

ВИЯВЛЕННЯ ЗМІСТУ РУХОВОЇ КУЛЬТУРИ ТА ЇЇ ФОРМУВАННЯ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ ТЕХНІЧНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

Меркулова З.Я.

Приазовський державний технічний університет, м. Маріуполь

Анотація. У статті розглядаються рухи, тілесність які є основою формування рухової культури. Саме у процесі рухів людина може здійснювати свою тілесність, набуваючи рухові вміння та навички і розвиваючи фізичні якості. Формування рухової культури робить усе більш необхідним дослідження її глибинної сутності. Проблему формування рухової культури можливо плідно рішати тільки на основі ідеї єдності та взаємозумовленості соціального і біологічного, духовного й тілесного начал. Тілесна культура об'єднує ці компоненти у людині в єдине ціле.

Ключові слова: рух, тіло, тілесність, культура, особистість, гармонія.

Аннотация. Меркулова З.Я. **Определение содержания двигательной культуры и ее формирование в процессе физического воспитания студентов высших технических учебных заведений.** В статье рассмотрены движения, телесность, которые лежат в основе формирования двигательной культуры. Именно в процессе движений человек может совершать свою телесность, приобретая двигательные умения, навыки и развивая физические качества. Формирование двигательной культуры делает все более необходимым исследование ее глубинной сущности. Проблему формирования двигательной культуры возможно плодотворно решать только на основе идеи единства и взаимообусловленности социального и биологического, духовного и телесного начал. Телесная культура объединяет эти компоненты в человеке в единое целое.

Ключевые слова: движения, тело, телесность, культура, личность, гармония.

Annotation. Merkulova Z.Y. **The investigation of effective ways of forming culture of motion.** The article is devoted to the culture of motion forming effective ways investigation during the process of physical training of students of higher technical educational establishments. Formation of motorial crop does more and more necessary research of its deep-seated nature. A problem of formation of motorial crop probably fruitfully to solve only on the basis of idea of unity and interconditionality social and biological, spiritual and solid began. The solid crop unites these components in the person in a single whole.

Key words: harmony, education, training, personality, culture, improvement, effectiveness, activity.

Вступ.

Прагнення України бути високорозвинутою правовою і демократичною державою спонукає до необхідності вирішувати не тільки економічні, соціальні проблеми, а й проблеми освіти і виховання своїх громадян.

Одним із пріоритетних напрямків реформування освіти є забезпечення у кожному навчально-виховному закладі відповідних умов для навчання і виховання фізичної, духовної і здорової особистості. В першу чергу – вищих навчальних закладів, покликаних формувати фізичну культуру майбутніх фахівців.

Сучасна фізична культура виконує глобальні соціальні функції з оптимізації фізичного стану студентів організації здорового способу життя, підготовці до професійної діяльності та життєвої практики. Завдання подальшого розвитку фізичної культури стає важливим напрямком соціальної політики.

У державних документах останніх років про розвиток фізичної культури вказується, що вона повинна розглядатися як сутнісний вид культури суспільства, як засіб виховання всебічно розвинутої особистості фахівця. Орієнтація на підвищення рівня сформованості фізичної культури поглиблює протиріччя між об'єктивними потребами розвитку фізичної культури з орієнтацією на нову соціально-педагогічну парадигму підготовки фахівців вищої школи та реальним станом її розвитку в процесі фізичного виховання у студентів.

Визначення даних проблем на думку переважної більшості науковців (В.М. Видрін, А.А. Тер-Аванесян, В.К. Балсевич, І.М. Биховська, М.С. Каган, А.І. Колеснікова, Н.І. Пономарьов, Н.І. Візітей) полягає в суттєвих змінах наявної системи фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів. По-перше, це стосується визначення цілей, мотивів, потреб студентів до занять фізичною культурою, а по-друге формування рухової культури у вигляді форм, засобів, методів формування у студентів систем цінностей в галузі свого здоров'я, фізичної в досконалості, гармонії краси фізичної та духовної, підвищенні своєї працездатності та професійно-прикладної фізичної підготовки.

Незважаючи на актуальність зазначеної проблеми, рухова культура підвищує інтерес як у теоретиків, так і у практиків, як діяльнісний аспект фізичної культури, але ж до цього часу немає конкретизації суті даного поняття, не визначений конкретний зміст рухової культури у процесі фізичного виховання студентів вузів.

