

*Key words: identity, marginality, globalization, tolerance.*

**Степина О. Г.** – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри гуманітарних і соціально-економічних дисциплін факультету Красnodону інженерії і менеджменту Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля (м. Красnodон, Україна).

*Рецензент – доктор педагогічних наук, професор Є.А. Зеленев*

УДК 796.011.1

## **БАЗОВІ ОЗНАКИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ОСОБИСТОСТІ**

***В. О. Сутула***

*Проаналізовано основні підходи до визначення фізичної культури особистості. Систематизовано та виділено сім ознак, які визначають структуру фізичної культури особистості. Показано, що найбільш характерною ознакою особистісної фізичної культури людини є здоровий спосіб життя та систематичне використання фізичних вправ з метою оздоровлення або фізичного вдосконалення.*

***Ключові слова:*** особистість, фізична культура, виховання, ознаки, здоровий спосіб життя.

Останнім часом у спеціальній філософській, соціокультурологічній та психолого-педагогічній літературі фізична культура розглядається не тільки як соціальний феномен, а і як стійкі властивості особистості. Ось чому проблема виховання фізичної культури особистості тісно пов'язана з проблемою розвитку фізичної культури як цілісного соціально-педагогічного феномену. В цьому процесі існує цілий ряд невирішених концептуальних протиріч. Так, до цього часу все ще залишається невирішеною проблема вивчення фізичної культури як цілісної системи, що обумовлено нерозробленістю узагальнюючої теорії фізичної культури (Р. Абзалов, В. Видрін, В. Гончаров, Л. Лубишева, Г. Наталов, В. Сутула,

Ю. Ніколаєв, Н. Пономарьов, Л. Матвеев, Ф. Мухаметянов та ін.). У свою чергу, проблема формування особистості під впливом фізичної культури потребує більш змістовних досліджень, адже існує об'єктивне протиріччя між високим рівнем розвитку загальної теорії виховання (І. Бех, В. Борисов, Е. Ільїна, В. Лозова, Г. Троцко, А. Мудрик, Е. Подольська, М. Роганова, Г. Шевченко та ін.) і недостатньою розробленістю концептуальних основ виховання особистості під впливом фізичної культури (А. Буздов, Н. Візітей, М. Віленський, В. Видрін, Л. Лубишева, В. Маркова, Н. Ніколаєв, А. Приходько, Н. Троценко, Н. Хакунов та ін.). Вирішення указаних протиріч потребує формування нової системи уявлень про ціннісний потенціал фізичної культури, про соціальну та педагогічну її складові. У цьому процесі важливе місце відводиться визначенню базових ознак фізичної культури особистості.

Проблема формування фізичної культури особистості нині активно вивчається. Широкий спектр наукових досліджень, у яких висвітлюються різні аспекти педагогічного процесу, спрямованого на формування фізичної культури особистості, на думку В. Кузнецова [4], зумовлений, по-перше, особливостями соціальної ситуації, яка склалася останніми роками у сфері виховання; по-друге, зміною загальної парадигми освіти, тобто переходом від традиційного до особистісно-орієнтованого типу освіти; по-третє, суперечністю між суспільною потребою в здоровій фізично підготовленій особистості й неможливістю задовольнити цю потребу традиційними засобами шкільного виховання. Аналізуючи цю проблему, Л. Лубишева [5] зазначала, що в наш час якісно нова стадія в осмисленні сутності фізичної культури пов'язується з її впливом на духовну сферу людини через засвоєння нею цінностей фізичної культури, до яких належать суспільні, мобілізаційні та валеологічні цінності. На думку автора, основними показниками фізичної культури окремої людини є: а) турбота людини про підтримку в нормі свого фізичного стану (здоров'я, фізичні якості, рухові здібності та статура); б) різноманіття засобів, які використовуються людиною для досягнення цієї мети; в) пов'язані з турботою про тіло й фізичний стан ідеали, норми, зразки поведінки, які реалізуються людиною на практиці; г) рівень знань про свій організм, про його фізичний стан, ступінь орієнтації людини на турботу про свій фізичний стан; д) готовність допомогти іншим людям

