

ФИТНЕС КАК СОЦИОКУЛЬТУРНЫЙ ФЕНОМЕН ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

*О.Ю. Лутковская
Минск, БГУФК*

В статье отражены вопросы фитнеса как социокультурного феномена в области физической культуры за счет активной интеграции из разных видов физической культуры и модернизации различных оздоровительных технологий из различных наук и отраслей, использования созданного в сфере фитнес-индустрии и разработанного в других отраслях оборудования для эффективного оздоровления детей. Раскрыты основные направления фитнеса как социокультурной деятельности. Описаны факторы, определяющие подход к рассмотрению фитнеса как социокультурного явления. Выявлен ряд важных социокультурных проблем, решению которых он способствует в современном обществе

Ключевые слова: фитнес, социокультурная система, физическая культура, здоровье, фитнес-конвенции, духовная ценность, материальная ценность, предметная ценность.

Введение. На каждом этапе развития цивилизации возникают новые социально-культурные явления, признанные решать первоочередные задачи, стоящие перед человечеством. На данном этапе этой задачей является оздоровление человека.

По данным исследователей [4, 1], в последние годы возрастает интерес к социальным аспектам здоровья и здорового образа жизни, напрямую связанные с развитием физической культуры, в которой фитнес появился как феномен XX века, как новое явление во многих странах мира.

Появление в нашей стране фитнеса можно рассматривать с позиций культурной изменчивости, и, соответственно, следует выделить ряд причин его интеграции в отечественную физкультурно-спортивную практику. К ним, на мой взгляд, относятся:

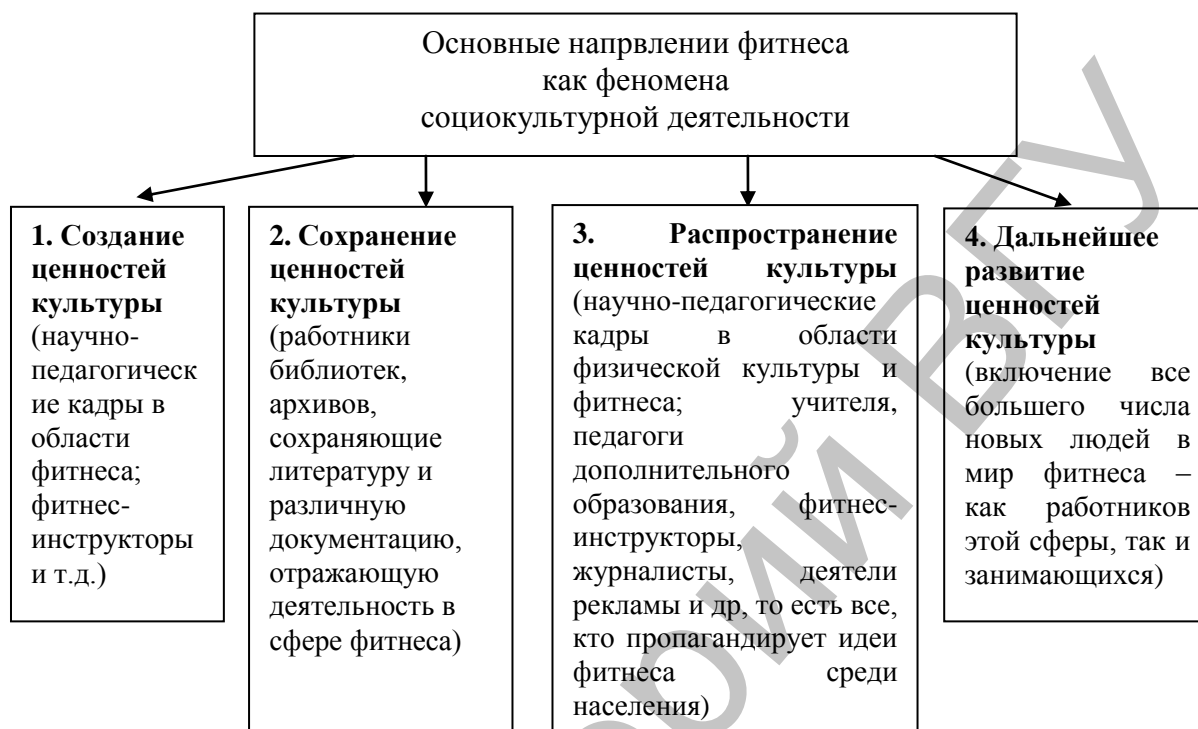
- адаптация к изменившимся условиям бытия (как к внешним, так и к внутренним);
- необходимость разрешения накопившихся внутренних противоречий в духовной и телесной культуре;
- прогрессивная направленность идеологии фитнеса как культурного явления;
- творческая инициатива многих людей, занятых в этой сфере деятельности.

