А. И. Заглевская, д-р пед. наук, доц.

ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский Томский государственный университет»,
г. Томск, Российская Федерация

АНТРОПНЫЙ ПОДХОД К ОРГАНИЗАЦИИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

В настоящее время более 60% обучающихся имеют нарушения здоровья, кроме этого в динамике распространения хронических заболеваний наблюдается тенденция «омоложения». Большинство студентов, отнесенных к специальной медицинской группе по физической культуре, имеет несколько заболеваний. Хронические перегрузки студентов в сочетании с низкой двигательной активностью способствуют ухудшению состояния их здоровья. Отмечается низкий уровень и физической подготовленности современной молодежи. В среднем у 50 - 64% студентов первого курса двигательная подготовленность находится на уровне «ниже среднего» и «низком» [1].

В то же время установлено, что одним из главных средств сохранения и укрепления здоровья является физическая активность самого человека. В этих условиях необходимо смещение акцента в освоении ценностей физической и спортивной культуры с процесса развития только физических качеств обучающихся на становление образованной, компетентной в области развития своего кинезиологического потенциала личности, который отражается в психо-телесно-двигательных характеристиках [2].

На наш взгляд, перспективным является повышение физкультурно-спортивной активности обучающихся через формирование ценностного отношения к своей телесности.

Необходимость обратить внимание на телесность человека возникла объективно, так как недооценка ее значимости в жизнедеятельности современного человека привела к серьезным негативным последствиям, главное из которых – глобальное

ухудшение здоровья нации. Условно выделяют три вида здоровья: физическое, психическое и нравственное, однако в основе каждого из них лежит телесно-двигательная организация человеческого бытия. В связи с этим актуализируется формирование ценностного отношения к своей телесности, что возможно на основе антропных образовательных технологий.

Антропные образовательные технологии нацелены на развитие рефлексивной культуры личности как совокупности способностей, способов и стратегий, обеспечивающих содержание личностного опыта и индивидуального стиля деятельности путем их *переосмысливания*. Термин «антропные технологии» подчеркивает индивидуальную и личностную сущность человека и его деятельности, подчеркивает интегративное единство его биологических и социокультурных свойств.

Рефлексия позволяет студенту осмыслить причины возникновения трудностей, в том числе связанных с состоянием здоровья, физическим развитием и подготовленностью и осуществлять поиск оптимально возможных для их преодоления средств. Для этого необходимо самому выходить к массиву норм культуры, из которого выбирать и опробовать рациональные [3].

Мы считаем, что в процессе освоения ценностей физической и спортивной культуры важно научить студента переводить информацию в управленческие знания и рефлексивно организованную оздоровительную деятельность (развитие своего кинезиологического потенциала), отвечающую на вопросы: 1) что есть объект; 2) как к нему отнестись; 3) как его преобразовать.

Далее необходимо отметить, что при осуществлении студентом оздоровительной деятельности объектом изучения, отношения и преобразования является его собственный кинезиологический потенциал (мотивационно-ценностная сфера, морфо-функциональные и физические качества).

Нами разработана проектно-смысловая структура оздоровительной деятельности студента, которая раскрывает механизм его продвижения в процессе ее осуществления от информационного «что» и теоретико-познавательного «почему» к операционному «как» и ценностно-смысловому «для и ради чего».

Известно, что деятельность человека, воздействуя на окружающий мир и преобразуя его, служит средством удовлетворения его разнообразных потребностей и одновременно фактором его физического, психического, духовного формирования как общественно полезной личности. С понятиями потребности и мотива обязательно соотносится любая, в том числе и оздоровительная деятельность. Возникновение потребности побуждает личность к активному поиску путей их удовлетворения. Потребности становятся внутренними побудителями деятельности – мотивами. Мотив является формой проявления потребности, предметом, ради которого осуществляется деятельность. Оздоровительная деятельность рассматривается нами через призму отношений субъекта (студента) к объекту (своему кинезиологическому потенциалу).

Отношение в психологии рассматривается как *атрибут сознания*; накладывающие определенный отпечаток на все *психические явления*. Мы разделяем точку зрения А.Н. Николаева на определение данного понятия, т.е. *отношение* – это *система оценочных и избирательных реакций* человека на окружающую его действительность [4].

Таким образом, для того, чтобы определить свое отношение к объекту, его нужно изучить и оценить, т.е. субъект (студент), познавая объект (кинезиологический потенциал), должен проявить ценностные отношения (ценности, смыслы), операционные (проектные и технологические) и когнитивно-концептуальные (базы знаний).

