

АНАЛІЗ ДЕФІНІЦІЙ ПОНЯТЬ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА» ТА «ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я» В КОНТЕКСТІ ПІДГОТОВКИ БАКАЛАВРІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

ANALYSIS OF THE NOTIONS OF "PHYSICAL CULTURE" AND "FUNDAMENTALS OF HEALTH" IN THE CONTEXT OF TRAINING OF BACHELORS IN HIGHER EDUCATIONAL ESTABLISHMENTS

Актуальність проблеми теоретичного аналізу понять «фізична культура» та «основи здоров'я» в контексті підготовки бакалаврів у закладах вищої освіти автори пов'язують з новою стратегією реформи вітчизняної вищої освіти.

У роботі здійснено теоретичний аналіз вітчизняних і зарубіжних наукових досліджень щодо тлумачення понять «фізична культура» та «основи здоров'я» з метою визначення їхньої сутності у контексті підготовки бакалаврів у закладах вищої освіти. Зазначено, що поняття «фізична культура» та «основи здоров'я» не є тотожними, але є взаємопов'язаними та взаємообумовленими, оскільки «фізична культура» – це частина культури суспільства, що включає систему фізичного виховання та сукупність спеціальних наукових знань і матеріальних засобів, необхідних для розвитку фізичних здібностей людини, зміцнення її здоров'я, сукупність спеціальних, духовних і матеріальних цінностей і засобів їх використання у процесі фізичного виховання.

Поняття «основи здоров'я» ми розглядаємо як цілісну систему, що пов'язує між собою всі компоненти. Основи здоров'я аналізуються нами не лише як відсутність хронічних хвороб, а як стан загального достатку, добробуту, фізичного розвитку, гармонії життєвих функцій організму, активна соціальна позиція та трудова діяльність, відсутність патологічних змін і нормальне самопочуття. Підбиваючи підсумки розгляду термінологічних проблем, пов'язаних із визначенням змісту й сутності понять «фізична культура» та «основи здоров'я» в контексті підготовки бакалаврів у закладах вищої освіти, вважаємо доцільним вказати на те, що, незважаючи на певну вивченість цього питання, серед науковців й досі триває дискусія щодо їх трактування.

Проведений аналіз наукових джерел показав, що сутність понять «фізична культура» та «основи здоров'я» у контексті підготовки бакалаврів у закладах вищої освіти взаємопов'язана між собою.

Ключові слова: фізична культура, основи здоров'я, бакалавр, заклад вищої освіти.

Topicality of theoretical analysis of the notions of "physical culture" and "health fundamentals" in the context of training of bachelors in higher educational establishments is related by the author to the new strategy of higher education reformation.

The paper provides a theoretical analysis of native and foreign research on the interpretation of the concepts of "physical culture" and "fundamentals of health" and determines their essence in the context of training of bachelors in higher educational establishments. In particular, it is noted that the concepts of "physical culture" and "fundamentals of health" are not identical, but are interrelated and interdependent, as "physical culture" is part of the culture of society, including physical education and a set of special scientific knowledge and material means necessary for the development of physical abilities, health strengthening, a set of special, spiritual and material values and means of their use in the process of physical education.

We consider the essence of the concept of "basics of health" as a holistic system that connects all the components. We analyze the basics of health not only as the absence of chronic diseases, but as a state of general well-being, physical development, harmony of vital functions, active social position and work, absence of pathological changes and normal way of feeling.

Summing up the analysis of terminological issues related to the definition of the content and essence of the concepts of "physical culture" and "fundamentals of health" in the context of training bachelors in higher education, we consider it appropriate to point out that despite certain study of this issue scholars are still debating their interpretation.

The analysis of scientific references done in the article showed that the essence of the concepts of "physical culture" and "fundamentals of health" in the context of training of bachelors in higher educational establishments are interrelated.

Key words: physical culture, fundamentals of health, bachelor, higher educational establishment.

УДК 378.147:796
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2021/42.38>

Хімич В.Л.,

д-р філософії (освітні, педагогічні науки),
ст. викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту Хмельницького національного університету

Демченко Н.В.,

ст. викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту Хмельницького національного університету

Постановка проблеми в загальному вигляді.

