

УДК 796.413+372.364

НЕОБХОДИМОСТЬ ВВЕДЕНИЯ ПОНЯТИЯ «ТЕЛЕСНАЯ ЗРЕЛОСТЬ» В ИССЛЕДОВАНИЯ ДОСТИЖЕНИЙ ДЕТЕЙ В СПОРТЕ

*Владимир Анатольевич Пегов, кандидат педагогических наук, доцент,
Людмила Павловна Грибкова, кандидат психологических наук, профессор,
Александра Эдуардовна Козлова, аспирант,
Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма
(СГАФКСТ), г. Смоленск*

Аннотация

В статье обосновывается необходимость применения в образовательной и спортивной практиках понятия «телесная зрелость», которое имеет качественный и более широкий по охвату реальности телесного и двигательного опыта человека характер. Это также позволяет приблизить практику телесно-двигательной активности человека к действительным задачам его воспитания и образования. Данное понятие оказалось продуктивным для оценки телесного развития детей 7-9 лет, а также в перспективе их достижений в спортивной гимнастике и в школьном образовании. В исследовании выявлен и сформирован комплекс диагностических методик, позволяющий определять актуальную степень телесной зрелости детей (ориентация в пространстве и в собственном теле, зрительно-моторная координация, ловкость и др.) и её взаимосвязь с успешностью выполнения тестов на ловкость и равновесие.

Ключевые слова: телесная зрелость, юные гимнасты, ловкость.

NEED IN INTRODUCTION OF CONCEPT "BODILY MATURITY" IN THE STUDY OF ACHIEVEMENTS OF CHILDREN IN SPORT

*Vladimir Anatolyevich Pegov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Lyudmila Pavlovna Gribkova, the candidate of psychological sciences, professor,
Aleksandra Eduardovna Kozlova, the post-graduate student,
Smolensk State Academy of Physical Culture, Sports and Tourism, Smolensk*

Annotation

The article substantiates the necessity in application for the educational and sports practices the concept of "bodily maturity", which has a high quality and wider coverage of the reality of the bodily and motor experience. It also allows you to bring the practice of bodily human movement activity to the actual challenges of the education. This concept has proved productive for the estimation of bodily development of children aged 7-9 years and also in the perspective of their achievements in gymnastics and in education. The study identified and formed the complex of the diagnostic techniques to determine the actual degree of bodily maturity of the children (orientation in space and in own body, hand-eye coordination, dexterity, etc.) and its relationship with successful completion of tests for skills and balance.

Keywords: physical maturity, young gymnasts, agility.

ВВЕДЕНИЕ

Проблема телесной зрелости современных детей в последние десятилетия становится одной из центральных как в аспекте, обозначаемым довольно абстрактным понятием «общего созревания ребёнка», так и в смысле более конкретного «становления ребёнка человеком», «пробуждения его человеческих качеств». Телесное созревание ребёнка выявляется как через количественные показатели, так и сущностным и существенным образом через качественные характеристики. Подробнее остановимся только на двух.

Это, во-первых, степень осознания собственного тела. Развитие ребёнка в первые семь лет жизни происходит от исходной точки рождения, когда он полностью «спит» в собственном теле (поэтому, строго говоря, оно и не является его собственным), к тому моменту, когда наступает пробуждение по отношению к отдельным его частям и функциям. Например, к семи годам ребёнок должен управлять движениями пальцев рук в

пальчиковых играх и упражнениях, что обычно обозначают, как «развитая микромоторика».

Во-вторых, связанная с первой характеристикой степень владения собственным телом. Самый упрощённый вариант рассмотрения телесного созревания ребёнка сводит всё к «оптимальному развитию физических качеств». На наш взгляд, здесь есть два серьёзных вопроса. Первое – это использование в советской (сейчас – российской) науке некорректного научного понятия – «физические качества». Говоря о «физических качествах» многие авторы в нашей стране, как правило, делают отсылку к известной работе В.М. Зациорского «Физические качества спортсмена», где он даёт обоснование данной категории: «Необходимость введения наряду с традиционным представлением о двигательных навыках ещё и специальной категории “физические качества” вызвана запросами практики, в частности различиями в методике преподавания. Так, при обучении движениям преподаватель может бесчисленными способами помочь ученикам получить представление о правильном выполнении – о положении тела, направлении и амплитуде движения, его ритме. Но в отношении силы, скорости, продолжительности и других подобных параметров движения он может давать лишь такие указания, как “сильнее – слабее”, “быстрее – медленнее” и т. п.

