

фізичної культури особистості студента є його діяльність у даній сфері, яка як поняття, містить у собі різноманіття окультуреної усвідомленої рухової діяльності людини із вдосконалення своєї тілесності, а разом із тим і духовності. Відзначаючи безсумнівну важливість даного положення, вважаємо за доцільне заострити увагу на тому, що метою фізичного виховання студента має бути не лише формування його фізичної культури але і її вдосконалення. Таким чином ми підкреслюємо ту обставину, що формування і вдосконалення культури людини у вузі, у середньому і дошкільному навчальному закладах є взаємообумовлюючі процеси. Цим визначається онтогенетична сутність освіти, виховання, розвитку, формування фізичної культури особистості.

Гострота проблеми формування знань з фізичної культури у вузі визначається, перш за все, змістом і характером освіти студента у цій сфері. Очевидно, безсумнівним є теза про те, що викладання фізичної культури у вузі передбачає отримання студентом загальної вищої освіти з фізичної культури.

У цьому зв'язку важливо вести пошук прийнятних змістовних і організаційних (академічних, факультативних і клубних) форм занять з вдосконалення фізичної культури особистості студента, зокрема, з цільовою установкою на інтеграцію у цьому процесі цінностей різних видів культури суспільства. Попередньо зазначимо, що ми бачимо позитивні перспективи побудови і організації факультативних, клубних занять різними видами ритмопластичної гімнастики з вираженим акцентом на використання фізичних вправ в органічній оздоровчій, естетичній, культурній єдності.

Сучасні передові погляди на сутність вишівського фізичного виховання як на формування фізичної культури особистості студента пов'язані з чіткою особистісною спрямованістю цих процесів, зі зверненням до особистісних інтересів індивіда як усвідомленим потребам у тілесно-руховому і духовному вдосконаленні. Сутність стану сучасного фізичного виховання, а з ним і формування сучасної фізичної культури особистості визначається гострим протиріччям, з одного боку, з одного боку, між потребою надання і тому, і іншому явищу яскраво вираженої освітньої спрямованості, необхідності їх інтелектуалізації і гуманізації, але, в той же час, досягнення мети сформованої фізичної культури особистості, а з іншого – з явно незадовільним освітнім і загальнокультурним, зокрема, естетичним рівнем фізичного виховання студентства.

**Висновки.** Таким чином, проведений аналіз показав, що назріла необхідність переосмислення, усвідомлення, а також формування нових світоглядних позицій і організації методологічної мислєдіяльності людей по відношенню до фізичної культури особистості як явища духовно-фізичного. Процес формування фізичної культури особистості студента має орієнтуватись на основні складові особистісної культури:

1. освітньо-когнітивна як знання і інтелектуальні здібності;
2. психофізична як фізична досконалість;
3. мотиваційно-ціннісні орієнтації;
4. соціально-духовні цінності;
5. фізкультурно-спортивна діяльність.

У кожній складовій виділяються відповідні їй якості особистості, що формуються. Ця ж структура має ознаки кожної якості. Все зазначене, безумовно, може бути дієвим орієнтиром змісту процесу формування фізичної культури особистості студента.

#### Література

1. Бальсевич В.К. Интеллектуальный вектор физической культуры человека (к проблеме развития физкультурного знания) // Теор. и практ. физ. культ. 1991. № 7, с. 37-41.
2. Выдрин В. М. Физическая культура. Культуроведческий аспект: Учебн. пособие. СПб., 1998.
3. Матвеев Л.П. Интегративная тенденция в физкультуроведении / Л.П. Матвеев // Теория и практика физической культуры. - 2003. - №5. - 5-8С.
4. Николаев Ю.М. Теория и методология науки о физической культуре: учебно-метод. пособие/ Ю.М. Николаев. – СПб.: Олимп-СПб, 2010. – 200 с.
5. Пономарев Н. И. Физическая культура как элемент культуры общества и человека. СПб., 1996.
6. Bjorklund D. F. Physical Play and Cognitive Development: Integrating Activity, Cognition, and Education / D. F. Bjorklund, R. D. Brown // Child Development. – 1998. – Vol. 69. – No. 3. – P. 604–606.
7. Engestrom V. Activity Theory and industrial and social transformation // Multidisciplinary newsletter for Activity Theory. N 7/8, 1991. P. 23-30.
8. McCenzie T. L. Do physical education classes contribute significantly to children's physical activity requirements? / T. L. McCenzie, Lifeldman, S. Woods // JOPERD. – 1996. – Vol. 67. – № 1. – P. 17.

