

## ЭВОЛЮЦИОННО-ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ КОНЦЕПЦИЯ ОПТИМИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ШКОЛЬНИКОВ, ПРОЖИВАЮЩИХ В УСЛОВИЯХ ГОРНОЙ СРЕДЫ

Мамбеталиев К.У.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта  
Бишкек, Кыргызская Республика

**Резюме.** Цель работы состояла в определении концептуальных основ оптимизации физической подготовки школьников, проживающих в условиях горной среды. Теоретической основой оптимизации физической подготовки школьников, проживающих в условиях горной среды, может являться эколого-эволюционная концепция физической подготовки.

**Ключевые слова.** Эволюция, физическое развитие, функциональное состояние организма, экология, физическая подготовка.

## ТООЛУУ ШАРТТАРДА ЖАШАГАН ОКУУЧУЛАРДЫН ДЕНЕ ТАРБИЯЛЫК ДАЯРДЫГЫН ОПТИМАЛДАШТЫРУУ ЭВОЛЮЦИЯЛЫК-ЭКОЛОГИЯЛЫК КОНЦЕПЦИЯСЫ

Мамбеталиев К.У.

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы  
Бишкек, Кыргыз Республикасы

**Корутунду.** Иштин максаты болуп тоолуу шарттарда жашаган окуучулардын дене тарбиялык даярдыгын оптималдаштыруу концептуалдык негиздерин аныктоо эсептелинет. Тоолуу шарттарда жашаган окуучулардын дене тарбиялык даярдыгын оптималдаштыруу теориялык негизи болуп, дене тарбиялык даярдыгын эволюциялык-экологиялык концепциясы эсептелинет.

**Негизги сөздөр.** Эволюция, дене тарбиялык өнүгүү, организмдин функционалдык абалы, экология, дене тарбиялык даярдык.

## EVOLUTIONARY-ECOLOGICAL CONCEPTION OF OPTIMIZATION OF PHYSICAL TRAINING OF SCHOOL CHILDREN LIVING IN MOUNTAINOUS CONDITION

Mambetaliev K. U.

Kyrgyz state physical culture and sport academy  
Bishkek, Kyrgyz Republic

**Resume.** The aim of work is defining conceptual basis of optimization of physical training of school children, living in mountainous condition. A theoretical basis of optimization of school children physical training living in mountainous conditions is ecological evolutionary conception of training.

**Key words:** Evolution, physical development, the functional norms of body, ecology, physical training.

**Введение.** Актуальность определения новых теоретико-методических направлений совершенствования физической подготовки школьников, проживающих в условиях среднегорья и высокогорья, имеет важнейшее значение. Не умаляя достижений современной педагогики, в частности физической подготовки школьников, можно констатировать, что для тех школьников, которые проживают в условиях горной среды, существующие теоретико-методические основы физической подготовки, требуют оптимизации на основе достижений физиологии и кинезиологии. В.К. Бальсевич справедливо отмечает, что правильные в целом схемы и эффективные нынешнему уровню наших теоретико-методических представлений,

знаний, умений, навыков и методов управления еще не сложились в законченную общую теорию многолетней физической подготовки (1), и предлагает эволюционный подход к обоснованию теории многолетней физической подготовки.

Достижения современной науки об особенностях и закономерностях возрастного развития физического развития, физической подготовленности, сезонной динамики функциональных систем организма школьников, проживающих в условиях горной среды (2,3,4, и др.), служат основанием для разработки концептуальных положений оптимизации физической подготовки, учитывающей данные особенности в комплексе.

**Цель работы** состояла в определении концептуальных основ оптимизации физической подготовки школьников, проживающих в условиях горной среды.

**Материалы и методы исследования.** В исследовании использованы методы теоретического научно-познавательного уровня (5).

Элементарно-теоретический анализ и синтез, использовался для первичного формирования предположений о причинно-следственных механизмах формирования закономерностей взаимоотношений в системе «физическое развитие и функциональные системы организма - проявления физических качеств».

Структурно-генетический анализ, использован при установлении основных элементов образующих особенности объекта исследования, их причинно-следственный механизм.

Метод восхождения от абстрактного к конкретному и обратно. Метод, как известно, представляя процесс познания, согласно которому мышление восходит от конкретного в действительности к абстрактному в мышлении и от него - к конкретному в мышлении, включал в себя два взаимосвязанных, и вместе с этим, относительно самостоятельных этапа.

На первом этапе осуществляется переход от конкретного в действительности к абстрактным определениям предмета. Единый объект «анатомировался» и описывался при помощи специальных понятий и суждений. Затем предполагалось восхождение от абстрактного к конкретному. Суть его состоит в движении мысли от абстрактных определений объекта к конкретному в познании. На этом этапе восстанавливалась исходная целостность объекта. Данный метод применен для формулирования теоретических предпосылок оптимизации физической подготовки школьников.

Анализ научно-методической литературы.

**Основные результаты исследования.** Анализ организации и управления физической подготовки школьников, проживающих в условиях горной среды, позволяет заключить следующее.

