

## Сутнісна характеристика фізичної культури й культури здорового способу життя в сучасному суспільстві

Вінницький торговельно-економічний інститут КНТЕУ (м. Вінниця)

**Постановка наукової проблеми та її значення.** Дослідження проблем фізичної культури обумовлює необхідність установа нових взаємозв'язків між різними складниками життєдіяльності людини й пошуку адекватних сучасним умовам розвитку суспільства засобів впливу на формування здорового способу життя.

**Аналіз досліджень цієї проблеми.** Дані останніх років, наведені в науковій, науково-популярній і масовій літературі, засвідчують катастрофічне зростання кількості та омолодження хвороб людини, у зв'язку з чим проблема «здорового способу життя» виходить на перший план суспільної актуальності [5; 8; 14; 15]. Очевидно, що традиційний підхід до фізичного виховання людини насправді лише декларує єдність у розвитку духовної й фізичної сфер, тим самим суттєво збіднюючи його можливості, що, у результаті, призводить до розриву освіти та культури. Сам же процес формування фізичної культури втрачає свій культурний, моральний і одночасно предметно-змістовий смисл, що й призводить до негативних результатів. Багато дослідників проблем відкритого суспільства зазначають, що інформаційно-креативна обумовленість сучасної цивілізації висуває на перший план принцип мовної й культурологічної обумовленості будь-яких процесів, пов'язаних із формуванням культури особистості [1; 7].

Уперше поняття «культури тіла» представив Платон у рамках суспільно-педагогічної системи фізичної культури в Древній Греції. І хоча сформульована в Афінах теза «Для тіла – гімнастика, для душі – музика» ніби свідчить про розділення біологічного й соціального в уявленні про фізичну культуру, проте насправді древні філософи виходили із пріоритету духовного в людині, а отже, і в засобах (до яких відносили гімнастику), що використовуються в її вдосконаленні. Відомо, що останнім часом суттєво переосмислюється феномен культури. Згідно з уявленнями, культура – це універсальний механізм, який здійснює самоорганізацію людського життя. Разом зі зміною розуміння культури як такої відбувається й трансформація поняття фізичної культури. Сучасне уявлення про фізичну культуру значно ширше. Воно увібрало в себе різні смисли, що вкладались у це поняття в різні періоди розвитку суспільства та визначались особливостями розвитку суспільства. Сьогодні фізична культура розглядається як складний багатоаспектний феномен, що співвідноситься з поняттям «загальна культура». Якісно нова стадія осмислення сутності фізичної культури пов'язана з її впливом на духовну сферу людини як дієвого засобу інтелектуального, морального, естетичного виховання людини. Суттєві ознаки, що описують сучасне уявлення про культуру суспільства й окремої людини, є основою для виявлення змістових характеристик фізичної культури. При цьому для нас особливо значимі соціальний, діяльнісний, духовний і ціннісний аспекти, які виділяються при розгляді змісту поняття культури. На думку низки сучасних дослідників фізичної культури та спорту, нинішній етап розвитку фізичної культури характеризується подоланням вузькоспеціалізованого вивчення культурних явищ. Йому властивий системний розгляд цих явищ, звернення до людини, яка в працях із людинознавства все частіше починає розглядатися як цілісність і багатовимірність, як інтегративна система [2; 6; 9; 10; 13]. В. М. Видрін визначає фізичну культуру, як вид культури людини й суспільства, а також як діяльність і її соціально-значимі результати з формування фізичної готовності людини до життя. На його думку, фізична культура – це, з одного боку, специфічний процес, а з іншого – результат людської діяльності, а також засіб і спосіб фізичного вдосконалення людини [4].

Зважаючи на актуальність проблеми фізичної культури й культури здорового способу життя в сучасному суспільстві, важливим та актуальним є визначення й аналіз сутнісних характеристик і взаємозв'язку цих феноменів.

**Завдання дослідження** – проаналізувати та розкрити сутнісні характеристики фізичної культури й культури здорового способу життя в сучасному суспільстві.

