

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2024, Том 12, № 5 / 2024, Vol. 12, Iss. 5 <https://mir-nauki.com/issue-5-2024.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/72PDMN524.pdf>

5.8.1. Общая педагогика, история педагогики и образования (педагогические науки)

Ссылка для цитирования этой статьи:

Чжан, Ю. Экспериментальное исследование двигательных интервенций с целью преодоления барьеров, мешающих обучающимся осваивать телесно-ориентированные практики / Ю. Чжан // Мир науки. Педагогика и психология. — 2024. — Т. 12. — № 5. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/72PDMN524.pdf>

For citation:

Zhang Yo. An experimental study of movement interventions to overcome barriers to learners' engagement in body-oriented practices. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2024;12(5): 72PDMN524. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/72PDMN524.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.)

УДК 372.879.6

Чжан Юнчжуан

ФГБОУ ВО «Донской государственный технический университет», Ростов-на-Дону, Россия

Аспирант

E-mail: zhangyongzhuang001@mail.ru

Экспериментальное исследование двигательных интервенций с целью преодоления барьеров, мешающих обучающимся осваивать телесно-ориентированные практики

Аннотация. Статья посвящена проблеме преодоления барьеров, наблюдающихся у обучающихся различных типологических групп (здесь: студентов университета) при освоении телесно-ориентированных практик. Автор обращается к технологиям оздоровительной и эстетической направленности, укоренённым в культуре Китая и получившим распространение в других странах. Отметив, что в настоящее время во всём мире возрастает интерес к военно-прикладным единоборствам и восточным боевым искусствам, автор избирает предметом рассмотрения гимнастику ушу, которая привлекает обучающихся удачным сочетанием оздоровительных, спортивных и боевых техник. Исследование направлено на выявление и преодоление учебных барьеров, возникающих у некоторых студентов при освоении данной телесно-ориентированной практики. Описан эксперимент, в котором участвовали 100 студентов (50 девушек и 50 юношей), принимавших участие в обучении ушу в университете Тайшань (Тайань, Шаньдун, Китай) на базе университетской Школы спорта. Концепция экспериментального исследования опиралась на идею восполнения дефицитов, обнаруженных на констатирующем этапе исследования, за счёт введения в экспериментальной группе в процесс обучения элементов «длинного кулака», «боя на мечях» и технологий тайцзицюань. Помимо эксперимента, использовался метод включённого (участвующего) наблюдения и система измерений по позициям «физические барьеры», «технические барьеры», «психологические барьеры» и др. В итоге: у мужчин из двух выборок на контрольном этапе не было значительной разницы между экспериментальной и контрольной группой по показателям барьеров и проблем с инструктором. По другим показателям была обнаружена значительная разница между показателями барьеров в двух выборках контрольной группы (мужчины). В женской выборке на контрольном этапе экспериментальная группа и контрольная группа не показали значимых различий по проблемам наставничества и межличностным барьерам. В случае измерения показателей других барьеров уровень барьеров экспериментальной группы был значимо ниже уровня барьеров контрольной группы.

Ключевые слова: Китай; эксперимент; включенное наблюдение; ушу; студенты; барьеры обучения; факторы воздействия; различия; преодоление барьеров

Введение

Ушу является традиционным китайским видом спорта, прочно вошедшим в культуру Китая и других стран [1; 2]. В России проблемы, связанные с изучением проблем образования, военно-прикладных единоборств и боевых искусств в Китае, активно изучаются [3; 4]. Значительное внимание уделяется философии и технике ушу, а также других видов единоборств [5–8]. Особое внимание исследователи уделяют истории ушу [9–11]. Ушу ориентирован на преодоление двигательно-технических барьеров при обучении студентов [12–14]. Результаты экспериментов на студентах обоих полов китайских университетов и данные, полученные в результате участвующего наблюдения, показывают, что важным является изучение различий в двигательно-технических барьерах при обучении ушу студентов разных полов с точки зрения наличия и преодоления барьеров разной направленности: физической подготовки, структурных барьеров, технологических барьеров, психологических барьеров и барьеров окружающей среды.

Методология исследования

Для изучения феномена влияния ушу использованы следующие теоретические и эмпирические *методы*: методы сравнительного и логического анализа [15], интерпретация, участвующее наблюдение [16], педагогический эксперимент. Экспериментальное исследование проводилось в период с 1 марта по 10 июля 2023 года.

