

УДК 796.51+376.23

**ВОЗМОЖНОСТИ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА И СПОРТИВНОГО  
ОРИЕНТИРОВАНИЯ В РЕШЕНИИ ПРОБЛЕМ С ДЕЗОРИЕНТИРОВАННОСТЬЮ  
ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ**

*Юрий Анатольевич Гордеев, доктор биологических наук, профессор, Владимир Анато-  
льевич Пегов, кандидат педагогических наук, доцент, Анна Владимировна Матвеева,  
кандидат педагогических наук, Смоленский государственный университет спорта*

**Аннотация**

Психологи и социологи повсеместно диагностируют феномен дезориентированности на телесном и на психическом уровне у детей и подростков, который в последующем обнаруживается уже у молодых людей в довлеющем чувстве потерянности и невстроенности в жизнь (психологический и социальный инфантилизм). В школьном возрасте это проявляется в различных затруднениях при формировании учебных способностей. Возможные причины появления данного феномена – нарастающее число детей, родившихся с помощью кесарева сечения, с не интегрированными первичными рефлексам, имеющих существенным образом количественно и качественно обеднённый телесно-двигательный опыт, в том числе, из-за увеличения в их жизни «экранного времени». Спортивный туризм и спортивное ориентирование имеют потенциальные корректирующие возможности для коррекции дезориентированности у детей и подростков, что даст положительный эффект как при формировании учебных способностей, так и в социально-психологическом плане.

**Ключевые слова:** дезориентированность, дети, подростки, учебные способности, спортивный туризм, спортивное ориентирование.

## POSSIBILITIES OF SPORTS TOURISM AND ORIENTEERING IN SOLVING THE PROBLEMS WITH DISORIENTATION OF CHILDREN AND ADOLESCENTS

*Yuri Anatolyevich Gordeev, the doctor of biological sciences, professor, Vladimir Anatolyevich Pegov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Anna Vladimirovna Matveeva, the candidate of pedagogical sciences, Smolensk State University of Sports*

### Abstract

Psychologists and sociologists widely diagnose the phenomenon of disorientation at the physical and mental level among the children and adolescents, which is subsequently could be found among the young people and is manifested in the prevailing sense of loss and lack of integration into life (psychological and social infantilism). At school age, this manifests itself in various difficulties during the formation of educational abilities. Possible reasons for the appearance of this phenomenon are the increasing number of children born by caesarean section, with non – integrated primary reflexes, having significantly quantitatively and qualitatively impoverished bodily and motor experience, including due to an increase of the "screen time" in their lives. Sports tourism and orienteering have potential corrective opportunities for correcting disorientation for children and adolescents, which will have a positive effect both in the formation of educational abilities and in socio-psychological terms.

**Keywords:** disorientation, children, adolescents, learning abilities, sports tourism, orienteering.

### ВВЕДЕНИЕ

Дезориентированность – одна из характеристик, которую социологи, психологи и психотерапевты, особенно те, которые применяют телесно-ориентированную терапию, дают многим современным детям, подросткам, молодым людям. При этом дезориентированность обнаруживается как на телесном уровне, так и на психическом, и, как правило, они обычно сопряжены. Если на телесном уровне дезориентированный человек легко теряется в незнакомой местности (городе, лесу, здании) (при неврологических расстройствах вообще наблюдается топографический кретинизм – незнание привычной географической обстановки), то на душевном уровне – это потерянности в мыслях, эмоциях, отношениях с людьми (социальная дезориентация) и проч. Возникает вопрос: что приводит к нарастанию данной проблемы у представителей молодого поколения?

### ПРИЧИНЫ НАРАСТАЮЩЕЙ ДЕЗОРИЕНТИРОВАННОСТИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Можно указать, по крайней мере, на несколько причин. Во-первых, телесная дезориентированность наблюдается у детей, рождённых в результате кесарева сечения [1]. Они не имеют возможности пройти по родовым путям спиралевидным образом, или другими словами, на глубинном телесном уровне получить опыт встраивания («вкручивания») в три пространственных направления. Такой способ рождения очень часто не позволяет им здоровым образом интегрировать первичные рефлексы, на которых потом надстраиваются более высокие человеческие способности. Так плохое осознание фактических границ собственного тела и длины рук обнаруживается при не интегрированном рефлексе опоры (на психическом уровне – в недостатке уважения как к своему личному пространству, так и чужому). Зрительно-моторная координация зависит от интеграции ассиметричного шейно-тонического рефлекса, а возможность контроля за позой тела в пространстве обеспечивает симметричный шейно-тонический рефлекс [7]. Нарушения, которые обнаруживаются на телесно-двигательно-пространственном уровне, имеют характеристики, соотносимые с характеристиками психологических проблем у подростков, родившихся в результате кесарева сечения: предметный мир их затрагивает в меньшей степени, по сравнению с миром людей; ограниченность и пассивность в познавательной деятельности; выраженная тенденция отгородиться от любых внешних воздействий; неосознаваемое желание ограничить сферу общения, уйти от социальных контак-

тов [2]. Закономерно, что, в свою очередь, наблюдаются те же телесно-двигательно-пространственные характеристики (проблемы) у детей, имеющих серьёзные нарушения в развитии (детский аутизм, синдром Дауна, ДЦП, СДВГ, дислексия, и др.) [7, 8].

