

№ 1 (90) – 2023

Ежеквартальный
научно-теоретический журнал

Основан в 2000 г.
Подписной индекс 75001
ISSN 1999-6748

УЧРЕДИТЕЛИ:

Национальный олимпийский комитет
Республики Беларусь
Белорусский государственный университет
физической культуры
Белорусская олимпийская академия
При поддержке Министерства спорта
и туризма Республики Беларусь

Главный редактор
С. Б. Репкин

Ответственный редактор
Т. А. Морозевич-Шилук

Редакционная коллегия
С. М. Ашкинази, В. Н. Болобан, Т. Н. Буйко,
А. Г. Гататуллин, Ю. Грантс,
В. Г. Маноласки, М. Е. Кобринский,
Г. А. Королёнок, Л. В. Маришук, С. Б. Мельнов,
А. А. Михеев, Д. А. Панков, М. Д. Панкова,
В. Н. Ананьева, В. А. Коледа, И. Н. Рубченя,
И. Л. Рыбина, Е. Садовски, С. Г. Сейранов,
Н. Б. Сотский, Т. П. Юшкевич

Компьютерная верстка и дизайн
К. П. Шастина, М. Г. Миранович, Е. А. Лихач

Корректор
Н. С. Геращенко

Адрес редакции:
пр. Победителей, д. 105, к. 223,
Минск, 220020
Телефон: (+375 17) 357 63 51
Телефакс: (+375 17) 373 30 08
E-mail: nir@sportedu.by

Свидетельство о государственной регистрации
средства массовой информации
Министерства информации
Республики Беларусь
№ 1292 от 31.07.2014 г.

Подписано в печать 29.03.2023
Формат 60×84 1/8. Бумага офсетная.
Гарнитура Myriad Pro. Усл.-печ. л. 14.07.
Тираж 90 экз. Заказ 18.
Цена свободная.

В журнале использованы фото
Алексея Пивоварчика.

Отпечатано в учреждении образования
«Белорусский государственный университет
физической культуры».

Свидетельство о государственной регистрации
издателя, изготовителя, распространителя
печатных изданий
№ 1/153 от 24.01.2014.
ЛП № 02330/277 от 21.07.2014.
Пр. Победителей, 105, 220020, Минск.



ОБЗОР СПОРТИВНЫХ СОБЫТИЙ

Дарануца К.С. Гордость университета из поколения в поколение 2

СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ

Позюбанов Э.П., Го Вэнь Сюэ Толкание ядра – биомеханический портрет:
Олег Томашевич 10

Давыдов В.Ю., Клинов В.В., Тарасевич Н.Р. Сравнение
морфофункциональных показателей спортсменов, специализирующихся
в академической гребле 17

Белявский Д.Н. Формейшн в танцевальном спорте: основы спортивной
подготовки команды высокого класса 24

Сиводедов И.Л. Анализ соревновательной деятельности сильнейших
женщин-копьеметательниц 31

Шиян В.В., Орлов Ю.Л. Физиологические особенности реакции каратистов
с различным уровнем специальной подготовленности на нагрузку,
моделирующую условия соревновательной деятельности 38

Карась О.В. Обоснование построения годичного макроцикла подготовки
мужской национальной команды Республики Беларусь по гимнастике
спортивной в условиях международных санкций 41

Старченко В.Н., Севдалев С.В. Модель соревновательной культуры
спортсменов, специализирующихся в современном пятиборье 47

Дьямент К.С., Стрельников П.С. Анализ показателей игры в нападении
в сезонах 2018–2022 хоккейной команды Всероссийской хоккейной лиги
Российской Федерации 52

ПОДГОТОВКА РЕЗЕРВА И ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ СПОРТ

Карась А.Л. Педагогический контроль развития координационных
способностей и конькобежной технической подготовленности
юных хоккеистов 56

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ОБРАЗОВАНИЕ

Полякова Т.Д., Венскович Д.А. Использование устройства для тренировки
мышц кисти и предплечья для улучшения силовых показателей
кистей рук 64

Гайдук С.А., Пустюльга С.Н. Предпосылки совершенствования физического
воспитания студентов 69

Снежицкий П.В. Проблемы педагогической диагностики двигательной
культуры личности в сельском сообществе 76

Граменицкая И.Ю. Оптимизация двигательной активности
студентов БГУФК средствами скалолазания 83

