социология: Учеб. пособие для студентов и слушателей Северо-Западной академии государственной службы /Под ред. А.А. Козлова, В.А. Сидорова и А.В. Тихонова. – СПб.: Изд-во Северо-Западной академии государственной службы, 1997. – С.140-167.

2. Кашина М.А., Седов А.В. Системный подход и социальная система, структура общества и теория социальной стратификации // Социология: Учеб. пособие для студентов и слушателей Северо-Западной академии государственной службы /Под ред. А.А. Козлова, В.А. Сидорова и

А.В. Тихонова. – СПб.: Изд-во Северо-Западной академии государственной службы, 1997. – С.154.

3. Радаев В.В., Шкаратан О.И Социальная стратификация: Учеб. пособие. – М.: Наука, 1995.

4. Смелзер Н. Социология: Пер. с англ. – М.: Феникс, 1994.

5. Сорокин П.А. Человек, цивилизация, общество. – М.: Политиздат, 1992.

---

## **К ВОПРОСУ ОБ ИНТЕГРАЦИИ БОЕВЫХ ИСКУССТВ В ФИЗИЧЕСКУЮ КУЛЬТУРУ РОССИЙСКОГО ОБЩЕСТВА (СОЦИОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ)**

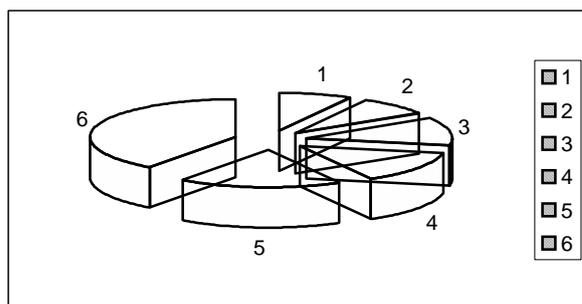
**М.В. Назаренко**

Имеющиеся теоретические представления о тех или иных общественных явлениях и фактах в области боевых искусств, требуют социологического подтверждения, исследования и получения дополнительных социальных фактов. Боевые искусства можно рассматривать как часть культуры отдельного народа или даже мировых цивилизаций, т.к. они неотъемлемо связаны с развитием, становлением культуры человечества. На Востоке единоборства рассматривают как средство достижения духовного совершенствования человека путем специальных сложных форм физических упражнений - специальных комплексов с оружием и без оружия, включающих методику дыхательных упражнений, психологических установок и формирования определенных мысленных образов. В Китае они имеют название таулу, в Японии – ката, в Корее - туль. Духовные основы боевых искусств Востока формировались на высказываниях Восточных философов Бодхи Хармы, Конфуция и др. Это нашло отражение в методах похода к обучению и формированию взглядов общества на боевые искусства и их представителей. Активный диалог культур, свидетелем которого мы являемся, обусловил проникновение восточных боевых искусств в западную культуру, и, в частности, в Российскую, находящуюся «на перекрестке восточных и западных ветров» (Бердяев Н., Чаадаев П., Достоевский Ф.). Попав в совершенно иной мир социокультурный контекст, восточные боевые искусства приобретают иное содержание и выполняют другие социальные функции. Это находит свое выражение в отношении населения к данному виду занятий и к занимающимся восточными боевыми искусствами и их представителям на Востоке и Западе. Приведем пример. Один наш друг был в Сингапуре. Прогуливаясь по одному многонациональному кварталу, заходя в маленькие магазинчики, он столкнулся с большим уважением и доброжелательностью по отношению к себе: продавцы ему ус-

тупали в цене, многие прохожие улыбались и уважительно кланялись. Он не сразу понял, в чем тут дело. Оказывается, на нем была надета футболка с надписью таэквон-до и силуэтом культурно-исторического центра нашего города. По этому факту можно сделать вывод об определенном положительном взгляде жителей данного многонационального квартала на европейца, занимающегося или даже просто носящего такую футболку. С чем же это связано? Прежде всего, с тем, что на Востоке человек, занимающийся боевыми искусствами, вызывает уважение, т.к. это большой труд и отказ от многих своих слабостей. Еще большее уважение получает Учитель. Европейская трактовка боевых искусств во многом исказила их сущность. Идя в этой же футболке в своей стране, наш общий знакомый вызывал равнодушие, любопытство, опаску и даже некоторую агрессивность публики. Это говорит о том, что европейцы подчас боевые искусства рассматривают как нечто агрессивное, либо что-то непонятное и чужое. Опрос родителей детей, занимающихся боевым искусством таэквон-до ИТФ в Санкт-Петербурге, дал следующую картину:

Родители, имеющие *высшее* образование:

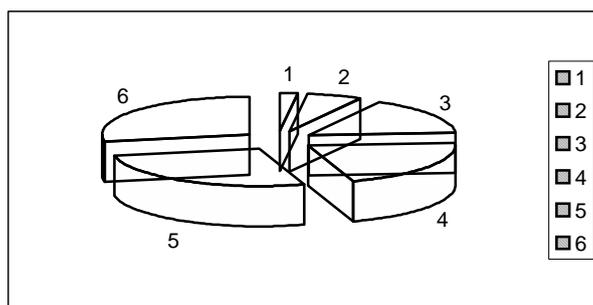
1. Занимаются с целью духовно-нравственного совершенствования – 8 %;
2. Занимаются т.к. этого очень хотел ребенок увидев боевые искусства в средствах массовой информации, в т.ч. в кино – 8%;
3. Занимаются т.к. хотят добиться спортивного результата – 12%;
4. Занимаются с воспитательной целью – 14 %
5. Занимаются для самообороны – 18 %
6. Занимаются с оздоровительной целью – 40 %



Родители, имеющие *среднее* образование:

1. Занимаются с целью духовно-нравственного совершенствования – 2 %;
2. Занимаются, т.к. этого очень хотел ребенок, увидев боевые искусства в средствах массовой информации, в т.ч. в кино – 6 %;
3. Занимаются с воспитательной целью – 16 %;
4. Занимаются с оздоровительной целью – 21 %;
5. Занимаются для самообороны – 27 %;

6. Занимаются т.к. хотят добиться спортивного результата – 28%.



В первом случае видно, что на первом месте стоят оздоровительная цель и самооборона. Во втором случае – самооборона и спортивные достижения. Таким образом, боевое искусство рассматривается в большей мере как предмет спортивно-оздоровительной направленности и средство самообороны, и в меньшей - с воспитательной целью с целью духовного совершенствования. Изучение функционирования и развития боевых искусств в обществе, их социальный генезис, социальная роль и социальные функции, является интереснейшей актуальной задачей XXI века, которая поможет не только раскрыть тонкие социальные связи в обществе, но и направить весь их огромный положительный потенциал на борьбу с негативными тенденциями возникшими в мировом обществе и на формирование духовно-нравственного совершенствования, гармонии между людьми и окружающим их миром мира, в т.ч. с природой, помочь раскрыть общечеловеческие ценности свойственные восточным боевым искусствам.

## **АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОБЛЕМЫ ЖИЗНЕННОЙ СТРАТЕГИИ ЛИЧНОСТИ В АСПЕКТЕ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ**

**М.В. Прохорова**, доктор педагогических наук, профессор  
**М.Д. Киселев**

За рубежом проблема жизненной стратегии личности занимает одну из ведущих позиций. В России отечественные учёные занимаются изучением этого вопроса сравнительно не давно, лишь с 1995 года. В центре внимания оказались проблемы смыслополагания жизненного пути, образа и стиля жизни, культуры жизни личности, ее саморазвития, жизнотворчества, способности быть конкурентоспособной. Особенно следует отметить концепцию жизненных планов А.А. Мотуленис, М.Н. Руткевич, М.Х. Титма, Э.А. Саар, Г.А. Чередниченко и др.

Жизненная стратегия – это постоянное приведение в соответствие своей личности (ее особенностей) и характера и способа своей жизни, построение жизни, сначала исходя из своих индивидуальных возможностей и данных, а затем с теми, которые вырабатываются в жизни (Абульханова-

Славская К. А., 1995). То есть это выбор личностью перспектив развития и прохождения своего жизненного пути, осуществляемого по индивидуальной технологии, направленных на благополучие, успех и самореализацию.

Для того чтобы разработать собственную жизненную стратегию и обеспечить ее успешную реализацию необходимо активно развивать себя как творческую конкурентоспособную личность. В аспекте развития общества, осуществляющего переход к рыночным отношениям, способность личности быть конкурентоспособной, умение быть лучшим, является одним из ведущих факторов влияющих на достижение намеченных целей. Сегодня, наиболее информационно полная типология жизненных стратегий личности разработана Резником Т. Е., Резником Ю. М. в 1995 году. Было определено три основных типа стратегий: 1 – Благополучие, 2 – Успех, 3 – Самореализация.

В 2002 году Е. Н. Перфильевой впервые была предпринята попытка сочетать формирование жизненной стратегии личности в соответствии с уровнем ее конкурентоспособности. В результате исследований было предложено объединить проблему формирования жизненных стратегий в отдельную научную теорию – Биостратегистика.

Стратегия жизни состоит в способах изменения, преобразования условий, ситуаций жизни в соответствии с ценностями личности, в отстаивании главного ценной уступок, в частности, в преодолении своей боязни потерь и в нахождении самого себя (Абульханова-Славская К. А., 1997). Цель педагога состоит в том, чтобы помочь воспитаннику определить план действий на будущее, что будет способствовать более детальной реализации поставленных задач. Так же необходимо (для активизации биостратегических планов) определить уровень конкурентоспособности и разработать программу по его повышению.

Необходимо отметить, что понятия конкурентоспособная личность, на сегодня, в научной литературе не существует. Мы определили, что **конкурентоспособность** – это интегрированное свойство личности проявляющееся во взаимодействии в процессе деятельности и направленное на достижение максимально возможных результатов, значимо и положительно отличающихся от результатов соперников. Понятие конкуренция рассматривается в четырёх основных аспектах: 1 – Биологический, 2 – Социальный, 3 – Экономический, 4 – Трудовой. В самом общем виде конкуренция представляет собой борьбу за жизненное пространство в различных его проявлениях.

Важность формирования конкурентоспособности, как свойства личности через построение жизненной стратегии, определяется прежде всего узостью жизненного пространства, постоянно растущими требованиями к выполнению какой либо работы, к объёму имеющихся знаний и т. д. Успеха может достичь тот, кто определил свои планы на будущее, поставил задачу на достижении цели и готов с высокой степенью усердия доказывать важность и необходимость «себя» для того либо иного вида деятельности.

По мнению некоторых отечественных психологов, термин «самореализация» обычно употребляется в качестве более общего по отношению к «самоактуализации», «самоутверждению», «саморазвитию» и т. п. («Личность» №7, 1999). На наш взгляд, некоторые различия интерпретации терминов «самореализация» связаны с разными акцентами на субъективном, или объективном плане существования личности. В этом смысле термин «самоактуализация» отражает данный процесс в большей степени во внутреннем плане личности, а «самореализация» во внешнем. Истинная самореализация произойдет только тогда, когда мы, познавая нашу собственную природу, будем реализовать её, а не нашу «Я-концепцию» (Дершанова И. Б., Коростылева Л. А., 1998; Осинский А. В., Мясищев В. Н., 1999).

Личность должна постоянно проводить оценку своей деятельности т. к. чем меньше человек продумывает, осмысливает свою жизнь, чем меньше он стремится организовать ее ход, определяя основное направление, тем больше, как правило, его жизнь становится подражательной, а потому становится похожей на жизнь других людей. Проектирование и планирование является одной из важных составляющих организации жизни. Способность к организации жизни заключается в том, чтобы не растворяться и не захлебнуться в нем. Умение построить свою жизненную стратегию и сделать ее конкурентоспособной среди множество похожих способствует самоутверждению личности в обществе, и, несомненно, является двигателем прогресса, так как происходит естественный отбор где победителем становится лучший. В не зависимости, от того какую из стратегий выбирает личность, человек вынужден отстаивать свои интересы дела. Таким образом, именно общество определяет конкурентную борьбу между личностями.

## **СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ И СОЦИАЛЬНОЕ САМОЧУВСТВИЕ СПОРТСМЕНОВ (ГЕНДЕРНЫЙ АСПЕКТ)**

**С.С. Родманова**

В последнее десятилетие одним из наиболее изучаемых направлений в теории спорта стал женский спорт. Стремление женщин соревноваться наравне с мужчинами во всех видах спорта ознаменовалось успехом. Преодолены формальные, последние запреты для женщин заниматься многими видами спорта. Этот их успех характеризуется как своеобразный феномен XX века, в котором практика опережает теорию, а общественное мнение не успевает за действительностью. Принципиальное стремление женщин к достижению высоких спортивных результатов во всех видах спорта требует комплексного научного исследования и выдвигает перед учеными и практиками ряд актуальных проблем, в том числе и остро социальных.

Одной из таких наиболее часто обсуждаемых проблем, является изучение влияния на женский организм интенсивных тренировочных и соревновательных нагрузок, свойственных отдельным видам. Второй, не менее актуальной, проблемой можно считать разработку научно – методических основ оптимизации тренировочных нагрузок, позволяющих добиваться высоких спортивных результатов без угрозы для здоровья женщин. Но так же необходимы дальнейшие исследования в сфере социально- психологические основ женского спорта. Спортсменки – это совершенно особая социальная группа, для которой характерен стиль жизни, предполагающий отказ от многих привычных для обычных людей радостей жизни, ограниченные возможности общения, экстремальные физические нагрузки и еще много всего другого, что действительно отличает спортсменку от прочих представительниц прекрасного пола.

Несмотря на повсеместное распространение женского спорта надо отметить, что традиционное общество считает спорт уделом мужчин. В наше время этот стереотип достаточно силен и особенно остро ощутим в тех случаях, когда женщины начинают осваивать исконно мужские виды спорта, например, спортивные единоборства. Если же речь идет, например, о мужской художественной гимнастике или мужском синхронном плавании, то отношение к этому гораздо спокойнее. И именно для восстановления справедливости необходимо, на наш взгляд, способствовать развитию гендерных исследований в социологии спорта. Поэтому мы посчитали необходимым провести исследование динамики социального статуса спортсменов высших достижений, поставив задачу изучения спортивной карьеры как женщин, так и мужчин для получения более полного представления о влиянии гендерных различий на занятия спортом и выяснение связи между занятием спортом и социальным самочувствием спортсменов.

Нами был проведен опрос в виде интервью 72 спортсменов, из них женщин - 42 (это составляет 58,3% от общего количества) и мужчин - 30 (это 41,7%). Но поскольку нас интересуют современные российские спортсмены, то мы проанализировали результаты ответов спортсменов, родившихся после 1965 года. Их количество составило 55,6% от общего числа респондентов. Основным критерием при отборе респондентов было членство в сборной России и разряд не менее кандидата в мастера спорта.

Основной массив респонденток (37,9%) имеют разряд – мастер спорта международного класса, тогда как большая часть опрошенных мужчин 72,7%- мастера спорта. Это, на наш взгляд, говорит о большей численности и, соответственно, о более жесткой конкурентной борьбе среди мужчин. Но, по результатам анализа, ответы мужчин имеют меньшие различия, чем у женщин. 18,2% имеют разряд МСМК и 9,1% имеют какой – либо другой разряд. Группа женщин-респондентов - это спортсменки, из которых 31% - мастера спорта, 13,8% заслуженные мастера спорта и 17,2% имеют какой - то другой разряд. Продолжительность пребывания в профессиональном спорте у мужчин, в целом, дольше. 72,7% опрошенных

спортсменов в профессиональном спорте более 5-и лет, тогда как среди женщин их количество составляет 46,4%, менее пяти лет спортом профессионально занимаются 39,3% женщин. И менее трех лет в большом спорте 27,3% мужчин и 14,3% женщин. Все респонденты имеют различные спортивные достижения от Чемпионов России до Олимпийских Чемпионов. Причем среди женщин титулованных спортсменок оказалось больше, чем среди мужчин. Этот факт можно расценить, опять же, как показатель жесткой конкуренции, связанной с традиционным доминированием мужчин в спорте.

Большая часть респондентов на сегодняшний день имеют среднее образование – среди женщин их 82,8%, среди мужчин их количество составляет 72,7%, обладателями средне специального образования являются – у мужчин 18,2%, у женщин – 6,9%. И совсем небольшая часть респондентов уже имеют высшее образование (среди женщин – 10,3%, а среди мужчин – 9,1%).

Различия в ответах на вопросы анкеты спортсменов и спортсменок начинают проявляться уже на второй группе вопросов, которая была посвящена сегодняшнему положению современных российских спортсменов. На вопрос - «Можно ли назвать выступления российских спортсменов успешными по сравнению с достижениями прошлых лет?» примерно одинаковый процент мужчин и женщин выбрали принципиально разные варианты ответов (65,5% спортсменок ответили положительно, а 63,6% мужчин – отрицательно). И соответственно оставшиеся 34,5% женщин считают, выступления современных российских спортсменов неуспешными по сравнению с прошлыми достижениями, а 36,4% мужчин – успешными.

Как первопричина подобного распределения ответов на вопрос о современных российских достижениях могут выступить ответы на вопрос об уровне подготовки спортсменов. 71,4% респонденток ответили, что уровень подготовки российских спортсменов соответствует мировому уровню, а 28,6% ответили, что нет. Тогда как 54,5% опрошенных мужчин ответили наоборот, что российские спортсмены не соответствуют по уровню спортсменам других держав, с ними не согласились 45,5% спортсменов.

Может быть, подобное распределение голосов, связано с изначально разным уровнем спортивных достижений между опрошенными мужчинами и женщинами, как мы уже уточняли ранее количество титулованных спортсменок, среди общего количества опрошенных, несколько превосходит их количество у мужчин. Но предположим, что это не играет большой роли при ответе на вопросы, тогда мы видим большой оптимизм во взглядах женщин – спортсменок. Нам кажется, что это связано с появившемся в последние десятилетия большим ощущением свободы выбора у женщин и как следствие этого мы наблюдаем необыкновенный всплеск интереса и массовости профессионального женского спорта.

И лишь в одном современные спортсмены согласны друг с другом, это в том, что еще несколько лет российские спортсмены смогут противосто-

стоять спортсменам других государств. Так считают 82,8% женщин и 63,6% мужчин. То, что борьба на равных может продолжиться только на ближайший олимпийский цикл, считают 13,8% опрошенных спортсменок и 18,2% спортсменов. Остальные 3,4% женщин и 18,2% мужчин считают, что подобное противостояние невозможно.

Далее для создания более полной картины социального самочувствия современного спортсмена нам показалось необходимым выяснить некоторые аспекты структуры личности спортсменов в контексте с их социальным статусом, определить правовой, трудовой и образовательный статус спортсменов, а так же выявить роль и значение высшего физкультурного образования для спортсменов высокого класса.

Нами был задан вопрос о том, считают ли респонденты нормальным получение материального вознаграждения за свою деятельность. Все опрошенные женщины ответили – да, среди опрошенных мужчин оказался один, который ответил, что для него материальное вознаграждение не так важно. 62,5% респонденток ответили, что получение денег за свою спортивную деятельность необходимо, поскольку для них это профессия (среди мужчин думающих так же оказалось 29,4%). Большая часть мужчин (47,1%) нуждаются в материальном вознаграждении как в стимуле для дальнейшего роста, так же считающих среди женщин – 34,4%. 17,6% опрошенных спортсменов и одна спортсменка воспринимают современный спорт одним из популярнейших шоу в мире и как следствие этого они считают необходимым материально обеспечивать главных «исполнителей» этого шоу.

Далее мы задали вопрос, чувствуют ли современные российские спортсмены себя материально обеспеченными. Нам удалось выяснить, что большая часть и мужчин, и женщин таковыми себя не ощущают. 24,1% у женщин и 25% у мужчин считают себя обеспеченными благодаря своим собственным усилиям. 6,9% спортсменок и 33,3% спортсменов материально независимы благодаря своим семьям. И только одна спортсменка материально обеспечена государством.

Практически одинаковое количество (50% среди женщин и 45,5% среди мужчин) респондентов на вопрос о юридической защищенности ответили, что они не скорее не ощущают себя защищенными юридически в области своей профессиональной деятельности. Частично защищенными себя ощущают 23,1% опрошенных женщин и 27,3% мужчин. Абсолютно не защищены юридически 15,4% респонденток и 27,3% респондентов и только 11,5% ответивших женщин считают себя защищенными юридически в области своей профессиональной деятельности.

Подобное социальное положение спортсменов, это, скорее всего, веяние нашего времени, когда наше государство переживает сложнейшие времена. Большая часть населения не может чувствовать себя защищенной, поскольку они не имеют никаких социальных гарантий. Что уж говорить о спорте, на который из государственного бюджета выделяется очень

маленький процент. Эта, и многие другие, причины складываясь воедино, объясняет, на наш взгляд, что при ответе на вопрос том, считают ли респонденты себя патриотами - 27,6% респонденток затруднились ответить, а 17,2% ответили – нет. Среди мужчин по 36,4% затруднились ответить и сказали – нет. Однако не может не восхищать и то, что 55,2% опрошенных спортсменок и 27,3% спортсменов ответили, что считают себя патриотами своей страны. Получается, что среди современных российских спортсменок патриотов больше, чем среди мужчин.

Для того, чтобы расширить круг знаний о современном спортсмене, мы поставили ряд вопросов о внутренней мотивации к занятию спортом наших респондентов. На вопрос о том, с какой целью респонденты посвятили себя большому спорту 62,5% женщин и 50 % мужчин ответили, что хотят добиться высоких спортивных результатов. Стать известными среди респондентов хотели 5,7% женщин и 12,5% мужчин. Заработать денег хотят больше мужчины (12,5% против 8,6% желающих среди женщин). По каким либо другим причинам спортом занимаются 14,4% женщин 6,3% мужчин и 5,7% респонденток честно признались, что кроме этого ничего не умеют (это, на наш взгляд, признак искренности женщины при ответе). Эти процентные соотношения говорят, что мужчины – спортсмены прагматичны в области своей профессиональной деятельности, но это вовсе не означает, что женщины – спортсменки не знают, чего хотят от выбранного ими образа жизни и вида деятельности.

Для 54,3% женщин, так же как и для 46,2% ответивших на вопрос мужчин, спортивная карьера – это способ самоутверждения. Примерно равное количество респондентов (46,2% среди мужчин и 37,1% среди женщин) видят в спорте способ достижения определенного статуса. И лишь 15,4% спортсменов и 8,6% спортсменок считают занятия спортом профессией, то есть средством материального обеспечения. Это еще раз подтверждает наше предположение о большей утилитарно-прагматической ориентации спортсменов-мужчин, чем спортсменок-женщин.

Анализируя результаты ответов, мы можем наблюдать меньший разброс между ответами у мужчин и больший у женщин, что говорит о большей эмоциональности женщин или более четкой ориентации в мотивах и целях у мужчин. Так, например, на вопрос о том, как себя осознают спортсмены в своей профессиональной деятельности, результаты ответов у мужчин разделились поровну – 50% чувствуют себя человеком, реализующим свои предельные возможности, а другие 50%, просто занимаются любимым делом. Женщины, отвечая с большей разбросанностью по вариантам ответов, как нам кажется, ответили более эмоционально. 38,2% - занимаются тем, что нравится, 32,4% ощущают себя человеком, реализующим свои предельные возможности, 17,6% спортсменок, выступая, осознают себя представителем своей страны и это понятно, поскольку больший процент патриотов оказался именно среди женщин. И, несомненно, показательным для нас является, хотя и не большой процент (11,8%) ответив-

ших респонденток, но ответ что они « ощущают себя как женщина, которая ни в чем не уступает мужчинам».

Несомненно важным, как нам кажется, является выяснение значения и роли высшего физкультурного образования для формирования личности спортсменов высокого класса и становления спортивной карьеры, а так же личной и социальной самореализации. Поэтому мы ввели в анкету группу вопросов посвященных образованию.

Выбор учебного заведения, в котором на данный момент учатся (или учились) респонденты – для 53,6% женщин и для 36,4% мужчин зависел от разных обстоятельств. У 25% женщин и 36,4% мужчин он зависел от тренера, который предложил им то или иное учебное заведение. 17,9% респонденток и 18,2% респондентов выбирали учебное заведение по имеющейся в нем спортивной базе. И по одному респонденту у женщин и мужчин смотрели, высоко ли котируется диплом того или иного учебного заведения.

Вопрос о том, какое влияние оказывает профессиональное физкультурное образование на спортивную карьеру респондентов, был задан тем, кто имеет его (или находится в процессе получения данного образования). Для 40% женщин оно дает уверенность в профессиональной занятости в будущем, тогда как среди мужчин ни один респондент не выбрал данный вариант ответа! Очевидно, это связано с ситуацией в нашей стране, когда молодой женщине необходимо успеть построить свою карьеру, выйти замуж и родить ребенка. И все это необходимо сделать за достаточно короткий промежуток времени, поскольку огромное значение в профессиональной карьере в последнее время приобрел возрастной ценз. Женщины, думая о будущем, хотят иметь в запасе какой – либо вариант. Разумеется, нельзя говорить, что мужчины не думают о будущем, о карьере и семье, однако у них есть большее количество времени для построения своей карьеры, в том числе и спортивной. Об этом можно судить по результатам ответов. На поставленный вопрос 44,4% мужчин ответили, что «образование способствует росту спортивной карьеры», тогда как среди женщин данный вариант выбрала всего одна спортсменка.

Примерно одинаковое количество респондентов (25% среди женщин и 33,3% среди мужчин) считают, что профессиональное образование повышает их социальный статус. 15% спортсменок и 11,1% спортсменов вообще не связывали свой социальный статус с получением профессионального образования.(!) Какое – либо другое влияние оно оказывает на 15% респонденток и одного респондента.

Примерно одинаково распределились ответы на вопрос о том, пожелали бы респонденты той жизни, которую они прожили в спорте своим детям. 53,6% женщин, так же как и 60% мужчин ответили положительно. А 46,4% женщин и 40% мужчин ответили - нет, обосновывая свой ответ, что это очень тяжело как физически, так и морально.

Очень оптимистично настроены респонденты, поскольку на вопрос, не боятся ли респонденты, что после завершения спортивной карьеры они будут никому не нужны, 90,9% мужчин и 55,2% женщин ответили – нет, не боятся, поскольку имеют в запасе другой вариант. Один респондент, так же как и 20,7% респонденток не думают еще о том, что будет после завершения спортивной карьеры. И 24,1% опрошенных женщин боятся, что после завершения своей спортивной деятельности будут никому не нужны, тогда как ни один мужчина не выбрал данный вариант ответа. Сравнив эти результаты ответов, видно, что женщины с большей тревогой смотрят в будущее. Может поэтому среди них больше таких, которые получают высшее профессиональное физкультурное образование для уверенности в профессиональной занятости в будущем.

Если на основе ответов, полученных в нашем интервью, попытаться составить социальный портрет спортсменки, то это молодая женщина, имеющая весьма высокие спортивные достижения. У нее на сегодняшний день среднее образование, но сейчас она учится в учебном заведении, которое выбрала по своему личному усмотрению. В профессиональном спорте она более 5-и лет. Современная спортсменка считает достижения российских спортсменов на мировой спортивной арене более значительными по сравнению с прошлыми. Анализируя ответы по вопросам, связанным с современным положением российских спортсменов, складывается впечатление, что, она настроена вполне оптимистично, хотя подобный оптимизм не исключает и не заменяет ее неудовлетворенности своим материальным положением. Однако, не смотря на проблемы, она считает себя патриоткой своей страны. Хотя спорт она воспринимает как профессию, однако основной целью для нее является – добиться высоких спортивных результатов, а так же желание самореализоваться. И занимается она спортом только потому, что ей это нравится. Для того, чтобы не бояться своего будущего после завершения спортивной карьеры, она получает профессиональное физкультурное образование, которое дает ей уверенность и хорошее социальное самочувствие. Современная спортсменка хотела бы, чтобы ее дети прожили такую же жизнь в спорте, как и она.

Современный спортсмен представляется нам как молодой человек, достигший достаточно высокого уровня в спорте. Он, на сегодняшний день, имеет среднее образование и в спорте уже больше 5-и лет. Он недоволен сегодняшними достижениями российских спортсменов, и считает, что современные спортсмены не соответствуют по подготовке спортсменам других держав. Так же современный спортсмен, считая приемлемым получение материального вознаграждения за свою деятельность как стимул для дальнейшего роста, однако не ощущает себя материально обеспеченным. Он не определился пока еще патриот ли он или нет. Спортивная карьера для него - способ самоутверждения. Он занимается тем, что ему нравится и осознает себя в этом, как человек, реализующий свои предельные возможности. Современному спортсмену так же, так же как и спорт-

сменке хочется добиться высоких спортивных достижений. На данный момент он получает профессиональное физкультурное образование в учебном заведении, которое он выбрал сам или ему предложил тренер. Образование, которое сейчас получает спортсмен, по его мнению, способствует росту спортивной карьеры. Поэтому он не боится завершения спортивной карьеры, у него есть в запасе другой вариант. И он тоже пожелал бы своим детям прожить такую жизнь в спорте, как прожил сам.

Анализируя ответы респондентов, как мужчин, так и женщин, мы можем смело сказать, что особой разницы между спортсменами и спортсменками – нет, но все же они разные. Знать эти различия, на наш взгляд, необходимо, хотя бы, для того, чтобы иметь правильное представление о спортсменах. Полученная информация может помочь выявить круг знаний и сформулировать ряд проблем, связанных с особенностями интеграции спортсменов и спортсменок высокого класса в современное общество.

---

## **ТЕНДЕНЦИИ ЭВОЛЮЦИИ СОЦИАЛЬНОЙ СТРУКТУРЫ В УСЛОВИЯХ ТРАНСФОРМАЦИИ РОССИЙСКОГО ОБЩЕСТВА**

**С.И. Росенко**, член-корреспондент БПА,  
доктор социологических наук  
**О.В. Арсеньева**

Последние десятилетия ознаменовались существенными изменениями качественного и количественного состояния социальной стратификации российского общества. Проведенные рыночные реформы, приватизация рыночной собственности, перераспределение властных отношений обусловили появление новой классовой, отраслевой, профессиональной и демографической дифференциации в России. Это проявилось в появлении новых социальных групп, росте социальной мобильности, углублении социального неравенства и расслоении населения. Одной из тенденций социального развития России стало уменьшение численности населения. Если в 1990 г. население страны составляло 148,1 млн. чел, то в 2000 г. – только 145,5 млн. чел. Одновременно произошел рост численности трудоспособного населения соответственно с 83,9 млн. чел. до 85,5 млн. чел. Практически осталось без изменения соотношение городского и сельского населения: в городах в среднем проживает 74% россиян, а в сельской местности – 26%. Также относительно стабильным является этнический состав населения – подавляющее большинство (примерно 82%) составляют русские. Эти показатели свидетельствуют, что Россия продолжает являться одной из крупнейших стран мира, демографическая и территориальная структура

которой в достаточной степени ориентированы на постиндустриальное развитие.

