

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ЛИЧНОСТИ КАК ФАКТОР ПРОФИЛАКТИКИ ЛИЧНОСТНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ДЕФОРМАЦИЙ

**В.Н. НИЖИВЕНКО¹, Е.Н. БАСОВ¹, А.А. ЭЛЬГАЙТАРОВ²,
Л.П. ЭЛЬГАЙТАРОВА², Ю.А. ДЖАУБАЕВ²**

¹*Кубанский государственный технологический университет,
350002, Российская Федерация, г. Краснодар, ул. Московская, 2.*

²*Карачаево-Черкесский государственный университет имени У.Д. Алиева,
369902, Российская Федерация, г. Карачаевск, ул. Ленина, 29.*

В статье обоснован высокий уровень физической культуры личности обучающихся – один из важнейших факторов профилактики их личностно-профессиональных деформаций, а доминирование целесообразной деятельности над нецелесообразной – один из наиболее информативных показателей отсутствия риска формирования зависимого поведения. Согласно современным воззрениям, физическая культура личности – системное личностно-профессиональное качество, отражающее приобщенность индивида к физкультурно-спортивной деятельности; оно представляет собой ресурс жизнедеятельности индивида, наряду с другими личностно-профессиональными качествами. Формирование физической культуры личности – важнейшая задача физического воспитания студентов, детерминированная компетентностным и личностно ориентированными подходами. Иначе говоря, образовательный процесс в целом и физическое воспитание в частности должны быть фактором личностно-профессионального развития студента, следовательно, и профилактики его личностно-профессиональных деформаций, т.к. без этого немислимо формирования здоровой конкурентоспособной личности. Очевидно, что профилактика личностно-профессиональных деформаций должна быть обязательной составляющей психолого-педагогического сопровождения личностно-профессионального развития обучающегося, а педагогические технологии должны в качестве целевого ориентира рассматривать не только формирование компетенций и личностно-профессиональных качеств обучающихся, но и профилактику их личностно-профессиональных деформаций.

Ключевые слова: физическая культура личности, профилактика, фактор, личностно-профессиональные деформации.

Постановка и анализ состояния проблемы. Формирование конкурентоспособной личности – генеральная цель (миссия) образования как социального института [1–15]. Вместе с тем, современной педагогикой и психологией установлено, что существуют факторы риска, негативно влияющие на конкурентоспособность индивида и эффективность его деятельности (как жизнедеятельности в целом, так и профессиональной деятельности в частности), – личностные и профессиональные деформации [4, 5, 12]. Современные исследователи выделяют следующие профессиональные

деформации деятельности: жесткое ролевое поведение, стереотипы деятельности, склонность к поучениям, безапелляционность, оценочность, чрезмерность пояснений, синдром всезнайства, догматизм в работе, формализм, консерватизм, информационная пассивность, сниженная профессиональная компетентность, психологическая некомпетентность, профессиональный цинизм, снижение трудовой мотивации, неудовлетворенность работой, эмоциональное выгорание. Наиболее распространенные профессиональные деформации личности: авторитарность, склонность к давлению, ощущение вседозволенности, социальное лицемерие, выученная беспомощность, завышенная самооценка, равнодушие к людям, склонность к агрессии, псевдотрансфер, излишняя правильность, некоммуникабельность, закрытость от окружающих, негативизм к другим людям, отсутствие чувства юмора, отсутствие мягкости в поведении, негативные изменения внешности, морализаторство, аддикции.

Для современных специалистов очевидно, что здоровая, всесторонне развитая личность наиболее устойчива к появлению личностно-профессиональных деформаций [1–15]. В то же время, развитие любой деформации – результат искажения мотивационно-ценностной сферы личности (смещения мотивов и деформации ценностей). Нельзя не отметить, что немаловажным фактором становления личностно-профессиональных деформаций является недостаточный уровень социально-профессиональной компетентности, прежде всего – соответствующих личностно-профессиональных качеств, компетенций и полезных свойств личности, противоположных соответствующим личностно-профессиональным деформациям. Например, толерантность – противоположность равнодушия к людям, жесткости в поведении, правовая компетентность – ощущения вседозволенности, информационная компетентность – информационной зависимости [1–3, 10, 11, 15].