**Кобзюк О.М.**

**Вінницький торговельно-економічний інститут  
Київського національного торговельно-економічного університету**

#### ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА У ПРОЦЕСІ ФІЗКУЛЬТУРНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Дослідження показало, що основою для формування фізичної культури особистості студентів є фізкультурна діяльність. При цьому багатоманітна специфічна спрямованість змісту фізкультурної діяльності на задоволення особистісних потреб тих, хто займається своїм фізичним вдосконаленням, реалізується шляхом створення різноманітних видів фізичної культури особистості. На підставі своїх спостережень та аналізу інших досліджень ми з'ясували, що в сфері фізичної культури є протиріччя між достатньо високими вимогами суспільства до здоров'я, фізичного розвитку, фізичної підготовленості студентів та низькою ефективністю процесу фізичного виховання

**Ключові слова:** фізкультурна діяльність, фізична культура особистості, одухотворення рухової діяльності.

**Кабзюк А.М. Формирование физической культуры личности студента в процессе физкультурной деятельности.** Исследование показало, что основой формирования физической культуры личности студента является физкультурная деятельность. Содержательные ее характеристики отражают разнообразие подходов к формированию телесно-духовного единства человека, носят интеллектуально-творческий характер, связанный с функционированием его личностных характеристик, неотделимых от развития его физических кондиций. При этом многообразная специфическая направленность содержания физкультурной деятельности по удовлетворению индивидуальных потребностей, занимающихся в своем физическом совершенствовании, реализуется в образовании различных видов физической культуры личности.

**Ключевые слова:** физкультурная деятельность, физическая культура личности, одухотворение двигательной деятельности.

**Kabzuk O.M. Physical Training Activities of Students as a Basis of Physical Education.** The research has shown that the basis for the formation of human's physical culture is physical training activities. Its main characteristics reflect the diversity of approaches to the formation of the body-spiritual unity of the person having the intellectual and creative work, related to personal characteristics, which are inseparable from the development of his physical conditions. In this case, the multiform specific direction of the content of physical culture activities, meeting the individual needs of students in their physical improvement, is realized in the formation of different types of physical culture of the individual. It is established that the structural components of the physical culture activity reflects the process of multidirectional human's motor activity, productive side of which is objectified in the corresponding types of physical training. This article shows the increased role of physical culture in human life and society. Today, taking into account culture forming aspect of research, one may state that physical culture as a system is a complex structural and functional formation. Every person may find endless source of satisfaction of needs in the sphere of physical culture, connected with physical and mental development.

