

**Учреждение образования
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»**

УДК 796.035:37.013.42(043.3)

**СУН
ПЭН**

**СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ
ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ВОСТОЧНЫХ И ЗАПАДНЫХ
ТРАДИЦИЙ В СОВРЕМЕННЫХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ
СИСТЕМАХ**

Автореферат диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания,
спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Минск, 2014

Работа выполнена в учреждении образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»

Научный руководитель – **Пономарчук В.А.**, доктор философских наук, профессор

Официальные оппоненты: **Полякова Т.Д.**, доктор педагогических наук, профессор, проректор по научной работе учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»

Куликович Е.К., кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физической культуры Академии управления при Президенте Республики Беларусь

Оппонирующая организация – Белорусский государственный университет

Защита состоится 23 апреля 2014 г. в 14.00 на заседании совета по защите диссертаций Д 23.01.01 при учреждении образования «Белорусский государственный университет физической культуры» по адресу: 220020, г. Минск, пр. Победителей, 105, e-mail nir@sportedu.by, тел. 250-39-36.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры».

Автореферат разослан 21 марта 2014 г.

Ученый секретарь
совета по защите диссертаций,
канд. пед. наук, доцент

Е.В. Фильгина

КРАТКОЕ ВВЕДЕНИЕ

Физическое совершенствование и физическая культура сегодня в работах современных авторов начинает рассматриваться в контексте проблематики личностной и социальной культуры здоровья, ценностных ориентаций, духовных и нравственных приоритетов как детерминант благополучия человека (И.М. Быховская, 2000; М.Я. Виленский, 2001; Л.И. Лубышева, 2001; Ю.М. Николаев, 2003 и др.). При этом, как правило, подчеркивается, что проблемы защиты и улучшения здоровья зависят в первую очередь от осознания ответственности самого индивида (В.М. Димов, 2000; Г.Ю. Козина, 2007; Н.М. Лебедева, 2007; В.А. Пономарчук, 2011; В.А. Стрельцов, 2003). Однако до сих пор остается недостаточно изученным, какие социокультурные и социально-педагогические факторы лежат в основе этого влияния.

Особенно невелика информированность о результативности взаимодействия традиционных и современных систем физического совершенствования Востока и Запада (В.П. Моченов, 1994; А.Г. Юркевич, 1998). В то же время процессы аккультурации ставят вопрос о необходимости опоры физического совершенствования человека на опыт всего человечества. В связи с этим важно разобраться в реалиях распространенности конкретных физкультурно-оздоровительных систем и в особенностях влияния таковых на личность и физическое состояние занимающихся, а также выявить перспективность использования занятий по восточным и западным системам в последующие периоды жизни.

При этом исходными позициями поиска оснований современных «синтетических оздоровительных систем» должны, на наш взгляд, стать следующие: а) признание, что «существует иная человечность», «являющаяся частью нашего общего, всечеловеческого существования» (В.В. Малявин, 2005); б) понятия «Восток» и «Запад» должны трактоваться не столько как географические, сколько как культурно-исторические; в) признание одновременности сосуществования систем физического совершенствования двух типов – так называемых «современных» (трактуемых сегодня как «оздоровительные системы») и систем «традиционных», определяемых конкретной психоментальностью, т. е. исторически сложившимися формами деятельности и сопутствующими им ценностями этноса; г) признание за традиционными системами физического совершенствования способности к саморазвитию и/или трансформации в «современные» в связи с практикой взаимодействия с инокультурными системами.

Осознание внутренней диалогичности отдельных культур и необходимости диалога между ними вызвало рост интереса к инокультурным оздоровительным системам (Л.М. Калакаускене, 2005; А.В. Макаров, 2010; А.А. Маслов, 2000; Т.В. Састаймойнен, 2004 и др.) и убежденность, что восточные оздоровительные системы необходимо адаптировать к практикам западной физической культуры, равно как и западные к восточным, ибо инокультурные оздоровительные системы могут иметь важное научно-практическое значение, но для этого необходимы целенаправленные усилия практиков и ученых в осуществлении концептуальных педагогических обобщений, способных обогатить физическую культуру (С.Г. Гагонин, 1997; В.И. Григорьев, 2004; Л.И. Лубышева, 1997). Все это определяет необходимость специальной работы по восприятию и оценке национального своеобразия и предполагает умение находить между культурами соответствия, на основе которых возможно понимание и взаимодействие. Как раз на эту сторону дела специальное внимание обратила Комиссия ЮНЕСКО под руководством Жака Делора (1996), сформулировавшая основные позиции образования XXI века: широкая культурологическая основа образования, ибо прогресс человечества обеспечивается достижениями культуры, психоментальностью и традициями всех наций, населяющих Землю, и внимание к проблеме взаимообогащения народов в диалоге культур.

Теоретические и методические принципы западных систем достаточно хорошо проработаны, но аналогичные проблемы в контексте опоры на возможности диалога культур Востока и Запада практически оставались до последнего времени вне поля зрения исследователей. Таким образом, имеются определенные «пробелы» в обеспечении системности оздоровительных практик и выявляется *реальное научно-практическое противоречие*, требующее адекватного его разрешения: при существующей потребности в овладении всем потенциалом физического совершенствования человека и тем самым повышения компетентности в контексте готовности к действиям в современных условиях вопросы формирования рациональной системы взаимообогащения оздоровительных практик с опорой на достижения локальных и региональных традиций в этой сфере не разработаны в должной степени. Тем не менее, знание реалий и достижений всех участвующих в диалоге культур «традиционных» и современных систем физического совершенствования сегодня практически выступает как *социальный заказ* на поиски решения реальных проблем социально-педагогического плана, что определяет *актуальность* нашего исследования.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Связь работы с крупными научными программами (проектами) и темами определяется участием в разработке тем, выполняемых БГПУ имени Максима Танка «Комплексное изучение физического развития, физической подготовленности, функционального состояния и мнения учащихся по здоровому образу жизни» (2006–2010 гг.; номер госрегистрации 2007841) и «Динамика различных факторов готовности учащихся и студентов к освоению будущей профессии» (2011–2015 гг.; номер госрегистрации 20061930).

Цель и задачи исследования

Цель исследования – разработка теоретико-методологических оснований взаимодействия в современных оздоровительных системах традиционных восточных и западных направлений физического совершенствования.

Задачи исследования:

1. Провести теоретико-методологический анализ практик традиционных и современных оздоровительных систем в аспекте выявления реалий и перспектив их взаимодействия.

2. Выявить общее и особенное в формировании потенциала социокультурных и педагогических ценностей восточных и западных традиций физического совершенствования как средства взаимообогащения современных оздоровительных систем.

3. Разработать методические принципы реализации потенциала взаимодействия педагогических традиций физического совершенствования Востока и Запада в современных оздоровительных системах.