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Лойко Т.В., Болдырева Д.В. Некоторые признаки неравенства функций
верхних конечностей человека 90

МЕНЕДЖМЕНТ; МАРКЕТИНГ; ЭКОНОМИКА СПОРТА, РЕКРЕАЦИЯ И ТУРИЗМ

Репкин С.Б., Разуванов В.М. Модели и перспективные направления
развития студенческого спорта в Республике Беларусь:
анализ зарубежного и отечественного опыта 94

Шульгина А.А. Особенности взаимодействия субъектов хозяйствования
в отрасли физической культуры и спорта 101

Ларкина Ю.В. Физическая культура и спорт в Могилевской области 106

Стрельченко А.И. Туристический кешбэк: способы и возможности
его развития в Республике Беларусь 111

Печинская Я.В. Обоснование системы показателей инновационно-
туристического потенциала региона 117

Журнал включен в Перечень научных изданий Республики Беларусь для опубликования диссертационных исследований в сфере физической культуры, спорта и туризма. Все публикуемые статьи рецензируются.

Редакция может публиковать статьи в порядке обсуждения, не разделяя точку зрения автора. Перепечатка материалов, опубликованных в журнале, разрешается только с согласия автора и издателя.

ПРОБЛЕМЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДИАГНОСТИКИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ В СЕЛЬСКОМ СООБЩЕСТВЕ

**Снежицкий П.В.**

канд. пед. наук,
доцент,
Гродненский
государственный
аграрный
университет

Объективность получаемой педагогом информации на основе различных методов контроля позволяет объективно судить о физических кондициях человека и грамотно планировать их дальнейшее развитие с учетом индивидуальных возрастных, гендерных и валеологических особенностей. Целью исследования является разработка и обоснование методики комплексной педагогической оценки двигательной культуры личности на основе функциональной, миофасциальной, двигательно-деятельностной и повседневно-поведенческой диагностики как педагогической инновации в решении проблем мониторинга физического состояния сельского населения. Для решения поставленных задач в исследовании использовались методы педагогического контроля (соматометрия, физиометрия, тестометрия и пр.), позволившие получить эмпирические данные, которые впоследствии были подвергнуты сравнительному анализу, обобщены, синтезированы и использованы для разработки указанной выше инновационной авторской методики.

Ключевые слова: методика; педагогическая оценка; двигательная культура; сельское население.

PROBLEMS OF PEDAGOGICAL DIAGNOSTICS OF THE PERSONALITY MOTOR CULTURE IN RURAL COMMUNITY

The accuracy of the information received by the teacher on the basis of various control methods makes it possible to objectively judge the physical condition of a person and competently plan their further development, taking into account individual age, gender, and valeological characteristics. The article aims to present a methodology for a comprehensive pedagogical assessment of a person's motor culture based on functional, myofascial, and motor-behavioral diagnostics as a pedagogical innovation in solving the problems of monitoring physical condition of the rural population. Methods of pedagogical control (somatometry, physiometry, testometry, etc.) have been used to solve the tasks set in the study, which made it possible to obtain empirical data, which have been subsequently subjected to comparative analysis, generalized, synthesized, and used to develop an innovative author's methodology.

Keywords: methodology; pedagogical assessment; motor culture; rural population.

ВВЕДЕНИЕ

В исследованиях авторов В.К. Бальсевич (2000), Д.Н. Давиденко (2006), А.Г. Маджуга (2008), А.А. Корнев (2015), В.И. Столяров (2015) человек как «биоиндивид» является результатом творческого самосозидания вследствие «самовоздействия» на имманентные характеристики личности [1–5]. В качестве базовой среди них указанные авторы видят готовность к здоровьесбережению, то есть признанию здоровья как приоритетной базисной аксиологической категории. В связи с этим подчеркнем, что именно от двигательного-поведенческой состоятельности индивида в со-

временном мире формируется общественное мнение относительно его здоровья как субъекта, обладающего возможностью проявления на определенном уровне собственных двигательных потенций, востребованных окружающей биосоциальной средой.

