

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/79PDMN524.pdf>

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

**Ссылка для цитирования этой статьи:**

Чжан, Ю. Факторы, способствующие преодолению барьеров в обучении при овладении телесно-ориентированными практиками (на примере ушу) / Ю. Чжан // Мир науки. Педагогика и психология. — 2024. — Т. 12. — № 5. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/79PDMN524.pdf>

**For citation:**

Zhang Yo. Factors that contribute to overcoming barriers in learning when mastering body-oriented practices (using wushu as an example). *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2024;12(5): 79PDMN524. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/79PDMN524.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

## **Факторы, способствующие преодолению барьеров в обучении при овладении телесно-ориентированными практиками (на примере ушу)**

**Аннотация.** Статья посвящена анализу факторов, воздействующих на обучающихся во время освоения телесно-ориентированных практик. В качестве репрезентативного примера овладения двигательными навыками, вызывающими затруднения у обучающихся, автор приводит занятия ушу. Ушу рассматривается как боевое искусство, прочно связанное с культурой Китая и вызывающее стремление молодёжи овладеть его техникой. Автор исходит из гипотезы о том, что использование потенциала занятий ушу для преодоления барьеров в обучении не может быть отделено от влияния шести факторов: социального вмешательства добродетель превыше всего, обряды превыше всего», языкового вмешательства («терминологическая мудрость»), пространственного вмешательства («визуальная коммуникация»), воздействия на слуховой анализатор («ритмическая гармония») и вмешательства в мыслительные процессы («практика и понимание»). Каждый из данных факторов раскрыт в соответствии со своей спецификой, влияющей на эффективность занятий с представителями различных возрастных групп и весовых категорий.

Показано, что движение — это основное выражение стиля ушу; с помощью гибких и изменчивых движений выражаются такие приёмы ушу, как атака, защита, контратака. Практикуя боевые искусства, занимающийся наследует дух боевой этики, улучшает свою культуру и качества личности. В визуальной коммуникации большую роль играет специфический дизайн движений; благодаря факторам воздействия на слуховой анализатор расширяется диапазон двигательных навыков. Процесс создания и осмысления движений ушу связан с развитием мышления и пространственной ориентировкой. В процессе занятий ушу человек в любом возрасте приобретает уверенность в себе, осваивает традиционные нормы этики и легче справляется с трудностями в обучении и в жизни.

**Ключевые слова:** Китай; культура; традиции; ушу; обучающиеся; барьеры обучения; факторы воздействия; преодоление барьеров

## Введение

Факторы, влияющие на преодоление барьеров в обучении на основе учёта потенциала занятий ушу, традиционно вызывают большой интерес у исследователей. В современном обществе всё больше и больше молодых людей интересуются спортивным ушу, но по разным причинам некоторые из них сталкиваются с трудностями в обучении. Для того, чтобы лучше помочь этим обучающимся, нам необходимо опираться на результаты исследований соответствующих областей науки и обобщать эти результаты, углублённо анализировать ключевые моменты, влияющие на преодоление барьеров в обучении [1–3], и, в частности, в обучении спортивным единоборствам [4]. В этой статье мы исходим из гипотезы о том, что использование потенциала занятий ушу для преодоления барьеров не могут быть отделены от влияния шести факторов: социального вмешательства («добродетель превыше всего, обряды превыше всего»), языкового вмешательства («терминологическая мудрость»), пространственного вмешательства («визуальная коммуникация»), воздействия на слуховой анализатор («ритмическая гармония») и вмешательства в мыслительные процессы («практика и понимание»). Анализируя вышеуказанные шесть факторов и сочетая их с характеристиками техник ушу, мы можем улучшить физические двигательные способности обучающихся и помочь всем участникам образовательного процесса понимать вдохновение культуры ушу в обучении и в преодолении технических недостатков.