Современными специалистами обосновано, что факторы профилактики личностно-профессиональных деформаций можно подразделить на личностные

(внутренние) и социокультурные (внешние). Однако по-прежнему не в полной мере изучена роль личностных факторов в профилактике деформаций, в том числе физической культуры личности. Известно, что физическая культура личности – личностно-профессиональное качество, интегрирующее знания в области физической культуры, физические качества, двигательные умения, мотивы и ценностное отношение к физкультурно-спортивной деятельности (и здоровому образу жизни), личный опыт в физкультурно-спортивной деятельности, неразрывно связанный со здоровым образом жизни; физическая культура личности неразрывно связана с индивидуальным социальным опытом индивида [2, 7-9, 12].

Вместе с тем, по-прежнему не изучена в должной мере взаимосвязь между физической культурой личности и риском (его отсутствием) становления личностно-профессиональных деформаций индивида. Проблема исследования состоит в вопросе, каков потенциал физкультурно-спортивной деятельности в профилактике личностно-профессиональных деформаций? Цель исследования – разработка модели взаимосвязи между становлением физической культуры личности и профилактикой личностно-профессиональных деформаций.

С точки зрения авторов, у зрелой личности мотивы и ценности, соответствующие физической культуре личности (в целом – ориентация на здоровый образ жизни), должны жестко коррелировать с мотивами и ценностями жизнедеятельности в целом. Но это можно обеспечить только посредством поведенческого (деятельностного) компонента. Физическая культура личности – фактор профилактики наиболее страшных личностно-профессиональных деформаций – аддикций.

Введём понятие “доминирование целесообразной деятельности над нецелесообразной”: $\mu = \frac{R_{цел}}{R_{нц}}$, где $R_{цел}$ – объём личностно и социально целесообразной деятельности (поведения), $R_{нц}$ – нецелесообразной. Данный показатель оценивают за статистически значимый интервал времени.

Например, если индивид в течение года жизни из 1600 часов, уделённых друзьям, занимался с ними спортом и иными видами полезной деятельности в течение 1550 часов, нецелесообразной (например, употребление алкогольных напитков) в течение 50 часов, то коэффициент доминирования равен 32.

Введем также понятие “доминирование фактического объема нецелесообразной деятельности над допустимой границей”: $\lambda = \frac{R_{\text{фонц}}}{R_{\Gamma}}$, где

$R_{\text{фонц}}$ – фактический объем нецелесообразной деятельности, R_{Γ} – граничный. Данный показатель также оценивают за статистически значимый интервал времени.

Поясним предложенный показатель на примере информационной зависимости (информационная зависимость характеризуется огромными объемами нецелесообразной информационной деятельности, а причина – в искажении мотивационно-ценностного компонента как информационной компетентности в частности, так и социально-профессиональной компетентности в целом). Критерий близости к информационной зависимости:

$\lambda_{\text{из}} = \frac{V_{\text{нцид}}}{V_{\text{гнцид}}}$, где $V_{\text{нцид}}$ – фактический объём нецелесообразной

информационной деятельности индивида (может измеряться в тех же единицах, что и время использования информационных технологий и систем), $V_{\text{гнцид}}$ – граничный объём нецелесообразной информационной деятельности (равен два часа в день, в него входит нецелесообразный просмотр телепередач, нецелесообразная работа в Интернет и т.д.), q – соотношение между фактическим и допустимым объёмом нецелесообразной информационной деятельности (указанные показатели возможно оценивать лишь за статистически значимые промежутки времени). Градации показателя риска: менее 0.75 – очень низкий, от 0.75 до 1.5 – низкий, от 1.5 до 2.0 – средний, от 2.0 до 2.5 – высокий, свыше 2.5 – очень высокий.

