

Розділ I

ТЕОРЕТИКО- МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ Й ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

УДК 796:37

Гацко О.В.,

*старший викладач кафедри
фізичної культури та спортивної майстерності
Гуманітарного інституту
Київського університету імені Бориса Грінченка;*

Євдокимова Л.Г.,

*старший викладач кафедри фізичного виховання
Гуманітарного інституту
Київського університету імені Бориса Грінченка*

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ У СУЧАСНИХ УМОВАХ

У статті розглянуто розвиток фізичної культури на сучасному етапі. Здійснено аналіз науково-методичної літератури, визначено аспекти фізичної культури та основні її поняття, такі як «фізична культура», «спорт». Оцінено ситуацію, що склалася у сфері фізичної культури й спорту. Встановлено, що фізична культура, до складу якої входять фізичне виховання, спорт та фізична рекреація, є важливим засобом підвищення соціальної і трудової активності людей, задоволення їхніх моральних, естетичних та творчих запитів, життєво важливої потреби взаємного спілкування, розвитку дружніх стосунків між народами і зміцнення миру.

Ключові слова: *фізична культура і спорт, фізичне виховання, здоров'я.*

Важливою складовою частиною державної соціально-економічної політики є розвиток фізичної культури і спорту.

Згідно зі ст. 1 Закону України «Про фізичну культуру і спорт», «фізична культура це — діяльність суб'єктів сфери фізичної культури і спорту, спрямована на забезпечення рухової активності людей з метою їх гармонійного, передусім фізичного, розвитку та ведення здорового способу життя» [3].

Фізична культура виникла одночасно із загальною культурою на ранніх етапах розвитку цивілізації. На перших порах засоби фізичної культури відображали матеріальний рівень життя людини й впливали, як правило, з природних форм руху (ходьби, бігу по пересіченій місцевості, кидання каміння і палок, стрибків, плавання тощо). Вони використовувалися, головним чином, для підготовки людей до існування.

З розвитком суспільства та матеріальних цінностей змінювалася як загальна, так і фізична культура. При чому зміни однієї значно позначалися на проявах іншої.

Водночас з розвитком суспільства фізична культура відгалужується від загальної культури в самостійну галузь. 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 і 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 й гармонійного розвитку та використання набутих якостей в суспільній, трудовій та інших видах діяльності.

Спорт як органічна частина фізичної культури є сферою діяльності людей, виявлення та уніфікованого порівняння у змаганні їхніх досягнень у певних видах фізичних вправ [3]. У той же час спорт є часткою міжнародного спілкування, дає можливість демонстрації досягнень суспільства у цій сфері діяльності, сприяє утвердженню гуманістичних цінностей та спортивного авторитету України у світовому співтоваристві.

Характеризуючи фізичну культуру, необхідно розглядати щонайменше три аспекти:

1) *діяльнісний* — включає доцільну рухову активність у вигляді різних форм фізичних вправ, спрямованих на формування необхідних в житті рухових умінь і навичок, розвиток життєво важливих фізичних здібностей, оптимізацію здоров'я і працездатності;

2) *предметно-ціннісний* — представлений матеріальними (матеріально-технічні засоби) і духовними (наукові знання, методи) цінностями-

ми, створеними суспільством для забезпечення ефективності фізичної діяльності;

3) *результативний* — характеризується сукупністю корисних результатів використання фізичної культури, які проявляються у володінні людиною її цінностями, надбанні нею високого рівня фізичної дієздатності. Найсуттєвішим результатом повноцінного використання фізичної культури є виховання готовності людини взяти на себе відповідальність за свій фізичний стан і здоров'я після закінчення шкільного курсу фізичної культури.

Таким чином, фізичну культуру можна визначити як сукупність досягнень суспільства у створенні й раціональному використанні спеціальних засобів, методів і умов цілеспрямованого фізичного та духовного вдосконалення людини.

Розвиток фізичної культури зумовлений об'єктивною необхідністю суспільства в забезпеченні оптимальної рухової активності людини. Саме тому в Законі України «Про фізичну культуру і спорт» зазначено, що фізична культура в Україні є часткою загальної культури суспільства, що спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини з метою гармонійного формування її особистості [3].

Завдання досліджень: 1) розглянути розвиток фізичної культури і спорту в сучасних умовах; 2) визначити основні аспекти фізичної культури.