У зв'язку з цим розглянемо сутність руху, зміст тілесності людини як структурний компонент рухової культури і визначимо суттєву сутність рухової культури.

Робота викладена у відповідності до плану НДР Луганського національного педагогічного університету імені Тараса Шевченка.

Формулювання цілей роботи

Метою нашого дослідження є виявлення змісту рухової культури та її формування в процесі фізичного виховання студентів вищих технічних навчальних закладів.

Завдання дослідження.

1. Зробити огляд літературних джерел з проблем формування рухової культури

2. фізичного виховання студентів вищих технічних навчальних закладів.
3. Проаналізувати педагогічний процес організації фізичного виховання студентів вищих технічних навчальних закладів.
4. На основі аналізу філософської, психолого-педагогічної, культурологічної літератури з теорії й методики фізичного виховання визначити змістовну сутність рухової культури

Методи дослідження.

В процесі дослідження використовувались методи аналізу літературних джерел, програми для виявлення змісту рухової культури

Результати дослідження.

В основі рухової культури лежать рухи, які пов'язані з діяльністю студента. За С.И. Ожеговим [1, 129] рухи - це тілесні акти, направлені на переміщення тіла або його частин в просторі, а також оволодіння і маніпулювання предметами.

Протягом різних історичних епох розвитку людського суспільства аналізу рухів надавалася увага багатьма вченими. Так, старогрецький філософ Платон [2] називав рух «цілшою частиною медицини, а письменник і історик Плутарх [3] – «коморою життя». Я.А. Коменський [4] відзначав, «що все живе пережило б радість руху».

Найцікавіша думка А.А. Ларіонова [5], згідно з якою всі рухи людського тіла можуть бути розбиті на три основні групи рухів, залежно від тієї кінцевої мети, яка ними переслідується. До першої групи відносяться рухи художнього порядку: танець, балет, пластику, різні види гімнастики. Ці рухи, в решті решт представляють собою художнє видовище і тому підлягають трактуванню в порядку явищ художніх. До другої групи належать рухи фізкультурні, впливаючи гігієнічно фізіологічно на організм. Сюди належать всі види педагогічних гімнастик (шведська, сокольська) і всі види спорту. І нарешті, третя група є сферою робочих трудових процесів, призначених до відтворення матеріальних цінностей.

Проаналізувавши висновок А.А.Ларіонова, ми можемо стверджувати, що між даними групами рухів людського тіла є тісний взаємозв'язок, оскільки вони здійснюються на базі раціонального художнього розподілу руху в часі і просторі.

Так, рухи фізкультурні насичуються елементами художності, видовищності, краси. А в робочих трудових процесах виявляються властиві їм художні початки на основі плавності, точності траєкторій робочих рухів, економічності [5]

Згадані види рухової активності людини займають важливе місце в руховій культурі студентів їх професійно-прикладної підготовки, що має важливе значення для нашого дослідження. Візьмемо за основу теоретичний висновок А.А. Ларіонова і представимо в схематичному зображенні сутність рухів. [Рис.1]

Таким чином, основною структурною одиницею рухової культури є рухи, які трансформуються в художні рухи, фізкультурні рухи і трудові рухи.

Без руху рухова культура студента не може бути сформована: ні як особова, ні як суспільна цінність.

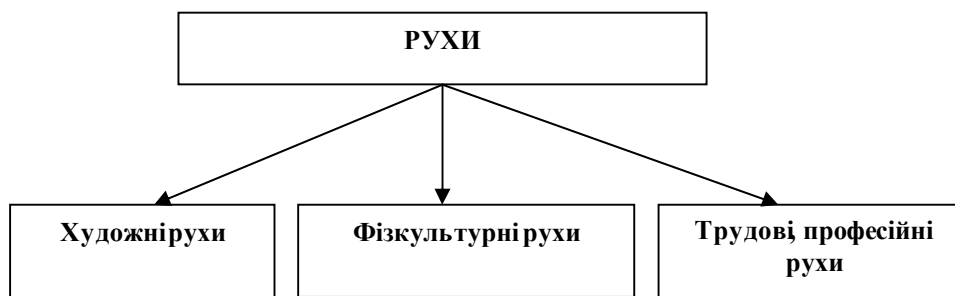


Рис. 1. Сутність рухів

Основним компонентом руху виступає тіло людини як складова частина рухової культури. Рухи як моторна функція людини проводяться з участю різних частин тіла людини. Саме рухи тіла додають рухам свідомість, естетичність, гармонійність, доцільність, економічність.