Структура исследования. В статье описаны два этапа исследования. На первом этапе, в основном, проводится сравнительный анализ ситуации, в которой регистрировалось наличие барьеров в обучении спортивной технике согласно данным, полученным от экспериментальной группы и контрольной группы студентов до проведения формирующего этапа эксперимента. На втором этапе проводится сравнительный анализ результатов, показанных в экспериментальной и контрольной группах студентов при обучении спортивной технике боевых искусств после воздействия экспериментальных факторов, связанных с реализацией мер по улучшению обучения спортивной технике ушу.

Выборка. Участвовали 100 студентов (из них 50 девушек и 50 юношей), принимавших участие в обучении ушу в университете Тайшань (мегаполис Тайань, Шаньдун, КНР) на базе университетской Школы спорта (Sports School).

Цель исследования: определение дифференцированной ситуации проявления барьеров при реализации стадии технического обучения ушу.

Концепция экспериментального исследования

Экспериментальное исследование было разработано и реализовано на основе следующей совокупности идей.

Идеи для разработки и реализации программы вмешательства в процесс обучения движениям в боевых искусствах. Основываясь на характеристиках обучающихся с нарушениями обучаемости, у которых недостаточно развиты все подфункции исполнительной функции движений тела, в сочетании с тремя способами влияния упражнений на исполнительную функцию движения тела обучающихся (характеристики движения, сценарии

движения и интенсивность упражнений), была выбрана спортивная программа по ушу на основе принципов интереса, всесторонности и рекламной ценности, а также разработана программа вмешательства в процесс обучения спортивному ушу. В соответствии с проявлениями нарушений обучаемости учащихся, в хореографии технических движений ушу были разработаны следующие двигательные характеристики: (1) развитие функции торможения у обучающихся, что подчёркивает блокирование движений в качестве доминирующих реакций и нарушение привычных движений; (2) развитие «обновляющей» функции, подчёркивающей инициативу учащихся в сохранении движений, которые необходимо выучить для решения текущей задачи, и формировании движений, необходимых для решения новой задачи, на основе уже выученных движений; (3) развитие «переключающей» функции, подчёркивающей, что каждое движение предназначено для выполнения упражнения; (4) разработка функции «переключения», подчёркивающей, что каждое движение предназначено для выполнения нескольких задач. Для выполнения этих задач необходимо задействовать функцию быстрого переключения. Сценарии движений также разработаны с учётом кинестетических, социальных, лингвистических, логических, слуховых, пространственных и интроспективных аспектов.

Разработка программы вмешательства в процесс обучения упражнениям в боевых искусствах. Интенсивность упражнений: Соответствующая умеренная физическая нагрузка полезна для психического здоровья. Многие теоретики считают, что регулярные упражнения умеренной интенсивности (60–75 % от максимальной частоты сердечных сокращений) продолжительностью 20–60 мин каждый раз могут помочь улучшить настроение [17; 18]. При этом аэробные упражнения улучшают физическую форму и осознание тела, что положительно повышает удовлетворённость занимающегося состоянием своего тела и благоприятно сказывается на формировании хорошего душевного состояния. Удовлетворённость состоянием тела, что благоприятно сказывается на формировании хорошего душевного состояния. Когда интенсивность упражнений слишком низкая, они не достигают стимуляции организма и не работают как физические упражнения, в то время как слишком высокая интенсивность упражнений приводит к синдрому злоупотребления упражнениями, который, в основном, характеризуется зависимостью от интенсивности упражнений, участием в упражнениях при любых обстоятельствах, без планирования и регулярности, и даже незначительные травмы и заболевания не могут быть предотвращены, что непосредственно влияет на эффективность физических упражнений. Для того чтобы учесть особенности нарушений усвоения физических технологий, в эксперименте использовалась умеренная интенсивность упражнений, частота сердечных сокращений контролировалась на уровне 65~75 % от максимальной частоты сердечных сокращений, а оценка уровня субъективных физических ощущений контролировалась на уровне 14 баллов или менее.

Время тренировок: период занятий техникой ушу длился 18 недель, количество тренировок в неделю — три, продолжительность каждой тренировки — 90 минут, из которых 15 часов отводилось на базовую технику движений и комбинации движений; 20 часов — на «первичную технику длинного кулака»; 18 часов — на «первичную технику меча» и 19 часов — на технику движений в тайцзицюань.