Одним из определяющих факторов эволюции социальной сферы является изменение численности и состава экономически активного населения (занятое в экономике население и безработные). Статистические данные фиксируют снижение его количественного состава – с 75 млн. чел. В начале 90-х гг. (70% населения) до 66,8 млн. чел. в 1998 г. (61% населения). Вместе с тем неоднозначно изменилось соотношение занятых в экономике и безработных в составе экономически активного населения. Если численность занятых уменьшилась с 71 млн. чел (66,7% населения) до 57,8 млн. чел (52,9% населения), то количественные показатели безработных, наоборот, значительно возросли с 3,9 млн. чел (5,2% населения) до 8,9 млн. чел (13,3 % населения). Такая структура свидетельствует о кризисных моментах в развитии экономики и отражает достаточно низкий уровень восприимчивости трудовых ресурсов в стране.

Решающим фактором социальной дифференциации в России стал фактор собственности. В стране происходит становление крупного, среднего и малого бизнеса, что создает условия для формирования новых классовых общностей. В российском обществе произошло деление экономически активного населения на наемных работников и предпринимателей-собственников средств производства и обращения. Наемные работники составляют абсолютное большинство занятых в экономике. Значительная часть наемных работников занята в государственном секторе и в силу кризиса именно они в наибольшей степени испытывают его последствия. Реструктуризация собственности привела к перераспределению доходов между различными группами населения и выдвинула на первый план проблему углубления имущественного неравенства между ними. В основном наемные работники госсектора имеют самый низкий уровень зарплаты. Другая часть занятых в государственном секторе обладают акциями своего предприятия, что предопределяет в определенной степени их двойной социальный статус – они одновременно являются работниками и собственниками своего предприятия. Однако в условиях российской реальности дивиденды работников-совладельцев оказались мизерными.

В дореформенной России уровень доходов не являлся существенной характеристикой социального положения индивида, так как государственная система регулирования доходов уравнивала имущественное положение граждан. С началом экономических преобразований произошли фундаментальные изменения в механизме регулирования доходов. Доходы стали важнейшим дифференцирующим признаком, в значительной мере определяющим социальный статус. В стране появилась ситуация, когда различие в доходах растет и соответственно растет социальное неравенство. Существенно изменился состав и структура доходов. В 1990 г. структура денежных доходов была следующей: 74,1% доходов составляла оплата труда; 2,5% - доходы от собственности; 3,8% - доходы от предпринимательской

деятельности. К 2000 г. это соотношение составило: 38,7% доходов составляла оплата труда; 5,9% - доходы от собственности; 14,8% - доходы от предпринимательской деятельности. Это означает, что оплата труда перестает быть основным источником доходов населения. Соответственно структуре доходов изменилась и структура расходов населения.

Одним из важнейших элементов социальной структуры является отраслевое и профессиональное деление населения. Основной тенденцией развития отраслевой структуры в экономически развитых странах является перемещение рабочей силы в услугопроизводящий сектор экономики. В последнее десятилетие в России происходили аналогичные процессы. Так, если в 1990 г. в сфере материального производства (промышленность, сельское и лесное хозяйство, строительство) было занято 41,7 млн. чел, то в 1998 г. этот показатель составляет 28,2 млн. чел. Вместе с тем процентное отношение занятых в этих отраслях ко всему занятому населению еще не соответствует аналогичным показателям в постиндустриальных странах. К концу XX столетия удельный вес занятых в материальном производстве в России составлял 44,2 % (в развитых странах, как правило, 25-30%). Что же касается профессионального деления, то ведущей тенденцией его изменения является возрастание доли умственного и нефизического труда в содержании профессиональных функций.

Таким образом, развитие социальных отношений в России характеризуется такими тенденциями как уменьшение численности экономически активного населения, изменение социального состава рабочей силы, появление слоя наемных работников-держателей акций, резкая дифференциация доходов населения, постепенное перемещение рабочей силы в сферу услуг. Вышеперечисленные тенденции свидетельствуют о том, что Россия относится к числу стран с переходным типом экономических и социальных отношений. Это определяет некоторую размытость границ между социальными группами, их нестабильность и повышенную мобильность. Вместе с тем общая направленность эволюции социальной структуры современного российского общества во многом совпадает с общемировыми тенденциями. В России формируется правящий класс (высшие государственные служащие, крупные бизнесмены), обретает контуры класс производственных и непроизводственных работников (рабочие, низшие служащие), растет численность среднего класса, объединяющего мелких предпринимателей, интеллигенцию, служащих среднего звена. Такое деление свидетельствует о включенности России в общемировые социальные процессы. Вместе с тем специфическими особенностями развития социальной дифференциации в России является усиление социального неравенства, поляризация социальных групп по величине дохода, маргинализация ряда слоев, составлявших социальную структуру предшествующего общества.

## БИЛЬЯРД В ПЕТЕРБУРГЕ: ДИНАМИКА СТАТУСА

**Е.В. Утишева**, член-корреспондент БПА,  
доктор педагогических наук, профессор  
**В.Н. Станиславский**

В последние 10-15 лет мы наблюдаем в городе стремительное развитие забытых или новых (нетрадиционных) видов игровой деятельности. Одним из самых распространенных из них является игра на бильярде, которая становится весьма популярным видом проведения досуга в Петербурге. За последние годы резко возросло количество бильярдных клубов и игроков. Только по данным телефонного справочника бильярдных клубов и мест, где можно поиграть на бильярде более 120. Популярность игры, ее стремительное распространение среди самых разных социальных слоев привлекает внимание широкого круга заинтересованных людей, представителей самых разных групп и профессий: предпринимателей в сфере отдыха, развлечений и туризма, специалистов, занимающихся вопросами образа жизни населения, специалистов в области физической культуры и спорта. Для представителей всех заинтересованных групп в той или иной мере имеет значение выявление социального содержания данного вида игровой деятельности. Проблему можно сформулировать в виде следующих вопросов: что такое игра на бильярде, это спорт или проведение досуга? На первый взгляд, спортом данную деятельность трудно назвать, но, вместе с тем, проводятся соревнования, существует федерация бильярдного спорта и игра на бильярде претендует на то, чтобы стать Олимпийским видом. Может быть, это один из новых видов физкультурной деятельности или это просто «тусовка»? Каково значение данного времяпровождения для личности и для общества, для образа жизни разных социальных групп? Почему на разных этапах истории в России по-разному относились к игре на бильярде? Иными словами, каково социокультурное значение игры на бильярде в наши дни? В бильярдные приходят школьники и пенсионеры, мужчины и женщины, люди всех возрастов и разных профессий. Можно ли говорить о бильярде как о социальном движении? И, наконец, каковы роль и место кафедры нетрадиционных видов спорта ГАФК им. П.Ф. Лесгафта в городском бильярдном движении?

Игра на бильярде попала в Россию с запада (из Голландии) по воле Петра Великого. Бильярдный стол царь приказал установить у себя в резиденции и повелел всем, кто ожидает приема, упражняться в игре на бильярде. Популярной и распространенной игра становится при Анне Иоановне (Русский бильярд, 1998, №1, с.2-30). Причем популярность игры на бильярде настолько высока, что «... в старые времена ...бильярд с маркерами красовался над каждым трактиром» (Брюхо Петербурга, СПб, 1994, с.187). Попав на русскую почву, бильярд развивался совершенно самостоятельно. «Русские игроки отдали предпочтение партиям карамбольным и появилась

манера класть шары в лузу верным ударом. Потребовались строго выверенные бильярды, введенные А. Фрейбергом, одним из известных бильярдных мастеров. К XIX столетию выработался свой тип лузного бильярда и был доведен до совершенства именно в России.

Появились «строгие» столы, на которых шары могли быть сыграны только при очень точном ударе» (Балин И.В. Поэма о бильярде, 1991). Также в России появляются новые игры. Например, при Екатерине II, которая была заядлым игроком, появилась игра под названием «русская пирамида», а затем появилась «московская пирамида» (Брокгауз Ф.А., Ефрон И.А., 1890, с. 864).

«С начала XIX столетия бильярд можно было встретить почти в каждом ресторане, трактире или гостинице, к сороковым годам как в Петербурге, так и по всей России не остается ни одного полка, в офицерском собрании которого не стоял бы бильярдный стол» (И.В. Балин, 1991). В конце века русские офицеры завезли русский бильярд в Финляндию, постепенно он завоевал популярность на Западе - в Швейцарии, Германии, Греции, а также в Монголии («Русский бильярд» №1,1997,С.2-3). Можно сказать, что игра на бильярде стала господствующей в России и это притом, что точных и основательных правил этой игры не было.

На это указывает Р. Бакастов в своем предисловии к «Правилам бильярдных игр и ясным и точным наставлениям исполнения этой игры» 1853 года. С точки зрения автора отсутствие четких правил являлось недостатком игры на бильярде и приводило к частым ссорам между игроками и плутовству. Однако если размышлять о причинах столь широкой и устойчивой популярности игры на бильярде, то можно предположить, что именно большая степень свободы в игре, ее вариативность, непредсказуемость результата, эмоциональный накал, острота и азарт, иначе говоря, ее игровая притягательность, может быть обусловлена как раз отсутствием строгих правил. Что собственно и позволяло игре на бильярде быть именно игрой.

Положение игры на бильярде в советское время можно назвать двойственным. В 20-е годы в Советском Союзе, как и во всем мире, игра на бильярде была всенародной... Заядлым игроком был И. Сталин, К. Ворошилов хлопотал за восстановление разрушенной фабрики по производству бильярдных столов Шульца. («Русский бильярд», №1,1997,с.2-3). В то же время в постреволюционной печати отмечалось, что бильярд чаще всего встречается или в пивных, или в «специальных» частных бильярдных, где рабочим не место.

В противовес этому замечанию, в 1928 году в ЦПКиО Москвы открылась академия бильярда, которая просуществовала вплоть до 1980 года (закрыли ее по настоянию первого секретаря Московского горкома партии В.В. Гришина. По его мнению, академия могла помешать проведению Московской Олимпиады (Русский Бильярд, 1997, №1,с.2-3). М. Васильев в «Теории и технике бильярдной игры» 1930 года отмечает, что в 30-е годы

бильярд входил в программу обучения военных академий как развивающий глазомер и смекалку, воспитывающий терпение и выдержку. В то же время отмечаются и причины новой тенденции - тенденции постепенного «свертывания» игры на бильярде: стоимость столов и шаров для советского времени оказывается слишком высокой (от 500 до 2000 р.); стоимость самой игры также слишком высока (1 час 1,5р. - 2,4р.).

Серьезным препятствием на пути развития игры на бильярде в стране стало резко отрицательное общественное мнение по отношению к этой игре. Бильярд ассоциировался с хулиганством и криминалом, приравниваясь к карточным и другим азартным играм.

Бильярдные столы, обладая высокой стоимостью и, часто, художественной ценностью, из публичных заведений переводились в частные руки или закрытые и полузакрытые клубы и становились предметом роскоши. Один из знаменитых бильярдных мастеров А.П. Чемоданов находился в Белоруссии у бывшего главного партийного начальника ВОВ, впоследствии члена политбюро П.К. Пономаренко. Второй, возможно до сих пор, стоит в доме приемов МИД на улице А. Толстого в Москве. Утратив свой развлекательный, общедоступный и игровой характер для различных групп населения, бильярд обрел официальный статус сомнительного, полукриминального занятия для народа, но допустимого для политической и творческой элиты и даже знаком принадлежности к элите. В то же время стремительное развитие спорта приводит к тому, что в поле спортивных интересов попадает и игра на бильярде. Уже в начале XX века она приобретает спортивный характер, проводятся всевозможные международные соревнования. Однако статус спортивной деятельности игра на бильярде не получает, поскольку с точки зрения теории физической культуры и спорта игра на бильярде не соответствует играм спортивного характера. Чрезвычайно любопытна характеристика игры на бильярде, данная в Советской энциклопедии 1927 года (редакция О.Ю. Шмидта): «Хотя игра на бильярде требует от игроков проявления силы и ловкости, выдержки и находчивости, однако, эти физические качества и психические навыки не получают равномерного развития, вследствие чего игра не может быть отнесена к числу игр спортивного характера; кроме того, игра в бильярд осложнена еще и элементом сильного азарта. Высший совет ФК относит бильярд не к спортивным играм, а к развлечениям».

Тем не менее, «спортизация» игры на бильярде продолжалась. С 1935 года начинается проведение повсеместных, массовых турниров по игре на бильярде. До 1941 года при Комитете по делам ФК и спорта существовала бильярдная секция. Проводился Кубок Москвы по игре на бильярде, в котором принимали участие игроки бильярдных секций при клубах РНХ, НКВД, Всесоюзного общества старых большевиков, Дома ученых, Клуба писателей, Дома печати, Всесоюзного общества политкаторжан, Клуба работников милиции и Мосавтоклуба. В течение двух недель проводились отборочные соревнования, затем непосредственно турнир (в два

круга, по Олимпийской системе), определяющий претендентов на победу. После этого соревновались сильнейшие игроки страны и некоторым из них, а именно Н. Брезину, А. Миляеву, Н. Кобзеву незадолго до Великой отечественной войны было присвоено звание мастера спорта (В. Капралов, Спортивный бильярд, М., 1990).

Со времени появления игры на бильярде в России её лучшими друзьями и популяризаторами были офицеры.

В 1944 г. в Москве при поддержке Сталина и советских офицеров был организован бильярдный турнир в помощь фронту, собравший, по слухам, немалые средства («Русский бильярд», №1,1997, с.3).

После 1947 года наблюдается резкий спад внимания и интереса к бильярду (Балин И.В. «В мире бильярда». М. 2001, с. 31). Отчасти это объясняется тем, что производство необходимого инвентаря в стране нет, традиции, технология изготовления бильярдного инвентаря утрачены, так же как и огромный опыт русских мастеров как, впрочем, и сами мастера.

Существенные перемены в бильярдном мире произошли во второй половине 60-х годов. В журнале «Наука и жизнь» (1968. № 2, 5) появилась статья В. Борахвостова «Бильярд», вызвавшая большой резонанс в стране и поток писем в редакцию, из которой стало ясно, что бильярд не забыт и на нем по-прежнему играют самые разные люди, все кто имеет доступ к бильярдным толам. В статье были описаны соревнования по бильярду, проводимые в санаториях и домах отдыха. Соревновались: бильярдная команда ленинградского института Гипромитиз; спортсмены Владимиро-Волынского управления Шахтспецстрой; работники «Синхрофазатронного» городка Дубна; капитан, сотрудник советского посольства в ВНР; спортсмены местной скорой помощи г. Иваново; слесарь экспер.отд. трест «Уралмонтажавтоматика»; коллектив рабочих-спортсменов цеха № 6 Северодонецкого завода стеклопластика; спортсмены домостроительного комбината треста Ждановжилстрой; спортсмены таксомоторного парка №1 г. Караганда; руководитель бильярдной секции новороссийского цементного завода «Пролетарий», и другие. Из статьи следует, что со времен Фрейберга и Бакастова ровным счетом ничего не изменилось - в ходе соревнований выяснилось, что в каждой области Советского Союза играют по своим правилам.

Список команд и состав игроков, представленных в статье В. Борахвостова позволяет утверждать, что игра в бильярд вновь стала носить народный характер. Обращает на себя внимание то, что бильярдисты стали называть себя спортсменами, в их лексиконе появилось выражение «бильярдная команда». Кроме того, в бильярдном мире появилось такое новообразование как переписка. Из журнала люди узнавали о правилах, спорных случаях, тонкостях игры, новых играх на бильярде. Рассматривались задачи, задавались вопросы по игре в бильярд для массового обсуждения. Обсуждаются вопросы технического оснащения бильярда, правила содержания и устройства бильярдного инвентаря. Именно на страницах журнала

«Наука и жизнь» читателям была представлена игра «Снукер» (ловушка), культивирующаяся на Западе (в основном в Великобритании и США).

Завершается этап «спортизации» игры на бильярде в восьмидесятые годы, когда создаются федерации бильярдного спорта в Грузии, Узбекистане, Ленинграде и, наконец, в 1988 г., в Москве.

В 1989 году в Москве организован Союз бильярдистов СССР, и в мае этого же года состоялось решение о принятии Союза в Европейскую конфедерацию бильярда, в свою очередь, входящую в состав Всемирного бильярдного союза. Это означало, что советские бильярдисты получили путевку на участие в международных соревнованиях, европейских и мировых первенствах. Потребовалось срочно овладеть неизвестными ранее в России играми на бильярде - для этого в Москве открылись курсы мастер класса по карамбольным играм, входившим в программу бильярдного пятиборья. После 1990 года стали издаваться книги об игре на бильярде, в основном исторического содержания.

Создание федераций становится важным этапом институализации игры на бильярде в России.

Последним этапом институализации игры на бильярде является создание в системе высшего профессионального физкультурного образования кафедр, при которых ведется подготовка профессионалов, специалистов в области игры на бильярде, в том числе и ГАФК им.П.Ф.Лесгафта. Предметом внимания специалистов по игре на бильярде является не только теория и методика игры на бильярде как спортивной деятельности, но и ее социокультурное содержание, социальная среда и тот фон, которые окружают игру и игроков.

Проблема, где можно поиграть на бильярде, в Петербурге сегодня не актуальна. Официальных бильярдных клубов в городе более ста, а мест, где можно поиграть в бильярд гораздо больше. Причем на любой вкус и кошелек. Собственно, проблема теперь состоит в выборе бильярдной. Во многом этот выбор определяет атмосфера бильярдных. Во-первых, вход в бильярдные почти всегда свободный. Здесь тепло, почти во всех заведениях играет музыка. Отличительная черта - в бильярдных музыка не мешает спокойному разговору и является приятным фоном. Имеется бар, как правило, недорогой. Плюс ко всему, бильярдная - весьма безопасное место. Если посетитель нуждается в активном отдыхе, во всплеске эмоций и острых ощущениях - в его распоряжении состязательность и азарт, присущие бильярдной игре. В то же время, в представлении большинства начинающих игроков, особенно молодежи, бильярд не требует какой-либо предварительной подготовки. От участников не требуется каких-либо специальных навыков. В любой момент маркер может показать основные приемы. Спокойная обстановка и любительское отношение к игре резко отличает игру на бильярде от других видов физкультурной деятельности, например, катания на велосипедах, роликах, сноуборде, поскольку они требуют уже сформированных навыков или определенного напряжения для тех, кто эти

навыки начинает осваивать. В отличие от многих видов физкультурной деятельности, игра на бильярде не требует никакой специальной экипировки. Чрезвычайно значимым для психологического фона является и тот факт, что игра на бильярде уравнивает шансы игроков независимо от возраста и пола и в игру включается вся прибывшая в клуб компания.

Определенное «любовительство» петербургских бильярдных заключено и в качестве инвентаря. Спектр оборудования весьма широк: самодельные столы с большими техническими огрехами, оборудование «в годах», за которым не велся должный уход, и они находятся в весьма плачевном состоянии; столы и кии, изготовленные специалистами, но дешевые, из недорогих материалов, и, наконец, бильярдные с очень дорогим оборудованием со специальной отделкой. Играют на любом оборудовании, но когда представляется возможность, переходят на лучшее. Типичный пример- перемещение клиентов из бильярдной расположенной в кинотеатре «Уран», где установлены столы и кии более чем скромного качества в бильярдную «На Костромском», по соседству.

Исследуя бильярдные современного Петербурга, мы получили следующий вывод - все бильярдные можно разделить на 4 основные группы, руководствуясь следующими критериями: качеством и количеством инвентаря, и местом расположения куба относительно центра города. Данные критерии выбраны потому, что именно эти факторы в большей мере отличают бильярдные клубы.

Ранжировать клубы по времени работы, ценам и т.п. не удалось, поскольку большинство из них находятся на одном уровне.

Эталоном первой группы можно считать клуб «Лидер». Количество столов в нем самое большое в Европе, более 80 штук. На его базе проводятся престижные соревнования. Ценовая политика предусматривает интересы студентов и даже школьников. Клуб работает 24 часа в сутки, и даже в ночное время цены остаются приемлемыми для большинства любителей бильярда. Клуб ориентирован как на профессионалов, так и на любителей, интересы его универсальны - и отдых для любых посетителей, и «тусовка», и развитие бильярдного спорта и проведение соревнований.

Вторая группа клубов - это место, где бильярд представлен как средство проведения досуга. В таких клубах, как правило, количество столов от 5 до 10 штук, соревнования проводятся среди посетителей, но при этом не ставится цель развития спортивного направления в игре на бильярде. Не редко в таких клубах имеются кабинеты (комнаты) повышенной комфортности (VIP) кабинеты, где цены значительно выше, чем в общем зале. Это отдельный, как правило, двухкомнатный кабинет (бильярд и столовая) со стильным интерьером. Надо отметить, что в залах весьма широкий диапазон цен - от 100-200 до 18.00 и 200-300 р. в час после 18.00. Например, клуб «Шаровня на Аптекарском» предлагает своим посетителям исключительно VIP залы - 640 р. в час (пул и русский бильярд).

Третья группа отличается от второй отсутствием VIP кабинетов и невысоким качеством инвентаря, (это обстоятельство лишает возможности провести соревнования высокого уровня на базе клубов, составляющих третью группу), недорогим баром. Как правило, такие клубы находятся в спальных районах, далеко от центра города. В таких клубах проводятся локальные (среди посетителей) соревнования. Основной контингент - жители окрестных кварталов.

Четвертую группу составляют рестораны, кафе, бары, в которых мало (1-3) столов и очень часто эти столы - автомат, маленького (не стандартного) размера, оплата игры на которых осуществляется за партию (30 р. партия), а не за час.

**Игроки.** Провести опрос в виде анкетирования в атмосфере бильярдных оказалось весьма и весьма затруднительно, и, потому мы предпочли провести опрос в виде интервью или беседы (в зависимости от обстоятельств), более уместных в данном случае. Поэтому, говоря о результатах исследования, мы можем основываться на качественном анализе, а не традиционном - количественном. Качественный анализ позволяет нам говорить о тенденциях, возможных направлениях развития той социальной среды, которую формируют бильярдные клубы Петербурга.

Можно сказать, что в петербургских бильярдных подавляющее количество игроков составляют постоянные клиенты. Большинство посетителей сделали свой выбор и «осели в своих» бильярдных.

Выбор бильярдной определяется, как правило, несколькими характеристиками, главная из которых - близость к месту проживания или учебы (диаграмма 1).

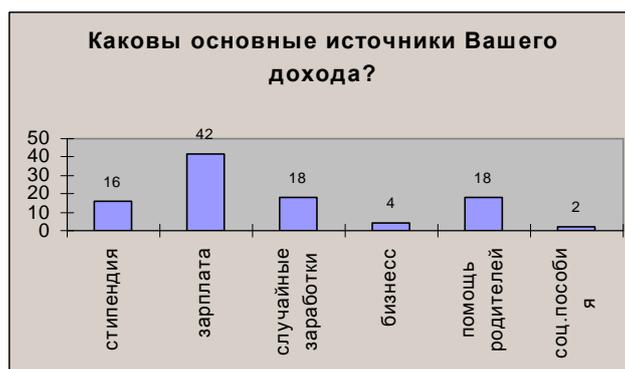


Несмотря на преобладающее среди посетителей постоянство, все же не стоит забывать довольно-таки большую группу людей, относящуюся к «кочующим» игрокам. Большинство из них находятся в поиске «своего» места - это люди, играющие в бильярд менее года.

Основная масса посетителей приходится на вечернее время. Среди них большинство составляют мужчины, как правило, не связанные супружескими узами, со средним или средним специальным образованием. Посетителей, имеющих высшее образование меньше, хотя считать их редкостью в бильярдной нельзя. В основном, посетители бильярдных - люди

среднего достатка. Их основной доход составляет заработная плата плюс случайный заработок.

Такое сочетание обеспечивает им «нормальную жизнь, правда, без особых излишеств. Среди игроков много рабочих и студентов. Источником своих доходов студенты назвали стипендии и помощь родителей (диаграммы 2, 3).



Чаще на бильярде играют вдвоем и, в основном, играют просто так, а не на деньги. Тем не менее, очень часто можно встретить, причем в любой бильярдной, азартных игроков, которые играют «на интерес». Как правило, проигравший оплачивает стол (игровое время), или угощает победителя. Реже выигрыш составляет небольшая денежная сумма в размере около ста рублей. На вопрос «Почему не поиграть просто так?» был получен ответ: - «Такой ход повышает интерес к игре, привносит азарт. Выигрыш мелкий, но приятный, в случае же проигрыша, негативное ощущение компенсируется букетом пережитых чувств и удовольствием, полученным от интересной игры» (диаграмма 4).



Результаты исследования позволили разделить посетителей бильярдных на две группы. Первая группа - «посетители первой половины дня» - в ее состав преимущественно входят школьники и студенты. Бильярдистов первой группы объединяет близость клуба к месту учебы, так как основными посетителями бильярдных в утреннее время являются ученики близлежащих школ и институтов. Пример такого клуба – бильярдная «Картахена». В клубе почти всегда играют студенты УЭФ, и ГУТ им М.А. Бонч-Бруевича, так как эти ВУЗы находятся в непосредственной близости. Чтобы завлечь игроков в бильярдную, близкое местоположение к учебе необходимо, но недостаточно.

Необходимо, чтобы бильярдная работала в удобное для посетителей время, в данном случае - с 11 часов. Во многих клубах уже в 12 часов наблюдается бойкая работа. Например, в клубах «Леон» и «Мартина». Часть школьников и студентов прогуливают уроки и лекции. Для школьников характерным является приход в бильярдную группой, по 5-6 человек. Третий чрезвычайно важный фактор для данной группы - стоимость услуг. После стоимости услуг значение имеет качество инвентаря. Основной мотив посещения бильярдной для первой группы - потребность общения. Условия и атмосфера бильярдной этому способствует.

Вторая группа - посетители второй половины дня. Преимущественное количество посетителей составляют люди от 30-35 лет и старше (в бильярдных не редкость встретить людей преклонного возраста, от 70 до 96 лет). Преимущественно мужчины. Хотелось бы отметить, что первая группа охотнее отвечала на вопросы интервьюера, нежели вторая. Подавляющее количество посетителей играют на «интерес». Т.е. проигравший либо выплачивает заранее оговоренную сумму победителю (сумма небольшая, от 50 до 100 р.), либо оплачивает игровое время, либо угощает победителя (чаще всего играют «на пиво»). Основные мотивы посещения бильярдной - отдых после рабочего дня и общение с интересными и близкими по интересам людьми.

Третья группа - посетители бильярдных VIP кабинетов. Эту группу тоже можно разделить на две подгруппы. Такое разделение определяется уровнем престижа клуба в городе, соответственно стоимостью и перечнем предоставляемых услуг. В первую подгруппу входят представители бизнес класса среднего достатка, как правило, отмечающие какое-либо событие большой компанией. Кроме того, выбор VIP зала продиктован обеспечени-

ем уединенности, безопасности и конфиденциальности встречи. Имеет значение и относительно невысокая цена VIP кабинета, примерно в 1,5-2 раза выше цен общего зала. Обстановка большинства VIP кабинетов бильярдных клубов не многим отличается от обстановки общего зала. Часто имеется телевизор, реже - душ.

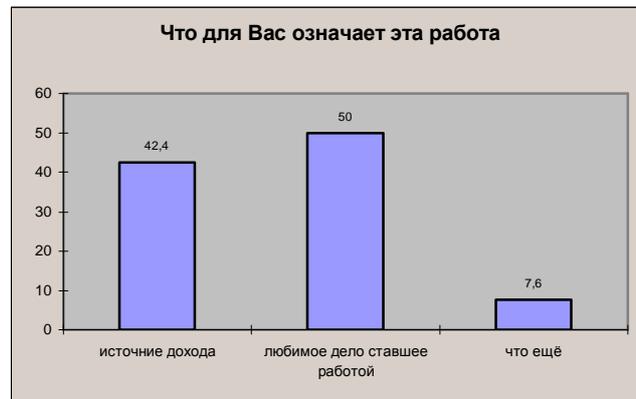
Вторую подгруппу составляют представители элиты бизнеса, политики, искусства и т.д. Собственно клуб, посещаемый этой группой, в Петербурге всего лишь один, - «Шаровня на Аптекарском». Цена - 640 р. в час и посещение клуба разрешено только его членам. Помимо бильярда, посетителям предлагается весь спектр услуг клубов релаксационного направления. В клубе проводятся соревнования на бильярде среди его членов.

Четвертая группа участников состоит из представителей трех категорий бильярдистов. Прежде всего, это «профессионалы» игры на бильярде. «Профессионалами» здесь называют игроков, чей игровой стаж составляет более десяти лет. Это игроки «старой школы» - их интересует сам процесс, игру на бильярде они расценивают как моральное и эстетическое наслаждение. Именно эта категория игроков находится ближе других к сути, к спортивно - игровому содержанию бильярда. Они почти всегда играют на интерес, чем обнаруживают сходство с игроками третьей группы. Различия составляют уровень мастерства, стаж и возраст. «Профессионалы» в своем большинстве люди за 50 лет. Другая категория игроков - это так называемые «каталы», которые играют только на крупные деньги. Эта категория игроков зарабатывает таким способом себе на жизнь. Достаточно часто это является основным источником дохода. Среди данной группы распространено «гастролерство». «Каталы» следят за бильярдной жизнью страны и «бороздят ее просторы» в погоне за крупным кушем, приговаривая: «Волка ноги кормят». И, наконец, группа спортсменов-бильярдистов, выступающих на соревнованиях и состоящих в командах. Почти всегда играют на деньги, (неофициально даже на соревнованиях), чем схожи с представителями второй подгруппы. Многие «гастролируют». Отличие состоит в том, что это - вынужденная мера, так как заниматься только бильярдом (профессионально) в современных условиях в России невозможно по причине дороговизны этого вида спорта.

Обобщая сказанное, можно набросать эскиз к социальному портрету петербургского посетителя бильярдной. Это - неженатый мужчина, 31-40 лет, обладающий средним или средним специальным образованием, живущий на заработную плату (впрочем, имеющим дополнительный заработок, который, не позволяя бедствовать, не позволяет жить и на широкую ногу). Уже не первый год, несколько раз в неделю, он заглядывает в бильярдную, находящуюся неподалеку от дома, где, отстраняясь от будничных забот, приятно проводит время за игрой на бильярде, сопровождая игру кружкой холодного пива, сигаретой и приятной кампанией. Обычно он играет со своим приятелем. Реже - с маркером.