Істинна краса людського тіла виявляється не стільки в нерухомому положенні його, скільки в динаміці, в русі, коли виявляється вміння людини володіти своїм тілом. На думку В.А. Косяка [6, 3] існування людини невіддільно від існування його тіла, яке є першоосновою сутнісних сил людини, і домінує

серед них. Фізичні кондиції значною мірою обумовлюють образ, якість і стиль життя особистості. Тіло, окультурені спортом, стає носієм не тільки власне фізичних, але і естетичних достоїнств. В даному аспекті відзначимо, що дефініція “тіло” виступає відповідно до поняття тілесності. У даному аспекті тілесність представляється великим комплексом характеристик людини, зовнішність і внутрішність, статичних, антологічних і генетичних властивостей.

Продовжуючи цю тему Р.Декарт заявив, що біологічна, фізіологічна сутність людини внутрішньо присутній в соціально-культурних рівнях його існування виявляючи себе вже не в тілі як такому, але в

людській “тілесності”. Даний вислів представляє для нас інтерес в плані визначення змістовної сутності рухової культури оскільки тілесність є щось більш широке, ніж тіло.

Оскільки тіло людини є відосбленим фрагментом об’єктивної реальності, через яке передається сутність рухів, розглянемо його з естетичних позицій, які найбільш важливі при формуванні рухової культури

В Афінах, виявлялося, головним чином, прагнення до розвитку зовнішньої краси і витонченості, до розвитку стрункого вільного вигляду, легкості і граціозності рухів і дій. У доричних же країнах, переважно в Спарті, явно переважало прагнення розвинути силу, стійкість, а також прищепити звичку до праці і знегод, до страждання і збереження присутності духу. Еталоном абсолютно пропорційної фігури вважалося атлетичне складання зростом, красиво розгорненими плечима, тонкою талією, розширеним тазом, вертикальною лінією живота, рівними, досконалої форми ногами. [7].

Естетичний ідеал краси російської жінки з народу зв’язувався з високою статною фігурою, величною поставою, плавною лебединою ходою. В 1915-1918 рр. виник новий тип - жінка-хлопчик, який виражається в тонкій з вузькими стегнами, без підкресленої талії, з хлоп’ячою стрижкою [8].

В грецькій культурі часів розвитку Стародавньої Еллади відображені зразки статури переможців Олімпійських ігор і військових боїв. Гармонійно розвинуті м’язисті тіла свідчать про міцне здоров’я і фізичну потужність їх володарів. Саме такими уявляли собі стародавні греки богів-олімпійців. Уявленні про фізичну досконалість в єдності з досконалістю духу виражалося і в калокагатії, яка була основою грецької культури її неодмінною умовою було могутнє, красиве, пропорційне, треноване тіло і виступи на стадіонах на славу міста і предків [9; 10].

Отже, ідеали тілесної краси в різні епохи були відображенням дійсності свого часу, який пред’являв до них свої вимоги. У всі часи є і будуть люди різної статури, високого і низького зросту, худі і товсті, але всі вони мають шанси бути красивими і привабливими.

Як бачимо, протягом історії людства уявлення про тілесну красу, красу рухів тісно пов’язані з міркуванням практичної користі. Інакше кажучи, чудово все, що повною мірою відповідає своєму призначенню.[Рис. 2]

Таким чином, ми можемо зробити висновок, що тіло людини виявляється через певні форми, пропорції, складання, які людина успадковує, тобто генетичним шляхом. Існує шлях досконалості тіла, тілесності через сукупність рухів, рухової діяльності, рухової культури. Саме в процесі рухів людина може удосконалювати своє тіло, тим самим розвиваючи рухові уміння, навички і розвиваючи фізичні якості, такі як, сила, спритність, витривалість, швидкість, гнучкість, координація.