Частота упражнений: 3 раза в неделю. Три раза в неделю тренеры могут позволить студентам с ограниченными возможностями в обучении физическим движениям почувствовать удовольствие от занятий боевыми искусствами, расслабить душевное состояние и в то же время не дать мышцам устать, тем самым снизив безопасность и многие другие факторы эксперимента.

Компоненты программы вмешательства в процесс обучения спортивным единоборствам. Программа занятий ушу состояла из частоты упражнений (F), продолжительности каждого упражнения (T), интенсивности упражнений (I) и общей

программы упражнений. Цикл занятий составлял 18 недель, 3 раза в неделю; продолжительность каждого упражнения составляла 90 минут; интенсивность упражнений контролировалась на уровне умеренной интенсивности, что может эффективно способствовать развитию исполнительской функции студентов колледжа. Для назначения упражнений в этом интервенционном испытании автор в основном выбрал схему сочетания совокупности движений боевых искусств и тайцзицюань. С точки зрения измерения, представление технических движений боевых искусств относится к косвенному измерению результата. Оно представляет собой использование экспериментатором своих профессиональных знаний и судейского опыта для оценки испытуемого на месте, основанной на правилах подсчёта очков в соревнованиях по боевым искусствам и уровне выступлений студентов на месте, и в конечном итоге для определения рейтинга испытуемого. Механизм и особенности такого измерения неизбежно приводят к формированию абстрактности и субъективности — двух основных характеристик оценки технических движений ушу. Обучение ушу состояло из технологий элементарного трёхстороннего «длинного кулака», «элементарного боя на мече» и 24-стилевого тайцзицюань через многократную практику и соревнования, дополненные небольшим количеством спортивных игр, разработанных для студентов университета с использованием ушу.

Контроль программы вмешательства в обучение спортивному ушу. Мы считаем, что необходимо строго контролировать различные условия проведения диагностики, насколько это возможно, для того, чтобы уменьшить влияние внешних факторов и обеспечить надёжность и сопоставимость результатов замеров. Замеры проводились каждые 2 недели для экспериментальной и контрольной групп для технической оценки системы по пятиуровневой шкале для определения влияния факторов формирующего воздействия на экспериментальную группу. При этом контрольная группа не подвергалась воздействию экспериментальных факторов. Их программа тренировок во время эксперимента оставалась стандартной и не влияла особым образом на их тренировочный процесс и образ жизни.

Сравнительный анализ нарушений обучаемости двигательным технологиям между экспериментальной и контрольной группами до эксперимента. Для анализа нарушений двигательных навыков двух групп до эксперимента был проведён тест хи-квадрат, результаты которого представлены в таблице. Было проанализировано, что сравнение нарушений двигательных навыков у мужчин экспериментальной и контрольной групп до эксперимента не показало значимых различий ($P > 0,05$); сравнение нарушений двигательных навыков у женщин экспериментальной и контрольной групп также не показало значимых различий (см. табл. 1 и 2).

Таблица 1

Сравнительный анализ нарушений моторных навыков в двух выборках (мужчины) экспериментальной и контрольной групп на констатирующем этапе

Название	Пре-тест (%)		(Общая сумма)	χ^2	p
	экспериментальная группа	контрольная группа			
Физические барьеры	Расстройства силы	23 (92.00)	20 (80.00)	43 (86.00)	0.664 0.415
	Трудности с гибкостью	24 (96.00)	23 (92.00)	47 (94.00)	0.002 0.999
	Качественные препятствия для координации	22 (88.00)	18 (72.00)	40 (80.00)	2.000 0.157
	Нарушение баланса качеств	19 (76.00)	20 (80.00)	39 (78.00)	0.117 0.733
	Нарушение подвижности (медицина)	19 (76.00)	20 (80.00)	39 (78.00)	0.117 0.733
	Нарушение качества скорости	15 (60.00)	16 (64.00)	31 (62.00)	0.085 0.771
	Атаки на выносливость	18 (72.00)	19 (76.00)	37 (74.00)	0.104 0.747