4. Выявить и экспериментально обосновать рациональность и эффективность инновационных «синтетических» форм содержательного и методического обеспечения педагогического процесса в современных оздоровительных системах, учитывающих потенциал и особенности традиционных.

Объект исследования: практики физического совершенствования восточных и западных оздоровительных систем.

Предмет исследования: социально-педагогические основы взаимообогащения восточных и западных систем физического совершенствования.

Выбор объекта и предмета исследования и особое внимание в работе к практике китайских традиций как типичной для традиций Востока определяется необходимостью совершенствования организации социально-

педагогического процесса в контексте диалога культур Китая и Беларуси.

Положения, выносимые на защиту:

1. «Человек и его телесность» как педагогическая проблема традиционных и современных практик оздоровительных систем требует уточнения их теоретико-методологических оснований, ибо в контексте каждой из них последние получают не всегда однозначную трактовку, что соответственно определяет выбор средств и методов физического совершенствования. Вследствие этого социально-педагогической предпосылкой поиска средств и методов взаимообогащения существующих ныне оздоровительных систем является выявление достоинств и реконструкция традиционных культурных ценностей систем физического совершенствования Востока и Запада как основание организации их содержательного синтеза, включая аспекты методического обеспечения педагогического процесса.

2. Общим для синтетических оздоровительных систем при освоении конкретных педагогических ценностей и восточных и западных традиций физического совершенствования является стремление к совершенствованию своего «природного» тела, особенным – трактовка феномена «физическое совершенство» и пути реализации объединяющих методических принципов его обеспечения. В условиях универсальной многогранности деятельности современного человека рационально в поисках взаимообогащающего синтеза опираться на методологию приоритетности формирования двигательных способностей при должном внимании к развитию собственно телесности.

3. Реализация потенциала взаимообогащения при взаимодействии наследия традиционных оздоровительных систем в современных системах физического совершенствования может и должна основываться на принципах:

- природосообразности как сообразности универсальной природе человека (опора не столько на интенсификацию физических качеств, а на формирование двигательных способностей);
- практикоориентированности (целесообразности и экономичности);
- гармонизации (способности к управлению жизнедеятельностью организма как целостностью, включая аспекты симметрии/асимметрии и синхронности/асинхронности «отдельных» двигательных актов);
- образности и целостности (обучение через «образ» в единстве моторики и функциональной готовности систем организма – дыхание, проприоцепция и сознательное управление-прогнозирование);
- вариативной индивидуализации (выбор средств под индивида, а не индивида под средства и освоение моторики в разных условиях окружающей среды – воздушной, водной, «жесткой»);
- пролонгированности (освоение не отдельных двигательных актов, а их «связок», и готовность к реализации освоенного в последующие периоды

жизни).

Практика методического освоения культурного наследия, основанного на иной психоментальности, должна учитывать методологию и идеологию осваиваемой системы, причем образность подхода нельзя редуцировать до репродукции схематизированной моторики.

4. Рациональность и эффективность инновационных «синтетических» форм содержательного и методического обеспечения педагогического процесса в современных оздоровительных системах определяется соблюдением требования адекватности социокультурным особенностям инокультурного контингента и его традициям. Методически конкретизация выбора средств и методов опоры на сильные стороны инокультурных систем физического совершенствования определяется целями педагогического процесса: при решении вопросов локально-ситуативного плана в условиях временного дефицита рационально опираться на потенциал западных наработок, тогда как в условиях необходимости добиться пролонгированности и гармоничности эффекта – в большей степени на потенциал восточных.

Личный вклад соискателя заключается в том, что теоретические и практические результаты проведенного исследования, представленные в диссертации и в публикациях диссертанта, получены лично им в ходе сравнительного социально-педагогического исследования и экспериментального апробирования разработанных им рекомендаций. Соискателем определено направление и методология исследования, цель и задачи, сформулирована гипотеза, разработан инструментарий социально-педагогических исследований, проведены необходимые организационные мероприятия для сбора информации в Китайской Народной Республике и Республике Беларусь.

Соискателем теоретически обоснованы структура и содержание педагогического процесса с инокультурным контингентом, разработаны, апробированы и внедрены методические принципы, адекватные решаемой проблеме.

Апробация результатов диссертации

Результаты исследования докладывались и обсуждались на 7 научных и научно-практических конференциях разного уровня: VII Международная научно-практическая конференция «Здоровье студенческой молодежи: достижения теории и практики физической культуры, спорта и туризма на современном этапе» (Минск, 2010); Международная научно-практическая конференция «Спортивно-ориентированное физическое воспитание учащейся молодежи: проблемы и перспективы» (Минск, 2011); Международная научно-практическая конференция по проблемам физической культуры и спорта

государств – участников Содружества Независимых Государств (Минск, 2012); Международная научная конференция «Трансформация образования и мировоззрения в современном мире» (Минск, 2012); III и IV Международные научные конференции «Китайская цивилизация в диалоге культур» (Минск, 2012; Минск, 2013); XI Международная научно-техническая конференция «Наука – образованию, производству, экономике» (Минск, 2013).

Внедрение результатов исследования – авторских методических принципов преподавания восточных оздоровительных систем для иностранцев – подтверждено актом внедрения в учебный процесс студентов Чжанцзянского педагогического университета (акт от 15 октября 2013 г.).

Опубликованность результатов диссертации

По результатам диссертации опубликовано 6 работ общим объемом 3 авт. л., из них 3 статьи в изданиях, рекомендованных ВАК Республики Беларусь (2,1 авт. л.) и 3 публикации в сборниках статей и материалов научных конференций (0,9 авт. л.).

Структура и объем диссертации

Диссертация содержит введение, общую характеристику работы, три главы, заключение, библиографический список, включающий список использованных источников и список публикаций соискателя, приложения.

Полный объем диссертации составляет 168 страниц. Основное содержание работы изложено на 130 страницах и иллюстрировано 31 таблицей и 8 рисунками (24 страницы); 3 приложения изложены на 20 страницах; библиографический список изложен на 18 страницах (223 источника, в том числе 12 на иностранных языках, список публикаций автора состоит из 6 работ).

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

В первой главе «Теоретико-методологические предпосылки синтеза восточной и западной традиций физического совершенствования», состоящей из трех разделов, основное внимание уделяется аналитике особенностей трактовки физической культуры в китайской традиции, проводимой в отечественной синологии (Н.И. Конрад, 1995; В.В. Малявин, 2001 и др.), и современным подходам к ее пониманию в Китае (Сюй Синянь, 2004; Лу Сяоцун, 2009 и др.).

