

Формування знань у галузі фізичної культури як основного компонента загальнолюдської культури студентів ВНЗ

Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича (м. Чернівці)

Постановка проблеми. Фізична культура народу, а також традиції здорового способу життя протягом століть регулювалася соціальними нормами моралі, релігії, звичаїв, провідними з яких були норми звичаєвого права. Великий вплив на фізичну культуру, здоровий спосіб життя народу зробили національні, релігійні та інші особливості, притаманні конкретному етнічному утворенню (або їх сукупності), а також ті звички, традиції і звичаї, які, повторюючись і закріплюючись у свідомості індивідів, ставали нормами поведінки. Останні значною мірою сприяли формуванню правової системи державних утворень українського народу (Київська доба, Козацька доба, Гетьманщина тощо). Ці норми діяли і на початку ХХ ст., хоча поступово, починаючи з ХVІІІ ст., поступаються місцем силі закону. Послуживши мотивом для видання державою нормативно-правового акта, норма-звичаї втратили значення первісного джерела права у сфері регулювання фізичної культури і здорового способу життя народу [4].

Фізична культура – складова частина загальної культури суспільства, спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини для гармонійного формування її особистості.

Мета дослідження – проаналізувати роль і значення фізичної культури студентів ВНЗ.

Виклад основного матеріалу дослідження. Фізична культура є важливим засобом підвищення соціальної та трудової активності людей, задоволення їх моральних, естетичних і творчих запитів, життєво важливої потреби взаємного спілкування, розвитку дружніх стосунків між народами. Фізична культура виникла одночасно із загальною культурою на ранніх ступенях розвитку цивілізації. На перших порах засоби фізичної культури відбивали матеріальний рівень життя людини, впливали, як правило, з природних форм руху (ходьби, бігу по пересіченій місцевості, кидання каміння і палок, стрибків, плавання тощо) і використовувалися, головним чином, для підготовки людей до існування [2].

З розвитком суспільства та матеріальних цінностей розвивається як загальна, так і фізична культура. При цьому ступінь розвитку однієї значно позначається на вираженості другої.

Водночас з розвитком суспільства фізична культура відгалужується від загальної культури в самостійну галузь. Уже в первісному суспільстві вона набуває цілеспрямованого характеру і використовується для підготовки до виконання окремих видів діяльності. У цей час виникає і один з основних її компонентів – фізичне виховання, метою якого був розвиток рухових якостей, морально-вольових, розумових та інших здібностей, а також професійно-прикладних навичок тощо.

На сучасному етапі розвитку суспільства фізична культура – це самостійна й особлива галузь загальної культури, яка спрямована, головним чином, на зміцнення здоров'я людини, продовження її творчої активності та життя, а також на зростання і вдосконалення її всебічного і гармонійного розвитку та використання набутих якостей у суспільній, трудовій та інших видах діяльності [6].

Головними чинниками всебічного розвитку передусім є розвиток усіх видів діяльності людини та вміння використовувати їх у повсякденному житті. Ступінь їх вираженості визначається багатьма чинниками, головними з яких є прояв різноманітності змісту, форм, методів і засобів діяльності людини та їх оптимальне поєднання.

У своїй основі фізична культура, як і кожна з видів культури, має духовну і матеріальну форми вираження, її духовна сторона проявляється у зростанні загального інтелекту людини, у зміні її психоемоційного стану, розумових здібностей, у надбанні науково-теоретичних знань у галузі фізичної культури та спорту, інших гуманітарних та біологічних наук (психології, педагогіки, соціальної психології, анатомії, фізіології, гігієни, біомеханіки) та їх раціональне використання в повсякденному житті.

Матеріальна форма прояву фізичної культури – це розвиток фізичних якостей людини, зміни структурно-функціональних параметрів людського організму в цілому та його окремих систем і органів, а також вираження функціонального взаємозв'язку між ними.

Ступінь вираження як духовної, так і матеріальної форми прояву фізичної культури залежить від рівня розвитку суспільства (соціального, політичного, економічного, наукового, духовного тощо), а також наявності та стану матеріальної бази (стадіонів, басейнів, спортивних кортів і майданчиків, залів, палаців, спортивних приладів та інвентарю, спортивної форми тощо).

