

КУЛЬТОРОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ОБЩЕСТВА И ЛИЧНОСТИ

Бамбиза А.Е., научный руководитель Бушуев К.М.
УО «Белорусский государственный университет транспорта»,
г. Гомель, Республика Беларусь

Создание условий для формирования человека, гармонически сочетающего в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство, является одной из актуальных проблем. Физическая культура представляет собой общественное явление, тесно связанное с экономикой, культурой, общественно-политическим строем, состоянием здравоохранения, воспитанием людей.

Наш век — век значительных социальных, технических и биологических преобразований. Научно-техническая революция внесла в образ жизни человека наряду с прогрессивными явлениями и ряд неблагоприятных факторов, в первую очередь гиподинамию и гипокинезию, нервные и физические перегрузки, стрессы профессионального и бытового характера. Все это приводит к нарушению обмена веществ в организме, предрасположению к сердечно-сосудистым заболеваниям, избыточной массе тела и т.п. Влияние неблагоприятных факторов на состояние здоровья молодого организма настолько велико и объемно, что внутренние защитные функции организма не в состоянии с ними справиться. Опыт десятков тысяч людей, испытавших на себе воздействие такого рода неблагоприятных факторов, показывает, что лучшим противодействием им являются регулярные занятия физическими упражнениями, которые помогают восстановлению и укреплению здоровья, адаптации организма к условиям внешней среды.

Занятия физическими упражнениями имеют огромное воспитательное значение — способствуют укреплению дисциплины, повышению чувства ответственности, развитию настойчивости в достижении поставленной цели. Физическая культура представляет собой сложное общественное явление, которое не ограничено решением задач физического развития, а выполняет и другие социальные функции общества в области морали, воспитания, этики. Она не имеет социальных, профессиональных, биологических, возрастных, географических границ.

Если общая культура личности отражает широту овладения ценностным содержанием духовной и материальной культуры, степень приобщения личности к созданию их ценностей, готовность и способность к их продуцированию, то профессиональная культура личности по существу отражает проявление общей культуры в специфических условиях профессиональной деятельности.

Физическая культура выступает как составная часть общей и профессиональной культуры человека, как важнейшая качественная динамичная характеристика его личностного развития, как фундаментальная ценность, определяющая начало его социокультурного бытия, способ и меру реализации сущностных сил и способностей.

Физическая культура — это вид культуры, содержанием которой является оптимальная двигательная деятельность, построенная на основе материальных и духовных ценностей, специально созданных в обществе для физического совершенствования человека.

Физическая культура личности — это социально-детерминированная область общей культуры человека, представляющая собой качественное, системное, динамичное состояние, характеризующееся определенным уровнем специальной образованности, физического совершенства, мотивационно-ценностных ориентаций и социально-духовных ценностей, приобретенных в результате воспитания и интегрированных в

физкультурно - спортивной деятельности, культуре образа жизни, духовности и психофизическом здоровье.

Физическая культура представляет собой один из основных видов собственно человеческой культуры, специфика которого заключается главным образом в том, что этот вид культуры профилирован в направлении, приводящем к оптимизации физического состояния и развития индивида в единстве с его психическим развитием на основе рационализации и эффективного использования его собственной двигательной активности в сочетании с другими культурными ценностями.

Физическая культура – это часть культуры общества, которая представляет собой интеграцию различных видов человеческой деятельности и их результатов, направленных на совершенствование человека и которая существует в двух основных формах: объективной (в виде реальных предметов, в продуктах духовного труда, в системе социальных норм и учреждений, в совокупности отношений людей к природе, между собой и к самим себе) и субъективной.

Главной специфической особенностью профессиональной физической культуры является прикладность, основанная на естественно-биологических предпосылках "переноса тренированности" и заключающаяся в формировании тех потребностей и способностей, освоении того общественного опыта и социальных ценностей, которые обладают наибольшей практической значимостью для личности, подготовки к труду.

