

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ – АНТИПОДЫ

Валерий Анатольевич Лопатин

Сибирский государственный университет геосистем и технологий, 630108, Россия, г. Новосибирск, ул. Плахотного, 10, старший преподаватель кафедры физической культуры, тел. (383)361-01-80, e-mail: lopatina_ov66@mail.ru

В статье рассмотрены два совершенно разных явления «спорт» и «физическая культура» слитых воедино. Рассмотрено их содержание и влияние на отдельного человека и на общество в целом. Исследовано понимание этих явлений у различных групп населения. И найдены рекомендации для совершенствования преподавания физической культуры.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, двигательная активность, общество, организм, человек.

PHYSICAL EDUCATION AND SPORT: ANTIPODS OR TWINS

Valery A. Lopatin

Siberian State University of Geosystems and Technologies, 10, Plakhotnogo St., Novosibirsk, 630108, Russia, Senior Lecturer, Department of Physical Training, phone: (383)361-01-80, e-mail: lopatina_ov66@mail.ru

The article considers two absolutely different phenomena but traditionally thought as one whole – “physical education” and “sport”. Their content and impact on both individual and whole society are analyzed. Understanding these phenomena by different social groups is described. Recommendations for improving physical education are given.

Key words: physical education, sport, physical activity, society, body, individuals.

Монолитно спаянный тандем двух понятий, первое из которых – физическая культура, а второе спорт, продолжает свою жизнь. Значение слова физическая культура говорит само за себя, обозначая часть культуры человека, направленную на культуру тела, то есть на поддержание гармонического состояния, как внутреннего его гомеостаза – здоровья, так и внешнего. Спорт же работает в противоположном направлении, высасывая и забирая внутренние силы, которые человек должен был бы потратить в далёком будущем. Оба термина прочно слились в названии министерства, и не имеют ничего общего. У них противоположные по целеполаганию мотивы. Они собирают под свои знамёна разные слои человечества. И решают полярные задачи.

В статье автор попытается разобраться в полезности или же бесполезности, а возможно и вреде спорта и физической культуры, как для отдельного человека, так и для всего общества. Приведем результаты исследования, проведённого среди трёх групп: поклонников физической культуры, спортсменов, и людей, индифферентно относящихся к двигательной активности. В опросе приняло участие 35 физкультурников разного возраста, 47 человек, не отнёсших себя ни

к одному, ни к другому лагерю, назовём их «равнодушными», и 26 спортсменов, занимающихся, различными видами спорта. Спортсмены, действующие сегодня и спортсмены, уже завершившие спортивную карьеру, от третьеразрядников до чемпионов мирового уровня.

На главный вопрос о том, чем отличается спорт от физической культуры 77 % всех опрошенных, ответили – «цель». Спортсмены стремятся к победам, деньгам, славе, а физкультурники занимаются для себя, собственного совершенствования, оздоровления. И действительно, спортсмены начинают тренировочный процесс в раннем детстве, постепенно заполняя свою жизнь двухразовыми тренировочными занятиями в день, шесть-семь дней в неделю, добавляя регулярное участие в соревнованиях. Это заполняет всё время, мешая развитию других направлений, необходимых в воспитании культурно богатого человека. Страдает уровень образования, кругозор остаётся суженным и не позволяет видеть развёрнутую картину мира. Тем самым обедняя и ограничивая все стороны восприятия жизни. Примеров тому достаточно много. Только единицы после активных занятий большим спортом и чемпионских регалий продолжают обучение, самостоятельно защищают диссертации, становясь хранителем знаний о славных трудовых подвигах. Гиппократ был и учёным и олимпийцем, Инесе Яунземе, одна из немногих женщин, добилась признания в качестве хирурга. В 1956 году на главном стадионе в жаркой Австралии она метнула копье лучше всех на XVI Олимпиаде. Наша современница – сибирячка Ирина Страхова, став в 1987 в Риме чемпионкой мира по спортивной ходьбе, защитила диссертацию по социологии и много лет отдаёт свои знания студентам.

Ребята, любители физической культуры, обежавшие с десятков различных спортивных секций, кружков по творчеству, музыкальную школу и успевая читать книги из библиотеки, имеют больше шансов найти своё предназначение, любимое дело и радовать себя и окружающих своим трудом. Это их заметно отличает от узконаправленных героев спорта.