Методи дослідження. Аналіз і узагальнення літературних джерел; визначення поняття «фізична культура» і «спорт» та аспектів фізичної культури.

Результати дослідження. Актуальність теми зумовлена необхідністю вивчення сучасного стану фізичної культури та спорту України, проблем, що існують у цій галузі сьогодні, а також шляхів щодо їх вирішення з метою забезпечення повноцінного розвитку й укріплення здоров'я населення.

В Україні склалася критична ситуація у галузі фізичної культури і спорту. Як свідчать дослідження, сьогодні значно знизилася рухова діяльність українців. За показником рівня охоплення населення масовим спортом у світі ми у декілька разів поступаємося провідним країнам. В Україні лише 13 % населення залучено до регулярних занять фізичною культурою, у той час, як в розвинутих європейських країнах — від 21 до 50 % [1].

Останніми роками гостро постала проблема погіршення стану здоров'я українців. За інтегральним показником здоров'я населен-

ня середня очікувана тривалість життя у чоловіків скоротилась на 2,4, у жінок — на 0,9 року. Різниця в тривалості життя в Україні й країнах Західної Європи становить для чоловічого населення 12,8, а жіночого — 7,8 року [4].

Ситуація, що склалася сьогодні у сфері фізичної культури і спорту в Україні, характеризується значними проблемами, пов'язаними з умовами існування суспільства, і зумовлена такими факторами:

- невідповідність нормативно-правової бази сучасним вимогам;
- недосконалість інфраструктури у виробничій, навчально-виховній і соціально-побутовій сфері;
- недосконалість системи централізованої підготовки національних збірних команд, низький рівень фінансового та матеріально-технічного забезпечення дитячо-юнацького і резервного спорту;
- незадовільний стан матеріально-технічної бази. В Україні рівень забезпечення населення фізкультурно-спортивними залами (з розрахунку на 10 тис. осіб) у 2–3 рази нижчий, ніж у розвинутих країнах, плавальними басейнами — у 30 разів. Понад 80 % спортивних майданчиків не відповідають сучасним вимогам;
- недостатнє бюджетне фінансування (з державного бюджету виділяється у середньому 0,5 % з місцевих — 2 % їх видатків);
- низький рівень заробітної плати, недостатня кількість інструкторів з фізкультурно-оздоровчої діяльності, розбалансованість у системі підготовки та підвищення кваліфікації фахівців;
- низький рівень наукового забезпечення розвитку фізичної культури і спорту, недостатнє фінансування наукових досліджень (менш як 0,5 % видатків державного бюджету спрямовується на галузь фізичної культури і спорту);
- недостатнє пропагування серед широких верств населення здорового способу життя.

Проблеми розвитку фізичної культури і спорту в сучасній Україні:

- глибока економічна криза;
- суттєве зниження державного фінансування сфери фізичної культури і спорту;
- порушення екологічної рівноваги;
- різке погіршення фізичного розвитку людей і рівня їхнього здоров'я, скорочення тривалості життя [5].

Одним із основних соціально-економічних факторів, який негативно впливає на процес формування та розвиток ринку фізичної культури в Україні, є низький рівень доходів населення. Частка українців із середнім доходом на душу населення на місяць, нижчим за прожит-

ковий мінімум, зросла у 2012 р. порівняно з 2011 р. на 1,3 відсоткового пункту і досягла 9,1 % [2]. Більшість населення отримує заробітну плату, нижчу за середній рівень. Так, в Україні, за даними Держстату, у червні 2012 р. 64,3 % українців отримували заробітну плату нижчу за середню, що на той час становила 3109 грн. Зарплату рівну середній або вище отримували менше 35,7 % українців. Аналогічна ситуація збереглася і у 2013 р. Рівень доходів населення на місяць нижче середнього рівня склав 61,2 % [2]. Така фінансова ситуація не дозволяє середньостатистичному українцю не лише користуватись послугами елітних фізкультурно-оздоровчих структур, а навіть відвідувати дешевші заклади.

Розглянемо причин пасивного ставлення людей до занять спортом за рівнем значимості. Оцінювання здійснювалося за п'ятибальною шкалою, де «5» — дуже велике, «4» — велике, «3» — середнє, «2» — мале, «1» — ніяке значення (табл. 1).

