УДК 796

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ЛИЧНОСТИ И ЦЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Раскевич В.А.
Челябинский государственный университет, Челябинск, Россия.
Факультет лингвистики и перевода, группа ЛПБА-302.
E-mail: raskevichvika@icloud.com

Аннотация. В наше время можно выявить проблемы в формировании культуры личности, характерных для всех типов культурного образования. Современные молодые люди испытывают недостаток в двигательной активности, что неизбежно приводит к снижению работоспособности. Данный обзор посвящен одной из актуальных проблем: формированию личности, гармонически сочетающей в себе духовное богатство и физическое совершенство. Мы рассматриваем физическую культуру как важное социальное явление, неотъемлемую часть культуры общества и физического развития личности.

Ключевые слова: физическая культура, социальное явление, общество, личность, ценности, здоровье.

Физическая культура – органическая часть общечеловеческой культуры, ее особая самостоятельная область. Вместе с тем, это специфический процесс и результат человеческой деятельности, средство и способ физического и духовного совершенствования личности. Физическая культура удовлетворяет социальные потребности в общении, игре, развлечении, в некоторых формах самовыражения личности через социально-активную полезную деятельность.

В своей основе физическая культура имеет целесообразную двигательную деятельность в форме физических упражнений, позволяющих эффективно формировать необходимые умения и навыки, физические способности, оптимизировать состояние здоровья и работоспособность [3]. Кроме того, физическая культура даёт нам новую энергию и поднимает дух.

Спорт – часть физической культуры, а именно соревновательная деятельность и специальная подготовка к ней. Компоненты физической культуры: физическое воспитание, оздоровительно-реабилитационная физическая культура. Фоновые виды физической культуры – гигиеническая (утренняя гимнастика, прогулки, лёгкие физические упражнения в режиме дня), рекреативная ФК (туризм, физкультурно-оздоровительные развлечения). [6].

В философской и культуроведческой литературе понятие «культура» определяется через философские категории «деятельность» и «потребность». Это позволяет рассматривать ее как показатель степени раскрытия потенциальных возможностей личности в любой области деятельности [12].

Физическая культура в современном мире так или иначе присутствует практи-

чески в каждой сфере жизнедеятельности общества. Человечество сейчас рассматривает ее как неотъемлемую часть своей собственной природы и важнейшей ценности, причем не только на общем уровне, но также и на индивидуальном. Такое становление исследуемого феномена занимало тысячелетия, ведь проблемы влияния физической активности на душу и разум человека волновали еще наших древнейших предков [19]. Пронизывая все уровни современного общества, физическая культура и спорт, оказывают широкое воздействие на основные сферы жизнедеятельности, как в целом общества, так и каждой отдельно взятой личности [16].

Роль физической культуры в формировании личностного потенциала человека в силу его гуманистических функций, социальных сущностей и возможностей развития духовных основ усиливаются. Так, при выполнении разных физических упражнений, особенно в форме вызывающих стресс соревнований, создается высокий эмоциональный фон. Это, в свою очередь, способствует развитию склонности к взаимопомощи, сопереживанию, взаимной ответственности за достижение общих целей. А на фоне серьезных социально-экономических преобразований и общественных потрясений в обществе все вышесказанное очень возрастает. Сегодня, когда на лицо ситуация идеологического вакуума, лишь частично его могут заполнить средства физической культуры, которые определяют достижение физического совершенства, здоровый образ жизни, развитие ряда человеческих достоинств, органически связанных с общечеловеческими ценностями, понятиями общей культуры и духовности личности [8].

Одна из важных и неочевидных проблем для населения нашей страны состоит в том, что при эйфории от успехов в большом спорте, в физической культуре на бытовом уровне значительное число взрослых людей не видят пользы. По данным официальных источников, в лучшем случае физической активностью занимаются не более 12% населения, что значительно ниже, чем в странах Евросоюза [2]. Физическая культура современного российского человека еще не сформирована и находится на весьма низком уровне востребованности. О пользе физической культуры много говорят, пишут, разрабатывают различные методики совершенствования физических качеств, коррекции фигуры, восторгаются победами наших спортивных команд на мировой арене. Однако на бытовом уроне она не находит своего должного применения и использования в повседневной жизни людей [1].

