

<http://special.kremlin.ru/events/security-council/18529> (accessed 18.02.2021).

8. The Law of the USSR (1925), *On compulsory military service*, available at: www.consultant.ru/cons/cgi/online.cgi?req=doc&base=ESU&n=5637#08705524855833384 (accessed 18.02.2021)

9. The department of combat training of the OSOAVIAKHIM USSR (1933), *Drill, physical and rifle training of pre-conscripts, non-military officers and junior instructors of the OSOAVIAKHIM program and organization – methodological guidelines for the winter period*, Moscow.

10. Shcherbakova, M.Yu., Poryadina, G.I. and Kovaleva E.A. (2010), "Obesity in children (data of outpatient examination)", *The attending physician*. № 9, pp. 1-6.

Контактная информация: vfk.sila@mail.ru

Статья поступила в редакцию 01.04.2021

УДК 796.012

К ВОПРОСУ О ПРОБЛЕМАТИКЕ ТОЛКОВАНИЯ И ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПОНЯТИЙ «ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА» И «ФИЗИЧЕСКИЕ СПОСОБНОСТИ»

Ирина Юрьевна Стригельская, кандидат педагогических наук, доцент, Санкт-Петербургский государственный технологический институт (Технический университет)

Аннотация

Толкование и использование таких понятий как «физические качества» и «физические способности» до сих пор является предметом споров среди специалистов в области физической культуры. В статье представлен сравнительный анализ исследований специалистов в области физической культуры и спорта, касающийся данной проблематики.

Ключевые слова: физические качества, физические способности, знак равенства, студенты.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.4.p431-434

ON THE PROBLEM OF INTERPRETATION AND USE OF THE CONCEPTS OF "PHYSICAL QUALITIES" AND "PHYSICAL ABILITIES"

Irina Yuryevna Strigelskaya, the candidate of pedagogical science, senior lecturer, Saint-Petersburg State Institute of Technology (Technical University)

Abstract

The interpretation and use of such concepts as "physical qualities" and "physical abilities" is still the subject of controversy among specialists in the field of physical culture. The article presents a comparative analysis of the research of specialists in the field of physical culture and sports related to this issue.

Keywords: physical qualities, physical abilities, equal sign, students.

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время появилось большое количество научных публикаций, в которых среди многих проблем теории физической культуры и спорта, одно из главных мест занимает проблема качеств и способностей. Толкование и использование таких понятий как «качества» и «способности» до сих пор является предметом споров среди специалистов в области физической культуры. Одни считают, что оба понятия характеризуют совокупность проявляемых физических возможностей человека. Другие в своей практике упраздняют понятие «двигательные качества» и применяют исключительно понятие «двигательные способности». Третьи считают, что эти два понятия тесно связаны между собой и являются синонимами. Тот факт, что определение понятия физического качества воспринимается через понятие «способность» (например: «быстрота – способность...», «выносливость – способность...», «сила – способность...») в большинстве случаев сви-

детельствует о превалировании синонимичности в представлениях по данному вопросу.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Крупнейший теоретик физической культуры, исследователь проблем истории и методологии физической культуры Пономарев Н.И. в своих научных трудах отмечает, что «...физические качества и есть двигательные способности» (Пономарев Н.И., 1970), тем самым отождествляя оба понятия. Другой выдающийся ученый, автор научных трудов по проблемам изучения координационных способностей молодежи и спортсменов Лях В.И., считает, что понятия «качества» и «способности» – эквивалентны, подобны и взаимозаменяемы [3]. Назаренко Л.Д. утверждает, что термин «качество» отражает отдельные качественные стороны двигательной деятельности и употребление термина «способность» в значении «качество» обуславливает подмену более широкого обобщенного понятия его конкретной выраженностью [4]. Коренберг В.Б., специалист в области спортивной биомеханики, спортивной метрологии, считает, что понятия «физические качества» и «физические способности» нельзя располагать в одном ряду и на одном уровне описательной классификации, так как очевидно, что оба термина не синонимичны и не тождественны. Более того, Коренберг В.Б. считает, что также необходимо разграничить и такие понятия как «физические качества» и «двигательные качества» [1]. В своих трудах он пишет: «Принято считать физические качества и двигательные качества синонимами. Думается, в терминологии синонимичность не только бесполезна, но и вредна. В то же время, для термина «двигательные качества», есть куда более подходящий для него денотат: структурно особые базовые проявления моторики». Коренберг В.Б. различает параметрические характеристики спортивной моторики: темп движений, амплитуду движений, скорость, траекторию и др. – количественные характеристики спортивной моторики. А также ее непараметрические характеристики: техничность, эффективность (результативность), пластичность, экспрессивность (в смысле выразительность), надежность (вероятность выполнения). Эти характеристики спортивной моторики являются констатирующими и, собственно, этими характеристиками определяются качественные стороны двигательных способностей спортсменов [2].

