

ской подготовок за счет общефизической и технической подготовок начинающих шпажистов. В процессе реализации программ предусмотрен контроль двигательных действий и состояние утомления во время тренировки.

Проверка разработанной программы по формированию техники передвижения юных шпажистов показала ее высокую эффективность. Спортсмены экспериментальной группы уже на начальном этапе внедрения авторской методики обучения стали выступать лучше спортсменов шпажистов контрольной группы, учитывая, что с момента начала обучения до первых соревнований прошло лишь три месяца. А к концу эксперимента, на втором году обучения, результаты выступления на соревнованиях экспериментальной группы возросли вдвое, следовательно, мы достоверно подтвердили обоснованность применения нашей методики с начинающими шпажистами, выявив 35 процентную разницу показанных результатов на соревнованиях.

Для того чтобы рационально организовать тренировочный процесс тренерам, работающим с начинающими фехтовальщиками, необходимо использовать нижеследующие рекомендации и положения:

1. Добиваться умения управлять нервно-мышечным аппаратом посредством формирования навыков самоконтроля за общей тонической напряженностью и умение приводить такую напряженность к оптимальному состоянию в бою, осуществление чувственного контроля и управления ритмикой мышечных напряжений в процессе двигательных действий, добиваясь высокой эффективности и в то же время экономичности при их выполнении.

2. Добиваться стабильности выполнения элементов передвижений и боевых связок из них.

3. Формировать на основе достигнутой стабильности вариативность выполнения элементов передвижений и адаптивность к динамичным условиям соревновательного боя.

1. Житлов, В. В. Индивидуальный подход к предсоревновательной подготовке фехтовальщиков / В. В. Житлов. – Изд. Казан. университета, 2005. – С. 140–150.

2. Тышлер, Д. А. Двигательная подготовка фехтовальщиков / Д. А. Тышлер, Г. Д. Тышлер. – М., 2007. – 240 с.

3. Тышлер, Д. А. Фехтование. Техничко-тактическая и функциональная тренировка: метод. пособие / Д. А. Тышлер, Л. Г. Рыжкова. – 2010. – 60 с.

4. Турецкий, Б. В. Обучение фехтованию: учеб. пособие для вузов / Б. В. Турецкий. – Академический проект. – 2007. – 75 с.

5. Предпосылки формирования техники передвижений в видах фехтования: науч.-теорет. журнал «Ученые записки»; ун-т им. П. Ф. Лесгафта. – СПб., 2008. – С. 35–40.

6. Тышлер, Г. Д. Техника передвижений фехтовальщиков в многолетней тренировке и соревнованиях / Г. Д. Тышлер. – Академический проект, 2009. – 98 с.

## **РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ФОРМИРОВАНИИ И РАЗВИТИИ МОДЕЛЕЙ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ТЕЛЕСНОСТИ**

*Лихтар С.Н.,*

Белорусский государственный университет физической культуры,  
Республика Беларусь

Проблема телесности в наше время становится актуальной в силу целого ряда факторов. К таким факторам, прежде всего, следует отнести обострение проблемы здоровья человека; повышение ценности человеческой индивидуальности и обостренное восприятие всего, что связано с личностным самовыражением, так как тело является одним из таких средств; обострение проблем сексуального поведения и сексуальной культуры; повышенная значимость в обществе вопросов имиджа как умения представить себя покупателю, работодателю, избирателю в соответствующем состоянии здоровья духа и тела. Кроме того в условиях современной цивилизации тело приобретает особый смысл как носитель символической ценности. Новые социальные группы и молодежные

образования: панки, байкеры, скинхеды, рэперы, скейтбордисты, роллеры, нудисты и др. стремятся к утверждению своего статуса и внешней атрибутики.

Анализ телесности представлен в трудах многих исследователей: И.М. Быховской, В.М. Розина, Н.Н. Визитея и др. [3; 4; 5]. Телесность – это тело человека, преобразованное под влиянием социальных и культурных факторов, которое обладает социокультурными значениями и смыслами и выполняет определенные социокультурные функции. Российский культуролог И.М. Быховская выделяет:

«природное тело» – биологическое тело индивида, подчиняющееся законам существования, функционирования, развития живого организма;

«социальное тело» – результат взаимодействия природного тела с социальной средой: с одной стороны, это проявление его объективных, спонтанных влияний, стимулирующих реактивные и адаптивные ответы тела; с другой, оно производно от целенаправленных воздействий на него, от сознательной адаптации к целям социального функционирования, инструмент использования в различных видах деятельности;

«культурное тело» – продукт культуросообразного формирования и использования человеком своего телесного начала [1].