1. Современная организация и управление физической подготовки в школах не учитывает комплекса особенностей характерных для

среднегорья и высокогорья.

2. Биометеорологические особенности горной среды, характеризующиеся, как условия компенсируемого дискомфорта (6 и др.) определяющие:

- минимизацию физического развития и экономизацию деятельности функциональных систем организма школьников (см. 2).
- соответственно, низкий уровень физической подготовленности школьников (7);
- лимитирующее и содействующее влияние на результативность двигательной деятельности школьников (8).

В соответствии с учением о единстве среды и организма, адаптация выражается в форме наследственно закрепленного стереотипа морфофункциональных реакций организма, отражающих эволюционное приспособление к определенным условиям окружающей среды. Следовательно, морфофункциональные особенности детей и подростков, проживающих в условиях среднегорья и высокогорья, есть результат их адаптации конкретно к условиям горной среды.

3. Для школьников, проживающих в условиях горной среды вероятно характерны наличие специфических закономерностей возрастной и сезонной динамики физических качеств школьников, проживающих в условиях горной среды. Данное положение рассматривается, как следствие совокупного влияния особенностей морфофункционального развития и биометеорологических особенностей климата горной среды. И основаны на учении о гетерохронности роста и развития организма человека в онтогенезе.

4. Учение эволюционной биомеханики (9) гласит, что моторика человека, его двигательная активность обусловлена наследственной «программой», спонтанной двигательной активностью и социальными и экологическими условиями проживания. С исследовательской точки зрения важно то, что у жителей среднегорья и высокогорья «наследственная программа» вероятно, имеет свои особенности, которые закреплены генетически. Изложенные теоретические положения служат основанием для предположения о следующем:

- для школьников, проживающих в условиях горной среды, в частности в условиях так называемого компенсируемого дискомфорта (6), возможны наличие специфических закономерностей развития моторики. Данное утверждение основано на современных достижениях теории и практики физической культуры, признающей функциональную природу физических качеств человека (10);

- организация процесса физической подготовки в школе на основе

унифицированных программ не учитывает особенности морфофункционального развития и моторики школьников, проживающих в условиях горной среды. Говоря иначе процесс физического воспитания, не учитывает так называемый принцип природосообразности физической подготовки, который, по всей видимости, впервые ввел видный физиолог спорта В.К. Бальсевич;

- учитывая, что динамика сезонных биометеорологических факторов в

условиях горной среды, имеет выраженный характер и оказывают существенное влияние на состояние функциональных систем организма человека, можно полагать что школьники, проживающие в условиях горной среды, имеют особенности сезонной динамики физических качеств.

На основании изложенного можно полагать, что теоретической основой оптимизации физического воспитания может стать эколого-эволюционная концепция физической подготовки школьников, проживающих в условиях горной среды. При этом компонент «экологический» (эволюционный компонент рассмотрен по тексту), означает реализацию принципа природосообразности при разработке организационных и программных основ процесса физической подготовки школьников.

## **Литература:**

1. Бальсевич В. К. *Очерки по возрастной физиологии (Текст): монография / В.К. Бальсевич.* – М.: Советский спорт, 2009. – 220 с.

2. Турусбеков Б.Т. *Медико-социальные аспекты здоровья человека в горных условиях (Текст): монография / Б.Т. Турусбеков.* - Издательский совет КГМА. - 1998. 126 с.

3. Туркменов М. Т. *Биологические ритмы человека в горах (Текст): монография / М.Т. Туркменов.* - Фрунзе. «Илим». 1981. 102 с.

4. Турусбеков Б.Т. *Проблемы возрастной физиологии и педагогики человека в Кыргызстане (Текст) / Б.Т. Турусбеков, К.У. Мамбеталиев // Физиология, морфология человека и животных в Кыргызстане. Вестник РКСУ, – 2006. - № 6 – С. 181-186.*

5. Кузин В. *Подготовка (написание) диссертации (Текст): монография / В. Кузин.* - М.: «Ось - 89», 1992. - 306 с.

6. Шаназаров А.С. *Биоклиматическое районирование горных территорий (Текст) / Шаназаров А.С., Черноку М.Ю., Глушкова М.Ю. // Горы Кыргызстана. - Б.: Технология, 2001. С. 23-37.*

7. Мамбеталиев К.У. *Функциональная природа физических качеств человека, как объективная основа оптимизации программно-нормативной базы физического воспитания (Текст) / К. Мамбеталиев // Медицина Кыргызстана. – 2000. - № 4. – С. 68-72.*

8. Зима А. Г. *Физиология физических упражнений в среднегорье (Текст): монография / А.Г. Зима.* - Алматы. КазИФК, 1989. - с.102.

9. Бальсевич В.К. *Эволюционная биомеханика. Теория и практические приложения (Текст) / В.К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. - 1998. - № 4. - С.20-23.*

10. Мамбеталиев К. *Совершенствование физических возможностей человека (Текст): учеб. пособие для вузов / Н. Ш. Шарабакин, К. У. Мамбеталиев // Теория и методика физической культуры. - Бишкек, «ШАМ». 1997. – 307 с.*