

УДК 796.332.015.12

Кудря Александр Дмитриевич, Простяков Александр Александрович,
Гладких Дмитрий Геннадьевич

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ

В статье рассматривается формирование личности путем интериоризации – присвоения продуктов общественного опыта в области физической культуры в процессе воспитания и обучения, которое является вместе с тем внешним условием освоения субъектом образования определенных позиций, ролей, функций и видов деятельности в совокупности характеризующих его определенный социально-личностный портрет.

Ключевые слова: физическая культура личности, образование, здоровый образ жизни, знания, физическое совершенствование, физкультурно-спортивная деятельность, самосозидание, физкультурно-спортивно-деятельностная составляющая.

Aleksandr Kudrya, Aleksandr Prostyakov, Dmitry Gladkikh
THEORETICAL AND METHODOLOGICAL BACKGROUND
OF PHYSICAL EDUCATION OF PERSONALITY

The article deals with the formation of personality through internalization - appropriation of the products of social experience in the field of physical culture in education and training, which is at the same time the external condition for the development of the subject of education certain positions, roles, functions and activities collectively characterizing its specific social and personal portrait.

Key words: physical culture of personality, education, healthy life, knowledge, physical improvement, sports activity, self-creation, sports and sports activities.

Теории предусматривают две основные функции: объяснительную и предсказывающую (прогностическую). Иными словами теория рассматривает смысловой каркас (модель, проект, схему), который позволяет упрощать, идентифицировать, анализировать и интерпретировать все, что известно и что предлагается новое в соответствующей области знания или сфере деятельности.

В зарубежной и отечественной психологической науке (персонологии) существует большое количество теорий личности, но все они рассматриваются на «высших» аспектах природы человека, его понимания: о том, что из себя представляет человек, кем он мог бы стать и какие внутренние (субъективные) или внешние (объективные) причинно-следственные факторы определяют его отношения к чему-либо [2].

Полярность мнений многих психологов имеет место по девяти основным положениям о природе человека. Их содержание рассматривается в монографии американских исследователей Л. Хелла и Д. Зиглера, представляющей интерес не только для психологов, но и для специалистов широкого круга гуманитарных отраслей знания и, в частности, физической культуры. Данные положения представляют постоянные биполярные (противоположные) школы, и любому занимающемуся самоанализом можно определить свою позицию между этими крайними полюсами, а также сопоставить ее в отношении к своему здоровью и конкретно к физической культуре, ее обеспечивающей.

Один из главных вопросов «свободы и детерминизма», относящийся к человеческой природе, рассматривает границы той степени внутренней свободы, которой люди обладают в определенном направлении своих мыслей, поступков, деятельности, содержания поведения и контроля над ним. В этом направлении отношение человека к физической культуре, здоровому образу жизни могут определяться ситуативно, спонтанно возникшими эмоциями на внутренний или внешний раздра-

житель, неосознаваемыми мотивами, физиологическими процессами и их состоянием, генетической предрасположенностью, опытом предыдущих лет, а также культурными, социальными, групповыми, семейными и национальными традициями, экономическими, политическими, климатическими и экологическими влияниями. Исходя из этого активная государственная политика доперестроечного периода в отношении культивирования физкультурного комплекса ГТО (готов к труду и обороне) практически для всех возрастных групп населения страны, а также пропаганда здорового образа жизни способствуют положительному их мотивированию и включению детей и учащейся молодежи в различные виды спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности. Многие студенты с интересом занимались спортивным многоборьем ГТО, выполняли разрядные и мастерские нормативы. Отмена в России комплекса ГТО как составляющей политики государства, а также и другие причины социально-экономического плана привели к резкому падению физкультурно-спортивной массовости в стране.

В данном примере видна взаимосвязь и целостность социального и личностного в структурных мотивационно-ценностных образованиях поведения человека. Содержание и направление его отношений, поступков и деятельности могут носить как позитивный (созидающий), так и негативный (разрушающий) характер.

Физическая культура личности – это победа духа над социальными обстоятельствами, а также собственной природой – основой человеческой свободы, определяемая изнутри. Данный идеал – цель самосозидания, экстраполируемая посредством воли и творчества в деятельности, поступках, поведении, а в целом в здоровьесберегающем стиле жизнедеятельности.

Суть вопроса о «рациональности и иррациональности» заключается в том, что человек противоречив в поступках, в поведении: он рационален (придерживается рассуждений, логики, разума, выгоды и т. д.) и иррационален (импульсивен, спонтанен, непредсказуем, нелогичен). Современные психологи рассматривают человека в основном с позиции рациональности, хотя он и не лишен порой «безрассудства». В этом плане Карл Рогджерс (1902–1987) отмечал: «Являемся ли мы разумными хозяевами своей судьбы, капитанами судов своего поведения, или мы находимся под контролем глубоких иррациональных сил, о самом существовании которых и не подозреваем» [3].