Анализ состояния проблемы позволил установить, что в обществе формируется новая парадигма здоровья (В.М. Димов, 2000; Т.М. Максимова, 2000; Г.Ф. Морозова, 1994; Д.Б. Раднаева, 1997; Э.А. Фомин, 1999 и др.), складывается комплексный подход к оздоровлению человека. Растет понимание того, что физическое, психическое и духовное начала человеческой

личности тесно взаимосвязаны (М.Я. Виленский, 2001; В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева, 1995; Л.Д. Назаренко, 2002; Ю.М. Николаев, 2003; В.А. Пономарчук, 1994), а оздоровительные системы воздействуют на человека в целом, что делает их мощным профилактическим средством (В.Л. Асмолова, 2004; А.А. Маслов, 2000; Т. В. Састаймойнен, 2004 и др.).

Установлено также, что, несмотря на позитивные результаты, выявляются существенные противоречия между достаточно высокими объективными требованиями общества к здоровью, гармоничному развитию, физической подготовленности людей и чрезвычайно низким уровнем культуры психофизической и просто физической культуры многих и многих индивидов (Г.Ю. Козина, 2007; В.А. Пономарчук, 2010). Выявленные противоречия и наличие продуктивных попыток их разрешения на основе комплексного дисциплинарного и междисциплинарного подхода диктуют необходимость и перспективность нахождения и использования «синтетических» систем на базе изучения философско-исторических, педагогических, акмеологических и медико-биологических аспектов оздоровительных систем в поисках их взаимообогащения в аспекте диалога культур.

Во второй главе **«Методология, методы и организация исследования»** рассмотрены общие положения исследования, его стратегия и методика, методы и рабочие понятия исследования, поэтапная организация и контингент исследования.

Теоретико-методологическую базу исследования составили идеи, теоретические разработки, концептуальные положения и современные методологические разработки по системному подходу (И.В. Блауберг, Э.Г. Юдин, 1973, 2005; П.К. Анохин 1968, 1978 и др.), общей педагогике и психологии (Л.С. Выготский, 1983; В.В. Давыдов, 2000; А.Н. Леонтьев, 1983 и др.), собственно теории и методики физической культуры и спорта (Н.А. Бернштейн, 1947; Л.П. Матвеев, 1991 и др.), общей социологии и социологии физической культуры и спорта (А.А. Давыдов, 1988; Н.Н. Визитей, 1991; Л.И. Лубышева, 1996; В.А. Пономарчук, 1994; В.И. Столяров, 1988; В.А. Ядов, 1987 и др.).

Особенностью использованной методологии явилась ее способность быть включенной в познавательный процесс в двух аспектах: на *эмпирическом* уровне – фиксация результатов исследования реалий влияния системы на состояние, ментальность и мотивации соответствующего контингента; на уровне *теоретическом* – раскрытие сущности основных принципов и понятий с учетом выявленных условий и факторов.

Для решения поставленных в диссертации задач исследования использовались следующие методы: теоретический анализ и обобщение данных

научной и научно-методической литературы; педагогические наблюдения; социально-педагогические, социологические методы; вторичный анализ социально-педагогических исследований; анализ результатов естественного социально-педагогического эксперимента; инструментальные психофизиологические и биомеханические исследования; естественный социально-педагогический эксперимент; педагогический эксперимент; математическое моделирование; методы математической статистики. В исследованиях для обработки данных применялась программа Да-система.

Исследование было проведено в три этапа:

Первый этап (2010–2011 гг.) – поисковый. Изучена и проанализирована тематическая литература по проблеме исследования. Проведен вторичный анализ данных мониторинга общественного мнения о сфере физической культуры Республики Беларусь (N=6214).

Второй этап (2011–2012 гг.) – эмпирический. Разработана программа исследования, подготовлен и апробирован его инструментарий, проведены пилотажное (N=100) и основное исследование в Республике Беларусь и Китайской Народной Республике (N=1876). Контингент исследования: 1048 респондентов в Китайской Народной Республике и 828 – в Республике Беларусь. Мужской контингент составил 44,56 % выборки, женский – 55,44 %. Опрашивались студенты 2–3 курсов разных профилей образования – медицинские, физкультурные, гуманитарные, естественно-научные и технические факультеты. Средний возраст опрошенных – 22,06 лет, среди них молодые люди в возрасте самоопределения (18–25 лет), в качестве фонового контингента – в возрасте активной карьеры (26–35 лет) и подростки (14–17 лет).

Третий этап (2012–2013 гг.) – завершающий. Проведено инструментальное исследование на базе ГУ «РНПЦ неврологии и нейрохирургии» в лаборатории изучения равновесия в период с декабря 2012 г. по январь 2013 г. (N=63) и педагогический эксперимент в институте физической культуры при Чжанцзянском педагогическом университете (N=100). Оформлены результаты диссертационного исследования.

В третьей главе **«Компаративный анализ эффективности приобщенности к физкультурно-оздоровительным системам Востока и Запада»**, состоящей из двух разделов, рассматриваются эмпирические данные и методические принципы, на основе которых необходимо вести работу в соответствии с психоментальностью осваивающих оздоровительные системы и возможности их реализации в практике педагогической работы.

При вторичном анализе результатов мониторинга 2010 года в Республике Беларусь (анализировался аспект, не вошедший в сферу интересов организаторов мониторинга) установлено, что лица, причастные к занятиям

восточными оздоровительными системами, по самооценкам имеют более высокие показатели физического состояния по сравнению с занимающимися по западным системам. В то же время данные свидетельствуют, что население Беларуси готово к восприятию ценностей восточных оздоровительных систем и процесс их освоения уже начался, но лишь один из 5 высказывающих желание приобщиться к восточным системам реализует такое желание. Для продуктивного решения проблемы исследования должны быть продолжены в плане сопоставления методических особенностей освоения и зависимости от таковых эффективности занятий по восточным и западным системам. Это подтвердили и данные нашего собственного исследования (таблица 1).

Таблица 1 – Эффективность динамических аспектов двигательной деятельности в зависимости от методических предпосылок освоения двигательных актов, по 5-балльной шкале

Методические предпосылки	Выполнение нестандартных действий в мало предсказуемых условиях	Способность восстановления			
		Автоматизированных навыков	Вариативных действий	Выносливости	Спортивной формы в целом
Занятия по системе					
Восточной	3,25	3,61	3,61	3,30	3,40
Западной	3,07	3,72	3,48	3,32	3,36
Комбинированной	3,15	3,82	3,66	3,54	3,56
Методика занятий					
Восточные системы по восточным методикам	3,19	3,86	3,81	3,35	3,72
Восточные системы по западным методикам	3,00	4,03	3,80	3,57	3,43
Западные системы по западным методикам	3,26	3,78	3,63	3,33	3,33
Роль педагога					
Восточный педагог	3,31	3,69	3,64	3,46	3,50
Западный педагог	2,84	3,98	3,76	3,30	3,61

Собственные исследования также зафиксировали, что адепты каждой из систем в тенденциях оценки их направленности достаточно близки. И это стало свидетельством объективности оценок и констатацией факта, что таковые зависят не от региональных и социокультурных моментов, а непосредственно от направленности самих систем.

