

ЕТАПИ ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ОСОБИСТОСТІ

У статті розглянуто головні етапи формування фізичної культури особистості як складової індивідуальної системи цінностей, та її вплив на мотивацію до впровадження здорового способу життя молоді.

В статье рассмотрены главные этапы формирования физической культуры личности как составной части индивидуальной системы ценностей, и её влияние на мотивацию к внедрению здорового способа жизни молодежи.

In the article are the main points of the formation of physical culture of personality taken under consideration. It is considered to be a part of individual system of prices and its influence on motivation for setting a health way of life of youth.

Фізична культура – перший природний місток, який поєднує в людині соціальне і біологічне [1].

На жаль, сьогодні фізична культура помітно втрачає своє ціннісне значення серед сучасної молоді. Діти, підлітки, молодь надають перевагу телебаченню, комп'ютерам. Комерційні види спорту віддаляють реальні можливості занять фізичними вправами на задній план, що знижує інтерес до занять фізичною культурою і спортом та є однією з причин погіршення стану здоров'я сучасної молоді – майбутнього нашого суспільства. Це підтверджено багатьма вченими та власними дослідженнями (В.С. Язловецький, Ю.М. Івасюта, В. Шерста, 1998; А.В. Логоненко, Е.А. Стеблецов, 1997; Т.Б. Кутек, Г.П. Грибан, 2003).

На думку багатьох дослідників, зниження інтересу до занять фізичною культурою в наш час пояснюється недосконалою системою фізичного виховання (О. Буліч, 2003; С. Лисюк, О. Іванов, О. Потапова, 2003), невисоким рівнем фізкультурної освіченості фахівців середніх навчальних закладів (О.О. Молімон, А.Я. Вольчинський, І.С. Кліш, 2001). Але, головною причиною, на нашу думку є не сформованість потреби у фізичній культурі, відсутність знань про здоровий спосіб життя, фізичне вдосконалення, нерозуміння ролі фізичної культури як соціальної цінності. Ці поняття необхідно формувати починаючи з раннього віку, закріплюючи в сім'ї, школі, середніх спеціальних і вищих навчальних закладах.

На сучасному етапі проблема фізичної культури особистості досліджується широко й різносторонньо: як невід'ємна частина культури суспільства й особи (Л.П. Матвеев, 1983; В.І. Царик, С.М. Іконнікова, 1987), як фізична культура особистості (А.А. Гужаловський, 1986; В.И. Аксакова, 2001), як фізична культура особистості вчителя (Е.С. Віленський, 1987; М. Ріпак, 2003) [4], як різні форми рухової активності людини, спрямованої на розвиток фізичних якостей, підвищення працездатності, зміцнення здоров'я (В.К. Бальсевич, 1988; Б.М. Шиян, 2001). В останніх дослідженнях фізична культура особистості визначається як пізнавальний, мотиваційний, чуттєвий, поведінковий критерій (А.В. Огністий, К. Огніста, 2001). Теоретично обґрунтовано компоненти структури фізичної культури особистості вчителя (мотиваційно-ціннісні орієнтації особистості; фізична досконалість особистості; діяльнісний зміст фізичної культури). Визначено рівні фізичної культури особистості вчителя: ситуаційний, початкової грамотності, освіченості творчого використання [2].

Аналіз останніх наукових досліджень свідчить, що питання формування та розвитку фізичної культури особистості залишається до кінця не дослідженим. У літературі недостатньо вивчено особливості формування фізичної культури особистості. Це спонукало глибше й детальніше вивчити та дослідити дану проблему.

Мета дослідження – вивчити особливості та визначити етапи формування фізичної культури особистості.

Для досягнення поставленої мети використовували наступні **методи дослідження**: вивчення та аналіз літературних джерел, порівняльний аналіз, узагальнення.

Результати дослідження.

Турбота про здоров'я підростаючого покоління є одним з найважливіших завдань людей (батьків, працівників дошкільних закладів, вчителів школи, викладачів різних навчальних закладів), які причетні до виховання й навчання кожної особистості. Звичайно, абетка здоров'я закладається в

сім'ї й залежить від багатьох особливостей. Основні з них: спадковість, виховання в сім'ї, умови проживання. Неабиякий позитивний вплив на формування фізичної культури особистості має дошкільний заклад, школа. Сім'я, дошкільний заклад, школа – це те середовище, де беруть свій початок основи формування розвитку фізичної культури особистості. Взаємодія сім'ї та школи створюють умови, в яких формуються основи фізичного та психічного розвитку, пізнавальні здібності, ціннісні орієнтації [3].