В научной и методической литературе (В.Н. Кряж (2008); В.И. Лях, А.А. Зданевич (2012); В.И. Столяров (2015)) [5–7] показано, что разнообразие и качество двигательной сферы являются результатом двигательного-деятельностного опыта человека, который приобретает им в процессе жизнедеятельности. Уровень развития физических кондиций человека

в той или иной степени является результатом гомеостатического баланса, обеспечиваемого поступлением, преобразованием и расходованием биологической энергии на жизнеобеспечивающие человеческий организм виды деятельности (А.Ф. Корниенко, 2013; С.П. Ковалев, 2016; С.Н. Баранов, 2017; К.В. Выборная с соавт., 2017; Е.А. Лазарева, 2017; Т.Н. Мостовая, 2018; П.В. Снежицкий, 2022;) [8–13, 33, 34, 35]. Определяющими же формирование двигательной культуры личности, по мнению других авторов (В.И. Лях, 1989; А.В. Мельчаков, 2005; В.Б. Коренберг, 2010; Ю.Н. Серикова с соавт., 2017, 2018), являются координационные способности [14–18], которые в онтогенезе в зависимости от степени взаимодействия с биогеосоциоценозом развиваются до определенного уровня согласованности индивидуальных двигательных возможностей его миофасциальной системы в пяти физических качествах. А именно: непосредственно силы (как преодоление внешнесредового сопротивления), скорости (как проявление силы за единицу времени), гибкости (как обеспечение максимальной амплитуды движений и подвижности в суставных сочленениях), ловкости (как проявление скорости и гибкости за единицу времени), а также выносливости (как способности к долговременному выполнению мышечной работы). В целом качество двигательной деятельности индивида проявляется в пространственно-временных характеристиках согласованности органов движения человеческого тела и их функционального обеспечения. Это значит, что в зависимости от реальных или искусственно смоделированных двигательных вызовов биогеосоциоценоза индивид готов ответить на них адекватно, проявляя основные свои кондиционные физические качества (выполнить двигательное действие в ответ на внешний (или внутренний) мотив с требуемой амплитудой, скоростью, силой, длительностью и количеством повторений). Наиболее рациональное координационное проявление указанной психосоматической согласованности обеспечивает высокий уровень двигательной культуры и, как следствие, здоровья человека (С. Z. Hong, 1998; S. B. Graff-Radford, 2004; R. D. Gerwin, 2005; Ф. А. Хабиров, 2019) [19–22]. Специальными искусственно смоделированными вызовами биогеосоциоценоза являются педагогические двигательные тесты и функциональные пробы, предлагаемые индивиду для оценки уровня его двигательной культуры и выполняемые им по разработанным и установленным исследователями общим для всех и стандартным правилам.

Это связано с тем, что в основе определения уровня двигательной культуры лежат эмпирические знания, которые могут быть получены преимущественно путем пространственно-временных измерений оперативного физического состояния индивида, отражающего его практический двигательно-деятельностный опыт. Для анализа физических кондиций

индивида необходима объективная информация, изложенная в цифровом выражении, которая впоследствии может стать основой для оценки его двигательно-культурной состоятельности и жизнеспособности. Только на основе широкой и разносторонней совокупности эмпирических результатов внутренней (функциональной) и внешней (миофасциальной) двигательной деятельности можно дать объективную сравнительную оценку уровню двигательной культуры человека, а также судить о его физическом статусе в том или ином сообществе, представителем которого он является.

В рамках выполнения любой педагогической диагностики (наблюдение, беседа, опрос, интервью, анкетирование, тестирование, изучение педагогической документации, педагогический эксперимент) разрабатываются те или иные индикаторы, позволяющие получить наиболее объективную информацию об объекте исследования в целом на основе изучения его свойств и возможностей. Для определения уровня двигательной культуры личности наиболее информативными будут те двигательные тесты и функциональные пробы, которые наилучшим образом смогут отразить полученный ею ранее в процессе жизнедеятельности двигательно-деятельностный опыт. Для более глубокого изучения специфики двигательного режима личности и с целью его последующей коррекции актуальным будет также метод анкетирования по вопросам, касающимся частоты и длительности использования тех или иных элементов двигательно-культурной структуры (позы, локомоции, манипуляции, имитации) в повседневной жизнедеятельности. На основе результатов педагогической диагностики (двигательные тесты, функциональные пробы, анкетирование) дается оценка уровню двигательной культуры, и разрабатываются практические рекомендации по двигательно-деятельностному наполнению режима дня человека [23].