Споры по данной проблематике не утихают и в настоящее время. Что же имеют в виду исследователи, используя то или иное понятие, порой просто не разобраться. Складывается впечатление, что авторы научных трудов, учебников, монографий, вопрос о двигательных качествах и способностях излагают на разных языках. В литературе существуют весьма противоречивые точки зрения. Это обстоятельство существенно затрудняет как понимание, так и преподавание теории физической культуры в вузах. Отсюда и «внутри кафедральные» споры молодых преподавателей со специалистами старшего поколения. В настоящее время некоторые авторы предлагают исключить из научного обихода термин «физические качества» и использовать только термин «физические способности». Старшее поколение преподавателей трактует данное понятие в сопоставлении с двигательными возможностями человека, так как двигательные способности в этом случае понимаются как индивидуальные свойства, определяющие двигательные возможности того или иного человека. То есть – двигательные способности у каждого человека развиты неодинаково. В основе такой неодинаковости развития способностей лежит, по мнению Ляха В.И., иерархия различных врожденных (наследственных) анатомо-физиологических и психических задатков (Лях В.И., 1996). Задатки перерастают в соответствующие способности в процессе выполнения какой-либо деятельности, совершенствуясь на основе приспособительных изменений организма человека, то есть его адаптации. Движения – ведущий фактор развития физических способностей.

Понятие «двигательные возможности», по мнению Лукьяненко В.П., представляется как наиболее емкое из рассматриваемых понятий. В своих трудах он утверждает, что понятие «физические возможности» по своей сути очень близко к понятию «физические

кондиции». По мнению Лукьяненко В.П. «физические кондиции» определяются как «...такое состояние физической дееспособности организма, которое характеризуется определенной степенью развития его основных физических качеств». Автор считает, что двигательные возможности являются совокупностью врожденных задатков, двигательных способностей и двигательного опыта, а также это состояние и степень надежности функциональных систем организма, которые в свою очередь обеспечивают двигательную активность человека и характеризуют уровень его дееспособности [5]. Сюда автор включает и координационные способности, и двигательные умения и навыки, состояние функциональных систем, а также врожденные задатки. По нашему мнению, это не упорядочено и вряд ли приемлемо – слишком широкое понятие.

Коренберг В.Б. в своих трудах отмечал, что рост двигательных возможностей характеризует приращение желаемых телесных кондиций человека, уровень проявления которых автор в своих трудах назвал моторикой.

Селуянов В.Н. утверждает, что при движении спортсмена можно зафиксировать его перемещение (положение) в пространстве, скорость, ускорение, силу взаимодействия с предметами. Появилось понятие «физическое качество» и его разновидности – сила, быстрота, выносливость, гибкость и ловкость (Селуянов В.Н., Заиорский В.М., 1966). Измерить физическую активность спортсмена возможно, но развивать физические качества нельзя. В организме человека нет физических качеств, а есть, например, мышцы, которые могут сокращаться и являть исследователям силу и скорость перемещения костей и тела в целом в пространстве. Например, для увеличения максимальной силы тяги мышцы требуется изменить строение мышечных волокон (увеличить количество миофибрилл), а не развивать физическое качество. (Селуянов В.Н., МФТИ, 2019).

В период дистанционного обучения, с переходом в цифровой формат, по дисциплине «Физическая культура» приоритетным направлением стало проведение лекционных и семинарских занятий. Нагрузка на преподавателей увеличилась в несколько раз: подготовка презентационных материалов, тем и вопросов для семинаров; разработка и подготовка заданий по теоретическому курсу и т.п. В рамках тематики одного из курсов лекций, студентам было предложено задание: провести комплексный анализ литературных источников и сделать выборку высказываний специалистов в области физической культуры и спорта по поводу «физических качеств» и физических способностей», затем ответить на вопрос: «Можно ли между понятиями «физические качества» и «физические способности» поставить знак равенства?». Задание получили студенты 1 (в количестве 30 человек) и 4 (в количестве 23 человек) курсов факультета «Экономики и менеджмента» СПбГТИ(ТУ), нам было интересно сравнить работы первокурсников и студентов старшего курса. Что из этого получилось, наглядно видно из таблицы 1. 66% студентов пришли к выводу, что между понятиями «физические качества» и «физические способности» существует разница и знак равенства здесь неуместен.

