

К ВОПРОСУ О ФОРМИРОВАНИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ КАК ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ НАСЕЛЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ В СОЦИАЛЬНЫХ И ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СООБЩЕСТВАХ

П.В. Снежницкий, канд. пед. наук,
Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Республика Беларусь

В статье рассматриваются проблемы формирования двигательной культуры населения Республики Беларусь в социальных и профессиональных сообществах.

Ключевые слова: двигательная культура; физическая культура; физическое воспитание; социальные и профессиональные сообщества.

TO THE PROBLEM OF FORMATION OF MOTOR CULTURE AS A BASES OF THE HEALTHY LIFESTYLE OF THE POPULATION OF THE REPUBLIC OF BELARUS IN SOCIAL AND PROFESSIONAL COMMUNITIES

The article deals with the problems of motor culture formation of the population of the Republic of Belarus in social and professional communities.

Keywords: motor culture; physical culture; physical education; social and professional communities.

Здоровье человека, в определении экспертов Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. По данным экспертов ВОЗ, здоровье человека на 20 % зависит от условий окружающей среды, на 10 % – от уровня развития медицинской помощи, на 20 % – обуславливается наследственной предрасположенностью к болезням и на 50 % – зависит от образа жизни человека. То есть более 50 % факторов, влияющих на состояние здоровья человека, управляются им самим [1] и ближайшим его социальным окружением, определяя задачу формирования здорового образа жизни (ЗОЖ), скорее как воспитательную, чем медицинскую.

В связи с этим, на наш взгляд, основной задачей научно-педагогического сообщества Республики Беларусь в области обеспечения общественного и личного здоровья граждан является разработка механизмов формирования ценностно-мотивационного, деятельностно-когнитивного и деятельностно-поведенческого аспектов, обеспечивающих наиболее подходящий образ жизни, гарантирующий им в дальнейшем оптимальный уровень здоровья в современном мире. Поскольку, как уже известно, в основе здорового образа жизни лежат два основных режима (питания и движения), то именно от способности человека обеспечить оптимальный баланс последних и зависит его физическое, психическое и социальное благополучие. Если режим питания – это прерогатива, в большей степени, специалистов в области общественной гигиены и здоровья, то разработка алгоритмов

формирования навыков рационального режима движения – дело ученых-педагогов в области физической культуры.

По мнению В.И. Столярова (2013), телесная культура отражает культуру определенного субъекта: отдельного человека (индивида – индивидуальная (личностная) телесная культура), либо сообщества (социальная группа – общественная телесная культура). При этом в процессе формирования телесной (соматической) культуры личности ценностный компонент занимает превалирующие позиции и определяет осмысленное отношение индивида к своему телу как отражению культурных идеалов, норм и образцов поведения конкретного сообщества. Это определяет его двигательную активность, которая в конечном итоге формирует соматическую и функциональную составляющую человеческого организма. То есть насколько от состояния телесной культуры зависит эффективность реализации двигательных потенциалов личности, настолько уровень двигательной культуры определяет качество ее соматической формы. Средства формирования двигательной культуры человека гораздо шире относительно физической культуры личности, где основным средством является физическое упражнение. Основываясь на двигательной (деятельностной) природе человека, к средствам двигательной культуры мы можем отнести все движения и их осмысленные производные (двигательные действия), выполняемые им от рождения до смерти в процессе обеспечения своего существования.

По мнению В.И. Столярова, комплексный характер физического воспитания заключается в его эффективном функционировании и развитии, учитывающем многосторонние социальные запросы и требования, интересы и потребности различных сообществ современного социума, а также специфические условия организации и т. д. [6, 7]. Предлагаемая концепция физического воспитания основывается на дифференциации физической, двигательной и функционально-двигательной подготовки человека, как наиболее важные компоненты. Раскрывая структуру «комплексного физического воспитания», автор указывает на то, что:

– физическая подготовка должна быть ориентирована на воспитание комплекса основных физических качеств (ловкости, статической силы, выносливости, динамической силы, быстроты, скоростной силы и гибкости);

– двигательная подготовка предусматривает обучение человека с раннего возраста «восьми основным видам движений, которые формируются у них парно и в определенной последовательности: движения руками и ногами, равновесие и лазанье, ходьба и метание, бег и прыжки»;

– функционально-двигательная подготовка направлена на формирование способностей использования анализаторов и других систем и функций организма при выполнении двигательных действий для обеспечения его необходимой информацией о состоянии внутренней и внешней среды [7].