Во-вторых, стремительное увеличение так называемого «экранного времени» (от трёх часов у двухлетних детей до семи с половиной у подростков, что в астрономических часах даёт тридцать учебных лет (!) [5]). Всё большее число молодых родителей и родителей среднего возраста сознательно усаживают своих детей перед телевизором, планшетом, айфоном (чтобы их чем-то «занять» или обеспечить «развивающую» (?) среду). Здесь проявляется двойной эффект. Первое – обездвиженность детей; опыт же трёх пространственных направлений приобретается не абстрактным путём, а только через телесно-двигательный опыт – посредством жизни тела в реальном трёхмерном мире и движений в трёх пространственных направлениях. Второе – любой экран является плоским, создавая иллюзию трёхмерного пространства (виртуальный мир), но пребывание в иллюзиях никак не помогает, потом ориентироваться в реальном мире, а, наоборот, вызывает дезориентацию даже у взрослых людей.

В-третьих, количественно и качественно обеднённый телесно-двигательный опыт у современных детей (феномен «телесной запущенности» [4]). Данная причина, естественно, сопряжена с предыдущей. Технологический прогресс привёл к тому, что возрастающий процент детей не двигается активно сам, а пассивно перемещается с помощью различных устройств. Из детской культуры, практически, исчезли подвижные игры (что не тождественно спортивным играм), которые давали невероятный по нынешним меркам разнообразный телесно-двигательный опыт, особенно в первые 7–10 лет, когда происходит созидание пространственных форм человеческого тела и внутренних способностей обращения с ними. Исследования Т. Майерса убедительно показывают, как, например, по принципу «анатомических поездов» крайне недоразвитая стопа у многих современных детей приводит к тотальной деформации всего тела – нарушению пространственных форм [3]. Это, в свою очередь, деформирует пространственный образ собственного тела («схему тела»), через который искажается восприятие окружающего пространства, порождая общую дезориентированность.

#### **КОРРИГИРУЮЩИЕ ВОЗМОЖНОСТИ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА И СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ В РЕШЕНИИ ПРОБЛЕМЫ ДЕЗОРИЕНТИРОВАННОСТИ**

Далеко не все существующие телесно-двигательные практики приводят у детей к здоровому пространственному восприятию и пространственному мышлению, а также к гармоничному движению в пространстве. Просто некое абстрактное движение не даёт ожидаемого результата, а конкретные, например, виды спорта зачастую, наоборот, вносят дополнительные, специализированные трудности в проблему дезориентированности [6]. Поэтому нужно распознать именно те телесно-двигательные практики, которые смогли бы скорректировать в положительную сторону телесно-пространственный опыт детей и подростков. Ещё раз обратим внимание, что данный опыт важен не только сам по себе, но и с точки зрения перспективы формирования учебных способностей и «внутреннего пространства» (психической конституции) как у нормальных детей, но с деформированным пространственным опытом, так и у детей с лечебно-педагогическими проблемами, у которых переживание пространства и пространственных характеристик тела нарушено в результате болезни [8].

На наш взгляд, сочетание у детей занятий спортивным туризмом и спортивным ориентированием в полном созвучии с возрастными закономерностями и в контексте общеобразовательных задач как раз даёт эффект интенсивного погружения в здоровый телесно-двигательный опыт нахождения и движения в трёхмерном пространстве. Занятия по спортивному туризму и спортивному ориентированию проводятся в природных условиях, что требует от участников разнообразных и широких телесных и психических

навыков.

Вот лишь некоторые примеры корригирующих возможностей спортивного туризма и спортивного ориентирования. Из школьной практики известно, что детям, на самом деле, не так просто переносить то, что написано или нарисовано на вертикальной доске на лист бумаги (тетради), который у них располагается горизонтально. С каждым годом здесь наблюдается всё больше и больше трудностей. В спортивном ориентировании требуется очень быстрое переключение, во-первых, из двухмерного пространства в трёхмерное, и наоборот. Во-вторых, из горизонтальной плоскости во фронтальную, и наоборот.