При изучении и анализе своего кинезиологического потенциала (почему объект таков) студенту необходимо выявить и осознать причинно-следственные связи между идеальным объектом и реальным. В ходе рефлексии ему становятся понятны причины тех или иных отклонений в физическом развитии, подготовленности, работоспособности,

значительном превышении биологического возраста относительно паспортного. Это заставляет студента начать действовать, он превращается в деятеля, творца, преобразователя самого себя, точнее, своего кинезиологического потенциала, т.е. здесь имеет место сознательная акция субъекта-деятеля, направляемая его психикой на взаимодействие с объектом как предметом его потребностей.

Далее следуют программы – как преобразовать объект, т.е. конкретные проектные и технологические действия. С.В. Дмитриев (2011) отмечает, что в образовательных технологиях при построении двигательных действий важна не столько *осознанность*, сколько *продуманность* используемых регулятивов (планирование и предвидение возможных результатов, наличие логико-смысловых схем деятельности, формирование категориальных шкал субъективной семантики). Технологическая продуманность является продуктом творческой деятельности, которая не «сковывается» нормами логики и рефлексии, но, напротив, сама создает основу для всяких норм и «семантических регулятивов» [3].

Таким образом, после того, как студент изучил объект и поставил цель его преобразовать, он выбирает способы и средства достижения цели, намечает проект и программу осуществления оздоровительной деятельности. Теоретические знания позволяют студенту как субъекту оздоровительной деятельности, осуществить переход от анализа ситуации решаемой задачи на «языке состояния объекта» к ее анализу на «языке технологий». Для того, чтобы оздоровительная деятельность студента была осознанной и целенаправленной его необходимо ознакомить с основополагающими социокультурными концепциями физической культуры (о соотношении биологического и социального, телесного и духовного в человеке, концепцией возрастной эволюции моторики человека, интегративной сущности физических упражнений и т.д.).

При формировании личностных целей и средств их достижения студент, опираясь на социально признанные нормы и стандарты, все же руководствуется своим собственным пониманием ситуации, своими предпочтениями и действует в соответствии со своей системой ценностей и смыслов.

Известно, что всякий объект, оцениваемый человеком, обладает естественными свойствами и, включаясь в человеческую деятельность, приобретает определенные ценностные функции. Один и тот же объект (или явление), находится в разном функциональном отношении к различным субъектам, объективно имеет различную положительную или отрицательную значимость для них. Под «значимостью» нами понимаются обращенные к человеку и нужные ему свойства объекта, а под «смыслом» – отношение субъекта к объекту, в рамках которого объект может быть как ценностью, так и антиценностью.

В контексте нашего исследования, *осмыслить значение* оздоровительной деятельности – это значит наложить на объект (кинезиологический потенциал) «сетку» познавательных норм, усвоить совокупность знаний, понять основополагающие идеи, принципы, методы и средства его преобразования (развития). *Означить* смысл оздоровительной деятельности – это значит осуществить концептуализацию образа, обобщить с помощью соответствующего языка свой собственный психомоторный опыт по развитию кинезиологического потенциала, включить его в «деятельностный арсенал». *Осознать* значимость компонентов кинезиологического потенциала (психологического, морфофункционального, физического) – это значит задать меру их значения (более важно или менее важно) для личности, осуществляющей оздоровительную деятельность.

В **заключении** можно отметить, что применение антропных образовательных технологий, направленных на активизацию ценностно-смысловой сферы личности студентов в процессе организации оздоровительной деятельности, способствует становлению их субъектной позиции относительно данной деятельности.

Литература

1. Загrevская А.И. Физкультурно-спортивное образование студентов на основе кинезиологического подхода: монография. – Томск: Издательский Дом Томского государственного университета, 2015. – 276 с.
2. Загrevская А.И. Кинезиологический подход как метанаучная основа физкультурно-спортивного образования студентов / А.И. Загrevская // Теория и практика физической культуры. – 2015. – № 9. – С.104.
3. Дмитриев С.В. Социокультурная теория двигательных действий человека: спорт, искусство, дидактика / С.В. Дмитриев. – Н. Новгород: НГПУ, 2011. – 359 с.
4. Николаев А.Н. Конспект лекций: социальная и спортивная психология / А.Н. Николаев. – СПб.: СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2001. – 33 с.

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