На наш взгляд, физическое развитие в антропогенезе человека в большей степени является естественным биологическим процессом, где рост уровня физической и моторной подготовленности преимущественно является побочным эффектом жизнедеятельности индивида. Примером тому может служить физический труд человека. Цель физического труда – получение конкретного продукта (результат физического труда – получение материальных благ для обеспечения жизнедеятельности человека), а повышение уровня физической и моторной подготовленности в данном случае рассматривается как сопутствующий (побочный) эффект. Тогда как целенаправленные занятия физическими упражнениями, не принося никаких материальных благ, повышают уровень физических качеств и

совершенствуют двигательные навыки человека посредством аналогичных физическому труду двигательных действий.

Когда рассматриваются подобные взаимные сочетания данных явлений, возникает вопрос о возможности и необходимости объединения, указанных (не менее значимых по отношению к индивиду и друг к другу) видов деятельности в жизни человека, наполнив его новым смыслообразованием. В результате мы получили бы двигательную активность, приносящую реальные материальные блага и формирующую телесную физическую культуру личности без ущерба для его здоровья. Это тем более актуально, в связи с тем что профессионально-трудовая деятельность современного человека в Республике Беларусь (впрочем, как и во всем мире) в недельном цикле с понедельника по пятницу занимает большую половину в его режиме дня (57,2 %), а в сельском сообществе в весенне-летне-осенний сезон 78,3 % [14].

В этой связи целесообразно было бы пересмотреть традиционные дефиниции понятия «физическая подготовленность», которая в данном случае не столько является результатом физической подготовки как компонента физического воспитания, сколько результатом физического труда (да и любой другой двигательной активности в жизнедеятельности человека, определяемой спецификой социального или профессионального сообщества). К примеру, кузнец, который никогда не занимался целенаправленно физическими упражнениями, но при этом, регулярно выполнял трудовые двигательные действия силового характера на рабочем месте, имеет не меньшую физическую подготовленность, чем бодибилдер, ежедневно посещающий тренажерный зал и т. д. и т. п.

Однако в современном обществе производств с высокой долей физического труда становится все меньше, да и последние не всегда осуществляются в благоприятных условиях. Следовательно, говоря о формировании двигательной культуры профессиональных сообществ, мы имеем ввиду разработку эталонных алгоритмов (стартовая рабочая поза – двигательное действие – финальная рабочая поза) рациональных трудовых двигательных действий и трудовых двигательных режимов, обеспечивающих сохранение и приумножение здоровья принадлежащих к данному профессиональному сообществу лиц.

Обобщая исследования авторов дефиниций понятия «сообщество» в словарях и научно-методической литературе, можно интерпретировать, что социальным сообществом является совокупность индивидов, объединенных одинаковыми условиями жизнедеятельности, ценностями, интересами, нормами, социальной связью и осознанием социальной идентичности, выступающая в качестве субъекта социальной жизни [15–17].

Сообщество сельских жителей в Республике Беларусь представлено населением, которое проживает в деревнях, агрогородках, поселках городского типа в единых для всех его представителей условиях, определяющих так называемый «сельский образ жизни» [14]. К таковым относятся:

- социально-экономические условия (совместное проживание людей в одном селении, основанное на взаимосвязи хозяйственной деятельности);
- природно-экологические условия (близость естественной природой среды и ее важность в жизнедеятельности людей);
- территориально-производственные условия, когда земля (поле, луг, лес, сад и др.) является естественным прямым или косвенным, объединяющим всех единым производственным ресурсом);

- культурно-этнические условия (глубокие исторически сложившиеся семейные, родственные, добрососедские, трудовые и бытовые традиции).
- условия трудовой деятельности и большая социальная и профессиональная однородность.

Таким образом, структурной единицей сельского сообщества выступает социально-территориальная общность людей, занятых преимущественно сельскохозяйственным трудом, проживающих в одном населенном пункте (деревня, агрогородок, поселок городского типа). Это малая сплоченная сельская общность, основанная на локальных соседских и родственных связях. Отношения сельских жителей базируются, прежде всего, на взаимосвязи хозяйственной деятельности и совместном проживании людей в одном селении, но не свойственных городу – разделении труда и договорных отношениях. По сравнению с городом ей характерна малочисленность доступных каждому представителю сообщества видов трудовой деятельности, что существенно отличает их двигательные режимы в повседневной жизни.