Материалы и методы исследования. В исследовании использовался общепедагогический метод – анализ и обобщение литературных данных.

Результаты и обсуждение. В целом развитие фитнеса в нашей стране является ответом на новые потребности, обусловленные меняющейся социокультурной ситуацией. Значимой тенденцией в современном обществе является усилившийся процесс социокультурной дифференциации, который сопровождается появлением субкультур в различных стилях поведения. В этой связи многообразие форм и средств физической культуры, включая как традиционные, так и нетрадиционные, все более дифференцируется в соответствии с культурными запросами различных слоев общества, ориентируясь на удовлетворение их интересов.

Фитнес является универсальным феноменом социокультурной деятельности и отражен во всех ее направлениях (рис.1), так как традиционно она понимается как общественно целесообразная, нравственно мотивированная деятельность по созданию, освоению, сохранению, распространению и дальнейшему развитию ценностей культуры. Он приобретает свойственное ей ценностное измерение и реализует целый спектр ценностей, присущих, по мнению Г.В. Драча [3] социокультурной деятельности. К ним относятся: витальные (улучшение качества жизни, параметров здоровья); эстетические (формирование красоты и гармонии тела и духа, стиля и т.д.); социальные (воспитание трудолюбия, способности к достижениям, терпимости, представлений об

общественной значимости каждого человека и здоровья в жизни общества); политические (способствует формированию приоритетов гражданской свободы, мира и гражданской активности); культурные (способствует взаимопроникновению и взаимовлиянию различных традиций в области физической культуры).



Рассматривая фитнес в рамках культурологического подхода, можно отметить, что он сегодня является важной частью жизни нашего общества и сложившейся в нем социокультурной системы.

Само понятие «социокультурная система» – термин, используемый в социальной антропологии и культурологии в качестве альтернативы терминам «социальная система» и «культурная система». Использование этого понятия помогает обеспечить многофакторный подход к изучению социокультурной реальности и избежать социологического, технологического и культурного детерминизма [3].

Выполняемые фитнесом экономические, политические, социокультурные, эстетические, а самое главное – оздоровительные функции, то есть его полифункциональность, требует осмысления его в едином ракурсе. При этом следует отметить, что важным фактором познания того или иного явления является определение его ближайшего рода.

Родовым понятием для фитнеса является физическая культура. К ее предметной области относится за счет развития длительных способностей и формирования двигательных способностей и формирования двигательных умений и специальных знаний, определяющих физическую дееспособность и здоровье человека на основе использования инновационных подходов, средств, методов, оборудования, инвентаря, условий проведения. На современном этапе научные деятели в области физической культуры дают понятию «физическая культура» ряд определений, характеризующих ее различные аспекты.

Наиболее полно, на мой взгляд, физическую культуру рассмотрел и дал ее определение В.Д. Гончаров [2]. Обобщая мнение ряда авторов (Н.И. Пономарева, 1996; Л. Куна, 1982; Л.П. Матвеева, 1991), он определяет ее как деятельность человека по созданию социально значимых ценностей, находящуюся в тесной взаимосвязи с

историей общества, как противоречивое единство этой деятельности и ее результатов, непосредственно выражающееся в совершенствовании телесно-двигательных качеств и навыков людей. Автор считает, что физическая культура не только в известной степени обеспечивает потребности существования личности и общества, но и создает условия для их развития, тем самым активно включается в совокупность действий по воспроизводству общества и человека, преобразованию социальной сферы общества, то есть в социальную деятельность.

Однако само понятие «физическая культура», по мнению В.И. Столярова, не совсем удачно, так как имеет очень широкий диапазон значений, и как особо подчеркивает И.М. Быховская, полисеманлично, что подразумевает возможность разнохарактерных его трактовок.

К фитнесу как части физической культуры в полной мере относятся вышеуказанное, однако, его основная, приоритетная задача, направленная на результат всей деятельности – повышение и сохранение физической дееспособности, и достижение оптимального уровня здоровья человека.

По утверждению А.Маслоу (2003), потребность к укреплению своего здоровья – естественная общечеловеческая потребность. При этом автор рассматривает ее как достижение оптимального уровня здоровья на каждом этапе человеческой жизни. Именно эта позиция наиболее полно отражается в идеологии фитнеса и может быть отнесена к его концептуальным основам.

Следует отметить, что под здоровьем понимается не только физическое, но и психическое, духовное здоровье. Наиболее полно, на мой взгляд, характеристика здоровья дана в определении В.П. Петленко (1996): «Здоровье представляет собой нормальное психосоматическое состояние человека, способное реализовывать свой потенциал телесных и духовных сил и оптимально удовлетворить систему материальных, духовных и социальных потребностей».