Известно, что поведенческий компонент многих личностно-профессиональных качеств (толерантность, дисциплинированность, правовая

компетентность и т.д.), в том числе интегративного – социально-профессиональной компетентности, может включать в себя не только социально одобряемый (позитивный), но и негативный опыт [1–15]. Необходимо устойчивое формирование личностно-профессиональных качеств (особенно интегративного – социально-профессиональной компетентности), т.е. наличие запаса устойчивости системы (для внешних негативных воздействий). Например, индивид, ориентированный на здоровый образ жизни (т.е. с высоким уровнем физической культуры личности, особенно мотивационно-ценностного и поведенческого компонентов) не “сойдет с верного пути”, даже если его социальное окружение характеризует нездоровый образ жизни. Коэффициентом доминирования позитивного опыта над негативным (для конкретного качества) назовём величину $\Omega = \frac{F_{\text{поз}}}{F_{\text{нег}}}$, где $F_{\text{поз}}$ и $F_{\text{нег}}$ – соответственно объём опыта (может быть или числом случаев, или затраченным временем и т.д.) позитивного и негативного проявления личности в поведении. Тогда вероятность того, что поведенческий компонент личностно-профессионального качества сформирован устойчиво, составит $p = \frac{\Omega}{1 + \Omega}$.

Вместе с тем, вышеописанная модель доминирования не учитывает значимости (весовых коэффициентов) тех или иных составляющих опыта поведения. Например, употребление алкоголя или увлечение азартными играми – более серьезные негативные действия, чем курение или “лайкание” в социальных сетях; употребление наркотических веществ – ещё страшнее, чем употребление алкогольных напитков. Более точная модель (w_i – весовой коэффициент i -го действия):

$$\Omega = \ln \left(\frac{\sum_{i=1}^{F_{\text{поз}}} w_i}{\sum_{i=1}^{F_{\text{нег}}} w_i} \right).$$

Если для профилактики аддикций имеют значение W личностно-профессиональных качеств, то их потенциал в такой профилактике $Q = \prod_{i=1}^W \Omega_i$.

Например, в профилактике информационной зависимости в равной мере имеют значение как физическая культура личности, так и информационная компетентность и социальная ответственность (нельзя сказать, что индивид, не обладающий высоким уровнем физической культуры личности, обязательно имеет риск формирования у него информационной зависимости, т.к. этому может успешно противостоять и иной фактор – информационная компетентность).

Значение физической культуры личности как фактора профилактики аддикций заключено в следующем. Во-первых, устойчивые мотивы к физкультурно-спортивной деятельности (в сочетании с ценностным отношением к здоровому образу жизни) включены в общую направленность личности, которая ориентирована на успех в жизни и личностно-профессиональное развитие, а не на нерациональное использование времени. Во-вторых, физкультурно-спортивная деятельность (напомним, что личный опыт в ней – поведенческий компонент физической культуры личности) требует затрат времени, что существенно уменьшает резервы времени для нецелесообразной деятельности: $T_{нцд} \leq T - T_{фсд} - T_{оцзв}$. Здесь: $T_{нцд}$ – время, затрачиваемое индивидом на нецелесообразную деятельность, T – общие ресурсы времени, $T_{фсд}$ – время, затрачиваемое на физкультурно-спортивную деятельность, $T_{оцзв}$ – остальные целесообразные затраты времени (в том числе время целесообразной работы с компьютерными информационными системами, время на восстановление сил и т.д.).

Говоря о становлении физической культуры личности как ресурса жизнедеятельности и фактора профилактики аддикций, нельзя не отметить важный шаг, сделанный государством в решении проблемы оздоровления нации – возвращения физкультурно-спортивного комплекса ГТО (2014 год). С точки зрения авторов статьи, значимость комплекса ГТО – не только и не столько в возможности мониторинга физической подготовленности населения (отметим, что применение комплекса ГТО не должно принимать уродливых форм, в том числе пресловутой “принудилочки”), сколько в указании

обучающемуся целевых ориентиров физического развития, а также мотивировании обучающегося к этому развитию. Отметим, что стремление достичь нормативных показателей не может быть не связано с активной физкультурно-спортивной деятельностью обучающегося (становлением поведенческого компонента физической культуры личности), следовательно, целесообразными затратами времени (данная целесообразность характеризуется и таким аспектом, как укрепление здоровья).