Залежно від того, в якій сфері діяльності використовується фізична культура, вона отримує відповідну назву: “дошкільна фізична культура”, “шкільна фізична культура”, “фізична культура в професійно-технічних училищах та спеціальних середніх навчальних закладах”, “фізична культура у вузах”, “лікувальна фізична культура”, “виробнича фізична культура”, “особиста фізична культура” тощо.

Таким чином, можна вважати, що фізична культура – це сукупність досягнень суспільства у створенні та раціональному використанні спеціальних засобів, методів та умов цілеспрямованого вдосконалення людини.

Спорт є органічною частиною фізичної культури, особливою сферою виявлення й уніфікованого порівняння досягнень людей у певних видах фізичних вправ, технічної, інтелектуальної та іншої підготовки.

Закон України “Про фізичну культуру і спорт” від 24 грудня 1993 р. визначає правові, соціальні, економічні й організаційні засади фізичної культури та спорту в Україні, участь державних органів, посадових осіб, а також підприємств, установ, організацій, незалежно від форм власності, у зміцненні здоров'я громадян, досягненні високого рівня працездатності та довголіття засобами фізичної культури, спорту й туризму.

Верховна Рада України визначає державну політику й здійснює законодавче регулювання відносин у сфері фізичної культури, спорту та туризму, а також здійснює в межах своїх повноважень контроль за реалізацією державної програми розвитку цієї сфери й за виконанням законодавства про фізичну культуру, спорт і туризм.

Фізична культура – це частина всієї культури суспільства, засіб зміцнювати здоров'я, всебічного розвитку людини, яка включає в себе фізичні вправи, спорт, туризм, методи загартування організму. Фізична культура ціниться в суспільстві передусім як прояв активної діяльності.

У Законі України “Про фізичну культуру і спорт” акцентовано увагу на тому, що фізична культура є важливим засобом підвищення соціальної і трудової активності людей, задоволення їх моральних, естетичних та творчих запитів, життєво важливої потреби взаємного спілкування, розвитку дружніх стосунків між народами і зміцнення миру. Спорт є органічною частиною фізичної культури, особливою сферою виявлення та уніфікованого порівняння досягнень людей у певних видах фізичних вправ, технічної, інтелектуальної та іншої підготовки шляхом змагальної діяльності. Соціальна цінність спорту визначається його дійовим стимулюючим впливом на поширення фізичної культури серед різних верств населення [2].

Основними завданнями фізичної культури і спорту є постійне підвищення рівня здоров'я, фізичного та духовного розвитку населення, сприяння економічному й соціальному прогресу суспільства, а також утвердження міжнародного авторитету України у світовому співтоваристві [3].

Аналіз теоретичного дослідження показав, що для виконання поставлених завдань необхідно формувати знання з фізичної культури, позитивні мотиви та потребу до цих занять, виховувати бажання систематично займатися фізичною культурою та отримувати задоволення від цього (В. А. Вінник, П. К. Дуркін, В. П. Кінденко, Б. Д. Куланін, Л. І. Лубишева, В. А. Пономарчук, В. В. Приходько, С. В. Сичов та ін.).

Першою сходинкою у вирішенні поставлених завдань є формування знань з фізичної культури. Знання є основним компонент змісту освіти з фізичної культури особистості. Вони є рівнем інформації, за допомогою якого формується свідоме ставлення до процесів і явищ, що закріплюється в пам'яті людини (С. Ю. Голевин). Знання формуються в процесі свідомої діяльності людини у вигляді фактів, уявлень, понять і закономірностей [5].

У системі загальноосвітньої школи знання з фізичної культури є складовою частиною процесу фізичного виховання, підґрунтям підвищення мотивації та інтересу до занять фізичною культурою. В системі шкільної освіти вони набувають загального довідково-інформаційного характеру (Л. К. Зав'ялов, М. Зубаль, Ю. А. Перевошиков, А. А. Шевченко, Б. М. Шиян та ін.).

