

КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД К ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОМУ ОБРАЗОВАНИЮ СТУДЕНТОВ

Рассматриваются подходы к определению понятия кинезиологии, современные направления развития кинезиологической науки и перспективы использования кинезиологического подхода в процессе физкультурно-спортивного образования студентов.

Ключевые слова: кинезиология; движение; физкультурно-спортивное образование; студенты.

В современных социально-экономических условиях значительно возрастают требования работодателей к физическому состоянию и здоровью выпускников образовательных учреждений. Интересы работодателей связаны с их желанием получить квалифицированных специалистов с высшим образованием и с универсальными компетенциями, готовых быстро адаптироваться к новым условиям труда с высоким уровнем конкурентной работоспособности, стрессоустойчивости и профессиональной мобильности. В то же время состояние здоровья участников образовательного процесса вызывает серьезные опасения специалистов, так как с каждым годом растет число студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, которое продолжает ухудшаться и в процессе их обучения в вузе [1].

Подавляющее большинство ученых всего мира считают главным источником развития и укрепления ресурсов здоровья человека, сохранения тончайшим образом организованного механизма регуляции его жизнедеятельности систематическую физическую активность в течение всей жизни. Физическая активность осуществляется на основе освоения индивидуумом накопленных знаний в области физического совершенствования человека, целенаправленного изменения биологических составляющих его природы и опосредованного воздействия на ее социальные составляющие. Поэтому физическую активность можно считать значимым креативным элементом, формирующим в сочетании с другими факторами физическую культуру человека и являющимся в этом смысле важнейшим компонентом системы физического воспитания и самовоспитания личности [2].

К настоящему времени установлено, что основой физического и спортивного воспитания человека, базисным инструментом освоения им ценностей физической и спортивной культуры являются движения – продукт определенным образом организованной мышечной деятельности, регулируемой психофизиологическими механизмами и обеспеченной многочисленными морфологическими и функциональными системами организма [3, 4].

Учение о движении – кинезиология – в настоящее время развивается усиленными темпами. Понятие «кинезиологический» происходит от двух греческих слов: «kinesis» – движение и «logos» – слово, речь, понятие, учение.

В.Н. Ирхин (2012) отмечает, что в России идеи кинезиологического подхода распространились в 80-х гг. XX в. благодаря деятельности американского психолога Кэррол Энн Хонц. Вместе с тем уже в конце

1980-х гг. В.Б. Коренбергом была сформулирована спортивно-кинезиологическая концепция формирования и решения двигательных и недвигательных задач. Однако в то время кинезиологические идеи в педагогической теории и практике не нашли должного применения [5].

В настоящее время существуют различные точки зрения на определение понятия кинезиологии как науки. Приведем некоторые из них.

Кинезиология – это наука о движении, включающая биомеханику, анатомические и физиологические основы движения, особенности нервно-мышечной передачи, принципы основных видов мышечной деятельности [6].

По мнению В.Б. Коренберга (2005), кинезиология – наука, органично интегрирующая в одно целое и биомеханику, и педагогику, и психологию, и разделы других наук, так или иначе помогающих формированию и решению, анализу, познанию, конструированию и планированию двигательных задач [7].

В.К. Бальсевич (2000) определяет кинезиологию как интегративную область научного знания о двигательной активности человека и обеспечивающих ее морфологических, функциональных, биомеханических системах и методах их развития и совершенствования [2].

По мнению А.Н. Лапутина (2007), кинезиология – это наука, которая изучает в комплексном, системном единстве различные составляющие проявления целостной информационной и биофизической структуры двигательной функции. Автор также отмечает, что двигательная функция – одна из важнейших функций организма. В процессе эволюции организм человека как открытая, но относительно обособленная биологическая система приобрел способность к активным движениям благодаря наличию эффективных механизмов обмена энергией, веществом и информацией с окружающей средой. Характер и закономерности организации этих движений во многом определяют те проявления жизнедеятельности его организма, которые принято объединять под общим понятием «двигательная функция человека». Состояние двигательной функции отражает способность конкретной биологической системы улавливать, накапливать и преобразовывать различные виды энергии, вещества и информации. Эта способность может быть измерена и изучена путем объективного исследования механических движений и других физических проявлений биологической системы организма. Таким образом, кинезиология является синтетической наукой. Она объединяет в системном единстве такие науки, как морфология, физиология, биомеханика, биохимия, соматомоторика и дидактика.

Причем основным предметом всех этих наук является двигательная функция организма человека [8].

На современном этапе можно выделить три развивающихся направления кинезиологии: прикладное, спортивное и образовательное. Прикладная кинезиология рассматривается как новый мультидисциплинарный подход к здоровью, основывающийся на функциональном исследовании пациента, включающем анализ позы, ходьбы, объема движений, статическую и динамическую пальпацию, с использованием стандартизированных методик диагностики в оценке состояния пациента.