Таблица 1

вывод	1 курс (n=30 чел.)	4 курс (n=23 чел.)
Да. Это одинаковые понятия.	6	5
Нет. Это разные понятия.	24	11
Затрудняюсь ответить	0	7

21% студентов считают, что это идентичные понятия и одно понятие взаимозаменяемо другим. А у 13% студентов ответ на данный вопрос вызвал затруднение и они не смогли сформулировать свою точку зрения. Мы понимаем, что студентам было сложно ориентироваться и находить нужный материал, но нам была важна заинтересованность студентов в раскрытии данного вопроса и в выполнении задания. Студенты подошли со всей серьезностью к выполнению работы, причем большую активность проявили студенты 1 курса. Конечно, опираться на умозаключения студенческой молодежи непрофильно вуза было бы неправильно, если бы эти выводы не делались на основании высказыва-

ний специалистов в области физической культуры и спорта (Л.П. Матвеев, Ж.К. Холодов, В.И. Лях, Ю.Ф. Курамшин, Р.А. Абзалов и др.).

ВЫВОДЫ

«Физические качества» это уровень физической культуры, своего рода «эталон», «критерий» и определяется он особенностями проявления способностей человека в различных движениях. Воспитание физических качеств достигается решением разнообразных двигательных задач, а развитие физических способностей достигается выполнением различных двигательных заданий. На уровень проявления физических способностей, во-первых, оказывают непосредственное влияние средовые факторы, такие как – географическое положение, климатические условия, социально-бытовые условия жизни, материально-техническое обеспечение мест занятий и т.п., а во-вторых, наследственные задатки (анатомические, физиологические и психические особенности организма человека). Организм человека приспосабливается к различным изменениям в процессе выполнения какой-либо двигательной деятельности (адаптируется), тем самым совершенствуя те самые наследственные задатки, которые впоследствии перерастают в соответствующие физические способности. Физические качества являются выражением достигнутого уровня физических способностей. Отождествлять эти два понятия, по нашему мнению, нельзя.

ЛИТЕРАТУРА

1. Коренберг В.Б. Проблема физических и двигательных качеств / В.Б. Коренберг // Теория и практика физической культуры. – 1996. – № 7. – С. 2–5.
2. Коренберг В.Б. Лекции по спортивной биомеханике : учебное пособие / В.Б. Коренберг. – Москва : Советский спорт, 2011. – 206 с.
3. Лях В.И. Двигательные способности: общая характеристика и основы теории и методики их развития в практике физического воспитания / В.И. Лях // Физическая культура в школе. – 1996. – № 2. – С. 2–6.
4. Лукьяненко В.П. Терминологическое обеспечение развития физической культуры в современном обществе : монография / В.П. Лукьяненко. – Москва : Советский спорт, 2008. – 168 с.
5. Назаренко Л.Д. Способности или качества? / Л.Д. Назаренко // Теория и практика физической культуры. – 2015. – № 7. – С. 76–78.

REFERENCES

1. Korenberg, V.B. (1996), "The problem of physical and motor qualities", *Theory and practice of physical culture*, No. 7, pp. 2–5.
2. Korenberg, V.B. (2011), *Lectures on sports biomechanics: training manual*, Soviet Sport, Moscow.
3. Lyakh, V.I. (1996), "Motor skills: General characteristics and framework of theory and methodology of their development in the practice of physical education", *Physical culture in the school*, No. 2, pp. 2–6.
4. Lukyanenko, V.P. (2008), *Terminological support for the development of physical culture in modern society, monograph*, Soviet sports, Moscow.
5. Nazarenko, L.D. (2015, "Abilities or Qualities?", *Theory and Practice of Physical Culture*, No. 7, pp. 76–78.

Контактная информация: aevi-tsk@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 23.03.2021

УДК 378.147:378.018.43

ДИАГНОСТИКА ВЗАИМОСВЯЗИ АУДИТОРНОЙ И ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Теона Гуладиевна Тедорадзе, аспирант, Кубанский государственный технологический университет, Краснодар