Под культурным телом понимается телесность, которая формируется у спортсмена, пожарного, спасателя, актера и т. д. в процессе осознанного формирования, в процессе подготовки к специализированной деятельности. В обществе существует феномен преобразования человеческого тела, который изучается рядом гуманитарных наук: философией, антропологией, социологией, психологией и др. Всесторонняя культивация тела с целью приспособления человека для тех или иных общественных функций осуществлялась еще с древности, развитие человека в обществе перестало быть чисто природным и стихийно социализируемым процессом, оно стало относительно управляемым. Для Н.Н. Визитея характерно отождествление телесности и физической культуры – тело представлено как единство нравственной, эстетической, интеллектуальной, деятельно-практической культуры. Н.Н. Визитей обнаруживает идентичность проблемы человеческой телесности и проблемы физической культуры личности и эти понятия следует использовать как равнозначные [3]. Многообразие и разнохарактерность подходов к интерпретации понятия тела проявляются как на уровне обыденного, массового сознания и производных от него практик, так и в рамках специализированных, профессиональных видов деятельности.

Выделяют внешние и внутренние составляющие телесности.

Внешние проявления телесности:

- форма тела;
- украшения тела (татуировка, перья, костюмы и т. д.);
- экспрессивные движения тела, т. е. положения тела, жесты, выражения лица и т. д.;
- «техника тела» (социальное нормирование движений);
- способы ходьбы и бега, ритм шагов, движение рук и ног, способы основных двигательных действий;
- телесная дистанция (проксемика).

Внутренние проявления телесности:

- отношение к собственному телу (принятие – непринятие);
- физическая подготовленность и физические качества;
- состояние внутренних органов и систем;
- контроль за проявлением биологических программ (инстинктов и потребностей).

На формирование телесности большое влияние оказывают следующие социокультурные системы: семья, религия, искусство, средства массовой информации, политика и идеология. Физическая культура и спорт также представляют социокультурное пространство, в котором происходит формирование телесности. В составе физической культуры можно выделить следующие компоненты:

- аксиологический (формирование системы ценностей, воспроизводящих определенную модель человеческой телесности);
- интеллектуальный (получение совокупности теоретических и практических знаний о потенциальных возможностях собственного тела);
- двигательный (получение навыков обращения с собственным организмом, способствующих его развитию и укреплению).

Совокупность этих компонентов позволяет осуществлять физической культуре социально значимую функцию по формированию и продуцированию ценностей. Роль физической культуры в раз-

витии телесности заключается в проведении комплексных мероприятий по ценностному и прагматическому конституированию определенных моделей человеческой телесности. Мероприятия по развитию физической культуры и спорта выступают в этом случае проявлениями глобальных стратегий социокультурного развития, определяющими совокупность требуемых телесных характеристик человека и систему социальных идеалов и норм телесности.

Выделяют две фундаментальные модели физического воспитания, своеобразие которых было обусловлено социальными стереотипами поведения и своеобразием социальной организации западной и восточной цивилизации.

Формирование предпосылок конструирования телесности в западной цивилизации связано с возникновением в античности понятий «пайдейя» и «калокагатия». Это привело к формированию эстетического типа физического воспитания, в котором упор делался на совершенствование визуальных характеристик человеческой телесности. Основным критерием для оценивания человеческого тела становилась его красота (гедонизм). Эстетика являлась основным внешним критерием морально-этического содержания человеческого характера, поскольку красота внутреннего мира обязательно отражалась на внешнем облике человека. В этом положении обозначается не безусловный приоритет эстетической внешности над этическим содержанием, а устанавливается взаимосвязь этих черт, характеризующих различные проявления одной и той же человеческой личности.

В восточном типе социального устройства сформирован этический тип физической культуры, который характеризуется задействованием внутренних механизмов личностного совершенствования и акцентированием телесности на раскрытие заложенного в ней потенциала этического и ценностного развития. Основной характеристикой человеческой телесности становилась ее способность к проявлению этических регулятивов (аскетизм). Телесная красота не только не свидетельствовала о богатом внутреннем мире, но и являлась, скорее, отвлекающим фактором, характеризующим лишь внешний облик, но не функциональные характеристики человеческой телесности [4].

Модели телесности представляют собой реализацию на повседневном уровне глобальных стратегий социокультурного развития, что позволяет говорить об аксиологической значимости телесности в контексте выстраивания единой государственной идеологии. Трансформация телесности представляет собой способ осуществления социальных ценностей, поэтому тенденции современного развития отражаются, в том числе, и на смене моделей телесности. Реализация той или иной модели является продуктом деятельности институтов физического воспитания, поэтому формирование данных моделей выступает импульсом для развития физического воспитания, способствует его закреплению в определенных институциональных формах и ценностных приоритетах широких масс населения.

Социокультурная ситуация в современном обществе характеризуется двойственными тенденциями развития. С одной стороны, все типы общественного устройства, все социальные образования становятся неотъемлемыми сегментами глобальных социальных процессов, а с другой – все острее ощущается необходимость сохранения самобытности социокультурных стереотипов, поддержания традиционных ценностей и социальных норм, что проявляется в формировании двух базовых моделей телесности – конsumerистской и милитаристской.