## Основная часть

**Факторы, связанные с сочетанием движения и статики.** Сочетание движения и статики в ушу означает органичное слияние двух совершенно разных форм выражения состояния тела — изменения его положения и пребывания в равновесии без движения для формирования своего рода внутренних и внешних техник атаки и защиты. В ушу движение и статика взаимозависимы и являются взаимно преобразующими. Движение — это основное выражение ушу, с помощью гибких и изменчивых движений выражаются такие приёмы ушу, как атака, защита, контратака и так далее. Статика, с другой стороны, призвана регулировать состояние тела и повышать уровень техники атаки и защиты посредством внутренней культивации, такой, как сознание, дыхание и намерение. Практика сочетания движения и статики в ушу помогает улучшить координацию, гибкость, чувствительность и скорость реакции тела, а также укрепить психологические и волевые качества. Сочетание движения и статики в ушу — это своего рода внутренняя и внешняя культивация, техника комбинации атаки и защиты, для овладения которой необходимы длительная практика и тренировки. Сочетание движения и статики в ушу может помочь студентам преодолеть барьеры в овладении разнонаправленными движениями.

**Факторы социального воздействия боевых добродетелей.** Боевые добродетели относятся к этике боевых искусств [5]. Это моральные нормы, которым люди, занимающиеся ушу, должны следовать в своей социальной деятельности, охватывая культуру этикета. Основным содержанием норм этикета является почитание ритуалов в боевых искусствах, а также соблюдение норм человеческих отношений, таких, как уважение к учителям и почитание морали, жизнь в дружбе с родственниками и друзьями и так далее. Боевые добродетели фокусируются в этике и морали традиционной культуры, таких, как доброжелательность, праведность, вежливость, мудрость и доверие, и проникают во все аспекты ушу. Практикуя боевые искусства, мы можем унаследовать дух боевой этики, улучшить свою культуру и качество личности, а также лучше способствовать здоровому развитию культуры боевых искусств. Боевые добродетели играют определённую роль в общении, и благородные боевые добродетели могут помочь студентам преодолеть препятствия на пути к общению при обучении физическим движениям. Барьеры общению также являются факторами, влияющими

на эффект обучения, в основном из-за недостатка уверенности в себе, слабого выражения себя самого, плохого характера и поведения. При недостатке уверенности в себе обучающиеся боятся соперничать с соперниками более высокого уровня или проявляют страх сцены во время соревнований. В групповых тренировках или спаррингах (двоих или троих участников) недостаток общения с товарищами по команде не позволяет обеспечить безопасное и гладкое проведение тренировок.

**Факторы воздействия терминологии ушу.** Соответствующие факторы языкового воздействия могут оказать положительное влияние на преодоление физических барьеров. Использование языковых средств, таких, как терминология ушу, язык тела и визуальные эффекты может помочь людям с нарушениями двигательного аппарата лучше понять и освоить движения и технику ушу, улучшить самонаправленное обучение, стимулировать интерес к обучению, помочь в общении, способствовать обмену и сотрудничеству, повысить уверенность в себе и т. д. В совокупности эти факторы составляют важную часть языковых средств воздействия в преодолении физических барьеров. Терминология ушу оказывает положительное влияние на изучение физических навыков, помогая обучающимся улучшить понимание, углубить память, стимулировать интерес к технике движений и улучшить восприятие тела [6]. В то же время обучающиеся должны обращать внимание на точность понимания и применения спортивной терминологии с тем, чтобы лучше овладеть спортивными навыками.

**Факторы воздействия пространственного восприятия визуальной коммуникации.** Пространственное восприятие — это способность человека воспринимать такую информацию, как пространственное расположение, расстояние и направление. Оно включает в себя восприятие положения собственного тела, восприятие пространственного расположения спортивных объектов (например, таких, как оборудование), а также восприятие пространственных изменений. Пространственное восприятие имеет важное значение в процессе обучения физическим движениям. Оно может помочь учащимся лучше понять суть движений, повысить точность и координацию движений, а затем улучшить двигательные навыки и преодолеть физические барьеры. Кроме того, пространственное восприятие может помочь учащимся лучше справляться с атаками соперника в реальном бою и предпринимать соответствующие защитные и контратакующие действия, получая, таким образом, преимущество.

