

ВИХОВНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ

У статті досліджено педагогічні та морально-етичні аспекти фізичної культури та спорту, узагальнено основні виховні функції та принципи, які допомагають зберегти зміст фізичного виховання як важливої частини всієї педагогічної системи та доведено, що фізична культура та спорт значно впливають на формування всебічно-розвинутої особистості.

Ключові слова: фізична культура; спорт; фізичний розвиток; морально-етичні норми; здоров'я; спортивна етика.

Вступ. Всесвітні наукові конгреси і Міжнародний Олімпійський рух «Сучасний Олімпійський спорт і спорт для всіх», «Спорт в сучасному суспільстві», в яких беруть участь представники різних країн і наукових напрямів: філософи, історики, соціологи, біологи, медики тощо – підтверджують зростаюче значення спорту в житті всіх людей планети. У їхніх матеріалах знаходять відображення і проблеми спорту.

Аналіз досліджень. Формування потреби людини у фізкультурно-спортивній діяльності та аналіз сформованості почуття «м'язової радості» після занять фізичними вправами досліджували Н. І. Пономарьова і В. М. Рейзіна. У своїх роботах автори аналізують теорію потреби у фізкультурно-спортивній діяльності, виділивши її основні параметри: привабливість, міру обов'язку, міру відповідальності, а також отримання задоволення і відчуття «м'язової радості» [1].

В. М. Видрін вважає можливим розглядати фізичну культуру як специфічну реакцію на потреби суспільства в руховій діяльності і спосіб задоволення цих потреб. Учений розглядає фізичну культуру у світлі теорії потреби і присвячує цьому розділ «Фізична культура як потреба суспільства», в якому розкриває «процес розвитку потреб в заняттях фізичними вправами і можливості їх задоволення» [2].

Актуальність теми. Фізичне виховання завжди було і залишається потребою суспільства, але нині процес розвитку потреб до різних видів фізичної культури може призупинитися в зв'язку з актуальними фінансовими та іншими проблемами. Проблема потреби в заняттях фізичною культурою є соціальною, потреба у фізичному вдосконаленні вважається набутою, що відповідає одному із завдань процесу фізичного виховання молоді. Прогнозуючи фізичну культуру як основу здорового способу життя на майбутнє, вчені вказують, що гостре незадоволення потреби у фізичному навантаженні є сьогодні головним фактором, фізично руйнує людину. Головним фактором, що забезпечує нормальний фізичний розвиток, слугує фізичне виховання, в якому велике місце займають фізичні вправи.

Метою статті є дослідження виховних функцій, принципів, педагогічних та морально-етичних аспектів

фізичної культури та спорту, які допомагають зберегти зміст фізичного виховання як важливої частини всієї педагогічної системи.

Виклад основного матеріалу. Професор А. П. Нечаєв ще в 1927 р. в монографії, присвяченій психології фізичної культури, писав: «Пора, нарешті, визнати, що не можна говорити про повне виховання там, де відсутня виховання рухів. Спритність, витривалість і наполегливість, у відомому сенсі, можуть бути призвані м'язовими чеснотами, а стомлюваність, апатія, примхливий настрій, нудьга, занепокоєння, неувважність і неврівноваженість – м'язовими пороками».

У підручнику для інститутів фізичної культури з предмета «Теорія і методика фізичного виховання» фізичному вихованню студентів присвячено цілий розділ. Автори розглядають фізичне виховання як невід'ємну частину загальної системи виховання, відзначаючи при цьому багатогранність і складність предмета. Виділяються такі завдання фізичного виховання:

1) сприяти зміцненню та збереженню здоров'я, нормальному фізичному розвитку і підтримці високої працездатності;

2) забезпечити в період завершення вікового формування організму всебічний розвиток фізичних якостей, необхідних для повноцінної підготовки до майбутньої життєвої практики;

3) закріпити і удосконалити набуті раніше життєво важливі рухові вміння та навички: поповнити їх новими вміннями та навичками (у тому числі прикладними, необхідними в обраній професії);

4) розширити і поглибити знання в галузі фізичної культури: навчити в потрібній мірі раціонально використовувати її засоби в особистому побуті і в режимі трудової діяльності, вдосконалити організаторські навички та вміння [3].