В связи с этим возникает довольно сложный вопрос, рациональны ли мы в отношении своего здоровья (логичны, мотивированны, системны и активно-деятельностны) или иррациональны (ситуативно-спонтанны, нелогичны, пренебрежительны и мотивированно-неустойчивы).

Регулярно проводимый нами на протяжении многих лет социологический опрос молодежи, начинающей обучение в вузе, показывает, что большинство из них положительно относятся к физической культуре (87,7 %), при этом из них до поступления в вуз систематически занимались различными видами физкультурно-спортивной деятельности лишь 25 %, а на время опроса – 16,5 %. У тех, кто ситуативно или вообще не занимались в свободное время ни одной из форм физической культуры, основными причинами выступали мотивация низкого достижения в данной сфере или полнейшее отсутствие потребностно-ценностной ориентации в ней: отрицательное отношение к физической культуре (16 %); нежелание тратить на физическую культуру дорогое время (26,8 %); отсутствием свободного времени (25 %); занятость домашними делами (9,45 %); стеснительность и неуверенность в себе (14 %); лень (10 %).

Рассматривая «холизм и элементализм», сторонники холистического подхода утверждают, что поведение человека можно объяснить только путем изучения индивида как единого целого, как целостной сущности. Холисты считают: чем больше количества фрагментов, рассматриваемых в человеке, тем больше вероятность, что придется иметь дело с абстракциями, а не с живым человеком. Сторонники элементализма, однако, утверждают, что системное понимание человека и его поведения может быть достигнуто только посредством детального анализа составных частей его личности [4].

О физической культуре личности можно сказать, что она характеризуется и целостностью, и качественным состоянием всех ее составляющих: образовательно-когнитивных, мотивационно-ценностных, социально-духовных, физкультурно-спортивно-деятельностных, волевых и эмоциональных проявлений активности, психофизических качеств.

Положение «конституционализм и инвайроментализм» содержит вопрос: «В какой степени то, что называется личностью, представляет собой результат действия врожденных (генетических) факторов, а в какой степени она есть продукт окружающей среды?» Почти все современные психологи по данному положению занимают центристскую позицию. Поведение человека рассматривается как итог взаимодействия генетических проявлений и окружающей среды. Конституционный фактор проявляется по-разному в разных условиях среды, а влияние среды дает различный эффект в зависимости от конституции конкретного человека. Например, мы можем утверждать, что потребность человека в движениях физиологически и генетически предопределена как условие его полноценного психофизического развития, а физическая культура личности, его обеспечивающая, социально детерминирована. Или соотношение количества белых и красных волокон в мышцах генетически для каждого человека обусловлено и в значительной степени определяет предрасположенность индивида к скоростно-силовым видам спорта или связанным с физической работой на выносливость. Спортивные же достижения в итоге являются результатом множества факторов (социальная среда, профессионализм тренера, научно обоснованный отбор детей в спортивные секции и т. д.), а также личностных (наличие потребностей самоактуализации, целеустремленности, трудолюбия, воли и пр.).

«Изменчивость и неизменчивость»: содержание вопросов в этом положении таково: «До каких пределов индивидуум на протяжении жизни способен фундаментально меняться?», «Насколько действительно может измениться основной склад личности?», «Является ли глубинное динамическое изменение необходимым компонентом эволюции или развития личности?» Например, с позиции Зигмунда Фрейда (1856–1939), несмотря на поверхностные изменения в поведении человека на протяжении всей жизни, основная структура его характера остается в значительной степени неизменной.

Физическая культура личности может быть динамичной в своем состоянии (качественных показателях) и в то же время неизменчивой по содержанию ее составляющих.

Положение «субъективность и объективность». Так ли то, что люди живут в сугубо личном, субъективном мире опыта и этот мир оказывает решающее влияние на их поведение? Или на их поведение влияют, прежде всего, если не исключительно, внешний, объективный мир? Например, американский психолог Карл Роджерс (1902–1987) полагал, что внутренний мир индивидуума, видимо, оказывает более существенное влияние на его поведение, чем внешние признаки окружающей среды. Другой не менее известный американский психолог Б. Ф. Скиннер (1904–1990), напротив, утверждал, что поведение человека является в значительной степени результатом воздействия внешних, объективных факторов.