в їх оздоровленні та фізичному вдосконаленні. Таку ж в цілому позицію має і Ю. Ніколаєв [7]. Він, вивчаючи особливості функціонування фізичної культури констатує, що головною метою системи фізичної культури є людина, особистість в її цілісності. Цю проблему можливо вирішити тільки на основі ідеї єдності й взаємообумовленості категорій соціального й біологічного. На думку Ю. Ніколаєва, фізична культура особистості – це один із видів загальної культури людини з перевагою її духовної сторони, який специфічно реалізований через свідомо окультурену рухову діяльність. Л. Матвеев [6], аналізуючи означену проблему, зазначав, що розвиток фізичної культури як соціального феномену нерозривно пов'язаний з формуванням фізичної культури особистості. Він акцентує увагу на тому, що існуюча криза сучасної системи фізичного виховання зумовила практичне відчуження фізичної культури від самої людини, що сформувало в суспільстві пасивне ставлення до фізичної культури як до культурного явища. На недооцінку в суспільстві виховної ролі фізичної культури звертає увагу і Т. Скоблікова [9], зауважуючи, що діяльність фахівців із фізичного виховання у сфері розвитку особистості, на сьогодні непродуктивна. Отже, на думку широкого кола науковців, однією з базових педагогічних функцій фізичної культури є формування людської особистості з ознаками, характерними для цього виду культури, тобто фізичної культури особистості. В. Столяров, Л. Биховська, Л. Лубишева [10] пропонують розглядати фізичну культуру особистості як її самореалізацію в розвитку духовних і фізичних здібностей завдяки використанню різноманітних видів фізкультурної діяльності. Ними вводяться такі основні показники й компоненти фізичної культури особистості: а) ставлення особистості до свого тіла як до цінності; б) характер такого ставлення; в) різноманітність використання для цієї мети засобів; г) які цінності особистість пов'язує з тілом, її ідеали та норми, пов'язані з турботою про фізичний стан; д) ступінь орієнтації на цю турботу. М. Віленський, Г. Соловйов [1] розглядають фізичну культуру особистості як соціально детерміновану сферу загальної культури людини, що є якісним, системним, динамічним станом, який характеризує рівень фізичної досконалості, мотиваційно-ціннісних орієнтацій і соціально-духовних цінностей, набутих у результаті виховання й інтегрованих у фізкультурно-спортивній діяльності культури способу життя,

духовності та психофізичного здоров'я. При цьому автори виділяють чотири аспекти в структурі фізичної культури особистості. Перший – це поділ понять «індивід» і «особистість». Другий – діяльність, що становить динамічну систему взаємодії суб'єкта з навколишнім світом. Третій – мотиваційна складова особистості. Четвертий – сукупна характеристика структури особистості. П. Дуркін і М. Лебедева [3] акцентують увагу на очевидності й актуальності завдань, пов'язаних із вирішенням проблеми формування особистісної фізичної культури. Вони вказують, що особистісна фізична культура є частиною культури особистості, основу специфічного змісту якої становить раціональне використання людиною одного чи декількох видів фізкультурної діяльності в ролі фактора оптимізації свого фізичного й духовного стану. Основним шляхом виховання особистісної фізичної культури, на їх думку, є виховання людини в процесі використання різних видів фізкультурної діяльності, спрямованої на її фізичне вдосконалення. В. Видрін [2] вважає, що фізична культура особистості характеризує якісне, системне й динамічне новоутворення, що визначає освіченість, фізичну підготовленість і досконалість людини й проявляється в процесі фізкультурно-спортивної діяльності та в здоровому стилі життя. В. Кузнецовим [4] фізична культура особистості визначається як якісна характеристика людини, що проявляється в єдності фізичного, психічного й морального здоров'я, у знаннях і вміннях організувати індивідуальні й колективні форми занять фізичними вправами, активно вести здоровий спосіб життя, який сприяє оптимізації працездатності й творчому довголіттю. В. Пристинський і Т. Пристинська [8] вважають, що фізична культура особистості є основою соціально-культурного буття індивіда, невід'ємним складником його загальнолюдської й професійної компетентності. Х. Хуббієв [11] констатує, що на сьогодні фізична культура особистості є комплексною науковою проблемою, яка повинна бути предметом вивчення всіх складових цілісної науки про фізичну культуру, а уявлення про фізичну культуру особистості, сформовані на принципах діалектики, є фундаментом побудови технології фізичного виховання й спорту. Аналізуючи методологію розвитку уявлень про фізичну культуру особистості, автор звертає увагу на те, що, по-перше, діалектичний принцип «загального зв'язку» в процесі пізнання феномену «фізичної культури особистості» базується на всебічному підході до вивчення всіх взаємозв'язків

людини з предметами, процесами та явищами навколишнього світу; по-друге, використання діалектичного «принципу розвитку» дозволить коректно побудувати педагогічну систему поетапного формування фізичної культури особистості; по-третє, використання діалектичного «принципу цілісності» проявляється в наявності зв'язку між компонентами фізичної культури особистості та визначає діалектику біологічного й соціального в розвитку людини. На складність і неоднозначність трактування поняття «фізична культура особистості» звертає увагу у своїх працях Л. Матвеев [6]. Він зауважує, що поняття «особиста фізична культура», або «фізична культура особистості», не зовсім точно відображає сутність явища. На його думку, правильно було б говорити про «персоніфіковано-результативну сторону фізичної культури», або «фізичну культурність», яку не слід ототожнювати з розвитком індивіда, який здійснюється не тільки під впливом фізичної культури, а й під впливом багатьох інших факторів (генетичних і соціальних). Результати проведеного вище аналізу показали, що фізична культура особистості характеризується:

- а) характером ставлення людини до свого тіла як до цінності;
- б) ступенем орієнтації людини на турботу про своє здоров'я та різноманіття засобів, які вона використовує для досягнення цієї мети;
- в) рівнем знань людини про свій організм та про свій фізичний стан;
- г) ідеалами, нормами, зразками поведінки людини, пов'язаними з турботою про своє здоров'я та фізичний стан, які реалізуються нею на практиці;
- д) вміннями й навичками, які використовує людина для вирішення особисто значущих завдань щодо поліпшення власного здоров'я та фізичного вдосконалення;
- е) організаційно-методичними вміннями людини щодо побудови самостійних занять фізкультурно-оздоровчого спрямування;
- ж) веденням здорового способу життя та систематичністю занять фізичними вправами, спрямованими на всебічне вдосконалення людиною своєї фізичної природи.