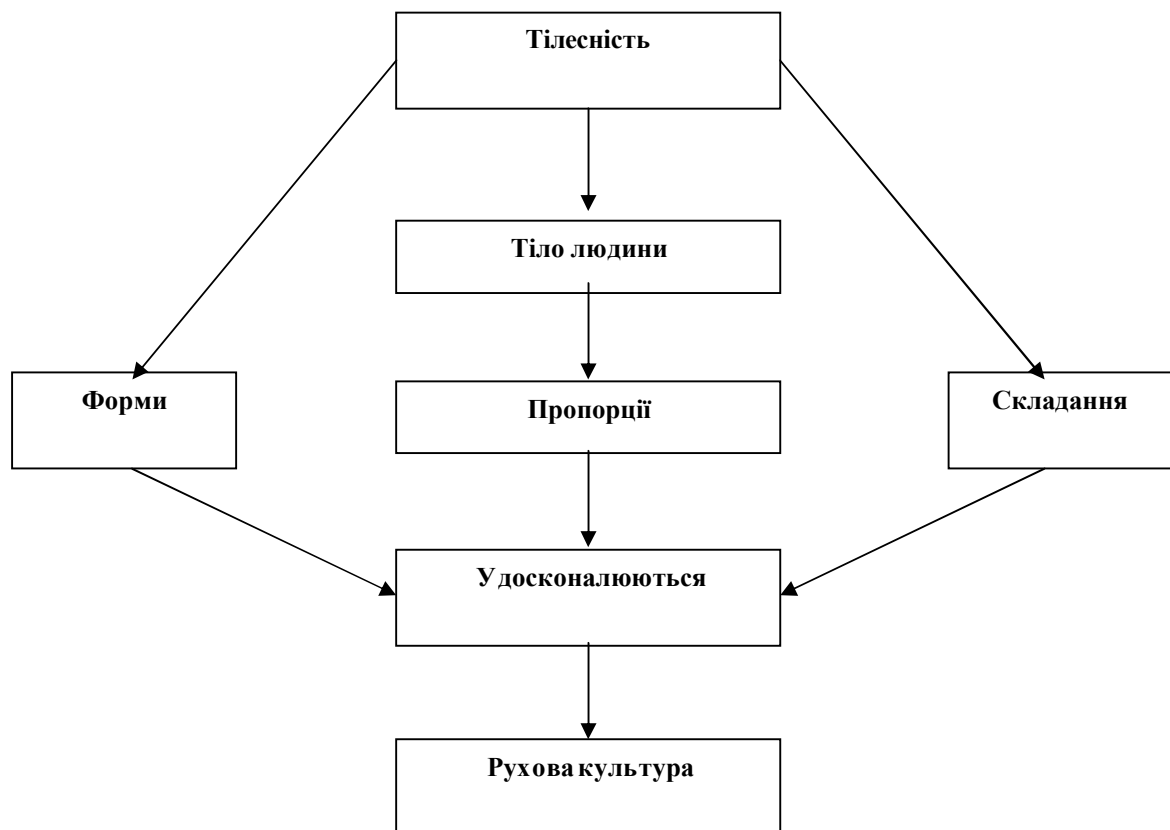


Рис. 2. Зміст тілесності людини

Саме на сукупності рухів тіла студенти можуть вирішувати рухові завдання в різних сферах своєї життєдіяльності, професійної освіти. Професійна діяльність студента у вузі припускає оволодіння основами

наукі професійної культури підготувати до участі в створенні матеріальних і духовних цінностей, до успішного виконання своїх професійних обов'язків.

Особливостями діяльності студента є: націленість на підготовку до виконання професійних трудових завдань і обов'язків, оволодіння необхідними для цього знаннями, навиками, уміннями, поєднання навчання і праці, висока інтелектуальна і фізична напруга (підготовка до іспитів і заліки, їх здача, стажування та інше).

Всі ці види діяльності повинні мати для студента певні цінності. Тільки ці ціннісні орієнтири можна виховати у взаємозв'язку внутрішніх і зовнішніх цілей, мотивів, потреб. Саме це виявляється через рухову культуру. Ми можемо розглядати рухову культуру через сукупність рухів і тілесність.

У свою чергу рухову культуру ми ототожнюємо з якісною і естетичною стороною виконання рухів, які лежать в основі рухової діяльності студентів (фізкультурній трудовій художній т.д.).

Основним засобом рухової культури особистості студента є фізичні вправи, під впливом яких формуються особові психологічні якості студентів

поняття про красу рухів, їх доцільності, економічності - використовується музичний супровід, що дозволяє з'єднати фізичне виховання з естетичним.

У цьому аспекті рухова культура поєднується з красою фізичних вправ, їх пластичністю.