Используя математическую терминологию, допустимо было бы говорить о многомерности двигательных навыков (в том смысле, что навык, а точнее – движение, в котором он реализуется, можно достаточно полно охарактеризовать, лишь указав на очень большое число его параметров) и одномерности физических качеств (при их проявлении в конкретном движении)» [3, С. 6].

Совершенно правильно подмеченная разница между различными феноменами и следующая отсюда необходимость в создании соответствующего понятия привела к некорректному использованию предиката «физические» к понятию «качества». И у этого есть своя предыстория. Когда В.М. Зациорский ссылается на своих исторических предшественников, употреблявших понятие «физические качества», то, он, например, упоминает русского автора XIX в. В.Г. Ухова и француза Ж.Э.Ж. Демени, изданного в России уже в XX в.

При этом важно отметить, что В.Г. Ухов, описывая шведскую гимнастику, пользовался западными терминами, а во французской литературе, посвящённой «физическому» воспитанию, предикат «физический» применялся уже больше полутора столетий. Ж.Э.Ж. Демени в своей книге в примечательном контексте упоминает понятие «физические качества»: «Действительно, внешняя форма тела тесно связана с физическими качествами человека. У всякого нормального человека, обладающего здоровьем и достаточной силой, мы находим характерные признаки красоты. Он обладает прочным, симметричным, и без всяких отклонений от нормы скелетом, развитыми, ясно обозначающимися под кожей мышцами, сильно развитыми и правильно поставленными плечами, широкой и выпуклой грудью, небольшим животом с хорошо развитыми мышечными стенками» [1, С. 49]. Очевидно, что автор описывает внешние характеристики физического тела человека подобно тому, как мы бы описывали скульптуру или архитектурное сооружение. В этом контексте использование сочетания «физические качества» в смысле «физические характеристики» тела, было вполне оправданным. Но, психологическая проблема в начале XX в. таких исследователей, как Ж. Демени, состояла в том, что они должны были примерить в себе определённое противоречие. С одной стороны, будучи гуманистически ориентированными людьми, они стремились в образовании и воспитании задавать действительно человеческие идеалы. С другой стороны, как люди своего времени, они должны были обращаться к аргументации, базирующейся на естествознании, ибо только оно и считалось критерием научности. Поэтому, уходя от механистического подхода к человеку и процессу его воспитания в духе физики (механики), они, тем не менее, приходили к понятиям «энергия», «жизненная энергия», но в духе той же самой физики. Поэтому и

предикат «физический(ое)(ая)», сконструированный с понятиями «воспитание» и «культура», не только не был критически осмыслен в начале XX в., но и породил другие сочетания, столь же некорректные, как и исходные. «Физическое тело» возможно только в пределах познавательных границ физики; такое тело при этом можно перемещать, ронять, поднимать и проч. Но невозможно воспитывать «физическое тело», создавая ещё один вид воспитания (наряду с нравственным, эстетическим, умственным и др.) – «физическое воспитание».

Когда всё-таки применяют понятие «физические качества», то необходимо отличать их от двигательных навыков (способностей) как раз тем, что в случае первых rozpoзнаётся, что человеческое тело находится в области проявления физических феноменов. Если этого не происходит, то на уровне обыденного сознания это приводит, например, к известной путанице между понятиями «скорость» и «быстрота», которые используются как синонимы. Так называемые «физические качества» становятся таковыми, например, в тот момент, когда быстрота человека измеряется количественно скоростными показателями, как время перемещения физического тела из одного места пространства в другое. Но мы знаем, что даже в мире предметов некий феномен может выглядеть невероятно просто в своём физическом проявлении, но за ним могут стоять необычайно сложные процессы. Также и с быстротой, силой, гибкостью, выносливостью и, особенно, ловкостью.

Второе. Обозначая «физические качества», как наследственно обусловленные (опять-таки в строго определённых границах это соответствует действительности), тем самым, их дополнительно отчуждают от индивидуальности конкретного человека. В отчуждённом варианте это выглядит так, что от рождения, природным путём человек наделён физическими показателями, которые у него проявляются так же, как физические показатели у физического объекта (в физике – у физического тела). Но человек не только физическое тело, человек – это живое (соответственно, например, о биомеханике, как «живом движении» писал Н.А. Бернштейн), одушевлённое (соответственно, например, понятие «психомоторные способности» и «*Psychomotorische Erziehung*», введённое С. Pfeffer в 1933 г. [7], и рассмотренные в связи с диагностикой и формированием их у школьников и студентов, например, В.П. Озеровым [5]), одухотворённое существо (соответственно, например, работы Д.Д. Донского и С.В. Дмитриева об антропоцентрической биомеханике [2]). С этой точки зрения, актуальными и значимыми являются исследования, в которых рассматривается взаимосвязь между всеми составляющими и уровнями человеческого развития. Такой подход уже позволил обнаружить не очевидную на уровне тривиального восприятия социальной жизни статистически значимую взаимосвязь между характером двигательного опыта молодого человека и его резистентностью к новым «технологическим» зависимостям [6].