Физическая культура наряду с культурой в целом призвана формировать всесторонне развитую личность, главного субъекта (и объекта) исторического процесса. Основными материальными ценностями физической культуры личности являются необходимый объем двигательных навыков и умений, определенный уровень развития основных физических и специальных качеств, функциональных возможностей различных органов и систем организма. Они составляют материальную основу жизненных сил каждого человека, фундамент его рабочей силы и выступают в качестве обязательного средства осуществления любого вида человеческой деятельности [10].

Культурно-нравственный аспект физической культуры и спорта проявляется в преодолении трудностей, воспитании трудолюбия, выработки настойчивости. Эти особенности физической культуры как элемента общеразвивающей культуры человека подчеркивал еще А.С.Макаренко. [4]. Здоровый образ жизни в условиях современной социальной и экологической обстановки важен для всех категорий учащейся молодежи [13]. Подобным образом значимость физкультуры в формировании личности заключается в том, что сложные условия, необходимость преодолеть проблемы вынуждают человека выражать волевые свойства, преодолевать себя, а согласно мере их формирования и закрепления, эти качества генерируются – переносятся во вне спортивный жизненный путь [20]. Социально-обусловленная необходимость целенаправленного совершенствования здоровья человека должна трансформироваться в культурную потребность,

в стремление к физическому совершенствованию молодежи [15].

Физическая культура рассматривается как жизнеутверждающая ценность бытия и искусство существования, формируемые на основе внутренней устойчивости личности в современных стрессовых и рискогенных условиях российского социума, что позволяет личности эмоционально и психологически преодолевать эти переживания, реализуясь через относительную свободу, творчество и познание [11].

Физическая культура имеет конкретную систему ценностей: материальных и духовных. Материальную основу ценностей физической культуры составляют физические способности человека – сила, быстрота, выносливость, гибкость и координационные способности. Кроме того, физическая культура опирается на материальную базу (спортивный инвентарь, оборудование, спортивные площадки, залы, дворцы и т.п.). Все это не только «обслуживает» физическую культуру, но и является ее производной, потому что возникает в зависимости от ее потребностей. Духовную основу ценностей физической культуры составляют накопленные знания, наука, теория оздоровительной и спортивной тренировки, спортивная этика и эстетика [9].

М.Я. Виленский среди ценностей физической культуры и спорта выделяет следующие группы ценностей: а) физические (здоровье, телосложение, двигательные качества, умения, навыки, физические нагрузки, высокая подвижность, стремление к совершенствованию и др.); б) социально-психологические (активный отдых, развлечения, удовольствие; формирование трудолюбия, навыков поведения в коллективе, общения; понятия долга, чести, совести, благородства, средства воспитания и социализации, рекорды, победы, традиции и др.); в) психические (эмоциональные переживания, быстрота мышления, творческие задатки, воображение, черты характера, свойства и качества личности и др.); г) культурные (познание, самоутверждение, самовыражение, чувство собственного достоинства, эстетические и нравственные качества, авторитет и др.); д) материально-технические условия, престиж занятий спортом в целом [5].

Формирование социально-духовных ценностей в структуре физической культуры личности направляется, прежде всего, на становление в его сознании мировоззрения, а в контексте духовного здоровья – на создание комплекса мотивационной и потребностной сферы жизнедеятельности. При этом система ценностей, установок и мотивов поведения молодежи, степень ее ответственности за действия и поступки в отношении к самим себе и другим людям сочетается с идеями уважения, свободы, добра, любви, прекрасного, красоты, культуры здорового образа жизни, гражданственности и патриотизма как сущностно-деятельностной стороны поведения.

Технологическая направленность основных составляющих социально-духовных ценностей в структуре физической культуры личности должна включать: формирование знаний и мировоззренческой убежденности; нравственно-этическое и эстетическое воспитание; приобщение к культуре здорового образа жизни и физкультурно-спортивной деятельности [18].