В отношении физической культуры личности можно сказать, что это продукт и социума, и самого человека. Она и объективна в его поведении и содержании и одновременно субъективна как индивидуализированное мотивационно-ценностное образование в сознании и деятельности [5].

Позиция «проактивность и реактивность». Вопрос заключается в обосновании причинности в объяснении поведения человека. Порождают ли поведение внутренние факторы или оно является просто серией ответов на внешние стимулы? Суть проактивного взгляда заключается в убеждении, что истоки всех форм поведения находятся внутри самой личности. Люди скорее совершают поступки и действуют, чем реагируют. Абрахам Маслоу (1908–1970), всемирно известный американский ученый утверждал: «Будущее человека находится внутри него, и оно в данный конкретный момент динамически активно». Иначе говоря, люди сами иницируют свои поступки.

В физической культуре личности внешние и внутренние факторы не доминируют друг над другом, а находятся в гармоническом социально-духовном и психофизическом единстве.

Позиция «гомеостаз и гетеростаз» в своей основе имеет отношение к мотивации человека. Что является движущей силой поведения и деятельности человека, уменьшения напряжения и сохранения состояния внутреннего равновесия (гомеостаз)? Или основная его мотивация направлена на развитие, поиск новых стимулов и самореализацию (гетеростаз)? Согласно Джону Долларду и Нилу

Миллеру, стоявшим на позиции гомеостаза, подкрепление всегда уменьшает силу первоначального побудительного стимула. Люди являются такими, какие они есть, потому что они приобрели стабильные свойства, благодаря которым становится возможным снижать напряжение побудительного мотива и сохранять состояние внутреннего равновесия. Без гомеостатической основы мотивации развитие личности не представляется возможным.

Примерно в то же самое время (середина XX века) А. Маслоу и К. Роджерс выдвинули совершенно иную концепцию, заключающуюся в том, что основой мотивации людей является непрерывный поиск личностного роста и самореализации. Вместо того чтобы направлять свое поведение на удовлетворение потребности, а значит, на уменьшение напряжения, люди согласно своей природе постоянно ищут новые стимулы и возможности испытать свои силы, чтобы достичь самореализации [1].

Положение «познаваемость и непознаваемость». Является ли человек в конечном счете полностью познаваемым наукой или в его природе есть нечто превосходящее потенциал научного познания? Это вопрос, на который до сегодняшнего дня нет однозначного ответа. На одном полюсе ученые утверждают, что человек максимально познаваем в рамках науки. На другом – считается, что каждый индивидуум живет в постоянно меняющемся мире субъективного опыта, являясь его центром и что личный мир опыта является конфиденциальным, частным и может быть познан в подлинном или полном смысле только самим субъектом.

На сегодняшний день различных теорий личности имеется много, и тем не менее природа человека до конца не изучена. С одной стороны, наука, как и человечество в целом, постоянно находится в состоянии развития. А с другой – одних знаний из области психологии для познания людей не достаточно. Рассматривать феномен личности необходимо на конвергентной, интегративной, междисциплинарной научной основе философии, социологии, психологии, педагогики, синергетики, антропологии, культурологии и др. наук. И в то же время уже сегодня на тех знаниях, которые накоплены научным и практическим опытом можно строить собственные концепции подобных теорий, и в частности физической культуры личности.

Литература

1. Ананьев Б. Г. О человеке как объекте и субъекте воспитания (Избр. псих. труды). Т. 2 / под ред. А. А. Бодалева, Б. Ф. Ломова, И. В. Кузьмина. М.: Педагогика, 2010. 287 с.
2. Кудря А. Д. Физическое воспитание студентов вузов России посредством личностно ориентированного подхода // Сборник материалов II Всероссийской научно-практической конференции «Физическая культура в профессиональном образовании учащихся высшей школы» / под общ. ред. С. Н. Кашина, А. В. Шульженко. Ставрополь, 2015. С. 64–68.
3. Кудря А. Д., Шульженко А. В., Анисимов Б. С. Формирование физической культуры личности учащейся молодежи // Сборник II Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные проблемы науки: от теории к практике материалы» / под редакцией Ю. П. Кожаяева, О. Ю. Зевеке. М: Российский государственный социальный университет, 2015. С. 205–208.
4. Соловьёв Г. М. Физическая культура в образовательном процессе вуза. Ставрополь: Изд-во СГУ, 2004. 222 с.
5. Белова Л. В., Кудря А. Д. Современный аспект модернизации профессиональной подготовки специалистов физической культуры в контексте реализации здоровьесберегающих технологий // Вестник Северо-Кавказского федерального университета. 2014. № 1. С. 225.