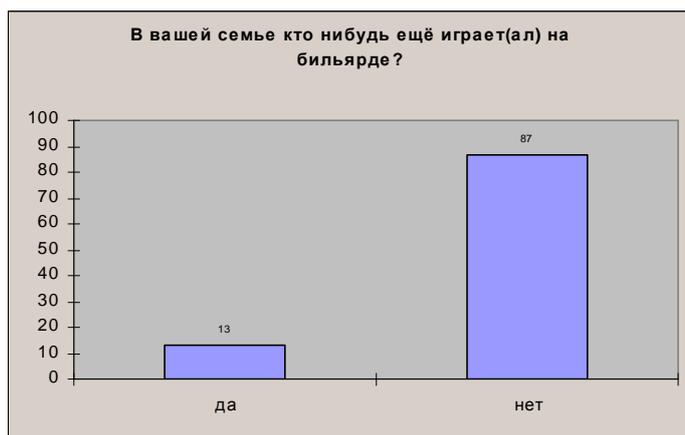
**Маркер.** В ходе нашего исследования было опрошено 54 маркера, работающих в петербургских бильярдных. Можно сказать, что работа маркера пользуется популярностью среди молодежи. Пик этой популярности относится к 1999 году, но интерес к этой работе не уменьшается, сохраняется и по сей день. В основном, возраст маркеров находится в диапазоне от 21 до 30 лет. Подавляющее количество опрошенных имеют стаж работы маркером от 1 до 3 лет. Менее объемная, но значительная группа работает в исследуемой сфере более года. Маркерами работают как мужчины, так и женщины. Преобладают мужчины. Динамика развития этого вида занятий следующая: если в начале 90-х годов среди маркеров женщин не было совсем, то в ходе нашего опроса мы получили ответы 12 маркеров-женщины и 42 маркеров-мужчины 7 из опрошенных женщин работают маркерами более года, среди них одна более 3 лет, одна - более 5, и 5 женщин работают менее года. 4 женщины- маркера имеют высшее образование. 2 являются студентками.

Среди маркеров преобладают студенты, затем, с небольшим отрывом, следуют маркеры с высшим образованием. Большинство маркеров закончили (учатся) учебные заведения с технической специальностью. Для большинства из них работа маркером - любимое дело, ставшее работой.



Большинство маркеров в числе главных задач ближайшего времени ставят перед собой следующие, добиться материального благополучия, закончить вуз, создать семью.

В связи со сложной судьбой игры на бильярде в нашей стране, говорить о бильярдной традиции в семье не приходится, однако небольшой процент таких семей все же имеется.

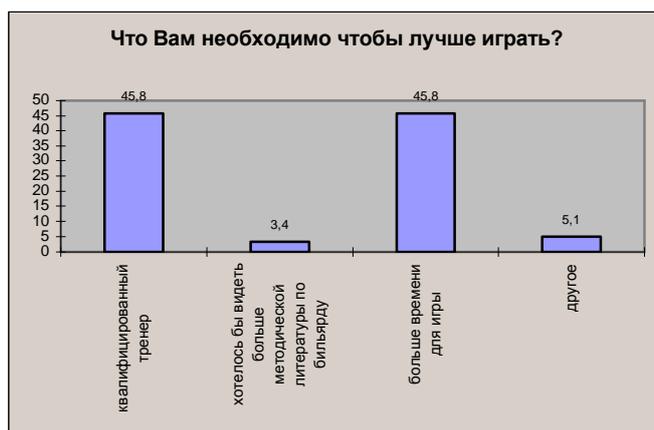


Среди общего числа маркеров бильярд большинством голосов признан видом спорта.



Несмотря на это, интересующиеся бильярдной жизнью маркеры разделились на два лагеря: одни наблюдают за ходом только наиболее интересных соревнований, другие практически не посещают или вовсе не интересуются событиями, разворачивающимися на зеленом сукне. Спортсменов-бильярдистов среди маркеров меньше. Участвуют в соревнованиях 30,5% от числа опрошенных маркеров, а 68,5% - не участвуют.

Основными причинами, сдерживающими развитие профессии маркера, сами маркеры называют недостаток свободного времени и отсутствие квалифицированного тренера.



Только двое отметили недостаток методической литературы. В итоге анализа данных опроса мы получили эскиз к портрету петербургского маркера: это неженатый молодой человек в возрасте от 19 до 30 лет, чаще юноша, чем девушка. У него высшее или незаконченное высшее образование, техническая специальность.

Он работает в бильярдной примерно 2 или 3 года. Специальные курсы не заканчивал, а обучался премудростям игры у сильных игроков. Работа маркера является для него любимым занятием, которое приносит дополнительный доход, к его основному, заработку.

Обобщая сказанное, можно сделать вывод о том, что игра на бильярде имеет следующее содержание и значение: Прежде всего, это вид рекреационной деятельности, доступный всем социальным слоям петербургского общества. Игра на бильярде для большинства посетителей является времяпрепровождением на досуге, что в принципе при правильной организации, может подарить нам массовый любительский бильярдный спорт, который в свою очередь станет и основным резервом для спорта высоких достижений и источником дохода для сферы отдыха и туризма. Во вторых, бильярдные клубы, являются сферой коммерческого предпринимательства и профессиональной занятости для владельцев клубов и управляющих, производителей инвентаря, обслуживающего персонала, маркеров. Третье направление - это бильярдный спорт - наиболее значимое и перспективное с точки зрения развития бильярдного спорта.

Результаты исследования показали, что в настоящее время тренером-учителем для игрока и для маркера является более опытный игрок. При этом, что в Петербурге работает не одна бильярдная школа, преподаватели ничего, кроме своего игрового стажа предложить здесь пока не могут. Можно сказать, что для современной ситуации в Петербурге по-прежнему актуальны слова В.И. Гофмейстера, сказанные им еще в 1947 году в книге «Биллиардный спорт»: «Научно-обоснованной, серьезной тренировки в бильярдном спорте у нас пока еще» нет».

Для развития бильярда как одного из олимпийских видов спорта и для формирования новых профессий в сфере бильярдного движения, например, профессии маркера, этот факт, безусловно, является недостатком.

Однако для развития самой игры на бильярде как вида досугового занятия, это не имеет серьезного значения. Скорее наоборот, можно предположить, что именно непрофессиональный характер игры на бильярде, ее восприятие среди населения как игры, а не как спортивной деятельности, отсутствие излишней серьезности и строгости в бильярдных, вольный и необязательный характер самой игры в обстановке расслабленности и покоя и ее совершенно неутилитарный смысл для большинства игроков, обеспечивает большое количество посетителей петербургских бильярдных.

-----

## **АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПЕДАГОГИКИ СПОРТА:**

---

### **ФОРМИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ И ДИДАКТИЧЕСКИХ УМЕНИЙ У СТУДЕНТОВ ПРИ ОБУЧЕНИИ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИМ ПРЫЖКАМ**

**С.Е. Войнова**, член БПА, кандидат педагогических наук

**М.Ю. Козьминых**, кандидат педагогических наук, доцент

Легкоатлетические прыжки относятся к скоростно-силовым видам спорта, поэтому успешность овладения техникой прыжков на прямую зависит от уровня развития этого ведущего качества. Ограниченный объем учебных часов и значительная разнородность занимающихся по уровню предварительной подготовки заставляют преподавателя непрерывно вести поиск новых, наиболее эффективных путей освоения техники данных видов легкой атлетики, формирования у студентов модели обучения данной технике, обеспечения ее наибольшим количеством средств (упражнений), а также формирования у них дидактических умений, то есть умений обучать двигательным действиям.

Обучение любому двигательному действию подчиняется основным педагогическим принципам и проходит ряд этапов. Обучение может проходить целостным и расчлененным методом. В настоящее время существует несколько известных методик обучения легкоатлетическим прыжкам:

*1. Традиционная*, основанная на обучении двигательному действию по частям, которая соотносится с основными педагогическими принципами «от простого к сложному» и «от главного к второстепенному», имеющая, в свою очередь, два направления последовательности обучения:

- а) разбег, отталкивание, приземление, полет,
- б) отталкивание, разбег, приземление, полет,

В вертикальных прыжках полет изучается перед приземлением как наиболее приоритетная фаза.

2. *Комплексно – вариативная* методика обучения,

3. *Круговая* методика обучения.

Последняя показала себя как наиболее эффективная для обучения студентов институтов физической культуры.

Круговая методика обучения основана на принципе обучения по кругу, когда в одном занятии последовательно изучаются элементы из всех фаз прыжка с обязательным целостным выполнением прыжка в конце данного урока в объеме технических требований этого урока. Выбор элементов для изучения подчиняется принципу «от главного к второстепенному» и «от простого к сложному». Определять последовательность применения имитационных, подводящих и специальных упражнений необходимо в зависимости от уровня предварительной подготовленности занимающихся, что представляется наиболее рациональным для студенческого контингента.

Начинать обучение нужно с наиболее приоритетной задачи, кроме того, необходимо обеспечить преемственность в обучении разным способам прыжков в длину и в высоту.

На первом этапе обучения прыжку в длину необходимо сформировать умение сочетать разбег с отталкиванием как наиболее приоритетной фазы во всех способах прыжка. В прыжках в высоту при освоении способа «фосбери-флоп» в связи с наличием дугообразного разбега задачи обучения отталкиванию и разбегу конкретизируются в задачу обучения умению выполнять разбег и отталкивание в условиях действия центростремительной силы.

Средствами для решения этих приоритетных задач будут специальные беговые и прыжковые упражнения, которые в данном случае будут выполнять роль подводящих упражнений:

- бег с ускорением, для прыжков в высоту ускорение выполняется по виражу и по кругу разного радиуса;

- прыжки в шаге через 1, 3, 5, 7 беговых шагов. Это упражнение на последующих занятиях выполняется с доставанием подвешенных предметов рукой, коленом маховой ноги, плечом. При обучении прыжку в длину в дальнейшем необходимо выполнять отталкивание в обозначенных прямоугольниках сначала размером 40×100 см затем 20×120 см, что будет способствовать формированию точности разбега.

При обучении прыжку в высоту эти упражнения выполняются по кругу разного диаметра.

Скорость выполнения упражнений постепенно увеличивается как на каждом занятии, так и от занятия к занятию.

Необходимо еще раз отметить, что эти упражнения выполняются на каждом занятии в той или иной форме

Обучение полету в разных способах прыжков требует разного подхода. Так, например, в прыжке в высоту способом «перешагивание» тех-

ника перехода через планку изучается ознакомительно, затруднений при этом обычно не возникает, поэтому главные задачи заключаются в том, чтобы научить занимающихся координации движений при отталкивании вверх и сформировать у них правильную структуру бега с увеличением темпа последних шагов разбега. То же самое можно сказать о прыжке в длину способом «согнув ноги». Только отталкивание будет координироваться в направлении вверх-вперед. Именно вверх-вперед, так как в противном случае прыгун будет «нырять» в яму.

Успешное овладение навыком перехода от разбега к отталкиванию при прыжках способами «перешагивание» и «согнув ноги», создает возможности сконцентрировать внимание на вариантах полета в других способах прыжков в длину и высоту.

Кроме того, концентрация внимания на первых этапах обучения на умение выполнять разбег и отталкивание позволяет сформировать рациональный ритм разбега для каждого занимающегося.

При обучении прыжку в длину способом «ножницы» наибольшие сложности у студентов возникают при согласовании движений рук и ног в полете, а также выполнения движений в полете по малой амплитуде в тазобедренных суставах

Чтобы этого избежать необходимо, формировать целостное движение с помощью последовательности подводящих упражнений:

- 1) имитация прыжка в длину данным способом на месте;
- 2) в виси гимнастической перекладине бег по воздуху 1,5 шага;
- 3) тоже со спрыгиванием вперед;
- 4) бег с высоким подниманием бедра с вращением рук вперед;
- 5) бег с высоким подниманием бедра с вращением рук вперед выполняется на секторе с отталкиванием и "пробеганием" по воздуху, приземлением и дальнейшим пробеганием по яме. В этом упражнении необходимо чтобы занимающиеся пытались выполнить бег по воздуху после отталкивания;

б) прыжки в длину с 7-ми беговых шагов с выполнением 1.5 шага в воздухе.

Для увеличения фазы полета можно использовать гимнастический мостик, чтобы занимающийся мог выполнить движения в полете. Однако обязательно прыжки с мостика должны сочетаться с прыжками без мостика так как иначе искажается у занимающихся представление динамике отталкивания.

Обучение способу прыжка в длину «погнувшись» построено на том же принципе: сначала выполняются прыжки на месте с двух ног «прогнувшись», затем прыжки с небольшого возвышения с двух ног с места способом «прогнувшись» типа гимнастического прыжка, из виси на перекладине отвести согнутые ноги назад прогнуться затем, выводя ноги вперед выполнить прыжок – спрыгивание с гимнастической перекладины. Далее выполняются прыжки в длину с 7-ми беговых шагов через невысо-

кие препятствия (лучше всего через набивные мячи) отводя маховую ногу назад необходимо коснуться препятствия. Это упражнение тоже лучше выполнять, отталкиваясь от гимнастического мостика и чередовать прыжки с мостика с прыжками отталкиваясь от бруска.

При освоении способа «фосбери-флоп» основные трудности связаны с освоением техники перехода через планку. Причины могут быть связаны как с переживаемыми студентами психическими состояниями - страх, боязнь приземления на спину, так и с их недостаточной координационной готовностью к управлению своими движениями в безопорном положении, к рациональному использованию дугообразного разбега.

Наиболее рациональной, при работе со студентами институтов физической культуры, является последовательность применения упражнений, разработанная В. Тарановым и В. Сергеевым (1994г.) для начинающих спортсменов, не обладающих смелостью выполнять приземление на спину или в стойку на лопатках. Данный вариант обучения предполагает последовательное освоение техники перехода через планку в имитационных упражнениях из различных исходных положений, затем отталкиваясь с места, с прямого разбега, с дугообразного разбега.

При обучении технике перехода через планку используются имитационные упражнения на матах, прыжки с двух ног с места с возвышения, с прямого и дугообразного разбега с приземлением на стопку матов в положении перехода через планку.

*Методические указания:* в положении перехода через планку подбородок прижат, голова повернута в сторону маховой ноги, зафиксировать напряжение мышц задней поверхности туловища; при выполнении прыжков с места стараться отталкиваться больше стопой, приседая минимально, при переходе через планку ноги согнуты в коленных суставах, незначительно разведены, после падения сначала нужно коснуться матов лопатками; после отталкивания одной ногой маховая нога должна несколько опуститься к толчковой.

Для обучения технике бега в условиях действия центробежной силы используется бег по виражу, по кругу, по разбегу.

*Методические указания:* стопы ставятся почти параллельно, толчковая нога - через наружное ребро, маховая нога работает по несколько большей амплитуде, без упора, не отставляясь и не разворачиваясь значительно носком наружу дуги, корпус наклонен внутрь дуги; переход от бега по прямой к бегу по дуге должен быть постепенным, без изменения структуры бегового шага; при выполнении бега по разбегу в секторе важно не снижать скорости при пробегании места отталкивания.

Для обучения технике отталкивания в условиях действия центробежной силы используются имитационные упражнения, серийные отталкивания через 2 – 6 беговых шагов по виражу, по кругу.

*Методические указания:* при выполнении имитационных упражнений важно научить занимающихся правильной координации движений маховых звеньев и толчковой ноги, одновременно с активным разгибанием толчковой ноги маховая выводится вверх-вперед от бедра коленом несколько внутрь дуги; в момент отрыва ноги от грунта толчковая нога полностью выпрямлена, туловище вертикально, предплечья на уровне головы, «головой тянуться вверх; стопой толчковой ноги давить на грунт»; после освоения этих упражнений переходят к серийным отталкиваниям постепенно увеличивая скорость за счет перехода от выполнения в ходьбе к бегу, целесообразно использовать ориентиры, которые ученики должны доставать рукой, одноименной маховой ногой или головой, темп можно задавать слуховыми сигналами (хлопками), скорость должна оставаться контролируемой.

Эпизодически рекомендуется использовать гимнастический мостик для увеличения полетной фазы, что позволяет лучше освоить технику перехода через планку. Наблюдаемые при этом искажения биодинамики отталкивания неизбежны, но их присутствие оправдано низким уровнем физической подготовленности занимающихся и невозможностью улучшить его за короткий срок.

Как уже отмечалось ранее, обучение студентов ИФК не исчерпывается формированием двигательных умений, а также предполагает, и это имеет главенствующее значение, приобретение ими дидактических умений.

Формирование дидактических умений, также как и других умений проходит ряд этапов и требует от студентов, прежде всего, умения применять полученные знания и умения на практике. Однако на современном этапе существуют противоречия между требованиями, предъявляемыми к выпускникам и возможностями выпускников успешно решать практические задачи. (Маркина Т.А., 1994; Чичикин В.Т., 1995; Петунии О.В., 1996; Никулина Е.В., 1996)

Традиционно в преподавании курса легкой атлетики применяются такие формы обучения как семинар, лекция, практическое занятие, учебная практика. В рамках этих видов занятий находят свое воплощение индивидуальные и групповые формы обучения, создающие определенные предпосылки для взаимодействия студентов с преподавателями, так и для общения студентов друг с другом.

Усвоение профессиональных знаний, представляющее процесс восприятия, осмысливания, систематизации и запоминания учебной информации, успешно осуществляется на учебных занятиях. Однако, для приобретения дидактических навыков учебной практики явно недостаточно. Тем более что в условиях больших учебных групп студент может побывать в роли тренера-учителя только один раз за семестр. Студенты, конечно, принимают участие в совместном обсуждении хода и результатов педагогической деятельности студента – учителя, но такое обсуждение в лучшем случае будет способствовать формированию у них умений анализа и оценки

хода и результатов обучения. Остальные умения останутся незадействованными, а вследствие этого и слабо развитыми.

Педагогические наблюдения, проведенные в период педагогической практики, показали, что помимо дидактических умений недостаточно развитыми оказались и коммуникативные умения. Студенты отмечали трудность управления деятельностью учащихся и спортсменов.

Особо подчеркивалось студентами их собственная речевая неподготовленность, препятствующая четкому объяснению целей и задач, конкретных учебно-тренировочных занятий, предъявлению педагогических требований и доведению их до логического завершения.

При проведении уроков значительные трудности возникают у студентов из-за того, что они не видят, почему движение выполняется неправильно, какая ошибка является основной, приводя к искажению последующих движений, и, соответственно, каким должно быть замечание и двигательная установка, направленная на ее устранение при повторном выполнении упражнения. Работая с большими группами занимающихся, студент еще больше теряется из-за неумения классифицировать и систематизировать ошибки у разных учеников. При изучении техники прыжков целесообразно акцентировать внимание студентов на, так называемых, типичных ошибках и их последствиях. Так, например, при освоении прыжков в высоту важно обратить внимание на формирование правильного ритма и определении оптимальной скорости разбега, т. к. именно здесь обеспечиваются предпосылки выполнения правильного отталкивания. Пробуя себя в роли преподавателя, начиная с младших курсов, в условиях работы в парах или малых группах (начиная с обучения имитационным и подводящим упражнениям, состоящим из незначительного количества элементов) студент постепенно овладевает умением выделять ошибки-причины и формулировать замечания в соответствии с особенностями ученика, включая этот навык в качестве одной из основных составляющих своего дальнейшего профессионального роста.

Для решения этих проблем была разработана поэтапная программа формирования педагогических умений у студентов при изучении легкоатлетических прыжков.

#### *Программа формирования педагогических умений*

На 1 курсе студенты должны овладеть:

- умением показа и рассказа о технике легкоатлетических прыжков;
- знаниями о различных методиках обучения легкоатлетическим прыжкам (по частям, целостный, комплексно-вариативный, круговой);
- знаниями о ведущих физических качествах и о сопряженном методе обучения;

на 2 курсе:

- умением выявлять ошибки в технике двигательного действия, их причины, а также умением находить способ их устранения;

- умением ставить задачи в соответствии с периодами обучения легкоатлетическим прыжкам;

- умением осуществлять процесс обучения в рамках этой задачи;
- умением выявлять отстающее звено в СФП занимающихся и корректировать учебный процесс в связи с этим отставанием;

на 3 курсе:

- умением разработать последовательность обучения легкоатлетическому прыжку;

- умением осуществить процесс обучения согласно своей методической разработке;

- умением разработать последовательность формирования ведущего двигательного качества;

- умением осуществить процесс формирования ведущего двигательного качества согласно своей методической разработке;

- умением проводить, организовывать, судить соревнования по прыжкам;

на 4 курсе:

- умением разрабатывать методические планы (микроциклов, мезоциклов, годовых циклов, циклов для совершенствования и обучения технике легкоатлетических прыжков, а также циклов СФП и ОФП);

- умением проводить серии тренировочных занятий по своему разработанному плану;

на 5 курсе:

- умением разрабатывать методические планы учебно-тренировочных занятий согласно возрасту, уровню подготовленности, полу занимающихся;

- умением отбирать детей в легкоатлетические секции;

- умением осуществлять педагогический контроль и учет в тренерской деятельности.

Для реализации этой программы на занятиях использовались различные формы обучения и их сочетания.

На семинарских занятиях применялся, в зависимости от курса, программированный опрос, предполагающий распознавание объекта (на 1 курсе), репродуктивное воспроизведение информации (на 1 и 2 курсе), выполнение творческих заданий (начиная с 3 курса). Кроме того, для проверки знаний студентов применялся и традиционный опрос. Если студент получал неудовлетворительную оценку, то он должен был представить реферат на эту тему, причем реферат проверяется сначала группой студентов преподавателей (обычно 2 человека), а затем уже непосредственно преподавателем, оценки получает как проверяемая сторона, так и проверяющая. Такая форма, во-первых, дисциплинирует самих студентов, во-вторых, студенты преподаватели имеют возможность проверить свои знания.

При проведении семинарских и методических занятий хорошо зарекомендовала себя работа в так называемых инициальных группах. Группа

делится на несколько подгрупп, каждой подгруппе предлагается вопрос и дается время для обсуждения и подготовки ответа на вопрос. После обсуждения преподаватель вызывает одного из студентов группы, как правило более слабого, в зависимости, от его ответа оценки получает вся группа. Таким образом, задача группы состоит в том, чтобы каждый ее член знал ответ на вопрос на высоком уровне. То есть студенты, которые знают материал хорошо выступают в роли преподавателей, те которые знают хуже – в роли обучаемых. В результате те студенты, которые обладают плохой речью и неумением выразить свои мысли получают дополнительную практику.

Наши исследования показали, что первая форма проведения семинарских занятий лучше всего подходит для выявления усвоения знаний по технике легкоатлетических прыжков, а вторая – для выявления сформированности дидактических умений, основанных на знании методики обучения.

На практических занятиях наряду с традиционными формами применялись опять же коллективные формы обучения: групповая, парная, и работа в парах сменного состава.

Учебная практика в малых группах составом 5-8 человек включалась в программу занятий, начиная с 1 курса. Она проводилась после овладения техникой отдельных видов прыжков в виде обучения технике выполнения специальных и подводящих упражнений. Практическому решению задачи предшествовал теоретический анализ проблемы и планирование. При этом, на младших курсах для повышения эффективности такой практики необходим контроль со стороны преподавателя за предварительной подготовкой студентов к занятию. Первым этапом является выявление взаимосвязи техники предложенного упражнения и целостного прыжка, определение на этой основе ведущих элементов и двигательных акцентов при выполнении упражнения, его места среди других средств методики обучения, возможных ошибок и причин их возникновения. Выполнение этого задания направлено на формирование у студентов умений самостоятельно вычленять проблему и искать пути ее решения, анализировать технику легкоатлетических прыжков и методику обучения для решения конкретной практической задачи.

Вторым этапом являлось письменное изложение техники выполнения упражнения, которое студент будет давать группе во время практики. Данное задание направлено на развитие коммуникативной составляющей профессиональной подготовки, студент учится четко и доступно излагать свои требования в необходимом по времени объеме. Только после проверки и положительном оценивании данных заданий студент допускался к практике. Обязательным условием являлось использование метода показа. Часто студенты мало внимания уделяют овладению техникой отдельных упражнений, стараясь освоить целостное движение или выполнить норматив, а не овладеть методикой обучения. После сдачи практических норма-

тивов студенты зачастую не знают средств и методов обучения, последовательности их применения, направленности отдельных упражнений, не умеют их выполнять и показывать, так как специальные и подводящие упражнения являются лишь эпизодом на пути освоения прыжка в целом. Однако в практической работе именно эта часть методики требует качественного показа и тщательного контроля. Критерии оценивания студентов должны меняться по мере освоения новых умений от курса к курсу в соответствии с программой формирования педагогических умений, должна увеличиваться и доля самостоятельной работ

Коллективные формы обучения предполагают общение студентов между собой. Максимальное количество взаимодействий наблюдается при делении групп студентов на пары. При парной форме проведения занятий по учебной практике половину учебного времени студенты упражняются в выполнении профессиональных действий, связанных с обучением друг друга. Наиболее эффективной формой работы в парах является работа в парах сменного состава, так как исключается возможность возникновения ситуаций, когда в одной паре в течение всего занятия работают студенты со слабым уровнем подготовленности; замкнувшись только на общении друг с другом, они не в состоянии дать партнеру по общению какую-либо новую ценную учебную информацию. С каждым студентом последовательно работает несколько учителей, что принципиально не осуществимо в рамках других форм обучения; в ситуации общения в статических парах студенты быстро «выдыхаются» в том смысле, что исчерпывается весь запас новой для партнера учебной информации, становятся неинтересными друг другу. При смешанных парах каждый следующий партнер по общению содержит в себе элемент новизны, что вносит разнообразие в содержание учебной деятельности студентов и делает ее эмоционально более привлекательной. Каждый новый студент, выступающий для обучающего в роли объекта обучения, не похож на остальных, уникален, неповторим и требует творческого применения профессиональных знаний и умений. Обмениваясь между собой знаниями, студенты наряду с формированием умения ясно и лаконично в доступной форме излагать учебную информацию, контролировать ход и результаты ее усвоения, глубже проникают в содержание передаваемых знаний.

Оперативная актуализация знаний является по отношению к обучаемому средством их уточнения по критериям полноты и точности, способствует более глубокому проникновению в их сущность, более прочному закреплению в памяти.

Кроме того, для формирования коммуникативных умений используются ролевые игры на методических занятиях при подготовке студентов к практике. В этих играх одни студенты - руководители ДЮСШ, родители, тренеры-методисты, другие студенты – тренеры. На занятиях обыгрываются стандартные ситуации:

- тренер – руководитель ДЮСШ - вопросы трудовой дисциплины, вопросы формирования команд для выступления в соревнованиях различного уровня, вопросы организации занятий и т.д.;

- тренер - родители - вопросы набора детей в группу, вопросы организации труда и отдыха детей, вопросы успеваемости в школе и сочетания учебы и спорта;

- тренер - тренеры-методисты - вопросы взаимоотношений в коллективе, вопросы наставничества и т. д.

Проведение таких игр позволяет студентам овладевать навыками педагогического общения.

Таким образом, представленная программа позволяет одновременно получить студентам двигательные и педагогические навыки, что способствует интенсификации учебного процесса и получения в результате ее применения специалистов более высокого уровня подготовленности.

## **ПРИМЕНЕНИЕ ТАКТИЧЕСКИХ СПОСОБОВ ПОДГОТОВКИ В ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ БРОСКОВ ПРОГИБОМ**

**Б.В. Иванюженков**, кандидат педагогических наук

**В.В. Нелюбин**, доктор педагогических наук, профессор,

Тактический раздел борьбы охватывает широкий спектр вопросов. Одним из ведущих и незначительно изученных является тактика атакующих действий. В ее содержании четко просматриваются два направления, которые могут возникать в единоборстве при проведении атаки или контратаки: 1) специальное создание атакующим борцом благоприятных ситуаций за счет проведения тактических подготовок, или 2) стихийно (случайно) возникшие благоприятные ситуации. Для распознавания (предвидения) случайно возникающей благоприятной ситуации борцу необходимо иметь значительный практический опыт борьбы, владеть широким спектром двигательных навыков, а также оперативно оценивать и принимать оптимальное решение по эффективной реализации этих удобных ситуаций.

Случайно создавшиеся благоприятные ситуации могут возникать при проведении борцом неудачных или незавершенных приемов при психофизическом утомлении, внезапной растерянности, координационной несобранности, потери устойчивости на ногах, при схождении борцов на центре ковра, вставании в стойку из промежуточных положений борьбы и т.п. Знание перечисленных компонентов борьбы создает облегченные обстоятельства для реализации атакующего приема. Следует учиться предвидеть возникновение этих ситуаций в разнообразных тактических положениях борьбы.

В основе тактики атакующих действий лежит реализация благопри-

ятных моментов, возникающих случайно, либо использование различных подготовительных движений, действий, обеспечивающих успешное проведение атакующих приемов. В условиях быстро текущих ситуаций поединка, имеющих чрезвычайно напряженный психологический фон противоборства, очень важно уметь предвидеть, находить и вычленять динамически выгодные ситуации в движениях соперника. Они являются стартовым сигналом для выбора момента начала атаки, которой должны предшествовать еще и ТСП. Такие динамические моменты в борьбе очень кратковременны и требуют от атакующего максимальной собранности для проведения атакующих взрывных усилий.

Предварительные движения атакующего в большинстве своем направлены на дезориентацию соперника и создание ему дискомфортных условий. Подготовительные действия, предшествующие основному атакующему приему, играют значительную роль в эффективности его выполнения. Поэтому их совершенствование должно происходить в тесной взаимосвязи. Спортсмены высокой квалификации в ходе противоборства своевременно и умело используют свои излюбленные тактические варианты подготовки атакующих действий. В экстремальных условиях поединков они с помощью ТСП создают ситуации, позволяющие в условиях острого дефицита времени успешно реализовывать технические действия. Атака, проведенная без тактической подготовки, не позволяет добиться желаемого результата и, как правило, приводит к проигрышу. В этой связи следует системно и целенаправленно совершенствовать различные ТСП. Это достигается за счет совершенствования ТСП в соединении с приемом атаки. Они выполняются на фоне специально создаваемой благоприятной динамической ситуации. В ходе их системного совершенствования происходит сокращение времени, необходимого для их слитного соединения. Стабильность их выполнения во многом обеспечивается достаточным уровнем развития двигательных качеств и наличием необходимого объема технических действий. Место соединения (стыка) тактического способа подготовки с самим атакующим приемом является самым сложным звеном в системе действий «атакующий -защищающийся» борец. Их слитное соединение, образующееся в условиях длительного совершенствования, доведенное до высшей степени точности и филигранного автоматизма успешно реализуется в условиях соревновательного поединка.

Содержание и специфика современной спортивной борьбы предъявляют высокие требования к уровню физической подготовленности спортсмена в плане выполнения атакующих действий в условиях максимального сопротивления его соперника. Она является одним из важнейших факторов, определяющих уровень его спортивных достижений. Учитывая сложность и обширный диапазон двигательной деятельности борца, следует рассматривать содержание тактико-технической подготовленности спортсмена дискретно, с акцентом на все ее составляющие. Поэтому, в процессе обучения каждую сторону спортивного мастерства ( тактическую, техни-

ческую ) необходимо изучать отдельно. В начальном процессе формирования двигательного умения следует акцентировать их относительную самостоятельность, позволяющую более детально и точно изучить атакующий прием и тактические способы его подготовки. И только после прочно сформировавшегося двигательного умения и навыка, следует переходить к их слитному соединению. Это должно происходить на фоне постепенно возрастающих динамических сопротивлений, координационной сложности и трудности движений, исходящих от защитных действий соперника.