Физическая культура, как часть знаний, формируется при непосредственной реализации физического воспитания. Физическое воспитание – это вид воспитания, специфика которого заключается в обучении движениям (двигательным действиям) и воспитании (управлении развитием) физических качеств человека. Результаты физического воспитания, которые выражаются в показателях совершенствования человека, а также всё то, что обеспечивает достижение этих результатов и создается в связи с практикой физического воспитания, представляют значительную общекультурную ценность. В данном качестве физическое воспитание относится к физической культуре общества [7].

В современном мире роль физической культуры в формировании молодого человека и прогрессивном развитии общества становится глобальной. Человек будущего – это всесторонне развитая личность, поэтому надо стремиться к совершенству не только в физической, но и в духовной сфе-

ре, создавая гармонию в обществе. Нашему времени нужна личность, а не просто индивид. Именно это является мотивацией и популяризацией занятий физической культурой и спортом, внедрения здорового образа жизни, особенно в среде учащейся молодежи и студенчества [14].

Таким образом, система физкультурного образования является уникальной средой, которая направлена на благополучную социализацию молодого поколения и влияющую на развитие культуры личности и общества [17].

Литература

1. Баранов, В.А. Физическая культура в контексте общей культуры личности (социально-философский аспект) / В.А. Баранов // Вопросы культурологии. 2009. № 6. С. 73-76.
2. Баранов, В.А. Физическая культура как категория ценности и качества бытия / В. А. Баранов // Вопросы культурологии. 2010. № 11. С. 72-76.
3. Белевцова, К.А. Физическая культура как социальное явление, часть культуры общества и личности / К.А. Белевцова // Управление социально-экономическим развитием регионов: проблемы и пути их решения : Сборник научных статей 9-ой Международной научно-практической конференции. В 3-х томах, Курск, 28 июня 2019 года. Курск, 2019. С. 66-69.
4. Белых, Д.Н. Физическая культура и спортивная часть общеразвивающей культуры личности студента / Д.Н. Белых, Г.Б. Уколова // Молодежь и наука: шаг к успеху : Сборник научных статей 4-й Всероссийской научной конференции перспективных разработок молодых ученых. В 5-ти томах, Курск, 19–20 марта 2020 года. Курск, 2020. С. 214-217.
5. Борисов, А.Я. О типологии ценностей физической культуры / А.Я. Борисов // Образование и саморазвитие. 2010. № 4(20). С. 86-91.
6. Гаманова, Н.В. Физическая культура личности как неотъемлемая часть общей культуры / Н.В. Гаманова // Аллея науки. 2018. Т. 8. № 5(21). С. 343-349.
7. Григорьева, О.Д. Образовательновоспитательная ценность физической культуры / О.Д. Григорьева, В.Н. Чернецов, Ж.В. Тома // Ценности и нормы в потоке времени : материалы VI Международной научной конференции. Курган, , 2015. С. 24-26.
8. Клименко, К.И. Возможности физической культуры и спорта в воспитании личности человека / К.И. Клименко, В.В. Зотин // Наука через призму времени. 2019. № 1(22). С. 129-132.
9. Кораблева, Е.Н. Структура, средства, система ценностей и функции физической культуры / Е.Н. Кораблева // Приоритетные научные направления: от теории к практике. 2016. № 27-1. С. 61-66.
10. Кошкадан, Е.Н. Физическая культура как часть культуры общества и личности / Е.Н. Кошкадан, Е.Н. Карпенко // Донецкие чтения 2018: образование, наука, инновации, культура и вызовы современности : Материалы III Международной научной конференции, Донецк, 25 октября 2018 года. Донецк, 2018. С. 331-335.
11. Леготкина, Л.Р. Физическая культура как система ценностей / Л.Р. Леготкина, А.Б. Лопатина // Успехи современной науки. 2016. Т. 2. № 11. С. 46-48.
12. Лотоненко, А.А. Физическая культура - органическая часть культуры общества и личности / А.А. Лотоненко, А.В. Лотоненко, Ю.С. Молодых // Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании : Материалы V межрегиональной научно-практической конференции с международным участием, Москва. , 2016. С. 170-176.
13. Подрезов, И.Н. Физическая культура как важный фактор в формировании культуры личности / И.Н. Подрезов // Актуальные проблемы физической культуры и спорта курсантов, слушателей и студентов, Орёл, 26 февраля 2016 года. Орёл, 2016. С. 106-109.
14. Рачковская, Н.Н. Значение физической культуры в воспитании культуры личности студентов / Н.Н. Рачковская, Н.Ю. Юрасова, И.А. Руденко // От земских учреждений к местному самоуправлению в России: традиции, опыт, перспективы (к 150-летию Земской реформы) : Материалы Международной научно-практической конференции, Саратов, 29 января 2014 года. Саратов, 2014. С. 140-141.