Таблиця 1

ПРИЧИНИ ПАСИВНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ЗАНЯТЬ СПОРТОМ

(Вербовий Є.М., Головійчук О.В.)

Причини	Оцінки
Висока вартість послуг у спортивних центрах	4,1
Дефіцит коштів для відвідування спортивних клубів, центрів та на придбання спеціального одягу, взуття й інвентарю	3,9
Відсутність вільного часу	3,7
Відсутність матеріальних стимулів для підтримки і покращення фізичного стану	3,7
Низький рівень індивідуальної фізичної культури	3,5
Недостатній розвиток у суспільній свідомості значимості занять спортом для всіх	3,5
Низький рівень пропаганди цінностей масового спорту і здорового способу життя	3,5
Не дозволяє рівень здоров'я, часті хвороби	3,4
Недостатня кількість спортивних клубів, центрів	3,4

Фізична культура є важливим засобом гармонійного розвитку людини, формування основних систем і вдосконалення функціональних можливостей організму. Вона також є головним чинником фізичного здоров'я людини.

Недостатність рухової активності населення стримує формування здорового способу життя, від якого на 60 % залежить стан здоров'я людини. Роль медицини у цьому випадку лише 8–10 %. Ігнорування цього факту призводить до зростання захворюваності населення [6].

Заняття фізичними вправами є головною і практично єдиною можливістю, здатною запобігти фізичній деградації українського суспільства і зберегти здоров'я населення.

Висновки. Отже, фізична культура є результатом багатогранної творчої діяльності суспільства. Вона успадковує культурні цінності, створені суспільством на попередніх етапах, і розвиває їх залежно від політичних, економічних, матеріальних можливостей певної історичної епохи.

Основними показниками стану розвитку фізичної культури і спорту на сьогодні є рівень здоров'я, фізичний розвиток та підготовленість різних верств населення; ступінь використання фізичної культури в різних сферах діяльності; рівень розвитку системи фізичного виховання; рівень охоплення громадян масовим спортом, дітей і молоді заняттями в дитячо-юнацьких спортивних школах усіх типів; рівень забезпеченості кваліфікованими кадрами; рівень впровадження у фізичну культуру досягнень науково-технічного прогресу; відображення явищ фізичної культури в засобах масової інформації, матеріальна база, а також високі досягнення спортсменів України на міжнародних спортивних змаганнях.

Джерела

1. Андрющенко О.А. Документний потік України з фізичної культури та спорту: стан і тенденції розвитку / О.А. Андрющенко // Вісник ХДАК : зб. наук. праць. — 2001. — № 5. — С. 197–207.
2. Державна служба статистики України [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <http://ukrstat.gov.ua/>
3. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» від 17.11.2009.
4. Міжгалузева комплексна програма «Здоров'я нації» на 2002–2011 роки, 2002.
5. Пономарев Н.И. Информация физической культуры: проблемы, перспективы / Н.И. Пономарев, С.С. Филиппов // Теория и практика физической культуры. — 1994. — № 10. — С. 14–16.

6. Шкретбій Ю.М. Напрями реформування системи фізичної культури і спорту в Україні // Актуальні проблеми фізичної культури і спорту. — 2004. — № 4. — С. 5–11.

В статье рассмотрено развитие физической культуры на современном этапе. Осуществлен анализ научно-методической литературы, определены аспекты физической культуры и основные ее понятия, такие как «физическая культура» «спорт». Оценена ситуация, сложившаяся в сфере физической культуры и спорта. Установлено, что физическая культура, в состав которой входят физическое воспитание, спорт и физическая рекреация, является важным средством повышения социальной и трудовой активности людей, удовлетворения их моральных, эстетических и творческих запросов, жизненно важной потребности взаимного общения, развития дружеских отношений между народами и укрепления мира.

Ключевые слова: *физическая культура и спорт, физическое воспитание, здоровье.*

The article presents development of physical culture and sport nowadays. It analyzes scientific and methodical literature, determines aspects of physical culture and its basic concepts such as “physical culture” and “sport”. It evaluates the situation in the sphere of physical culture and sport. It finds out that physical culture which includes physical training, sport and physical recreation, is an important mean of improving the social and labor activity of people, satisfaction of their moral, aesthetic and creative needs, vital demand for mutual communication, development of friendly relations between nations and strength of peace.

Key words: *physical culture and sport, physical education, health.*