Название	Пре-тест (%)		(Общая сумма)	χ^2	p
	экспериментальная группа	контрольная группа			
Структурные барьеры	Структурные барьеры организма	19 (76.00)	20 (80.00)	39 (78.00)	0.117 0.733
	Когнитивное структурное расстройство	18 (72.00)	20 (80.00)	38 (76.00)	0.439 0.508
	Препятствия для разработки инструкций	19 (76.00)	20 (80.00)	39 (78.00)	0.117 0.733
Технические барьеры	Невозможность точного выполнения	17 (68.00)	16 (64.00)	33 (66.00)	0.089 0.765
	Нестабильный	20 (80.00)	21 (84.00)	41 (82.00)	0.000 1.000
	Вопросы интеграции	21 (84.00)	20 (80.00)	41 (82.00)	0.000 1.000
	Чрезмерная зависимость	18 (72.00)	17 (68.00)	35 (70.00)	0.095 0.758
Психологические барьеры	Проблемы с наставниками	1 (4.00)	2 (8.00)	3 (6.00)	0.000 1.000
	Фобия	18 (72.00)	16 (64.00)	34 (68.00)	0.368 0.544
	Психология тревоги	21 (84.00)	20 (80.00)	41 (82.00)	0.000 1.000
	аффективное расстройство	21 (84.00)	18 (72.00)	39 (78.00)	1.049 0.306
Экологические барьеры	Расстройства межличностных отношений	19 (76.00)	22 (88.00)	41 (82.00)	0.542 0.462
	Естественные экологические барьеры	18 (72.00)	15 (60.00)	33 (66.00)	0.802 0.370
	Барьеры человеческого окружения	19 (76.00)	21 (84.00)	40 (80.00)	0.500 0.480

Составлено автором

Таблица 2

Сравнительный анализ нарушений двигательных навыков в двух выборках (женщины) групп на констатирующем этапе

Название	Пре-тест (%)		(Общая сумма)	χ^2	p
	экспериментальная группа	контрольная группа			
Физические барьеры	Расстройства силы	24 (96.00)	20 (80.00)	44 (88.00)	1.705 0.192
	Трудности с гибкостью	23 (92.00)	22 (88.00)	45 (90.00)	0.000 1.000
	Качественные препятствия для координации	18 (72.00)	14 (56.00)	32 (64.00)	1.389 0.239
	Нарушение баланса качеств	14 (56.00)	17 (68.00)	31 (62.00)	0.764 0.382
	Нарушение подвижности (медицина)	19 (76.00)	16 (64.00)	35 (70.00)	0.857 0.355
	Нарушение качества скорости	19 (76.00)	15 (60.00)	34 (68.00)	1.471 0.225
	Атаки на выносливость	18 (72.00)	14 (56.00)	32 (64.00)	1.389 0.239
Структурные барьеры	Структурные барьеры организма	15 (60.00)	19 (76.00)	34 (68.00)	1.471 0.225
	Когнитивное структурное расстройство	17 (68.00)	15 (60.00)	32 (64.00)	0.347 0.556
	Препятствия для разработки инструкций	13 (52.00)	15 (60.00)	28 (56.00)	0.325 0.569
Технические барьеры	Невозможность точного выполнения	18 (72.00)	16 (64.00)	34 (68.00)	0.368 0.544
	Нестабильный	18 (72.00)	18 (72.00)	36 (72.00)	0.000 1.000
	Вопросы интеграции	21 (84.00)	20 (80.00)	41 (82.00)	0.000 1.000
	Чрезмерная зависимость	15 (60.00)	16 (64.00)	31 (62.00)	0.085 0.771
	Проблемы с наставниками	1 (4.00)	1 (4.00)	2 (4.00)	0.000 1.000

Название	Пре-тест (%)		(Общая сумма)	χ^2	p	
	экспериментальная группа	контрольная группа				
Психологические барьеры	Фобия	17 (68.00)	15 (60.00)	32 (64.00)	0.347	0.556
	Психология тревоги	17 (68.00)	14 (56.00)	31 (62.00)	0.764	0.382
	Аффективное расстройство	21 (84.00)	18 (72.00)	39 (78.00)	1.049	0.306
Экологические барьеры	Расстройства межличностных отношений	15 (60.00)	18 (72.00)	33 (66.00)	0.802	0.370
	Естественные экологические барьеры	21 (84.00)	18 (72.00)	39 (78.00)	1.049	0.306
	Барьеры человеческого окружения	20 (80.00)	23 (92.00)	43 (86.00)	0.664	0.415

Составлено автором

Сравнительный анализ нарушений в обучении двигательным навыкам между экспериментальной и контрольной группами на контрольном этапе эксперимента. Результаты теста хи-квадрат, анализирующего недостатки обучения двигательным навыкам в двух выборках после эксперимента, представлены в следующих таблицах, отражающих результаты по мужской выборке на контрольном этапе в экспериментальной и контрольной группах по позициям, связанным с нарушениями качества равновесия и с проблемами с наставником.