**Key words:** physical training activities, physical culture of the person, spiritualization of motor activity

**Постановка проблеми.** Останнім часом все більш значимою стає роль фізичної культури і фізкультурної освіти у житті людини і суспільства. Закладаються їх методологічні і ціннісно-гуманістичні основи, пов'язані безпосередньо з вихованням людини. Разом з тим практика свідчить, що традиційні заняття фізичними вправами у вищих навчальних закладах і їх самодіяльні форми не дають можливості належним чином сформуванню у молоді потребу у фізичній культурі як виді загальної культури. Серед багатьох причин цього (нестача матеріально-технічної бази, відсутність вільного часу і ін.), однією з основних є ще недостатньо глибоке осмислення феномену фізичної культури і, як наслідок цього, неналежна увага змістовній стороні фізкультурної діяльності. Відповідно виникає потреба її детальнішого аналізу. Постановка цих питань є особливо актуальною у зв'язку з процесами гуманізації і гуманітаризації, що ставлять в центр культурного процесу саму людину.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Як зазначають науковці, формування фізичної культури особистості студента є одним із основних чинників поліпшення їх здоров'я [1, 4, 12, 14 і ін.]. Дослідники вважають, що діяльнісний підхід є системо формувальним чинником фізичної культури особистості як інтегративного особистісного утворення [3, 5, 6, 9 і ін.]. У сучасних працях, що розглядають фізичну культуру у взаємозв'язку з загальною культурою, все більше акцентується увага на проблемах людини, в них є, безумовно, певні досягнення [1, 4, 5, 8, 10, 11, 13 і ін.], однак дослідженню численних аспектів фізкультурної діяльності, за окремими виключеннями [4, 5, 15 ], майже не приділяється увага. Разом з тим, фізкультурна діяльність набуває того чи іншого характеру, спрямованості, цінності у залежності від історичних умов, від свідомої діяльності людей, які її організують і використовують у певних умовах.

**Мета, завдання і методи роботи.** Мета – визначити та проаналізувати основні аспекти фізкультурної діяльності у формуванні фізичної культури особистості студентів.

*Завдання дослідження:*

- ✓ Визначити зміст, обсяг, структуру і специфічні особливості фізкультурної діяльності.
- ✓ Обґрунтувати взаємозв'язок змістовних і структурних характеристик фізкультурної діяльності з формуванням різних видів фізичної культури студентів.

*Методи дослідження:* теоретичний аналіз та інтерпретація даних наукової літератури з проблеми дослідження.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Проведений нами аналіз генезиса понять «культура» і «фізична культура» свідчить про певну співвідносність і направленість осмислення цих категорій від сукупно-результативної сторони до діяльнісного аспекта і далі – до системних, інтегративних їх концепцій (побудованих на різноманітні аспекти), які враховують внутрішній світ людини у всій сукупності її потреб, здібностей, ціннісних орієнтацій, розуміння людини як цілісності, її біосоціокультурний характер [1, с.2-8; 3, с. 27-32.].

У дослідженні загострюється увага на зміні поглядів на сутність педагогічної діяльності викладачів фізичного виховання вищих навчальних закладів. Її відмінною особливістю є підвищення духовного начала у їх діяльності, творчого ставлення до праці, що є основним критерієм культури людини. Матеріали дослідження дозволяють стверджувати, що основним лейтмотивом у системі фізкультурної освіти студентів має бути розуміння фізичної культури в соціокультурологічному аспекті з орієнтацією на людську особистість. Відповідно у викладача, в його фізкультурно-педагогічній діяльності має бути вироблене системне бачення педагогічного процесу з культурологічних позицій, де фізична культура і фізкультурна діяльність та їх види розглядаються у тісному взаємозв'язку з розвитком сутнісних (фізичних і духовних) сил особистості студента. У них має бути сформована не лише потреба у формуванні знань, рухових умінь і навичок, але важливим є і їх поворот до самовдосконалення, саморозвитку, самореалізації. Студенти мають бути активними суб'єктами фізкультурної діяльності, де у процесі освоєння рухової дії мають бути гармонійно задіяні всі духовні і фізичні сили людини як неподільної цілісності при вирішальній ролі духовно-ціннісної

свідомості і творчого стилю мислення. Саме такий педагогічний процес пов'язаний з освоєнням цінностей фізичної культури, поєднує ідеальну (внутрішню) і зовнішню (що наочно сприймається) сторони фізкультурної діяльності. Його результатом буде формування різних видів фізичної культури особистості де розвиток рухової сфери буде гармонійно поєднуватися з розвитком культури мислення, уяви, почуттів, художньої творчості і ін. студентів.

В реалізації соціокультурологічного підходу важливу роль при проведенні навчальних занять відіграє єдність інтелектуального, соціально-психологічного і рухового компонентів фізичної культури [7, с. 24-28.], де однією із умов повноцінного інтелектуального сприйняття є збагачення студентів знаннями, які розкривають зміст фізкультурної діяльності і її видів, способів їх використання у життєдіяльності людини у зв'язку з формуванням різних видів фізичної культури.