В визуальной коммуникации уникальное очарование ушу может быть представлено через различные аспекты, такие, как дизайн движений, визуальное воздействие, пространственная композиция, динамические визуальные эффекты, фон и окружение [7]. Дизайн движений в ушу имеет решающее значение для воздействия на пространственное восприятие. Маршруты, направления, углы и расстояния движений должны быть тщательно продуманы, чтобы передать уникальное очарование ушу. Плавный, элегантный и чувствительный к силе дизайн движений может привлечь внимание зрителей и произвести хороший визуальный эффект. В то же время необходимо учитывать и пространственное расположение движений, чтобы создать богатые и разнообразные визуальные эффекты и усилить погружение зрителей. Динамические визуальные эффекты могут помочь исполнителям лучше понять пространственную взаимосвязь их движений. Например, при выполнении сложных движений, если пространство для исполнения сложной комбинации (вращение — под вращением тела — ловля — вращение-ногами) слишком велико, это приведёт к выходу за границы, а если расстояние для исполнения слишком мало, это окажет влияние на следующий этап разучивания упражнения. Через фактор пространственного восприятия, визуально передаваемого ушу, ушу может оказывать влияние на интеллектуальное развитие человека, что в основном выражается в улучшении логического мышления, пространственного

восприятия, математических и логических способностей, памяти, речевого общения, самоанализа, стратегии планирования и способности решать проблемы [8].

**Факторы воздействия на слуховой анализатор.** Факторы воздействия на слуховой канал сенсорного восприятия очень тесно связаны с обучением физической моторике [9]. Слуховое воздействие с помощью музыки и звуков может помочь обучающимся развить хорошее чувство ритма, координацию и равновесие, способствовать творческому мышлению, помочь в восстановлении и регулировать эмоции, что ведёт к лучшему обучению и освоению физических двигательных навыков [10]. Хорошее чувство ритма может помочь обучающимся лучше усвоить темп и скорость движений и улучшить выполнение двигательных навыков. Находясь под влиянием музыки, обучающиеся младшего возраста могут лучше контролировать свои локомоции с помощью физических движений, что приведёт к лучшему освоению различных двигательных навыков [11]. Воздействие на слуховой анализатор также может стимулировать творческое мышление и помочь изучить новые стили и техники движений. Благодаря музыке и звуковой стимуляции обучающиеся младшего возраста могут экспериментировать с различными движениями и их темпом, расширяя диапазон своих двигательных навыков. Воздействия на слуховой анализатор также могут помочь детям регулировать свои эмоции и снизить напряжение и тревогу, чтобы они могли лучше сосредоточиться на двигательных навыках. Таким образом, выбирая подходящую музыку и звуки команд, соответствующие аудиальные вмешательства могут помочь расслабиться и снять стресс с тем, чтобы обучающиеся ушу могли с большей уверенностью относиться к занятиям и тренировкам. Музыка может способствовать развитию и совершенствованию их двигательных навыков. Занятия ушу часто сочетаются с музыкой, чтобы обеспечить ритмичное и гармоничное слуховое воздействие и восприятие ритма. О.О. Кастальский справедливо отмечает, что сочетание занятий ушу с музыкой может оказать положительное влияние на преодоление нарушений при формировании двигательных навыков [12].

**Факторы воздействия «практической тренировки и физической реализации» на мыслительный процесс.** Мышление — основной компонент интеллекта. По мнению Уильяма Перри, психолога из Гарвардского университета, диалектическое мышление можно разделить на четыре стадии: стадия дуализма, стадия множественности, стадия относительности и стадия согласия [13].<sup>1</sup> Его типология согласуется с обучением ушу. *Во-первых*, в начальной стадии обучения ушу в основном развивается способность обучающихся к диалектическому мышлению на стадии дуализма. В это время основными задачами обучающихся являются: базовое освоение спецификаций маршрутов движений, а объектом познания является представление объективных вещей. Их знания о движениях полностью зависят от преподавателя как от эталона. Обучающиеся знают движения лишь поверхностно, а при ошибке в движении не могут дать различные разумные объяснения причины ошибки. Они ограничиваются только внешним видом движения, способ познания движения — в виде правильного и неправильного, а процесс ответа на вопрос считается либо правильным, либо неправильным, либо одним, либо другим, и никакой другой ситуации не существует. Это полностью объясняет, что в начальной стадии обучения ушу в основном развивается способность студентов к диалектическому мышлению на стадии дуализма.

