

руками и лазания; на десятом году жизни — ходьбы, бега и лазания, а также у мальчиков — прыжков и метаний, у девочек — равновесия; на одиннадцатом году жизни — ходьбы, бега, равновесия, а также у мальчиков — движений руками, у девочек — лазания. При этом во всех экспериментальных группах спустя год реализации КФВ отмечалось развитие резервных возможностей¹ в четырех-шести жизненно важных двигательных навыках.

Заключение

Таким образом, в условиях направленного физического воспитания формирование жизненно важных двигательных навыков идет с опозданием, как правило, на два-четыре года. Наличие скачков роста в развитии движений, имевших опоздание в проявлении, следует отнести к отрицательной тенденции, поскольку их развитие происходит с задержкой. Реализация комплексного физического воспитания позволяет более половины младшим школьникам по окончании первого класса достигать возрастных уровней двигательной подготовленности и сохранять их как на начало следующего учебного года, так и в последующие годы.

Литература

1. **Аксенова А. Н.** Дифференцированный подход в совершенствовании двигательных качеств у школьниц с различным соматотипом : автореф. дис. ... канд. пед. наук / А. Н. Аксенова. — Омск, 2006. — 24 с.
2. **Винер И. А.** Физическая культура. Гимнастика. Рабочие программы. Предметная линия учебников под редакцией И. А. Винер. 1–4 классы : учеб. пособие для общеобразоват. организаций / И. А. Винер, Н. М. Горбулина, О. Д. Цыганкова. — 2-е изд. — М. : Просвещение, 2021. — 31 с.
3. **Дажы Ч. А.** Спортивное ориентирование как национально-региональный компонент процесса физического воспитания школьников : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Ч.А. Дажы. — Красноярск, 2005. — 24 с.
4. **Кравчук А. И.** Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста (научно-методические и организационные основы гармоничного дошкольного комплексного физического воспитания). — Ч. 2,3. / А. И. Кравчук. — Новосибирск : Изд-во НГПУ, 1998. — 136 с.
5. **Лях В. И.** Физическая культура. Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников В. И. Ляха. 1–4 классы : учеб. пособие для общеобразоват. организаций / В. И. Лях. — 9-е изд. — М. : Просвещение, 2021. — 64 с.
6. **Мухина М. П.** Закономерности формирования двигательных способностей младших школьников в условиях комплексного физического воспитания / М. П. Мухина // Международный научно-исследовательский журнал. — № 7(49), 2016. — С. 46–49.
7. **Мухина М. П.** Спортивно-ориентированное физическое воспитание младших школьников на основе использования базовых элементов волейбола / М. П. Мухина, Л. Н. Данилова // Актуальные проблемы физической культуры и спорта: Материалы респ. науч.-практ. конф. — Караганда: Изд-во КарГУ, 2012. — С. 73–80.
8. **Мухина М. П.** Спортивно-ориентированное физическое воспитание на основе использования элементов туристского многоборья в начальном физкультурном образовании / М. П. Мухина, Н. Ю. Ломовцева // Омский научный вестник. — № 6 (82), 2009. — С. 169–173.
9. **Мухина М. П.** Формирование моторного потенциала детей дошкольного и младшего школьного возраста в условиях реализации педагогической системы непрерывного физического воспитания / М. П. Мухина // Омский научный вестник. — № 2 (106), 2012. — С. 193–198.
10. Примерная основная образовательная программа начального общего образования (одобрена решением Федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол 6/22 от 19.09.2022 г.). — URL : <https://fgosreestr.ru> (Дата обращения 12.02.2023).
11. Примерная рабочая программа начального общего образования «Физическая культура» (одобрена решением Федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол 3/21 от 27.09.2021 г.). — URL : <https://fgosreestr.ru> (Дата обращения 12.02.2023).
12. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (с изменениями на 18 июля 2022 года), утв. приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 года № 2862021. — URL : <https://uchitel.club/fgos> (Дата обращения 12.02.2023).

* * *

УДК 340:342.4

doi:10.18720/SPBPU/2/id23-341

ПРАВОВОЙ РЕЖИМ ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

**Новиков Андрей Борисович¹, Рагозина Наталья Александровна¹,
Ашкинази Сергей Максимович², Сытник Галина Владимировна²**

¹ – Санкт-Петербургский государственный экономический университет, Санкт-Петербург Россия

² – Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, Россия

Аннотация. В статье характеризуется понятие благополучия нации и граждан в социально-правовом аспекте и конституционном ракурсе современности. Уточняется применение понятия «благополучие» в системе юридических терминов. Выявляются правовые разновидности общего понятия «благополучие» и механизмы его правовой реализации.

Ключевые слова: благополучие, счастье, правовой режим жизнедеятельности, поддержка государства, здоровый образ жизни.