Ведущим мотивом приобщения к восточным системам является

перспективность таких занятий в отношении последующей жизни и потребность организма, тогда как мотивация приобщения к западным системам носит, скорее, вербальный, а не содержательный характер – «это компонент общей культуры» (рисунок 1).

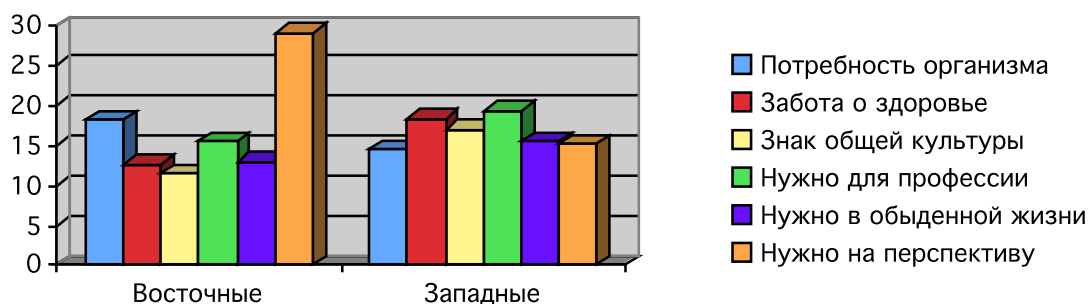


Рисунок 1 – Структура мотиваций респондентов, приобщенных к конкретным оздоровительным системам, %

В целом более содержательны позиции тех, кто приобщался к обеим системам. Показательно, что, несмотря на различные мотивации и аспекты рассмотрения (профиль осваиваемой профессии, стаж занятий и т. д.), все сводится как к ведущей к проблеме общего развития всех систем организма для восточных систем и к развитию физических качеств – для западных.

Исследование показало, что западные системы имеют преимущество в выработке умения одержать победу над другим и умения «работать на зрителя», равные показатели – в умении развить физические качества и явно проигрывают восточным системам в остальных моментах (таблица 2).

Анализ роли педагога в освоении разных компонентов двигательных актов свидетельствует, что работа по восточным методикам уступает практически по всем моментам при освоении элементов двигательных действий, однако освоение связок в этом случае оказывается более эффективным. Причем, что особенно важно, по таким компонентам как прочность освоения и вариативность осваиваемых действий. Некоторое снижение показателей эффективности в отношении осваивания действия «целиком», на наш взгляд, связано с привычной для западных педагогов нацеленностью на закрепление структуры итогового действия как автоматизированного акта, тогда как восточный педагог меньше фиксирует свое внимание и внимание ученика на моменте структурного закрепления движения, предоставляя ученику определенную свободу выполнения итогового действия: главное, чтобы структурное выполнение действия было связано с «прочувствованием» внутреннего функционального состояния организма.

Таблица 2 – Направленность основного внимания восточных и западных систем совершенствования в зависимости от условий организации занятий, %

Контингент занимающихся под руководством	Характерно акцентированное внимание к умениям		
	для западных систем	для восточных систем	в обеих системах в равной степени
Умение расслабиться			
Восточного педагога	13,48	57,11	29,41
Западного педагога	12,96	55,82	31,22
Умение сконцентрироваться на собственном состоянии			
Восточного педагога	20,34	43,87	35,78
Западного педагога	18,47	48,81	32,72
Умение добиться эффективности своих действий			
Восточного педагога	27,83	26,35	45,81
Западного педагога	28,65	24,67	46,68
Умение работать «на зрителя»			
Восточного педагога	44,96	21,62	33,42
Западного педагога	44,56	20,95	34,48
Адекватная постановка дыхания			
Восточного педагога	12,50	56,37	31,13
Западного педагога	12,17	57,14	30,69
Умение одержать победу над соперником			
Восточного педагога	51,35	19,16	29,48
Западного педагога	51,06	16,67	32,28
Умение одержать победу над собой			
Восточного педагога	27,27	28,99	43,73
Западного педагога	27,51	31,22	41,27
Умение максимально развить свои физические качества			
Восточного педагога	25,92	22,00	52,08
Западного педагога	22,22	22,22	55,56

Сравнительный анализ уровня развития психофизических способностей и показателей процессуальной и финальной точности движения позволил выявить у представителей восточных систем 8 статистически достоверных позитивно оцениваемых различий (при $t=2,19-2,51$, $p<0,05$) между сенсомоторными реакциями, психическими познавательными процессами и точностью восприятия при сравнении с контингентом, занимающимся по западной системе. Отчетливо выявились различия в показателях целевой точности (таблица 3) и скоррелированности моторики (таблица 4).

Таблица 3 – Показатели целевой точности движений у осваивающих системы физической культуры Востока и Запада

Показатели		Занимающиеся		Различия достоверны при p<0,05
		по восточным системам, M± m	по западным системам, M± m	
Процессуальная точность				
Правая рука	min, мм	8,40±0,40	11,42±0,66	да
	max,мм	16,00±0,55	23,67±1,34	да
	время, с	13,94±0,38	19,01±1,21	да
Левая рука	min, мм	9,40±0,24	12,50±0,60	да
	max,мм	18,80±2,18	27,92±1,73	да
	время, с	14,24±0,97	19,93±1,47	да
Правая нога	min, мм	11,00±0,55	13,58±0,92	нет
	max,мм	24,20±1,36	31,50±2,07	да
	время, с	23,94±1,66	25,17±1,20	нет
Левая нога	min, мм	10,60±0,24	14,67±0,94	да
	max,мм	20,80±0,37	37,58±3,91	да
	время, с	21,30±1,03	26,32±1,52	нет
Туловище	min, мм	10,00±0,45	12,75±0,43	да
	max,мм	24,80±1,36	30,92±1,38	да
	время, с	19,46±0,17	28,34±1,84	да
Финальная точность				
Правая рука	кол-во промахов	2,20±0,73	7,25±1,53	да
	время, с	30,42±0,23	44,50±2,56	да
Левая рука	кол-во промахов	4,40±0,68	8,25±10,31	нет
	время, с	36,59±1,49	48,24±2,98	да
Правая нога	кол-во промахов	7,20±1,16	12,92±2,26	нет
	время, с	33,92±0,63	50,06±3,25	да
Левая нога	кол-во промахов	6,00±0,45	11,83±1,75	да
	время, с	37,26±0,85	49,45±3,59	да
Туловище	кол-во промахов	4,40±0,40	7,66±0,99	да
	время, с	36,58±0,69	48,38±3,43	да

Таблица 4 – Показатели скоррелированности моторики в зависимости от причастности к системам физического совершенствования, коэффициенты парных корреляций

Показатели*	Левая рука	Правая рука	Левая нога	Правая нога	Туловище
Левая рука	1,00	0,70	0,54	0,24	0,54
Правая рука	0,91	1,00	0,61	0,32	0,44
Левая нога	0,99	0,97	1,00	0,86	0,91
Правая нога	-0,09	0,33	0,08	1,00	0,85
Туловище	0,76	0,96	0,86	0,58	1,00

Примечание – * сверху справа – западные системы, **внизу слева** – ушу

При этом более выраженная асимметрия моторики отдельных конечностей и туловища у осваивающих западные системы проявляется на

фоне более высоких достижений их контрагентов по всем локальным компонентам (рисунок 2).