У дослідженні показано, що однією з основних цілей фізичної культури у системі освіти є формування потреб, інтересів і установок до засвоєння її цінностей. Тому потребно-мотиваційному компоненту, характерному для різних видів фізкультурної діяльності (рекреаційної, освітньої, реабілітаційної, спортивної, адаптивної і ін.) має приділятися у навчально-виховному процесі більше уваги.

В ході роботи було виявлено стадії формування фізкультурної діяльності студентів, які знаходяться у ієрархічно значимій послідовності. При цьому «пусковий механізм» включає у себе потребу, мотив, інтерес, емоції, ціннісні орієнтації (установка особистості на ті чи інші цінності матеріальної і духовної культури суспільства). Все це спонукає не зупинятися на досягнутому, а вдосконалювати себе і своє «Я», що виражається у цілеспрямованій фізкультурній діяльності, яка проявляється у тій чи іншій формі організації фізичної культури [4, с.33-39].

Варто однак зазначити, що основною ознакою, яка визначає фізкультурну діяльність, відображає зміст організаційних форм фізичної культури, а види фізкультурної діяльності визначають її структуру. Чіткі межі переходу один в іншого видів фізкультурної діяльності, пов'язаних з різними етапами формування фізичної культури особистості, встановити важко, що обумовлено динамічністю, рухливістю, взаємопроникненням видів системи фізкультурної діяльності. Результативна сторона цих діяльнісних процесів, які вбирають у себе функціональний (роль і місце фізичної культури у життєдіяльності людини) і ціннісний (система різноманітних цінностей, які реалізуються у її видах, що базуються на специфічній потребно-мотиваційній ланці і спрямованих у цілому на її всебічний і гармонійний розвиток. Таким чином, фізкультурна діяльність і буде тією спільною основою, яка визначає формування фізичної культури студента у його тілесно-духовній єдності, що об'єднує її різні форми і види.

Матеріал, що розглядається свідчить про збільшення ролі фізичної культури у житті людини і суспільства. У сучасний період, з позицій культуродоцільного аспекта дослідження, можна стверджувати, що фізична культура як система являє собою складне структурно-функціональне утворення.

Види фізкультурної діяльності через свої організаційні форми відіграють визначальну роль у формуванні видів фізичної культури людини. Якщо прослідкувати утворення нових видів фізичної культури, то видно, що вони у процесі подальшого свого розвитку зазнають змін, пов'язаних з можливістю утворення кількох видів фізкультурної діяльності на основі організаційних форм. Це виникає завдяки багатоманітності потреб, що виникають у цій сфері, у зв'язку з чим потребно-мотиваційна ланка характеризується своєю специфічною спрямованістю, що у підсумку і приводить до його відгалуження.

Відповідно, на життєвому шляху людини, у відповідності з її віковими особливостями, пріоритетним буде той чи інший вид фізкультурної діяльності і фізичної культури, що узгоджується з концепціями провідного виду діяльності у процесі онтогенезу людини [5, с. 4-6.]. Формування видів фізичної культури на сучасному етапі розвитку людства буде, без сумніву, продовжуватися у зв'язку з розвитком науково-технічного прогресу і технологізацією діяльності людини і суспільства. Таким чином, культурологічний підхід суттєво розширює людино творчу, соціокультурну функції організаційних форм, видів фізкультурної діяльності і видів фізичної культури, дозволяючи охопити розвиток всіх сутнісних сил людини і потребує своєї реалізації у практичній діяльності [8, с. 220-223].