LEGAL REGIME FOR HUMAN WELL BEING

**Novikov Andrey Borisovich¹, Ragozina Natalia Alexandrovna¹,
Ashkinazi Sergey Maksimovich², Sytnik Galina Vladimirovna²**

¹ – Saint Petersburg State University of Economics, Saint Petersburg, Russia

² – Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, Saint Petersburg, Russia

Abstract. In the article a notion of the wellness of a nation and the citizens in the social legal aspect and from the constitutional point of view is characterized. There is a concrete implementation of the notion «wellness» in the system of legal terms. There are clarified the legal differences of the common notion «wellness» and the mechanisms of its legal implementation.

Keywords: wellness, happiness, legal regime of a lifestyle, state support, healthy lifestyle.

Благополучие граждан России в правовом аспекте воспринимается как конституционная ценность в государстве, которое характеризуется демократическим, правовым, социальным [3,10]. Благополучие человека необходимо рассматривать в двух взаимосвязанных ракурсах – духовном и материальном. На духовном уровне говорят о состояниях спокойствия, уравновешенности и даже счастья, с чем связывается понятие счастливого образа жизни. На материальном уровне часто встречаются толкования благополучия как жизни, наполненной материальными благами, стабильно обеспеченной удовлетворением запросов самого разного свойства. Счастье, таким образом, может характеризоваться как комплексное индивидуальное восприятие духовных и материальных жизненных аспектов, олицетворяющих успех и удачу. Однако нам представляется важным, что в правовом тренде категория счастья должна быть стабильной и укрепляющей, развивающей свои характеристики с учетом и базового психологического восприятия: счастье – кратковременное состояние между удовлетворением и сомнением. Обращаем внимание на то, что категории «удовлетворение» и «сомнение» (как основание спора) в праве имеют глубокие корни и обоснования. В этом, пожалуй, и заключаются элементы новизны нашего исследования – введение в правовой оборот качественно обновленных категорий.

Таким образом, в социальном государстве как конституционная ценность воспринимается удовлетворение достойных, естественных запросов человека в сфере духовных и материальных благ. Современные исследования обоснованно апеллируют к объективным притязаниям человека, базируются на постулатах естественного права.

Благополучная жизнь – имманентное стремление человека, оформленное в правовых идеях. В современных условиях – это значительная часть конституционно-договорного права. Однако следует констатировать, что в Конституции России непосредственно не используется термин «благополучие», что полагаем, может быть в ближайшем будущем исправлено.

Сейчас можно говорить о правовой кристаллизации дефиниций «здоровый образ жизни» (ЗОЖ) и «счастье ориентированный образ жизни» (СОЖ), лежащих в основе характеристики социального государства.

Отметим, что гарантия достойной жизни и всестороннего развития человека изначально входит в ядро

правовой социальной стратегии. В таком ракурсе борьба с «бедностью» и определение критериев «достойного образа жизни» имеют ключевое значение для формирования национальных нормативных программ оздоровления.

Благополучие в конституционно-правовой парадигме олицетворяет представление граждан о своем жизненном укладе в самых различных проявлениях – «жить там, где хочется и так, как хочется», избегая разрушительных для личности факторов, удовлетворяя свои здоровые и законные потребности, осознавая себя достойным членом гражданского общества [8]. Достоинство члена гражданского общества открывается в правовом государстве системой нормативно установленных критериев надлежащего поведения и образа жизнедеятельности граждан.

Интересным аспектом является необходимость обеспечения баланса благополучия различных социальных слоев и групп. В современных условиях для всех управленческих в цивилизованном мире нарастает управленческое требование для всех проектов – «все во имя Человека». Права и свободы граждан, законные интересы юридических выступают калибром деятельности публичной власти, смыслом публично-го менеджмента [9].

Сейчас нуждаются в особом совершенствовании конституционные установления о свободном развитии личности. Конечно, развитие должно быть комплексным и сбалансированным. Нельзя злоупотреблять то физической подготовкой, то духовно-нравственным воспитаем. Иными словами, этот процесс должен в любом случае быть оформлен юридически совокупностью административно-правовых режимов. Примечательно, что эти режимы обслуживают национальные проекты и программы оздоровления нации.

Новым в восприятии категорий «здорового образа жизни», «счастливого образа жизни» обнаруживается то, что эти феномены не детерминируются только неким материальным снабжением или физической корректировкой состояния людей. База, конечно, необходима, но отметим, материальное обеспечение не гарантирует человеку жизнь и здоровье физическое. Строго говоря, и люди, не достаточно защищенные в социальном плане, но культивирующие здоровый образ жизни, не часто оберегают себя от напастей в современных жизненных ситуациях.