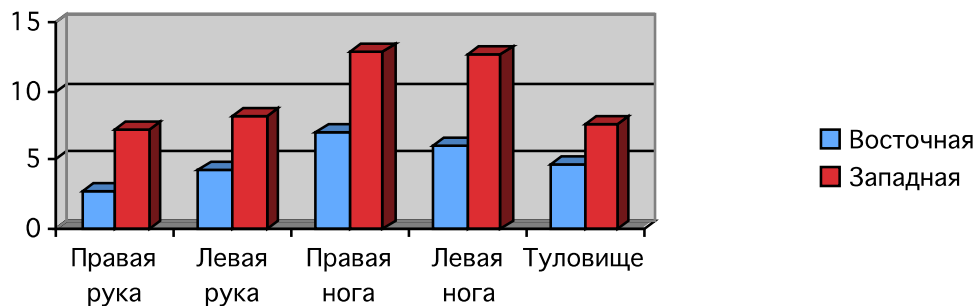


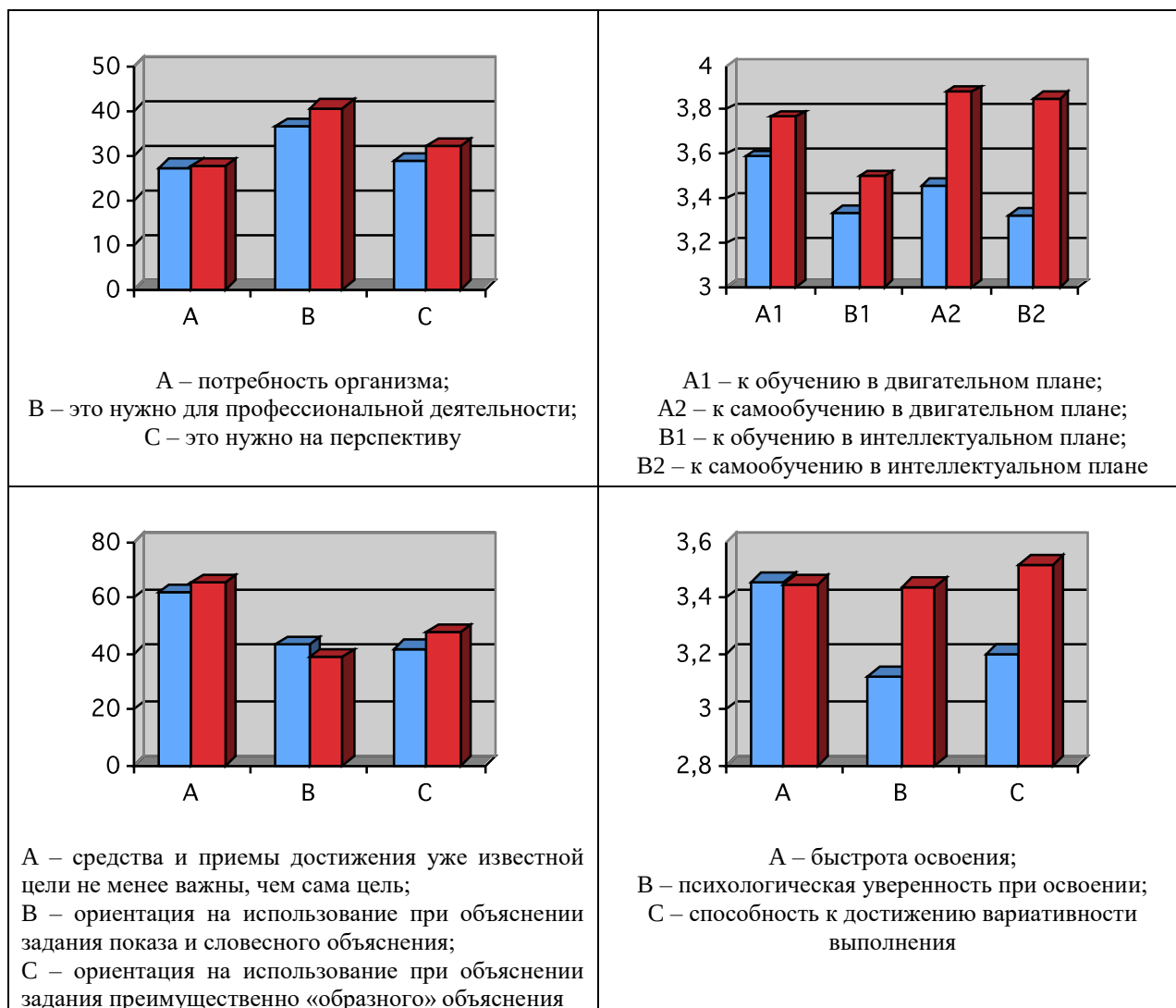
Рисунок 2 – Сопоставительные показатели финальной точности адептов восточной и западной оздоровительных систем (количество промахов)

Инструментальные исследования достаточно убедительно подтверждают тезис: физическое совершенство определяется прежде всего становлением двигательных способностей (В.А. Пономарчук, В.С. Подольский, 1984).

«Панельный» опрос будущих спортивных педагогов, готовящихся к работе с инокультурным контингентом (N=100), проведенный спустя полгода в институте физической культуры при Чжанцзянском педагогическом университете КНР по итогам независимого по типу педагогического эксперимента (Ю.Д. Железняк, П.К. Петров, 2005), зафиксировал сдвиги во взглядах и самооценках студентов.

При его организации с участниками эксперимента велась групповая и индивидуальная работа. Занятия проводили преподаватели-методисты, освоившие требования авторской программы во время инструктажа соискателем. Мониторинг рефлексии участников эксперимента осуществлялся в отношении динамики индикаторов прогресса в организации моторики. В качестве индикаторов выступали: мотивации в отношении осваиваемых форм физической активности и формирования функциональной готовности к двигательной деятельности; показатели психологической уверенности при освоении моторики; рефлексия в отношении своих способностей к обучению и самообучению в двигательном и интеллектуальном плане; самооценка способности к вариативности выполнения освоенного; ориентации на методические особенности подачи нового материала (стиль, освоение действия «нацело» сразу или сложение его из «последовательно осваиваемых отдельных актов», отношение к уровню конкретизации и детализации); быстрота освоения.