О том, что спорт и здоровье понятия несовместимые пишут и говорят в средствах массовой информации, многочисленные исследования поддерживают это утверждение. По официальным данным каждый год спортсмены получают около 10 миллионов травм. Они происходят в результате чрезмерного «закисления» организма, сопровождаемого потерей эластичности мышечного аппарата. А так же травмирующих условий контактных видов спорта и использования фармакологии. Наблюдая повседневную жизнь легендарных спортсменов и спортсменов, достигших звания Мастера Спорта, можно констатировать, что занятия спортом нанесли урон качеству жизни этой прослойке людей, что иллюстрирует настоящее исследование. О травмах свидетельствуют 92 % спортсменов, «равнодушные» – 44 %, говорят о травмировании знакомых спортсменов и 51 % физкультурников солидарны в этом вопросе.

Физкультурники, напротив, готовы свидетельствовать об улучшении физического и психологического состояния от занятий движениями. В группе физкультурников многие отмечают, что перестали чувствовать дискомфорт в позвоночнике – 33 %, 15 % – обратили внимание на улучшение качества сна,

52 % опрошенных засвидетельствовали повышение тонуса организма, хорошее настроение и быстрое восстановление после различных нагрузок.

Спорт можно отождествлять с военными действиями. Если сделать экскурс в историю, то понятие спорт появилось из Спарты, где готовили воинов, с помощью закалки, строжайшей дисциплины, спортивных состязаний. Эти приёмы использовались и для подготовки гладиаторов, выступающих на сценах амфитеатров. Современные спортсмены немногим отличаются от гладиаторов древности. Они полностью зависимы, принимают навязанные правила тренировки и фармакологического ведения тренировочного и соревновательного процесса. Они постоянно на виду, на подмостках и стараются отдать все силы победе. Они купаются в лучах славы, или же оставив весь запас прочности, остаются ни с чем.

Любитель физической культуры избавлен от «дичайшей соревновательности». Он стремится преодолеть себя, улучшить качества, которые сам выбрал и поставил для себя в приоритете. Он независим в своих желаниях. Реализация способностей и гармонизация телесной оболочки мотивируют на занятия и становятся заветным призом. На вопрос – «какие занятия приносят пользу здоровью человека?», участники опроса ответили следующим образом: 38 % считают, что занятия спортом оздоравливает. Остальные респонденты, осознающие разницу между спортом и физической культурой, отдали предпочтение последней.

Постоянные заимствования иностранных слов запутали обывателя. Он не видит разницы между понятиями «физическая культура» и «спорт». Модель упрощённого восприятия лексического значения довольно успешно внедряют в обиход русскоязычного человека. Беднейшие языки, такие как английский, имеющий в своём арсенале лишь 26 букв, а это на 7 букв меньше, чем в великом, могучем русском, чрезвычайно ограничены. Англичане и американцы называют любой вид активного движения «спортом». Тем самым упрощая и обедняя речь. А главное, смешивая воедино несовместимое, как в нашем случае, лишая возможности людей получить истинный образ от понятий «физическая культура» и «спорт».

Спорт – это большой научный эксперимент. Только подопытными становятся ни крысы и кролики, а человек. Диспансеры отслеживают состояние здоровья спортсменов, выполняя различные измерения и пробы.

Исследования дают ответ о возможностях организма в условиях жесточайших физических и психологических перегрузок. Использование фармацевтики в тренировочно-соревновательном цикле, даёт понимание того, как подстегнуть резервные силы организма и вытащить из него все запасы, рассчитанные на долгие годы полноценной жизни, как быстро и незаметно для допинг-контроля вывести тот или иной препарат из организма, как в минимальные сроки провести восстановление. И почти все 97 % участников исследования согласились с тем, что для учёных спортсменов – это опытный экземпляр.

Учёные пристально наблюдают и за людьми, занимающимися физической культурой. Но здесь в сферу исследований попадают совершенно другие пока-

затели, которые рассматривают положительное воздействие адекватной двигательной активности на здоровье человека.

Занятия спортом диктуют определённые внешние параметры: вес, рост, длину рук и ног, размер ступни и ладони, форму грудной клетки, заставляя перекраивать тела, сгонять вес или наращивать его, держать определённую диету, требуемую для достижения высокого результата.