Однако «здоровое материальное благополучие» указывает перспективу истинного оздоровления

нации через осуществление социальных проектов, посредством честного, транспарентного финансирования на всех уровнях управления (финансово-правовой аспект) [5].

Опыт веков говорит о том, что значительно обеспеченные в материальном отношении граждане не представляли собой образцы духовности и физической крепости, построения счастливой семьи в аспекте ультрасовременных политико-правовых и социально-философских представлений.

Ныне новейшие исследования направлены на корректировку публичного менеджмента в векторе оздоровления нации [7].

Для всевозможных объединений граждан России, вовлекаемых в глобальный проект гражданского общества Отчизны, принципиально важным является партисипативность управления, в которой яркой частью являются правовые проявления высокой социальной ответственности перед лицом угроз и вызовов.

Президентом Российской Федерации В. В. Путиным фактически поставлен актуальный вопрос становления много модального разностороннего публично-частного взаимодействия в области здоровой санации нации, новых достижений врачевания, телесной культуры, спорта, оздоровительного туризма и других правовых феноменов в их нынешней объективной взаимосвязи с использованием принципов партисипативного управления.

При эскалации энергетического потенциала нации мы обращаемся к основным философско-правовым воззрениям российских и зарубежных ученых в изучаемом пространстве науки и практики. И мы не стесняемся того, что мысли наши хоть и оспоримы, но находят свое место в жарких баталиях за конкретные аспекты жизни граждан России.

Благополучие жизни вполне может трактоваться как симбиоз процессов, протекающих в одушевленных организмах, особая характеристика материального бытия [8], положительная модальность движения материальных явлений, не существующая вне правовой формы.

В философско-правовом плане наши исследования адресованы тем, кто защищает Жизнь, не считает себя и не является *de facto* «живым трупом» для своих родителей, супругов и детей.

Право — духовный феномен, в отличие от экономики как феномена материального. И тут вызывают интерес идеи представителей витализма (например, Г. Дриш) [2] на то, что образ жизни детерминируется нематериальной жизненной силой (энтелехией), управляющей материальными процессами. Сейчас мысль об обнаружении у Человека «жизненной силы» для осуществления его планов и притязаний нами констатируется как философско-правовая основа решения поставленных проблем.

Энтелехия означает реализованную цель (идею исполнения в правовом государстве), преобразование конституционной идеи в реальность.

Понятие правовой реальности для нас чрезвычайно важно, как юридический процесс решения всех жизненных ситуаций для граждан России. Как только конституционная норма реализуется для каждого гражданина, так «правовая реальность» становится осознаваемой, а государство Российской Федерации — истинно исполнительным, доводящим дело до конца.

Жизнь, как динамичный процесс бытия, по словам А. Бергсона, демонстрирует современный ритм разнообразных формы жизни, не ограниченных интеллектом (в том числе и искусственным) [1].

В указанном ракурсе, по мысли Ф. Ницше, Жизнь — перманентное движение, эволюция и инновация в «сети» одушевленной материи, накопления в борьбе потенциала индивидуумов и народных масс [6]. Однако такая борьба сейчас должна быть не тотальной войной «всех против всех», а «дорожной картой» к достижению победы над современными вызовами и угрозами жизни народов и отдельному гражданину.

Правой тюннинг категории «здоровый образ жизни» как фундамента благополучия требует дефиниции Жизни как специфической деятельности, осуществляемой в подвижной в структурном (субъекты) и содержательном (смысл и порядок взаимодействий) планах социальной среде. Здоровая санация нации запускает механизм сопряжения множества юридических производств — конституционно-правовых, административно-правовых, гражданско-правовых. Мы продвигаем положение о том, что «благополучие нации как здоровый образ жизни» обретает черты комплексного правового института, корреспондирующего актуальной правовой концепции [4]. В такой концепции здоровый образ жизни — социально-правовая формула, нормативно отраженное портфолио поведения.

Здоровый образ жизни — это правозащитный процесс творческого переформатирования, можно сказать, правового тюнинга личности и среды обитания человека, противостоящий процессам саморазрушения и самоуничтожения, поднимающийся над парадигмами выживания. В таком процессе создаются и удовлетворяются здоровые потребности человека. В конституционном плане пресекаются попытки скатиться до примитивных проектов «общества потребления», в котором удовлетворением потребностей руководят управленческие элиты, охваченные стратегиями «управления поведением потребителя» на всех уровнях и направлениях осуществления публичной власти. Как нам представляется, рациональное удовлетворение потребностей творит здоровое ощущение счастливо-го бытия. Как результат, мы выделяем конституционно-правовой профиль благополучной нации, который нуждается в административно-правовом проявлении.

Литература

1. Бергсон Анри. Творческая эволюция : [Пер. с фр.] / Анри Бергсон; [Предисл., примеч. И. И. Блауберг]; Рос. акад. естеств. наук. — М.; Кучково поле : Канон-пресс, 1998. — 382 с.