#### Література

1. Виленский М. Я. Основные сущностные характеристики педагогической технологии формирования физической культуры личности / М. Я. Виленский, Г. М. Соловьев // Физическая культура: воспитание,

образование, тренировка. – 2001. – № 3. – С. 1–7.

2. Выдрин В. М. Формирование культуры личности в сфере физической культуры (проблемы развития физической культуры молодежи) : сб. научн.тр. / В. М. Выдрин. – Воронеж : Изд-во ВГАУ, 1992. – С. 5–14.

3. Дуркин П.К. К проблеме воспитания личной физической культуры у школьников и студентов / П. К. Дуркин, М. П. Лебедева // Физическая культура. – 2002. – № 2. – С. 50–53.

4. Кузнецов В. И. Воспитание индивидуально-личностной физической культуры учащихся : дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : 13.00.01 / Кузнецов В. И. – Ростов н/Д, 2005. – 235 с.

5. Лубышева Л. И. Концепция формирования физической культуры человека / Л. И. Лубышева. – М. : РГАФК, 1992. – 120 с.

6. Матвеев Л. П. Физическая культура личности как проблема педагогики / Л. П. Матвеев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1998. – № 2. – С. 10–12.

7. Николаев Ю. М. Физическая культура: человеческое измерение / Ю. М. Николаев // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 2. – С. 24–31.

8. Пристинський В. М. Мотиваційно–ціннісний пріоритет у формуванні фізичної культури особистості студента / В. М. Пристинський, Т. М. Пристинська // Парадигма здорового способу життя: духовні та фізичні компоненти : Зб. наук. статей II Міжнар. наук.-теорет. конф. кафедри соц.-гуман. дисциплін (Київ, 19–20 березня 2010 р.) / Уклад. Ю. О. Тимошенко. – К. : НУФВСУ, 2010. – С. 143–149.

9. Скобликова Т. В. Теоретические и методологические проблемы развития личности средствами физической культуры в системе непрерывного образования / Т.В. Скобликова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2000. – № 2. – С. 54–59.

10. Столяров В. И. Концепция физической культуры и физкультурного воспитания (инновационный подход) / Столяров В. И., Быховская Л. И., Лубышева Л. И. // Теория и практика физической культуры. – 1998. – № 5. – С. 7–11

11. Хуббиев Х. З. Принципы диалектики: методология взглядов на физическую культуру личности и ее формирование / Х. З. Хуббиев // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 9. – С. 9–14.

*Проанализированы основные подходы к определению физической культуры личности. Систематизированы и выделены семь признаков, которые определяют структуру физической культуры личности. Показано, что наиболее характерным признаком личностной физической культуры человека является здоровый способ жизни и систематическое использование физических упражнений с целью оздоровления или физического совершенствования.*

**Ключевые слова:** личность, физическая культура, воспитание, признаки,

здоровий спосіб життя.

*In the article the main approaches to the definition of physical culture of the individual are analysed. The factors that determine the structure of the physical culture of the individual are systematized and singled out. Seven signs of physical culture of the individual are identified. It is pointed out that the most characteristic feature of the physical culture of the human personality is leading a healthy way of life, and the systematic use of exercise to improve health and physical perfection.*

**Key words:** *personality, physical activity, education, signs of a healthy way of life.*

**Сутула В. О.** – доктор педагогічних наук, доцент, завідувач сектора проблемної науково-дослідної лабораторії Харківської державної академії фізичної культури (м. Харків, Україна)

*Рецензент – доктор наук з фізичного виховання і спорту професор В.В. Мулік*

## **ИЗУЧЕНИЕ АППЛИКАТУРЫ В КОНТЕКСТЕ СТИЛИСТИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ МУЗЫКАЛЬНЫХ ПРОИЗВЕДЕНИЙ**

**Н. Ф. Тихомирова**

*В данной работе рассматриваются закономерности аппликатуры музыкальных произведений, исходя из их стилистических особенностей.*

**Ключевые слова:** *индивидуальность, удобство, стиль, фразировка, пальцы.*

Овладение трудностями исполнения старинных фортепианных произведений полифонического стиля, сочинений композиторов-классиков и романтиков, произведений современных композиторов невозможно без правильных и наиболее естественных движений, связанных с выбором той или иной аппликатуры. Задача выбора рациональной аппликатуры не ограничивается требованиями удобства чередования пальцев, а обусловлена в первую очередь нахождением лучшего пути для наиболее яркого выявления художественности музыкального произведения.