

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК ВИЗНАЧАЛЬНИЙ НАПРЯМОК ГАРМОНІЙНО РОЗВИНУТОЇ ОСОБИСТОСТІ ПОЖЕЖНИКІВ

Лариса ІШИЧКІНА, Тетяна РОТЕРС

Луганський національний педуніверситет

Актуальність дослідження. Зростання цінності життя, здоров'я, активного дозволіття і реалізація людської індивідуальності все частіше розглядаються як критерії соціального прогресу суспільства. У цьому аспекті змінюються погляди на сучасного пожежника. Який має бути людиною розумною і гуманною, допитливою і діяльною, яка вміє насолоджуватися красою; це цілісна всебічно розвинута особистість, котра втілює ідеали справжньої єдності сутнісних сил людини, духовної та фізичної досконалості. Усе це свідчить (особливо яскраво це видно у зв'язку з процесами гуманізації нашого суспільства, що почалися) про надзвичайну значимість у ХХІ столітті культури та її виду – фізичної культури. Саме фізична культура стає визначальним пріоритетним напрямком підвищення фізичної підготовки пожежників.

Як зазначає Н.К. Ковальов, актуальність формування фізичної культури людини продиктована зростанням рівня автоматизації виробництва, розвитком різних транспортних засобів, урбаністичним способом життя, погіршенням екологічної обстановки, необхідністю розширення форм міжособистісних контактів як засобу боротьби з відчуженістю особистості в сучасному світі [1]. Фізична культура нашого сучасника формується під впливом двох груп чинників. З одного боку – рівень соціальних досягнень суспільства з його економікою, промисловістю, наукою, освітою, культурними традиціями висуває конкретні вимоги до розвитку психофізичних здібностей людини; з іншого боку – кожен індивід вибірково орієнтується на залучення до фізичної підготовки, виходячи зі своїх особистих інтересів і потреб. Це приводить кожну людину до індивідуальної системи у сфері фізичної культури, що виявляється в специфічній формі включення в діяльність стосовно фізичної підготовки.

В.К. Бальсевич звертає увагу на те, що фізична культура як явище громадського життя є важливим чинником різнобічного й гармонічного розвитку особистості [2]. Фізична діяльність, що виявляється в різних формах занять фізичними вправами, дозволяє реалізувати не тільки природну потребу особистості в русі та у фізичній активності, але крім того, цілеспрямовано удосконалювати біологічну систему життєдіяльності організму через розвиток фізичних якостей, задовольняти такі важливо значимі потреби, як прагнення до пізнання, спілкування, до найбільш повного задоволення, розвитку естетичних уявлень, переживання позитивних емоцій. У цьому зв'язку досить важливо підкреслити, що процес фізичного удосконалювання виступає важливо значима діяльність, що сприяє розвитку не тільки фізичних, але й духовних здібностей особистості, таких, як цілеспрямованість, активність, дисциплінованість, організованість, колективізм, патріотизм, товариськість, урівноваженість, ентузіазм, оптимізм, художні смаки, інтереси й уявлення. При цьому важливо зазначити, що кожен процес фізичної підготовки вибірково впливає на ті чи інші сторони розвитку фізичних і духовних здібностей. Фізична підготовка, спорт є універсальною сферою гармонійного розвитку особистості. І пожежники повинні бути гармонійно розвинутою людиною у соціокультурному просторі.

Мета дослідження. Визначити теоретичні положення, які складають зміст фізичної культури у справі гармонійного розвитку особистості пожежника.

Сучасні уявлення про гармонійно розвинуту людину складаються як похідні від основних сфер громадського життя, екології, економіки, науки, педагогіки, керування мистецтва, медицини. Досягти гармонії можна при врахуванні наступних положень.

Перше положення розроблено з позицій психологічної науки Л. І. Божович і Б. І. Додоновим. Пріоритетне значення в організації способу життя кожної людини займає так звана провідна діяльність, як правило, навчальна чи трудова. У цьому випадку генеральною стратегією процесу формування гармонійної особистості є орієнтування на провідну діяльність, що визначає магістральний шлях в орієнтації її на життєвому шляху, реалізації її життєвого сенсу. Адже більшість видів діяльності, в тому числі й фізкультурна, виконують підлеглу службову функцію стосовно провідної діяльності людини.

Друге положення розроблено Л.О. Зеленовим, Ю.О. Лебедевим, Л.В. Філіпповим з позиції філософської науки. Тут проблема гармонійного розвитку особистості розглядається найчастіше в межах її життєдіяльності, взаємодії із соціальним середовищем. Процес соціалізації виступає як умова й спосіб гармонійного розвитку.