Кроме этого, сельское сообщество отличает от остального населения Республики Беларусь. Там наблюдается отрицательная естественная демография и устойчивая тенденция старения трудовых ресурсов. В соответствии с классификацией ООН, население страны считается старым, если доля людей старше 65 лет составляет 7 %. В Беларуси в этом возрасте находятся 14,4 % жителей (в сельской местности 21,5 %). При этом мужское население занимает одну из самых низких позиций (после Казахстана) по продолжительности жизни на пенсии. Это вызывает обеспокоенность состоянием здоровья данной категории населения в посттрудовом периоде. По данным Всемирной организации здравоохранения, в Беларуси смертность мужчин в возрасте 15–60 лет в 3–4,5 раза выше, чем в странах Европейского союза [1, 18].

Для сокращения пенсионного периода во многих странах, начиная с конца прошлого века, были отодвинуты сроки выхода на трудовую пенсию по возрасту. Это обозначило перед данными государствами ряд проблем, связанных с обеспечением надлежащего уровня здоровья работающих, что позволило бы им выполнять качественно свои профессиональные обязанности, с одной стороны, и продлить профессионально-трудовую дееспособность на добавленный период обязательной трудовой занятости, с другой стороны.

Однако данные меры лишь отодвигают решение указанной проблемы. На это указывает и высокий уровень инвалидности в трудоспособном возрасте. По итогам 2016 года численность инвалидов, получающих пенсию в органах по труду, занятости и социальной защите, составила 554,9 тысяч человек (5,8 % от численности населения страны), при этом 180 тысяч инвалидов находятся в трудоспособном возрасте. Среди детского населения уровень первичной инвалидности вырос на 2,5 %. В 2016 году, по данным Белстата [1, 18], по причине низкого уровня состояния здоровья 73 тысячам школьников по состоянию здоровья показаны занятия в специальной медицинской группе, а более 3,5 тысяч детей полностью освобождены от занятий физкультурой. По данным того же источника, среди взрослого населения на протяжении последних лет сформировалась стабильная структура заболеваний при первичной инвалидности, причем лидирующие позиции в этом занимают болезни сердечно-сосудистой системы (23 419 человек), новообразования (13 203 человек) и болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани (4 129 человек), что в целом составляет 74,8 % всех

случаев (40 751 человек). Такое положение вещей еще раз подтверждает необходимость повышения уровня общественного здоровья, что имело бы не только положительный социальный и демографический эффект, но и существенно снизило бы финансовое бремя пенсионного бюджета.

На наш взгляд, обеспечить здоровые условия во всех сферах жизнедеятельности человека (бытовой, трудовой, досуговой и т. д.) как в Республике Беларусь, так и во всем мире, возможно лишь при качественном изменении его отношения к себе и окружающему миру, положив в основу образа жизни концепцию формирования двигательной культуры индивида с учетом его принадлежности к конкретному социально-демографическому либо профессиональному сообществу.

Таким образом, в заключение можно сказать, что проблема сохранения здоровья и активного долголетия населения трудоспособного возраста для Республики Беларусь становится все более актуальной [1–18]. Частично это обусловлено тенденцией старения населения, но в целом проблема кроется в недостаточности владения представителями социально-демографических и профессиональных сообществ навыками здорового образа жизни, в основе которых лежит двигательная культура человека. Научно-теоретическое обоснование концепции формирования двигательной культуры населения Республики Беларусь в социальных и профессиональных сообществах представляет перспективные возможности повышения качества жизнедеятельности целых общественных этнических пластов с получением в последующем экономического эффекта, определяющегося в повышении и продлении дееспособности работников сельского хозяйства и сельских жителей, что непосредственно связано с обеспечением продовольственной безопасности страны.

В связи с вышесказанным целью нашего дальнейшего научно-теоретического исследования становится поиск путей решения проблем, связанных с формированием двигательной культуры сельского населения Республики Беларусь как основы обеспечения здоровых и безопасных условий жизнедеятельности в постнатальном онтогенезе представителей данного сообщества.

1. Индекс развития человеческого потенциала. Гуманитарная энциклопедия [Электронный ресурс] // Центр гуманитарных технологий, 2006–2018 (последняя редакция : 25.08.2018). – Режим доступа: <https://gtmarket.ru/ratings/human-development-index/human-development-index-info>. – Дата доступа: 29.08.2018.

2. Фомин, Н. А. Физиологические основы двигательной активности / Н.А. Фомин, Ю. Н. Вавилов. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 224 с.

3. Выдрин, В. М. Физическая культура студентов вузов : учеб. пособие / В. М. Выдрин, Б. К. Зыков, А. В. Лотоненко. – Воронеж : ВГУ, 1991. – 160 с.

4. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры : учебник / Л. П. Матвеев. – 4-е изд. – М. : Лань. Омега, 2004. – 189 с.