Модернізація змісту освіти є одним із завдань Національної стратегії розвитку освіти в Україні. Так, у ній зауважено, що «система освіти повинна забезпечувати формування особистості, яка усвідомлює свою належність до Українського народу, європейської цивілізації, орієнтується в реаліях і перспективах соціокультурної динаміки, підготовлена до життя в постійно змінюваному, конкурентному, взаємозалежному світі» [6].

Як зазначено в Законі України «Про освіту», «метою освіти є всебічний розвиток людини як

особистості та найвищої цінності суспільства, її талантів, інтелектуальних, творчих і фізичних здібностей, формування цінностей і необхідних для успішної самореалізації компетентностей, виховання відповідальних громадян, які здатні до свідомого суспільного вибору та спрямування своєї діяльності на користь іншим людям і суспільству, збагачення на цій основі інтелектуального, економічного, творчого, культурного потенціалу Українського народу, підвищення освітнього рівня громадян задля забезпечення сталого розвитку України та її європейського вибору» [4].

У Законі України «Про фізичну культуру і спорт» наголошується, що «фізична культура у сфері освіти має на меті забезпечити розвиток фізичного здоров'я учнів та студентів, комплексний підхід до формування розумових і фізичних здібностей особистості, вдосконалення фізичної та психологічної підготовки до активного життя, професійної діяльності на принципах індивідуального підходу, пріоритету оздоровчої спрямованості, широкого використання різноманітних засобів та форм фізичного виховання і масового спорту, безперервності цього процесу впродовж усього життя» [5].

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Проведений нами аналіз останніх досліджень і публікацій дає підстави стверджувати, що серед вітчизняних та зарубіжних дослідників не існує одностайної думки щодо визначення сутності й змісту понять «фізична культура» та «основи здоров'я».

Вважаємо за необхідне зауважити, що окреслену проблему досліджували науковці різних галузей. Так, дослідженню поняття «фізична культура у галузі освіти» присвячені наукові праці А. Коноха, Л. Суцzenко, Н. Белікової, Є. Павлюка, Б. Шияна; формування здорового способу життя знайшло своє висвітлення у роботах Н. Крутогорської, В. Пристинського, І. Шаповалової та інших.

Однак результати проведеного нами аналізу наукової літератури дають підстави стверджувати, що наразі залишаються дискусійними питання щодо змісту понять «фізична культура» та «основи здоров'я» в контексті підготовки бакалаврів у закладах вищої освіти.

Актуальність окресленої проблеми зумовила мету статті – провести теоретичний аналіз вітчизняних і зарубіжних наукових досліджень щодо тлумачення понять «фізична культура» та «основи здоров'я» і визначити їхню сутність у контексті підготовки бакалаврів у закладах вищої освіти.

Виклад основного матеріалу. Аналіз літературних джерел свідчить, що поняття «фізична культура» та «основи здоров'я» існують досить давно, але дотепер відсутні загальноприйняті їх визначення.

В універсальному словнику-довіднику фізична культура визначається як вид матеріальної культури, що характеризує рівень становлення як суспільства загалом, так і людини зокрема в аспекті інтенсивного, цілеспрямованого формування власної фізичної досконалості [13].

Науковець В. Демченко зазначає, що фізична культура – це частина культури суспільства, що включає систему фізичного виховання та сукупність спеціальних наукових знань і матеріальних засобів, необхідних для розвитку фізичних здібностей людини, зміцнення її здоров'я [11].

У своїх дослідженнях С. Присяжнюк та Д. Оленев стверджують, що фізична культура – це сукупність спеціальних, духовних і матеріальних

цінностей та засобів їх використання в процесі фізичного виховання [8].

На думку О. Притули, фізична культура становить важливу частину культури суспільства – сукупність його досягнень у створенні й раціональному використанні спеціальних засобів, методів та умов спрямованого фізичного удосконалення людини [10].

Дослідники С. Степанюк, О. Гречанюк та І. Маляренко у своїй роботі розглядають фізичну культуру як складний термін, що включає в себе два поняття: культуру і тілесність. Слово «культура» походить з грецької мови й означає «вирощування», «обробіток»; воно стосувалося переважно землеробських робіт. Фізична культура – це частина загальної культури людства, історія та досвід, який накопичило суспільство в галузі виховання свого тіла, це вироблені людством у процесі свого розвитку духовні та матеріальні цінності у сфері оздоровлення засобами фізичних вправ та розвитку фізичних якостей. Вона є частиною загальної культури суспільства, однією зі сфер соціальної діяльності, спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних здібностей людини.