Полугодовая продолжительность социально-педагогического эксперимента была достаточна для того, чтобы можно было зафиксировать сдвиги в установках, включая самосознание улучшения педагогического мастерства и физического состояния (рисунок 3).



Вверху слева – мотивации в отношении особенностей методики обучения, % контингента; вверху справа – самооценки способностей к обучению и самообучению, по 5-балльной шкале; внизу слева – принципы подачи материала и методических средств, % контингента; внизу справа – способности к освоению новых «связок» двигательных актов, по 5-балльной шкале; на всех гистограммах: столбик слева – показатели до эксперимента, столбик справа – показатели в момент повторного опроса

Рисунок 3 – Динамика показателей студентов по результатам эксперимента

В наибольшей степени выражены сдвиги в показателях психологической уверенности и выработки вариативности выполнения движений. В то же время быстрота освоения осталась практически на том же уровне, что понятно: в восточных системах скорость освоения двигательных актов не является целью педагогического процесса. Показательны также сдвиги в отношении повышения внимания к «деталям» организации системы «педагог – подопечный» и к выбору средств работы с последним.

Данные, отраженные на гистограмме, убеждают, что теоретические и методические разработки повысили информационное обеспечение педагогического процесса, а студенты прислушались к авторским

рекомендациям, изменив методические подходы к процессу непосредственного обучения. Таким образом, эксперимент дал убедительные свидетельства эффективности авторских разработок и в личностном и в социальном плане.

Студенты повысили уровень своего педагогического мастерства и готовности к работе с инокультурным контингентом, причем не только в плане исполнительском по принципу «надо освоить то, что предлагают преподаватели», а на основе сформированности у них убежденности в полезности и целесообразности предлагаемых принципов ведения ими педагогического процесса.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Основные научные результаты диссертации

1. В основе различий восточных и западных оздоровительных систем лежит антропологическая проблема, и они непосредственно связаны с проблемами трактовки человека, его места в мире и его собственной природы, цели и способов его развития. В отличие от европейской нацеленности на признание «автономности» каждого индивида, в китайской традиции сущность человека неотделима от его социальной природы, причем социальные связи и отношения не просто составной, а основной компонент бытия единой системы «Человек – Мир – Природа». Иными словами, согласно восточному мировоззрению, человек выступает как компонент окружающего мира, где физическое, психическое и духовное начала тесно взаимосвязаны, и рассматривается как единая система. Вследствие этого целевой установкой оздоровительных систем Востока является целостное воздействие на человека, с учетом всех внутренних и внешних факторов, что делает их мощным профилактическим средством.

Основные средства всех восточных систем сконцентрированы на внутреннем содержании упражнения, на духовной работе во время его выполнения, то есть на качественной стороне этих упражнений. При этом конечным результатом практик является формирование особого мировоззрения, особого интуитивного понимания своего места в этом мире и отношений с ним. Иными словами, вектор человеческой активности в восточной традиции ориентирован не столько вовне, сколько вовнутрь, на самовоспитание, самоограничение, включение в традицию, вследствие чего в восточных оздоровительных системах в отличие от западных практически не встречаются методы, направленные в основном только на создание внешнего вида тела.

Вследствие различия методологических оснований содержательность взаимообогащения современных практик физического совершенствования на базе синтеза их культурных ценностей может быть обеспечена лишь при соблюдении адекватного им функционально-структурного методического обеспечения педагогического процесса [1, 5].

2. Общее для организации диалога культур при освоении конкретных оздоровительных систем – стремление к совершенствованию своего природно данного тела, особенное – в путях достижения цели, что связано с различиями трактовки сущностных характеристик понятия физического совершенства. Запад трактует таковое как максимум развития конкретных физических качеств, что отчетливо проявляется, например, в культуризме (бодибилдинг) или армрестлинге, где эффектность побеждает эффективность. Восток ближе к трактовке физического совершенства как триединства нормального физического развития, физкультурной образованности как освоения культурного опыта социума и умения эффективно использовать этот опыт.

Трактовка сущностных характеристик физического совершенства и совершенствования сказывается на целевых установках: в западных системах акцентируется обеспечение готовности к локальным двигательным актам, следствием чего вершиной совершенства является достижение автоматизированности моторики, в восточных – обеспечение готовности к пролонгированной и гармоничной деятельности по реализации потенциала управления организмом как органической целостностью, вследствие чего физически совершенной полагается вариативность деятельности.

Это определяет методические особенности организации педагогического процесса: в европейских системах – стремление к достижению максимального развития конкретных физических качеств путем опоры на «технологии», в китайских – стремление к преодолению ограниченности собственной телесности путем организации умения выносить «особую умелость» за ее пределы, в том числе и путем осуществления управления ситуацией системно, рассматривая свое взаимодействие с контрагентом как предпосылку создания единой системы «Я+ "очеловеченная" природа (в поединке – «Я + "другой"»)).

Формирование моторики в восточных системах более сообразно природе человека как универсального существа, органично необходимости универсальности его двигательных актов и в большей степени основано на акцентированном внимании к функциональным требованиям организации моторики (единству мышечной, дыхательной, кровеносной деятельности при приоритетном внимании к проприоцептивным аспектам управления моторикой), тогда как западные системы больше внимания уделяют точности конкретных двигательных актов и скорости их формирования, более

ориентированы на структурный момент организации моторики, на стандартизированность и этапность освоения двигательных действий сообразно предлагаемым моделям-модулям. В «восточной» логике преимущество отдается нацеленности на формирование двигательных способностей, основанной на поиске более адекватных своей индивидуальности способов деятельности и используемых средств.

Выявленные особенности и наличие перспектив продуктивности попыток разрешения возникающих в процессе физического совершенствования проблем диктуют необходимость разработки и использования «синтетических» систем на базе изучения философско-исторических, педагогических, акмеологических и медико-биологических аспектов обеих оздоровительных систем в поисках содержательности их взаимообогащения, поскольку наибольший эффект отмечался у осваивающих обе системы.

Различие подходов к трактовке феномена человека определяет методологические и методические аспекты реализации идей физического совершенствования: культура обучения на Западе и культура образования на Востоке, что, в свою очередь, требует соответствующей подготовки программ физического воспитания и педагогов, особенно в системе высшего педагогического образования [2, 3, 4, 5, 6].

3. Практика освоения культурного наследия с иной психоментальностью должна учитывать методологию и идеологию осваиваемой системы, причем образность подхода нельзя редуцировать до репродукции схематизированной моторики.