Оценка двигательных возможностей человека имеет различные подходы в зависимости от отрасли науки или практики. До настоящего времени в сфере педагогики физической культуры не было выработано универсальной методики педагогической диагностики двигательных качеств. Программы педагогических тестов в Республике Беларусь, характеризующих физическую подготовленность школьников, предлагаемые Министерством образования (учебные программы по предмету «Физическая культура и здоровье») и Министерством спорта (Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс Республики Беларусь), а также

подобные двигательно-нормативные физкультурно-педагогические акты Российской Федерации и Республики Казахстан, имеют существенные отличия в оценке одних и тех же результатов в одних и тех же видах специальной двигательной активности (В.С. Аванесов, 1994–2014; К.С. Тихонова с соавт., 2018; А. Кемал, 2019) [24–28]. Необходимо отметить отсутствие в настоящее время единой системы оценки повседневного (или недельного) двигательно-деятельностного объема на различных этапах постнатального онтогенеза человека, без которой сложно формировать двигательно-культурное наполнение режима дня в социальных и профессиональных сообществах (А.А. Горелов с соавт., 2010) [29]. На лидирующих позициях в этом отношении являются авторы В.И. Лях и А.А. Зданевич, разработавшие учебные программы и учебники по предмету «Физическая культура» для общеобразовательных учреждений Российской Федерации [7, 17]. Однако проблема обеспечения педагогического контроля физического состояния в современных социальных и профессиональных сообществах как эффективной и действенной системы серьезно усугубляется после окончания учреждений образования с дневной формой обучения. После того как молодежь поступает на работу (или не поступает, а работает в автономном режиме), ей предоставляется государством полный карт-бланш в выборе любых вариантов двигательно-деятельностного использования собственного тела. И, как показывает многолетняя социальная практика в области физической культуры, грамотная педагогическая диагностика физического и функционального состояния собственного организма – это удел немногих обывателей.

Особое внимание здесь следует уделить решению данной проблемы в сельском сообществе (Ю.А. Кузьмин, 2017; Л.Ф. Медведева, 2019), которое составляет в настоящее время 21,9 % населения Республики Беларусь [30]. Более половины сельского населения занято в сельскохозяйственном производстве, что на данном историческом этапе имеет стратегическое значение по обеспечению продовольственной безопасности нашей страны. Однако, согласно данным исследований Л.В. Пакуш и И.В. Миренковой (2021), демография сельских регионов Беларуси продолжает ухудшаться [31]. Это вызвано не только причинами урбанизации и миграции, но и отрицательными показателями баланса смертности и рождаемости. Теология данных процессов у сельчан может скрываться в отсутствии базовых знаний по слагаемым культуры здоровья (культуры питания, культуры тела и культуры движения). В сложившейся ситуации сравнительная оценка физических кондиций человека как основной характеристики уровня его здоровья может стать отправной точкой на пути к здоровьесозиданию личности и улучшению демографии белорусского сельского сообщества.

Учитывая актуальность и недостаточную разработанность данной проблемы, мы предлагаем универсализированную методику комплексной педагогической оценки двигательной культуры личности на основе функциональной, миофасциальной, двигательно-деятельностной и повседневно-поведенческой диагностики, позволяющую определить как уровень физических кондиций человека, так и соответствие его повседневного двигательного режима возрастным и гендерным нормам.

Таким образом, следуя вышесказанному, целью настоящего исследования является разработка и обоснование методов комплексной педагогической диагностики двигательной культуры личности в сельском сообществе на основе личностно-деятельностного подхода общедоступными средствами педагогического контроля (соматоскопии, физиометрии, хронометрии, шагометрии, тестометрии и социологического онлайн-опроса), что своевременно и достаточно актуально.