Практика ведения борьбы показывает, что добиться создания благоприятных динамических ситуаций для проведения любимого атакующего приема одиночными тактическими способами подготовки весьма затруднительно, т.к. соперники быстро адаптируются и создают мощный защитный барьер. В целях его преодоления атакующему следует идти путем расширения арсенала тактических подготовок, доводя их до оптимальных границ и высокой степени автоматизма. Спортсмены высокой квалификации все чаще прибегают к реализации сложной разнонаправленной атаке. Их атака может состоять из двух, трех разнонаправленных действий. Соперник, проводя защиту от первого (ложного) атакующего действия, запаздывает с ответной защитной реакцией на второе - истинное (завершающее) действие, которое совпадает по направлению с первой защитой соперника. Такая благоприятная позиция позволяет атакующему беспрепятственно завершить прием. В качестве первого - ложного действия атакующий может применять как ТСП, так и атакующий прием, выполняемый с ложной направленностью.

Высокая динамичность и реактивность протекания борцовских ситуаций значительно затрудняет создание тактических предпосылок для результативного проведения атаки. Именно поэтому большое значение в тактическом обыгрывании соперников принадлежит уровню развития оперативно-тактического мышления. На качестве его проявления, в первую очередь, сказываются прогнозные решения атакующего на все действия соперника. Процесс оперативно-тактического мышления протекает в сложных динамических ситуациях противоборства, обусловленных непредсказуемыми передвижениями борцов, сменой захватов, смещением положения тела, его частей, изменением рабочих углов, внезапным напряжением или расслаблением нервно-мышечной ткани и т.д. Это предопределяет неожиданную внезапность возникновения удобных ситуаций. Оценивать их приходится в дефицитных условиях времени. Поэтому процесс предвидения, прогнозирования играет существенную роль в оперативно-тактическом мышлении. Оно зависит не только от врожденных качеств, но и от приобретенных, совершенствующихся под воздействием многократных тренировочных повторений в стандартных и вариативных ситуациях борьбы. Опираясь на свой предыдущий опыт, спортсмен улавливает в действиях соперника двигательные сигнальные точки, позывные, которые затем перерастают в определенную систему движений и становятся ясными,

расшифрованными носителями конкретной информации о предстоящих двигательных действиях соперника. Спортсмен быстро подбирает и реализует рациональный способ воздействия на соперника адекватно создавшейся обстановке. В иной ситуации реакции спортсмена запаздывают, принятие конкретных решений становится невозможным.

В основе тактического мышления борца лежит опыт и знания спортивной борьбы. Чем больше практический опыт единоборца и глубже его методические знания, тем легче и более оперативно может он разгадать намерения соперника, идеомоторно представить возможные варианты поединка, и, следовательно, более эффективно решать оперативно-тактические задачи. Оперативно-тактическое мышление борца тесно связано с активной мыслительной работой сознания, ориентированного на организацию успешных взаимодействий с соперником, разгадывание его технических действий и предвидение тактических замыслов. При этом мыслительная деятельность борца протекает в условиях постоянно меняющихся ситуаций, на фоне больших физических, нервных напряжений и нарастающего процесса утомления. В этих ситуациях большое значение имеют такие качества, как находчивость и решительность, которые обеспечивают быстрое принятие решений для реализации технических действий. У высококлассных спортсменов этот процесс протекает настолько быстро, что почти сливается с его выполнением. Это достигается регулярной, кропотливой тренировочной работой, что является основой опыта и знаний.

Возможность скоростного реагирования на действия соперника происходит за счет оперативного распознавания его замыслов. Эта операция состоит из осмысления структурного содержания и опережающего реагирования на его действия. Для совершенствования этих ситуаций необходимо разделять их между собой и дискретно «шлифовать» каждую операцию в тренировочных занятиях, сначала в замедленном темпе, затем постепенно возрастающем до максимального. Многократное их повторение обеспечивает поэтапное соединение фаз приема и приводит к созданию целостного системно-структурного образования - тактико-технического действия, выполняемого с ярко выраженной опережающей направленностью. Это позволяет борцу качественно подготовить и реализовать атаку.

Основным сигналом к реализации атакующего приема служит оптимальная дистанция между борцами, выгодная стойка, поза, удобный захват соперника, направление усилия и его мощность. Эти элементы борьбы являются основными показателями, на которые опирается атакующий борец при создании для себя выгодных ситуаций. Для ускоренного их создания необходимо использовать различные обманные движения. Они способствуют снижению бдительности соперника, отвлекают его внимание от истинных действий атакующего, выводят центр тяжести тела за площадь опоры, тем самым значительно снижая его равновесное состояние или полностью лишая его устойчивости. Создание таких тактических «лову-

шек», которые служат благоприятным моментом для проведения атакующего приема (броска прогибом), обеспечивается различными средствами борьбы. В их состав входят различные варианты подготовительных движений, действий, захватов, ТСП и приемов, применяемых борцами на чемпионатах России, Европы и мира. Лучшими исполнителями этих приемов являются олимпийские чемпионы Р. Казаков, Ш. Хисамутдинов, А. Назаренко, Н. Балбошин, А. Колчинский, А. Карелин.

К наиболее часто встречающимся средствам, обеспечивающим создание благоприятных условий для выполнения бросков прогибом, относятся следующие элементы борьбы: рывок захватом за шею влево, вправо, за руку; нырок под руку; захват руки двумя руками сбоку; рывок за голову вниз, в сторону; заведение захватом руки за запястье и шеи сбоку, толчок в сторону; рывок захватом за плечи вниз; срыв руки с плеча внутрь; рывок к себе за шею; рывок к себе за плечи; заведение вокруг себя; рывок за шею вниз в сторону; подбив вверх одной или обеих рук; захват шеи и плеча сверху; захват головы и плеча сверху; захват туловища; захват руки и туловища; захват руки с туловищем с зашагиванием. При выполнении бросков прогибом предпочтение отдается тактическим способам подготовки, создающим эффективные предпосылки для перехвата ситуационной инициативы и удачной реализации основных атакующих действий. В различных ситуациях и положениях борьбы выгодно применение определенных тактических способов подготовки атаки. Все тактические операции взаимосвязаны и практически не применяются изолированно. Такой универсальный и широко распространенный в борьбе способ как маневрирование, выполняемый в контакте или вне его, комбинированно сочетается с любой тактической подготовкой. Он выполняется сообразно движениям и действиям соперника и своим тактическим замыслам и преследует цель создания выгодных условий для соединения с другими ТСП и выполнения атакующего действия.

К широко известным тактическим способам подготовки бросков прогибом относятся вышеназванные нами выведение из равновесия, сковывания, угроза, натиск, повторная атака, опережения. Эти элементы борьбы направлены на 1) воздействие на вестибулярный аппарат соперника с целью ослабления его устойчивости на ногах; 2) целенаправленное удержание отдельных частей тела соперника для сужения его атакующей и защитной реакции; 3) создание ложной угрозы, чем отвлекается внимание соперника от реального приема; 4) на ошеломление и утомление соперника выполнением связанных между собой подготовляющих движений и атакующих действий в короткий период времени; 5) снижение бдительности и защитной реакции соперника; 6) пресечение атакующего действия в самом начале ее развития. Такие тактические способы подготовки атакующих действий присущи спортсменам, обладающим хорошей устойчивостью на ногах, имеющим высокую двигательную-координационную подготовку, превосходящих соперников в силовой и функциональной подготовленности.

сти, имеющим в техническом арсенале 1-2 коронных приема. Опережения выполняются спортсменами, имеющими склонность к контратакующему и комбинационному стилю ведения поединков.

Необходимо постоянно искать и расширять пути тактической подготовки бросков прогибом. Следует создавать комбинационные построения, которые начинались бы приемами из других классификационных групп, и выводили бы соперника в удобное для атакующего положение с целью завершения атаки. К ним следует отнести отдельные технические действия и их сочетания ( ТСП ): перевод вращением - бросок прогибом захватом туловища сбоку; перевод вращением - бросок прогибом захватом за туловище сзади или сбивание; перевод рывком под себя захватом за голову с плечом сверху - бросок прогибом захватом рук сверху; бросок подворотом захватом руки и туловища - бросок прогибом; бросок прогибом из обоюдного захвата «в крест» или «полукрест».

К наиболее часто применяемым в борьбе комбинациям следует отнести:

1) Бросок подворотом захватом руки и туловища. Защита - зашагнуть в сторону броска, поднять голову и выпрямить туловище. Атакующий зашагивает сзади стоящей ногой под ближнюю ногу соперника. Создавшаяся динамическая ситуация позволяет выполнить названный бросок.

2) Перевод вращением захватом за руку. Защита - выпрямить туловище, супинировать руку. Создавшаяся ситуация благоприятствует выполнению броска прогибом с захватом туловища.

3) Бросок прогибом захватом туловища с рукой. Защита - зашагнуть в сторону броска, согнув ноги опустить таз, дальнюю ногу максимально выставить вперед между ногами атакующего, развернув ее носком внутрь. Эта ситуация позволяет выполнить бросок прогибом скручивая соперника в сторону ранее выполняемого броска.

Благоприятные условия могут создаваться еще и в сам момент выполнения атаки - броска прогибом захватом руки и туловища или руки с туловищем за счет соответствующей перестановки ног и активной работы рук. При этом одни благоприятные условия могут возникать в начальной фазе атакующего приема, другие - в средней фазе броска, третьи - в конечной.

Броски прогибом могут также реализовываться в качестве контрприемов, как следствие выполнения бросков подворотом, сбиваний или самих бросков прогибом.

Из существующего арсенала контратакующих приемов от бросков прогибом можно выделить наиболее часто применяемые борцами: 1) бросок прогибом захватом руки и туловища (руки с туловищем); 2) накрывание с упором ногой в сторону; 3) броски скручиванием захватом руки и туловища; 4) сбивания захватом за туловище; 5) переводы вращением захватом руки; 6) броски наклоном захватом туловища (А.А. Карелин, 1997).

Применяемые контрприемы являются рефлексивными опережаю-

щими действиями на атаку соперника, возникающими на основе ретроспективных тактико-технических наработок в тренировочных условиях. Для совершенствования диапазона опережающих действий в соревновательных поединках необходимо проводить целенаправленную подготовку борцов с заранее запрограммированным набором контрприемов от бросков прогибом. Это позволит создать необходимый набор домашних заготовок, которыми будет непринужденно пользоваться спортсмен в соревновательных поединках. Такой подход к совершенствованию контрприемов позволяет создавать условия для реализации их в быстро текущих ситуациях поединка.

В целях начального обучения, формирования и совершенствования ТСП, создающих благоприятные ситуации для выполнения броска прогибом с захватом руки с туловищем (или руки и туловища) с акцентом на фазу их слитного соединения, нами разработано тренажерное устройство. Принцип работы данного устройства заключается в следующем: устройство представляет собой манекен, состоящий из двух частей, крепящихся между собой и основанием эластичными элементами (пружинами), которые растягиваются под воздействием силы атакующего и возвращаются в исходное положение после выполнения ТСП или технического действия. При этом верхняя часть манекена отклоняется по отношению к нижней во все стороны в пределах, допускаемых физическими возможностями атакующего. Руки также состоят из двух частей - плеч и предплечий, с возможностью вращательных движений в плечевом и локтевом суставах. Предлагаемое устройство может быть использовано для совершенствования тактических способов подготовки. Продолжительность выполнения ТСП, как правило, кратковременна. ТСП вызывают у соперника изменения со стороны позно-тонических реакций, как-то: изменения стойки, смещение ОЦТ, наклон или распрямление туловища, потерю равновесия, перераспределение мышечного тонуса, глобального или локального расслабления мышечных групп и т.п. в необходимом для атакующего направлении. Создаваемые ситуации на тренажере позволяют атакующему эффективно использовать часть из этих реакций для реализации планируемого атакующего приема. Таким образом, данное устройство позволяет создавать органическую связь ТСП (тактика) с атакующими приемами (техника).

С помощью тренажера можно дискретно «шлифовать» каждую фазу двигательного действия. Для структурного соединения ТСП с броском прогибом, в целях получения слитного тактико-технического образования и совершенствования его в условиях максимального приближения к соревновательным, их следует выполнять на тренажере, с учетом варьирования скорости исполнения и изменения амплитудных характеристик движения. Структурное совершенствование ТСП, броска прогибом позволяет выполнять их на тренажере, в зависимости от решаемых задач, отдельно или слитно без участия партнера. На данное изобретение получен патент РФ №2140312 от 16 июня 1998 г. «Устройство для тренировки борцов».

## СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ МОДЕЛЬ БОРЦА

**А.А.Карелин**, заслуженный мастер спорта,

доктор педагогических наук

**В.В.Нелюбин**, доктор педагогических наук, профессор

**Текст из макет исключен**

**( см. в оригинале)**

---

### **ФОРМИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОГО НАВЫКА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО И МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С УЧЕТОМ ПСИХИЧЕСКИХ СВОЙСТВ ЛИЧНОСТИ НА ПРИМЕРЕ ПРЫЖКА В ДЛИНУ И В ВЫСОТУ**

**О.В. Кузьменков**

**С.Е. Войнова**, член БПА, кандидат педагогических наук

Современный уровень спорта характеризуется более ранним вовлечением детей в интенсивную тренировочную и соревновательную деятельность. В связи с этим проблемы формирования двигательного навыка особенно актуальны в дошкольном и младшем школьном возрасте. Ведь именно в этом возрастном диапазоне закладывается основная "база" двигательных действий.

Как отмечают В.М. Зациорский (1966), В.П. Филин (1974), З.И. Кузнецов (1975), С.В. Фарфель (1975), Ю.Г. Травин (1981), А.А. Гужаловский (1981), что уже к шести годам ребенок в состоянии освоить такие сложнокоординационные виды, как прыжки и метание.

При этом, ряд авторов, в том числе В.П. Платонов (1980) отводит огромную роль индивидуализации при формировании двигательного навыка, указывая, что основной стратегией их тренировки должно быть не сглаживание, а, напротив, развитие сильных сторон организма и личности спортсмена как ведущего условия достижения им рекордных результатов. При этом следует применять воздействия, способные в полной мере выявить возможности спортсмена, специфические преимущества его одаренности. Поэтому разработка программы обучения двигательным действиям (на примере прыжков в длину способом "согнув ноги" и в высоту способом "перешагивание"), учитывающей индивидуальные, наиболее развитые качества личности спортсмена представляется нам весьма актуальной.

Предполагалось, что обучение прыжкам в длину и высоту дошкольников и младших школьников на основе разработанной методики обуче-

ния, учитывающей сильные стороны личности спортсмена, позволит оптимизировать процесс формирования двигательного навыка в этих видах.

Целью нашего исследования было разработать методiku обучения, на основе стандартной программы, прыжковым видам легкой атлетики, учитывающую наиболее сильные стороны личности спортсмена для формирования и совершенствования двигательного навыка.

Для достижения поставленной цели необходимо было решить следующие задачи:

1. Определить доминирующие свойства личности детей дошкольного и младшего школьного возраста, наиболее влияющие на формирование двигательного навыка и методики их психодиагностики.

2. Выявить особенности использования стандартных методик обучения прыжковым видам легкой атлетики для дошкольников и младших школьников.

3. Разработать и экспериментально обосновать методiku обучения прыжкам в длину и высоту дошкольников и младших школьников, учитывающую их индивидуальные особенности.

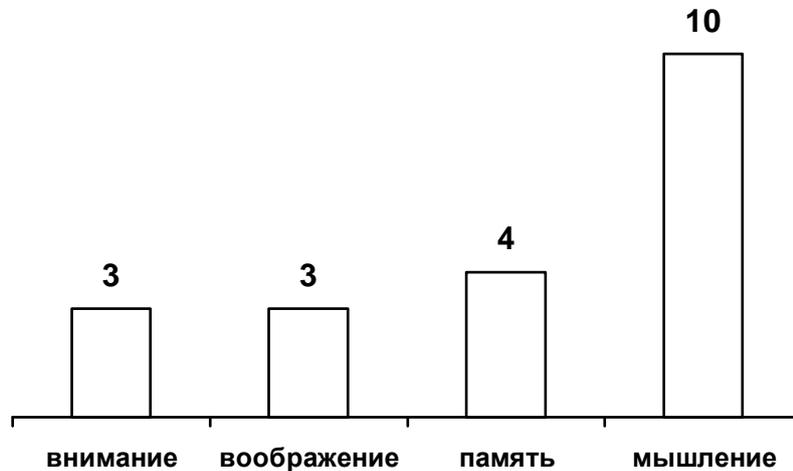
Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования: анализ и обобщение литературных данных и опыта передовой педагогической практики; методики психодиагностики; педагогический эксперимент; методы измерений.

Исследование проводилось в несколько этапов. На первом этапе проводился отбор психодиагностических методик для выявления наиболее сильных сторон личности детей дошкольного и младшего школьного возраста.

На втором этапе проводилось психодиагностическое обследование группы детей дошкольного возраста. В ходе проведения этого обследования оценивался уровень развития следующих качеств личности: внимание, память, воображение, восприятие детьми окружающего мира; уровень развития наглядно – действенного мышления, образно – логического мышления, личностных качеств дошкольников и их межличностных отношений.

Так же нами проводилось психодиагностическое обследование детей младшего школьного возраста, в ходе которого оценивались: запас бытовых знаний и ориентация детей в окружающем мире, уровень развития: памяти, внимания, воображения, словесно – логического мышления, наглядно – действенного мышления, оценивались личностные и межличностные отношения.

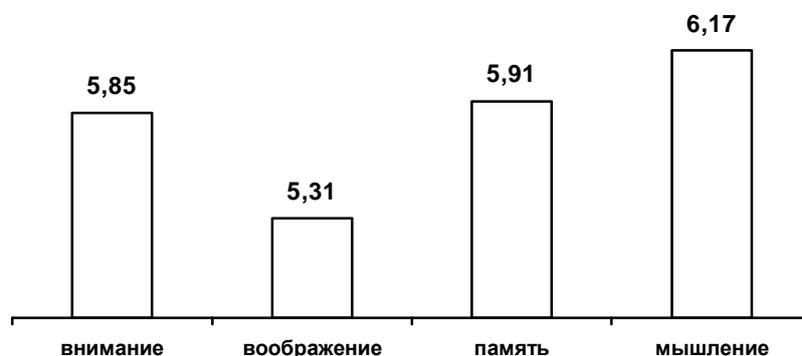
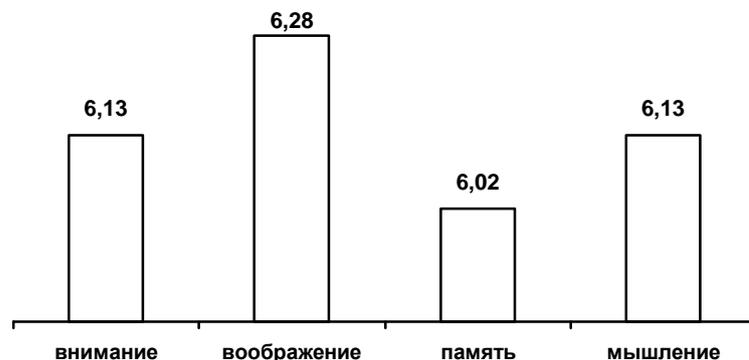
В результате психодиагностического обследования детей дошкольного возраста было выявлено, что наиболее развитым качеством личности: мышление является у десяти человек, память - у 4, воображение – у трех, внимание – у трех.



В ходе психодиагностического обследования было выяснено, что средняя оценка в группе детей дошкольного возраста составляет: мышление – 6,17 балла, память – 5,91 балла, внимание – 5,85 балла, воображение – 5,31 балла.

В ходе психодиагностического обследования группы детей младшего школьного возраста было выявлено, что внимание является наиболее развитым качеством личности у шести детей, у шести является воображение, память – у трех, мышление – у пяти.

В ходе психодиагностического обследования было выяснено, что средняя оценка в группе детей младшего школьного возраста составляет: мышление – 6,13 балла, внимание – 6,13 балла, воображение – 6,28 балла, память – 6,02 балла.



На третьем этапе проводился педагогический эксперимент группы дошкольников и младших школьников были разделены на четыре группы: две экспериментальные и две контрольные группы. В экспериментальной группе дошкольников в течение двух месяцев проводилось обучение технике прыжка в длину способом "согнув ноги" и прыжка в высоту способом "перешагивание". Тренировочные занятия проводились три раза в неделю по 1,5 часа. При этом в конце каждого тренировочного занятия проводились развивающие психотехнические игры для совершенствования доминирующего свойства личности. Контрольная группа детей дошкольного возраста так же в течение двух месяцев изучала технику прыжков в длину способом "согнув ноги" и в высоту способом "перешагивание". Занятия проходили три раза в неделю по полтора часа, но психотехнические игры в тренировочные занятия не включались.

В экспериментальной группе младшего школьного возраста в течение двух месяцев изучалась техника прыжков в длину способом "согнув ноги" и в высоту способом "перешагивание". Занятия проводились три раза в неделю по 1,5 часа. В каждом тренировочном занятии последние 30 минут отводились на совершенствование доминирующего свойства личности.

Контрольная группа изучала технику прыжка в длину и высоту в течение двух месяцев. Тренировочные занятия не включали в себя развивающие психотехнические игры. В течение недели проводилось три тренировочных занятия.

До эксперимента было проведено контрольное тестирование в контрольной и экспериментальной группах детей дошкольного возраста с целью определения уровня развития скоростно-силовых качеств с помощью контрольных упражнений: бег на 30 м.; челночный бег; прыжок в длину с места; прыжок вверх с места с помощью прибора Абалакова.

Таблица 1

## Результаты тестирования до эксперимента

Вид контрольных упражнений	Контрольная группа	Экспериментальная группа	p
1. 30 м.	6,785 ± 0,64	6,755 ± 0,4	p > 0,05
2. Челночный бег	11,45 ± 0,98	11,6 ± 1,06	p > 0,05
3. Прыжок в длину с места	94,1 ± 13,63	95,2 ± 16,31	p > 0,05
4. Прыжок в высоту с помощью прибора Абалакова	10,6 ± 2,14	10,9 ± 2,13	p > 0,05

Результаты тестирования показали (табл. 1), что различия в уровне скоростно-силовых показателей в этих группах недостоверны

После проведения эксперимента было проведено повторное тестирование, которое показало, что хотя результаты в этих группах существенно улучшились, однако различия в результатах контрольной и экспериментальной групп по-прежнему оказались недостоверными (табл. 2).

Таблица 2

Результаты тестирования после эксперимента

Скоростно – силовые упражнения	Контрольная группа	Экспериментальная группа	Р
1. 30 м.	5,57 ± 0,29	5,59 ± 0,26	p > 0,05
2. Прыжок в длину с места	151,2 ± 4,41	151,6 ± 4,29	p > 0,05
3. Челночный бег	8,97 ± 0,78	9,01 ± 0,91	p > 0,05
4. Прыжок вверх	12,7 ± 2,3	12,95 ± 2,94	p > 0,05

После контрольного тестирования, направленного на определение уровня развития скоростно-силовых качеств у детей дошкольного возраста были проведены контрольные соревнования в прыжках в длину способом "согнув ноги" и в высоту – способом "перешагивание". В соревнованиях принимали участие дети контрольной и экспериментальной групп. Каждый участник выполнял три попытки в прыжках в длину и в высоту. При выполнении прыжка в длину замерялся результат, а так же оценивалась техника выполнения прыжка (техника прыжка в длину способом "согнув ноги" оценивалась группой независимых экспертов по разработанным нами шкалам оценки техники прыжка в длину).

В результате соревнований были получены следующие результаты (табл. 3, 4).

Таблица 3

Средний результат в прыжках в длину у детей дошкольного возраста

Контрольная группа	Экспериментальная группа	р
$\bar{x} = 189,7 \pm 16,1$	$\bar{x} = 222,2 \pm 21,5$	p < 0,05

Таким образом, видно, что существуют достоверные различия в результатах прыжка в длину способом "согнув ноги" у детей дошкольного возраста в контрольной и экспериментальной группах.

Таблица 4

Средняя оценка прыжка в длину детей дошкольного возраста

Контрольная группа	Экспериментальная группа	р
$\bar{x} = 3,8 \pm 0,19$	$\bar{x} = 6,95 \pm 0,38$	p < 0,05

В результате анализа полученных данных, можно сделать вывод, что существуют достоверные различия в уровне развития техники исполнения прыжков у детей контрольной и экспериментальной групп дошкольного возраста.

В соревнованиях в прыжках в высоту у детей дошкольного возраста оценивалась техника выполнения прыжка. В соревнованиях принимали участие дети контрольной и экспериментальной групп дошкольного возраста. Техника прыжка оценивалась группой независимых экспертов по разработанной нами шкале оценок техники прыжка в высоту (табл. 5).

Таблица 5

Средняя оценка техники прыжка в высоту в группах детей  
дошкольного возраста

Контрольная группа	Экспериментальная группа	p
$\bar{x} = 3,9 \pm 0,18$	$\bar{x} = 5,95 \pm 0,23$	$p < 0,05$

Из полученных нами данных можно сделать вывод, что различия в уровне технического выполнения прыжка в высоту способом "перешагивание" у детей контрольной и экспериментальной групп достоверны.

После контрольного тестирования, направленного на определение уровня развития скоростно-силовых качеств у детей младшего школьного возраста, были проведены контрольные соревнования в прыжках в длину способом "согнув ноги" и в высоту – способом "перешагивание". В соревнованиях принимали участие дети контрольной и экспериментальной групп. Каждый участник выполнял три попытки в прыжках в длину и в высоту. При выполнении прыжка в длину замерялся результат, а так же оценивалась техника выполнения прыжка (техника прыжка в длину способом "согнув ноги" оценивалась группой независимых экспертов по разработанным нами шкалам оценки техники прыжка в длину).

В результате соревнований были получены следующие результаты (табл. 6, 7).

Таблица 6

Средний результат в прыжках в длину у детей младшего  
школьного возраста

Контрольная группа	Экспериментальная группа	p
$\bar{x} = 283,6 \pm 21,7$	$\bar{x} = 321,45 \pm 0,34$	$p < 0,05$

В результате анализа полученных данных, можно сделать вывод, что существуют достоверные, различия в результатах показанных младшими школьниками в контрольной и экспериментальной группах.

Таблица 7

Средняя оценка прыжка в длину детей младшего школьного возраста

Контрольная группа	Экспериментальная группа	p
$\bar{x} = 3,8 \pm 0,14$	$\bar{x} = 6,05 \pm 0,41$	$p < 0,05$

Так же существуют достоверные различия в оценке техники выполнения прыжка у этих двух групп.

В соревнованиях в прыжках в высоту у детей младшего школьного возраста оценивалась техника выполнения прыжка. В соревнованиях принимали участие дети контрольной и экспериментальной групп младшего школьного возраста. Техника прыжка оценивалась группой независимых экспертов по разработанной нами шкале оценок техники прыжка в высоту (табл. 8, 9).

Таблица 8

Средняя оценка прыжка в высоту в группах детей младшего школьного возраста

Контрольная группа	Экспериментальная группа	p
$\bar{x} = 96,1 \pm 2,8$	$\bar{x} = 106,9 \pm 4,3$	$p < 0,05$

Из данных можно сделать вывод, что различия в уровне технического выполнения прыжка в высоту способом "перешагивание" у детей контрольной и экспериментальной групп достоверны.

Таблица 9

Средняя оценка техники прыжка в высоту в группах детей младшего школьного возраста

Контрольная группа	Экспериментальная группа	p
$\bar{x} = 4,6 \pm 0,36$	$\bar{x} = 6,85 \pm 0,51$	$p < 0,05$

Из данных можно сделать вывод, что различия в уровне технического выполнения прыжка в высоту способом "перешагивание" у детей контрольной и экспериментальной групп достоверны.

Таким образом, результаты проведенного исследования показали, что использование методики обучения прыжкам в длину и в высоту с включением в тренировочный процесс психотехнических игр, направленных на совершенствование психических свойств личности ребенка позволяет получить более высокие результаты как в технике выполнения двигательного действия, так и повысить сами результаты в этих легкоатлетических прыжках.

---

## ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИЕ КОМПЛЕКСЫ АТАКУЮЩИХ ДЕЙСТВИЙ ДЗЮДО

**А. Г. Левицкий**, член-корреспондент БПА,  
кандидат педагогических наук, доцент

Среди, причин, объясняющих резкое обострение конкуренции, отмечаемое в последние годы в борьбе дзюдо, можно выделить две наиболее значительные. Первая - рост популярности этого олимпийского вида. Вторая причина связана с выравниванием борцов высокой квалификации по уровню физической подготовленности, технического и тактического мастерства. Последнее подтверждается тем, что на крупнейших международных соревнованиях в значительном числе схваток победитель по действовавшим правилам определялся решением судей, а сейчас (после введения "Golden score") требуется дополнительная встреча. Причем не только в поединках, где разыгрываются медали, но и в предварительных встречах.

Такое соотношение сил на мировом татами вынуждает искать пути дальнейшего совершенствования методики тренировок дзюдоистов, стимулирует поиски резервов для достижения более высоких результатов, что невозможно сегодня без использования новейших научных разработок.

В частности, при решении практических вопросов может быть использован выдвинутый В.А. Деминым (1974) и развитый Л.Л. Новиковым и Р.А. Пилюяном (1976) принцип первичности соревнований и вторичности тренировок. Смысл его сводится к тому, что качество тренировочного процесса можно значительно повысить, руководствуясь в его построении познанием соревновательной деятельности спортсмена. Этот подход, в соответствии с которым деятельность индивида рассматривается как некоторый специфический процесс, направленный на получение определенного результата, и ранее и в настоящее время активно внедряется в спортивную педагогику (А.И. Леонтьев, 1972; Л. С. Выготский, 1972; С. Я. Рубинштейн, 1967; В. Г. Ананьев, 1969;; Е. М. Калмыков С.В., 1994; Чин Джу-

ный, 1994; Станков А.Г., 1995; Шустин Б.Н., 1995; Сиротин О.А., 1996; Калмыков Е.В., 1996; Коджаспиров Ю.Г., 1998; Родионов А.В., 2001; Ким Гю Су, 1997; Шестаков В.Б., 1999; Тараканов Б.И., 2000; Иванюженков Б.В., 2002; Карелин А.А., 2002; Свищев И.Д., 2002).

Еще в 1981 г. Н.М. Галковский и Ю.А. Шахмурадов обратились со страниц печати к тренерам и специалистам всех видов борьбы со следующими предложениями:

1. В программах, учебных пособиях и учебниках не приводить технические действия, не применяемые в современных соревнованиях.

2. Давать описание в литературе только тех технических действий, которые апробированы на соревнованиях.

Эти предложения соответствуют положению И.П. Ратова о том, что обучать перспективных спортсменов следует не вообще движениям, а тем движениям, применение которых дает высокий результат.