Для успешной сдачи нормативов ГТО, соответствующих определенному уровню (“значку”) на определенной ступени, обучающийся в ходе текущего контроля должен демонстрировать более высокие результаты, нежели предполагаемые нормативом. Пусть N – число нормативов (нормативных упражнений), в которых необходимо продемонстрировать двигательный результат, не ниже порогового, тогда вероятность (y обучающегося) успешной сдачи ГТО составит $P = \prod_{i=1}^N p_i$, где p_i – вероятность успешного выполнения (т.е. не ниже установленного порогового значения) i -го теста (упражнения).

Каким образом определить вероятность успешного прохождения конкретного двигательного теста? Пусть D – пороговое значение выполнения двигательного теста (если показатель “вредный”, то его можно преобразовать в “полезный”, например, время преодоления дистанции – в среднюю скорость), M – число случаев демонстраций обучающимся выполнения двигательного теста в ходе текущего контроля, d_j – результат выполнения, соответствующий j -

му случаю. Тогда $d = \frac{\sum_{j=1}^M d_j}{M}$, $\alpha = \frac{d - D}{D}$, а вероятность успешного выполнения

(т.е. не хуже порогового значения) двигательного теста при сдаче комплекса

ГТО можно отразить логистической зависимостью: $p = \frac{1}{1 + e^\alpha}$, где e –

экспонента. Иначе говоря, если средний результат, демонстрируемый обучающимся в ходе текущего контроля, совпадает с граничным (требуемым комплексом ГТО), то вероятность успешной демонстрации выполнения

двигательного теста данным обучающимся лишь 0.5 (50%); т.е. верно правило: хочешь успешно выполнить норматив – “превосходи” его. Но время, затрачиваемое на подготовку к сдаче норматива, зависит от желаемого результата; следовательно, подготовка к сдаче нормативов ГТО увеличивает целесообразные (с точки зрения укрепления здоровья и повышения уровня физической подготовленности) затраты времени, следовательно, уменьшает временные резервы для нецелесообразных затрат времени.

С точки зрения авторов статьи, по результатам сдачи нормативов комплекса ГТО возможно оценить психологическую подготовленность (по меньшей мере, устойчивость) обучающегося. Пусть d – эмпирический средний результат выполнений конкретного норматива в ходе текущего контроля его физкультурно-спортивной деятельности, d' – фактически продемонстрированный в ходе испытания (а сдача любого экзамена – психологическое испытание, которое столь необходимо для становления личности!), т.е. сдачи нормативов ГТО, тогда индикатор психологической подготовленности (устойчивости) $\beta = \frac{d' - d}{d}$. Если для оценки психологической

устойчивости в равной мере информативны демонстрации выполнения всех нормативных упражнений (напомним, что их всего N), то интегративный критерий $B = \frac{\sum_{i=1}^N \beta_i}{N}$. Данный параметр можно считать и прогностическим критерием отсутствия риска формирования аддикций.

Отсутствие риска развития личностно-профессиональных деформаций – важный показатель конкурентоспособности личности. Действительно, конкурентоспособная личность ориентирована на успех в жизни, на постоянный личностно-профессиональный рост, что отражает отсутствие деформаций в её мотивационно-ценностной сфере. Дефицит объёма статьи не позволяет привести критерии и методику диагностики конкурентоспособности личности, но отметим: доминирование целесообразной деятельности над

нецелесообразной – не только фактор профилактики деформаций, но и информативный индикатор социально-профессиональной компетентности.