■ **Методы и организация исследования.** Данная статья носит как теоретико-методологический так и опытно-исследовательский характер, что предполагает в качестве методологического инструментария использование методов обобщения, анализа, синтеза и обоснования основных научных положений, на основе результатов изучения научно-методической и специальной литературы, анкетирования и педагогического эксперимента. Методологической основой исследования стали общенаучные положения и принципы теории и методологии педагогической метрологии (В.М. Зацюрский, 1979; В.И. Лях, 1989; Н.Л. Майорова, 2000; Ю.Ф. Курамшин, 2004; А.В. Мельчаков, 2005; Т.В. Третьякова, 2013; В.С. Аванесов, 1994–2014; А.А. Горелов, 2010) [7, 14, 17, 26–29, 32]; теории и методики физического воспитания и физиологии движений (Н.А. Бернштейн, 1966; А.А. Гужаловский, 1986; Л.П. Матвеев, 1991; В.К. Бальсевич, 2000; В.Н. Кряж, 2008; А.А. Горелов, 2010; В.И. Лях, 2010; О.Г. Румба, 2010 и др.) [1, 6, 17, 29]. Исследование эффективности методов педагогической диагностики двигательной культуры личности проводилось в рамках естественного педагогического эксперимента в 2017–2020 годах в 23 учреждениях общего образования сельской местности Республики Беларусь с охватом 957 сельских жителей в возрасте от 3 до 79 лет.

Результатом инновации явилось внедрение инновационной методики комплексной педагогической оценки двигательной культуры личности на основе функциональной, миофасциальной, двигательно-деятельностной и повседневно-поведенческой диагностики в образовательный процесс сельских общеобразовательных учреждений Республики Беларусь.

■ **Основное содержание и обсуждение результатов исследования.** Методика комплексной педагогической оценки двигательной культуры личности на основе функциональной, миофасциальной, дви-

гательно-деятельностной и повседневно-поведенческой диагностики, состоит из общедоступных большинству представителей сельского сообщества (от 6 до 75 лет и более) способах диагностики следующих компонентов: индивидуального повседневного двигательного режима, физического развития, функционального состояния, физической подготовленности с учетом гендерной и возрастной дифференциации, а именно:

- оценка индивидуального повседневного двигательного режима, основанная на долевом соотношении двигательно-деятельностных культурных и антикультурных алгоритмов (поза, локомоция, манипуляция, имитация);

- оценка физического развития на основе полученных в домашних условиях общедоступными методами при использовании наиболее распространенных в быту измерительных приборов (электронные весы, сантиметровая лента, калипер), антропометрических показателей (длина и масса тела; окружность грудной клетки, талии, бедер, запястья; толщина кожно-жировой складки на животе);

- оценка функционального состояния представителей сельского сообщества на основе авторского метода индексов: индекс телесной культуры (соотношение индекса массы тела (ИМТ) с показателем отношения длины тела к сумме данных окружностей грудной клетки, талии и бедер); индекс владения собственным телом (соотношение функциональной силы мышц (предплечья, плеча, живота и спины) и массы тела); респираторно-весовой индекс (соотношение проб Штанге, Генчи и массы тела); вестибулярно-ростовой индекс (соотношение показателя модифицированного теста Бондаревского и длины тела); функционально-силовой индекс (соотношение показателей физических упражнений (приседания, поднимания туловища, отжимания) при непрерывном выполнении в течение трех минут и высоты пульсовой реакции на данную нагрузку);

- оценка физической подготовленности представителей сельского сообщества на основе авторской модели общедоступных педагогических тестов: быстрота (5 приседаний и 5 отжиманий от перекладины (опоры) на уровне пояса испытуемого); сила (приседание на каждой ноге поочередно у стенки и отжимание в упоре лежа от пола (кисти вместе)); гибкость (наклон вперед из седа и прогиб назад из положения лежа на животе); ловкость (поворот прыжком вокруг своей оси и передача карандаша из руки в руку через плечо за спиной); выносливость (комплексное упражнение с поэтапным (длительность периода 1 мин) регрессирующим включением в работу количества групп мышц, начиная

от приседаний, продолжая подъемами туловища, заканчивая отжиманиями от перекладины на уровне пояса испытуемого).

Полученные данные заносятся в опросно-диагностическую карту, созданную в программе «Microsoft Office Excel» где автоматически рассчитывались оценки исследуемых показателей и давалась общая оценка уровня двигательной культуры личности как субъекта сельского сообщества. Приведенная модель методики комплексной педагогической оценки двигательной культуры личности на основе функциональной, миофасциальной, двигательно-деятельностной и повседневно-поведенческой диагностики позволила всесторонне изучить и дифференцированно оценить уровень двигательной культуры личности с учетом индивидуальных анатомических, возрастных и гендерных особенностей, а также послужила базой для разработки методики индивидуализации двигательных режимов личности в сельском сообществе.