На основании вышесказанного на первом этапе нашей работы были выявлены наиболее эффективные (приводящие к выигрышу либо чистым броском, либо к получению оценки не ниже юко) и часто применяемые технические действия на соревнованиях с участием сильнейших дзюдоистов России, Германии, Японии, Франции, Кореи (анализировались атакующие действия в стойке на крупнейших соревнованиях за период 1992 - 2002 гг. - Олимпийских играх, чемпионатах Мира, Европы и России, международных турнирах класса А).

К таким приемам относятся броски через спину с различными захватами, броски зацепами, броски подсечками, броски подхватами.

Задачей второго этапа настоящей работы было составление картотеки рекомендуемых комбинаций приемов, а также контрприемов в ответ на конкретные атакующие действия противника, поскольку приемы контратаки позволяют обострять борьбу и выигрывать, используя ошибки соперника, что наиболее полно отвечает принципам дзюдо. Из всей совокупности рекомендуемых комбинаций были отобраны только те, в состав которых входят приемы, реально применяемые в современной соревновательной практике (выявленные на первом этапе работы).

На третьем этапе работы данные картотеки были использованы для составления тактико-технических комплексов (ТТК) трех типов.

Как считал ведущий болгарский специалист в области борьбы Райко Петров, выбор правильного решения при поливариантных ситуациях в схватке в условиях возмущающих воздействий со стороны противника затруднен, и эту трудность можно преодолеть, если борец подготовил различные варианты технических действий на случай возникновения любой ситуации. Поскольку борец практически постоянно действует в условиях крайне жесткого лимита времени и, как правило, одно действие не приводит к окончательному разрешению конфликтной ситуации, а только изменяет ее или приводит к возникновению новой, управление сложными так-

тико-техническими действиями требует предварительной информации о возможном развитии хода поединка.

В самом общем виде поведение борца в схватке можно представить в виде последовательности чередующихся шагов программы: «постановка задачи» (или «выбор цели»), «анализ результата» и «принятие решения». Таким образом, поведение борца в схватке подчинено определенному алгоритму, формируемому в соответствии с тактическим планом и подвергаемому «коррекции» со стороны противника. Раскрытие алгоритмов определенных действий позволяет использовать их для программирования, а усвоение этих алгоритмов обеспечивает эффективное управление действиями.

Предлагаемые ТТК первого и второго типов (ТТК-1 и ТТК-2) представляют собой рефлексивные тактико-технические комплексы, построенные на ответных действиях противника, после того как по отношению к нему была применена обманная или истинная атака.

ТТК-1 представляют собой комплексы, включающие несколько подготавливающих приемов из различных классификационных групп, создающих предпосылки для проведения определенного завершающего приема, например, продолжение атаки броском через спину возможно после начала проведения подсечки изнутри, подсечки в колено, подхвата изнутри, отхвата, защита от которых создает благоприятную динамическую ситуацию для проведения завершающего приема - броска через спину.

ТТК-2 представляют собой комплексы, содержащие в качестве ложного приема один основной (базовый), в результате проведения которого вследствие защитных действий атакуемого становится возможным продолжить атаку несколькими приемами, каждый из которых может быть использован в качестве завершающего. Так, например, динамическая ситуация, которая возникает после начала проведения броска через спину (фаза подворота), в результате ответных действий атакуемого является благоприятной для проведения таких бросков, как отхват, зацеп изнутри, подсечка изнутри, которые можно применить для завершения сложной атаки.

При освоении ТТК-1 и ТТК-2 в ходе учебно-тренировочного процесса спортсмен изучает ответные действия противника и на основании анализа программирует свое дальнейшее поведение в типовых ситуациях.

Тактико-технические комплексы третьего типа являются контратакующими тактико-техническими комплексами, раскрывающими возможные продолжения ведения борьбы при проведении противником конкретного приема.

Изучение и освоение тактико-технических комплексов в учебно-тренировочных занятиях имеет конечной целью формирование способности реагировать на изменение ситуации в схватке на уровне сенсомоторного реагирования, поскольку значительное число тактических задач требует не только мгновенного, но и шаблонного решения.

## **СООТНОШЕНИЕ ПОНЯТИЙ «КООРДИНАЦИЯ ДВИЖЕНИЙ», «ЛОВКОСТЬ», «КООРДИНАЦИОННЫЕ СПОСОБНОСТИ» - ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ УПРАВЛЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМИ ДЕЙСТВИЯМИ**

**С. Н. Никитин**, кандидат педагогических наук

Широкое развитие спортивной науки выдвинуло ряд вопросов, решение которых является обязательным условием плодотворного изучения проблемы управления движениями вообще и в спортивной деятельности – в частности и является, наш взгляд, актуальной темой (21). При этом, один из главных вопросов связан с правомерностью использования в основе понятийного аппарата по проблеме управления двигательными действиями понятий, определяющих ее суть; координация движений, координационные способности, ловкость.

Наиболее всесторонне этим вопросом занимался известный советский ученый Н.А. Бернштейн (3). В его работах даются четкие определения и характеристики таких понятий как координация движений (КД) и ловкость:

- координация - особая группа физиологических механизмов, создающих непрерывное организационное циклическое взаимодействие между рецепторным (афферентным) и эфферентным процессом;

- КД - преодоление избыточных степеней свободы движущегося объекта и превращение его в управляемую систему;

- ловкость – способность двигательным выйти из любого положения, т.е. способность справиться с любой двигательной задачей: правильно (адекватно и точно), быстро («скоро и споро», рационально (целесообразно и экономично), находчиво (изворотливо и инициативно).

Кроме того, Н.А. Бернштейн (3) выделял «складность в движениях»- это то, что обозначается как хорошая координация движений вообще, а хорошая координация и ловкость, утверждал он, явно не одно и то же (25).

Характеристике взаимоотношения КД и ловкости посвящена работа Н.А. Минаевой (18), где достаточно четко определено, что в теории физического воспитания все признаки, характеризующие КД, чаще всего, называют ловкостью.

Аналогичные суждения высказываются и Е. П. Ильиным (11,12), который определяет ловкость как сочетание пространственной точности движений с его своевременностью, а характеристика двигательных действий, связанная с управлением согласованностью и соразмерностью движений, а также с удержанием необходимой позы, называется координацией.

Д.Д. Донской (6) предлагает собственное педагогическое толкование КД, как согласованное сочетание движений звеньев тела в пространстве и во времени, одновременное и последовательное, соответствующее двигательной задаче, внешнему окружению и состоянию спортсмена.

Близки по смыслу к этому определению понятия координации движений работы Е.К. Жукова, М.Ф. Иваницкого, Н.К. Меньшикова (7, 10, 17).

Стремление повысить объективность представлений о КД и ловкости не могли не привести исследователей к применению факторного анализа для определения их структуры.

В числе первых этот метод применили V. Prochazka (1971) и P. Hirtz (1977).

Среди советских ученых в таком аспекте внимания заслуживают работы В.И. Ляха (13,14,15), который вводит понятие координационные способности и дает следующее определение:

- координационные способности (КС) – это способности оптимально регулировать двигательные действия, точно, быстро, рационально разрешать различные двигательные задачи, осуществлять дозированные движения в условиях дефицита времени;

- ловкость – это качество управления движениями, обеспечивающие правильное (т.е. адекватное и точное), быстрое (своевременное), рациональное (целесообразное и экономичное), и находчивое (стабильное и инициативное) решение двигательной задачи.

Для дальнейшего исследования необходимо учесть наиболее распространенное определение качества ловкости, данное В.М. Зациорским (9), в связи с тем, что оно является часто применимым и считается наиболее верным: ловкость – это, во-первых, способность быстро овладевать новыми движениями (способность быстро обучаться) и, во-вторых, способность быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки.

Однако можно предположить, что даже эта формулировка не в полной мере раскрывает суть анализируемого качества, а в наибольшей степени определяет те условия, в которых оно проявляется (Филиппович В.И., 1980).

Из репрезентативного анкетирования, проведенного автором статьи, по вопросу как соотносить понятия координация движений, ловкость, координационные способности, среди респондентов, профессиональная деятельность которых связана с практическим использованием данного понятийного аппарата, выявлено, что все они считают этот вопрос важным в теории и практике физической культуры. Однако оказывается, что 40% респондентов считают понятия координация движений, ловкость и координационные способности как одно и то же. 48% респондентов высказывают противоположное мнение, а 8% опрошенных вообще не понимают смысла вопроса и не имеют собственной точки зрения. При изучении соотношения ловкости и координационных способностей получены данные о том, что 60% специалистов считают ловкость как систему координационных способностей, а 18% определяют ловкость как координацию движений. Основной причиной наличия таких различных мнений можно считать

отсутствие в научной литературе сложившегося точно аргументированного обоснования по этому вопросу.

Следует отметить, что эта проблема поднимается в ряде работ. Так, А.А. Ажищенко и Ю.В. Высочин (1) считают, что все признаки относящиеся к ловкости, характеризует координацию движений, G. Schnabel (1974) использует в качестве координационных те же способности, которые перечислены В.М. Зациорским (8) для характеристики ловкости.

Данные о том, как нужно соотносить координационные способности и координацию движений нами ни в научной и ни в учебно-методической литературе обнаружить не удалось.

Анализ поставленной проблемы необходимо начинать с раскрытия смысловых значений самих исследуемых слов. Дословный перевод с латинского слова «координация» означает совместное упорядочение, согласование, приведение в соответствие. Ловкий – собственно русское образование с помощью суффикса «к» от слова ловь – охота. Способности – индивидуальные особенности личности, являющиеся субъективными условиями успешного осуществления определенного вида деятельности.

Хотя приведенные смысловые значения ключевых слов не дают основания для полного решения проблемы, их можно считать отправными точками для решения проблемы, не запутывая, ее еще больше. В этом аспекте заслуживает внимания высказывание В.И. Ляха (14) о том, что в системе управления движениями одним из основных понятий, на основе которого строятся другие, является понятие координация движений (КД). При этом главным звеном в данном понятии необходимо считать «превращение объекта в управляемую систему», а критерием определяющим координацию движений, считать степень согласованности или соответствие поставленной цели. Там же В.И. Лях (14) указывает, что «ловкость есть самостоятельная система (структура) координационных способностей, которую в свою очередь следует рассматривать в более широкой системе управления движениями со стороны центральной нервной системы». Однако координационные способности, зародившиеся для объяснения сущности ловкости, выросли в самостоятельную систему.

В этой связи В.И. Лях (15) утверждает, что «координационные способности могут проявляться в двигательных действиях ... не всякую координационную способность можно рассматривать как проявление ловкости, в то же время ловкость – это всегда одна или несколько координационных способностей, представленных в двигательных действиях совокупностью (системой) своих свойств».

Поэтому координационные способности, в которых находит выражение ловкость, можно назвать координационные способности второго порядка (КС 2), а в тех, где ловкость не проявляется – координационные способности первого порядка (КС 1).

Таким образом, можно констатировать следующее: координация движений является наиболее общим понятием в системе управления дви-

гательными действиями, ловкость характеризуется взаимосвязью ЦНС с двигательными действиями, а координационные способности, проявляющиеся в таких двигательных действиях, являются частным выражением ловкости или координации движений.

В целях уточнения и конкретизации сделанных выводов, необходимо выяснить зависимость между приведенными понятиями и уровнями овладения двигательными действиями в процессе четырех этапов обучения, выделяемых многими авторами (4,20,24).

Этими этапами являются:

- ознакомление, что соответствует восприятию и осмыслению, а уровень овладения характеризуется – знаниями;

- начального разучивания, что соответствует уровню овладения, определяемому умениями.

- закрепление приобретенного умения выполнять двигательное действие. Главная его задача заключается в формировании уровня овладения – двигательный навык.

- обучение применению знаний и навыков в различных условиях, что соответствует уровню овладения - умения высшего порядка.

Данные приведенного теоретического обобщения сведены в таблицу 1.

Анализируя данные табл. 1 можно отметить, что на первом уровне обучения двигательным действиям проявление понятийного аппарата процесса управления движениями остается под вопросом, так как в знаниях двигательный состав отсутствует. В процессе овладения двигательными действиями до уровня умения проявляют себя все приведенные понятия: ловкость как способность к овладению двигательными действиями (обучение), координация движений как превращение в управляемую систему, координационные способности как система того и другого понятия.

Стадия же овладения навыком наибольшим образом связана с координацией движений в связи с тем, что на этом уровне проявляется высшая степень превращения в управляемую систему, выражающуюся в автоматизации двигательных действий, критерием которой является согласованность. Ловкость на этом уровне проявляться не может. Такое заключение совпадает с мнением Н.А. Бернштейна (3) и В.И. Филипповича (25): «ловкость – не навык и не совокупность каких-либо навыков...».

Соответственно координационные способности проявляются только те, которые достигают своего максимального показателя на этом уровне и являются соответствующими координации движений, то есть координационные способности первого порядка. На уровне умения высшего порядка

вновь проявляется понятие ловкость как применимость двигательных действий в различных ситуациях. Соответственно проявляются координационные способности, в которых находит выражение ловкость, то есть координационные способности второго порядка. Проявление же координации движений на этом уровне является наиболее противоречивым и не очень понятным. Если высшим показателем координации движений считать складность или согласованность, то координация движений на этом уровне проявляться не должна. В случае, если же под координацией движений понимать наиболее общее понятие в системе управления двигательными действиями, на сути которого строятся другие понятия, то она должна входить в этот уровень овладения.

Таблица 1

Процесс управления двигательными действиями в уровнях овладения этими действиями

Понятийный аппарат процесса управления движениями	Этапы процесса обучения			
	1	2	3	4
	Знания	Умения	Навык	Умения высшего порядка
Координация движений	?	+	+	+
Ловкость	?	+	-	+
Координационные способности 2	?	+	-	+
Координационные способности 1	?	+	+	-

Только тогда координация движений может включать в себя понятие ловкость или выражаться в ней.

Для более полного изучения данной проблемы, рассмотрим ее в свете представлений об управлении двигательными действиями в тренировочном процессе.

Анализируя схему, приведенную на рис.1, можно увидеть открытую (А) и закрытую (Б) системы управления тренировочным воздействием на организм занимающегося. Сопоставив приведенные выше понятия со схемой на рис.1, можно координацию движений отнести к открытой системе управления (А), согласно имеющимся определениям этого понятия, а ловкость – к закрытой системе управления тренировочным воздействием (Б). Но как более общее понятие координация движений относится к закрытой системе управления и при необходимости может обходиться и только открытой системой управления тренировочного воздействия. Ловкость же это то, что отличает закрытую систему управления двигательными действиями от открытой.

Для практической проверки изложенных теоретических концепций был проведен лабораторный эксперимент с участием юных борцов-самбистов, целью которого было выявление взаимосвязи между показателями в тестах координация движений, ловкость и координационные способности первого и второго порядков.

Методика исследования. Обследуемым предлагалось выполнить тесты, используемые для определения координации движений, ловкости и координационных способностей первого и второго порядков. В качестве теста координации движения была использована двигательная задача, которая наибольшим образом соответствует принятому понятию, Координация движений ног: прыжок на двух; прыжок на правую, левую согнуть назад; прыжок на левой правую согнуть назад. Действия оцениваются временем затрачиваемым на выполнение и экспертной оценкой в баллах (балл/с) (27).

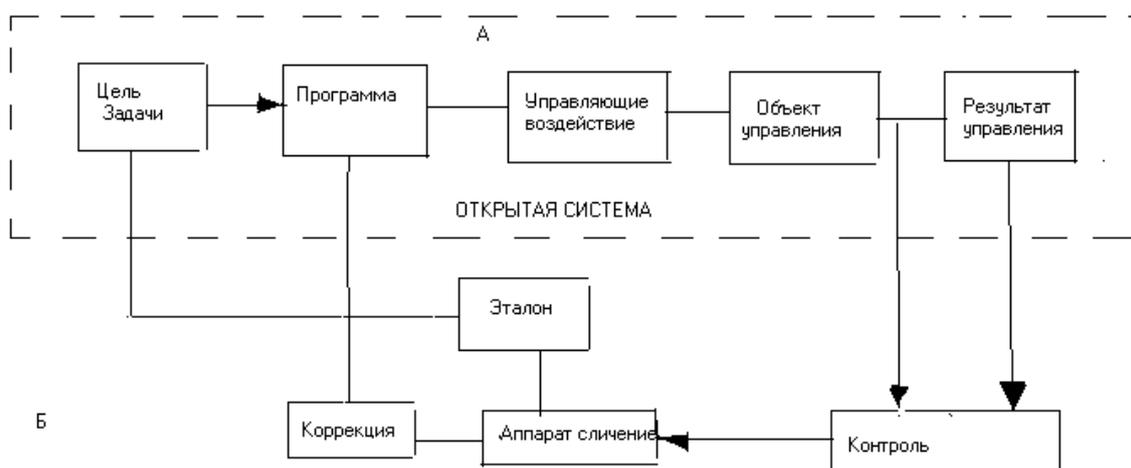


Рис.1. Схема управления двигательными действиями в тренировочном процессе.

Координационные способности первого порядка оценивались по результату прыжка в длину с места (16). Координационная способность второго порядка, как составляющая системы ловкости, определялась результатом прыжка спиной вперед по направлению движения с места. Ловкость определялась согласно проведенному теоретическому обобщению и в качестве теста использовалось отношение результата прыжка спиной по направлению движения в длину с места ( $L_1$ ) к результату в прыжке в длину с места ( $L_2$ ), по которому определялся коэффициент ловкости по следующей формуле (19):

$$K_1 = L_1 / L_2 \quad (1)$$

Данные, полученные в ходе эксперимента, обрабатывались общепринятыми статистическими методами, включая корреляционный анализ.

Анализ данных таблицы 2 показывает, что тест для определения координации движений достоверно связан с тестом координационной способности первого порядка и они не коррелируют с тестами на ловкость и координационные способности второго порядка. Это согласуется с приведенными выше теоретическими положениями и объясняется тем, что тесты на координацию движений и координационные способности первого порядка находятся на уровне овладения «навык», тесты на ловкость и координационные способности второго порядка находятся на уровне овладения умения высшего порядка и имеют между собой высокую достоверную взаимосвязь ( $r = 0,84$ ), что можно также объяснить идентичностью измеряемых в тестах характеристик и наличием в тесте для измерения координационных способностей второго порядка сопутствующих величин, которые позволяют измерять ловкость только как комплексное качество.

Кроме того, отмеченный факт можно объяснить, с одной стороны, идентичностью измеряемых в тестах качеств и, с другой стороны, возможным наличием в одном из них случайных величин, которые являются фоновыми составляющими. Тест, характеризующий координационные способности первого порядка, достоверно связан с результатом в тесте, определяющим координационные способности второго порядка, что объясняется их отношением к одной общей системе координационные способности и наличием у них общих признаков по координации (согласованию) двигательного действия скоростно-силового характера.

Таблица 2

Взаимосвязь между понятиями процесса управления двигательными действиями

П/п	Наименования	1	2	3	4
1	Координация движений	1			
2	Ловкость	0,08	1		
3	Координационная способность первого порядка	0,32	- 0,05	1	
4	Координационная способность второго порядка	0,13	0,84	0,47	1

На основании изложенного можно сделать следующие выводы:

1. Проведенное теоретическое обобщение и анализ научной литературы показали, что понятия, характеризующие процесс управления двигательными действиями: координация движений, ловкость и координацион-

ные способности не являются синонимами, а определяют различные стороны этого процесса, что необходимо учитывать в научных исследованиях.

2. Данное исследование носит характер поискового и требует творческого развития, особенно по вопросу выявления взаимосвязи ловкости и координации движений.

3. Представленный понятийный аппарат вполне увязан с процессом и уровнями овладения двигательными действиями.

4. Предложенный нами тест для тестирования ловкости можно рекомендовать для использования в практике спортивных научных исследований.

### Литература

1. Ажищенко А.А., Высочин Ю.В. Координация движений и расслабление мышц у юных гимнастов// Пути повышения эффективности подготовки юных и взрослых спортсменов – Л.,1985. – С.3-15.
2. Бернштейн Н.А. О построении движений. - М.: Медгиз, 1947. - 281 с.
3. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. - М.: ФиС, 1991. - 288 с.
4. Беспалько В.П. Дидактические основы программного управления процессом обучения // Автореф. дис... докт. пед. наук, М.: МГУ, 1968. - 44 с.
5. Верхошанский Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте// М.: ФиС, 1977. - 246 с.
6. Донской Д.Д. Законы движения в спорте. - М.: ФиС, 1968. - 175 с.
7. Жуков Е.К. Основные принципы координации двигательной деятельности // Теория и практика физ. культуры, 1963. - №3. - С. 20-23.
8. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена. - М.: ФиС, 1970. - 258 с.
9. Зациорский В.М. Воспитание ловкости и некоторых частных способностей// Теория и методика физического воспитания. - Т.2. - М.: ФиС, 1976. - С.201–208.
10. Иваницкий М.Ф. Движения человеческого тела// Анатомические очерки. - М.: ФиС, 1938. - 262 с.
11. Ильин Е.П. Психофизиология физического воспитания// Факторы влияющие на эффективность спортивной деятельности. - М.: Просвещение, 1983. - 223 с.
12. Ильин Е.П. Ловкость – миф или реальность// Теория и практика физ. культуры, 1982. - №3. - С.51–53.

13. Лях В.И. Факторная структура ловкости с позиции многоуровневой системы управления произвольными движениями// Теория и практика физ. культуры, 1979, №5, С. 51 –53.

14. Лях В.И. Понятия «координационные способности» и «ловкость»// Теория и практика физ. культуры, 1983. - №8. - С.44 -47.

15. Лях В.И. Анализ свойств раскрывающих сущность понятия «координационные способности»// Теория и практика физ. культуры. - 1984. - №1. - С.48–50,

16. Лях В.И. Развитие и совершенствование координационных способностей школьников от 7 до 17 лет в процессе ФВ// Физиологические особенности организма школьника и физическое воспитание: Сб. научных трудов, 1986.

17. Меньшиков Н.К. Сравнительные данные изучения и оценки координации движений с помощью физических упражнений и специального аппаратного метода// Материалы итоговой научной конференции ВКИФКиС при ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта. - Л.: 1965. - С.48-55.

18. Минаева Н.А. Проблемы координационных способностей юных гимнастов// Гимнастика. - М.: ФиС, 1973. - 234 с.

19. Никитин С.Н. Взаимосвязь физической подготовленности со спортивным результатом студентов, занимающихся борьбой самбо// Физическое воспитание и спортивная подготовка учащейся молодежи, тезисы докладов научно-практической конференции. - Ч.2. - Архангельск: 1988. - С.148-149.

20. Педагогика/ Под ред. Белорусовой В.В. - М.: ФиС, 1972. - 251 с.

21. Пономарев Н.И. К вопросу об интенсификации развития теории физической культуры// Теория и практика физ. культуры, 1987. - №2. - С.5-7.

22. Сурков Е.Н. Антиципация в спорте. - М.: ФиС, 1982. - 114 с.

23. Шапкова Л.В, Проблемы управления тренировочным процессом в теории спорта как учебной дисциплины// Актуальные проблемы теории физической культуры. - Л.: ГДОИФК, 1986.

24. Шиян Б.М., Ашмарин Б.А., Минаев Б.Н. и др. Теория и методика физического воспитания// М.: Просвещение, 1988. - С.84 –99.

25. Филиппович В.И. Двигательная ловкость// Легкая атлетика, 1980, №7. - С.10–12.

26. Филиппович В.И. О необходимости системного подхода к изучению природы ловкости// Теория и практика физ. культуры, 1980. - №2. - С.49-52.

Ярмолук В.А., Любомирский Л.Е. Возрастные особенности координации движений у девочек 11 –14 лет с разным уровнем полового созревания// Физиологические особенности организма школьников и физическое воспитание: Сб. научных трудов. - Свердловск, 1986.

## **ИЗУЧЕНИЕ ВИДОВ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ ДЕВУШКАМИ СТАРШИХ КЛАССОВ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ОСНОВЕ МЕТОДА РАЗВИВАЮЩЕГО ОБУЧЕНИЯ**

**Е.В. Петкевич**

**Н.В. Колесников**, кандидат педагогических наук, профессор

Проблемы, связанные со здоровьем детей, являются приоритетным направлением в деятельности любого цивилизованного общества. Практическая реализация этой проблемы может быть решена только посредством создания новых концепций и программ по оздоровлению детей, совершенствованию материальных баз, повышению квалификации специалистов в области здравоохранения и физкультурного образования. Сегодня в нашей стране действуют различные программы: проект «Олимп», «Олимпийская юность Москвы», губернаторские и президентские тесты, Всероссийский комплекс «Физкультура и здоровье». Стали возрождаться некогда забытые соревнования типа «Папа, мама, я – спортивная семья» и др.

Основная нагрузка при реализации выше перечисленных проблем лежит на основной структурной единице школьного физкультурного образования – учителе, которому необходимо проявлять творчество, постоянно вводить в программу новые элементы из различных видов спорта, заниматься с детьми радостно, энергично. В программах по физической культуре последних лет отмечается, что многое в педагогическом процессе зависит от педагога, от его искусства увлечь занимающихся, от его увлеченности своей профессией, наличии высоких нравственных идеалов и профессиональных идей. Осознать это, значит, начать активно бороться против вредных привычек, гиподинамии, отсутствия прикладных знаний у учеников в области физической культуры, которые могли бы не только заполнить пробелы в их интеллектуальном развитии, но и реально помочь им целенаправленно заниматься поддержанием и укреплением своего здоровья, воспитывать потребность к здоровому образу жизни и регулярным занятиям физическими упражнениями, прививать навыки самостоятельной физкультурной деятельности.

Десятки лет назад знания школьников в области физической культуры были не больше, чем у нынешнего поколения, однако другая социальная ситуация в настоящее время, выраженная в резком сужении некогда разветвленной сферы спортивных школ и подростковых клубов, через которые проходили массы детей, превращает государственные образовательные учреждения практически в основные структуры, занимающиеся здоровьем детей.

Нами были проанализированы программы по физической культуре для учащихся старших классов общеобразовательных школ СССР и России с 1957 года по настоящее время. Нас интересовало содержание раздела

по легкой атлетике для девушек старших классов. При относительной неизменности требований к объему двигательных умений и навыков, при незначительных колебаниях нормативных показателей, отмечена явная тенденция к увеличению объема работы, направленной на развитие общей выносливости. В программах последних лет появилась вариативная часть, которая может быть использована исходя из возможностей школы (материальная база), и учителя физической культуры (наличие знаний, умений и опыта в определенной области физкультурной деятельности), причем программа должна быть утверждена не только директором школы, но и РОНО на дополнительные виды физкультурной деятельности (восточные единоборства, плавание, шейпинг, ритмика и др., или углубленное изучение одного из разделов государственной программы). Неизменным в новых программах остается содержание базовой части, куда входит изучение элементов таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика, лыжный спорт и спортивные игры.

В своей работе мы исследовали пути наиболее успешного изучения легкоатлетического раздела школьной программы по физической культуре девушками старших классов общеобразовательной школы.

Известно, что в настоящее время в школы приходит работать мало молодых специалистов (из-за низкой оплаты труда), а значительная часть работающих преподавателей физической культуры имеет стаж более 10 лет. Исследования Н.И. Пономарева и Т.А. Шаниной (2001) показали, что преподаватели со стажем 10 – 15 лет, в силу ряда причин, предпочитают работать по опробованным шаблонам в проведении занятий по физической культуре, что противоречит новизне и творчеству в профессии.

Из-за сложившегося стереотипа второстепенного предмета, отсутствия системы знаний о пользе влияния физических упражнений на организм человека в целом, о методах развития двигательных качеств, о самоконтроле, о воспитании волевых качеств личности в процессе физкультурной деятельности порой очень трудно заинтересовать учащихся и тем более убедить дополнительно выполнять домашние задания. Идеи о развивающем обучении, предложенные Я.А. Коменским созвучны в новых условиях и сегодня. Школьная программа по физической культуре предлагает воспитывать учеников физически образованными людьми общества в широком понимании. Предложенные в новых программах три урока в неделю не решают проблемы, если мы не убедим учеников в необходимости самостоятельных ежедневных занятиях. Много научных исследований проводились и проводятся по вопросам поиска эффективных методик развития двигательных качеств и их совершенствования вне школьных уроков, с частичной или полной заменой программного материала на другой вид физкультурной деятельности, например на виды оздоровительного плавания, восточных единоборств, шейпинга.

Проводя исследования с девушками 11 классов, мы предполагали, что более глубокое изучение техники легкоатлетических видов, специаль-

но подобранные комплексы упражнений, в основе которых лежит положительный перенос двигательных качеств и расширение диапазона физического воздействия, позволит расширить сферу двигательной активности, повысить уровень физической подготовленности, положительно отразится на состоянии здоровья учащихся. Задачами нашего исследования стало выявление способностей девушек старших классов к использованию средств повышения физической подготовленности, определении их восприимчивости к воздействию различных по направленности средств развития двигательных качеств и способностей, определение взаимосвязи более детального изучения техники легкоатлетических видов и активностью работы.

В период 2002-2003 учебного года на базе 296-й средней школы Фрунзенского района С. Петербурга проводился педагогический эксперимент с учащимися 11-х классов. Для стимуляции познавательной деятельности учащихся нами были предложены образцы заполнения тетрадей с основными положениями техники изучаемых видов легкой атлетики, в последующем заполняемыми самими учащимися.

Сравнительный анализ исходных показателей исследования учащихся двух классов свидетельствовал об однородности в основных исследуемых показателях. Производились измерение роста тела, веса тела окружности грудной клетки, окружности голени, окружности талии, артериального давления, ЧСС в покое, экскурсии грудной клетки, толщины кожно-жировых складок.

Тестировались следующие двигательные способности: показатели гибкости, сила кистей рук, скорость, скоростно-силовые и координационные качества, силовая и общая выносливость.

Анкетный опрос показал, что знания по технике видов легкой атлетики и их влияние на физическое и психическое состояние занимающихся очень смутны. Сложность вызывало задание: «зарисовать или описать упражнения для развития силы основных мышечных групп: спины, пресса, икроножных, плечевого пояса, ягодичных, передней и задней поверхности бедра в беге». Даже если учащиеся занимались самостоятельно - их ответы были чаще спутаны и неточны, что говорит об отсутствии знаний в спортивной терминологии. Так же данные предварительного опроса показали, что в свободное время для занятий физическими упражнениями многие выбрали бы шейпинг, ритмику и т.п., но никто не выбрал виды легкой атлетики.

В эксперименте занятия проводились по расписанию по 2 раза в неделю. При разработке экспериментальной программы выбор средств был направлен на углубленное изучение техники предлагаемых легкоатлетических видов: бег на короткие дистанции, эстафетный бег, барьерный бег, прыжок в длину с места, прыжок в длину с разбега, тройной прыжок в длину с разбега, толкание ядра со скачка, метание мяча, копья, гранаты с разбега, прыжок в высоту с разбега. Последовательность видов определя-

лась их сложностью: от более простых в техническом отношении к более сложным. Для совершенствования двигательных способностей использовались следующие методы: повторный, соревновательный и круговой. Из групп общепедагогических методов использовались: словесные и наглядные, причем хорошо показывались и описывались не только наиболее важные детали техники (что делает каждый добросовестный учитель), но и была предложена для заполнения «вспомогательная тетрадь» каждому учащемуся экспериментальной группы. В ней были зарисованы схемы движений в изучаемых видах легкой атлетики, выделены элементы техники, на которые надо обратить особое внимание. В начале тетради записывались результаты исходного, текущего, конечного тестирования по показателям физического развития и физической подготовленности. Предлагалось составить и записать комплекс упражнений утренней гимнастики; выбрать средства для дополнительной физкультурной деятельности или записаться в спортивную секцию, составить комплекс физических упражнений для самостоятельных занятий.