В Україні як один з найважливіших засобів виховання людини, який гармонійно поєднує в собі духовне багатство, моральну чистоту і фізичну досконалість, розглядаються фізична культура і спорт. Починаючи з дитячого садка, школи і закінчуючи ВНЗ, фізичне виховання проводиться протягом всього періоду навчання і здійснюється в різноманітних формах, які взаємопов'язані, доповнюють один одного

і являють собою єдиний процес фізичного виховання. Навчальні заняття є основною формою фізичного виховання. Вони плануються і внесені в розклад, їхнє проведення забезпечується викладачами. Велику роль відіграють самостійні заняття. Вони сприяють кращому засвоєнню навчального матеріалу, дозволяють збільшити загальний час занять фізичними вправами, прискорюють процес фізичного вдосконалення, є одним із шляхів впровадження фізичної культури і спорту в побут і відпочинок.

Правильно організовані самостійні заняття в сукупності з навчальними заняттями забезпечують оптимальну безперервність і ефективність фізичного виховання. Ці заняття можуть проводитися в позанавчальний час на завдання викладача або в секціях. Фізичні вправи в режимі дня спрямовані на зміцнення здоров'я, підвищення розумової та фізичної працездатності, покращення умов навчального процесу, побуту і відпочинку.

Засоби фізичного виховання дуже різноманітні, але їх можна розділити на три основні групи. Перша група – вправи, тобто спеціальні рухові дії, спрямовані на вирішення завдань фізичного виховання; друга – природні фактори (сонце, повітря, вода); третя – санітарно-гігієнічні умови навчання, праці та побуту [4-6].

Одне з центральних місць у системі фізичного виховання займає спорт. Найкращим чином впливаючи на зміцнення здоров'я і фізичний розвиток, спорт служить прекрасним засобом морального формування і розвитку волі, а спортивні змагання стимулюють безперервне спортивне вдосконалення. Тісно пов'язані зі спортом рухливі, а особливо спортивні ігри. До першої групи належать такі ігри, які не потребують спеціальної підготовки гравців і мають на увазі загальну фізичну підготовку. Для спортивних ігор (футбол, волейбол, хокей тощо) необхідна спеціальна підготовка та спортивне вдосконалення.

Фізичне виховання тісно пов'язане з моральним, розумовим, естетичним і трудовим вихованням, будучи необхідною ланкою виховання всебічно розвиненої особистості. Заняття фізичною культурою і спортом впливають на формування морального вигляду молоді – виховують колективізм, дисциплінованість, організованість, суспільну відповідальність. Бесіди, спільний перегляд кінорепортажів і телевізійних передач про спорт, трансляції міжнародних змагань різного рангу мають велике значення у вихованні почуття патріотизму в підростаючого покоління [7].

Вплив фізичного виховання на психологічний стан очевидний – спостерігається підвищення працездатності в результаті занять фізкультурою і спортом, створюються сприятливі умови для розумової діяльності в освітньому процесі, в розвитку уваги, пам'яті, в загостренні сприйняття, спостережливості тощо.

Фізична культура і спорт є не тільки ефективним засобом фізичного розвитку людини, зміцнення і охорони його здоров'я, сферою спілкування і прояву соціальної активності людей, розумною формою організації та проведення дозвілля, але, безперечно, вони впливають і на інші сторони людського життя: авторитет і положення в суспільстві, трудову діяльність,

структуру морально-інтелектуальних характеристик, естетичних ідеалів і ціннісних орієнтацій.