Принимая во внимание тот факт, что уровень работоспособности и адаптации к физическим нагрузкам у более тренированного организма значительно выше (Т.Н. Мостовая, 2014; И.Г. Дегтярёв, 2018; Ю.Н. Старовойтов, 2018), а следовательно, и период его восстановления менее продолжителен по времени, учитывались при построении программы педагогической диагностики индивидуальные особенности физического и функционального состояния испытуемого [12]. На основании учета показателей пульса должным образом обеспечивался комфортный режим педагогического контроля (к следующему двигательному испытанию приступали только после полного восстановления частоты сердечных сокращений у испытуемых до исходного уровня (от 1 до 5 минут)).

Поскольку многим контрольным двигательным испытаниям сопутствуют стрессовые условия, то, пожалуй, самым главным требованием к педагогической диагностике являлось выполнение испытуемым тестов на верхней границе зоны психологического, функционального и миофасциального комфорта (то есть не на пределе, а на уровне 3/4 своих возможностей). Это позволило избежать психосоматического перенапряжения и обеспечило объективную комплексную диагностику на основе выполнения испытуемым необходимого количества функциональных, миофасциальных и социальных индикаторов в рамках одного обследования. Для этого, а также чтобы избежать тренирующего эффекта непосредственно при выполнении двигательных контрольных тестов, их выполнение было однократным (без последующих 2-го или 3-го повторений). Двигательно-видовая структура и смоделированные внешние условия педагогической диагностики соответствовали единым для всех обследуемых принципам и правилам (стандартизации

и нормализации) независимо от места и времени ее проведения:

- функционально-двигательной рандомизации: строгое соблюдение очередности контрольных испытаний в программе педагогического контроля соответственно рангу энергетико-биологической стоимости физических качеств (1-я – гибкость, 2-я – ловкость, 3-я – быстрота, 4-я – сила и 5-я – выносливость);
- максимальной двигательно-деятельностной доступности: двигательно-деятельностный алгоритм контрольных испытаний обеспечивал посильное выполнение всем испытуемым, а его условия не вызывали серьезных затруднений;
- функционально-миофасциальной комфортности: контрольные функциональные пробы и двигательные тесты выполнялись без применения серьезных волевых усилий со стороны испытуемого и не вызывали у него в организме болезненных ощущений, а также негативных следовых эффектов;
- активно-пассивной восстановительной дискретности: программа испытаний обеспечивала рациональный режим труда и отдыха для максимально-возможного функционального восстановления задействованных систем организма между выполнением контрольных двигательных тестов и функциональных проб;
- когнитивной практикоориентированной состоятельности: перечень вопросов анкетного опроса содержал наиболее простые и доступные для ответов в понимании респондентов эмпирические результаты повседневной жизнедеятельности (количество выполняемых за день шагов при ходьбе и беге, приседаний, прыжков, висов и т. д.; длительность повседневного пребывания в различных позах: стоя, сидя, лежа и т. д.; основные критерии режима дня: подъем, отбой, количество приемов пищи и т. д.), что позволяло исследователю (педагогу) получать полное представление о двигательном режиме обследуемого;
- когнитивно-эмпирической ассоциации: ознакомившись с вопросом анкеты, респондент фиксиро-

вал первую появившуюся мысленную ассоциацию, и считал ее правильным ответом на вопрос (чтобы последующие выбор и ранжирование разнообразных вариантов «правильных ответов» не приводили к субъективному улучшению или ухудшению реального положения вещей).

Об универсальности данной методики свидетельствует широкий диапазон оценочной шкалы пространственно-временных измерений и предлагаемых способов выполнения двигательных действий, что способствовало большому охвату тестируемых в широком возрастном контексте от 6 до 75 и более лет. Это подтверждается также тем фактом, что среди когорты обследованных в процессе педагогического контроля инновационной деятельности опытных групп справились с предложенными индикаторами функциональной и миофасциальной диагностики и получили оценку уровня двигательной культуры личности 92,6 % испытуемых от 5 до 75 и более лет (таблица).

Среднее значение оценок двигательной культуры личности среди представителей исследуемой совокупности сельских жителей составило $3,1 \pm 2,6$ балла. Примечательным здесь является то, что наиболее высокая оценка была отмечена у самых младших представителей сельского сообщества в возрасте от 6 до 10 лет ($3,8 \pm 2,1$). Это подтверждает предположения многих авторов об онтогенетической основе в реализации двигательной культуры программы подрастающего поколения и предоставляет нам все основания для использования в педагогической технологии формирования двигательной культуры личности образовательно-реверсивного подхода, базирующегося на использовании мотивированных обучающихся как проводящего звена между школой и семьей.

