

Тема 4. Фізична культура як суспільне явище

Практичне заняття №7-8

Мета заняття: засвоїти поняття «фізична культура» у суспільному аспекті, вивчити завдання та сфери впровадження фізичної культури і спорту у суспільстві.

Питання для обговорення:

1. Вступ до спеціальності «017 Фізична культура і спорт».
2. Місце фізичної культури в загальній культурі людства.
3. Основні завдання, форми і засоби фізичної культури.

Ключові слова: фізична культура, культурна цінність, галузь, стан розвитку суспільство.

Методичні рекомендації

Фізична культура сьогодні є одним із визначальних чинників суспільного життя світової спільноти, важливим елементом освіти, виховання, охорони здоров'я, військової справи, професійно-прикладної підготовки, соціальної сфери, політики, економіки, мистецтва й таке ін.

Словосполука «фізична культура» характеризує означене поняття як частину (різновид) культури взагалі.

Початковий зміст поняття «культура» (з латинської мови означало «обробіток») нині значно розширився. У загальновживаному значенні воно включає в себе певні особисті риси, форми, стиль поведінки й діяльності окремої особи або спільноти, тобто різноманітні форми суспільного життя, з одного боку, і результати діяльності (твори, структури, базу), з іншого.

Отже, до поняття «культура» в широкому розумінні слова входять такі складові, як мистецтво, наука, ідеологія, фізична культура, а також результати діяльності людини у цих сферах. Культуру умовно поділяють на матеріальну і духовну.

У сфері культури людина проявляється в трьох аспектах:

- пізнає попередній історичний досвід (вивчає літературу, мистецтво, техніку);
- виступає як носій культурних цінностей;
- сама створює, формує культурні цінності, які стають базою подальшого розвитку культури.

Фізична культура, як культура в цілому, не дана людям від природи, а є наслідком суспільної та індивідуальної творчості.

Найчастіше терміном «Фізична культура» називають процес, спрямований на підготовку людей до життя та праці шляхом виконання фізичних вправ, використання цілющих сил природи, особистої і громадської гігієни та певного раціонального побуту і праці.

До поняття «галузь фізичної культури» відноситься не лише система вправ, теоретичних знань, але й матеріальна база фізичної культури та її організаційна система.

З розвитком цивілізації, внаслідок зменшення в житті людей ролі важкої фізичної праці, значення і місце фізичної культури в житті людей постійно зростають. По суті, фізична культура є основним (якщо не єдиним) засобом, який гарантує порятунок людства від фізичної деградації і виродження. Бо ж збіднення рухового арсеналу людини спричиняє погіршення її здоров'я, занепад творчої активності тощо.

Тільки достатня рухова активність і певний режим праці та побуту в поєднанні з іншими засобами запобігають зниженню продуктивності праці. За дещо застарілими і, можливо, викривленими даними радянської статистики, продуктивність праці на виробництві робітників, які займалися фізичними вправами, була на 6-12 % вищою. Недарма велика увага до фізичної культури приділяється у багатьох високорентабельних фірмах Західної Європи, США і, особливо, Японії. Для працівників тут створюються прекрасні умови для занять фізичною культурою і спортом. А робітники, які не хворіють, не палять, ведуть здоровий спосіб життя і займаються спортом, користуються істотними пільгами: додаткові відпустки, персональні доплати, гарантія праці в пенсійному віці тощо.

Формуючись у процесі розвитку людського суспільства, фізична культура чітко позначила залежність між підготовкою до праці та її результатами. Ускладнення змісту людської діяльності щоразу підвищує вимоги до рівня фізичної та психічної підготовленості, як це має місце при підготовці космонавтів, пілотів, моряків-підводників та представників інших сучасних професій. Функції фізичної культури проявляються також у постійному нагромадженні й передачі досвіду, в створенні нових методів і засобів впливу на психофізичний стан людей. Цей досвід складає основу теорії фізичного виховання і спорту, яка оформилася в самостійний науковий напрям. Якщо фізична культура є засобом підвищення продуктивності праці та досягнення високого рівня суспільного виробництва, то останнє, в свою чергу, забезпечує відповідні умови (матеріальні та духовні) для розвитку фізичного виховання і спорту.

Фізична культура і спорт, які донедавна були лише споживачами високих технологій, нині самі стали постачальниками таких для багатьох галузей (медицина, психологія, матеріалознавство, будівництво й архітектура тощо).

Основними завданнями фізичної культури є:

- забезпечення рухової активності людей;
- сприяння гармонійному розвитку особи;
- формування позитивних рис характеру;
- підтримання рівня здоров'я та працездатності;
- нагромадження і використання знань про здоров'я та здоровий спосіб життя.

Фізична культура є специфічним багатофункціональним явищем, у сфері якого вирішується широке коло завдань, від особистих до державних і загальнолюдських.

До поняття галузі фізичної культури відноситься також матеріальна основа фізичної культури, структура спортивних організацій, та науково-методична база.

Фізична культура і спорт об'єктивно сприяють політичному, економічному, соціальному і науково-технічному прогресу людства.

Основними засобами фізичної культури є фізичні вправи у всій їхній різноманітності. Проте, не варто ігнорувати і такі засоби, як використання оздоровчих сил природи, різноманітні гігієнічні процедури, раціональні режими побуту, праці, відпочинку і харчування.

У поєднанні різноманітності засобів - головна запорука успіху при виконанні завдань, що стоять перед фізкультурно-спортивним рухом.

Форма проведення занять суттєво впливає на характер, кількість і ефективність використання відповідних засобів та визначається побутовими і службовими обставинами. Форма занять має обов'язково відповідати поставленій меті.