Пересечённая местность, постоянно меняющийся рельеф создают каждый раз новую задачу для стопы ребёнка, в частности, и для всего его опорно-двигательного аппарата, в целом. «Умняющая» стопа с её постоянно заново формирующимися сводами по принципу «анатомических поездов» иррадирует свою умелость на всё тело. Хорошо «ориентирующаяся» в трёхмерном пространстве стопа и, соответственно, телесная организация по другому важному закону – интериоризации – преобразуется во внутреннюю способность.

В социальном плане спортивный туризм (как коллективный вид двигательной активности) и спортивное ориентирование (как индивидуальный вид) дают равновесное сочетание проявления социальных и индивидуальных качеств. Приобретается опять-таки ценный опыт для разрешения имеющегося у многих современных подростков и молодых людей конфликта между установкой «быть индивидуальностью» и установкой «быть в сообществе».

## ВЫВОДЫ

Возможными причинами появления феномена телесной и психологической дезориентированности среди представителей молодого поколения – растущее число детей, родившихся с помощью кесарева сечения, с не интегрированными первичными рефлексам, имеющих количественно и качественно обеднённый телесно-двигательный опыт, в том числе, из-за увеличения в их жизни «экранного времени». Спортивный туризм и спортивное ориентирование, благодаря тому, что они проводятся в природных условиях и требуют разнообразных телесных и психических навыков, имеют корригирующий потенциал для коррекции дезориентированности у детей и подростков, что даст положительный эффект как при формировании учебных способностей, так и в социально-психологическом плане.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Ефименко, Н.Н. Особенности кесарева сечения и его влияние на физическое развитие детей / Н.Н. Ефименко, А.Ф. Абуков // Инструктор по физкультуре. – 2010. – № 1. – С. 4–13.
2. Кошелева, Е.А. “Кесарята”. Психологические особенности подростков, рождённых путём кесарева сечения / Е.А. Кошелева // Психологическая газета. – 1997. – № 10 (25).
3. Майерс, Т. Анатомические поезда / Т. Майерс. – Москва : Эксмо, 2018. – 320 с.
4. Пегов, В.А. Педагогика, основанная на телесности человека. Критика бестелесной педагогики и современное телесное воспитание: монография в 2-х ч. Ч. 1 / В.А. Пегов. – Смоленск : СГАФКСТ, 2020. – 279 с.
5. Шпитцер, М. Антимозг. Цифровые технологии и мозг / М. Шпитцер. – Москва : АСТ, 2013. – 288 с.
6. Granacher, U. Effects of Sport-Specific Training during the Early Stages of Long-Term Athlete Development on Physical Fitness, Body Composition, Cognitive, and Academic Performances / U. Granacher, R. Borde // Frontiers in Physiology. – 2017. – Vol. 8. – URL: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fphys.2017.00810/full> (дата обращения: 01.06.2021).
7. Masgutova, S.K. Repatterning and integration of dysfunctional and pathological reflexes. (Pl.) / S.K. Masgutova, N.K. Akhmatova. – Warsaw : ESMI, 2010. – 310 p.
8. Terlouw, M. Legasthenie und ihre behandlung / M. Terlouw. – Stuttgart: Freies Geistesleben, 1995. – 173 s.

REFERENCES

1. Efimenko, N.N., Abukov A.F. (2010), "Features of cesarean section and its impact on the physical development of children", *Instructor in physical education*, No. 10, pp. 4–13.
  2. Kosheleva, E.A. (1997), "'Kesaryata". Psychological features of adolescents born by cesarean section", *Psychological newspaper*, No. 10 (25).
  3. Maers, T.V. (2018), *Anatomy trains*, Exmo, Moscow.
  4. Pegov, V.A. (2020), *Pedagogy based on the corporeality of a man. Criticism of disembodied pedagogy and modern physical education: A monograph in 2 parts*, SGAFKST Smolensk.
  5. Spitzer, M. (2013), *Antibrain. Digital technologies and the brain*, AST, Moscow.
  6. Granacher, U. and Borde R. (2017), "Effects of Sport-Specific Training during the Early Stages of Long-Term Athlete Development on Physical Fitness, Body Composition, Cognitive, and Academic Performances", *Frontiers in Physiology*, Vol. 8, available at: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fphys.2017.00810/full> (data accessed: 01.06.2021),
  7. Masgutova, S.K., Akhmatova N.K. (2010), *Repatternning and integration of dysfunctional and pathological reflexes*, ESMI, Warsaw.
  8. Terlouw, M. (1995), *Legasthenie und ihre behandlung*, Freies Geistesleben, Stuttgart.
- Контактная информация:** j.a.gordeev@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 22.08.2021*