Багаторічні педагогічні спостереження дозволяють стверджувати, що у сфері фізичної культури існують серйозні протиріччя між достатньо високими вимогами суспільства до здоров'я, фізичного розвитку, фізичної підготовленості студентів і низькою ефективністю процесу фізичного виховання. Одна із основних цього – нереалізованість культурологічного підходу у навчально-виховному процесі, де часто з поля зору педагогів випадає головний об'єкт їх діяльності – підростаюча людина з її почуттями, думками та потребами. У той же час саме потребніший підхід до виховання здатен забезпечити самореалізацію особистості у всій різноманітності її здібностей, що висуває підвищені вимоги до рівня підготовленості фізкультурних кадрів.

Провідною ідеєю нашого дослідження є діяльнісний підхід, який полягає у тому, що студент як суб'єкт діяльності формує у процесі її здійснення фізичну культуру особистості з урахуванням індивідуальних особливостей і особистісно-значущих потреб. Будь-яка системна конкретна діяльність, у нашому випадку фізкультурна, обов'язково повинна співвідноситися із поняттям потреби, інтересів та мотиву, що є одними із основних складових, які роблять діяльність усвідомленою і стійкою на перспективу. Відображаючи структуру діяльності цей підхід дозволяє встановити певні зв'язки на різних рівнях фізкультурної діяльності і проникнути у сутність явищ, що визначають особливості формування культури.

У процесі фізкультурної діяльності необхідно постійно стимулювати студента до самостійної фізкультурної діяльності, актуалізуючи генетично закладену у людини потребу у русі, що спонукає до самовдосконалення і подальшого фізичного саморозвитку на основі сформованої стійкої мотивації, а також в орієнтації на побудову індивідуальної програми фізкультурної діяльності.

Формування фізичної культури особистості в ракурсі розвитку відповідає фактично процесу вдосконалення загальної культури людини з переважанням її духовної сторони, реалізованої особливим специфічним способом через свідому «окультурену» рухову діяльність, яка своєю чергою виступає засобом задоволення різноманітних потреб людини, її само актуалізації, саморозвитку, самопізнання і самовдосконалення [6]. Як об'єкт власної фізкультурної діяльності студент є творцем самого себе у процесі самовдосконалення шляхом саморегуляції, що базується на результатах самопізнання.

У результаті описаних процесів на основі принципу стимулювання студентів до самостійної фізкультурної діяльності відбувається само формування фізичної культури особистості студента.

Ефективність фізкультурної діяльності студентів у формуванні фізичної культури особливо визначається мотиваційно-ціннісною складовою, пов'язаною з формуванням потреб, інтересів, мети, які закріплюються в мотивах ціннісних орієнтаціях, і оволодіння ними значущим рівнем знань на основі соціально-психологічного й інтелектуального напрямків. Своєю чергою ці характеристики сприяють соціалізації особистості у процесі цієї діяльності і водночас є одним із показників рівня її фізичної досконалості.

Дослідження показало, що основою формування фізичної культури людини є фізкультурна діяльність. Змістовні її характеристики відображають різноманітність підходів до формування тілесно-духовної єдності людини, носять інтелектуально-творчий характер, пов'язаний з функціонуванням її особистісних характеристик невіддільних від розвитку її фізичних кондицій. При цьому багатоманітна специфічна спрямованість змісту фізкультурної діяльності з задоволення індивідуальних потреб студентів своєму фізичному вдосконаленню реалізується в утворенні різних видів фізичної культури особистості.

Встановлено, що у структурних компонентах фізкультурної діяльності відображений процес різнопланової окультуреної рухової діяльності студентів, результативна сторона якої опредмечується у відповідних видах фізичної культури. Це свідчить про їх змістовний і структурний взаємозв'язок, про можливість розгляду і аналізу різних площин фізичної культури (її організаційних форм, специфічних видів фізкультурної діяльності і відповідних їм видів фізичної культури), що доповнюють одне одного і дають можливість людині протягом усього життя використовувати її багаті потенційні можливості.