МЕТОДИКА, ОРГАНИЗАЦИЯ И РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Первый этап носил пилотажный характер, где были получены предварительные результаты уровня телесной зрелости детей 6-7 лет на этапе поступления в школу, а также её взаимосвязи с характеристиками их двигательного опыта и проявлением простейших учебных навыков (в терминологии новых ФГОС – УУД) [4]. На втором этапе нашего исследования приняли участие дети, занимающиеся спортивной гимнастикой (всего – 52 ребёнка 7-9 лет; 37 мальчиков, 15 девочек). Для оценки телесного и двигательного опыта юных спортсменов использовались следующие методики: проективный тест «Дом – дерево – человек» (далее – ДДЧ), координациометр В. Старосты, проба Г. Хэда, тест Л. Бендер, диктант Д.Б. Эльконина, и др. Всего с каждым ребёнком было проведено 32 тестовых испытания.

Дисперсионный анализ позволил более детально посмотреть на проявленность тех или иных показателей телесно-двигательного развития юных спортсменов. Так было вы-

делено две группы испытуемых – выполнивших и не выполнивших один из самых сложных для детей данного возраста тест «Стояние на левой ноге с закрытыми глазами в течение 3-х секунд». Для справившихся с заданием было характерно также выполнение этого теста на правой ноге (что вполне естественно) ($F=8,02$, $p<0,01$), наличие кистей рук ($F=4,51$, $p<0,05$) и акцентированного нажима ($F=11,75$, $p<0,001$) на рисунке ДДЧ. Можно предположить, что последние два показателя говорят о большей степени пробужденности детей в кистях рук, и об энергичности (большем волевом усилии) во время рисования, что обеспечивает, в целом, высокую произвольность в управлении своим телом. Поэтому такие дети легче справляются со сложной ситуацией удержания тела в равновесии на левой ноге с закрытыми глазами.

Две группы испытуемых выделились по наличию (28 детей) или отсутствию (24 ребёнка) акцентированного нажима на рисунке ДДЧ. Те, кто имеет акцентированный нажим (что часто является признаком более высокого уровня развития волевых усилий), статистически значимо отличаются от тех, кто его не имеет, по следующим показателям: успешное прохождение теста «стояние на левой ноге с закрытыми глазами в течение 3-х секунд» ($F=11,75$, $p<0,001$), лучшие показатели теста Л. Бендер ($F=3,93$, $p<0,05$), более высокие интегративные баллы по тесту Керна-Йерасика ($F=4,00$, $p<0,05$).

Ещё большие различия демонстрируют группы делающих (44 ребёнка) и не делающих (8 детей) акцентированный контур на своих рисунках человека. Акцентирующие контур имеют: успешное прохождение теста «стояние на правой ноге с открытыми глазами в течение 10-и секунд» ($F=6,82$, $p<0,01$); лучшие показатели пробы Г. Хэда ($F=15,24$, $p<0,001$), теста «Шаги» ($F=7,86$, $p<0,01$), диктанта Д. Б. Эльконина ($F=5,58$, $p<0,05$); наличие на рисунке ДДЧ лица у человека ($F=3,54$, $p<0,05$), носа ($F=3,54$, $p<0,05$), стоп ног ($F=3,96$, $p<0,05$); более высокие интегративные баллы по тесту Керна-Йерасика ($F=3,29$, $p<0,05$); высокие достижения в прыжке с левой ноги на левую в левую сторону на координациометре В. Старосты ($F=3,47$, $p<0,05$).

Таким образом, качественное разнообразие использованных диагностических методик позволило, во-первых, проявить различные аспекты телесной зрелости детей 7-9 лет. Во-вторых, обнаружить статистически значимые взаимосвязи между опорными (ключевыми) характеристиками схемы собственного тела у ребёнка (лицо, нос, стопы ног), степенью его ориентации в пространстве и в теле, достижениями в прыжках на координациометре.