Фізкультура і спорт надають кожному члену суспільства найширші можливості для розвитку, утвердження і висловлення власного «я», змушують радіти перемозі, засмучуватися поразкам, відображаючи всю гаму людських емоцій, викликають почуття гордості за безмежність потенційних можливостей людини.

Безумовно в процесі занять спортом не тільки вдосконалюються рухи, їх тонка і точна координація, розвиваються необхідні людині рухові і фізичні здібності, а й загартовуються воля, характер, вдосконалюються вміння керувати собою, швидко і правильно орієнтуватися в різноманітних складних ситуаціях, своєчасно приймати рішення, розумно ризикувати або утримуватися від ризику. Спортсмен тренується поруч з товаришами, змагається з суперниками і обов'язково збагачується досвідом людського спілкування, вчиться розуміти інших. У процесі занять спортом до людей приходять сміливість, сила, швидкість і обачність, вміння не здаватися і радіти перемозі інших – усі ті кращі вольові та фізичні якості, якими спорт вінчає звичайно, пропорційно особистому внеску кожного, хто до нього долучається.

Вдосконалюючись у спорті, людина вдосконалюється всебічно. Це цілеспрямованість, наполегливість і завзятість, рішучість і сміливість, ініціативність, самостійність і витримка. Тому спорт найкращим чином сприяє розвитку вольових якостей і формуванню характеру людини, впливає на формування важливих рис особистості, значною мірою визначає результативність, плідність, корисність людської діяльності, її внесок у загальну справу [8].

Обов'язковість змагань як специфічна особливість спорту прямо і найбільше впливає на морально-етичне формування особистості. Як відомо, в будь-якому виді спорту змагання проводяться за жорсткими «правилами». Чинний регламент обумовлює не тільки сам хід змагальної боротьби, а й підготовку до неї. Правила вимагають від спортсменів у кожному виді спорту конкретних проявів фізичних умінь, вольових зусиль, певних властивостей мислення, допустимого рівня емоційного збудження. Необхідність неодноразового прояву властивостей і якостей неминуче призводить до їх розвитку.

Правила змагань побудовані на основі «суворого суперництва». Необхідність спортсменів змагатися за першість у змаганнях, що проводяться за існуючими правилами, спонукає спортсменів і тренерів бажати в першу чергу перемоги над суперником будь-яким шляхом. А «будь-які» способи не завжди етичні. Вони вступають у протиріччя з морально-етичними і естетичними нормами.

Головне завдання, пов'язане з вихованням молоді, полягає в тому, щоб спортивними мотивами, що спонукають боротися за перемогу в змаганнях, були моральні цінності.

Сучасний спорт за своїм змістом є специфічним різновидом активної діяльності людини, що вимагає значних інтелектуальних, творчих, моральних, естетичних проявів і величезних фізичних сил особистості. Спортивні досягнення є одним з авторитетних показників суспільства, які повинні забезпечувати

всебічну фізичну досконалість людини, формувати його здатності, духовні та моральні якості.

Одна з моральних проблем, яка особливо гостро позначена в сучасному спорті – це проблема застосування допінгів. Постійне зростання національних та світових спортивних досягнень і пов'язане з цим значне підвищення фізичного навантаження і нервову напругу, омолодження спорту, введення нових, які не мають ще наукового обґрунтування видів спорту пред'являють організму людини надзвичайно високі вимоги. Це створює необхідність пошуку та впровадження в практику додаткових (крім самого тренування та режиму) засобів підвищення стійкості й опірності організму, попередження перенапруження і нервових зривів, прискорення відновлення та підвищення спортивної працездатності. Одними з них є фармакологічні засоби.

Проблеми допінгу і фармакології були тісно взаємопов'язані ще в стародавні часи. Є відомості, що на античних олімпіадах атлети забезпечувалися якимись «чудодійними» ліками. Особливо широке поширення вони одержали в 50-60-ті роки ХХ ст. і не тільки в професійному, але і в «аматорському», і навіть у дитячому та юнацькому спорті. Це створило серйозну загрозу здоров'ю спортсменів (зафіксовані навіть смертельні випадки), а також поставило під загрозу саму ідею спорту.