Сприйняття краси будить в людині активність, здатність зрозуміти її, збагатити духовно і реалізувати в руховій діяльності на основі рухової культури

Питання рухової культури багато авторів розглядають з різної точки зору. Так, П.Ф. Лесгафт [11] основоположник фізичної освіти в Росії, творець оригінальної системи фізичного виховання, пояснював, що володіння динамічними відтінками, точністю напруги, ритмом, є основою виразності рухів, їх культури

Таким чином, П.Ф. Лесгафт об'єднує рухову культуру з естетичними параметрами.

Для нашого дослідження велику роль відіграє наукова теорія В.Л. Уткіна згідно з якою він рухову культуру ототожнює з оптимізацією.

Критеріями оптимальності В.Л. Уткін [12] вважає: швидкість, економічність, точність, естетичність, комфортабельність, безпеку. Отже всі ці критерії належать до характеристики рухової культури яка органічно зв'язується з технікою, красою фізичних вправ, як естетичний компонент фізичної культури

Ще більш конкретно умови високої технічності рухів можуть бути сформульовані з урахуванням досвіду біомеханіки, де певні рухи В.Л. Уткін [12] розділяє на рухові дії на місці, переміщуючи рухи (удари, кидки), локомоції (ходіння, біг) і рівновага. Отже, рухова культура органічно зв'язується з технікою, красою фізичних вправ, як естетичний компонент фізичної культури

Рухова культура повинна зайняти певне місце в структурі людських цінностей, оскільки суб'єктом реалізації якісних характеристик рухів, їх естетичних параметрів, є студент. Зміна освітніх парадигм (перехід від репродуктивної педагогічної цивілізації до цивілізації креативно-педагогічної) зв'язує мету освіти із зміною якості людини, де пріоритетним стає формування цільної, гармонійної і вільної особистості. Це вимагає залучення студентів до фундаментальних культурних цінностей, до числа яких належить рухова культура. Отже, рухова культура пов'язана з діяльністю перевтілення студента

Велике значення у формуванні рухової культури особистості студентів має діяльнісний аспект на підставі виконання ряду рухових дій.

Універсальність особистості, невіддільна від її цілісності, маємо на увазі системність якостей і властивостей людини. Цілісність особистості - необхідна умова її гармонійності. У трактовці Г.В. Гегеля [13] гармонія - це співвідношення якісних відмінностей, узятих в їх сукупності, що впливають із суті самої речі. А в нашому аспекті рухова культура виявляється як гармонія якісних характеристик рухів, узятих в їх сукупності по відношенню конкретно до особи, її індивідуальності.

В буденній свідомості культура особистості часто асоціюється із спільністю знань в різних сферах, умінням тримати себе в суспільстві, дотримуватися загальноприйнятих норм етикету. Все це вірно, але цим ні в якому разі не висчерпується поняття «культура особистості». Про культуру людини, в першу чергу, необхідно судити по його діяльності для перетворення свого духовного і фізичного потенціалу.

Таким чином, основним суб'єктом формування рухової культури виступає особистість, яка має свої інтереси, мотиви, певні цінності. Ці цінності визначаються її тілесністю, рухами тіла на підставі певних естетичних параметрів, якісними характеристиками рухів.

Звідси впливає важливість поєднання рухової тілесної з духовністю людини, оскільки як рухове тілесне, так і духовне можна розглядати як категорії одного рівня спільності. Духовність всіма беззастережно признається як вища ієрархічна цінність. Проте при цьому не повинен втрачати свою цінність і фізичний (тілесний) зв'язок.

Головна концептуальна ідея полягає в тому, що рухова культура займає важливе місце в системі особових цінностей і визначається тілесністю, рухом тіла на підставі естетичних параметрів, а також в плані підбору засобів, методів і технологій її формування, що сприятиме більш ефективному процесу фізичного виховання студентів вищих технічних навчальних закладів.

Фундамент змісту рухової культури складають раціональне використання рухової діяльності студентів у вигляді використання засобів і методів направлених на розвиток фізично нездатного майбутнього фахівця.

Певною мірою рухова культура є показником функціональної доцільності вправ, яка сполучає в собі рухову і художню виразну техніку виконання

На понятійному рівні рухова культура - це складова частина фізичної культури яка заснована на відтворенні особистістю як цілісності в своїй тілесній духовній єдності для досягнення задач професійної

підготовки в процесі різних видів діяльності. Представимо в схематичному зображенні змістовну сутність рухової культури рисунок 3.