При анализе двигательной активности составляющей режима дня сельского населения на основе сопоставления данных по выполненному количеству шагов и других локомоций в течение дня (анализ различий между указанными респондентами в онлайн-опросе ($4,27 \pm 4,08$ тыс. шагов) и реальными ($7,35 \pm 4,66$ показателями) были выявлены расхождения в 58,1 %

Таблица – Статистическое описание критериев двигательной культуры представителей социальных и профессиональных сообществ сельской местности Республики Беларусь в пятибалльной системе оценок на начальном этапе педагогического эксперимента в 2017 году (n – 957)

Критерии	Возраст, 6 – 10 лет	Возраст, 11 – 15 лет	Возраст, 16 – 21 лет	Возраст, 22 – 35 лет	Возраст, 36 – 60 лет	Возраст, 61 – 75 лет	Возраст, 6 – 75 лет
Кол-во, n	n - 158	n - 206	n - 143	n - 244	n - 134	n - 72	n - 957
ОФС ¹ , балл	$3,9 \pm 1,8$	$3,6 \pm 1,5$	$3,1 \pm 1,6$	$2,8 \pm 2,1$	$2,4 \pm 2,5$	$3,1 \pm 1,5$	$3,1 \pm 2,4$
ОФП ² , балл	$3,6 \pm 2,1$	$3,1 \pm 2,6$	$2,9 \pm 2,1$	$2,5 \pm 2,4$	$1,7 \pm 2,5$	$2,4 \pm 2,3$	$2,7 \pm 2,9$
ОДА ³ , балл	$4,1 \pm 2,8$	$2,4 \pm 2,6$	$1,9 \pm 2,1$	$2,2 \pm 2,5$	$3,2 \pm 2,8$	$3,6 \pm 2,2$	$2,9 \pm 2,8$
ОДКГ ⁴ , балл	$2,4 \pm 2,6$	$2,1 \pm 2,2$	$3,6 \pm 2,1$	$3,8 \pm 2,5$	$1,6 \pm 2,5$	$1,4 \pm 2,4$	$2,4 \pm 2,3$
ОДК ⁵ , балл	$3,8 \pm 2,1$	$3,4 \pm 2,5$	$2,8 \pm 1,9$	$3,1 \pm 2,1$	$2,6 \pm 2,2$	$2,9 \pm 2,1$	$3,1 \pm 2,6$

1 – оценка функционального состояния (ОФС); 2 – оценка физической подготовленности (ОФП); 3 – оценка двигательной активности (ОДА); 4 – оценка двигательной культуры (ОДКГ); 5 – оценка двигательной культуры (ОДК).

в сторону уменьшения (то есть, респонденты указывают гораздо меньшее количество шагов, чем выполняют на самом деле за день), что свидетельствует о серьезных пробелах в знании собственного двигательного режима [36]. Что же касается оценки функционального состояния респондентов, то расхождения в предполагаемых и показанных в реальности данных еще существеннее (до 283,8 %). Это свидетельствует о низком уровне двигательно-культурной грамотности в сельском сообществе в отношении функциональных проб и их производных (функциональных индексов) (таблица 1).

■ ВЫВОДЫ

Таким образом, в результате социологического и педагогического исследований, проведенных в профессиональных и социальных сообществах сельской местности, было установлено, что система изложенных выше организационно-образовательных и диагностико-педагогических мероприятий способствует выявлению пробелов в двигательно-культурных знаниях, умениях и навыках среди различных гендерных, возрастных, корпоративных и валеологических (представленных различными группами здоровья) категорий сельских жителей. Полученные в результате комплексной педагогической оценки двигательной культуры личности на основе функциональной, миофасциальной, двигательно-деятельностной и повседневно-поведенческой диагностики данные впоследствии достаточно эффективно могут быть использованы для разработки индивидуальных двигательных режимов сельских жителей как более широко учитывающие различные факторы антропогенного взаимодействия индивида с биогеосоциоценозом. В отличие от стандартизированной системы оценок Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь (направленного на выявление максимально возможных двигательных потенциалов личности), предлагаемая методика комплексной педагогической оценки двигательной культуры направлена на компенсацию недостатков двигательной сферы личности посредством оптимизации и индивидуализации двигательно-культурного наполнения режима дня сельских жителей.