Развитие спортивной кинезиологии связано с именем Н.А. Бернштейна, который в 30-х гг. XX в. открыл принципиально новое направление, включающее рассмотрение и учет психофизиологических и психологических факторов при осуществлении двигательных действий. Он назвал это направление «биомеханикой двигательных действий», имея в виду важнейшую роль «управленческих» компонентов, отличающих понятие «двигательное действие» от понятия «выполнение системы движений». В одном из выступлений он выразил ключевую для этого направления мысль: человек в норме никогда не выполняет просто движения, но всегда осуществляет двигательное действие (т.е. имеет некоторый мотивационный компонент, программирует и корректирует свои движения). Н.А. Бернштейн понял, что человек формирует «модель потребного будущего» и в соответствии с ней строит свою систему движений [9].

В.Б. Коренберг (2005) считает, что в спортивной кинезиологии изучается все, что относится к осуществлению спортивных двигательных функций человека. Спортивная кинезиология отличается от общей кинезиологии тем, что в ней рассматривается только спортивная двигательная активность. Содержательно спортивная кинезиология включает в себя полностью спортивные биомеханику, педагогику, психологию и относящиеся к спортивной двигательной активности разделы социальной психологии, общей физиологии, нейрофизиологии, антропологии, медицины, экономики, инженерии, логики, кибернетики, эргономики и др. [7].

В настоящее время успешно развивается еще одно направление кинезиологии, связанное с процессом обучения – образовательная кинезиология, в центре которой, по мнению В.Н. Ирхина с соавторами (2012), находится учебная двигательная активность человека. Средства образовательной кинезиологии в основном применяются в педагогических целях для улучшения обучения чтению, письму, решению математических задач и т.д. Анализ педагогической теории и практики позволил авторам выявить наличие значительного арсенала дидактических средств, стимулирующих двигательную активность учащихся в образовательном процессе: приемы игрового моделирования, задания, основанные на выполнении различных двигательных действий, приемы обучения жестикуляции, использование средств невербального взаимодействия для повышения качества образовательного процесса. Авторы также отмечают, что в настоящее время кинезиологические средства используются в системе образования разных стран. Например, в системе образования США и Вели-

кобритании широко применяются приемы бодилэнгвиджа (языка жестов, мимики и телодвижения как средства невербальной коммуникации) и фэйсбилдинга (методика и техника осознанного использования выразительности лица в межличностном общении). Существует широкий спектр кинезиологических упражнений, которые используются в образовательной практике с целью усиления мотивации студентов к изучению иностранного языка, коррекции обучения и развития школьников, коррекции межполушарного взаимодействия коры головного мозга у младших школьников и т.д. [5].

Необходимо отметить, что в научно-педагогической литературе применяется и термин «педагогическая кинезиология» [10].

С.В. Дмитриев отмечает, что одним из научных направлений, разрабатываемых в педагогической кинезиологии, является психосемантика деятельностного сознания, которая имеет дело с тремя семантическими структурами – структурой психики, структурой деятельности, структурой восприятия и переработки информации (связанной, в частности, с функциональной асимметрией полушарий головного мозга). Термин *психо* свидетельствует об отношении к психике, мышлению или чувственному восприятию – к процессам, протекающим в нейропсихической системе и играющим важную роль в формировании человеческой деятельности. Термин *семантика* относится к семиотическому пространству отношений личности к миру, к языковым моделям, играющим важную роль в достижении взаимопонимания между людьми. Термин *деятельностное сознание* связан с рефлексивно-смысловой сферой деятельности человека, базирующейся на ценностях, «значимых смыслах», нейромоторных программах управления и регуляции в их отношении к целям, средствам и результатам познавательных и преобразовательных действий. Психосемантическое управление сводится не только к установке целей и средств их достижения, но и к выработке некоторой шкалы ценностей, задающей определенные нормы. Категория *ценности* снимает противопоставление между средствами и целью. Цель и средства становятся ценностно-ориентированными. Можно сказать, что категория *деятельностное сознание* – обобщенное название всех психосемантических процессов, посредством которых сенсорно-когнитивная информация трансформируется, усиливается, сохраняется, извлекается и используется при построении «живых движений». Если структурно-функциональные механизмы «живых движений» человека (телопсихика, психосенсомоторика) во многом детерминированы онтогенетической эволюцией и природной организацией индивида (филогенетической программой), то психосемантические механизмы не содержатся в самом мозге – субстрате деятельностного сознания, они усваиваются человеком в ходе его социализации, на основе антропных образовательных технологий. Структурно-функциональные (морфологические) механизмы относятся преимущественно к характеристике человека как индивида (специфика функциональных систем

организма, психики, высшей нервной деятельности), психосемантические механизмы – к характеристике человека как личности и субъекта деятельности [10].

Таким образом, можно сказать, что в настоящее время развиваются следующие направления кинезиологической науки (таблица).