*Во-вторых*, в промежуточной стадии обучения ушу в основном развивается многогранность диалектического мышления студентов. На промежуточном этапе основная задача обучающихся при изучении техники ушу состоит в том, чтобы на основе более глубокого освоения техники движений и маршрутов они могли на начальном этапе отразить в исполнении техники характеристики «внутреннего и внешнего единства, формы и духа» ушу.

<sup>1</sup> Perry's Scheme: A Way to Understand a Student's Thinking // [https://mcblogs.montgomerycollege.edu/thehub/fundamentals-of-teaching/instructor\\_resources/perrys-scheme-a-way-to-understand-a-students-thinking/](https://mcblogs.montgomerycollege.edu/thehub/fundamentals-of-teaching/instructor_resources/perrys-scheme-a-way-to-understand-a-students-thinking/).

Объектом познания в основном является внутренняя сущность объективных вещей, преподаватель направляет обучающихся на изучение правила изменения внутренних движений в рутинных. Это изменение в способе понимания учеников неотделимо от учебной задачи на данном этапе. Это показывает, что на промежуточном этапе обучения ушу обучающиеся осознают сложность и разнообразие вещей в процессе обучения, они знают, как использовать различные методы для ответов на вопросы, но не могут выразить своё мнение в большей степени.

*В-третьих*, на продвинутом этапе обучения ушу в основном развивается относительная способность обучающихся к диалектическому мышлению. На продвинутом этапе обучения ушу основными задачами являются: овладение техникой и маршрутами движений, а также умение полно выражать такие характеристики, как «внутреннее и внешнее единство, форма и дух», а также стиль выполнения упражнений. Объектом познания становятся в основном внутренние абстрактные представления об объективных вещах, и преподаватель направляет внимание обучающихся на освоение техники, обоснования и идеи создания изученных упражнений. На этом этапе, когда обучающиеся выступают, их форма и дух полны, сила ровная, стиль своеобразный, и дают людям сверхценное ощущение. То есть, вещи можно понять через восприятие, анализ и оценку, и осознать, что ценность относительна. На этом этапе в основном развивается относительность диалектического мышления участников тренировки.

*В-четвёртых*, в высшей стадии обучения ушу, в основном, развивается конвенциональность мышления. На этом этапе главной задачей обучающихся являются на основе полного усвоения спецификаций и маршрутов движения теоретические знания о таких маршрутах и техниках, формирование способности создавать маршруты. Суть смысла ушу в том, что не существует согласованного исполнения, оно отличается у разных исполнителей в силу грации и изменений, в силу ситуации. Последователи У. Перри признают, что развитие вещей не является абсолютным, понимание вещей в соответствии с их собственной позицией, точкой зрения, есть логическая необходимость, и в соответствии с различными случаями, различными ситуациями, чтобы сделать выбор действия.<sup>2</sup> Процесс создания и осмысления движения ушу — это развитие обычного мышления, и, наоборот, это также обычное мышление в практическом применении конкретного исполнения.

## Заключение

Ушу имеет многовековую историю и является национальной традиционной спортивной программой китайской нации, её уникальным наследием. Оно играет особую роль, незаменимую для других технических дисциплин и других спортивных программ, в укреплении здоровья учащихся, передаче национальной культуры, сохранении духа нации, укреплении национальной сплочённости и т. д. Поэтому в процессе тренировки роль ушу в преодолении барьеров не может быть отделена от влияния шести факторов: социального вмешательства («добродетель превыше всего, обряды превыше всего»), языкового вмешательства («терминологическая мудрость»), пространственного вмешательства («визуальная коммуникация»), воздействия на слуховой анализатор («ритмическая гармония») и вмешательства в мыслительный процесс («практика и понимание»).

<sup>2</sup> Barker Devan. Perry's Model of Cognitive Development during the College Years // <https://learningandteaching.byui.edu/editions/fall-2011/perspective-magazine/perrys-model-of-cognitive-development-during-the>.