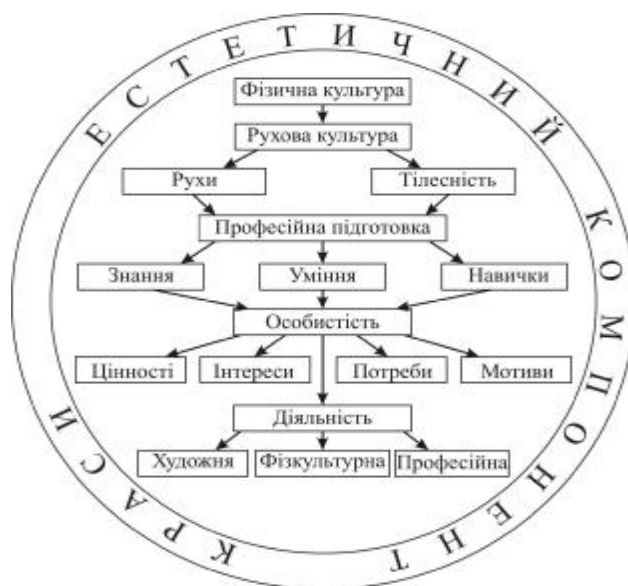


Рис. 3. Змістовна сутність рухової культури

Висновки.

Аналіз вивчення загальнонаукової та педагогічної літератури дозволив нам сформулювати ряд висновків. Усі вчені, що вивчали питання фізичної культури не досліджували аспекти формування рухової культури взагалі й у студентів технічних вищих навчальних закладів зокрема. Вивчення механізму формування рухової культури особистості в умовах ВНЗ раніше не проводилося. Виявлення основопологаючих компонентів рухової культури займає важливе місце у системі особистісних цінностей, а також засобів, методів та можностей їх формування буде сприяти більш ефективному процесу фізичного виховання студентів вищих технічних навчальних закладів.

Таким чином, формування рухової культури як насущної потреби студента технічного ВНЗ робить усе більш необхідним дослідження її глибинної сутності. Проблему формування рухової культури можливо плідно рішати тільки на основі ідеї єдності та взаємозумовленості соціального і біологічного, духовного й тілесного начал. Тілесна культура відміну від інших сфер культури об'єднує ці компоненти у людині в єдине ціле та є сферою їх гармонізації, галуззю ціннісно-орієнтованого розв'язання постійно відтворюваних протиріч між ними.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку.

Процес формування рухової культури майбутнього фахівця здійснювати на основі науково обгрунтованої концептуальної моделі. Впровадження відповідних до потреб студентів нових форм занять, виховання у студентів свідомого ставлення до формування рухової культури. Відновлення методик по фізичному вихованню спрямованому на гармонічне формування особистості студента

Література

1. Ожегов С.Н. Словарь русского языка – М.: Гос. изд-во иностранных и национальных словарей, 1953. - С. 129.
2. Шигагин Ю.А. Учебники платоновской философии – М.; Томск Водолей 1995. - С. 157.
3. Кондратов С.А. Плутарх. Избранное – М.; Издательский центр «Гера», 1996. - С. 228 – 318
4. Джибладзе Г.Н. Философия Я.А. Коменского – Тбилиси; Из-во Тбилиского университета, 1973. – 252 с.
5. Ларионов А.А., Г.А.Х.Н. Искусство движения, каталог второй выставки – М.; 1926. – 43 с.
6. Косяк В.А. Эпистемология человеческой телесности – Сумы; НТД «Университетская книга», 2002. – С. 3
7. Иванова О.А. Формула красоты – М.; Советский спорт, 1990. – 47 с.
8. Лосев А.Ф. История античной эстетики. Итоги тысячелетнего развития. – М.; Искусство книга 1, 1992. - 656 с.
9. Лукьянов Б.Г. В мире эстетики. 2-е издание доп. и перераб. – М.; Просвещение, 1988. - 269 с.
10. Волчкова Г. Движения – залог здоровья и красоты женщины. – М; Физкультура и спорт, 1962. - 67 с.
11. Лесгафт П.Ф. Избранные педагогические сочинения – Т. 2; - М.; Уч. пед. издание, 1952. - 280 с.
12. Уткин В.Л. Оптимизация двигательной деятельности человека. М.; 1971. – 250 с.
13. Гегель Г.В. Эстетика. Т. 1 – М.; 1968. – 70 с.

Надійшла до редакції 03.10.2008р.