Современные направления развития кинезиологической науки

Направления кинезиологии	Предмет изучения	Задачи, решаемые в рамках направления	Представители (разработчики)
Прикладная кинезиология (использует связи между мышцами, меридианами и органами для выявления и устранения различных нарушений)	Влияние двигательных действий на физиологические системы организма человека	Коррекция здоровья на основе его взаимосвязи с психическими, эмоциональными, моральными и духовными аспектами существования личности	Д. Гудхарт, П. Деннисон, Г. Деннисон и др., И.Р. Шмидт, J. Shafer
Спортивная кинезиология (основывается на построении «модели оптимальной техники» двигательного действия)	Спортивная двигательная активность	Совершенствование технологии обучения спортивным двигательным действиям на основе интеграции их смыслового образа со зрительным и кинестетическим	Н.А. Бернштейн, В.Б. Коренберг, В.К. Бальсевич, Х.Х. Гросс и др.
Образовательная кинезиология (основывается на взаимосвязи двигательной деятельности и когнитивной сферы личности)	Технология применения кинезиологических средств в образовательном процессе	Развитие способности к обучению (улучшение чтения, письма), развитие памяти, мышления и т.д.	Х.Х. Гросс, Д. Гудхарт, П. Деннисон, Г. Деннисон, В.Н. Ирхин, О.В. Польщикова и др.
Онтокинезиология (основывается на принципах природо- и социосообразности развития кинезиологического потенциала человека)	Фундаментальные закономерности возрастного развития двигательной деятельности человека	Совершенствование двигательной деятельности человека на разных этапах его онтогенеза	Н.А. Бернштейн, В.К. Бальсевич
Педагогическая кинезиология (основывается на социокультурной теории двигательных действий)	Психосемантика деятельностного сознания	Смысловое проектирование двигательной деятельности	Х.Х. Гросс, С.В. Дмитриев, Д.Д. Донской, В.Л. Уткин

В контексте нашего исследования представляют интерес идеи педагогической кинезиологии. В педагогической кинезиологии возникают новые целевые установки: объяснять целесмысловое содержание тех или иных двигательных действий (формировать его смысловой образ и смысловую структуру); передавать смысл тех или иных суждений, умозаключений, выводов (смысловая организация знаний); разрабатывать технологически рациональные способы систем движений в обучающей деятельности; побуждать студентов к размышлению, творческому поиску, самоанализу и самоконтролю в физкультурно-спортивной деятельности.

Требования государственного образовательного стандарта третьего поколения предусматривают выражение результата образования в форме компетенций и компетентностей, в том числе и по физической культуре. В этих условиях изменяются ценностно-смысловые приоритеты физкультурно-спортивного образования.

Принципиальная смена смысловых ориентиров деятельности кафедр физического воспитания заключается в том, что от физической подготовки для осуществления социально-профессиональной деятельности, эффективной в условиях стабильной экономической ситуации, необходимо переориентировать физкультурно-спортивное образование студентов на становление образованной, компетентной в области развития своего кинезиологического потенциала личности, способной к осознанному и ответственному решению разноплановых задач в условиях неопределённости.

В заключение можно отметить, что система физкультурно-спортивного образования в высшей школе должна быть направлена на формирование кинезиологической компетентности, которая предполагает способность и готовность личности к самостоятельному смысловому проектированию своей физкультурно-спортивной активности с целью успешного решения жизненных и профессиональных задач.

ЛИТЕРАТУРА

1. Загrevская А.И. Методология построения содержания физкультурного образования студентов специальной медицинской группы педагогического вуза // Теория и практика физической культуры. 2008. № 10. С. 21–25.
2. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека. М. : Теория и практика физической культуры, 2000. 275 с.
3. Бальсевич В.К. Феномен физической активности человека как социально-биологическая проблема // Вопросы философии. 1981. № 8. С. 78–89.
4. Лубышева Л.И. Концепция физкультурного воспитания: методология развития и технология реализации // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 1996. № 1. С. 11–17.
5. Ирхин В.Н., Василенко О.В., Николаева Е.С. и др. Анализ основных направлений развития современной кинезиологии // Теория и практика физической культуры. 2012. № 12. С. 19–20.
6. Гранит Р. Основы регуляции движений : пер. с англ. М. : Мир, 1973.
7. Коренберг В.Б. Основы спортивной кинезиологии : учеб. пособие. М. : Советский спорт, 2005. 232 с.
8. Лапунин А.Н. Кинезиология – учение о двигательной функции организма человека // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. 2007. № 10. С. 3–6.
9. Бернштейн Н.А. Физиология движений и активность. М. : Наука, 1990. С. 373–392.
10. Дмитриев С.В. Социокультурная теория двигательных действий человека: Спорт, искусство, дидактика. Н. Новгород : Изд-во НГПУ, 2011. 359 с.

Статья представлена научной редакцией «Психология и педагогика» 1 июля 2013 г.