## ЛИТЕРАТУРА

1. Бабенко Т.В. Трудности в обучении как психолого-педагогическая проблема // Студенческий вестник. 2022. № 43-1(235). С. 37–39.
2. Галустян Г.М., Кузубова С.Н., Прядко З.В. Подходы к трудностям в обучении детей начальных классов, испытывающими трудности в обучении // Вестник научных конференций. 2023. № 10-3(98). С. 52–54.
3. Meskhi B., Fedotova O., Platonova E., Belovitskaya S. Overcoming barriers to teaching russian as a non-native language among younger students in certain regions of the North Caucasus. // INTED2019. 13<sup>th</sup> International Technology, Education and Development Conference. 2019. Pp. 4752–4756.
4. Peijun H., Cherkashina E.V., Cherkashin I.A., Druzianov I., Kruszewski A., Cai Ch., Kruszewski M., Fedotova O.D. Historical and pedagogical experience in national khapsagai wrestling and its implementation in modern physical education practice // Archives of Budo. 2021. T. 17. Pp. 329–339.
5. Савицкий А.Н. Этические основания боевых искусств как средство совершенствования человека в его духовной, интеллектуальной и телесной целостности // Сибирский педагогический журнал. 2007. № 9. С. 314–320.
6. Гуань Маосэнь, Нань Лунхань. Развитие внимания у старшеклассников посредством применения техники ушу на уроках по физическому воспитанию // Проблемы современного образования. 2021. № 5. С. 262–269.
7. Yin L., Guopeng S. The application of Chinese traditional cultural elements in visual communication design // Voprosy Istorii. 2023. № 6-1. Pp. 244–251.
8. Юстина Н.И. Визуальная коммуникация и конструирование социальных представлений // Образование. Наука. Инновации: Южное измерение. 2011. № 1(16). С. 76–82.
9. Шамонин А.В. Компенсаторная направленность педагогических воздействий на занятиях физической культурой со студентами, имеющими ограниченные возможности слухового анализатора. // Alma Mater (Вестник высшей школы). 2012. № 8. С. 109–110.
10. Гончаров В.И., Власенко Т.Н., Маньшин Б.Г. О понятиях "ритм", "темп", "частота движений", "чувство ритма" // Учёные записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2023. № 1(215). С. 122–126.
11. Сизова Т.В. Совершенствование чувства ритма и умения выполнять движения в соответствии с музыкальным сопровождением у студенток вузов, занимающихся художественной гимнастикой // Учёные записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2014. № 11(117). С. 135–139.
12. Кастальский О.О. Музыка, как средство оптимизации оздоровительного процесса детей младшего школьного возраста, занимающихся ушу // Территория здорового образа жизни. Челябинск: Уральская Академия. 2016. С. 112–116.
13. Perry, William G. Of counselors and college. Harvard Educational Review. 1948, 18, pp. 8–34.

**Zhang Yongzhuang**

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

## **Factors that contribute to overcoming barriers in learning when mastering body-oriented practices (using wushu as an example)**

**Abstract.** The article is devoted to the analysis of factors influencing students during the development of body-oriented practices. As a representative example of mastering motor skills that cause difficulties for students, the author cites wushu classes. Wushu is considered as a martial art that is closely connected with the culture of China and causes the desire of young people to master its technique. The author proceeds from the hypothesis that using the potential of wushu classes to overcome barriers in learning cannot be separated from the influence of six factors: social intervention («virtue above all, rituals above all»), language intervention («terminological wisdom»), spatial intervention («visual communication»), impact on the auditory analyzer («rhythmic harmony») and intervention in thought processes («practice and understanding»). Each of these factors is disclosed in accordance with its specifics, influencing the effectiveness of classes with representatives of different age groups and weight categories. It is shown that movement is the main expression of the wushu style; With the help of flexible and changeable movements, such wushu techniques as attack, defense, counterattack are expressed. Practicing martial arts, the practitioner inherits the spirit of martial ethics, improves his culture and personal qualities. In visual communication, a specific design of movements plays a major role; due to the factors affecting the auditory analyzer, the range of motor skills expands. The process of creating and comprehending wushu movements is associated with the development of thinking and spatial orientation. In the process of wushu classes, a person at any age gains self-confidence, masters traditional ethical standards and more easily copes with difficulties in learning and in life.

**Keywords:** China; culture; traditions; wushu; students; learning barriers; influencing factors; overcoming barriers