**ИННОВАТИКА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

*Грачева О.С.*

*г.Минск, Беларусь*

*Changes in the motivations of the physical culture and sports activity - innovations, inevitably affect the types of physical culture activities and the forms of studies*

Белорусское общество вступило в новую фазу развития, в настоящий момент мы можем наблюдать бурное развитие всех сфер жизнедеятельности белорусов. Улучшение условий жизни, модернизация производства, существенно снизило долю физического труда в повседневной жизни. Компьтеризация предоставила возможность безграничного общения. Все это не могло не отразится на стиле жизни наших современников, который стал быстрее быстрым и комфортным. Однако эти комфортные условия существования внесли существенные коррективы в двигательную активность белорусов: мы стали меньше проводить времени на свежем воздухе, наши передвижения в пространстве значительно снизились как и доля физического труда. Такие сдвиги в жизнедеятельности не могли не отразиться на роли и месте физической (телесной) культуры в жизни белоруса. Хорошая физическая форма сейчас уже становится не столько средством обеспечения самого существования, но во все большей степени лишь средством реализации стремления к внешней привлекательности. Как не парадоксально, красивое стройное тело в сегодняшнем обществе с относительно низким уровнем роли физической составляющей в самообеспечении повседневной жизни становится своего рода внешним признаком, своего рода «знаком» успешности. Вследствие этого, занятия физическими упражнениями в определенных слоях общества начинают восприниматься не с позиций их культурной и социальной значимости и переходят в разряд модных и элитарных. Становится все более заметной тенденция развития инновационных видов физкультурно-спортивной активности, соответствующих новым установкам и мотивациям и призванных удовлетворить возникающие потребности.

Изменения в сфере мотиваций физкультурно-спортивной активности - инновации, как их принято сейчас называть – неизбежно сказываются не только на видах физкультурной активности, но и на формах занятий. Можно сказать, что в основе образования существующих в настоящее время форм физической активности лежат разные базисные системообразующие потребности, определяющие основные направления их развития, порождающие в рамках этих форм особую своеобразную – можно сказать даже своего рода «субкультурную» - среду общения, существование которой поддерживается и подпитывается специфическими формами двигательной активности, что во многом определяет субкультурную направленность физического совершенствование ее субъектов.

Сущностным критерием инновации в педагогике в целом и в физическом воспитании в частности, является изменение состояния объекта «после того» от состояния «до того». Это может быть перенос уже известного в новые социокультурные условия, либо освоение ранее не реализованной возможности, либо эволюционирование всего объекта инновации [1]. Исходя из такого определения понятия инновации и взглянув на историческое становление физической культуры можно представить современные формы физкультурно-спортивной активности как виды имеющие 3 основных направления, в основе которых лежат общие историко-культурные корни.

Это, во-первых, основная группа современных западных видов спорта, которая сформировалась на основе акцентирования, более того, культивирования его соревновательно-зрелищного компонента физической активности. Эту традицию можно отметить еще с античности, правда, современные виды данного направления возникают несколько иначе, чем в античные времена. Их возникновение связано с развитием буржуазной городской культуры и истоки лежат отнюдь не в потребностях физического совершенствования и не в традиционных формах праздников, а преимущественно в новых возможностях досужего развлечения горожан. Сегодня это в первую очередь связано с развитием экстремальных видов физкультурно-спортивной активности;

Во-вторых, виды физической активности, пришедшие к нам с востока, которые вошли в современную физическую культуру как продолжение традиций связи повседневности с их религиозной направленностью. Загадочный Восток всегда привлекал внимание европейцев своей идеологией, религией, этикой, своим видением мира, своей мудростью. Культура Востока – в первую очередь даже внешне - имеет большую связь с природой, нежели Запада вследствие большей «привязанности к земле» и отсутствия техногенности своей жизни: человек здесь более «природен», чем отчужден от природы. Данное направление подразделяется на следующие блоки:

а) Оздоровительные практики.

б) Боевые искусства.

Стремящиеся приобщиться к этим направлениям ищут пути к обогащению собственной духовности в единстве духовного и физического, к решению проблемы достижения духовного совершенства и получения удовольствия от своего совершенства посредством физических упражнений.;

И, наконец, последнее по списку, но не по своей значимости, воспитательное направление. В его рамках возникли такие виды спорта как, например, баскетбол. Сегодня мы можем наблюдать бурный рост разного рода новых игровых видов освоения пространства физкультурно-спортивной деятельности.

В рамках отмеченных выше трех основных прагматично ориентированных направлений физической активности шла эволюция ее форм на протяжении всего исторического периода. Современность же во многом ушла от чисто прагматичной, утилитарной ориентации, породив четвертое, принципиально новое – эстетико ориентированное - направление, характеризующееся направленностью на самоценность физического самосовершенства, совершенствования ради создания телесно и двигательно привлекательного облика. Это так называемое фитнесс-направление, где приоритет отдается не соревнованию с другими, а самосовершенствованию, где ведется соревнование как бы с самим собой, решаются такие задачи как оптимизация веса, формирование красивой фигуры, выработка правильной осанки и красоты движений, что не характерно для предыдущих трех направлений. В настоящий момент фитнесс представлен следующими направлениями:

* силовые тренировки, направленные на развитие силы и увеличение мышечной массы;
* аэробные и кардиотренировки, улучшающие деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем, а так же способствующие сжиганию излишних жировых отложений;
* тренировка гибкости, направленная на увеличение подвижности суставов и улучшение эластичности связок;
* направление Mind Body (умное тело) направленное на развитие координации движений и контроля над телом, оказывающее общеукрепляющее и оздоровительное воздействие на организм;
* адаптивное направление, применяемое преимущественно для категорий лиц, которые временно, в силу своего физического развития или состояния не могут освоить предлагаемый объем нагрузки.[2]

Логично современные инновационные формы физкультурно-спортивной активности рассматривать как закономерное следствие исторической эволюции основных направлений-ветвей физической культуры, складывающихся в соответствии с конкретно-историческими условиями: зрелищной, традиционно-религиозной, воспитательной и новой, инновационной фитнесс-формы, формирующейся на современном социо-культурном этапе. При этом надо иметь в виду, что видом спорта может стать сегодня практически любой вид деятельности, основанной на реализации природно-телесной сущности человека, формирующий и совершенствующий человеческие способности, если он оформлен как спортивное состязание и функционирует по законам спортивного совершенствования[3].

*Литература:*

1. Герасимов Г.И., Илюхина Л.В. Инновации в образовании: сущность и социальные механизмы. - Рос-тов н/д: НМД «Логос», 1999. - 136 с.
2. Грачева О.С. Инновационные формы физкультурно спортивной активности как средство деформализации неспециального физкультурного образования/ О.С. Грачева//Актуальные вопросы современной науки: сб.научн.статей/Бел.гос.пед.ун-т им. М. Танка;под ред. М.М. Круталевича.-Минск, 2010.-С.49-51.
3. Сутула В.А., Ян Цзинь Т. Основные тенденции исторического развития воспитательного направления в физической культуре в период Нового времени /В.А. Стула, Т. Ян Цзинь// Физическое воспитание студентов творческих специальностей: Сб. научных трудов под ред. Ермакова С.С.- Харьков: ХХПИ, 2000.- №-21.- 27-32.