

## Отзыв

**Официального оппонента Бардамова Гаврила Борисовича на диссертацию Доржиевой Ларисы Геннадьевны «Восточные системы психофизических тренировок как источник валеологической компетентности будущих востоковедов» на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры**

Актуальность данного исследования обоснована его автором достаточно убедительно как осознание необходимости построения модели формирования валеологической компетентности будущих востоковедов, соответствующей современным требованиям, поскольку существующая система, как показал автор исследования, им не отвечает и противоречива по многим параметрам. Основное противоречие происходит в подходе к организации здравоохранения и к научным исследованиям в сфере здоровья – от сугубо биологически направленной стратегии к стратегии, признающей роль ментальных и социальных факторов в сфере здоровья. Такая стратегия называется здоровым образом жизни, а способность вести здоровый образ жизни в таком понимании – валеологической компетентностью.

К выявлению противоречий привела многолетняя педагогическая деятельность автора по физическому воспитанию студентов-востоковедов, компетентный анализ научно-методической литературы, описывающей теоретический и практический опыт формирования валеологической компетентности этих студентов. Для разрешения проблемы соискателем была сформирована гипотеза на основе подробной характеристики степени разработанности темы и фундаментальности теоретико-методологической основы.

Особенность работы состоит в изменении подхода к формированию валеологической компетентности в связи с принятым в 1978 г. Всемирной организацией здравоохранения расширенным определением здоровья как «состояния полного физического, ментального и социального благополучия, а не только отсутствия болезней или немощи». Такое определение привело к

радикальному изменению взгляда людей на здоровье – предупреждение болезней и поддержание здоровья вместо лечения болезней после их появления, что поднимает актуальность данной работы.

Содержание работы, изложенное в трех главах качественным научным языком, оставляет впечатление полноты, логической последовательности и правдивости описания выполненного исследования.

В первой главе, состоящей из трех пунктов, рассматриваются основные понятия и термины «образа жизни», востребованные исследованием поставленной проблемы. Автором раскрывается понятийный аппарат как деятельность человека по разрешению жизненных ситуаций, возникающих в связи с его стремлением к благополучию, к удовлетворению своих потребностей во всех сферах жизни. По мнению автора, эти понятия более точно восполняют восточные системы психофизических тренировок и, соискатель акцентирует внимание на то, что надо освоить язык поз и движений. Понимание этого текста означает осмысление студентом-востоковедом его значения и последующую интерпретацию на собственном языке смыслов, т.е. научиться быть представителем восточных культур и одновременно взглянуть на них глазами своей культуры. Тем самым внутренне обеспечить диалог культур (восточных и своей), задать вопросы восточным культурам и найти ответы через понимание их текста (в данном случае – восточных систем психофизических тренировок). Из этого следует вывод о том, что восточные системы цигун, ушу, йога могут служить богатым по своему содержанию источником формирования валеологической компетентности студентов-востоковедов.

Диссертант обосновывает это тем, что выполнение восточных психофизических упражнений, понимание их воздействия на деятельность организма, на регуляцию тела, дыхания и психической деятельности, на управление своей энергией с целью профилактики болезней представляют собой реальный способ достижения физического, ментального и социального благополучия, т.е. здоровья и вместе с ним – валеологической компетентности.

Основным условием формирования валеологической компетентности студентов–востоковедов рассматривается кросскультурный подход, состоящий в развитии кросскультурной грамотности как способности понять культуру восточных народов, освоить ценности, заложенные в системе психофизических тренировок. Такой подход, как утверждает автор, ведет к кросскультурной компетентности, понимаемой как готовность к деятельности в сфере межкультурного диалога и дающей возможность исследования поведения, связанного со здоровьем. Результаты литературного обзора приводят к осмыслению проблемы о том, что поведенческий феномен на культурном (групповом) уровне означает здоровый образ жизни, а на психофизическом (индивидуальном) уровне – поведение, связанное со здоровьем.

Таким образом, автором валеологическая компетентность анализируется как способность вести здоровый образ жизни, как полноценный компонент профессиональной компетентности востоковеда. Это очень важное положение, которое поднимает статус физической культуры, как учебной дисциплины, до уровня профессиональной.

Во второй главе сформулированы задачи, вытекающие из цели и гипотезы исследования, и описаны некоторые концептуальные подходы, в частности проблемный подход, реализуемый как разрешение поведенческих ситуаций, возникающих при освоении конкретных упражнений. При этом используется метод П. Я. Гальперина для овладения психофизических упражнений, их интеграции при формировании поэтапных мысленных действий, понятий, образов в процессе выполнения дыхательных упражнений и релаксации в различных позах «асаны». Такое обучение проводилось по программе, рассчитанной на 136 часов по 2 часа (90 минут) в неделю.