Педагогический процесс внедрения в практику «синтетических» оздоровительных систем рационально вести на следующих принципах: природосообразность, трактуемая как следование обучаемого своей собственной – универсальной! – природе человека; практикоориентированность как нацеленность на целесообразное и экономичное обеспечение готовности к повседневной жизнедеятельности; гармонизация как обеспечение согласованности деятельности всех систем организма и способности к управлению скоординированной системой собственной телесности в ее взаимодействии с окружающим миром; образность и целостность как стиль воспроизведения «восточной» традиции; вариативность индивидуализации как внимание к готовности субъекта опираться на свои возможности в различных условиях; пролонгированность эффекта в каждом моторном акте и в течение последующей жизни [2, 4, 5, 6].

4. Внедрение инновационных «синтетических» форм физического совершенствования рационально и эффективно, но только в тех случаях, когда основой содержательного и методического обеспечения педагогического

процесса становится учет потенциала и особенностей традиционных систем на базе компаративного анализа итогов социально-педагогических и инструментальных исследований систем физического совершенствования Востока и Запада в контексте научных достижений естественных и социальных наук, составляющих основу теории и методики физической культуры.

Рационально конкретизированное в зависимости от целей педагогического процесса использование инновационных «синтетических» форм современных оздоровительных систем: при решении вопросов локально-ситуативного плана в условиях временного дефицита рационально опираться на потенциал западных наработок (спорт, профессионально-прикладная физическая подготовка), тогда как в условиях необходимости добиться пролонгированности эффекта, профилактики и/или устранения дисгармоничных проявлений телесности – на потенциал восточных [4, 5].

Рекомендации по практическому использованию результатов

Социально-педагогической проблемой организации педагогической ситуации с использованием «синтетических» методик освоения современных форм физического совершенствования («оздоровительных систем»), взаимообогащенных на базе диалога культур Востока и Запада, является осознание основ трактовки физического совершенства и адекватная им постановка целей педагогического процесса.

При подготовке педагога и при работе с осваивающими инокультурную систему требуется использование адекватной терминологии. Решение проблемы заключается в переводе «сакрального языка» традиционных методик и объяснение их «философских» основ на языке обыденности: научной обыденности терминологии для педагогов и повседневной обыденности для осваивающих эти системы. Целесообразно ориентироваться на формулировки принципов, отражающие содержательные и методические основы традиции и ритуалов Востока в образной форме, доступной для понимания осваивающими с различными социально-демографическими и образовательными характеристиками, для чего после приведения лаконичной формулировки принципа необходима его расшифровка вплоть до изложения на языке обыденной повседневности.

Изложение принципов рационально давать в последовательности, позволяющей обеспечить понимание и получить целостное представление о логике продвижения педагогического процесса в терминах собственной

культуры занимающегося, что позволяет освоить систему, обойдясь без заучивания псевдообъясняющих «сакральных» терминов (инь, янь, ци и т. д.).

Необходимо нацеливать в тренировочном процессе на освоение сущностных моментов организации моторики и управления ею в единстве и целостности освоения «скоординированности» деятельности всех функциональных систем организма, а не просто передавать структурные моменты их конкретной реализации, ибо осваивая только структурные моменты нельзя добиться эмерджентности целостного подхода, который только и дает пролонгированность и вариативность достигнутого, причем в индивидуализированном контексте. В то же время при нацеленности педагогического процесса на обеспечение индивидуализации, универсальности и гармоничности развития моторики возможен путь редукции и специализации применительно к требованиям в отношении конкретных профилированных способностей (например, в спорте и/или при подготовке к определенной профессиональной деятельности).

Параллельно с освоением моторики важно формирование культурных ориентаций на самосовершенствование («сегодня быть лучше, чем вчера», т. е. постоянная пролонгированность целевой установки «быть совершенным») в отличие от ориентаций на соревновательность-конкуренцию (достаточно победить, быть лучше другого, что в определенной степени ориентирует на самоуспокоенность), ибо введение некоего «масштаба» в становление телесности (например, ориентация на некие «модельные характеристики») приводит к отклонениям не только в пропорциональности развития, но и в составе тела.

Рассмотренные выше педагогические аспекты во многом определяют пути и средства достижения социально-педагогических успехов при культивировании «синтетических» оздоровительных систем, а также сфер, где с наибольшей практической прикладной эффективностью используются их методики.

СПИСОК ПУБЛИКАЦИЙ СОИСКАТЕЛЯ

Статьи в журналах и сборниках

1. Сун, Пэн. Восточные оздоровительные системы как инновационные технологии в физическом воспитании студенческой молодежи / Пэн Сун // Здоровье студенческой молодежи: организация физической культуры, спорта и туризма на современном этапе : сб. науч. ст. / Белорус. гос. пед. ун-т им. М. Танка ; редкол.: А.Р. Борисевич (отв. ред.) [и др.]. – Минск, 2011. – С. 195–197.

2. Пономарчук, В.А. Мониторинг как база социального эксперимента / В.А. Пономарчук, В.А. Винник, **Пэн Сун** // Мир спорта – 2013. – № 3. – С. 44–49.

3. Сун, Пэн. Диалог культур в институте спорта Республики Беларусь: общее и особенное / Пэн Сун // Ученые записки : сб. рец. науч. тр. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; редкол.: Т.Д. Полякова (гл. ред.) [и др.]. – Минск, 2013. – Вып. 16. – С. 90–100.

4. Сун, Пэн. Психоментальность в системе диалога культур: компаративный анализ результативности совершенствования психомоторных способностей и локомоций при освоении физкультурно-оздоровительных систем Востока и Запада / Пэн Сун, И. Михута // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2013. – № 12. – С. 87–93.

Материалы конференций

5. Пономарчук, В.А. Проблема диалога культур в системе высшего педагогического образования / В.А. Пономарчук, **Пэн Сун** // Трансформация образования и мировоззрения в современном мире : материалы Междунар. науч. конф., Минск, 19 окт. 2012 г. / Белорус. гос. пед. ун-т им М. Танка ; редкол. : В.В. Бущик (отв. ред.) [и др.]. – Минск, 2012. – С. 193–194.

6. Сун, Пэн. Эффективность восточной и западной систем физической культуры глазами студентов / Пэн Сун, М.Е. Крутых, Г.В. Халло // Наука – образованию, производству, экономике : материалы 11-й Междунар. науч.-техн. конф., Минск, 18 июня 2013 г. : в 4 т. / Белорус. нац. техн. ун-т. – Минск, 2013. – Т. 3. – С. 224.

РЭЗЮМЭ

Сун Пэн

САЦЫЯЛЬНА-ПЕДАГАГІЧНЫЯ АСНОВЫ ЎЗАЕМАДЗЕЯННЯ ЎСХОДНІХ І ЗАХОДНІХ ТРАДЫЦЫЙ У СУЧАСНЫХ АЗДАРАЎЛЕНЧЫХ СІСТЭМАХ

Ключавыя словы: метадычныя прынцыпы, традыцыйныя аздараўленчыя сістэмы, «сінтэтычныя» аздараўленчыя сістэмы, фізічная культура, фізічная дасканаласць, псіхамянтальнасць.