Конsumerистская модель телесности состоит в восприятии тела как товара и характеризуется такими основными чертами, как контроль над весом и параметрами фигуры, контроль над полом и конструирование собственной гендерной идентичности, контроль над функциональными характеристиками телесности и гипермедиализация тела.

Контроль над весом и параметрами фигуры превращает человеческую телесность в попытку соответствовать обязательному стандарту, создаваемому исходя из господствующих в западной культуре соображений престижности и сексуальности.

Контроль над полом и конструирование собственной гендерной идентичности связан с увеличением числа операций по смене пола или изменением поведенческих стратегий, делающих практически неразличимыми гендерные признаки, так называемый стиль «унисекс».

Контроль над функциональными характеристиками телесности и гипермедиализация тела проявляется в возникновении тел, операциональность которых увеличена за счет технического изменения их параметров, внедрения инородных приспособлений или элементов искусственного происхождения.

Милитаристская модель телесности базируется на таких характеристиках, как отчетливо выраженная маскулинность, приоритет функциональных параметров тела над эстетическими, подавление индивидуальности и униформизм в проявлениях телесности [4].

Маскулинность, т. е. гипертрофированное восхваление специфически мужских характеристик телесности – мускулистость, ширина плеч, натренированность тела.

Приоритет функциональных характеристик над эстетическими, что противоречит консумеристской модели телесности, согласно которой внешность является определяющим моментом правильной идентификации индивида в глазах окружающих. В случае милитаристской модели видимость уступает место глубине, поскольку именно сосредоточенность на внутренних ресурсах, которые могут быть использованы в нужный момент, составляет суть милитаризма в проявлениях человеческой телесности.

Подавление индивидуальности и униформизм в проявлениях телесности подразумевает наличие полного контроля над телом и стремление к созданию абсолютно идентичных и взаимозаменяемых типов личности.

В современном обществе можно выделить две важные тенденции: с одной стороны, происходит разрушение самой возможности телесной и культурной идентификации, разрыв тесной связи духовного и телесного, движение в сторону материальных ценностей; с другой – принятие ценностей, направленных на защиту и развитие телесности человека, существующей в неразрывном единстве и взаимодействии с природной, социальной и культурной системами.

Таким образом, обращение к различным обществам показывает, что отношение к телу человека в них различно. Каждое общество создает свои модели телесности. Среди телесных практик, сегодня физическая культура и спорт в современном глобализирующемся мире занимает особое положение в плане новых возможностей человекосозидания.

1. Быховская, И. М. «Номо somatikos»: аксиология человеческого тела / И. М. Быховская. – М.: Эдиториал УРСС, 2000.

2. Быховская, И. М. Физическая культура как практическая аксиология человеческого тела: методологические основания анализа проблемы / И. М. Быховская // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1996. – № 2. – С. 19–27.

3. Визитей, Н. Н. Физическая культура личности (проблема человеческой телесности: методологические, социально-философские, педагогические аспекты) / Н. Н. Визитей. – Кишинев, 1989.

4. Круткин, В. Л. Телесность человека в онтологическом измерении / В. Л. Круткин. – Ижевск, 1997.

5. Розин, В. М. Как можно помыслить тело человека, или На пороге антропологической революции [Электронный ресурс] / В. М. Розин. – Режим доступа: <http://www.antropolog.ru/doc/persons/rozin/rozin8>.

6. Турухина, Е. А. Формирование физической культуры на основе духовного и телесного начал / Е. А. Турухина // Вестник Поволжской академии государственной службы / под ред. Т. П. Ивановой, Е. В. Феклистовой, О. Н. Чумановой. – № 13. – Саратов, 2007. – С. 179–184.

7. Турухина, Е. А. Аксиология телесности в контексте социокультурного развития: автореф. дис. ... канд. филос. наук: 09.00.11 / Е. А. Турухина. – М., 2008.

## **ОПРЕДЕЛЕНИЕ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ ПО ПРОГРАММЕ «АЗБУКА ИГРЫ С МЯЧОМ»**

**Логвина Т.Ю.**, канд. пед. наук, доцент,

Белорусский государственный университет физической культуры,

Республика Беларусь,

**Вэй Цзяньцяо,**

Китайская Народная Республика

Актуальность проблемы разработки содержания программы нерегламентированной деятельности с детьми дошкольного возраста в учреждениях дошкольного образования определяется широким распространением современного спортивного инвентаря и нестандартного оборудования в спортивных залах, наличием профессионально подготовленных специалистов отрасли физической культуры и спорта [5; 6]. В учреждениях дошкольного образования активно применяют нестандартные модули, мячи различной массы, объема, диаметра, состава (резиновые, кожаные, набивные, пластиковые, силиконовые), тактильные (массажные), а также фитболы, футбольные, волейбольные,