Науковець Б. Шиян розкрив три аспекти фізичної культури, до яких, зокрема, належать: «1) діяльнісний аспект, який включає доцільну рухову активність у вигляді різних фізичних вправ, спрямованих на формування необхідних у житті рухових умінь і навичок, розвиток життєво важливих фізичних здібностей, оптимізацію здоров'я та працездатності; 2) предметно-ціннісний аспект, який представлений матеріальними (матеріально-технічні засоби) і духовними (наукові знання, методи) цінностями, створеними суспільством для забезпечення ефективності фізкультурної діяльності; 3) результативний аспект, що характеризується сукупністю корисних результатів використання фізичної культури, які виражаються у володінні людиною її цінностями, набутті нею високого рівня фізичної дієздатності» [15].

Отже, фізична культура – це сукупність фізичних, внутрішніх і моральних цінностей, що створені людством. Вона спрямована на зміцнення здоров'я та морального духу людини [14].

У контексті завдань дослідження необхідно розглянути і сутність поняття «основи здоров'я». Незважаючи на відсутність наразі загальноприйнятого і найповнішого визначення поняття «здоров'я», в преамбулі статуту Всесвітньої організації охорони здоров'я (World Health Organization) записано: «Здоров'я – це стан повного фізичного, душевного і соціального добробуту, а не тільки відсутність хвороб чи фізичних дефектів» [7].

В академічному тлумачному словнику української мови термін «основа» трактується як те, на чому що-небудь ґрунтується, тримається, базується; головний складник чого-небудь; серцевина,

ядро; найважливіша частина, зміст чого-небудь; провідні принципи, правила, якими хто-небудь постійно керується в житті, а термін «здоров'я» – як стан організму, за якого нормально функціонують всі його органи [1].

Науковець Ю. Бойчук досліджував сутність здоров'я людини, сформульовану фахівцями з різних наукових дисциплін, і зауважив, що здоров'я – це норма функціонування організму на всіх рівнях його організації, динамічна рівновага (гармонія) життєвих функцій організму, повноцінне виконання основних соціальних функцій, участь у житті суспільства й активна трудова діяльність, здатність організму адаптуватися до умов навколишнього середовища, що змінюється, відсутність патологічних змін і нормальне самопочуття та повне фізичне, духовне, розумове й соціальне благополуччя [3, с. 6].

У сучасних валеологічних дослідженнях про здоров'я наголошується, що, незважаючи на простоту цього поняття, його розглядають як багатокомпонентне. Науковці запропонували цілісну модель здоров'я з позиції єдності різних компонентів, зокрема фізичного, психоемоційного, інтелектуального, соціального, особистісного й духовного.

Так, фізичний компонент здоров'я становлять такі чинники, як індивідуальні особливості анатомічної будови тіла, фізіологічні функції організму в різних умовах спокою, руху, довкілля, генетична спадщина, рівні фізичного розвитку органів і систем організму [12].

Під психоемоційним компонентом здоров'я розуміють особистісне здоров'я й оптимальне функціонування всіх психічних структур, що забезпечують стан душевного комфорту в соціальному середовищі [9, с. 19].

Інтелектуальним компонентом здоров'я дослідник називає те, як людина засвоює інформацію, використовує її, ефективність пошуку й накопичення необхідної інформації, що забезпечує розвиток особистості та її адаптацію в навколишньому світі [3, с. 8].

Науковець В. Бабич під соціальним компонентом здоров'я розуміє громадську відповідальність, позитивно спрямовану комунікативність, доброзичливість у ставленні до близького і далекого оточення, здатність до самоактуалізації у колективі, наявність правової свідомості та законслухняності, активність та ініціативність у дотриманні вимог здорового способу життя, спрямування до самовиховання [2].

На думку Ю. Бойчука, особистісний компонент здоров'я – це те, як людина усвідомлює себе як особистість, як розвивається її власне «Я», тобто відчуття власної самореалізації. Гармонійне поєднання різних способів і цілей самореалізації людини як особистості й є основою її особистісного здоров'я [3, с. 8].