Третє положення розроблено І.В. Бестужевим-Лада з позицій соціологічної науки. Соціологи конкретизують сучасні завдання особистісного розвитку. Вони пов'язують їх з певними видами діяльності, до яких відносять регламентовану працю, науково-технічну творчу активність, художню самодіяльність, періодичне знайомство із громадсько-політичною, науково-технічною та художньо-естетичною інформацією, заняття фізичною культурою і спортом, відвідування видовищних заходів, різні види спілкування з людьми й природою, подорожі, релаксацію.

Результати дослідження. Виходячи з теоретичних положень про формування гармонійної особистості людини ми визначили, що фізичну культуру як визначальний напрямок фізичної підготовки пожежників як гармонійно розвинутої особистості можна представити у структурній схемі (рис.1).

Аналізуючи структурну схему можна зазначити, що основним компонентом фізичної культури є фізкультурна діяльність. У свою чергу, будь-яка діяльність можлива, з одного боку, коли зазначається мета, з іншого боку застосовуються дії. Важливим у досягненні мети фізкультурної діяльності є застосування фізичних вправ. Вони дають можливість змінювати форми тіла, функціональні системи організму, показники фізичних якостей. А це у свою чергу впливає на покращення фізичного стану людини. Саме фізичний стан складає основу службової діяльності пожежників. Усі компоненти сприяють більш повноцінній життєдіяльності, усвідомленню того важливого значення, яке набуває фізична підготовка для здоров'я та працездатності.

На підставі аналізу теоретичних положень про гармонійно розвинуту особистість ми довели, що фізична культура гармонійної особистості пожежника містить у собі:

- морфологічні характеристики розвитку тіла, що визначають його склад, пропорційність статури людини;
- функціональні характеристики фізіологічних систем організму, що визначають рівень його життєдіяльності;
- показники розвитку фізичних якостей, що характеризують рівень розвитку фізичних здібностей;
- арсенал рухових умінь і навичок, що характеризують моторні здібності людини;
- стан здоров'я, що характеризується наявністю чи відсутністю патологій, комфорту психічної сфери і соціального благополуччя особистості;