Заключение. Успешность профилактики личностно-профессиональных деформаций у студентов – важный показатель качества и эффективности образовательного процесса в вузе, его ориентированности на формирование здоровой, всесторонне развитой (следовательно, конкурентоспособной) личности. Профилактику личностно-профессиональных деформаций студентов необходимо рассматривать в контексте проблемы более высокого порядка – формирования конкурентоспособной личности [1–15].

Физическое воспитание студентов, как компонент образовательного процесса, может и должно быть ведущим фактором профилактики личностно-профессиональных деформаций. Это возможно при условии, если физическая культура личности будет формироваться в неразрывной связи с индивидуальным социальным опытом (социальной компетентностью), а становление её когнитивного, операционного и поведенческого компонентов будет сопряжено с формированием устойчивых мотивов к здоровому образу жизни, включенными в общую направленность личности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бойков, А.Е. Оценка уровня риска формирования информационной зависимости учащихся 5 классов / А.Е. Бойков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. - № 5 (111), 2014. – С. 19-23.
2. Вальчук, Н.К. Физическая культура личности студента как ресурс его жизнедеятельности / Н.К. Вальчук, А.В. Савенко, Д.А. Романов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - № 10 (104), 2013. – С. 32-35.
3. Вязанкова, В.В. Формирование информационной культуры личности студентов в структуре управления образовательным процессом / В.В. Вязанкова, З.А. Маушева, М.Л. Романова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - № 1 (59), 2010. – С. 22-28.
4. Зайцева, О.Ю. Современные модели конкурентоспособной личности / О.Ю. Зайцева, Г.Е. Тюпенькова, Н.В. Лысенко, Л.Н. Хамзина, М.Л. Романова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - № 10 (116), 2014. – С. 68-72.
5. Зиновьев, Н.А. Особенности профессиональных деформаций преподавателей физической культуры / Н.А. Зиновьев, А.А. Зиновьев, Г.В. Солдатова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - № 3 (133), 2016. – С. 283-286.
6. Петьков, В.А. Проектирование инновационной деятельности кафедры спортивных дисциплин физкультурного факультета вуза / В.А. Петьков, Э.Э. Кочкаров, Э.А. Кубеков // Теория и практика общественного развития. - № 3, 2015. –

С. 168-170.

7. Петьков, В.А. Концептуальные основы развития профессионализма будущих социальных работников средствами физической культуры и спорта / В.А. Петьков, Э.Э. Кочкаров, Э.А. Кубеков // Теория и практика общественного развития. - № 5, 2015. – С. 136-138.

8. Петьков, В.А. Технология физического воспитания студентов с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов / В.А. Петьков, Ю.В. Бессарабова // Теория и практика общественного развития. - № 5, 2015. – С. 139-141.

9. Полянский, А.В. Педагогический эксперимент в физическом воспитании студентов / А.В. Полянский, Д.А. Романов, Е.Ю. Лукьяненко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - № 4, 2008. – С. 55-60.

10. Романов, Д.А. Современные модели толерантности обучающихся / Д.А. Романов, И.Ю. Глухенький, Р.В. Терюха // Среднее профессиональное образование. - № 12, 2013. – С. 28-30.

11. Шапошникова, Т.Л. Диагностика толерантности в структуре мониторинга личностно-профессионального развития студента / Т.Л. Шапошникова, М.Л. Романова, А.Е. Федюн // Среднее профессиональное образование. - № 12, 2013. – С. 26-28.

12. Шапошникова, Т.Л. Параметры конкурентоспособной личности / Т.Л. Шапошникова, М.Л. Романова // Научные труды Кубанского государственного технологического университета. - № 6, 2015. – С. 375-399.

13. Шлюбуль, Е.Ю. Квалиметрическая оценка дисциплинированности студентов вуза / Е.Ю. Шлюбуль, Н.А. Синельникова, М.Л. Романова, Д.А. Романов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. - № 7 (89), 2012. – С. 145-150.