У зв'язку з цим МОК і МСФ заборонили низку груп фармакологічних препаратів і ввели допінг-контроль на змаганнях.

Проте надзвичайно великі фізичні та психічні навантаження, які межують з можливостями організму людини, викликають у спортсменів бажання скористатися високими технологіями медико-біологічного забезпечення, які дозволяють долати майже неможливе і змушують постійно підвищувати спортивний результат. Занадто велика спокуса піднятися на вищий щабель п'єдесталу і стати найсильнішим, швидким, витривалим, технічним і розумним спортсменом – олімпійським чемпіоном або чемпіоном світу, не маючи достатньої фізичної підготовки. Найкоротший шлях – допінг. Звичайно, це не відповідає морально-етичним ідеалам олімпійського руху, доводиться ризикувати своїм здоров'ям, а іноді й життям. Директор НДІ фармакології РАМН академік А. В. Вальдман називав таку допінгову фармакологію «шахрайською», що повністю відповідає суті явища.

Застосування допінгів створює в спорті умови для нечесної боротьби. Нечесно привласнена нагорода руйнує моральну складову душі людини внаслідок порушення моральних і етичних основ спорту і в більшості випадків завдає шкоди здоров'ю самого спортсмена. У зв'язку з цим спортивна етика повинна виступати в ролі стримуючого фактора застосування допінгів.

Моральна філософія засуджує концепцію, коли людина намагається виграти у суперника, хоче бути переможцем будь-якою ціною. Основна відповідальність за застосування чи незастосування допінгів лежить на тих людях, які керують спортсменами. Тому в сучасному спорті боротьба з допінгом проблема номер один. Але в умовах глобалізації на

цьому шляху немає моральної заборони. Стримуючим фактором є тільки можливості аналітичного визначення допінгу у спортсмена і слабка надія на формування у спортивних чиновників і спортсменів етичних установок моральної допінгової філософії.

У Раді Європи прийнятий Кодекс спортивної етики (Code of Sports Ethics): «Справедлива гра – шлях до перемоги. Fair play – the winning way». У його основі лежать міркування етичного характеру, спрямовані на дотримання справедливої гри. Кодекс забезпечує міцну етичну основу для боротьби з негативними проявами в сучасному суспільстві, які підривають традиційну основу спорту – основу, побудовану на «Фейр Плей», спортивній майстерності і добровільній участі.

«Фейр Плей» включає концепції дружби, поваги до інших і обов'язкове дотримання норм моралі, визначається як світогляд, а не тільки як шлях поведінки. Це включає проблеми, пов'язані з усуненням обману, допінгу, насилля (фізичного і психологічного) [9-11].

Спорт – культурна діяльність, яка здійснюється справедливо, збагачує суспільство і дружбу між націями, пропонує індивідууму можливість самопізнання, самовираження і самореалізації. Справедлива гра, а саме дотримання норм етики, є невід'ємною важливою умовою успішного розвитку спорту і залучення в спорт.

Результати досліджень. Принцип всесторонньо-етичного розвитку особи в системі фізичного виховання виражає одну з головних потреб фізичної освіти – необхідність формування людей зі всесторонньо розвиненими фізичними і духовними здібностями. Серед чинників, від яких залежить успішна реалізація всебічного розвитку здібностей у сфері матеріального і духовного виробництва, первинна мета належить здоров'ю людини. Тому перші два принципи можуть бути по-справжньому реалізовані лише в тому випадку, якщо при здійсненні фізичного виховання завжди в центрі будуть інтереси здоров'я людини. Отже, фізичне виховання лише тоді збереже свій зміст як частина системи виховання, коли педагогічний процес спиратиметься на всі три вказані принципи. Порушення хоч би одного з них неминуче приведе не лише до простого невиконання якого-небудь одного з педагогічних завдань, але і до порушення виховної системи в цілому.

