

$p < 0,01$). При этом нужно отметить, что у школьников наблюдался существенный разброс в результатах, а дети-спортсмены показывали более ровные и стабильные результаты. В тесте «Ориентация в собственном теле» у школьников средний показатель составил – 7,80 балла, у детей, занимающихся спортивным ориентированием – 8,67 балла ($t = -1,98$, $p < 0,05$).

Таким образом, несмотря на короткий срок формирующего эксперимента, уже обнаружены статистически значимые отличия в показателях интеллектуального и двигательного развития обычных школьников и детей, занимающихся спортивным ориентированием.

ХАРАКТЕРТ ИЗМЕНЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ И МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ В КОНТЕКСТЕ ПРОБЛЕМЫ ЗАВИСИМОСТЕЙ

*Пегов Владимир Анатольевич,
кандидат педагогических наук, доцент,*

*Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма
г. Смоленск*

Аннотация. В статье рассматривается взаимосвязь между особенностями телесного созревания современных детей, их двигательным опытом и появлением новых видов «технологических» зависимостей. Ставится исследовательская задача изучения характера этой взаимосвязи.

Ключевые слова: телесное созревание, двигательная активность, зависимости, современные дети.

Abstract. The article discusses the relationship between the characteristics of bodily maturation of today's children, their motor experience and the emergence of new types of "technological" addictions. Put research task of studying the nature of this relationship.

Index terms: physical maturation, physical activity, addictions, modern children.

Более широкий взгляд на общую социальную ситуацию с детьми, подростками и молодыми людьми указывает на то, что проблемы, которые на первый взгляд кажутся отстоящими далеко друг от друга, на самом деле, сопряжены прямым и непосредственным образом. При внимательном рассмотрении соотношения двигательного опыта детей и подростков и различного рода зависимостей в историческом аспекте получается следующая картина. Для поколения «традиционного западного общества» (нач.-сер. XX века) были свойственны «старые виды зависимостей» (алкоголь, табак, опиум). Двигательный опыт молодого поколения был богат и разнообразен (и в количественном, и в качественном отношении). Для поколения X, «психоделического поколения» (60-80-е гг. XX в.), было характерно смещение акцентов в сторону наркотической зависимости. Урбанистическая цивилизация привела к возникновению эффекта гиподинамии. Для поколения Y, «цифрового поколения» (сер. 80-х гг. XX в. и до нашего времени), свойственны новые виды т. н. «технологических» зависимостей, исследование которых находится ещё на начальной стадии. Двигательный опыт и двигательная активность у достаточно большого количества детей, подростков и молодых людей или вообще свелась к нулю, или стала «виртуальной».

Минимизация двигательного опыта нынешних детей является следствием общего отношения к телесному созреванию ребёнка. Если обратиться к представлениям,

которые определяют поведение нынешних взрослых по отношению к детям, то в этих представлениях дети предстают как *без-плотные* существа. Причём такое представление характерно как для профессионально подготовленных воспитателей, так и для природно-обязанных быть воспитателями родителей.

«Дети без плоти», «дети без тела» – каким образом возникли эти «новые» существа?

Что свидетельствует о таком искажённом восприятии ребёнка? Ещё несколько десятков лет назад воспитание детей (особенно в первые семь лет) определялось традициями народной педагогики. И хотя в силу постоянной эволюции человека любые самые хорошие традиции начинают превращаться в нечто тормозящее и сдерживающее для рождающегося нового, тем не менее, в этой народной педагогике сохранялось ещё много здорового. Самым важным при этом было понимание (основанное на здравом смысле) того, что ребёнку, в первую очередь, требуется *телесный уход*. Вся духовная зрелость родителей и их душевное тепло проявлялись как раз в том, какими способами они помогали формированию здоровой телесности ребёнка. *«В школе научат»* – за этим простым жизненным утверждением стояло древнее понимание того, что возраст ученичества начинается на седьмом году жизни, в возрасте смены зубов. Это, кстати, в начале XX века подтверждала и современная наука.

Но возникает парадоксальная ситуация. Материалистическая позитивистская наука, которая находит основу только в материально-телесном, изучив вдоль и поперёк тело человека, в том, что касается его *вос-питания* (*вс-питания, взращивания*), впадает в состояние амнезии относительно главного формирующего периода – первого семилетия жизни.