Не было обнаружено значимых различий в показателях ни одного из барьерных показателей ($p > 0,05$); в случае с другими барьерными статистиками, посттестовые выборки двух групп (мужчины) статистически значимо отличались ($p < 0,05/0,01$) по уровню нарушений в экспериментальной группе после тестирования.

Все они были значительно ниже, чем в контрольной группе.

В женской выборке экспериментальная и контрольная группы после повторного тестирования были значительно ниже по вопросам о наставнике и о человеке.

Показатели барьеров межличностных отношений не показали значимых различий ($p > 0,05$); другие барьеры, отражавшие, по статистике, реальные показатели ухудшения в экспериментальной группе, были значительно ниже, чем в контрольной (см. табл. 4 и 5).

Таблица 4

Сравнительный анализ нарушений двигательных навыков в двух группах (мужчины) на контрольном этапе эксперимента

Название	Пост-тест (%)		(Общая сумма)	χ^2	p	
	экспериментальная группа	контрольная группа				
Физические барьеры	Расстройства силы	3 (12.00)	16 (64.00)	19 (38.00)	14.346	0.000
	Трудности с гибкостью	8 (32.00)	20 (80.00)	28 (56.00)	11.688	0.001
	Качественные препятствия для координации	8 (32.00)	18 (72.00)	26 (52.00)	8.013	0.005
	Нарушение баланса качеств	7 (28.00)	12 (48.00)	19 (38.00)	2.122	0.145
	Нарушение подвижности (медицина)	4 (16.00)	18 (72.00)	22 (44.00)	15.909	0.000
	Нарушение качества скорости	2 (8.00)	19 (76.00)	21 (42.00)	23.727	0.000
	Атаки на выносливость	1 (4.00)	16 (64.00)	17 (34.00)	20.053	0.000

Название	Пост-тест (%)		(Общая сумма)	χ^2	p	
	экспериментальная группа	контрольная группа				
Структурные барьеры	Структурные барьеры организма	4 (16.00)	17 (68.00)	21 (42.00)	13.875	0.000
	Когнитивное структурное расстройство	3 (12.00)	22 (88.00)	25 (50.00)	28.880	0.000
	Препятствия для разработки инструкций	1 (4.00)	22 (88.00)	23 (46.00)	35.507	0.000
Технические барьеры	Невозможность точного выполнения	7 (28.00)	20 (80.00)	27 (54.00)	13.607	0.000
	Нестабильный	3 (12.00)	17 (68.00)	20 (40.00)	16.333	0.000
	Вопросы интеграции	8 (32.00)	18 (72.00)	26 (52.00)	8.013	0.005
	Чрезмерная зависимость	2 (8.00)	18 (72.00)	20 (40.00)	21.333	0.000
Психологические барьеры	Проблемы с наставниками	0 (0.0)	0 (0.0)	-	-	-
	Фобия	2 (8.00)	18 (72.00)	20 (40.00)	21.333	0.000
	Психология тревоги	4 (16.00)	14 (56.00)	18 (36.00)	8.681	0.003
	Аффективное расстройство	3 (12.00)	14 (56.00)	17 (34.00)	10.784	0.001
Экологические барьеры	Расстройства межличностных отношений	2 (8.00)	14 (56.00)	16 (32.00)	13.235	0.000
	Естественные экологические барьеры	8 (32.00)	15 (60.00)	23 (46.00)	3.945	0.047
	Барьеры человеческого окружения	8 (32.00)	18 (72.00)	26 (52.00)	8.013	0.005

Составлено автором

Таблица 5

Сравнительный анализ нарушений двигательных навыков в двух выборках (женщины) в группах на контрольном этапе эксперимента