14. Щербина, А.И. Структура ценностных ориентаций личности педагогов дошкольных образовательных учреждений / А.И. Щербина, В.М. Гребенникова // Непрерывное образование. - № 1 (11), 2015. – С. 57-60.

15. Shaposhnikova T.L., Romanova M.L. and Tarasenko N.A. Conditions to Inculcate Tolerance in Students: Life Science Journal, 10 (11s), 2013. – pp. 325-330.

REFERENCES

1. A.E. Boykov (2014) Uchenyie zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta, No 5, Vol. 111, pp. 19-23.

2. V.V. Vyazankova etc. (2010) Uchenyie zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta, No 1, Vol. 59, pp. 22-28.

3. N.K. Valchuk etc. (2013) Uchenyie zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta, No 10, Vol. 104, pp. 32-35.

4. O.Yu. Zaytseva etc. (2014) Uchenyie zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta, No 10, Vol. 116, pp. 68-72.

5. N.A. Zinoviev etc. (2016) Uchenyie zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta, No 3, Vol. 133, pp. 283-286.

6. V.A. Petkov etc. (2015) Teoriya i praktika obschestvennogo razvitiya, No 3, pp. 168-170.

7. V.A. Petkov etc. (2015) Teoriya i praktika obschestvennogo razvitiya, No 5, pp. 136-138.

8. V.A. Petkov and Yu.V. Bessarabova (2015) Teoriya i praktika obschestvennogo razvitiya, No 5, pp. 139-141.

9. A.V. Polyanskiy etc. (2008) Uchenyie zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta, No 4, pp. 55-60.

10. D.A. Romanov etc. (2013) *Srednee professionalnoe obrazovanie*, No 12, pp. 28-30.
11. T.L. Shaposhnikova etc. (2013) *Srednee professionalnoe obrazovanie*, No 12, pp. 26-28.
12. T.L. Shaposhnikova and M.L. Romanova (2015) *Nauchnyie trudyi Kubanskogo gosudarstvennogo technologicheskogo universiteta*, No 6, pp. 375-399.
13. E.Yu. Shlyubul etc. (2012) *Uchenyie zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No 7, Vol. 89, pp. 145-150.
14. A.I. Scherbina and V.M. Grebennikova (2015) *Nepreryivnoe obrazovanie*, No 1, Vol. 11, pp. 57-60.
15. Shaposhnikova T.L., Romanova M.L. and Tarasenko N.A. Conditions to Inculcate Tolerance in Students: *Life Science Journal*, 10 (11s), 2013. – pp. 325-330.

*PERSONAL PHYSICAL CULTURE AS FACTOR OF PERSONALLY-
PROFESSIONAL STRAINS PREVENTION*

V.N. NIZHIVENKO¹, E.N. BASOV¹, A.A. ELGAYTAROV²,
L.P. ELGAYTAROVA², YU.A. DZHAUBAEV²

¹*Kuban State Technological University,
2, Moskovskaya st., Krasnodar, Russian Federation, 350002.*
²*Karachaevo-Cherkessk State University named after U.D. Aliev,
29, Lenina st., Karachaevsk, Russian Federation, 369902.*

In article shown, that the high level of students personal physical culture is one of most important factors of personally-professional strains prevention, also, the dominating of purpose oriented activity over stochastic, is one of most important parameters of addiction behavior formation risk absence. To accordance with modern review, the personal physical culture is system personally-professional ability, reflected the persona including into physical culture and sport activity; it is a life activity resource, such as other personally-professional abilities. The student's personal physical culture formation is physical education most important purpose, determined by competence oriented and personal oriented approaches. To equal speaking, the educational process and physical education, as it part, must be a factor of students personally-professional development, also, addictions prevention factor, because without is impossible the formation of healthy competitiveness persona. The authors sure, that the personally-professional strains prevention must be component of students personally-professional development pedagogical accomplishment, also, the pedagogical technologies must be focused not only to formation of competencies and personally-professional abilities, also to their personally-professional strains prevention.

Key words: personal physical culture, prevention, factor, personally-professional strains.