**Методи дослідження** – теоретичний аналіз й узагальнення даних наукової літератури з проблеми дослідження.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Аналіз літератури з теми дослідження дає підставу говорити про високий рівень розробленості проблем фізичної культури. Найбільш розробленою вважається теоретична сторона методології – установлення основних педагогічних закономірностей як вихідних передумов наукового пошуку й визначення світоглядних позицій, тобто встановлення того, на яких філософських, наукознавчих, біологічних і психологічних ідеях вибудовується дослідження феномену фізичної культури.

Вивчення нормативної сторони методології, загальних принципів підходу до фізичної культури як до педагогічного об'єкта є підставою, щоб констатувати: фізична культура визнається важливим складником гармонійного й здорового розвитку особистості. Більше того, реалізація методологічних принципів (антропологічного, культурологічного, гуманістичного, принципу особистісного підходів, принципу діяльнісного, системного, інформаційного підходів) у процесі формування фізичної культури дає змогу розглядати її як провідний інтегратор взаємозв'язку тілесного та духовного в людині. Фізична культура, поєднуючи ці компоненти в єдине ціле, є сферою їх гармонізації [1; 3; 11; 12].

Фізична культура являє собою багатокomпонентне, багаторівневе утворення. Складність дослідження фізичної культури людини обумовлена складною психобіологічною й соціокультурною природою цього феномену. Обґрунтування сутнісних характеристик культури в контексті дослідження фізичної культури набуває особливого значення, оскільки дає можливість найбільш повно осмислити її інтегративну сутність. Вивчення фізичної культури в цьому аспекті є логічним продовженням основної тенденції розвитку знань у її сфері, пов'язаної з переходом у дослідження до теоретико-інтегративного її рівня. Розуміння цілісності людини має бути визначальним і для сфери фізичної культури. Це дає можливість у перспективі внести суттєві корективи у формування цілісної, здорової людини у всіх проявах її сутнісних сил.

Фізична культура в соціальному плані являє собою широку сферу культурної діяльності суспільства. Одне із її головних завдань – активне сприяння всебічному й гармонійному розвитку членів суспільства, їх перетворення, тобто те, що складає сутність культури в більш широкому розумінні. Використовуючи закономірності природного розвитку людини, вона своїми засобами та методами досягає нових якісних результатів, формує й розвиває властивості людини, які не притаманні їй від природи. Розв'язуючи проблему відтворення фізичних здібностей людини, фізична культура є одним із важливих засобів формування її культури в повному обсязі. У чому ж полягає взаємозв'язок духовної та фізичної культури суспільства? З одного боку, від духовної культури фізична культура отримує й переробляє ідейно-теоретичну та науково-філософську інформацію; з іншого – вона збагачує культуру, науку, мистецтво, літературу соціальними цінностями у вигляді теорій, наукових знань, методик фізичного вдосконалення й фізичного тренування. Діяльність у сфері фізичної культури має як матеріальні, так і духовні форми вираження. Матеріальним є результат впливу на біологічний складник у людині (фізичні якості, рухові можливості). Духовне втілюється в результатах проектувальної та моделюючої рухової діяльності, у теоретичному обґрунтуванні цілей і завдань фізичного розвитку людини, змісту методів занурення людини у світ фізичної культури. Особливо значиме те, що фізична культура може розглядатися як сфера гармонізації природного та соціально-перетворювального в людині.

Виокремимо низку суттєвих характеристик фізичної культури:

– фізична культура виступає базовим аспектом загальної культури людини, присутня (хоча не завжди в усвідомленому й реалізованому вигляді) у будь-якій сфері культурної діяльності, оскільки взаємодія природного та соціального лежить в основі будь-якої людської діяльності, а сама діюча людина – це завжди «людина тілесна», а потім уже – «людина розумна» й «людина соціальна»;

– фізична культура – це до певної міри інтегруюча ланка розвитку культури людини внаслідок закладеної в ній необхідної взаємодії та взаємоперетворення атрибутів, характерних для різних рівнів буття людини; у цьому проявляється її особливість як механізму вбудовування природного начала в соціокультурне й адаптація соціально-потрібного до природних основ людського існування;

– фізична культура як жоден інший вид культури містить потенціал прояву особистості людини як цілісності, яка не лише приймає, а й утілює цінності культури.