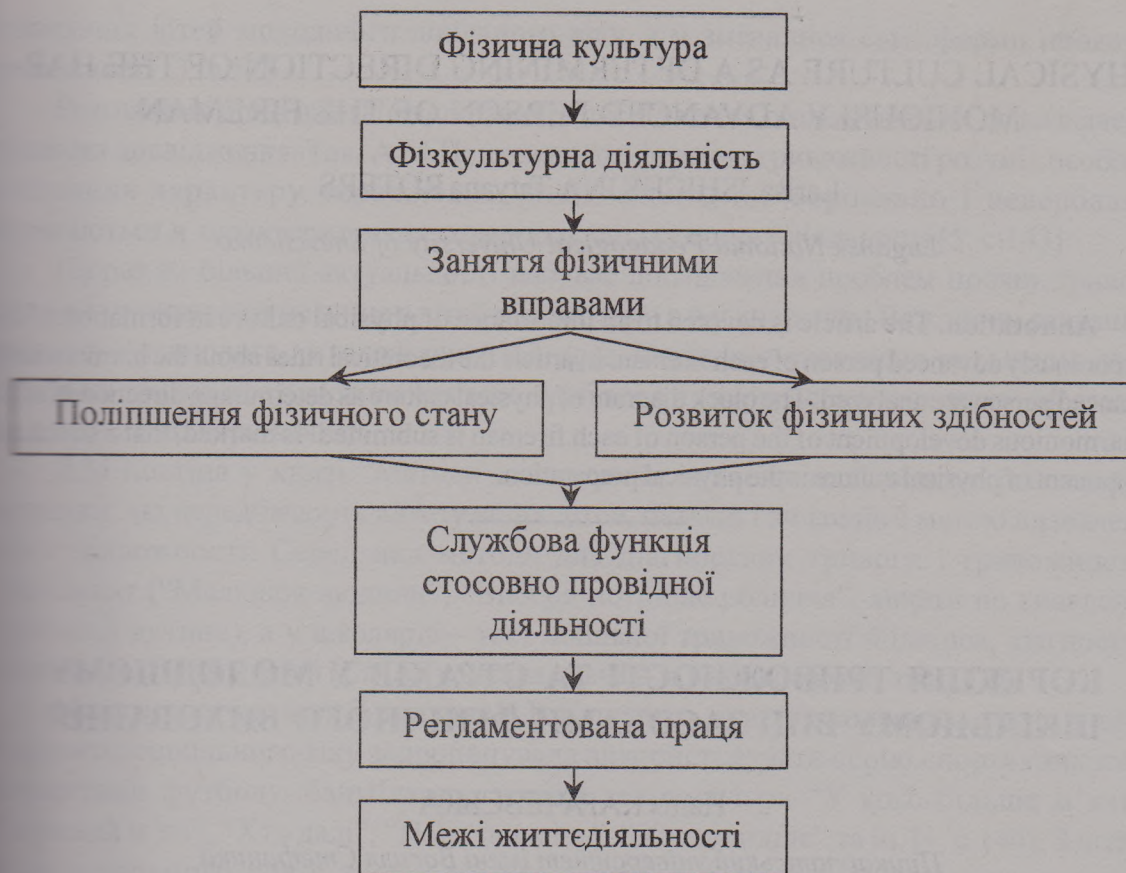


Рис. 1. Фізична культура як визначальний напрямок гармонійно розвинутої особистості пожежника.

- фізкультурно-спортивну освіченість, що передбачає широке коло спеціальних знань;
- усвідомлення важливості ролі фізичної підготовки для здоров'я, продуктивності професійно-корисної діяльності та творчої активності, що представляється системно у встановлених ідеалах, ціннісних орієнтаціях, потребо-мотиваційній сфері особистості, її інтересах і життєвих установках.

Висновки

Такі теоретичні положення дають підстави стверджувати, що структурною основою фізичної культури виступає фізична підготовка, яка має суттєву роль при виконанні службово-оперативної діяльності пожежників.

Таким чином, фізична підготовка набуває великого значення у справі гармонійного розвитку особистості пожежника. Вона спрямована на підвищення фізичного стану пожежника, що досягається засобами фізичної культури.

Література

- Фізическая культура личности студента. Сб. статей под ред. Н.К. Ковалева. – М.: Изд-во МГУ, 1991. – 182 с.
- Савицкий В.К. Физическая культура для всех и для каждого. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 208 с.

PHYSICAL CULTURE AS A DETERMINING DIRECTION OF THE HARMONIOUSLY ADVANCED PERSON OF THE FIREMAN

Larisa ISHICHKINA Tatyana ROTERS

Lugansk National Pedagogical University of Shevchenko

Annotation. The article is devoted to an importance of physical culture in formation of the harmoniously advanced person of each fireman. In article the theoretical rules about the harmoniously advanced person are analyzed. The block diagram of physical culture as determining direction in the harmonious development of the person of each fireman is submitted. Is marked, that a structural component of physical culture is the physical preparation.

КОРЕКЦІЯ ТРИВОЖНОСТІ ТА СТРАХІВ У МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Надія КАРАЧЕВСЬКА

Прикарпатський університет імені Василя Стефаника

У сучасній школі важливого значення набуває не лише своєчасне виявлення дітей негативних психічних станів, а й вміле корегування їх за допомогою різноманітних заходів: імагокорекції, арткорекції, музикотерапії, комплексів спеціальних вправ, спортивних та рухливих ігор та ряду інших заходів, описаних у психологічній літературі.

Одним з негативних емоційних станів, які виникають у молодших школярів внаслідок зміни оточуючого середовища (переходу з дитячого садка до школи), розглядаємо стан тривожності.

Відразу слід зауважити, що багатоманітність і семантична невизначеність терміна “тривожність” у психології є наслідком його використання у різних значеннях. Про це ґрунтовно вказує В.М.Астапов. У запланованому дослідженні будемо спиратися на авторський підхід, за яким тривожність – це і гіпотетична “проміжна перемінна”, тимчасовий психічний стан, який виник під впливом стресових факторів, і фрустрація соціальних потреб, і властивість особистості, яка дається через опис внутрішніх факторів і зовнішніх характеристик за допомогою споріднених понять, і мотиваційний конфлікт [5, с.6].

Поняття тривожності посідає чільне місце в психологічних теоріях з того часу, коли Фрейд визначив її роль при неврозах. Однак у сучасному трактуванні змісту тривожності відсутнє чітке й усталене визначення причин її виникнення. У переважній більшості автори схильні розглядати тривожність як унітарний стан, отож не вбачають її складності [5, с.109].

Стійка тривожність та постійні інтенсивні страхи дітей зазвичай притаманні в період їхнього навчання в початковій школі. Результати сучасних досліджень учених свідчать про те, що порівняно з минулими десятиліттями не лише збільшилася кількість