Физической культурой может заниматься любой человек и толстый, и тонкий, и высокий, и низкий, и мясоед, и вегетарианец.

Занятия спортом, как не парадоксально, это занятие для обеспеченного населения, но не осознающего своей роли услаждать своими выступлениями взоры очень богатых и очень бедных жителей планеты, по сути, являясь теми гладиаторами из древнего Колизея.

Физической культурой можно заниматься везде, в любое время и в любой одежде, с преподавателем и без него, дома и на улице. Занятия не требуют больших финансовых вложений.

У спорта много других функций. Он обеспечивает работой целую армию спортивных функционеров. Он навязывает миллионам зрителей определённый образ жизни, настраивает на необходимые мысли, выгодные производителям и торговцам. Старательно и небезуспешно прививает вредные для здоровья человека продукты питания. Многие стали невольными зрителями ломящихся столов от пива, чипсов, сухариков, курицы гриль и прочего химического мусора во время чемпионата мира по футболу 2018 года. И это подтверждает 77.% наших респондентов. Во время просмотра телевизионных баталий всё вышеперечисленное поглощалось под звуки надувных палочек для болельщиков. Спортсмены высшего дивизиона рекламируют торговые марки, оплатившие им огромными финансовыми вливаниями, их услуги, навивая обывателю мысли о том, что быть сильным и быстрым возможно, просто купив и надев на себя вещь определённого бренда. Массовая культура, телевидение, радио, кино и реклама создают серьёзные трудности для формирования культурного человека и для социализации личности в современном обществе [1].

Спорт развращает. Зритель, большого спортивного действия, неминуемо становится частью толпы. Он вливается в когорту болельщиков, о нечеловеческом поведении которых мы слышим во время любого спортивного события.

Таким образом, литература, опыт, здравый смысл и наше исследование подтвердили то, что спорт не несёт добра в общество. Он доступен очень обеспеченным людям, он отнимает здоровье, а порой и саму жизнь. На организацию мировых спортивных мероприятий тратятся большие бюджетные деньги. Спортивные мероприятия переключают общество на пустые шоу, заражая нечеловеческими страстями.

Антипод спорта – физическая культура. Ею может заниматься любой человек, она даёт крепость телу и духу, способствует саморазвитию и осознанной жизни, приносит пользу всему обществу, неся созидание и благо, давая каждому человеку почувствовать свою уникальность и неповторимость.

Российский доктор Евгений Николаевич Божьев, предлагает перенаправить финансирование системы здравоохранения на физическое образование детей. Научить каждого ребёнка вдумчиво выполнять упражнения, понимая как при этом работают органы и системы человека. Мыслительная деятельность в процессе занятий физической культурой несёт колоссальное значение. Сегодня, мыслящий человек понимает, что только с помощью физических упражнений, правильного пищевого поведения, режима труда и отдыха, отсутствия зависимостей и оптимизма он может рассчитывать на долгую, счастливую жизнь [2]. В наших вузах постепенно появляются такие специалисты, расширяя взгляд студенчества на физическую культуру. Таких преподавателей не всегда поддерживают, но эволюцию не остановить: у молодёжи всё ярче проявляется запрос на учителей, дающих глубокие знания, те, что проверены на собственном опыте.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Ковалёва М.И. Гражданское воспитание как фактор социализации личности в современном обществе России и США // Философия образования - №6 (39). – 2011. – С. 226-233.
2. Лопатин В.А., Лопатина О.В. Формирование у студентов осознания необходимости в физических упражнениях для долголетней, полноценной жизни // АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ОБРАЗОВАНИЯ. Современные тенденции повышения качества непрерывного образования. Междунар. науч.-метод. конф. : сб. материалов (Новосибирск, 1–5 февраля 2016 г.). – Новосибирск : СГУГиТ, 2016. – С. 160–164.
3. Пузынин В.А., Казначеев С.В. Теоретические и методологические основы здоровья. – Новосибирск: Изд-во СибАГС, 2005. – 13 с.
4. <https://www.youtube.com/channel/UCJi84QETvgCxgpURWUumswQ>.
5. <https://www.youtube.com/channel/UCcaOmjGRssfkV94PHVKByA>.
6. <https://www.youtube.com/channel/UCrLObbdTAASGt7TUAbxZPoA>.

© В. А. Лопатин, 2019