2. **Дриш Ганс.** Витализм : Его история и система / Проф. Ганс Дриш; Авториз. пер. А.Г. Гурвича, проф. Спб. В.Ж.К.; Сдоп. к рус. изд. авт. и пер. — Москва : Наука, 1915. — 279 с.
3. **Денисова Н. С.** Спорт как инструмент содействия развитию и благополучию человека: философско-психологический аспект / Н. С. Денисова, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Место и роль физической культуры в современном мире : Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19–20 мая 2022 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2022. — С. 81–90.
4. **Зубов Б. Д.** Оздоровление нации в рамках стратегии развития физической культуры и спорта до 2030 года / Б. Д. Зубов, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Физическая культура студентов. — 2022. — № 71. — С. 14–20.
5. **Ключевская О. А.** Социальное проектирование как административный метод вовлечения в занятия физической культурой и спортом / О. А. Ключевская, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Человек в мире спорта : Материалы всероссийской научно-практической конференции молодых исследователей с международным участием, посвященной 125-летию Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта в 3 частях, Санкт-Петербург, 27 сентября — 08 2021 года. — Санкт-Петербург: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», 2021. — С. 185–190.
6. **Ницше Ф.** Воля к власти. Опыт переоценки всех ценностей / Пер. с нем. Е. Герцык и др. — М.: Культурная революция, 2005. — 880 с.
7. **Новиков А. Б.** Публичный и коммерческий менеджмент: современное интегральное понимание / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // 2020. — Т. 10, № 8-1. — С. 108–112.
8. **Новиков А. Б.** Философско-правовое наследие М. В. Ломоносова в сфере вопросов оздоровления нации / А. Б. Новиков, Н. А. Рагозина // Ломоносовские чтения в Санкт-Петербурге. 310 лет М. В. Ломоносову : Тезисы Пятой научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 24–26 ноября 2021 года / Санкт-Петербургский институт природопользования, промышленной безопасности и охраны окружающей среды. — Санкт-Петербург: Информационный издательский учебно-научный центр «Стратегия будущего», 2021. — С. 162–163.
9. **Новиков А. Б., Рагозина Н. А.** Оздоровление нации: философско-правовой этюд: монография. — СПб: Изд-во Инфо-да, 2022. — 156 с.
10. **Петрика И. В.** Физическая культура и спорт как социальные явления общества / И. В. Петрика, Н. А. Рагозина, Г. В. Сытник // Место и роль физической культуры в современном мире: Сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19–20 мая 2022 года. — Санкт-Петербург: ООО «Скифия-принт», 2022.

* * *

УДК 796.011.1

doi:10.18720/SPBPU/2/id23-342

АНАЛИЗ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Осик Владимир Иванович^{1,2}, Горбунова Светлана Андреевна^{1,2}, Кирий Евгения Викторовна^{1,2}

¹ – Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Краснодар, Россия

² – Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации (Краснодарский филиал), Краснодар, Россия

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы психофизического состояния студенческой молодежи на основе исследования индекса массы тела (ИМТ), проявления болевых симптомов костно-мышечной и кардиореспираторной систем, выявления депрессивных расстройств, самооценки двигательной активности. Приводятся статистические данные об изменениях в психофизическом состоянии, а также аргументы о необходимости формирования здорового образа жизни учащейся молодежи как приоритетной задачи профилактики, сохранения и укрепления здоровья.

Ключевые слова: здоровье, индекс массы тела, физическая культура, двигательная активность.

ANALYSIS OF THE PSYCHOPHYSICAL STATE OF STUDENT YOUTH

Osik Vladimir Ivanovich^{1,2}, Gorbunova Svetlana Andreevna^{1,2}, Kiri Evgenia Viktorovna^{1,2}

¹ – Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism, Krasnodar, Russia

² – Financial University under the Government of the Russian Federation (Krasnodar branch), Krasnodar, Russia

Abstract. The article deals with the issues of the psychophysical state of students based on the study of body mass index (BMI), the manifestation of pain symptoms of musculoskeletal and cardiorespiratory systems, the identification of depressive disorders, self-assessment of motor activity. Statistical data on changes in the psychophysical state are presented, as well as arguments about the need to form a healthy lifestyle of students as a priority task of prevention, preservation and strengthening of health.

Keywords: health, body mass index, physical culture, motor activity.

Введение

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) в мире растет число лиц с нарушением энергетического метаболизма и ожирением, что негативно отражается на качестве жизни и состоянии

здоровья. Многочисленные научные исследования в сфере и физической культуры и профилактической медицины убедительно показывают, что двигательная активность и здоровый образ жизни (ЗОЖ) являются основными средствами профилактики нарушений