

Условно, исходя из их направленности, эти отношения можно классифицировать как связанные с ценностными установками и предпочтениями или «ценностные» и социально–коммуникативные.

В нашем исследовании мы использовали разработанную на кафедре физического воспитания и спортивной подготовки НАУ анкету (Вржесневский И.И., Вржесневская А.И.), включавшую 14 вопросов, затрагивающих отношение студентов к разным аспектам физического воспитания. Анкетирование проводилось в два этапа (октябрь–ноябрь 2015 г. и март 2016 г.). частично результаты анкетного опроса использовались в других аналитических материалах. В данных работах указывается на некоторую двойственность отношения студентов к физическим упражнениям и физическим нагрузкам, а также на наличие определенного диссонанса между декларируемым студентами, в целом положительном, отношении к занятиям физическим воспитанием и показателем практической реализации этой позиции – почти полным игнорированием студентами самостоятельных занятий.

Из результатов анкетирования, не вошедших в выше приведенные статьи, можно выделить также отношение студентов к роли в учебном процессе преподавателя. Так на вопрос «Что могло бы способствовать формированию позитивного отношения к физической культуре?» лишь 14% студентов выбрали вариант ответа «преподаватель физического воспитания». Еще меньше опрошенных – 9% считают для себя важным профессиональный диалог с преподавателем физическим воспитанием.

Таким образом, можно говорить о том, что «отношение» к сфере двигательной активности носит достаточно альтернативный характер и, к сожалению, не является приоритетным для студентов.

*Вржесневский И.И., Корниенко С.А., Янишевский Ю.В. (Україна)*

## **ЛЕНЬ КАК ПСИХОСОМАТИЧЕСКОЕ ЯВЛЕНИЕ В ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЧЕЛОВЕКА**

Научно-технический прогресс и соответствующие трансформации в современном обществе существенно изменили эволюционные перспективы человечества. Грандиозное преобразование информационно-коммуникативного пространства (давшее доступ к практически неограниченному ресурсу знаний) повлияло на все сферы жизнедеятельности человека. Можно говорить о существенном расширении когнитивных возможностей человека. В то же время в физических возможностях человека, ограниченных природными закономерностями физиологии нашего организма, эти же тренды ведут к негативным тенденциям. В первую очередь принято говорить о рисках для здоровья человека, связанных с гиподинамией и ее последствиями. Минимизация физической активности молодого поколения в современном

информационном обществе обоснованно вызывает тревогу медиков и специалистов физического воспитания. В этом контексте, вызывает сожаление, что педагогическая наука (но не практика!) продолжает игнорировать такой природный фактор как лень.

**Лень** – острое нежелание трудиться, несмотря на оптимальное для работы состояние организма. Лень – бессознательное стремление организма человека как можно дольше продлить состояние восстановления и комфорта, а также избежать состояния утомления. В сознании современного человека лень это нечто негативное, стыдное, чисто бытовое и *бесформенное*. Трактовка этого понятия научно не обоснована и неоднозначна, а как явление «лень» малоизученна. Но, без учета этого обстоятельства как системного фактора, дальнейшее совершенствование процесса физического воспитания малопродуктивно.

Заслуживает внимания следующая трактовка: «Лень – это психосоматический признак исправности выработанного за годы эволюции механизма интуитивного распознавания бессмысленности выполняемой работы». Лень, также как и тревога, страх, беспокойство, можно отнести к присущим жизнедеятельности человека функциям организма. Таким образом, мы можем говорить о лени как о: признаке, явлении и состоянии.

Человек всегда находит те или иные оправдания, в том числе и для себя самого, своим действиям (или бездействию). Именно поэтому определить «явную лень» далеко непросто. Но это не значит, что ее нет, или, что она не оказывает влияния на отношение человека к физическим нагрузкам и на динамику физического состояния и здоровья учащейся молодежи (и не только молодежи). Трудности выявления этого существенного для каждого человека момента не означает, что его влиянием можно пренебрегать, закрывать глаза на существование обозначенного фактора и не учитывать его при попытке оптимизации системы физического воспитания.

Само по себе признание существования лени как одного из факторов, влияющих на эффективность физического воспитания, дает не так много. Надо еще выявить и рассмотреть причины возникновения лени в каждом конкретном случае (физиологические – переваривание пищи, изменение температурного режима ...; психологические – привычки, возможные варианты избегания усилий...; информационно-когнитивные; социальные...) и ее механизмы, дать характеристику «лени» как явления и как состояния. Возможно, возникнет необходимость в определении видов (физическая, умственная, душевная, контролируемая и неконтролируемая и т. п.) и стадий развития лени. По зонам ответственности «лень» можно классифицировать как умственную (когнитивная сфера), эмоциональную (уныние и равнодушие), физическую (нежелание двигаться) и социальную (пренебрежение своими социальными и бытовыми обязанностями).

Однако, по результатам анализа анкетного опроса (2016 г.) студентов НАУ можно выделить лишь лень «умственную» и «физическую».

Лень отдельного человека может быть глобальной, общей (и это уже патология), а может быть локальной, избирательной – результатом отдельных решений и ситуаций. Люди могут быть в разной степени подвержены лени (предположительно научившиеся не только преодолевать искушение ленью, но и получать от этого удовольствие – это «трудоголики»). Необходимо обосновать способы преодоления лени и проанализировать последствия такого преодоления. Только определив эти параметры (не исключено, что список параметров может быть расширен) мы сможем говорить о контроле над этим фактором и, с этой позиции (в этом контексте), вносить коррективы в процесс физического воспитания.

Кроме того, в антропологическом контексте можно говорить о «лени» как о феномене, поскольку существует мнение и о положительном влиянии этого фактора на сообразительность и изобретательность человека и, таким образом, на весь наш эволюционный потенциал (как догадка есть мнение, что физическая лень может подтолкнуть к умственной работе, поиску нестандартных решений и т. п.). Возможно также, что физическая лень как феномен берет начало в инстинкте самосохранения человека, в попытке экономить энергию для возможных экстремальных ситуаций. Природа создала нас такими, что любое двигательное действие не направленное непосредственно на самосохранение, добывание пищи, продолжение рода и защиту потомства часто воспринимается психикой человека на бессознательном уровне как «лишнее», или «ненужное». То есть, подсознание заставляет человека постоянно экономить энергию в его физических усилиях.

*Вржесневский И.И., Коротя В.В., Корчинский В.Л. (Україна)*

## **ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПЕРСПЕКТИВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СОВРЕМЕННОЙ СИСТЕМЕ УКРАИНСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Система образования и воспитания подрастающего поколения в Украине за последние два десятилетия претерпела существенные и разнонаправленные трансформации. Произшедшие изменения, которые часто представляются как реформирование, частично разрушили существовавшую систему и обозначили пути дальнейших преобразований. Проявившиеся тенденции, на наш взгляд, связаны с настойчивыми попытками адаптировать в Украине определенную педагогическую доктрину. А именно – доктрину так называемого «человекоцентризма». Идеи «субъект–субъектных» отношений, «лично–ориентированной педагогики гуманистических ценностей», «педагогики партнерства», отказ от традиционных методов «насиленной педагогики» и прочие, явно демонстративные конструкты, по прежнему вдохновляют теоретиков нашей общей педагогики.