Мэта даследавання: распрацаваць теарэтыка-метадалагічныя падставы ўзаемадзеяння ў сучасных аздараўленчых сістэмах традыцыйных усходніх і заходніх напрамкаў фізічнай дасканаласці.

Метады даследавання: тэарэтычны аналіз і абагульненне дадзеных навукавай і навукова-метадычнай літаратуры; педагагічныя назіранні; сацыяльна-педагагічныя, сацыялагічныя метады; другасны аналіз сацыяльна-педагагічных даследаванняў; аналіз вынікаў натуральнага сацыяльна-педагагічнага эксперыменту; інструментальныя псіхафізіялагічныя і біямеханічныя даследаванні; натуральны сацыяльна-педагагічны эксперымент; педагагічны эксперымент; матэматычнае мадэліраванне; метады матэматычнай статыстыкі.

Атрыманыя вынікі і іх навізна: упершыню выкананы даследаванні па выяве перадумоў упарадкавання і метадычнага забеспячэння ўзаемадзеяння і ўзаемаўзбагачэння фізкультурна-аздараўленчых сістэм і паказана: суб'ектыўны кампанент успрымання асаблівасцей канкрэтных фізкультурна-аздараўленчых сістэм Усхода і Захада вызначаецца асаблівасцямі культуры соцыума, у сувязі з чым перспектывынасьць арганізацыі педагагічнага працэса вызначаецца псіхамянтальнасцю канкрэтнага соцыума; абгрунтаваны падыходы да вядзення педагагічнага працэса з інакультурным кантынгентам, распрацаваныя і ўкаранёныя педагагічныя прынцыпы, адекватныя вырашальнай праблеме.

Ступень выкарыстання: вынікі даследавання ўкаранёныя ў адукацыйны працэс студэнтаў Чжанцянскага педагагічнага ўніверсітэта, што пацверджана актам укаранення.

Вобласць прымянення: вынікі даследавання могуць прымяняцца ў сферы аздараўленчай фізічнай культуры і ў інстытуце спорта, у адукацыйным працэсе ўстаноў сярэдняй спецыяльнай і вышэйшай адукацыі, якія ажыццяўляюць падрыхтоўку спецыялістаў па аздараўленчым сістэмам, а таксама для вучэбна-метадычнага забеспячэння курсаў павышэння кваліфікацыі і перападрыхтоўкі кадраў дадзенага накірунку.

РЕЗЮМЕ

Сун Пэн

СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ВОСТОЧНЫХ И ЗАПАДНЫХ ТРАДИЦИЙ В СОВРЕМЕННЫХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ СИСТЕМАХ

Ключевые слова: методические принципы, традиционные оздоровительные системы, «синтетические» оздоровительные системы, физическая культура, физическое совершенство, психоментальность.

Цель исследования: разработать теоретико-методологические основания взаимодействия в современных оздоровительных системах традиционных восточных и западных направлений физического совершенствования.

Методы исследования: теоретический анализ и обобщение данных научной и научно-методической литературы; педагогические наблюдения; социально-педагогические, социологические методы; вторичный анализ социально-педагогических исследований; анализ результатов естественного социально-педагогического эксперимента; инструментальные психофизиологические и биомеханические исследования; естественный социально-педагогический эксперимент; педагогический эксперимент; математическое моделирование; методы математической статистики.

Полученные результаты и их новизна: впервые выполнены исследования по выявлению предпосылок упорядочения и методического обеспечения взаимодействия и взаимообогащения физкультурно-оздоровительных систем и показано: субъективный компонент восприятия особенностей конкретных физкультурно-оздоровительных систем Востока и Запада определяется особенностями культуры социума, в связи с чем перспективность организации педагогического процесса определяется психоментальностью конкретного социума; обоснованы подходы к ведению педагогического процесса с инокультурным контингентом, разработаны и внедрены педагогические принципы, адекватные решаемой проблеме.

Степень использования: результаты исследования внедрены в образовательный процесс студентов Чжанцзянского педагогического университета, что подтверждается актом внедрения.

Область применения: результаты исследования могут применяться в сфере оздоровительной физической культуры и в институте спорта, в образовательном процессе учреждений среднего специального и высшего образования, осуществляющих подготовку специалистов по оздоровительным системам, а также для учебно-методического обеспечения курсов повышения квалификации и переподготовки кадров данной направленности.

SUMMARY

Song Peng

SOCIO-PEDAGOGICAL BASES OF INTERACTION OF EASTERN AND WESTERN TRADITIONS IN MODERN HEALTH-IMPROVING SYSTEMS

Keywords: methodological principles, traditional health-improving systems, «synthetic» health-improving systems, physical culture, physical perfection, psycho-mentality.

Objective of research: to develop theoretical-methodological bases of interaction in modern health-improving systems of traditional eastern and western trends of physical perfection.

Methods of research: theoretical analysis and generalization of data of scientific and methodological literature; pedagogical supervision; socio-pedagogical, sociological methods; secondary analysis of socio-pedagogical research works; analysis of results of natural socio-pedagogical experiment; instrumental psycho-physiological and biomechanical research; natural socio-pedagogical experiment; educational experiment; mathematical modeling; methods of mathematical statistics.

Obtained results and their novelty: for the first time a research on identification of prerequisites for regulation and methodical support for interaction and mutual enrichment of sports and health-improving systems has been carried out and demonstrated the following: the subjective component of perception of peculiarities of concrete sports health-improving systems of the East and West is determined by the specifics of a socium culture, and therefore the prospects of an educational process organization is determined by psycho-mentality of a particular socium; approaches to pedagogical process conducting with different national contingent have been substantiated, pedagogical principles adequate to the problem being solved have been developed and implemented.

Application level: the research results have been introduced in the educational process of students of Zhanjiang Pedagogical University which is confirmed by the introduction certificate.

Application area: the results of the study can be applied in the sphere of health-improving physical culture and at a sports Institute, in the educational process of secondary special and higher educational institutions, which train specialists on health-improving systems, and also for educational and methodological support of extension and retraining courses of this direction.



Подписано в печать 21.03.2014. Формат 60×84/16. Бумага офсетная.
Ризография. Усл. печ. л. 1,43. Уч.-изд. л. 1,27. Тираж 60 экз. Заказ 20.

Отпечатано с готового оригинал-макета в редакционно-издательском отделе
учреждения образования
«Белорусский государственный университет физической культуры».
ЛП № 02330/0552705 от 30.07.2009.

Пр. Победителей, 105, 220020, Минск.