Сферами впровадження фізичної культури і спорту є:

- навчально-виховна;
- виробнича;
- соціально-побутова.

Основними показниками стану розвитку фізичної культури в державі, регіоні чи організації є:

- стан здоров'я і рівень фізичного розвитку;
- рівень забезпеченості кваліфікованими кадрами;
- наявність відповідних організаційних структур;
- кількість фізкультурників і спортсменів;
- наявна матеріальна база;
- рівень науково-методичного та інформаційного забезпечення;
- рівень спортивних досягнень окремих осіб та збірних команд.

В Україні розроблено і затверджено Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України для визначення рівня фізичної підготовленості різних вікових категорій населення.

Питання для самоконтролю

1. Які основні завдання стоять перед навчальною дисципліною «Вступ до спеціальності та інформаційна культура студентів»?
2. Яке місце посідає фізична культура в загальній культурі людства?
3. Які основні завдання в суспільстві вирішує фізична культура?

Практичні завдання

1. Заповніть таблицю «Засоби та шляхи реалізації завдань фізичної культури як соціального явища» за зразком.

Завдання фізичної культури	Засоби та шляхи реалізації

2. Користуючись наведеною схемою, дайте характеристику функціям, що виконує фізична культура у сфері суспільних інтересів.



3. Визначте найпоширеніші форми занять фізичними вправами. Охарактеризуйте їх. В яких установах фізкультурно-спортивного напрямку відбувається їх реалізація?

Рекомендована література

Основна:

1. Білуха М. Т. Методологія наукових досліджень: [Підручник для бакалаврів, магістрів і аспірантів економ. спец. вузів] / М. Т. Білуха. – К.: АБУ, 2002. – 480 с.
2. Голуб Ю. І. Основи наукових досліджень: [Навчальний посібник] / Ю. І. Голуб. – Запоріжжя: ЗДУ, 2001. – 91 с.
3. Ковальчук В. В. Основи наукових досліджень: [Навч. посіб.] / В. В. Ковальчук, Л. М. Моїсєєв. – Вид. 2-ге, перероб. і доп. – К.: ВД «Професіонал», 2004. – 208 с.
4. Кушнарєнко Н. М. Наукова обробка документів: [Підручник] / Н. М. Кушнарєнко, В. К. Удалова. – К.: Вікар, 2003. – 328 с.
5. Пілюшенко В. Л. Наукове дослідження: організація, методологія, інформаційне забезпечення: [Навчальний посібник] / В. Л. Пілюшенко, І. В. Шкрабак, Е. І. Славенко. – К.: Лібра, 2004. – 344 с.
6. Сидорєнко В. К. Основи наукових досліджень: [Навчальний посібник для вузів] / В. К. Сидорєнко, П. В. Дмитренко. – К.: Лібра, 2000. – 260 с.
7. Філіпенко А. С. Основи наукових досліджень. Конспект лекцій: [Посібник] / А. С. Філіпенко. – К.: Вікар, 2004. – 208 с.

8. Цехмістрова Г. С. Основи наукових досліджень: [Навч. посіб. для студ. вузів] / Г. С. Цехмістрова. – К.: Слово, 2003. – 240 с.

9. Шейко В. М. Організація та методика науково-дослідницької діяльності: [Підручн. для студ. вузів] / В. М. Шейко, Н. М. Кушнарєнко. – 4-те вид., виправ. доп. – К.: Знання, 2004. – 307 с.

10. Грищенко У. М. Основи наукових досліджень: [Навчальний посібник] / У. М. Грищенко, О. М. Грищенко, В. А. Борисенко. – К.: Слово, 2001. – 250 с.

11. Мацєгора І. Л. Основи наукових досліджень та інформаційна культура студентів: [Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів] / І. Л. Мацєгора, О. О. Стадніченко. – Запоріжжя: ЗНУ, 2010. – 200 с.

Додаткова

1. Веде В. В. Основи наукової організації праці студентів академії / В. В. Веде, А. О. Малишев. – Ужгород: Українська книга, 2001. – 240 с.

2. Британ В. Організація вузівської науки / В. Британ. – К.: Слово, 1992. – 200 с.

3. Вадзюк О. Б. Організаційні засади українознавчих досліджень у Науковому товаристві ім. Шевченка // Наука та наукознавство / О. Б. Вадзюк. – 2003. – №2. – С. 108–114.

4. Вачевський М. Основи наукової інформації. / М. Вачевський. – Дрогобич: Либідь, 1995. – 240 с.

5. Головка І. Мовленнєвий аспект викладання курсу «Основи наукових досліджень» у вищих навчальних закладах та школах нового типу: // Рідна школа / І. Головка. – 2003. – №5. – С. 27–29.

6. Документація, звіти у сфері науки і техніки. Структура і правила оформлення. – К.: Вища школа, 1995. – 58 с.

7. Лудченко А. А. Основи наукових досліджень: [Навчальний посібник] / А. А. Лудченко, Я. А. Лудченко, Т. А. Примає. – К.: Наукова думка, 2000. – 328 с.

8. Лук'янець В. С. Сучасний науковий дискурс: Оновлення методологічної культури / В. С. Лук'янець. – К.: Слово, 2000. – 158 с.

9. Осінчук В. Г. Визначення основних спортивних термінів фізичної культури і спорту [Текст] : навч. посіб. / В. Г. Осінчук, І. К. Понєску. – К. : ЛДУ, 1995. – 200 с

10. Романчиков В. І. Основи наукових досліджень / В. І. Романчиков. – К.: Слово, 1997. – 450 с.

11. Спієєн Є. С. Методика організації науково–дослідної роботи студентів у вищому закладі освіти / Є. С. Спієєн. – К.: Вікар, 2003. – 248 с.