В технологическую структуру физической культуры личности включаются пять основных составляющих, 27 компонентов и 46 признаков качеств этих компонентов. В данной структуре физическая культура личности является сложным системным образованием. Все представленные в ней элементы тесно взаимосвязаны, дополняют и обуславливают друг друга. Знания и интеллектуальные способности определяют кругозор личности, иерархию ее оценок, ценностей и результатов деятельности; мотивы характеризуют направленность личности, стимулируют и мобилизуют ее на проявление активности в сфере физической культуры; ценностные ориентации выражают совокупность отношений личности к физической культуре в жизни, профессиональной и социально-активной деятельности; потребности являются главной побудительной, направляющей и актуализирующей силой поведения личности в сфере физической культуры; физическое совершенство предполагает такой уровень здоровья, физического развития, психофизических и физических возможностей личности, которые составляют фундамент ее активной, преобразующей, социально значимой, физкультурно-спортивной деятельности и жизнедеятельности в целом; социально-духовные ценности определяют общекультурное и специфическое развитие культуры личности; физкультурно-спортивная деятельность отражает ценностные ориентации и потребности, характеризует физкультурную активность личности.

Физическая культура реализуется в таких формах (компонентах), как физическое воспитание (связанное с освоением физических и духовных сил человека), спорт (их совершенствованием), физическая рекреация (поддержанием), двигательная реабилитация (восстановлением). Внутренним наполнением каждой из них является сочетание интеллектуального, социально-психологического и двигательного компонентов, а также определенной системы потребностей, способностей, деятельности.

Физическая культура – достаточно сложное социальное образование. В ее структуре можно выделить три самостоятельных аспекта: деятельностный, ценностный и личностный. Основными признаками физической культуры можно считать: систематические занятия физическими упражнениями для решения задач физического самосовершенствования; специальные физкультурные занятия, позволяющие с пользой применить их на практике; владение определенными двигательными умениями и навыками для решения лично значимых задач; владение достаточными организационно-методическими умениями построения своих самостоятельных физкультурно-

спортивных занятий, т.к. самостоятельная физкультурная деятельность по праву считается высшей формой личной физической культуры.

Деятельностный аспект физической культуры заключается в том, что физическое совершенствование происходит только в результате оптимальной, целенаправленной двигательной активности человека. Причем не любой, а только той, которая осуществляется по законам физического воспитания, т.е. по законам развития силы, выносливости, законам формирования техники движений, законам активного отдыха и т.д. В процессе жизни человек занимается многими видами деятельности, которые в той или иной степени связаны с двигательной активностью и значительными физическими нагрузками. Однако далеко не все они могут быть отнесены к физической культуре. Поэтому сущностным ядром физической культуры можно считать только двигательную активность, связанную с обязательным выполнением физических упражнений. Выполняемые при этом физические нагрузки могут быть разной величины, зависящие от поставленных задач – восстановить, поддержать или развить свои физические кондиции. Поэтому не всякая, а только окультуренная (полезная, целесообразная) двигательная деятельность, воздействующая положительным образом на психофизическую сферу человека, может быть отнесена к культуре физической. А вот двигательная деятельность, например, грузчика к физической культуре напрямую не имеет непосредственного отношения, т.к. она имеет целью не развитие самого себя, а выполнение производственного задания, которое может быть достигнуто любой ценой, даже перенапряжением. Подобная ситуация в физической культуре в принципе недопустима и вредна.

Таким образом, деятельностный аспект физической культуры реализуется в результате выполнения человеком физических упражнений; при этом деятельность должна отвечать задачам физического воспитания и быть организованной в полном соответствии с закономерностями физического воспитания. В отличие от других видов физической активности человека физкультурная деятельность имеет ряд принципиальных особенностей:

1. Физкультурная деятельность обязательно содержит двигательный компонент, который в ней, как правило, является преобладающим;
2. Деятельность в сфере физической культуры представлена наиболее рациональными формами двигательных действий, имеющими свою конкретную методику занятий;
3. Физкультурная деятельность человека всегда направлена на совершенствование самого себя в аспекте овладения рациональной техникой упражнения, воспитания физических качеств, формирования правильной осанки, укрепления здоровья и т.д.