В ходе эксперимента шла постоянная работа с «вспомогательной тетрадью»: учащиеся самостоятельно повторяли детали техники, так как на уроках оценивалось и техническое исполнение изучаемых видов. В ходе опроса выяснилось, что лишь двум из 17-ти учащихся «тетрадь» не помогла при повторении техники выполнения легкоатлетических видов.

Дополнительно к урочным занятиям предусматривалось ежедневное выполнение домашних заданий в виде упражнений на повышение физической подготовленности с предварительным ознакомлением данных о системе нагрузок и самоконтроля. В ходе опроса и текущего тестирования выяснилось, что систематически занимались во внеурочное время лишь 30% контрольной группы, остальные – не регулярно, но занимались. В экспериментальной группе таких учащихся было 60%. По результатам конечного тестирования было выявлено, что физическая подготовленность девушек экспериментальной группы по большинству показателей стала выше, чем в контрольной группе, что подтвердило эффективность использования метода, основанного на развивающем обучении видам легкой атлетики с прогрессирующей сложностью.

### Литература

1. Лях В.И., Мейксон Г.Б. Программа «физическое воспитание учащихся 1-11 кл. с направленным развитием двигательных способностей». - М., 1993.
2. Лях В.И., Кофман Л.Б., Мейксон Г.Б. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 кл. - М., 1996.
3. Матвеев А.П. Физическая культура: образовательная программа для учащихся средней общеобразовательной школы» - М., 1995.
4. Литвинов Е.Н., Виленский М.Я., Туркунов Б.И. Программа физи-

ческого воспитания учащихся, основанная на одном из видов спорта (баскетбол).- М.,1996.

5. Пономарев. Н.И., Шанина Т.А. Творческий компонент в деятельности преподавателя физической культуры ВУЗа.- СПб: Вестник аспирантуры. - № 9. -2001.

## **ТЕХНИКА ДЗЮДО. ГРУППА БРОСКОВ ЧЕРЕЗ ПЛЕЧО (особенности выполнения)**

**В.В. Путин**, заслуженный тренер России,  
почетный президент спортивного клуба "Явара-Нева"

Броски через плечо (Seoi-nage), наиболее часто используемые в соревновательной практике дзюдоистов, могут выполняться в нескольких вариантах. Наиболее часто в соревновательной практике встречаются следующие.

А.Бросок через плечо захватом разноименного отворота (Morote-Seoi-Nage).

Действия атакующего (Tori):

1. Атакующий берет захват за разноименный рукав и разноименный отворот.
2. Выводит противника из равновесия вперед.
3. Продолжая тянуть атакуемого (Uke) вперед-вверх, заставляет встать атакуемого на носки.
4. Разворачивается спиной к атакуемому, приседая и наклоняясь, отрывает атакуемого от татами, лишая его опоры.
5. Распрямляя ноги в коленях и подбивая тазом бедра атакуемого вверх, перебрасывает противника через себя.

В. Бросок через плечо захватом одноименного отворота.

Действия атакующего:

1. Берет захват за разноименный рукав и одноименный отворот.
2. Выводит противника из равновесия вперед.
3. Продолжая тянуть атакуемого вперед-вверх, заставляет встать атакуемого на носки.
4. Разворачивается спиной к атакуемому, приседая и наклоняясь, отрывает атакуемого от татами, лишая его опоры.
5. Распрямляя ноги в коленях и подбивая тазом бедра атакуемого вверх, перебрасывает противника через себя.

С. Бросок захватом руки на плечо (Ippon-seoi-nage).

Так же, как и в предыдущих вариантах, необходимо захватить разноименный рукав противника снизу, между локтевым и плечевым суставами.

Вторая рука после выведения противника из равновесия вперед, в момент разворота атакующего спиной, движением из подмышки атакующей руки подставляет одноименное плечо в качестве дополнительной точки опоры. Далее атакующий, распрямляя ноги в коленях и подбивая тазом бедра атакуемого вверх, перебрасывает противника через себя.

Д. Бросок через спину захватом двух рукавов.

Действия атакующего:

1. Захватить разноименные рукава кимоно противника снизу, ближе к кистям.
2. Удерживать руки противника, не давая ему вырваться.
3. В момент попытки противника освободиться от захвата, когда он начнет приподнимать руки вверх, использовать его усилия и рывком продолжить движение его рук как можно выше над головой, одновременно приседая и разворачиваясь к нему спиной.
4. Не прекращая тяги руками вперед-вверх, взвалить противника на спину.
5. Распрямляя ноги в коленях и подбивая тазом бедра атакуемого вверх, перебросить противника через себя.

Е. Бросок через спину, становясь на колени (Seoi-otoshi).

Действия атакующего:

1. Атакующий берет захват за разноименный рукав и разноименный (одноименный) отворот.
2. Выводит противника из равновесия вперед.
3. Продолжая тянуть атакуемого вперед-вверх, заставляет встать атакуемого на носки.
4. Разворачивается спиной к атакуемому, быстро становится на колени, подседая как можно ближе к противнику.
5. Продолжает тянуть противника вперед-вниз и перебрасывает через себя.

В качестве благоприятных условий для применения техники бросков через спину следует упомянуть следующие:

1. Противник (Uke) двигается вперед, наступает, тем самым, облегчая возможность вывести его из равновесия вперед.
2. Противник наклоняется вперед, тем самым, облегчая возможность вывести его из равновесия вперед.
3. Противник усиливает давление, пытаясь оттолкнуть, тем самым облегчая возможность вывести его из равновесия вперед.
4. Противник из положения “вне захвата” делает попытку сделать захват, что дает возможность захватить атакующую руку и сделать атакующий подворот.
5. После отраженной атаки противник возвращается в исходное положение, что также дает возможность сделать атакующий подворот для броска через спину.

Наиболее эффективными являются следующие тактические способы подготовки бросков через спину.

Угроза. Этот способ тактической подготовки предполагает использование благоприятной динамической ситуации для проведения броска, которая возникает вследствие защитных действий атакуемого.

Эти защитные действия могут быть вызваны началом атаки одним из следующих приемов:

- задняя подножка,
- зацеп изнутри разноименной голенью,
- подсечка изнутри,
- боковая подсечка,
- подсечка в колено,
- передняя подножка.

Защитные действия атакуемого против броска через спину (Seoi-nage), могут создать благоприятную динамическую ситуацию для продолжения атаки такими приемами, как:

- подсечка изнутри,
- отхват,
- зацеп изнутри разноименной голенью,
- бросок через спину со сменой направления атаки (в противоположную относительно начала сторону),
- бросок через спину со сменой уровня атаки (становясь на колени).

## **КЛАССИФИКАЦИЯ УПРАЖНЕНИЙ В СПОРТИВНОЙ АЭРОБИКЕ**

**А.А. Сомкин**, доктор педагогических наук, доцент

Большое количество и разнообразие упражнений в спортивной аэробике требует их упорядочения и, следовательно, классификации, что, в свою очередь, позволит разработать наиболее целесообразную последовательность их освоения. Вместе с тем, многообразие упражнений в данном виде спорта не дает возможности разработать единую, универсальную классификацию, которая бы охватывала все без исключения движения. Это связано с тем, что невозможно выделить какой-либо один, главный признак для составления классификации, так как большинство упражнений сочетают в себе несколько механизмов движения и, следовательно, несколько характерных признаков. Поэтому мы предлагаем систему или совокупность взаимосвязанных классификаций различной степени сложности и охвата упражнений, основанных на различных признаках.

Прежде всего, все упражнения спортивной аэробики можно классифицировать по видам программы, в которых выступают спортсмены в этом виде спорта: сольные упражнения женщин; сольные упражнения мужчин;

упражнения смешанных пар; упражнения троек (чисто женских, чисто мужских, смешанных); упражнения групп – шестерок (также женских, мужских или смешанных).

В каждом виде программы все двигательные действия, которые выполняют спортсмены, подразделяются на: элементы аэробной хореографии, которые исполняются индивидуально или в непосредственном взаимодействии членами пар, троек, групп; различные поддержки и «пирамиды» во всех видах, за исключением сольных; элементы трудности, расцененные правилами соревнований. Отсюда следует следующий уровень классификации – на основе совокупности элементов. В последней редакции правил соревнований (на 2001-2004 гг.) все элементы объединены в четыре группы: А – отжимания, свободные падения, круги ногами и перемахи; В – упоры; С – прыжки и скачки; D – гибкость и вариации. При этом по сложности все элементы оцениваются в пределах от 0,1 до 1,0 балла. Кроме такого варианта все элементы могут быть объединены в группы по доминирующему признаку, т.е. по тому, в каком положении по отношению к соревновательной площадке выполняется основное двигательное действие, характеризующее данный элемент (рис. 1):

- элементы, выполняемые на опоре (на одной или двух ногах; в партере);
- элементы с фазой полета, выполняемые толчком одной или двумя ногами.

Подробно рассмотрим эти группы. Прежде всего, к первой группе относятся повороты на одной ноге, различные варианты равновесий, махов, «либела» - т.е. без перехода в партер. Кроме того, сюда же мы относим элементы с переходом в партер, но без фазы полета – свободные падения из различных исходных положений (ноги вместе, врозь, на одной ноге) и с поворотами до 360° в упоры лежа на двух или одной согнутой руке.

Вторую подгруппу первой группы составляют все упражнения, выполняемые в партере: отжимания, круги ногами, «геликоптеры», углы, «крокодилы», горизонтальные упоры, шпагаты, «панкейк» и другие, в которых отсутствует фаза полета. Кроме того, сюда же отнесены и элементы, которые начинаются в партере, имеют непродолжительную фазу полета, а конечным также является положение в партере: «взрывные рамки», перемахи ногами вперед и назад, варианты «Капозэйры» и другие.

Самой многочисленной является вторая группа. В нее объединены все элементы, выполняемые толчком двумя ногами (прыжки, свободные падения) и толчком одной и махом другой ногой, либо из заднего или бокового равновесия (свободные падения, скачки, «ножницы» и другие).

Все элементы данной группы имеют следующие фазы: отталкивание ногами, фаза полета, конечное положение (приземление). При этом в фазе полета может быть принята одна или более различных рабочих поз; может быть выполнен поворот: вокруг продольной оси тела; вокруг фронтальной оси тела вперед или назад (до 90°); комбинированный - вокруг двух осей

одновременно. Каждую фазу можно так же классифицировать по отдельности.

Прежде всего, рассмотрим классификацию отталкивания ногами (рис. 2). Элементы, в которых есть данное двигательное действие, присутствуют в группах А, С и D. Во-первых, необходимо выделить два основных варианта отталкивания: двумя ногами и одной ногой.

Отталкивание двумя ногами присутствует в свободных падениях и прыжках, а одной ногой в свободных падениях, прыжках, скачках, двойном фан кике.

Толчок двумя ногами может осуществляться либо после толчка одной и маха другой наскок на две ноги, либо после какого-либо из базовых шагов. Отталкивание одной ногой может быть выполнено из динамического или статического положений. Из динамического положения существуют следующие варианты:

- махом одной вперед (прямой) толчок другой (Гейнер, прыжок шагом и его производные, перекидной, «ножницы» и другие);
- махом одной вперед (согнутой) толчок другой (вариации прыжков шагом, со сменой ног; хитч кик);
- махом одной назад (прямой) толчок другой (прыжки с поворотами и падением в упор лежа на согнутых руках, в том числе с принятием различных положений, например, согнувшись, в фазе полета);
- махом одной в сторону (прямой) толчок другой (скачки в поперечный шпагат и в положение ноги врозь);
- махом одной в сторону (согнутой) толчок другой (вариации выше-названных скачков);
- махом одной вперед наружу толчок другой («Калоянов» и его вариации, двойной фан кик и другие).

Очень редко встречается еще один вариант – махом согнутой ногой назад толчок другой (например, в скачке с поворотом на 180° ноги врозь в упор лежа на согнутых руках). Такое отталкивание не перспективно и практически не встречается в современных программах.

Из статического положения существуют варианты отталкивания из двух видов равновесий:

- заднего (свободное падение, «Тамаро» с вариациями);
- бокового («Парк»).

Следующая фаза – безопорная (полет). В этой фазе спортсмен принимает определенную рабочую позу, предписанную правилами соревнований: группировка, согнувшись, прямое положение, «козак», ноги врозь, поперечный шпагат, продольный шпагат (горизонтальный или вертикальный), а также комбинированную.

Наиболее частыми комбинированными положениями являются продольный шпагат, сменяемый поперечным; ноги врозь - прямое положение (когда следует поворот вокруг продольной оси тела) и другие.

Заключительная фаза – приземление (рис. 3). Первая ступень в этой классификации имеет три блока: приземление на ноги, в различные упоры, в шпагаты.

Прежде всего, спортсмен может приземлиться либо на две ноги, либо на одну ногу. Существуют три варианта приземления на одну ногу, когда другая может быть - вперед, назад, в сторону.

Следующий блок – упоры. Во-первых, – это упор лежа на согнутых руках ноги вместе (push up), затем его усложненный вариант – упор лежа ноги врозь на одной (согнутой) руке. Отдельно следует выделить приземление в положение Венсон (упор лежа в продольном шпагате) как опорный, так и практически выполнимый – безопорный. Необходимо отметить также единичные варианты приземлений в упоры лежа на согнутых руках – ноги врозь и на одну ногу, другая назад – после соответствующих свободных падений.

Последний блок – приземление в шпагаты: продольный или поперечный.

подавляющее большинство элементов спортивной аэробики имеет такой характерный признак как вращение вокруг либо одной из осей тела, либо комбинированное, в соответствии с которым они могут быть классифицированы (рис. 4).

Наиболее часто встречаются повороты вокруг продольной оси тела с соответствующей градацией: 90, 180, 270, 360, 450, 540, 630, 720, 900, 1080 градусов. Они могут выполняться на одной и двух ногах; в различных упорах (углах, кругах и других); в прыжках, скачках; в продольном шпагате.

Повороты вокруг фронтальной оси тела вперед или назад до 90° присутствуют в свободных падениях, прыжках, скачках, а также практически до 180° в перемахах ногами вперед или назад. Реже других встречается вращение вокруг сагиттальной оси до 360° (а в перспективе и до 720°) в «крокодилах» на одной и двух руках. Кроме того, незначительное вращение вокруг этой оси присутствует в «Капозйре» и «взрывной рамке» с поворотом на 180°.

Наиболее часто встречается комбинация из вращений вокруг двух осей: продольной и фронтальной. Это имеет место в тех же свободных падениях, прыжках и скачках. Необходимо отметить, что вращение вокруг фронтальной оси назад на 90° возможно только вместе с вращением вокруг продольной оси минимум на 180°.

Присутствует также ряд элементов, в которых встречается вращение вокруг всех трех осей тела – это «геликоптер» и его вариации.

Соответствующие классификации могут быть разработаны для каждой структурной группы элементов.

Рассмотрим в качестве примера прыжки согнувшись (Pike Jumps) из группы С – прыжки и скачки (рис. 5). Элементы данной структурной группы могут выполняться: толчком двумя ногами; толчком одной ногой и махом другой вперед; толчком одной ногой и махом другой назад. В фазе по-

лета спортсмену необходимо продемонстрировать «складку» (положение согнувшись). Усложнение может осуществляться за счет изменения трех параметров.

Первый параметр – выполнение поворота вокруг продольной оси тела в фазе полета:

- на 180° до принятия положения согнувшись;
- на 180° и более после принятия положения согнувшись;
- на 180° до и 180° и более после принятия положения согнувшись;
- на 360° и более до принятия положения согнувшись.

Второй параметр – выполнение вращения вокруг фронтальной оси тела вперед или назад на 90° (с приземлениями в различные упоры лежа), а также соединение вращений вокруг двух осей.

Третий параметр – усложнение приземления: на две ноги; на одну ногу (другая назад); в упоры лежа - на согнутых руках; ноги врозь на одной согнутой руке; в опорный Венсон, и теоретически возможно, - в безопорный Венсон, в шпагаты - продольный или поперечный.

Аналогично могут быть представлены классификации для других структурных групп: отжиманий, свободных падений, кругов, перемахов, упоров, других прыжков и скачков, шпагатов. Они будут отличаться друг от друга степенью сложности и разветвленности в зависимости от количества и разнообразия элементов, входящих в состав данных групп.

Самым низшим уровнем являются классификации отдельных видов движений (подгрупп) из практически каждой вышеназванной структурной группы.

В группе свободных падений выделяются элементы типа Гейнер (рис. 6). Во-первых, их можно подразделить по величине поворота вокруг продольной оси тела (на 180, 540 и более градусов), во-вторых, по характеру приземления – в упоры лежа: на согнутых руках, на одной согнутой руке ноги врозь, в опорный Венсон; в поперечный шпагат; в другие теоретически возможные положения (безопорный Венсон, продольный шпагат).

Итак, разработана система взаимосвязанных классификаций упражнений спортивной аэробики, состоящая из совокупности уровней различного охвата:

- виды программы, в которых соревнуются спортсмены;
- двигательные действия, входящие в состав композиций в каждом виде (аэробная хореография, поддержки и «пирамиды», элементы трудности);
- элементы трудности, объединенные в четыре группы в соответствии с правилами соревнований (отжимания, свободные падения, круги ногами и перемахи; упоры; прыжки и скачки; гибкость и вариации);
- элементы трудности, объединенные по доминирующему признаку (выполняемые на опоре на ногах и в партере; с фазой полета толчком одной или двумя ногами);

## ИЗ ИСТОРИИ СИСТЕМ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

---

### ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ СТАНОВЛЕНИЯ И РАЗВИТИЯ СПОРТИВНЫХ ВИДОВ БОРЬБЫ В МИРЕ И РОССИИ

(правовое и педагогическое обеспечение  
физической безопасности человека)

**В.А. Морозов**, кандидат педагогических наук

**Д.В. Морозов**

**Ю.Н. Труфанов**

Российская самооборона без оружия - САМБО - это совокупность физических действий (приемов и контрприемов), посредством которых безоружный человек способен противостоять физическому насилию. Подчеркиваем - не уничтожить, не выиграть противоборство, не наказать (наказание выносят только судебные инстанции), а противостоять.

Таким образом, самбо является промежуточным звеном между РБ в Вооруженных силах и различными спортивно-боевыми, восточными и другими единоборствами и направлениями в системе физического воспитания. С юридической стороны, как было показано, обучение самбо не вызывает дискуссий.

Анализируя источники развития каких-либо систем самообороны, следует обратить, прежде всего, внимание на естественно-климатическое (географическое) расположение государства, на быт, обычаи, традиции, культуру и общее физическое состояние народов, проживающих в том или ином регионе мира (Агеевец В.У., Поликарпова Г.Н., 1996; Белов А.К., 1992; Долин А.А., Попов Г.В., 1992; Лукашев М.Н., 1986; Преображенский К.В., 1985; Кун Л., 1982; Тарас А.Е., 1996; Морозов В.А., 1998; Ледовских В.С., 1998).

Россия – самое большое государство нашей планеты, занимающее 1/6 часть суши Земли, на территории которой проживает свыше 130 национальностей и народов. Это государство, которое прошло более чем тысячелетний путь своего формирования, граничащее с народами и государствами древнейших цивилизаций юга, консервативного Дальнего Востока и прогрессивного в техническом отношении Запада, труднодоступного Севера, само несет в себе огромный пласт средневековой и современной цивилизации с ее многоплановыми аспектами. Именно поэтому технический арсенал самообороны в России формировался планомерно, впитывая в себя боевые искусства разных народов на протяжении длительного времени.

Кратко остановимся на исторических моментах, связанных с развитием различных систем самообороны среди гражданского населения и рукопашного боя среди военнослужащих.

В Лаврентьевской летописи повествуется о том, что в 993 году во время очередного набега печенегов на Русь, во времена правления князя Владимира в X веке, печенежский князь предложил князю русов вместо битвы провести поединок двух бойцов, чем и решить исход битвы. Победил боец русов, и печенеги отступили. В 1022 году русский князь Мстислав Черный при подобном предложении победил в единоборстве косожского князя Родою.

Проведением боевого рукопашного единоборства не раз решались судебные тяжбы и правовое дело. В Синодальной летописи 1534 году говорится, что подобные поединки проводились в Москве у реки Неглинки около церкви Святой Троицы.

В древности и средневековые времена считали, что поединок двух единоборцев – это божий суд. Однако кроме любимых в народе «забав» – борьбы и кулачного боя, каждый обучался самообороне в семье или при случае у специалиста. В Средневековой России никаких специальных школ для обучения гражданского населения самообороне не существовало.

С XVII до конца XIX века обучение рукопашному бою велось только в армии, но там акцент делался на владение навыками боя посредством штыка и приклада (Тарас А.Е., 1996; Ашкинази С.М., 1996; Селиверстов С.А., 1998; Морозов В.А., 1998).

Что же касается полиции и гражданского населения, то вслед за Европой, во второй половине XIX века, в России появляется интерес к занятиям физической культурой и спортом. И в первую очередь борьбой, в основе которой в самом названии, заложен смысл самообороны.

Возможно, поэтому одним из первых инструкторов по самообороне был прославленный борец В.А. Пытлясинский.

В 1898 году В.А. Пытлясинский в Таллине преподает курс самозащиты и задержания для местной полиции, используя при этом переведенную им в 1896 году книгу Фабиана фон Ауэрсвальда и собственный опыт профессионального борца.

Вторым видом среди единоборств в России начал развиваться французский бокс (сават).

В конце XIX века в 1897 году по приглашению принца А. Ольденбургского в Россию приезжает чемпион мира по французскому боксу (сават) Эрнест Лусталло. В Санкт-Петербурге он открывает первую школу по савату, и в 1897 году Э. Лусталло проводит первый показательный бой со своим русским учеником Г. Ивановским.

Немалый вклад в дело развития системы самообороны без оружия вложил вице-чемпион лондонской Олимпиады по греко-римской борьбе Н. Петров, работавший до 30-х годов в Петроградской организации Всеобуча,

который кроме борьбы также был неплохо знаком с боксом и джиу-джитсу.

В конце 20-х – начале 30-х годов нашего времени наибольшая заслуга в деле развития отечественной системы «самообороны без оружия», по мнению многочисленных исследователей истории развития самообороны в России, связана с именами В.А. Спиридонова, В.С. Ощепкова, Н.Н. Ознобишина, А.А. Харлампиева и др.

В.А. Спиридонов - бывший офицер, знавший французский и немецкие языки, самостоятельно совершенствовал знания самообороны посредством перевода книг и перерабатывал полученный материал с учетом имевшихся знаний. Он был сторонником прикладной самообороны и пропагандировал методику ситуационной подготовки посредством выполнения болевых приемов на суставно-связочный аппарат, опираясь на ТТА джиу-джитсу. В начале 30-х годов В.А. Спиридонов выпускает книгу по самообороне «Руководство самозащиты без оружия по системе Джиу-джитсу».

В.С. Ощепков во время русско-японской войны ребенком был вывезен в Японию и находился там более пяти лет. За этот период он не только выучил японский и английский языки, но и овладел ТТА японской системы самозащиты – дзюдо, и получил из рук самого Д. Кано черный пояс. В 1914 году В.С. Ощепков преподавал самооборону через овладение навыками дзюдо в г. Владивостоке, а в начале 30-х годов уже в Москве и Ленинграде преподавал ее в модернизированном виде под названием: борьба вольного стиля – дзюдо. И первый и второй использовали удары руками и ногами как вспомогательное средство, но главный акцент Ощепков делал на бросок с переходом на болевой и удушающий прием, а Спиридонов – на захват и болевой прием в стойке. Ощепков в работе применял терминологию дзюдо. Спиридонов предложил русские названия: загиб, залом, рычаг – частично эта терминология применяется сегодня в спортивном и боевом самбо.

В конце 20-х годов все большее внимание при обучении самообороне уделяют ударам с учетом знаний савата и английского бокса. Сторонником этого направления был Н.Н. Ознобишин.

Особое внимание развитию самбо уделялось в подразделениях Красной Армии на базе ЦДКА и в НКВД на базе СО «Динамо». Прежде всего в этих структурах и шло становление отечественной системы самозащиты без оружия. Необходимо отметить практическую работу сотрудника НКВД Н. Ознобишина и его книгу – учебное пособие под названием «Искусство рукопашного боя», вышедшую в 1930 году в издательстве НКВД. В этой книге впервые был сделан акцент не на каком-либо виде борьбы или бокса, а была сформулирована тенденция интегрального подхода в обучении самообороны.

В обучении самообороне принимали участие военачальники Красной Армии, в том числе Н.И. Тухачевский, Б.А. Кальпус, С.М. Буденный и Н.В. Подвойский и др.

В обязательную программу по сдаче нормативов ГТЗР в конце 30-х, начале 40-х годов входят приемы:

- броски, рычаги, удержание, удушающие, болевые на руки и на ноги;
- защита от нападения вооруженного винтовкой, револьвером, саблей, наганом и другим холодным оружием;
- схватки с двумя и более невооруженными противниками.

В середине 30-х годов, после расстрела В.С. Ощепкова, обвиненного в измене Родине, и отхода от службы В.А. Спиридонова, развитием самообороны продолжали заниматься их ученики: В.П. Волков, Н.М. Галковский, А.А. Харлампиев, В.Г. Кузовлев, И.В. Васильев, Р.А. Школьников, Е.М. Чумаков, Г.И. Звягинцев и многие другие.

В том же 1937 г. по инициативе учеников и, в первую очередь, А.А. Харлампиева, название «борьба вольного стиля – дзюдо» было заменено названием «борьба вольного стиля», которое в 1940 г. Р.А. Школьников, в свою очередь, заменил на сокращенное от «Самооборона без оружия» – самбо (Лукашов М.И., 1986).

С конца 30-х до начала 50-х гг. основное руководство по развитию самбо в Москве и в России принял на себя Анатолий Аркадьевич Харлампиев, получивший в дар от В.С. Ощепкова черный пояс и группу ДФК Авиаким. В 1938 г. вместо ушедшего на пенсию В.А. Спиридонова, А.А. Харлампиев возглавил работу в «Динамо».

После ВОВ СССР выходит на международную спортивную арену. Спортсмены стали готовиться к чемпионату мира и Олимпийским играм. Поскольку в мире на тот момент уже была и греко-римская, и вольная борьба, то получилось, что два вида борьбы называются вольной борьбой. К этому времени в мире стала широко распространяться японская борьба в одежде – дзюдо.

В 1948 г. Всесоюзный комитет по делам физической культуры и спорта утвердил следующие наименования для отдельных видов спортивной борьбы: французская (греко-римская) – классическая, вольно-американская – вольная, борьба вольного стиля – борьба самбо. В том, что борьба самбо осталась в календаре соревнований Спорткомитета в эти годы – заслуга А.А. Харлампиева. В 1949 году А.А. Харлампиев выпускает первую свою книгу: «Борьба самбо».

В 50-х годах оба направления стали развиваться во всех городах РСФСР и СССР, в основном в подразделения МВД и КГБ, а в 60-х годах при СО «Динамо» открываются секции самбо для гражданского населения.

А.А. Харлампиев постоянно убежденно говорил: «Наша борьба должна быть самой обширной по средствам победы» (Лукашев М.Н., 1967).

В 1966 году борьба самбо получает международное признание и, наряду с греко-римской и вольной борьбой, становится полноправным членом ФИЛА (Всемирная организация любителей борьбы).

В 1964 году Владлен Михайлович Андреев, ученик А.А. Харлампиева, выезжает со сборной командой СССР самбистов на Олимпиаду в Токио по борьбе дзюдо. Советские борцы-самбисты прекрасно выступают на Олимпиаде по дзюдо, где занимают второе командное место после родоначальников дзюдо – японцев. После этой Олимпиады В.Н. Андреев становится ярким пропагандистом современной борьбы дзюдо в России. Начался конфликт и долгая “борьба” между основателем современного самбо А.А. Харлампиевым и его бывшим учеником – пропагандистом современного дзюдо В.Н. Андреевым. Первого поддерживают пропагандисты российской борьбы самбо, второго – поклонники олимпийского вида борьбы и самообороны – дзюдо.

В 1972 году в СССР, все-таки, создается Федерация дзюдо. Однако следует отметить, что в Международную федерацию дзюдо (ФИД) наша страна вступила еще в 1956 году.

В конце 60-х – начале 70-х годов в нашу страну просачивается информация о боевых искусствах Востока. В первую очередь, сведения о китайском кунг-фу и японском – каратэ-до. В 1971 году в специализированном журнале «Спортивная борьба» выходит первая статья о каратэ-до как спортивно-прикладном виде самообороны (Чумаков Е.И., Карякин В.П., 1971). В 1975 году в Киеве выходит первая самиздатовская книга по технике каратэ-до. Ее автором был В. Каценбоген. В 1975-76 гг. А.Б. Штурмин открывает Центральную секцию каратэ-до стиля шотокан.

После ее долгой пропаганды на уровне ЦК ВЛКСМ и ЦК КПСС Комитетом по физической культуре и спорту был издан приказ «О развитии в СССР бесконтактного вида борьбы – каратэ-до» (Советский спорт, 15.10.1978). С этого времени начался отсчет официального развития каратэ-до в СССР.

В 1984 году приказом Комитета по физической культуре и спорту каратэ-до запретили во всех гражданских спортивных организациях, однако, в армии, МВД и КГБ по уже наработанной методике обучения каратэ стали обучать рукопашному бою. По сути дела реальное обучение технике ударов руками и ногами в разделе рукопашный бой, особенно ногами, следует считать конец 70-х – начало 80-х годов. Немалую роль в этом сыграли сторонники развития каратэ – А.Б. Штурмин, А.В. Николаев, Т.Р. Касьянов, 1979; Ю.Т. Чихачев, 1981; А.А. и О.А. Риш (1981); В.И. Илларионов (1981); В.А. Морозов (1982); М.В. Пантелеев, Ш.Г. Магомедов, 1983 и др.

Заккрытие каратэ-до в 1984 г. способствовало развитию других боевых искусств Востока. Так как запрет был наложен на каратэ-до (ст.216 ч.2

УК СССР), то многие перешли на корейское тхеквон-до (Цой Мин Чер, С.Н. Федулова, В.Д. Цой, В.А. Соколов и другие), в ушу (А. Музруков, Г. Магомадов, М. Богачихин и др.).

В середине 80-х годов начали пропагандировать кикбоксинг (типа сават), но удары ногами выполняются по методике каратэ-до, тхэквондо, ушу.