Зияющая дыра особенно ощутима на фоне того, что:

- генная инженерия делает всё больше предложений для коррекции телесных отклонений во время внутриутробного периода (при этом мало кто, задаёт вопрос относительно того, что происходит с телом ребёнка, когда он потребляет генетически модифицированные продукты – достижения генных технологий);

- индустрия моды через глянцево-журналы активно навязывает подросткам гламурные (*«glamour»* буквально «чары, волшебство»; своего рода очаровывающая «обёртка»), обёрточные *модели* тел (и одежды), под которые они должны себя выстраивать; при этом другая индустрия – *«fast food»* (быстрого и неразборчивого питания) – у других подростков способствует превращению тел в бесформенные *тела*; третья индустрия – игрушечная – посредством *Барби* («*гения чистой пустоты*») вызывает уже и у маленьких девочек стремление быть «*стройной*»;

- стремительно развивающаяся промышленность «*пластики тела*» предлагает взрослому и взрослому подрихтовать любой телесный недостаток и через это радикально «*поменять себя*» (под «себя», соответственно, понимается та же очаровывающая, завораживающая обёртка – гламур; *Оливер Джеймс*, автор книги «*Гламурная лихорадка: как добиться успеха, сохранив рассудок*» (*Affluenza: How to be Successful and Stay Sane*), совершенно точно обозначил происходящее «*вирусом гламурной лихорадки*»); специальные телевизионные шоу показывают чудесные превращения «лягушки» в «принцессу» (или «принца»).

Последние десятилетия XX в. и начало XXI в. можно смело назвать *эпохой психологии*. Быть психологом престижно, быть психотерапевтом и психоаналитиком на Западе денежно, каждый уважающий себя журнал или газета обязательно должны

иметь психологическую страничку или колонку, где любой желающий может себя протестировать и узнать получше часть своей души или вообще, кто он. В образовании мы наблюдаем тотальную *психологизацию*: начиная от психологов-разработчиков учебных программ и методик и заканчивая школьными и детсадовскими психологами. Практически уже все проблемы с детьми в школе или детском саду должен решать именно психолог.

Всё это вместе – «забвение» тела ребёнка, психологизация воспитания и образования, навязанные нездоровые образы телесности, множащиеся индустрии по искусственному изменению физического облика – во-первых, приводит к тому, что из практики воспитания и образования исчезает знание о здоровом телесном созревании детей. Во-вторых, и это требует выстраивания соответствующей методологии и методики исследования, уже на уровне наблюдения очевидна взаимосвязь между нынешним характером двигательной активности и двигательного опыта детей и подростков и появлением новых «технологических» зависимостей, которые погружают ребёнка в виртуальное пространство и виртуальную активность.

СРЕДСТВА РАЗВИТИЯ ВЫНОСЛИВОСТИ

Андреев С.А.,

доцент

Уральская государственная юридическая академия

г. Екатеринбург

Аннотация. В статье рассматриваются эффективные средства развития скоростной и специальной выносливости, содействующие физической подготовке студентов, занимающихся легкой атлетикой на учебных занятиях. Приведены некоторые результаты исследований уровня двигательной подготовленности студентов.

Ключевые слова. Скоростная выносливость. Специальная выносливость. Быстрота. Контрольные нормативы. Физическая подготовка.

Abstract. The article deals with an effective means of developing speed and special endurance, promote physical fitness of students involved in athletics in the classroom. Some results of studies the level of motor readiness of students.

Keywords. Speed endurance. Special endurance. Speed. Benchmarking. Physical training.

Контроль физической подготовленности студентов, определяющийся по стандартным нормативам, является актуальной проблемой. Наиболее жизненно важными являются нормативы в беге на 100 м и 3000 м, что содействует развитию скоростной и специальной выносливости.

В беге на средние и длинные дистанции часто наблюдается прекращение роста результатов, несмотря на большой объем работы и хорошие физические кондиции, проявляющиеся в таких способностях, как выносливость у студентов.

Анализ динамики контрольных нормативов студентов УрГЮА показывает, что самый низкий прирост в спортивных результатах у студентов 1-2 курсов наблюдается в беге на 2000 м и 3000 м. У многих студентов к концу 3 курса идет снижение результата при выполнении этого норматива, в том числе у студентов – спортсменов, особенно игровых видов спорта.