ЛИТЕРАТУРА

1. Демени, Г. Теоретический и практический курс физического воспитания / Г. Демени, Ж. Филипп, Г. Расин. – М. : Изд. М. и С. Сабашниковых, 1912. – 348 с.
2. Донской, Д.Д. Основы антропоцентрической биомеханики / Д.Д. Донской, С.В. Дмитриев. – Н. Новгород : Волго-Вятское кн. изд-во, 1993. – 146 с.
3. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена / В. М. Зациорский. – М. : Физкультура и спорт, 1966. – 200 с.
4. Козлова, А.Э. Проблема оценки телесного и двигательного опыта детей 7-8 лет / А.Э. Козлова, В.А. Пегов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 12 (142). – С. 57-63.
5. Озеров, В.П. Психологические основы диагностики и формирования психомоторных способностей у школьников и студентов : автореф. дис. ... д-ра психолог. наук / Озеров В.П. – М., 1993. – 38 с.
6. Пегов, В.А. Спортивные телесные практики и проблема зависимостей / В.А. Пегов, Л.П. Грибкова, А.В. Пегова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 9 (139). – С. 229-233.
7. Wedemeyer-Kolwe, В. «Der neue Mensch». Körperkulturen im Kaiserreich und in der Weimarer Republik / В. Wedemeyer-Kolwe. – Würzburg : Königshausen & Neumann, 2004. – 519 S.

REFERENCES

1. Demeni, G., Filipp, Zh. and Rasin, G. (1912), *Theoretical and practical course of physical education*, publishing house of M. and S. Sabashnikov, Moscow.
2. Donskoy, D.D. and Dmitriev, S.V. (1993), *Fundamentals of biomechanics antropocentrism*, Volga-Vyatka book publisher, N. Novgorod.
3. Zaciorskij, V.M. (1966), The physical qualities of the athlete, *Fizkultura i sport*, Moscow.
4. Kozlova, A.E. and Pegov V. A. (2016), “The problem of estimation of bodily and movement experiences of children aged 7-8 years”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 142, No. 12, pp. 57-63.
5. Ozerov, V.P. (1993), *Psychological bases of diagnosis and formation of psychomotor abilities of pupils and students*, dissertation, Moscow.
6. Pegov, V.A., Gribkova L.P. and Pegova A.V. (2016), “Sports bodily practices and problem of addictions”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 139, No. 9, pp. 229-233.
7. Wedemeyer-Kolwe, B. (2004), “*Der neue Mensch*”. *Körperkulturen im Kaiserreich und in der Weimarer Republik*, Königshausen & Neumann, Würzburg.

Контактная информация: pegwlad@rambler.ru

Статья поступила в редакцию 10.06.2017

УДК 796.015.62

**КОЭФФИЦИЕНТ ЭФФЕКТИВНОСТИ ЛОКОМОТОРНОЙ КООРДИНАЦИИ И
ВЕЛИЧИНА ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ КАК ВАЖНЫЕ
ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ КРИТЕРИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ОДАРЕННОСТИ ДЕТЕЙ И
ПОДРОСТКОВ**

*Татьяна Александровна Погосян, кандидат педагогических наук, доцент,
Московская государственная академия физической культуры (МГАФК), Малаховка*

Аннотация

В перспективном планировании повышения результативности соревновательной деятельности юных спортсменов и, как следствие, для обеспечения достойной конкурентной способности на международной арене взрослых спортсменов, необходимы информативные показатели отбора, способные выделять наиболее одаренных детей и рекомендовать их к занятиям профессиональной направленности. Проведенное исследование позволило разработать показатель для оценки локомоторной координации, детально изучить их физическую работоспособность, определить критерии для выявления наиболее перспективных детей и рекомендовать их школам олимпийского резерва для дальнейшего углубленного, специфического спортивного развития.

Ключевые слова: двигательно-одаренные дети, коэффициент эффективности локомоторной координации, физическая работоспособность.

**COEFFICIENT OF EFFICIENCY OF LOCOMOTOR COORDINATION AND LEVEL
OF PHYSICAL WORKING CAPACITY AS IMPORTANT DIAGNOSTIC CRITERIA
FOR MOTOR TALENT OF CHILDREN AND ADOLESCENTS**

*Tatiana Aleksandrovna Pogosyan, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Moscow State Academy of Physical Culture, Malakhovka, the Moscow region*

Annotation

In the long-term planning of increasing the results of the competitive activity of young athletes and ensuring the competitiveness of the athletes in the international arena, the information indicators of selection are needed. These indicators should allocate the gifted children and recommend them to engage in professional sports. The study led to the development of the coefficient for the efficiency of locomotor