Возникают секции тайландского бокса, и в 1991 году был снят запрет на каратэ-до. Подтверждением этому стало проведение чемпионата СССР по каратэ в Ростове-на-Дону в 1992 году.

В 1993 году в Санкт-Петербурге по инициативе В.Д. Цоя открывается федерация корейской системы самообороны хапкидо, а в 1995 году по инициативе Д.А. Момота – чой-квон-до (Морозов В.А., 1998).

С 1992 года спортивно-прикладные единоборства и отдельные восточные боевые единоборства в трансформированном виде получили обобщенное новое название – спортивно-боевые единоборства (СБЕ) (Гагонин С. Г., 1992).

На основании проведенных поисков исторических материалов, анализа литературы и личного участия с 1969 года в создании различных федераций по единоборствам, нами составлена таблица, показывающая развитие С, СБЕ, ВБИ. В свою очередь, данная таблица помогает нам понять исторические этапы наращивания ТГА систем физической самозащиты (самообороны) – самбо (Морозов В.А., 2000).

В настоящее время самбо развивается в направлениях: специальный (БРС), спортивно-прикладной - борьба самбо и рукопашное единоборство - СБС.

Основным субъектом обеспечения жизнедеятельности является государство. Государство обязано обеспечить безопасность каждого гражданина на территории Российской Федерации через органы законодательной, исполнительной и судебной власти.

Право на жизнь, свободу и личную неприкосновенность, охрану личного достоинства, неприкосновенность имущества и невмешательства в частную жизнь гарантируется любому гражданину России Основной закон Российской Федерации - Конституция России.

Правовые основы обеспечения безопасности личности закреплены в законе РФ "О безопасности".

Права и свободы личности, наряду с материальными и духовными ценностями общества, конституционным строем, суверенитетом и территориальной целостностью государства, относятся к основным объектам безопасности.

Осуществление мероприятий по обеспечению безопасности личности возложено на органы исполнительной власти. Институтами государственной власти, обеспечивающими действие Конституции в отношении граждан, являются милиция и прокуратура. В настоящее время эти структуры испытывают трудности в исполнении возложенных на них функций.

Особую тревогу вызывает обстановка на улицах и в других общественных местах. Именно она усугубляет ситуацию, создает у населения чувство неуверенности, формирует негативное общественное мнение о работе правоохранительных органов.

В настоящее время в обществе сформировался социальный заказ, связанный с желанием людей владеть приемами самообороны. Это проявляется в том, что за последнее десятилетие значительно возросло количество спортивных секций, в которые приходят граждане, чтобы овладеть навыками спортивно-боевых единоборств через отечественные и зарубежные системы. В первую очередь это восточные боевые искусства (каратэ, джиу-джитсу, айкидо, хапкидо, ушу, тхэквондо), а также крав-мага, самбо, рукопашный бой (Морозов В.А., 2000).

Пассивность большинства граждан, среди которых достаточно физически подготовленных людей, в экстремальных уличных ситуациях не в последнюю очередь объясняется боязнью, страхом перед непредсказуемостью событий, возможными последствиями, не знанием своих юридических прав.

В первую очередь каждый гражданин должен знать основные конституционные права и обязанности, ключевые положения Уголовного Кодекса Российской Федерации.

О праве каждого человека на физическую самозащиту – самооборону говорится в главе 8 (обстоятельства, исключаящие преступность деяния), статья 37 УК РФ, 1996 г.

В статье № 37 “Необходимая самооборона” сказано, что:

- Не является преступлением причинение вреда посягающему лицу в состоянии необходимой обороны, то есть при защите личности и прав обороняющегося или других лиц, охраняемых законом интересов общества или государства от общественно опасного посягательства, если при этом не было допущено пределов необходимой обороны.

- Право на необходимую оборону имеют в равной мере все лица независимо от их профессиональной или иной специальной подготовки и служебного положения. Это право принадлежит лицу независимо от возможности избежать общественно опасного посягательства или обратиться за помощью к другим лицам или органам власти.

- Превышением пределов необходимой самообороны признаются умышленные действия, явно несоответствующие характеру и степени общественной опасности посягательства.

Далее в статье № 38 (“Причинение вреда при задержании лица совершающего преступление”), сказано, что

- Не является преступлением причинение вреда лицу, совершившему преступление, при его задержании для доставления органам власти и пресечения возможности совершения им новых преступлений, если иными средствами задержать такое лицо не представляется возможным и при этом не было допущено превышение пределов необходимых для этого мер.

- Превышением мер, необходимых для задержания лица, совершившего преступление, признается их явное несоответствие характеру и степени общественной опасности совершенного задерживаемым лицом преступления и обстоятельствам задержания, когда лицу без необходимости причиняется явно чрезмерный не вызываемый обстановкой вред. Такое превышение влечет за собой уголовную ответственность только в случаях умышленного причинения вреда (Уголовный кодекс Российской Федерации, 1996 г.).

Примечание: п.п. 3 ст.37 и 38, говорящие о превышении мер при самообороне могут быть исключены в соответствии с Поправкой принятой Госдумой РФ в феврале 2002 г.

Следует обратить внимание на термин статьи 8 в УК РФ - *самооборона* - не рукопашный бой, не самозащита в широком смысле слова, не боевые или спортивные единоборства или искусства, а самооборона, причем без ограничений, с оружием в руках или без него. Несмотря на это, жизнь показывает, что при самообороне с оружием в руках, нередко, обороняющийся оказывается уголовно наказуемым. Исходя из сказанного, в данной работе акцент при самообороне мы делаем на самооборону без оружия, то есть самбо. На наш взгляд, необходимо ознакомить учащихся с такими определениями как "рукопашный бой" (РБ) и "самооборона", разъяснить, чем она отличается от РБ и спортивно-боевых соревнований по РБ, панкратиону, "боев без правил" и других спортивно-зрелищных мероприятий.

В Военной Энциклопедии и ряде учебников по РБ дано определение РБ. *Рукопашный бой* - это локальные боевые действия с оружием и без него направленные на подавление или уничтожение живой силы и техники противника (врага). Таким образом, дано четкое определение РБ, его цель, задачи - уничтожение и подавление врага.

*Самооборона* - это физические действия (противоборство с оружием и без него), направленные на преодоление физического насилия со стороны преступных элементов в чрезвычайных жизненных ситуациях с целью сохранения чести, жизни и здоровья личности (Морозов В.А., 2000).

*Единоборство* - это противостояние двух противников, соперников или спортсменов.

Основным средством обучения РБ, самообороне, единоборству являются отработка приемов и формирование двигательного навыка в рамках урока, учебно-тренировочного занятия из спортивных видов единоборств, в первую очередь: борьбы, бокса, кикбокса, каратэ, панкратиона, спортивного рукопашного боя и других, а также боевых демонстрационно-показательных видов: айкидо, хапкидо, ушу, БРС и других.

Критерием оценки владения навыками единоборства в спорте является спортивные соревнования, которые проводятся по определенным правилам в присутствии зрителей, судей и медицинского персонала, в которых спортсмены не уничтожают друг друга реально, а демонстрируют свое

мастерство владения технико-тактическим арсеналом (ТТА) в рамках правил, соответствующего вида спортивного или спортивно-боевого единоборства.

Однако можно видеть и другую разновидность демонстрации боевых приемов самозащиты, так называемые боевые искусства самбо, к которым следует отнести айкидо, хапкидо, джиу-джитсу, некоторые направления ушу (тайчи-туй-шоу), российский БРС, в которых спортсмены демонстрируют технический арсенал и навыки самообороны на несопротивляющемся партнере. Таким видам мы дали определение - демонстрационно-боевые искусства (ДБИ) (Морозов В.А., 2000).

Итак, что же следует понимать под самозащитой и самообороной (физической самозащитой)? Самозащита - это совокупность знаний, умений и навыков, которыми владеет личность в целях обеспечения личной безопасности жизнедеятельности. Сюда можно отнести знания из области права, умение управлять своим эмоциональным состоянием (психологическая подготовленность), мастерское владение словом и мимикой (вербальная и пантомимическая), общую физическую подготовленность (пассивная защита - убежать от нападающих) и собственно физические действия - самооборону.

Самооборона - это непосредственно физическое действие с оружием и без него направленное на недопущение и преодоление физического насилия с целью сохранения жизни, чести и здоровья личности.

---

## ДЗЮДО. СТРАНИЦЫ ИСТОРИИ

**В.В. Путин**, заслуженный тренер России,  
почетный президент спортивного клуба "Явара-Нева"

**В.Б. Шестаков**, заслуженный тренер России,  
кандидат педагогических наук

**А.Г. Левицкий**, член-корреспондент БПА,  
кандидат педагогических наук, доцент

Своим происхождением дзюдо обязано многовековой традиции рукопашного боя, культивируемого в различных школах джиу-джитсу. Несмотря на кажущуюся ясность вопроса, до сих пор идут споры, имеет ли эта традиция самообороны чисто японские корни или привнесена извне? Тема достаточно деликатная, так как затрагивает патриотические чувства японцев.

Существуют три версии появления джиу-джитсу. Первая гласит, что родиной джиу-джитсу является Китай, а проникновение на острова связывается с прибытием в Страну цветущей сакуры монаха по имени Чэнь Юаньбин, который обучил нескольких самураев технике боя, что и послу-

жило началом распространения джиу-джитсу в Японии.

Вторая версия связана с именем Такэноути Хисамори, которому, согласно легенде, во сне явился монах-отшельник, спустившийся с гор, и посвятил его в секреты искусства, основанного на бросках и болевых приемах. Этим утверждается чисто национальное происхождение джиу-джитсу.

Наконец, общеизвестна история о враче, который часто зимой прогуливался по саду и любовался ветвями вишни (по другим сведениям - ели), в ожидании весны спокойно спавшей под снежной шапкой. Как-то созерцатель заметил, что толстая ветка не выдержала тяжести снега и надломилась. Зато маленькая, гибкая веточка все гнулась, гнулась к земле, но не сломалась. Снег соскользнул с нее, и она, целехонькая, выпрямилась вновь. Увидев это, врач задумался, а потом воскликнул: "Сначала поддаться, чтобы потом победить!" Его слова относились к приемам борьбы, над созданием которой он трудился.

В результате систематизации и обобщения техники он со своими учениками и единомышленниками представил специально созданной императорской комиссии несколько тысяч приемов, которые составили основу джиу-джитсу.

Во время более чем трехсотлетнего владычества Сегуната Токугава, периода расцвета боевых искусств в Японии, количество школ джиу-джитсу приблизилось к семистам.

Конец XIX века ознаменовал начало в Японии эпохи разительных перемен. В 1868 году при поддержке сторонников радикальных реформ на престол восходит император Муцухито. Начинаются революционные преобразования Мэйдзи во всех сферах общественной жизни. Закончился период длительной изоляции страны, и дух Запада начал проникать в повседневную жизнь рядовых японцев. На сцену истории вышло поколение, интересующееся всем, что ново и современно. Под угрозой оказались древние боевые искусства, носителями которых являлись представители самурайских кланов.

Быстрое распространение элементов западной культуры в японском обществе сыграло роль и в появлении дзюдо. Создатель этой многогранной системы физического воспитания, связывающей идеи традиций самурайства с идеями олимпийского спорта, Дзигоро Кано родился 28 октября 1860 года в провинции Хьего, в небольшом городке Микагэ, расположенном недалеко от Киото.

Когда мальчику исполнилось 11 лет, вся семья переехала в Токио, где будущий патриарх дзюдо продолжил учебу сразу в двух учебных заведениях. В одном он изучал японскую каллиграфию, в другом - английский язык. Современное образование он начал получать с 13-ти лет, когда убежденный в его талантах отец записал сына в частную британскую школу.

В те времена джиу-джитсу не было в Японии ни модным, ни почитаемым и уж тем более не считалось достойным занятием для юношей из хороших семей. Ни отец, ни друзья не одобрили решение найти преподава-

теля джиу-джитсу. По современным меркам Дзигоро начал приобщаться к единоборствам достаточно поздно - ему уже исполнилось 17 лет.

Поиски привели юношу в школу Тэнсин Синье-рю, возрожденную в 1795 году мастером Исо Матаэмоном. Основы техники преподавал Тэйносукэ Яги, который, будучи дальновидным педагогом, заметил одаренность ученика и дал рекомендацию, обязательную для того, чтобы юношу принял Хатиносукэ Фукуда - руководитель школы, сведущий также в вопросах восточной медицины. Это был профессионал своего дела, свято хранивший секреты древнего боевого искусства самозащиты. По воспоминаниям Кано, Фукуда был благороднейшим человеком и очень симпатизировал юному ученику.

Тем временем Кано поступает в лицей Кайсэй, преобразованный позднее в Токийский императорский университет, где учится сперва на экономическом, а затем переходит на педагогический факультет.

Несмотря на напряженные занятия в университете не было случая, чтобы Кано пропустил тренировку. Летом 1882 года он получает диплом преподавателя литературы, что в те времена приближало к представителям высшей интеллектуальной элиты японского общества. Кано решает продолжить свое образование в школе пэров, что в будущем открывало перспективу карьеры на государственной службе. Но увлечение джиу-джитсу, ставшее делом жизни, изменяет его судьбу.

В феврале того же года Дзигоро Кано с несколькими своими учениками открывает собственную школу в храме Эйседзи. Это и был всемирно известный ныне Кодокан, который тогда разместился в четырех помещениях. Самое большое - площадью 4х6 м - отвели под зал для тренировок (додзё). В первый год существования школы в ней было лишь девять учеников. У начинающего преподавателя не хватало средств для оборудования даже самого небольшого помещения. Необходимую сумму Кано получил за перевод с английского языка книги "Трактат по этике", сделанный по заказу министерства образования.

Дата открытия Кодокана отождествляется с днем рождения дзюдо - самобытной системы воспитания японской молодежи, созданной Дзигоро Кано на базе древнего джиу-джитсу, системы физического и нравственного совершенствования, выполняющей не только прикладную функцию, но и образовательную и, что намного важнее, воспитательную.

В январе 1883 года Кодокан покидает храм Эйседзи и находит новое пристанище в очень скромном помещении. Новый зал не мог вместить все татами, поэтому Кано делает рядом с оградой небольшую пристройку, больше напоминающую сарай, который хотя и был просторным, от холода и сырости не спасал. В том же году он разработал кодекс поведения для учеников Кодокана.

Дзигоро Кано установил пять пунктов клятвы, смысл которой сводился к следующему:

- вступая на путь дзюдо, я не откажусь от занятий без серьезных на

то оснований;

- своим поведением я обещаю не уронить достоинство дожо;
- я никогда не выдам секретов школы непосвященным и только в крайнем случае буду брать уроки борьбы в другом месте;
- обещаю не давать уроки без разрешения своего учителя;
- в течение своей жизни клянусь уважать правила Кодокана как ученик и наставник, если стану им.

Поначалу никто не видел и не понимал разницы между джиу-джитсу и дзюдо. Не вдаваясь в сущность идей, выдвигаемых Дзигоро Кано, старые мастера считали его заумным выскочкой, кичившимся своей образованностью и пытавшимся внести западные чуждые порядки в национальные традиции древнего боевого искусства.

Ощущая угрозу со стороны дзюдо, представители джиу-джитсу объявили Кано беспощадную борьбу. Последние годы XIX века оказались очень нелегкими для встававшего на ноги дзюдо, которое начинало борьбу за право гражданства в новой Японии, чтобы вскоре стать неотъемлемым элементом культуры страны Восходящего солнца.

Добившись долгожданного, но, главное, официального признания у себя на родине, Дзигоро Кано приступил к осуществлению следующего грандиозного замысла - о дзюдо должен был услышать мир.

Задумываясь над масштабностью задач, которые ставил и пытался решать Кано, понимаешь, что это был подвижник вселенского масштаба, "человек мира". Забегая вперед, отметим - всего, что касается признания, известности, массовости и популярности дзюдо Кано достиг.

Сегодня членами Международной федерации дзюдо, созданной в 1951 году, являются около 200 стран. Регулярно проводятся чемпионаты и первенства мира. Дзюдо включено в программу Олимпийских игр. Прочные позиции удерживает женское дзюдо, у истоков которого стоял сам Дзигоро Кано. Он лично принимал экзамен по технике борьбы у своей будущей жены Сумако.

После смерти отца дело популяризации дзюдо среди лучшей половины человечества продолжил Рисей Кано. Став директором Кодокана в 1946 году, он внес существенный вклад в укрепление международных позиций дзюдо. Капитуляция Японии во второй мировой войне, последующая оккупация американскими войсками, определили сложность обстановки, в которой ему пришлось действовать.

Бомбардировками было уничтожено большинство спортивных залов. С ноября 1945 года действовал запрет штаба американских оккупационных войск на занятия дзюдо в официальных учреждениях, в том числе и школах. Вызвано это было небезосновательным опасением, что прикладной характер этого единоборства может доставить массу неприятностей властям в случае народных волнений.

В ответ был предпринят шаг, приведший к снятию запрета. Японские тренеры развернули секционную работу в американских частях среди во-

еннослужащих, доказывая свою лояльность властям. Начали проводиться турниры, а переломным стал 1948 год, когда была образована Всеяпонская федерация дзюдо и проведено первое послевоенное первенство страны. В 1951 году при Федерации образован отдел физического воспитания средних школ и Всеяпонская студенческая федерация дзюдо.

Расширение географии дзюдо привело в итоге к проведению мирового чемпионата, который состоялся в 1956 году, естественно на родине этой популярной борьбы. Второй чемпионат мира состоялся через два года также в Японии. Соревнования проводились без разделения участников по весовым категориям. Сильнейшими стали хозяева Сёдзи Нацуи и Кодзи Сонэ. После трехгодичного перерыва в Париже в 1961 году состоялся III чемпионат мира, который закончился сенсацией: золотую медаль завоевал голландец Антон Хеесинк.

Эта первая неудача родоначальников дзюдо вынудила японцев ввести весовые категории.

В Олимпийской программе дзюдо дебютировало в 1964 году, когда Японии было предоставлено право провести XVIII летние игры. Окончательного олимпийского статуса дзюдо добилось в 1972 году в Мюнхене.

Начало продвижения дзюдо на запад было положено самим Дзигоро Кано 13 сентября 1889 года, когда он отправился в Европу, чтобы ознакомиться с существующей там системой физического воспитания и одновременно поделиться своими идеями относительно дзюдо.

В течение 1890 года Дзигоро Кано посетил Лион, Париж, Брюссель, Вену, Берлин, Копенгаген, Стокгольм, Амстердам, Гаагу, Роттердам и Лондон.

Европейский вояж Дзигоро Кано принес свои плоды. Начался обмен преподавателями и спортсменами, стали открываться филиалы Кодокана за рубежом и школы дзюдо в странах Старого Света, а позднее и США.

Уже после окончания II мировой войны дзюдо занимались в 120 странах.

Наиболее активно дзюдо начали развивать во Франции, где Кано впервые после Японии продемонстрировал свою технику. Отдаленные последствия этого ощущаются и по сей день. По массовости и мастерству дзюдоистов Франция занимает ведущие позиции в Европе. Сборная команда Франции - одна из сильнейших в мире.

В 1933 году произошли события, которые стимулировали дальнейший рост популярности дзюдо. Во вновь открытый клуб приглашают мастера Каваиси, который будучи не только знатоком техники борьбы, но и тонким психологом, почувствовал тягу европейцев к постоянному соперничеству, их стремление к титулам, знакам отличия и прочим атрибутам, подчеркивающим различие между людьми. Следовало также дифференцировать уровни подготовленности занимающихся. Профессор Каваиси распределяет приемы дзюдо на несколько групп различной сложности и вводит систему контроля, благодаря которой дзюдоист, успешно сдавший эк-

замен по демонстрации техники, получает право носить пояс определенного цвета.

В массовом сознании существует заблуждение, что вожделенный черный пояс является наиболее престижным. На самом деле высшее мастерство (по большому счету – знание) отмечается поясом красного цвета. Хотя сам Дзигоро Кано под конец жизни снова надел белый пояс, подчеркнув тем самым глубину и безграничность секретов созданного им же боевого искусства. До сих пор в Европе пользуются следующей цветовой гаммой, позволяющей определить уровень мастерства дзюдоиста, глядя на его пояс.

В начале идут шесть ученических степеней: 6 кю - белый пояс, 5 кю - желтый, 4 кю - оранжевый, 3 кю - зеленый, 2 кю - голубой, 1 кю - коричневый. Далее следуют 10 мастерских степеней - данов: обладатели первых 5-ти данов носят пояса черного цвета, которые различаются количеством поперечных белых нашивок у конца пояса, 6-8 дан - пояса красно-белые, 9-10 дан - пояс красного цвета.

В 1922 году Кано удалось воплотить свою давнюю мечту - организовать Культурное объединение Кодокан, основанное на принципах дзюдо. Спустя 10 лет Дзигоро Кано занимает официальную должность министра физической культуры. К этому времени в школах дзюдо занималось уже около 120-ти тысяч учеников, более половины были обладателями черных поясов.

В 1938 году в Каире состоялся конгресс по подготовке к Олимпийским играм. Заслугой Кано можно считать, что предстоящие игры должны были проводиться в стране восходящего солнца, а в программу были включены соревнования по дзюдо. Существует мнение, что сам Кано возражал против этого, но с этим трудно согласиться, так как, будучи серьезным аналитиком, профессор не мог не понимать какую пользу развитию дзюдо в мире принесет олимпийский статус его детища.

Возвращаясь на родину на судне "Хикава Мару", заболев тяжелейшим воспалением легких, 4 мая 1938 года великий мастер умер.

К сожалению, создатель дзюдо не дожил до того времени, когда его детище превратилось в поистине массовый вид спорта, популярный во всем мире среди детей и взрослых, юношей и девушек, мужчин и женщин. Миллионы людей всех возрастов занимаются дзюдо.

Однако то, что мы имеем сегодня под названием "дзюдо" далеко от того, что задумывал и создавал его автор. Теоретические разработки, философские размышления Дзигоро Кано не востребованы. Мы видим лишь вершину айсберга, причем вершину, которая под влиянием времени изменила свои очертания, приобрела новые контуры и мало напоминает первоначальную форму.

Технику дзюдо Кано рассматривал как средство самосовершенствования на пути достижения этического идеала. Сегодня во главным является, увы, результат, те же пресловутые голы, очки, секунды, которые при-

несли много бед нашему отечественному спорту. Да и на родине дзюдо, в Японии, вопросы престижа на мировом татами оттеснили на второй план идеи, которыми руководствовался великий просветитель.

Что же мы имеем сегодня? Технику дзюдо? Да, несомненно. Но дух дзюдо в понимании Дзигоро Кано сегодня отсутствует. Плохо это или хорошо? На этот вопрос нет однозначного ответа. Так есть, так сложилось. Таково влияние времени. Меняется мир, меняются люди, изменилось и дзюдо.

Девизы Культурного общества Кодокан "Наиболее результативное приложение силы" и "Взаимное благоденствие".

Сам Дзигоро Кано рассматривал принцип "Наиболее результативного приложения силы" более широко, предполагая его применение в экономике, политике, области социальных отношений.

Свои философские труды Д. Кано подписывал - Киити Сай (Вместилище Единства). Укрепление тела и духа каждого человека посредством занятий дзюдо должно привести к всеобщему процветанию. Принцип "Взаимного благоденствия" Кано трактовал следующим образом:

"Если подходить к вопросу с точки зрения глобального единства и связи вещей, то цель, взаимное благоденствие, также следует отнести к средствам, а именно к наиболее результативному приложению силы. Хотя здесь, казалось бы, два различных понятия, в сущности они воплощают одну и ту же доктрину - о всеохватном единстве, в котором наиболее результативное приложение силы распространяется на все сферы человеческой деятельности - и более ничего".

В этом Кано проявляется как последователь классических философско-религиозных учений Древнего Востока, тесно связанных с практикой боевых искусств. Ныне этот принцип лишь декларируется, существуя как бы вне той созидательной деятельности, которую сейчас представляет современное дзюдо.

Вызывает уважение рациональный, можно сказать, материалистический подход Д. Кано к проблеме тандэна - средоточия биоэнергии ки, благодаря концентрации которой, согласно традиционному подходу адептов восточных боевых искусств, можно достичь выдающихся результатов. Основатель дзюдо рассматривал тандэн прежде всего, как центр тяжести тела.

Законы механики, теория равновесия в приложении к специальной акробатике были подробно им изучены и соответствующим образом интерпретированы. В дзюдо подробнейшим образом разработан раздел кудзуси (выведения из равновесия). Правильное выполнение кудзуси - это половина дзюдо, ибо человека твердо стоящего на ногах, бросить невозможно.

Дзюдо объединяет людей разных национальностей, вкусов, вероисповеданий. Многогранность дзюдо позволяет каждому найти здесь то, что нужно только ему. О дзюдо много написано, но окончательную точку

ставить рано - тема эта неисчерпаема. Более чем столетняя история дзюдо привлекает все новых и новых поклонников.

-----

## КАЛЕНДАРНАЯ СИСТЕМА «КОЛОВОРОТ»

**А.Г. Резунков**

Люди живут во времени и пространстве. Чтобы определить, обозначить свое местоположение в пространстве, человек придумал географическую карту, во времени – календарь. Разные народы пользуются различными календарями, по ним определяют праздники и будни. У каждого народа свои праздники, они определяются природными условиями и историческими событиями. Люди живут по определенной календарной системе потому, что им так удобно, они к ней привыкли. Но иногда календарная система перестает удовлетворять потребностям общества, и ее пытаются изменить. С 1582 года указом папы Римского Григория XIII был введен так называемый Григорианский календарь, который явился уточнением Юлианского календаря.

Зачем понадобилось Григорию XIII заботиться о возвращении равноденствия к дате Никейского собора? Вопрос этот, по крайней мере, с внешней стороны, был чисто религиозным. Постепенное опережение Юлианским календарем весеннего равноденствия вызвало в церковных кругах католического мира опасение, что Пасха, как весенний праздник, постепенно сдвигается к лету и грозит нарушить свое традиционное весеннее положение в году. В этом смысле Рим оказался куда более гибким и практичным, нежели его восточные собратья по вере<sup>1</sup>. Византия оставалась Византией, которая так и не посягнула на тысячелетнюю традицию своего же собственного детища. Григорианский календарь приживался не вдруг. Что касается протестантских государств, то они долгое время исходили из положения, что «лучше разойтись с Солнцем, чем сойтись с Римом», а Русская Православная церковь до сих пор продолжает отмечать свои христианские праздники по Юлианскому календарю.

На сегодняшний день Григорианский календарь (ГК) принят декретным календарем практически во всем цивилизованном мире. И это не случайно, ведь в так называемых цивилизованных странах господствующей идеологией является христианство. Так как христианство основополагается на Библию, по которой творение произошло в шесть дней, включая и седьмой, субботний день покоя. Счет времени велся от Сотворения мира и непрерывный семидневный цикл повторялся. Даже то обстоятельство, что страны католического мира начиная с 532 года стали переходить на другое летосчисление, а именно от «Рождества Христова», породив тем самым понятие «новой эры» или «нашей эры», характер семидневного счета не

<sup>1</sup> По книге: Зелинский А.Н. «Конструктивные принципы древнерусского календаря». М., 1996.

изменился. Наверное, он даже усугубился: значение воскресения – дня Господня, как и значение всей этой древневавилонской планетарной седмицы, приобрело совершенно новый смысл в связи с седмицей «Страстей Христовых», в связи с христианским праздником Пасхи. Не случайно неделя как универсальная единица счета времени получает свое широчайшее распространение именно в начале н.э. вместе с христианством. Кроме того, вопрос о том, когда именно следует назначать день Пасхи, сводился к строгому соблюдению следующих трех неперемных условий: 1) совершать Пасху только в воскресный день, или «день Господень»; 2) совершать Пасху только после весеннего равноденствия; 3) совершать Пасху только в воскресенье, которое следует за полнолунием, наступающим после весеннего равноденствия.

В пасхальном цикле, как бы он сложно не рассчитывался, праздничные дни приходятся на воскресенья, которые являются календарными выходными днями. Рассмотрим основные праздники, которые сейчас отмечают в России.

Новый год, или, как сейчас принято, в расширенном варианте – Рождественские каникулы (с 25 декабря по 13 января), День защитника Отечества (23 февраля) и Женский день (8 марта), Майские праздники, которые также растягиваются с 1 по 10 мая, и День Примирения (7-8 ноября). В современном Российском календаре праздников, которые являются выходными днями, гораздо больше, не считая профессиональных праздников, которые изначально приурочены к какому-нибудь первому, второму или третьему воскресенью месяца. Когда в нашей стране какой-нибудь официальный праздник назначен выходным днем, как правило, начинаются переносы: «пятница за субботу, среда за понедельник», которые приводят к вполне конкретной путанице, а зачастую и к форс-мажорным обстоятельствам.

В толковом словаре Ожегова<sup>2</sup> слово «Коловорот» определяется как «ручной столярный инструмент для сверления отверстий», и только как устаревшее, книжное понятие коловорот – это круговорот, непрерывное вращение. По Толковому словарю "Живаго Великорускаго языка" Владимира Даля<sup>3</sup> *коловращать* значит обращать кругом, вертеть вокруг, а *коло* – круг, окружность, обод, колесо. Филологи, занимаясь вопросом происхождения слов, иногда приравнивают буквы «к» и «с», «к» и «г». Посмотрите, насколько похожи по звучанию и по смыслу: солнце, солярный, посолонь, коло, гелио. Владимир Даль выводит Коляду и слово «календарь» из римского понятия *calendae*. Хотя бытует и другое мнение, что Коляда (или, как в «Велесовой книге» Коленда, или просто Коло) – бог круговращения материи и времени, которого особо вспоминают в начале года (колядки, колядовщики) подарил миру календарь (Коленды дар), а римские

<sup>2</sup> Ожегов С.И., Шведова Н.Ю. **Толковый словарь русского языка**, М.: «Азъ», 1993

<sup>3</sup> Даль В.И. **Толковый словарь живого великорусского языка**. т. I-IV СПб., 1880 (М., 1955.)

календы приходились на момент празднования Коляды и были заимствованы.

Календарная система «Коловорот» предлагает другое календарное счисление<sup>4</sup>. Это не уточнение уже известных календарных систем. Если что-то подобное существовало, то оно уже забыто. Она создана для средних широт Северного полушария. В этом календаре нет непрерывных семидневков. Весь счет – дней, седмиц, кварталов – начинается с начала года. Так как годовой цикл непрерывен (Земля постоянно вращается вокруг Солнца примерно с одной и той же скоростью), то началом года может быть любая точка цикла (где начало у кольца?). На Руси Новый год справляли и весной по римскому образцу, и осенью. Указом Петра Первого празднование Нового года перенесли по европейскому образцу на 1 января, но только по Юлианскому календарю. По Григорианскому календарю отсчет начинается 1 января, через 8 дней после Рождества Христова, которое примерно совпадает со временем Зимнего Солнцеворота.