Цели, лежащие вне самого человека, хотя и могут существовать и решаться параллельно, но ведущими при этом не являются. Все эти признаки в своей совокупности присущи только физической культуре. Для других аспектов человеческой деятельности в полном объеме они не характерны.

Литература.

1. Бальсевич В.К., Лубышева Л.И. *Физическая культура: молодежь и современность* // Теор. и практ. физ. культ. 1995, № 4, с. 2 - 7.
2. Лубышева Л.И. *Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью* // Теор. и практ. физ. культ. 1997, № 6, с. 10 - 15.
3. *Физическая культура: Учебное пособие / под ред. В.А. Коваленко. -М.: Изд-во: АСВ, 2000.*

4. Виленский, М.Я. *Направленное использование физических нагрузок как фактор управления профессиональной работоспособности студентов / М.Я. Виленский, В.П. Русанов // Теория и практика физической культуры. – 1977. – № 6. – С. 44-46.*

УДК 796.032

ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ МАССОВОГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СПОРТА. ОЛИМПИЗМ И ЕГО НАЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Бугримова А.А., научный руководитель Зайцев В.А.
УО «Витебская ордена «Знак Почета» государственная
академия ветеринарной медицины»,
г. Витебск, Республика Беларусь

Массовый спорт в современном мире даёт множеству людей возможность развиваться, совершенствуя свои физические качества, позволяет оттачивать мастерство и поддерживать собственное здоровье, занимаясь соответствующей нагрузкой. Для массового спорта характерен незначительный или небольшой результат и большая посещаемость. Таким образом, основная цель массового спорта – укрепить здоровье, занимаясь активным отдыхом. Он значительно резко отличается от профессионального спорта, где спортсменам не требуется заниматься на последнем издыхании, чтобы достичь результатов. Чаще всего, приобщение к массовому спорту происходит с раннего возраста – школьных времён. Это может быть и занятие физической культурой с другими учениками, спортивные мероприятия, эстафеты или спортивный кросс. Задачи массового спорта часто повторяют задачи физической культуры, ставится упор на регулярные занятия и тренировки. Данные статистики показывают, что молодые люди, ученики и студенты во внеурочное или трудовое время весьма редко занимаются спортом, и лишь 20% не пренебрегает еженедельными тренировками и упражнениями.

Профессиональный спорт, напротив, требует весьма много сил и времени. Его часто описывают как спортивную деятельность, направленную на получение выгоды. В то же время, он является основным родом занятий, то есть, по сути, профессией. Ценность такого спорта возрастает в несколько раз. Такому спорту присущи тенденции развития именно в те виды спорта, которые могут принести коммерческий успех, для создания здоровой процветающей конкуренции, формирования спортивной элиты и распространения спорта в другие страны мира.

Для профессионального спорта характера разнообразность и многоплановость. Потому не существует единых норм функций, которые может нести профессиональный спорт. Среди прочих функций, явно выделяют оздоровительную, воспитательную, миротворческую, образовательную, зрелищную, рекламную и коммуникативную. Наиболее явными тенденциями в мире профессионального спорта является его выход за национальные и региональные рамки, или иначе – интернационализация. Распространение, известность и слава – это то, что привлекает новых зрителей и атлетов, и различных стран мира. Для профессионального спорта характерно распространение по ТВ-передачам, посвящение им отдельных каналов, радиопередач, фильмов. Большинство из нас смогут увидеть профессиональный спорт на широких экранах телевизоров на одном из многочисленных телевизионных каналов. Для поддержания и спонсирования спортсменов создают турниры с призовыми фондами и наградами. Такие мероприятия привлекают внимание всемирно известных брендов, которые и являются спонсорами большинства спортивных мероприятий. Зрелищность – является одним их наибо-