Название	Пост-тест (%)		(Общая сумма)	χ^2	p	
	экспериментальная группа	контрольная группа				
Физические барьеры	Расстройства силы	8 (32.00)	25 (100.00)	33 (66.00)	25.758	0.000
	Трудности с гибкостью	3 (12.00)	18 (72.00)	21 (42.00)	18.473	0.000
	Качественные препятствия для координации	3 (12.00)	15 (60.00)	18 (36.00)	12.500	0.000
	Нарушение баланса качеств	4 (16.00)	17 (68.00)	21 (42.00)	13.875	0.000
	Нарушение подвижности (медицина)	7 (28.00)	14 (56.00)	21 (42.00)	4.023	0.045
	Нарушение качества скорости	6 (24.00)	20 (80.00)	26 (52.00)	15.705	0.000
Структурные барьеры	Пониженная выносливость	6 (24.00)	18 (72.00)	24 (48.00)	11.538	0.001
	Структурные барьеры организма	2 (8.00)	16 (64.00)	18 (36.00)	17.014	0.000
	Когнитивное структурное расстройство	0 (0.00)	19 (76.00)	19 (38.00)	30.645	0.000
	Препятствия для разработки инструкций	0 (0.00)	17 (68.00)	17 (34.00)	25.758	0.000

Название	Пост-тест (%)		(Общая сумма)	χ^2	p	
	экспериментальная группа	контрольная группа				
Технические барьеры	Невозможность точного выполнения	5 (20.00)	16 (64.00)	21 (42.00)	9.934	0.002
	Нестабильный	1 (4.00)	17 (68.00)	18 (36.00)	22.222	0.000
	Вопросы интеграции	6 (24.00)	17 (68.00)	23 (46.00)	9.742	0.002
	Чрезмерная зависимость	7 (28.00)	18 (72.00)	25 (50.00)	9.680	0.002
	Проблемы с наставниками	0 (0.0)	0 (0.0)	-	-	-
Психологические барьеры	Фобия	8 (32.00)	16 (64.00)	24 (48.00)	5.128	0.024
	Психология тревоги	7 (28.00)	19 (76.00)	26 (52.00)	11.538	0.001
	Аффективное расстройство	5 (20.00)	12 (48.00)	17 (34.00)	4.367	0.037
	Расстройства межличностных отношений	7 (28.00)	7 (28.00)	14 (28.00)	0.000	1.000
Экологические барьеры	Естественные экологические барьеры	0 (0.00)	14 (60.87)	14 (29.17)	21.483	0.000
	Барьеры человеческого окружения	0 (0.00)	19 (76.00)	19 (38.00)	30.645	0.000

Составлено автором

Выводы

На констатирующем этапе мужчины из экспериментальной группы и контрольной группы не показали значительных различий ($P > 0,05$) по позиции «сравнение барьеров к обучению двигательным навыкам». Экспериментальная группа и контрольная группа по позициям технических оценок фитнес-гимнастики в аспекте движения, аспекте репетиции, в аспекте трудности и эстетическом аспекте не отразили значительных различий ($P > 0,05$). У мужчин из двух выборок на контрольном этапе не было значительной разницы между экспериментальной группой и контрольной группой по показателям барьеров, качества баланса и проблем с инструктором ($P > 0,05$). По другим показателям была обнаружена значительная разница между показателями барьеров в двух выборках контрольной группы (мужчины) ($P < 0,05/0,01$). В женской выборке на контрольном этапе экспериментальная группа и контрольная группа не показали значимых различий ($P > 0,05$) по проблемам наставничества и межличностным барьерам. В случае измерения показателей других барьеров уровень барьеров экспериментальной группы был значимо ниже уровня барьеров контрольной группы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ху С., Передельский А.А. Перспективы научной и учебно-методической разработки системы "ушу-саньда" в аспекте контент-анализа профильных публикаций // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2023. № 2. С. 58–60.
2. Козлов А.М. Генезис и развитие национальных корейских боевых систем Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2014. № 2(130). С. 173–176.
3. Ли, Ц., Передельский А.А. Древние и средневековые культурологические основания и современные тенденции спортизации боевых искусств и военно-прикладных единоборств // Мир науки. Социология, филология, культурология. 2023. Т. 14. № 2. URL: <https://sfk-mn.ru/PDF/11KLSK223.pdf>.