Проблеми функціонування фізичної культури та її розвитку – важливий напрям соціальної політики в Україні й світі, що дає підставу розглядати фізичну культуру не лише як самостійний вид

культури суспільства, але і як засіб виховання всебічно розвиненої особистості. Рівень розвитку фізичної культури стає показником цивілізованості суспільства, оскільки фізична культура – це не сфера безпосередньої роботи з тілом, хоча саме тілесно-рухові якості людини переважно є предметом зацікавленості в цій. Як і будь-яка сфера культури, культура фізична – це, передусім, «робота з духом людини», його внутрішнім, а не зовнішнім світом. Розуміння специфічності фізичної культури як різновиду загальної культури суспільства наводить нас на ще більш важливий висновок. Якщо взяти за основу положення про те, що культура розвивається в межах культурного середовища, то стає очевидним, що саме розуміння культурного середовища є актуальним і для розуміння факторів та умов розвитку фізичної культури в цілому. У рамках конкретного культурного середовища, що розуміється як елемент розвитку культури, її інститутів і закладів, розвивається й фізична культура. Розвиток фізичної культури, таким чином, тісно пов'язаний із розвитком та втіленням її в мові. Принципово важливими стають мовні конструкції, що виражають смисл і цінності процесу формування здорового способу життя. Не випадково останнім часом дослідники проблеми зазначають, що на процес формування фізичної культури людини справляють суттєвий вплив такі конструкції, як традиції, легенди, образи, звичаї, притаманні тій чи іншій суспільній системі, до якої залучена людина. Та все ж найбільш суттєвим параметром у розумінні специфіки сучасної фізичної культури є вільна й творча діяльність із взаємопов'язаного фізичного та духовного вдосконалення людини. Як уже зазначалось, поняття фізичної культури багатоаспектне й може бути охарактеризоване з кількох сторін: результативної (найбільш суттєвими ознаками є діяльність із засвоєння рухового та духовного досвіду, передача його з покоління в покоління), діяльнісної (діяльність спрямована на вдосконалення сутнісних сил людини), ціннісної (ціннісний аспект у сфері фізичного вдосконалення), функціональної (виявлення ролі й місця фізичної культури в житті суспільства, функцій, які вона в ньому виконує чи може виконувати).

**Висновки.** Отже, проведений аналіз дає підстави стверджувати, що фізична культура як вид загальної культури тісно пов'язана з творчою діяльністю людини із самовдосконалення в єдності із засвоєнням і створенням фізичних та духовних цінностей. Мова культури здоров'я – це мова культурного росту особистості, у якій діяльнісний і результативний аспекти становлення обумовлені розвитком свідомості й світогляду щодо здорового способу життя та здоров'ятворчої поведінки.

**Перспективи подальших досліджень** у цьому напрямі ми вбачаємо у вивченні теоретико-інтегративних аспектів фізичної культури, її людинотворчої сутності.