В третьей главе описана образовательная модель формирования валеологической компетентности студентов и ее апробирование на экспериментальной группе. В основу реализации модели положена адекватность понятия здоровья в трактовке всемирной организации здравоохранения и восточных систем тренировок.

Разработке основной модели предшествует инвестиционная модель валеологической компетентности, в которой определены источники этой компетентности. Основным источником выступают системы цигун, ушу, йога, а также мотивация, стиль мышления, кросскультурная грамотность и специальные знания. Автор определяет, что мотивация в валеологической компетентности формируется на основе ценностного отношения к здоровью, к здоровому образу жизни, которое понимается как субъективно окрашенное личностью отражение взаимосвязанных связей своих потребностей в здоровье как состоянии полного благополучия (физического, ментального и социального). К стилю мышления отнесены его гибкость и физический интеллект или телесное мышление. Гибкость мышления обозначает умение задавать вопросы к тексту, который представляет из себя восточные системы, и умение находить ответы на эти вопросы, т.е. умение организовать и реализовать диалог культур.

Отсюда образовательная модель формирования валеологической компетентности представляет из себя тип обучения как единство цели, содержания и методов обучения. В содержании обучения предусмотрены психомоторика (выполнение психофизических упражнений), перцептивно-аффективный, творческий и рефлексивный компоненты. В представлении этого содержания в обучении используется проблемное обучение в режиме модульного подхода, согласованное сочетание компетентного и личностно-ориентированного подходов, метод поэтапного формирования умственных действий и образов по методике П. Я. Гальперина, диалогическое общение в системе «тренер-студент».

Диагностика результатов экспериментального обучения проведена по методике М. Рокича «Ценностные ориентации», с помощью которой определена основа отношений студентов к здоровью и кросскультурную грамотность как источник валеологической компетентности будущих востоковедов.

Результаты диагностики показали, что цель исследования достигнута, разработанная модель валеологической компетентности оказалась эффектив-

ной, гипотеза исследования – верной. Достоверность полученных результатов не вызывает сомнений. Положения, выносящие на защиту, являются обоснованными и обладают научной новизной, теоретической и практической значимостью, сформулированными соискателем.

Вместе с тем, на наш взгляд, в работе имеются следующие недостатки:

1. Не совсем подробны характеристики ментальной и социальной сторон понятия здоровья. Как известно, состояние ментального и социального благополучия тесно связано с качеством жизни, факторами социальной среды (качество окружающей среды, финансовые условия, социальная поддержка и т.д.) и личными факторами (удовлетворенность жизнью, когнитивная оценка своей жизни и др.)

2. Осталась без внимания роль медицины как важного элемента профилактики и поддержания здоровья, не говоря о лечении и роль организации системы здравоохранения в целом в контексте расширенного понимания здоровья.

3. В работе отсутствуют данные, характеризующие степень распространенности в студенческой среде вредных привычек (табакокурение, употребление алкогольных напитков и наркотиков и т.д.).

Однако отмеченные недостатки не являются существенными и не влияют на общую положительную оценку работы.

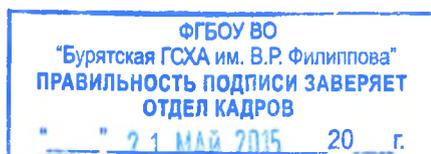
По нашему мнению, исследование Ларисы Геннадьевны Доржиевой представляет собой логически завершенную, самостоятельно выполненную научную квалификационную работу, в которой содержится решение проблемы, имеющей существенное значение в области оздоровительной и адаптивной физической культуры. Представленная диссертация «Восточные системы психофизических тренировок как источник валеологической компетентности будущих востоковедов» удовлетворяет всем требованиям, предъявляемым ВАК к кандидатским диссертациям, а ее автор заслуживает присуждения ему ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.04 –

теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Официальный оппонент:

кандидат педагогических наук, доцент,  
заведующий кафедрой физического  
воспитания ФГБОУ ВПО «Бурятская  
государственная сельскохозяйственная  
академия им. В.Р. Филиппова»

Г.Б. Бардамов



ВЕДУЩИЙ СПЕЦИАЛИСТ  
ОТДЕЛА КАДРОВ  
Цыбикова Ю.С.