Европа, и в этом прослеживается арийская традиция, в календарном расчете придерживалась только Солнечного цикла, в отличие от Азии, где Луна накладывает свое влияние даже на годовой счет. Так по Восточному (или, для большей точности, китайско-японскому) календарю год начинается в новолуние, когда Солнце находится в Водолее (конец января – февраль по Григорианскому стилю), что, по нашим представлениям, является началом года плодородного. По еврейскому календарю год начинается в сентябре – начале октября после новолуния, но по логике, которая понятна только еврейским раввинам. Мусульманский год содержит 354 или 355 суток и начинается на 3 день после новолуния<sup>5</sup>.

По авестийскому или астрономическому календарю начало года приурочено к весеннему равноденствию, когда эклиптика пересекает экватор, а Солнце входит в знак Овна. Астрономический Новый год очень значим для Северного полушария, потому что это – начало Весны, самого ответственного времени года.

В календарной системе «Коловорот» год начинается с Зимнего Солнцеворота, что соответствует 23 декабря по ГК. С этого времени начинает увеличиваться Солнечный день, а это является серьезным аргументом для выбора начальной точки.

Единицей отсчета в «Коловороте» является седмица, семь дней. Одна из наиболее реальных трактовок этой величины является четверть лунного месяца. Подобными единицами отсчета выбирались в разных календарных системах 5, 6, 7, 9, 10 дней. В каждом таком интервале прослеживается своя логика. Хотя с психофизической точки зрения – 6 дней нагрузки и 1

<sup>4</sup> Ежегодный славянский календарь-месяцеслов **Коловорот (начиная с 1995 года)**. Автор составитель и главный редактор – Резунков А.Г.

<sup>5</sup> Куликов С.С. **Календарная шпаргалка**. М. 1996

день на восстановление является оптимальным интервалом. Кстати, все попытки искоренить неделю из календарного ритма человечества (включая опыт Французской революции) оказались тщетными. По-видимому, ритм этот далеко не случаен, и борьба с ним – это скорее всего борьба человека с его же собственными, но еще не познанными им законами. В связи с этим интересно привести высказывание Д.И. Менделеева о роли этой календарной единицы, сделанное им на заседании Комиссии по вопросу о реформе календаря в России: «Неделя в 7 дней признана почти всюду не только христианскими народами, но и большинством иноверных. Трогать ее – я не вижу никакого повода – это дело обычая и ведет начало не только от седмицы творения, но отчасти и от легкости счета малых чисел – до 7. Притом недельный счет так тесно связан со всею духовною и практическою жизнью, что трогать его было бы безрассудно»<sup>6</sup>.

В году получается 52 седмицы (364 дня) и остаток – Корочун. Это один или два дня в зависимости от того, является этот год високосным или нет. Счет високосов можно оставить таким же, как в Григорианском счислении.

Традиционный ритм Юлианского календаря всем нам хорошо известен: три года простых, а четвертый – високосный (т.е. три года из 365 дней, а четвертый – 366 дней). Но далеко не всем известно, что в Григорианском календаре ритм этот нарушается в каждое столетие, число сотен которого не есть кратное четырех. В Юлианском календаре все столетия – високосные; в Григорианском же високосным считается только каждое четвертое столетие. Таким образом, Григорианский календарь фактически вводит понятие «невисокосное» или «простое столетие», по аналогии понятия «високосный год» в календаре Юлианском. Григорианский счет, превращая каждые три високосные столетия в простые, укорачивает каждое юлианское 400-летие на три дня. Это приводит к тому, что средняя продолжительность григорианского года действительно значительно ближе к величине тропического солнечного года, нежели величина года юлианского<sup>7</sup>:

$365^d 5^h 48^m 46^s$	- (Тропический год)
$365^d 5^h 49^m 12^s$	- (Григорианский год)
$365^d 6^h$	- (Юлианский год)

Несмотря на то, что точность Григорианского календаря в отношении величины тропического солнечного года довольно высока, она все равно дает ошибку, равную одним суткам за 3280 лет<sup>8</sup>. Это значит, что спустя 3280 лет после григорианской реформы дата весеннего равноденствия уйдет в этом календаре на сутки от его истинного астрономического значения.

<sup>6</sup> Приложение 6 к журналу заседания Комиссии по вопросу о реформе календаря 22 ноября 1899 г. Заявление Д.И.Менделеева. По книге: А.Н.Зелинский «Конструктивные принципы древнерусского календаря». М., 1996.

<sup>7</sup> Зелинский А.Н. «Конструктивные принципы древнерусского календаря». М., 1996.

<sup>8</sup> Селешников С.И. История календаря и хронология М., 1973

В «Коловороте» каждый день седмицы имеет свое название: трудень, вторник, третинник, четверток, пяток, шесток, неделя. Пять из них отражают порядковый номер. Но первый посвящен труду, а последний – отдыху, недеянью. Каждая же седмица кроме порядкового номера имеет свое имя. Эти имена даны с учетом климатических условий средней полосы России. В скобках даны числа декретного календаря.

1. **НОВОЛЕТНИК** - (23.12-29.12) В русском языке **лето** — самое теплое время года, когда все цветет и плодоносит, т.е. наиболее активное время, а поэтому летами исчисляют время вообще: **летоисчисление**, **летопись**, **многолетнее** растение, ‘**сколько вам лет**’. Новолетник — это начало нового времяисчисления, начало нового года.

2. **ПРОСИНЕЦ** - (30.12-05.01) Просинь — синеватый оттенок, примесь синевы. Синева — это холод, но это уже и свет. Одно из старинных названий января — просинец. Время святочных гаданий, когда закладывают программу на урожай и на основные события в грядущем году, поэтому просинец еще иногда отождествляют со словом просить.

3. **СНЕЖЕН** - (06.01-12.01) Снежить — идти снегу; на дворе снежит порядком.

4. **ЛЕДЕНЬ** - (13.01-19.01) Ледень — промерзлая вещь.

5. **СТУДЕНЬ** - (20.01-26.01) Студный день. Студа, стыдь, стужа — холод, мороз, зноба, зябь.

6. **ЛОМОНОС** - (27.01-02.02) Идет Афанасий-ломонос (31.01) — береги мужик свой нос!

7. **ЛЮТЕНЬ** - (03.02-09.02) Лють — жестокий мороз; блестка, искра инея, летающая по воздуху в солнечный мороз. Лютеть — становиться все более лютым.

8. **СЕЧЕНЬ** - (10.02-16.02) Сечень — одно из старинных названий января и февраля. Время бурной сечи, брани, битвы сил света и тьмы.

9. **ВЬЮЖЕНЬ** - (17.02-23.02) Вьялица, веялица, вьюга — метель, буран, хурта. Вьять, виться, извиваться. Вьюжить — быть вьюге, мести, буранить.

10. **КРУТЕНЬ** - (24.02-01.03) Крутить — вить, вертеть, завертывать, завивать, коловращать, кружить. Крутень — вихрь, метель, вьюга.

11. **ВЕСНОВЕЙ** - (02.03-08.03) Тимофей-весновей (06.03) — вестник теплых дней.

12. **БОКОГРЕЙ** - (09.03-15.03) Припекает бока нарастающее солнышко. Уже теплом веет — стариков греет.

13. **ЗИМОБОР** - (16.03-22.03) Весеннее равноденствие пришло, зиму побороло.

14. **ПРОТАЛЬНИК** - (23.03-29.03) Проталь, проталок, проталина — плешина среди снегу, прогалина, солнопок, местечко, где снег стоял.

15. **КАПЕЛЬНИК** - (30.03-05.04) Капельник — натек, образующийся от затвердения капающей влаги, ледяная сосулька во время капли. Длинные капельники — долгий лен.

16. ЛЕДОЛОМ - (06.04-12.04) Ледолом, ледоход, ледопол — пора вешнего взлома льду на реках.

17. СОКОВНИК - (13.04-19.04) Деревья в соку, когда соки вступают из корней в ствол.

18. ПЕРВОЦВЕТ - (20.04-26.04) Время, когда в лесу расцветают подснежники.

19. ПРОЛЕТЬЕ - (27.04-03.05) Перволетье, начало лета, весна.

20. ЯРЕЦ - (04.05-10.05) Ярый — яркий, пылкий, неудержимый. Ярила, солнечный бог плодородия, от которого ярится Земля и все живое.

21. ТРАВЕНЬ - (11.05-17.05) Травный, обильный травую, одно из старинных названий мая.

22. МУР - (18.05-24.05) Мур, мурава, муравка — зелень, сочная густая трава, одно из старинных названий мая.

23. ЦВЕТЕНЬ - (25.05-31.05) Цветочная пыльца, оплодотворяющая завязь в пестике, одно из старинных названий мая.

24. КРАСАВИК - (01.06-07.06) Красава, красавец, красавик — красивый, пригожий, видный, взрачный.

25. СВЕТОЗАРНИК- (08.06-14.06) Перед летним солнцеворотом Солнце особенно светозарно.

26. КРЕСНИК - (15.06-21.06) Старинный корень *крес* означает огонь, солнечный поворот, резкое изменение в течении времени, в течении года. Кресать, кресить — высекать огонь, а также оживать.

27. ХЛЕБОРОСТ - (22.06-28.06) Хлеб — колосовые растения с мучнистыми зернами, коими человек питается и коих посев и жатва основа сельского хозяйства. Где хозяин ходит, там хлеб родит.

28. ИЗОК - (29.06-05.07) Изок — насекомое кузнечик, одно из старинных названий июня.

29. ЛИПЕНЬ - (06.07-12.07) Время цветения липы, одно из старинных названий июля.

30. СЕНОЗОРНИК - (13.07-19.07) Сенозор пожег трав Солнцем. Собыет сенозорник спесь как некогда присесть, одно из старинных названий июля.

31. СЕНОСТАВ - (20.07-26.07) Сеностав — уборка сена в скирды, зароды, и пора эта.

32. ГРОЗОВИК - (27.07-02.08) Гроза — дождь с громом и молнией. Перунова среча. Перун-громовник, бог-громовержец.

33. СПЕЛИЦА - (03.08-09.08) Спеть, поспевать — зреть, приходиться в спелость, зрелость, готовность.

34. МАКОВЕЙ - (10.08-16.08 ) Время созревания мака. Если мак не собрать, развеется по ветру.

35. ЖИТНИК - (17.08-23.08) Жито — всякий зерновой, немолотый хлеб. Житник, житная страда — время уборки ярового хлеба.

36. ЗАРЕВ - (24.08-30.08) Зарево — огненный свет на небосводе, отблеск небесных явлений. Одно из старинных названий августа.

37. СПОЖИНКИ - (31.08-06.09) Спожинать, дожинать хлеб, кончать жатву. Окончание и празднование конца жатвы.

38. ОВСЯНИК - (07.09-13.09) Время уборки овсов.

39. БАБЬЕ ЛЕТО - (14.09-20.09) **Баба** — это образ плодоносного женского начала и образ женского духа-покровителя и духа предка, созвучного с образом дедов-предков. Бабье лето — несколько погожих дней в начале осени.

40. ОСЕНИНЫ - (21.09-27.09) Осенины — проводы лета и встреча осени.

41. ЗЛАТОЦВЕТ - (28.09-04.10) Золотой, золотистый, желтый, желтоватый, зеленый — палитра оттенков, близких не только по цвету, но и по звучанию. Именно так окрашивает осень лиственный лес и поле, особенно в солнечную погоду.

42. ГУСЕПРОЛЕТ - (05.10-11.10) Гусь веснует и осенюет в перелете, летует и плодится у нас, а зимует в отлете. Время отлета гусей и других перелетных птиц.

43. ПОКРОВ - (12.10-18.10) Покров землю покроет где листом, где снежком.

44. ХМУРЕНЬ - (19.10-25.10) Хмара — темное облако, туча. Хмора — мокрая, сырая погода. Хмурится — становится пасмурно, заволакивает тучами.

45. ЛИСТОГНОЙ - (26.10-01.11) Лист опал и наполняет воздух прелым запахом осени. Сядет осень на бугор, обоймет колени — упадет в ее подол последний лист осенний.

46. МОКРИДЫ - (02.11-08.11) На мокриды можно мощно вымокнуть и попросить помощи у Мокоши.

47. ГРЯЗНИК - (09.11-15.11) Грязник ни колеса ни полоза не любит. Грязник — одно из старинных названий октября.

48. ЛЕДОСТАВ - (16.11-22.11) Ледостав, рекостав — пора замерзания рек.

49. ГРУДЕНЬ - (23.11-29.11) Грудень — одно из старинных названий ноября или декабря.

50. ПОРОША - (30.11-06.12) Пороха, порошуха, пороша — пушной, рыхлый снег, идущий в безветрие, а потому покрывающий землю ровно. Первая пороша не санный путь.

51. ЛОВЗАЯЦ - (07.12-13.12) В это время заячья шубка прочная, не линяет.

52. СТУДЕНЕЦ - (14.12-20.12) Трещит Варюха (17 декабря) — береги нос и ухо. Никола (19 декабря) зиму ставит.

53. КОРОЧУН - (21.12-22.12) Это самые **короткие** дни в году. Приход Корочуна — это не только завершение солнечного круговращения, но и начало отсчета нового года, очередного пробуждения Земли.

Условный месяц в «Коловороте» заменен на четверик – 4 седмицы. В году получается 13 четвериков. Эта величина ничуть не хуже «февраля», «мая» или «июня» Григорианского календаря.

В системе управления и учета существует такая популярная величина – квартал, четверть года. В «Коловороте» год разбивается на 8 частей осям восьмиконечного креста (4 макушки – солнцевороты и равноденствия и 4 срачи – границы времен года). Т.о. макушки являются границами кварталов, хотя, может быть, было бы более разумным принять за границы кварталов срачи.

Первая макушка – зимний Солнцеворот, праздник Рода, Колядки, зимние Святки, Новолетник, отмечается с 19 по 27 декабря по ГС. В христианской традиции – рождество Христово, а по декретному календарю – Новый год.

Вторая макушка – весеннее равноденствие, праздник Лели, Зимобор, Ладодение, Комоедицы. По «Коловороту» 85-93 дни (17-25 марта по ГС). По православному календарю это Благовещение Пресвятой Богородицы.

Третья макушка – летний Солнцеворот, праздник Живы, Купала приходится на 178-186 дни «Коловорота» (18-26 июня). В христианском православном календаре – день Иоанна Крестителя, который в народе зовут Иван-Купала.

Четвертая макушка – осеннее равноденствие, праздник Лады, Осенины, Таусень – 20-28 сентября. В христианском православии – Воздвижение Честного креста Господня и Рождество Пресвятой Богородицы.

Между макушками идут срачи – встречи времен года. Основных срач тоже четыре: начало Весны – Велесова срача (3-9 февраля); начало Лета – Ярилина срача, Егорий-вешний (5-11 мая); начало Осени – Перунова срача (1-7 августа) и начало Зимы – Макошина срача (3-9 ноября). Макушки и срачи образуют восьмиконечный крест.

Основа любого календаря – это система праздников и методика вычисления их сроков. Праздник – одно из главных понятий народного календаря, «сакральное» (от латинского *sacrum* – священное) время, противопоставленное времени будней, когда люди освобождаются, «опорожняются» от повседневных дел и забот. Праздник – это разрыв «мирского» времени, он может заполнять несколько суток, но может укладываться в несколько минут: молитва, посещение храма, медитация. Праздник – это состояние общения человека с Богом в нужное время в нужном месте. На встречу с Богом невозможно опоздание, но правильно выбранное время и место дает лучший результат.

Макушки и срачи – это календарные праздники Солнечного годового природного цикла. Второй цикл праздников – это полнолуния и новолуния. Система праздников связана не с социальными событиями, а космическими энергиями, которые имеют свою периодичку и особенно проявляются в обозначенных точках.

Этим не исчерпывается весь круг праздников. Народный календарь, который не всегда и не очень охотно подчиняется декретам, несет в себе выработанную веками систему праздников. Может быть, эти праздники имеют более местнический характер, но, тем не менее, можно выделить заклички весны, предлетья, спасы – встречи осени, зазимья.

В старину, когда люди были ближе к природе и сверяли свою жизнь с небом, время и состояние праздников определялось интуитивно, естественным образом.











- фазы элементов трудности, объединенные по доминирующему признаку (например, отталкивание ногами, фаза полета, приземление);
- вращение при выполнении элементов вокруг осей тела (продольной, фронтальной, сагиттальной и комбинированные);
- структурные группы элементов трудности в каждой из четырех групп (например, прыжки согнувшись из группы С);
- подгруппы элементов в структурных группах (например, Гейнер в группе свободные падения).











**рисунки на 6 страниц**



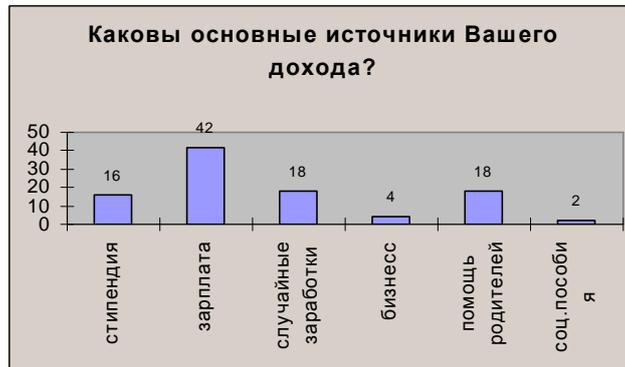
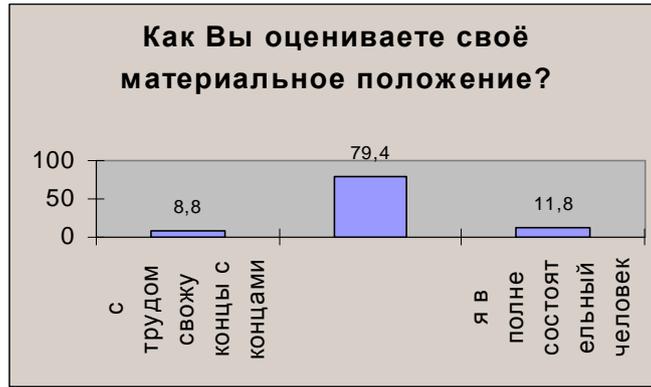












Чаще на бильярде играют вдвоем и, в основном, играют просто так, а не на деньги. Тем не менее, очень часто можно встретить, причем в любой бильярдной, азартных игроков, которые играют «на интерес». Как правило, проигравший оплачивает стол (игровое время), или угощает победителя. Реже выигрыш составляет небольшая денежная сумма в размере около ста рублей. На вопрос «Почему не поиграть просто так?» был получен ответ: - «Такой ход повышает интерес к игре, привносит азарт. Выигрыш мелкий, но приятный, в случае же проигрыша, негативное ощущение компенсируется букетом пережитых чувств и удовольствием, полученным от интересной игры» (диаграмма 4).



Результаты исследования позволили разделить посетителей бильярдных на две группы. Первая группа - «посетители первой половины дня» - в ее состав преимущественно входят школьники и студенты. Бильярдни-

стов первой группы объединяет близость клуба к месту учебы, так как основными посетителями бильярдных в утреннее время являются ученики близлежащих школ и институтов. Пример такого клуба – бильярдная «Картахена». В клубе почти всегда играют студенты УЭФ, и ГУТ им М.А. Бонч-Бруевича, так как эти ВУЗы находятся в непосредственной близости. Чтобы завлечь игроков в бильярдную, близкое местоположение к учебе необходимо, но недостаточно.

Необходимо, чтобы бильярдная работала в удобное для посетителей время, в данном случае - с 11 часов. Во многих клубах уже в 12 часов наблюдается бойкая работа. Например, в клубах «Леон» и «Мартина». Часть школьников и студентов прогуливают уроки и лекции. Для школьников характерным является приход в бильярдную группой, по 5-6 человек. Третий чрезвычайно важный фактор для данной группы - стоимость услуг. После стоимости услуг значение имеет качество инвентаря. Основным мотивом посещения бильярдной для первой группы - потребность общения. Условия и атмосфера бильярдной этому способствует.

Вторая группа - посетители второй половины дня. Преимущественное количество посетителей составляют люди от 30-35 лет и старше (в бильярдных не редкость встретить людей преклонного возраста, от 70 до 96 лет). Преимущественно мужчины. Хотелось бы отметить, что первая группа охотнее отвечала на вопросы интервьюера, нежели вторая. Подавляющее количество посетителей играют на «интерес». Т.е. проигравший либо выплачивает заранее оговоренную сумму победителю (сумма небольшая, от 50 до 100 р.), либо оплачивает игровое время, либо угощает победителя (чаще всего играют «на пиво»). Основные мотивы посещения бильярдной - отдых после рабочего дня и общение с интересными и близкими по интересам людьми.

Третья группа - посетители бильярдных VIP кабинетов. Эту группу тоже можно разделить на две подгруппы. Такое разделение определяется уровнем престижа клуба в городе, соответственно стоимостью и перечнем предоставляемых услуг. В первую подгруппу входят представители бизнес класса среднего достатка, как правило, отмечающие какое-либо событие большой компанией. Кроме того, выбор VIP зала продиктован обеспечением уединенности, безопасности и конфиденциальности встречи. Имеет значение и относительно невысокая цена VIP кабинета, примерно в 1,5-2 раза выше цен общего зала. Обстановка большинства VIP кабинетов бильярдных клубов не многим отличается от обстановки общего зала. Часто имеется телевизор, реже - душ.

Вторую подгруппу составляют представители элиты бизнеса, политики, искусства и т.д. Собственно клуб, посещаемый этой группой, в Петербурге всего лишь один, - «Шаровня на Аптекарском». Цена - 640 р. в час и посещение клуба разрешено только его членам. Помимо бильярда, посетителям предлагается весь спектр услуг клубов релаксационного на-

правления. В клубе проводятся соревнования на бильярде среди его членов.

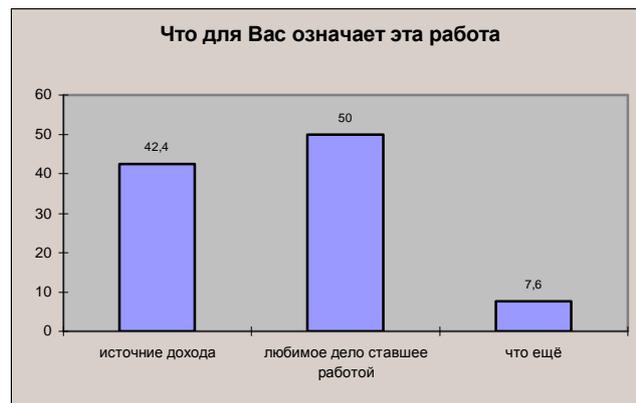
Четвертая группа участников состоит из представителей трех категорий бильярдистов. Прежде всего, это «профессионалы» игры на бильярде. «Профессионалами» здесь называют игроков, чей игровой стаж составляет более десяти лет. Это игроки «старой школы» - их интересует сам процесс, игру на бильярде они расценивают как моральное и эстетическое наслаждение. Именно эта категория игроков находится ближе других к сути, к спортивно - игровому содержанию бильярда. Они почти всегда играют на интерес, чем обнаруживают сходство с игроками третьей группы. Различия составляют уровень мастерства, стаж и возраст. «Профессионалы» в своем большинстве люди за 50 лет. Другая категория игроков - это так называемые «каталы», которые играют только на крупные деньги. Эта категория игроков зарабатывает таким способом себе на жизнь. Достаточно часто это является основным источником дохода. Среди данной группы распространено «гастролерство». «Каталы» следят за бильярдной жизнью страны и «бороздят ее просторы» в погоне за крупным кушем, приговаривая: «Волка ноги кормят». И, наконец, группа спортсменов-бильярдистов, выступающих на соревнованиях и состоящих в командах. Почти всегда играют на деньги, (неофициально даже на соревнованиях), чем схожи с представителями второй подгруппы. Многие «гастролируют». Отличие состоит в том, что это - вынужденная мера, так как заниматься только бильярдом (профессионально) в современных условиях в России невозможно по причине дороговизны этого вида спорта.

Обобщая сказанное, можно набросать эскиз к социальному портрету петербургского посетителя бильярдной. Это - неженатый мужчина, 31-40 лет, обладающий средним или средним специальным образованием, живущий на заработную плату (впрочем, имеющим дополнительный заработок, который, не позволяя бедствовать, не позволяет жить и на широкую ногу). Уже не первый год, несколько раз в неделю, он заглядывает в бильярдную, находящуюся неподалеку от дома, где, отстраняясь от будничных забот, приятно проводит время за игрой на бильярде, сопровождая игру кружкой холодного пива, сигаретой и приятной компанией. Обычно он играет со своим приятелем. Реже - с маркером.

Маркер. В ходе нашего исследования было опрошено 54 маркера, работающих в петербургских бильярдных. Можно сказать, что работа маркера пользуется популярностью среди молодежи. Пик этой популярности относится к 1999 году, но интерес к этой работе не уменьшается, сохраняется и по сей день. В основном, возраст маркеров находится в диапазоне от 21 до 30 лет. Подавляющее количество опрошенных имеют стаж работы маркером от 1 до 3 лет. Менее объемная, но значительная группа работает в исследуемой сфере более года. Маркерами работают как мужчины, так и женщины. Преобладают мужчины. Динамика развития этого вида занятий следующая: если в начале 90-х годов среди маркеров женщин не было со-

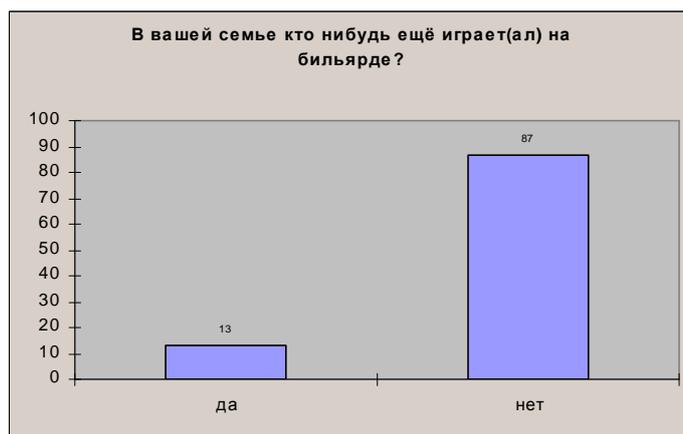
всем, то в ходе нашего опроса мы получили ответы 12 маркеров-женщины и 42 маркеров-мужчины 7 из опрошенных женщин работают маркерами более года, среди них одна более 3 лет, одна - более 5, и 5 женщин работают менее года. 4 женщины- маркера имеют высшее образование. 2 являются студентками.

Среди маркеров преобладают студенты, затем, с небольшим отрывом, следуют маркеры с высшим образованием. Большинство маркеров закончили (учатся) учебные заведения с технической специальностью. Для большинства из них работа маркером - любимое дело, ставшее работой.



Большинство маркеров в числе главных задач ближайшего времени ставят перед собой следующие, добиться материального благополучия, закончить вуз, создать семью.

В связи со сложной судьбой игры на бильярде в нашей стране, говорить о бильярдной традиции в семье не приходится, однако небольшой процент таких семей все же имеется.

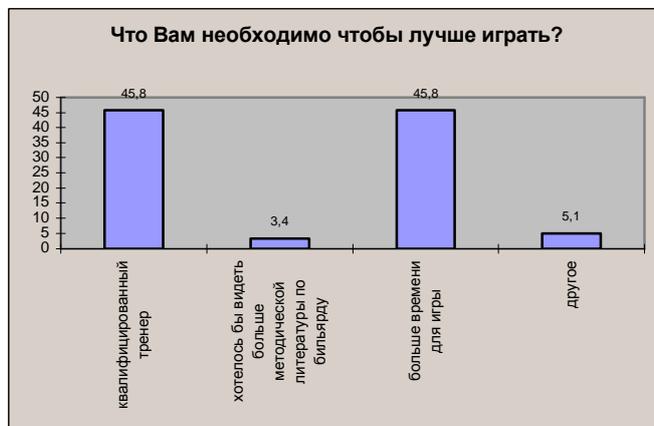


Среди общего числа маркеров бильярд большинством голосов признан видом спорта.



Несмотря на это, интересующиеся бильярдной жизнью маркеры разделились на два лагеря: одни наблюдают за ходом только наиболее интересных соревнований, другие практически не посещают или вовсе не интересуются событиями, разворачивающимися на зеленом сукне. Спортсменов-бильярдистов среди маркеров меньше. Участвуют в соревнованиях 30,5% от числа опрошенных маркеров, а 68,5% - не участвуют.

Основными причинами, сдерживающими развитие профессии маркера, сами маркеры называют недостаток свободного времени и отсутствие квалифицированного тренера.



Только двое отметили недостаток методической литературы. В итоге анализа данных опроса мы получили эскиз к портрету петербургского маркера: это неженатый молодой человек в возрасте от 19 до 30 лет, чаще юноша, чем девушка. У него высшее или незаконченное высшее образование, техническая специальность.

Он работает в бильярдной примерно 2 или 3 года. Специальные курсы не заканчивал, а обучался премудростям игры у сильных игроков. Работа маркера является для него любимым занятием, которое приносит дополнительный доход, к его основному, заработку.

Обобщая сказанное, можно сделать вывод о том, что игра на бильярде имеет следующее содержание и значение: Прежде всего, это вид рекреационной деятельности, доступный всем социальным слоям петербургского общества. Игра на бильярде для большинства посетителей является времяпрепровождением на досуге, что в принципе при правильной организации, может подарить нам массовый любительский бильярдный спорт, который в свою очередь станет и основным резервом для спорта высоких достижений и источником дохода для сферы отдыха и туризма. Во вторых, бильярдные клубы, являются сферой коммерческого предпринимательства и профессиональной занятости для владельцев клубов и управляющих, производителей инвентаря, обслуживающего персонала, маркеров. Третье направление - это бильярдный спорт - наиболее значимое и перспективное с точки зрения развития бильярдного спорта.

Результаты исследования показали, что в настоящее время тренером-учителем для игрока и для маркера является более опытный игрок. При этом, что в Петербурге работает не одна бильярдная школа, преподаватели ничего, кроме своего игрового стажа предложить здесь пока не могут. Можно сказать, что для современной ситуации в Петербурге по-прежнему актуальны слова В.И. Гофмейстера, сказанные им еще в 1947 году в книге «Биллиардный спорт»: «Научно-обоснованной, серьезной тренировки в бильярдном спорте у нас пока еще» нет».

Для развития бильярда как одного из олимпийских видов спорта и для формирования новых профессий в сфере бильярдного движения, например, профессии маркера, этот факт, безусловно, является недостатком. Однако для развития самой игры на бильярде как вида досугового занятия, это не имеет серьезного значения. Скорее наоборот, можно предположить, что именно непрофессиональный характер игры на бильярде, ее восприятие среди населения как игры, а не как спортивной деятельности, отсутствие излишней серьезности и строгости в бильярдных, вольный и необязательный характер самой игры в обстановке расслабленности и покоя и ее совершенно неутилитарный смысл для большинства игроков, обеспечивает большое количество посетителей петербургских бильярдных.