Рассматривая фитнес, можно отметить, что, по мере, развития, в его идеологии отношение к телесности и понимание здоровья и оздоровления постепенно эволюционировало.

На начальном этапе своего существования – «механизации и атлетизации», который можно условно назвать «эрой бодибилдинга», приоритетными установками являлось физическое совершенствование тела. При этом можно отметить тесную взаимосвязь двух тел человека – органического (естественного, природного) и другого, которое К.Маркс образно назвал как «неорганическое тело человека».

Анализ содержания фитнес-конвенций, отражающих его тенденции на современном этапе, показывает, что в фитнесе все большее число сторонников завоевывает холистический подход к человеку, что обусловило отжемание фитнеса от биомеханической парадигмы, признающей лишь физический компонент. Соответственно, в последние годы получили активное развитие направления, способствующие оздоровлению не только тела, но и психики человека, гармонии тела и духа. Среди факторов, определяющих подход к рассмотрению фитнеса как социокультурного явления, мною был выявлен ряд важных социокультурных проблем, решению которых он способствует в современном обществе:

1. Социализация людей, занимающихся фитнесом, предоставление широких возможностей для самопознания, самоидентификации и самоактуализации личности ее наиболее благоприятных взаимодействий с социумом;

2. Содействие появлению новых культурных форм через творческую активность людей в сферах фитнеса;

3. Приобщение людей к культурным ценностям разных стран и народов в процессе занятий фитнесом;

Фитнес обладает специфичностью по отношению к другим видам физической культуры не только по приоритетной решаемой задаче, но и по предметному и личностному компонентам, включающим духовные и материальные ценности.

В связи с этим, рассмотрим фитнес по описанному Б.В. Бастафьевым (1985) критерию соответствия конкретным видам человеческой деятельности, связанным с целенаправленным социальным процессом физического развития людей.

Предметная часть фитнеса – это специфический результат материального и духовного труда, который используется как средство и способ фитнеса, направленный на целенаправленное, систематическое оздоровление человека, коррекцию различных недостатков, профилактику различных заболеваний, повышение его работоспособности, функциональных возможностей организма, восстановление утраченных сил после нервно-эмоционального, психического и физического напряжения, приобщение к ведению здорового образа жизни современного, успешного, здравомыслящего человека.

К материальным ценностям фитнеса в его предметной форме относятся: фитнес-клубы, фитнес-центры, тренажерные залы и т.д. Они выступают в качестве средств, обеспечивающих процесс оздоровительной тренировки, а также различных фестивалей, конференций с целью пропаганды здорового образа жизни.

К духовным ценностям относятся: учебные пособия, книги, методические рекомендации и др., в которых рождается и раскрывается современная теория фитнеса и оздоровительной тренировки, приводятся тесты для определения функционального состояния занимающихся, их физической подготовленности и физического развития.

Заключение. Без предметных ценностей невозможен целенаправленный и управляемый процесс физического совершенствования людей, без личностных – осуществление практической деятельности.

Исследуя фитнес как социокультурный феномен, используя методы анализа и синтеза, было установлено [5], что занятия фитнесом могут удовлетворять потребности школьников, содействуя повышению не только двигательной, но и общей культуры занимающихся, расширению их кругозора, за счет большого количества фрагментов.

Литература

1. Бальсевич, В.К. Основные положения концепции интенсивного инновационного преобразования национальной системы физкультурно-спортивного воспитания детей, подростков и молодежи / В.К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 2002. - № 3. – С.2-4.
2. Гончаров, В.Д. Введение в социологию физической культуры и спорта / В.Д. Гончаров, В.А. Голов. – Сыктывкар: Коми республиканская типография, 1998. – 151 с.
3. Культурология: учеб.пособ. / под науч. ред. Г.В. Драча. – Ростов-на Дону: Феникс, 2005. – изд. 9-е. – 576 с.
4. Пономарев, Н.А. Философия и научная картина мира: монография / Н.А. Пономарев. – СПб.: ГАФК им. П.Ф. Лесгафт, 2002. – 144 с.
5. Сайкина, Е.Г. программа по фитбол-аэробике для детей дошкольного и младшего школьного возраста «Танцы на мячах» / Е.Г. Сайкина, С.В. Кузьмина. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2006. – 31 с.

THE FUTURE TEACHERS PREPARATION TO REALIZATION OF STUDENT-CENTERED LEARNING

K.O. Melnyk

Student-centered learning, diversified student populations and new modes of delivery have in recent years set in motion profound changes in higher education. This paradigm shift towards SCL, as opposed to traditional teacher-centred teaching and learning methods, has been the most talked about trend in higher education in Europe in the past years.