#### *Джерела та література*

1. Быховская И. М. Человек телесный в социокультурном пространстве и времени / И. М. Быховская. – М. : ФОН, 1997.
2. Визитей Н. Н. Социология спорта : курс лекций / Н. Н. Визитей. – Киев : Олимп. лит., 2005. – 274 с.
3. Виленский В. К. Социально-психологические детерминанты формирования здорового образа жизни / В. К. Виленский // Теория и практика физической культуры. – 1994. – № 9. – С. 9–15.
4. Выдрин В. М. Физическая культура. Культуроведческий аспект : учеб. пособие // В. М. Выдрин. – СПб. : [б. и.], 1998.
5. Дмитриева Е. В. Социальные аспекты здоровья и здравоохранения: конфликты в рамках теории / Е. В. Дмитриева // Социальные конфликты: экспертиза, прогнозирование, технологии разрешения. – 1999. – Вып. 15. – С. 29–50.
6. Іваній І. В. Характеристика сутності фізичної культури особистості фахівця фізичної культури і спорту / І. В. Іваній // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теорет. журн]. – Х. : ХДАФК, 2014. – № 3. – С. 48–52.
7. Казакова Е. И. Культура открытого образования / Е. И. Казакова, Т. В. Светенко. – СПб. : [б. и.], 2002.
8. Кривошеєва Г. Л. Формування культури здоров'я студентів університету : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / Г. Л. Кривошеєва. – Луганськ, 2001. – 20 с.
9. Матвеев Л. П. Интегративная тенденция в физкультурном физкультуроведении / Л. П. Матвеев // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 5. – С. 5–8.
10. Николаев Ю. М. Теория и методология науки о физической культуре : учеб.-метод. пособие / Ю. М. Николаев. – СПб. : Олимп-СПб, 2010. – 200 с.
11. Пономарев Н. И. Физическая культура как элемент культуры общества и человека / Н. И. Пономарев. – СПб. : [б. и.], 1996.
12. Столяров В. Социология физической культуры и спорта : [учебник] / В. И. Столяров. – М. : Физ. культура, 2005. – 400 с.

13. Сутула В. О. Системоутворювальна функція фізичної культури / В. О. Сутула // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теорет. журн]. – Х. : ХДАФК, 2014. – С. 118–121.
14. Jensen B. Two paradigms in health education / B. Jensen. – Denmark, 1996. – 88 p.
15. Pateman B. Healthier students, better learners / B. Pateman // Educational Leadership: J. of the Assoc. for supervision and curriculum Development. – Alexandria, 2003. – Vol. 61 – № 4. – P. 70–73.

#### **Анотації**

*Проаналізовано сутність та взаємозв'язок фізичної культури й культури здорового способу життя в сучасному суспільстві. Розглянуто та вивчено проблему фізичної культури як складову частину духовної культури, показано їх взаємозалежність та доведено, що ефективність процесу формування здорового способу життя обумовлена культурологічними факторами: цінностями, цілями, традиціями, значимими подіями суспільного середовища. Фізична культура як вид загальної культури тісно пов'язана з творчою діяльністю людини із самовдосконалення в єдності із засвоєнням фізичних і духовних цінностей.*

**Ключові слова:** культура, фізична культура, здоровий спосіб життя, інтегративний підхід, цінності, здоров'я, діяльність.

**Михаил Ковинько. Сущностные характеристики физической культуры и культуры здорового образа жизни в современном обществе.** *Анализируются сущность и взаимосвязь физической культуры и культуры здорового образа жизни в современном обществе. Рассмотрена и изучена проблема физической культуры как составная часть духовной культуры, показана их взаимосвязь и доказано, что эффективность процесса формирования здорового образа жизни обусловлена культурологическими факторами: ценностями, целями, традициями, значимыми событиями общественной среды. Физическая культура как вид общей культуры тесно связана с творческой деятельностью человека, с самоусовершенствованием, в единстве с освоением физических и духовных ценностей.*

**Ключевые слова:** культура, физическая культура, здоровый образ жизни, интегративный подход, ценности, здоровье, деятельность.

**Mykhailo Kovinko. Essential Characteristics of Physical Culture and Culture of Healthy Lifestyle in Modern Society.** *It was analyzed the nature and interconnection of physical culture and culture of healthy lifestyle of life in modern society. It was studied and analyzed the problem of physical culture as a component of spiritual culture, their interconnection is shown and it is proved that effectiveness of the process of health lifestyle formation is predetermined by culturological factors: values, goals, traditions, significant events of the social environment. Physical culture as a kind of general culture is closely connected to artistic activity of a human, with self-improvement, together with mastering of physical and spiritual values.*

**Key words:** culture, physical culture, healthy lifestyle, integrative approach, values, health, activity.