5. Курамшин, Ю. Ф. Теория и методика физической культуры : учебник / Ю. Ф. Курамшин [и др.] ; под ред. Ю. Ф. Курамшина. – М. : Советский спорт, 2004. – 463 с.

6. Столяров, В. И. Современные проблемы наук о физической культуре и спорте. Философия спорта [Электронный ресурс] : учебник / В. И. Столяров, А. А. Передельский, М. М. Башаева. – Электрон. дан. – М. : Советский спорт, 2015. – 464 с. – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/69838>. – Дата доступа: 01.08.2018.

7. Столяров, В. И. Инновационная концепция модернизации теории и практики физического воспитания [Электронный ресурс] / В. И. Столяров. – Электрон. дан. – Litres, 2017. – 1036 с. Режим доступа: <https://play.google.com/store/books/details?id=7rQODgAAQBAJ&source=ge-web-app&writeReview>. – Дата доступа: 04.06.2018.

8. Визитей, Н. Н. Теория физической культуры: к корректировке базовых представлений. Философские очерки [Электронный ресурс] / Н. Н. Визитей. – Электрон. дан. – М. : Со-

ветский спорт, 2009. – 184 с. – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/11815>. – Дата доступа: 01.08.2018.

9. Курамшин, Ю. Ф. Об объекте и предмете теории физической культуры как научно-учебной дисциплины: историко-сравнительный анализ / Ю. Ф. Курамшин // Ученые записки ун-та им. П. Ф. Лесгафта. – 2006. – № 22. – С. 20–32.

10. Николаев, Ю. М. Теория физической культуры: базовые концепции и основополагающий категориальный аппарат [Электронный ресурс] / Ю. М. Николаев // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 3. – Режим доступа: <http://bmsi.ru/doc/03127913-6365-4cac-b27c-4409ca54cdf>. – Дата доступа: 31.07.2017.

11. Выдрин, В. М. Физическая культура – вид культуры личности и общества (опыт историко-методологического анализа проблемы) : монография / В. М. Выдрин. – Омск : СибАДИ, 2003. – 141 с.

12. Филимонова, С. И. Физическая рекреация – важная часть моторного поля в пространстве физической культуры и спорта [Электронный ресурс] / С. И. Филимонова [и др.]. – Электрон. дан. – Культура физической культуры и здоровье. – 2015. – № 2. – Режим доступа: http://kultura-fiz.vspu.ac.ru/content/fizkultura_2015_v53_N2.pdf. – Дата доступа: 19.07.2018.

13. Евстафьев, Б. В. О природе физических способностей и их соотношении с другими показателями физического развития человека / Б. В. Евстафьев // Теория и практика физической культуры. – 1986. – № 4. – С. 49–52.

14. Снежицкий, П. В. Индивидуализация двигательных режимов сельских школьников на внеклассных занятиях по физической культуре : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / П. В. Снежицкий. – Гродно, 2013. – 212 с.

15. Мансуров, В. А. Профессиональные династии как социальный механизм воспроизводства профессиональных групп: на примере инженерных династий России / В. А. Мансуров [и др.] // XXI Уральские социологические чтения. Социальное пространство и время региона: проблемы устойчивого развития : материалы Междунар. науч.-практ. конф., Екатеринбург, 15–16 мар. 2018 г. / под общ. ред. Ю. Р. Вишневого. – Екатеринбург : Гуманитарный ун-т, 2018. – С. 53–59.

16. Романов, П. В. Социальная антропология [Электронный ресурс] / П. В. Романов, Е. Р. Ярская-Смирнова. – Режим доступа: <https://docviewer.yandex.by/view/585402448>. – Дата доступа: 06.08.2018.

17. Вебер, М. Основные социологические понятия. Избранные произведения / М. Вебер ; пер. с нем. М. И. Левиной. – М. : Прогресс, 1990. – 125 с.

18. Минск может стать городом пенсионеров / news.21.by [Электронный ресурс] – 2016. – Режим доступа: <http://news.21.by/society/2011/09/30/379174.html>. – Дата доступа: 20.01.2018.

Поступила 18.09.2018

УДК 796.015.132–057.36

ПУТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Т.П. Юшкевич, д-р пед. наук, профессор, **С.И. Иванов**,
Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Республика Беларусь

В историческом аспекте рассмотрено становление отечественной системы профессионально-прикладной физической подготовки сотрудников правоохранительных органов, некоторые особенности подготовки полицейских в зарубежных странах. Представлен анализ используемых средств в подготовке сотрудников МВД. В качестве одного из наиболее перспективных направлений