15. Семантика и взаимосвязь понятий "физическая культура личности", "профессионально-прикладная физическая культура личности", "профессионально-прикладная физическая подготовка" / К.Д. Чермит, М.М. Эбзеев, Н.Х. Хакунов, Д.Е. Бахов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2007. № 6(28). С. 93-98.
16. Скобликова, Т.В. Культура общества и личности не может быть полноценной без прогресса физической культуры личности / Т.В. Скобликова, Е.В. Скриплева, В.Ю. Андреева // Психология и педагогика XXI века: теория, практика и перспективы. Чебоксары, 2016. С. 369-371.
17. Скриплева, Е.В. Физическая культура - часть культуры общества и личности / Е.В. Скриплева, В.Ю. Андреева // Инновационная экономика: перспективы развития и совершенствования. 2018. № 4(30). С. 141-145.
18. Соловьев, Г.М. Формирование социально-духовных ценностей в структуре физической культуры личности / Г.М. Соловьев, С.Н. Кашин, А.И. Земляной // Проблемы современного педагогического образования. 2017. № 55-7. С. 101-107.
19. Тур, В.А. Физическая культура в иерархии ценностей общей культуры и истории человечества / В.А. Тур // Педагогика, психология, общество: актуальные исследования : Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. Чебоксары, 2021. С. 37-39.
20. Хильчевская, И.В. Физическая культура личности и ценности физической культуры / И.В. Хильчевская, Е.В. Немцева // Инновационные преобразования в сфере физической культуры, спорта и туризма : сборник материалов XXI Всероссийской научно практической конференции. п. Новомихайловский, 2018. С. 352-356.

Финансирование. Исследование не имело спонсорской поддержки.
Конфликт интересов. Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Для цитирования: Раскевич В.А. Физическая культура личности и ценности физической культуры / В.А. Раскевич // Международные конференции. Педагогика и психология. 2022. Т. 1, № 12. С. 23-28.

Сведения об авторе
Раскевич Виктория Александровна
Студент. Факультет лингвистики и перевода
Челябинский государственный университет, Челябинск, Россия.
E-mail: raskevichvika@icloud.com

INTERNATIONAL CONFERENCES. PEDAGOGY AND PSYCHOLOGY
2022. vol. 1, no. 12. pp. 23-28.

PHYSICAL CULTURE OF THE INDIVIDUAL AND THE VALUES OF PHYSICAL CULTURE

Raskevich V.A.
Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia.
Faculty of Linguistics and Translation, LPBA-302 group.
E-mail: raskevichvika@icloud.com

Abstract. Nowadays, it is possible to identify problems in the formation of personality culture, characteristic of all types of cultural education. Modern young people lack physical activity, which inevitably leads to a decrease in working capacity. This review is devoted to one of the urgent problems: the formation of a personality that harmoniously combines spiritual wealth and

physical perfection. We consider physical culture as an important social phenomenon, an integral part of the culture of society and the physical development of the individual.

Keywords: physical culture, social phenomenon, society, personality, values, health.

Information about the author
Raskevich Victoria Alexandrovna
Student. Faculty of Linguistics and Translation
Chelyabinsk State University, Chelyabinsk, Russia.
E-mail: raskevichvika@icloud.com

Поступила в редакцию 11.11.2022. Прошла рецензирование и рекомендована к опубликованию 14.12.2022.

Это произведение доступно по лицензии Creative Commons «Attribution-NonCommercial» («Атрибуция – Некоммерческое использование») 4.0 Всемирная – https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/