Духовний компонент здоров'я залежить від духовного світу особистості, сприйняття складників духовної культури людства, тобто освіти, науки, мистецтва, релігії, моралі, етики. Свідомість людини, її ментальність, життєва самоідентифікація, ставлення до сенсу життя, оцінка реалізації своїх здібностей і можливостей у контексті власних ідеалів і світогляду – все це визначає стан духовного здоров'я індивіда [12].

Отже, сутність поняття «основи здоров'я» ми розглядаємо як цілісну систему, що пов'язує між собою всі компоненти. Основи здоров'я аналізуються нами не лише як відсутність хронічних хвороб, а як стан загального достатку, добробуту, фізичного розвитку, гармонії життєвих функцій організму, активна соціальна позиція та трудова діяльність, відсутність патологічних змін і нормальне самопочуття.

Підбиваючи підсумки розгляду термінологічних проблем, пов'язаних із визначенням змісту й сутності понять «фізична культура» та «основи здоров'я» в контексті підготовки бакалаврів у закладах вищої освіти, вважаємо доцільним вказати на те, що, незважаючи на певну вивченість цього питання, серед науковців й дотепер триває дискусія щодо їх трактування.

Висновки. Проведений аналіз наукових джерел засвідчив, що сутність понять «фізична культура» та «основи здоров'я» у контексті підготовки бакалаврів у закладах вищої освіти взаємопов'язана між собою. Фізична культура сприяє нормальному функціонуванню всього організму, не тільки розвиваючи фізичні якості особистості, а й допомагає йому адаптуватися до умов навколишнього середовища, виконувати свої соціальні функції, дозволяє брати активну участь у житті суспільства, ставити перед собою цілі та досягати їх, максимально реалізовувати свій потенціал, тобто поняття «фізична культура» та «основи здоров'я» взаємопов'язані між собою.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Академічний тлумачний словник української мови (1970–1980 pp.). URL: <http://sum.in.ua/s/zdorov.ja>.
2. Бабич В. Зміст і структура поняття «соціальне здоров'я підлітка». URL: https://www.narodnaosvita.kiev.ua/Narodna_osvita/vupysku/16/statti/babich.htm.
3. Загальна теорія здоров'я та здоров'я-збереження : колективна монографія / за заг. ред. Ю. Бойчука. Харків : Видавець Рожко С.Г., 2017. 488 с.
4. Про освіту : Закон України від 5 вересня 2017 р. № 2145-VIII. URL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>.
5. Про фізичну культуру і спорт : Закон України від 24 грудня 1993 р. № 3808-XII. URL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3808-12/page2>.
6. Національна стратегія розвитку освіти в Україні на період до 2021 р. URL: <https://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/344/2013/paran10>.

7. Преамбула до Конституції Всесвітньої організації охорони здоров'я, затверджена на Міжнародній конференції з питань охорони здоров'я, м. Нью-Йорк, 19–22 червня 1946 р.; підписана 22 липня 1946 р. представниками 61 країни (Архівні документи Всесвітньої організації охорони здоров'я. № 2. С. 100); набула чинності 7 квітня 1948 р.

8. Присяжнюк С., Оленєв Д. Курс лекцій із фізичного виховання : навчальний посібник. Київ : Видавничий центр НУБіП України, 2015. 420 с.

9. Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві. *Збірник матеріалів IV Всеукраїнської науково-практичної конференції*. Львів, 2019.

10. Притула О. Підготовка майбутніх фахівців фізичної культури і спорту до використання національних засобів фізичного виховання у професійній діяльності : дис. ... канд. пед. наук. Хмельницький, 2015.

11. Тезаурус методичного працівника / укл. В. Демченко. Рівне : РОІППО, 2012. 72 с.

12. Теоретико-методологічні засади формування здорового способу життя / О. Вакуленко та ін. URL: <http://www.health.gov.ua/publ/conf.nsf/09e0043b46a8b8e7c2256d8e006e5352/0ead6848c9d6825ac2256ddc0038c24c?OpenDocument>.

13. Универсальный словарь-справочник по педагогике. Термины. URL: <https://avtor24.ru/spravochniki/pedagogika/abc/%D1%82/>.

14. Хімич В. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до використання засобів народного хореографічного мистецтва у професійній діяльності : дис. ... д-ра філософії. Хмельницький, 2021.

15. Шиян Б. Підготовка вчителя фізичної культури третього тисячоліття. *Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні* : збірник наук. праць. Рівне : Принт Хауз, 2001. Вип. 2. С. 371–374.