■ ЛИТЕРАТУРА

1. Бальсевич, В. К. Очерки по возрастной кинезиологии человека : учеб. пособие / В. К. Бальсевич. – М. : Советский спорт, 2009. – 220 с.
2. Маджуга, А. Г. Особенности формирования и развития валеологической установки личности на основе концепции доминирующих инстинктов / А. Г. Маджуга // Здоровье и образование в XXI веке. – 2008. – № 1. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-formirovaniya-i-razvitiya-valeologicheskoy-ustanovki-lichnosti-na-osnove-kontseptsii-dominiruyuschih-instinktov>. – Дата доступа: 27.06.2020.
3. Корнеев, А. А. Исследование текущего физического состояния населения г. Белгорода / А. А. Корнеев, О. Н. Зверева, Е. Н. Хорольская // Научный альманах. – 2015. – № 11-4 (13). – С. 209–211.
4. Столяров, В. И. Инновационная концепция модернизации теории и практики физического воспитания / В. И. Столяров. – Электрон. дан. – Litres, 2017. – 1036 с.
5. Давиденко, Д. Н. Валеология – научно-педагогическая основа культуры здоровья / Д. Н. Давиденко // Ученые записки университета Лесгафта. – 2006. – № 21 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnaya-osnova-kultury-zdorovya>. – Дата доступа: 11.02.2017.
6. Кряж, В. Н. Основные понятия метапринципа гуманизации физического воспитания / В. Н. Кряж // Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports. – 2008. – №6 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnye-ponyatiya-metaprintsipa-gumanizatsii-fizicheskogo-vospitaniya>. – Дата доступа: 06.07.2020.
7. Лях, В. И. Физическая культура. 10–11 классы : учебник для общеобразовательных учреждений / В. И. Лях, А. А. Зданевич ; под ред. В. И. Ляха. – 7-е изд. – М. : Просвещение, 2012. – 237 с.
8. Основной обмен как интегральный количественный показатель интенсивности метаболизма / К. В. Выборная [и др.]. // Вопросы питания. – 2017. – № 5. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnoy-obmen-kak-integralnyy-kolichestvennyy-pokazatel-intensivnosti-metabolizma>. – Дата доступа: 12.07.2020.
9. Лазарева, Е. А. Физическое, психическое здоровье и двигательная подготовленность населения / Е. А. Лазарева, В. С. Гарник, Н. Н. Бумарскова // Инновационные технологии в физическом воспитании и спорте : материалы Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. уч., посв. 40-летию ф-та физ. культ. Тульский гос. пед. ун-т им. Л. Н. Толстого. – Тула, 2017. – С. 273–278.
10. Снежицкий, П. В. Двигательная культура: генезис, состояние, проблемы : монография / П. В. Снежицкий. – Гродно : ГТАУ, 2022. – 284 с.
11. Снежицкий, П. В. Количественно-качественные аспекты здоровьесозидательной функции двигательной деятельности личности в условиях сельского биогеосоциоценоза / П. В. Снежицкий // Мир спорта. – 2021. – № 4. – С. 84–90.
12. Мостовая, Т. Н. Эффективный отдых и оптимальная двигательная активность – эффективное средство восстановления работоспособности / Т. Н. Мостовая, И. Г. Дегтярёв, Ю. Н. Старовойтов // Наука-2020. – 2018. – № 3 (19). – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/effektivnyy-otdyh-i-optimalnaya-dvigatel'naya-aktivnost-effektivnoe-sredstvo-vosstanovleniya-rabotosposobnosti>. – Дата доступа: 09.07.2020.
13. Баранов, С. Н. Физиологические основы мыслительной деятельности // Интерактивная наука. – 2017. – № 17. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/fiziologicheskie-osnovy-myslitel'noy-deyatelnosti>. – Дата доступа: 12.07.2020.
14. Мельчаков, А. В. Система оценки формирования двигательных способностей человека: автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 ; 13.00.04 / А. В. Мельчаков; Красноярский гос. пед. ун-т. – Красноярск, 2005. – 24 с.