Багато науковців розглядають фізичний розвиток як педагогічну систему, що характеризується власним змістом і структурою. До структури такої системи зазвичай включають: комплекс взаємопов'язаних водночас відносно самостійних компонентів – мету й завдання; методи, прийоми і засоби фізичного розвитку, які використовуються в структурі навчально-виховного процесу в певній

логічній послідовності та взаємообумовленості; результат розвитку, визначений у педагогічному та медичному аспектах [6].

Аналіз літературних джерел дає підставу стверджувати, що в наукових та методичних працях проблема формування знань у галузі фізичної культури розглянута недостатньо повно. Визначено теоретичні основи методики викладання теоретичного матеріалу в системі уроків фізичної культури, однак деякі з них не мають експериментального підтвердження. Тому перед ВНЗ постає завдання щодо формування знань студентської молоді в галузі фізичної культури як основного компонента загальнолюдської культури. Мета фізичного виховання – формування фізичної культури особистості. Для досягнення студентами мети фізичного виховання передбачається комплексне вирішення таких завдань:

- формування розуміння ролі фізичної культури в розвитку особистості й підготовки її до професійної діяльності, мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури, установлення на здоровий спосіб життя, фізичне вдосконалення і самовиховання, потреби в регулярних заняттях фізичними вправами і спортом;
- формування системи знань з фізичної культури та здорового способу життя, необхідних у процесі життєдіяльності та навчання;
- зміцнення здоров'я, сприяння правильному формуванню і всебічному розвитку організму;
- оволодіння системою практичних умінь та навичок занять основними видами і формами раціональної фізкультурної діяльності, зберігання і зміцнення здоров'я;
- набуття фонду рухових умінь та навичок, забезпечення загальної фізичної підготовленості.

Висновки. Фізичне виховання допомагає розвивати особистість студента, готувати його до професійної діяльності, формувати установки на здоровий спосіб життя, фізичне вдосконалення і самовиховання, потребу в регулярних заняттях фізичними вправами, формувати систему знань з фізичної культури та здорового способу життя, необхідних у процесі життєдіяльності, навчання, роботі, сімейному вихованні, зміцнювати здоров'я, сприяти всебічному розвитку організму, профілактиці захворювань, забезпечувати високий рівень працездатності протягом усього періоду навчання, забезпечувати загальну і професійно-прикладну фізичну підготовленість, що визначають психологічну готовність випускників вищого закладу освіти до життєдіяльності й обраної професії.

Література

1. Аксьонова О. П. Формування фізичної культури учнів початкової школи в умовах диференційованого навчання: Дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07 / Терноп. нац. пед. ун-т ім. В. Гнатюка.– Т., 2005.– 23 с.
2. Бальсевич В. К. Физическая культура для всех и каждого.– М.: ФиС, 1988.– 208 с.
3. Вострокнутов Л. Д. Нормы обычного права и традиции физической культуры и здорового образа жизни // Роль вузів у вирішенні проблем безперервної освіти та виховання особистості.– К., 1995.– Т. 4: Можливості та потреби закладів на сучасному етапі.– С. 74–75.
4. Гузенко І., Борищак М. Діалог як елемент процесу виховання студентів // Вісн. Львів. ун-ту. Пед. сер.– Л., 2005.– 132 с.
5. Гузенко І., Борищак М. Особливості підготовки вчителів фізичної культури до виховання у молоді національної свідомості // Молода спорт. наука України.– Л., 2002.– Вип. 6.– Т. 2.– С. 520–524.
6. Домашенко А. В. Організаційно-педагогічні засади системи фізичного виховання студентської молоді України: Автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Львів. держ. ін-т фіз. культури.– Л., 2003.– 20 с.

Анотації

У статті розкриваються комплексні завдання щодо формування знань у галузі фізичної культури як основного компонента загальнолюдської культури студентів ВНЗ.

Ключові слова: фізична культура, спорт, здоров'я людини.

В статті розкриваються комплексні завдання формування знань в області фізичної культури як основного компонента загальнолюдської культури студентів вузів.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, здоровье человека.

The author considers the physical training as the part of the part of the whole society's culture, the way to enhance personal health, and advance human development.

Key words: physical culture, sport, health of the men.