**Висновок.** Отже, зміст фізкультурної діяльності, що базується на синергії інтелектуальної та фізичної (рухової) складових, визначає якість формування фізичної культури студента у виші. У цьому ракурсі єдність духовної і рухової сторін у фізкультурній діяльності створює гармонію сутнісних (духовних і фізичних) сил людини, інтегративним об'єднанням якої є творчий характер діяльності. Діяльність у формуванні фізичної культури особистості з цього погляду виступає у матеріально і духовно перетворювальних формах, вона є явищем, для якого характерні матеріально-духовні якості, що і дозволяє розглядати фізичну культуру особистості як рівноправний вид загальної культури людини і суспільства.

**Перспективи** подальших досліджень у цьому напрямку полягають у дослідженні інтегративної єдності функціонального, ціннісного й діяльнісного аспектів змісту фізичної культури особистості студентів у формуванні здоров'я.

#### Література

1. Бальсевич В. К., Лубышева Л. И. Физическая культура: молодежь и современность / В. К. Бальсевич, Л. И. Лубышева. // Теория и практика физической культуры. – 1995. – №4. – С.2–8.
2. Быховская И. М. Физическая культура как практическая аксиология человеческого тела : методологические основания анализа проблемы / И. М. Быховская. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. –1996. – №2. – С. 19–27.
3. Виленский М. Я. Физическая культура в гуманитарном образовательном пространстве вуза / М. Я. Виленский. // Физич. культура: воспитание, образование, тренировка. – 1996. – №1. – С.27–32.
4. Выдрин В. М., Зыков Б. К., Лотоненко А. В. Совершенствование физкультурного образования студенческой молодежи / В. М. Выдрин, Б. К. Зыков, А. В. Лотоненко. // Актуальные проблемы физической культуры и спорта: Сб. науч. тр. / Ред. кол. Астахов В. А., Жолдак В. И., Пилоян Р.Л. – М.: МОГИФК, 1990. – С.33–39.
5. Глотов Н. К., Игнатъев А. С., Лотоненко А. В. Философско-культурологический анализ физической культуры / Н. К. Глотов, А. С. Игнатъев, А. В. Лотоненко. // Теория и практика физич. культуры. – 1996. – №1. – С. 4–6.
6. Ковінько М.С. Методологія діяльнісного підходу до формування фізичної культури особистості студента / М.С. Ковінько // Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. – Л.: ЛДІФК, 2015. - Вип. 19
7. Лубышева Л. И. К концепции физкультурного воспитания студентов / Л. И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1992. – №5. – С.24–28.
8. Малинина С. В. Духовность в физической культуре / С. В. Малинина. // Научные исследования и разработки в спорте : Вестник аспирантуры / СПб : ГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 1998. – С. 220 – 223.
9. Сутула В.О. Системоутворювальна функція фізичної культури / В.О. Сутула // Слобожанський науково-спортивний вісник [ наук.-теорет. журнал ]. – Харків: ХДАФК, 2014. - № – С.118-121
10. Braun BI, Harris AD, Richards CL, et al. Does health care role and experience influence perception of safety culture related to preventing infections? // American Journal of Infection Control. 2013;41(7):638–641. doi:10.1016/j.ajic.2012.09.006.
11. Engeströmm V. Activity Theory and industrial and social transformation // Multidisciplinary newsletter for Activity Theory. N 7/8, 1991. P. 23-30.
12. Lehwald H. D. Game Adaptation : Essential to Health Integration Within Physical Education / H. O. Lehwald, K Greene // The Physical Educator. – 1996. – Vol. 53. – № 4. – P. 94–100.
13. Ornstein A. C. Philosophy as a Basic for Curriculum Decisions / A. C. Ornstein // High school. – North Carolina, 1991. – Vol. 74. – № 2. – P. 102–108.
14. Williams J. Regional cultures and health outcomes: Implications for performance measurement, public health and policy. // The Social Science Journal. 2013, vol.50(4), pp. 461–470. doi:10.1016/j. socscij.2013.09.007.
15. Haskell W. L. Physical activity and public health : Updated recommendation for adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association / W. L. Haskell [et al.]. // Circulation. – 2007. – Vol. 116(9). – P. 1081–1093.