

Однако, по результатам анализа анкетного опроса (2016 г.) студентов НАУ можно выделить лишь лень «умственную» и «физическую».

Лень отдельного человека может быть глобальной, общей (и это уже патология), а может быть локальной, избирательной – результатом отдельных решений и ситуаций. Люди могут быть в разной степени подвержены лени (предположительно научившиеся не только преодолевать искушение ленью, но и получать от этого удовольствие – это «трудоголики»). Необходимо обосновать способы преодоления лени и проанализировать последствия такого преодоления. Только определив эти параметры (не исключено, что список параметров может быть расширен) мы сможем говорить о контроле над этим фактором и, с этой позиции (в этом контексте), вносить коррективы в процесс физического воспитания.

Кроме того, в антропологическом контексте можно говорить о «лени» как о феномене, поскольку существует мнение и о положительном влиянии этого фактора на сообразительность и изобретательность человека и, таким образом, на весь наш эволюционный потенциал (как догадка есть мнение, что физическая лень может подтолкнуть к умственной работе, поиску нестандартных решений и т. п.). Возможно также, что физическая лень как феномен берет начало в инстинкте самосохранения человека, в попытке экономить энергию для возможных экстремальных ситуаций. Природа создала нас такими, что любое двигательное действие не направленное непосредственно на самосохранение, добывание пищи, продолжение рода и защиту потомства часто воспринимается психикой человека на бессознательном уровне как «лишнее», или «ненужное». То есть, подсознание заставляет человека постоянно экономить энергию в его физических усилиях.

Вржесневский И.И., Коротя В.В., Корчинский В.Л. (Україна)

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПЕРСПЕКТИВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СОВРЕМЕННОЙ СИСТЕМЕ УКРАИНСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Система образования и воспитания подрастающего поколения в Украине за последние два десятилетия претерпела существенные и разнонаправленные трансформации. Произшедшие изменения, которые часто представляются как реформирование, частично разрушили существовавшую систему и обозначили пути дальнейших преобразований. Проявившиеся тенденции, на наш взгляд, связаны с настойчивыми попытками адаптировать в Украине определенную педагогическую доктрину. А именно – доктрину так называемого «человекоцентризма». Идеи «субъект–субъектных» отношений, «лично–ориентированной педагогики гуманистических ценностей», «педагогики партнерства», отказ от традиционных методов «насильственной педагогики» и прочие, явно демонстративные конструкты, по прежнему вдохновляют теоретиков нашей общей педагогики.

В координатах подобных построений, рассчитанных на идеального ученика-автодиакта, места для физического воспитания (именно как вида воспитания) остается очень мало, если остается вообще. Предлагаемая система образования построенная на сиоминутных «интересах» и предпочтениях ученика предполагает место занятия физическими упражнениями в сфере развлечений и услуг. При этом, к сожалению, не замечаются истинные интересы занимающихся в долгосрочной перспективе. В основу воздействий физическое воспитания как педагогического процесса, заложены – необходимость преодоления трудностей (усталость, выполнение сложнокоординационных действий и т.п.), многократно повторяющиеся испытания возможностей своего тела, регулярные и достаточно серьезные физические усилия. Все это явно не вызывает интереса у большинства современной молодежи. Это реальность. Более того, на практике наблюдается массовая попытка избежать подобного личного опыта (хотя абсолютное большинство студентов в разговорах и анкетных опросах признают необходимость регулярной двигательной активности).

В этом контексте физической воспитание выделяется из принятой сегодня педагогической доктрины как раз необходимостью регулярного принуждения и самопринуждения, а также необходимостью и значимостью для организма каждого человека вне зависимости от его субъективного отношения (хочу, не хочу) к обозначенному предмету.

Надо, также, учитывать и то, что физическое воспитание, как педагогическая дисциплина, находится в пограничной зоне между гуманитарными и естественными науками. И приоритет, все-таки, должен быть отдан законам природы (естественные науки), то есть физиологии, анатомии, биомеханике человеческого организма, биохимии и т.д. В то же время параллельно с физическим развитием организма человека идет формирование его личности, то есть акцент надо делать и на работу с идеалами, ценностями, ориентирами (гуманитарные науки).

Следует учитывать, что антропологически за последние несколько тысячелетий человек практически не изменился в плане телесности и продолжает быть частью природы и подчиняться законам природы. В то же время в общественном, социальном, мировоззренческом плане сознание человека претерпело грандиозные изменения и это тоже факт. Исходя из неизбежной зависимости организма человека (тела) от природных закономерностей место физического воспитания в нашей системе образования должно быть на переднем плане (в соответствии с возрастающей в современном обществе компенсаторным значением физических упражнений и постоянного тренинга). Исходя из обозначенных тенденций в педагогике и в других гуманитарных науках место физического воспитания оказывается на задворках сознания индивидуума (и выбирается каждым для себя). Очень важны здесь позиция

и действия государства, реализация его управленческой функции. Господствующая в современном обществе педагогическая доктрина – продукт чисто гуманитарной науки (и это естественно) и, к сожалению, игнорирует природную составляющую процесса и связанную с ним реальность. Существующей сейчас в Украине практикой вытеснения физического воспитания в учебных планах вузов, в контексте преобразования системы высшего образования, наверное можно было бы и пренебречь, если бы не потенциальные жертвы (а это целые поколения) подобных действий.

Таким образом, поскольку общая доктрина ориентируется, в первую очередь, на работу с сознанием человека и не в полной мере учитывает ряд закономерностей, присущих физиологии организма человека, физическому развитию формирующегося организма, а физическое воспитание, как педагогический процесс, до сих пор пользуется инструментарием общей педагогики и в этих рамках, не в состоянии в полной мере реализовывать возрастающие требования и запросы (к двигательной сфере человеческой деятельности) информационного общества, возникает необходимость выделения нового направления в педагогике. На наш взгляд разработка и идентификация научных основ педагогики двигательной активности позволит приступить к созданию собственной доктрины и на ее основе предложить обновленную стратегию педагогических воздействий в сфере физического воспитания человека (на всех возрастных этапах).

Гаврилова Н.Є. (Україна)

РОЗВИТОК КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ СТУДЕНТІВ ЗАСОБАМИ ФІТБОЛ-АЕРОБІКИ

Координація – процес узгодження активності м'язів тіла, спрямований на успішне виконання рухового завдання. Термін «координація» походить від латинського *coordinatio* – взаємовпорядкування. Координаційні здібності суттєво впливають на успіх у різних видах діяльності, мають дуже велике значення у житті кожної людини. Завдяки гарній координації рухів можливо впевнено почуватися на танцмайданчику, засвоювати різні види спорту, знижувати ризик отримання травм у повсякденному житті тощо. Незважаючи на те, що координація рухів починає розвиватися у дітей у самому ранньому віці, вдосконалювати її можливо з допомогою регулярного виконання простих вправ у будь-якому віці.

Відомо, що вправи на нестійкій поверхні добре тренують вестибулярний апарат, тому використання фітболів добре підходить для розвитку координаційних здібностей. Витримує фітбол вагу понад 300 кг, дозволяючи займатися людям будь-якого віку і комплекції. Фітболи можуть бути різного розміру в залежності від віку і росту тих, хто