4. Федотова О.Д., Латун В.В. Образование в Китае: психолого-педагогическая проблематика диссертационных исследований // Интернет-журнал Науковедение. 2013. № 6(19). <https://naukovedenie.ru/PDF/164PVN613.pdf>.
5. Пястолова Н.Б., Кадомцева Е.М., Стародубцева Н.В. Цигун и ушу как эффективные восточные оздоровительные гимнастики. // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. 2021. Т. 6. № 2. С. 108–113.
6. Чжун Л., Жийяр М.В. Культура ушу в контексте современной теории и методики спорта // Теория и практика физической культуры. 2024. № 7. С. 25–26.
7. Захаров О. Ката в олимпийском карате // Вестник Российского Международного Олимпийского Университета. 2019. № 1(30). С. 56–65.
8. Maier В.О. On the philosophy of movement and sport // Wushu Philosophy of Education. 2008. № S1. P. 186–193.
9. Гуань М., Штумпф С.П., Лу С. История шаолиньского кунг-фу (ушу) в России // Вопросы истории. 2023. № 9-2. С. 182–189.
10. Шао Ю., Ван Г. История развития ушу в России // Вопросы истории. 2022. № 6-2. С. 264–274.
11. Ван Г., Мо С., Гуань М. Развитие ушу в России: исторический аспект // Вестник Красноярского государственного педагогического университета имени В.П. Астафьева (Вестник КГПУ). 2020. № 1(51). С. 161–168.
12. Ван Г. Формирование мотивации к занятиям ушу спортсменов 10-12 лет // Проблемы современного педагогического образования. 2024. № 82-1. С. 81–84.
13. Гурко А.В. Китайские психофизические практики в культуре современной Беларуси: этнический аспект // Псковский регионологический журнал. 2018. № 1(33). С. 128–142.
14. Кастальский О.О., Богомазова К.О. Влияние занятий оздоровительным ушу на уровень агрессивности подростков // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. 2021. № 3(46). С. 35–40.
15. Fedotova O.D., Chigisheva O.P. Comparative analysis: methodological optics in the ideological context // International Perspectives on Education and Society. 2015. Т. 26. Pp. 57–82.
16. Ильин В.И. Жизнь как участвующее наблюдение: исповедь социолога // Журнал социологии и социальной антропологии. 2010. Т. 13. № 4. С. 5–24.
17. Yan B., Jiang H. Constructed past: a study of oral history for the origin of a wushu boxing // Voprosy Istorii. 2023. № 5-1. Pp. 270–279.
18. Ji J. Aesthetics of china's wushu spirit and subjective construction of minority sports culture // Voprosy Istorii. 2023. № 5-1. Pp. 280–287.

Zhang Yongzhuang

Don State Technical University, Rostov-on-Don, Russia
E-mail: zhangyongzhuang001@mail.ru

An experimental study of movement interventions to overcome barriers to learners' engagement in body-oriented practices

Abstract. The article is devoted to the problem of overcoming the barriers observed in students of various typological groups (here: university students) in mastering body-oriented practices. The author refers to the technologies of health and aesthetic orientation, rooted in the culture of China and spread to other countries. Noting that at present, interest in military-applied martial arts and oriental martial arts is growing all over the world, the author chooses wushu gymnastics as the subject of consideration, which attracts students with a successful combination of health, sports and martial techniques. The study is aimed at identifying and overcoming the learning barriers that some students encounter in mastering this body-oriented practice. An experiment is described, which involved 100 students (50 girls and 50 boys) who took part in wushu training at Taishan University (Taishan, Shandong, China) at the university School of Sports. The concept of the experimental study was based on the idea of replenishing the deficiencies identified at the ascertaining stage of the study by introducing elements of the «long fist», «sword fighting» and taijiquan technologies into the training process in the experimental group. In addition to the experiment, the method of included (participant) observation and a measurement system for the items «physical barriers», «technical barriers», «psychological barriers» and others were used. As a result: among men from the two samples at the control stage, there was no significant difference between the experimental and control groups in terms of barriers and problems with the instructor. For other indicators, a significant difference was found between the barrier indicators in the two samples of the control group (men). In the female sample at the control stage, the experimental group and the control group did not show significant differences in mentoring problems and interpersonal barriers. In the case of measuring the indicators of other barriers, the level of barriers in the experimental group was significantly lower than the level of barriers in the control group.

Keywords: China; experiment; participant observation; wushu; students; learning barriers; influencing factors; differences; overcoming barriers