Особливе місце в системі шкільного навчання займає молодший шкільний вік, тому що дуже інтенсивно формуються інтереси, потреби дітей, збільшуються пізнавальні здібності дитини.

Методично правильно організовані заняття фізичною культурою в школі сприяють як розвитку фізичних якостей, вмінь та навичок, так і формуванню інтересу й бажань до занять фізичними вправами, розумінню значення фізичної культури для здоров'я. Тому, від вчителя фізичного виховання в школі, деякою мірою, залежить особистісний розвиток учня та формування ціннісних орієнтацій, які є підґрунтям індивідуальної системи цінностей (ІСЦ) – першим етапом формування фізичної культури особистості.

З часом закладене і сформоване в сім'ї, дошкільному закладі, школі проявляється у виборі майбутньої професії. Вибір професії – другий етап – важливий момент у житті кожного випускника школи. При виборі професії випускник так чи інакше керується власними інтересами, потребами, мотивами, які утворюють індивідуальну систему цінностей абітурієнта (ІСЦа).

Третій етап – «перетворення» абітурієнта з об'єкта соціально-педагогічного впливу в студента – суб'єкта активної творчої діяльності. Студенти навчаються і займаються фізичними вправами під впливом певних стимулів, спонукань до навчальної діяльності. Це потреби, інтереси, переконання, ідеали, ціннісні орієнтації на основі яких здійснюється розвиток внутрішніх мотивів до навчальної діяльності до самовдосконалення, форсується індивідуальна система цінностей випускника (ІСЦв).

Наступний етап – вибір відповідного типу професійної діяльності, у якій випускник має реалізувати свої знання, вміння й навички, набуті за період навчання у вищому навчальному закладі, задовольнити свої потреби у творчій діяльності відповідно до інтересів і мотивів. Саме на цьому етапі здійснюється реалізація фізичної культури в професійно-особистісних якостях учителя, а отже формується певний рівень розвитку фізичної культури особистості вчителя.

Чільне місце в структурі формування фізичної культури особистості займає етап «висококваліфікований спеціаліст», який тісно взаємопов'язаний з кожним етапом розвитку фізичної культури особистості. Сучасний висококваліфікований спеціаліст повинен відповідати вимогам сьогодення. Система цінностей вчителя суттєво впливає на особистісний розвиток учнів. Тому формування фізичної культури особистості, на нашу думку, потрібно починати з підготовки фахівців високого рівня, від чого залежить формування гармонійно та всебічно розвиненої особливості.

Висновки:

Узагальнюючи вивчене питання встановлено, що в основі структури формування фізичної культури особистості лежить комплекс взаємопов'язаних особливостей (спадковість, виховання, навчання, умови проживання, фізичний розвиток, рівень фізичної підготовленості, формування потреби у здоровому способі життя, знання та розуміння ролі фізичної культури для розвитку особистості визнання фізичної культури як соціально-особистісної цінності).

Формування фізичної культури особистості потребує значної уваги педагогів вищої школи. Тому питання підготовки висококваліфікованих спеціалістів з фізичної культури є не лише одним з основних завдань вищих навчальних закладів, а й необхідна потреба сучасного суспільства.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бальсевич В.К. Физическая культура для всех и для каждого. – М.: ФиС, 1988. – 208 с.
2. Виленский М.Я. Общая, педагогическая и физическая культура в структуре личности учителя // Теория и практика физической культуры, 1987. - № 6. – С. 18-21.
3. Иконникова С.Н. Диалог о культуре. – Л.: Лениздат, 1987.- 203 с.
4. Огнистий А.В. Актуальні проблеми підготовки майбутніх вчителів-предметників до роботи з фізичного виховання у школі // Мат. II Всеукр. наук.-практ. конф. «Здоров'я і освіта, проблеми та перспективи». – Донецьк, 2002. – С. 249 – 252.