Висновки. Дослідження низки авторів показують, що в нині роль спорту як найбільш дієвого чинника підвищення фізичної підготовленості молоді ще більш зростає, на заняттях спортом формується фізична досконалість, виникає гармонія духовного і фізичного.

Вивчивши вплив фізичної культури і спорту на розвиток всесторонньо розвиненої особи, стає зрозуміло, що фізкультура і спорт не лише є засобом зміцнення здоров'я людини, його фізичного вдосконалення, раціональною формою проведення дозвілля, засобом підвищення соціальної активності людей, але і істотно впливають на інші сторони людського життя, в першу чергу на трудову діяльність, етичні і інтелектуальні якості.

ЛІТЕРАТУРА

1. Пономарев Н. И. Физическая культура как элемент культуры общества и человека / Н. И. Пономарев. – Алматы : Знание, 1996. – 139 с.
2. Выдрин В. М. Теория физической культуры / В. М. Выдрин. – Л. : ГДОИФК, 1988. – 357 с.
3. Теория и методика физического воспитания : [учебник для студентов ИФК] : в 2 т. / Под ред. Л. П. Матвеева, А. Д. Новикова. – М. : ФиС, 1976. – 324 с.
4. Андронов О. П. Физическая культура, как средство влияния на формирование личности / О. П. Андронов. – М. : Мир, 1992. – 158 с.
5. Белоусова В. В. Воспитание в спорте / В. В. Белоусова. – М. : ФиС, 1993. – 266 с.
6. Киселев Ю. Я. Влияние спорта на формирование личности / Ю. Я. Киселев. – М. : Знание, 1987. – 188 с.
7. Станкин М. И. Нравственное воспитание школьников на занятиях физической культурой / М. И. Станкин. – М. : Мир, 1994. – 345 с.
8. Матвеев Л. П. Влияние спорта на формирование воли / Л. П. Матвеев. – М. : ФиС, 1987. – 123 с.
9. Коломбо Ф. Франко о допингах / Ф. Коломбо // Muscle Builder/Power. – 1979. – № 2. – С. 25–27.
10. Вейдер Дж. Дис. Как допинги влияют на подготовку к соревнованиям / Дж. Вейдер // Muscle and fitness. – 1987. – № 1. – С. 18–20.
11. Кэш Дж. Дис. Разрушительная зависимость от допингов / Дж. Кэш // Muscle and fitness. – 1987. – С. 13–16.

Фатеев А. С.,

Черноморский государственный университет им. Петра Могилы, г. Николаев, Украина

ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

В данной статье автор исследует педагогические и морально-этические аспекты физической культуры и спорта, обобщает основные воспитательные функции и принципы, которые помогают сохранить содержание физического воспитания как важной части всей педагогической системы и доказывает, что физическая культура и спорт значительно влияют на формирование всесторонне-развитой личности.

Ключевые слова: физическая культура; спорт; физическое развитие; морально-этические нормы; здоровье; спортивная этика.

Fatieiev A.,

Petro Mohyla Black Sea State University, Mykolaiv, Ukraine

PEDAGOGICAL POTENTIAL OF PHYSICAL TRAINING AND SPORTS

In this article the author examines the pedagogical and ethical aspects of physical training and sports, summarizes the main educational features and principles which help to keep the content of physical education as an important part of the whole educational system and proves that physical education and sport significantly affect the formation of fully-advanced personality.

Keywords: physical training; sport; physical education; moral and ethical standards; health; sports ethics.

Рецензенти: *Бондаренко І. Г.,* к. фіз. н., доцент;

Лебідь С. Г., к. пед. н., доцент.

© Фатеев А. С., 2014

Дата надходження статті до редколегії 16.11.2014 р.