

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

В.Н. Кудрицкий, В.П. Артемьев, Н.И. Козлова

Брестский государственный технический университет, canc@bstu.by.

На современном этапе развития общества физическая культура выступает как доступное и эффективное средство укрепления здоровья людей. Она является самым простым, но достаточно эффективным средством профилактики различных простудных и инфекционных заболеваний, способствует увеличению производительности труда. Физическая культура в большей мере будет выступать как средство, пополняющее двигательную активность человека, направленную на достижение высокой профессиональной работоспособности, развитие физических качеств и совершенствование двигательных навыков. В этой связи физическую культуру следует рассматривать как область культурных явлений, связанных с развитием человеческой плоти в человеческую телесность и включением природного индивида в мир культуры. Ведь область культурных явлений сопряжена с телесным бытием людей, их физическим состоянием.

Физическая культура не является однородным и аморфным образованием, напротив, она гетерогенна, сложно структурирована, находится в процессе постоянных изменений и преобразований. Она включает в себя разнообразные способы деятельности, связанные с формированием, развитием и совершенствованием человеческой телесности.

Физическая культура в целом и в каждой своей сфере включает в себя способы деятельности, осуществляющие социальное преобразование тела человека, развитие двигательных способностей, физическое совершенствование и становление определенных личностных качеств. Физическая культура в широком смысле включает в себя различные понятия: физическое образование; двигательные действия, физические упражнения; физическую подготовку, физическую подготовленность; пролонгирующую физическую культуру, включающую физическую реабилитацию, физическую рекреацию, физическую релаксацию и физическое совершенство.

Физическая культура есть сфера, определенная, с одной стороны, природой, эту сферу индивид начинает осваивать сразу же после рождения, будучи еще естественным, не социализированным существом, а, с другой стороны, смыслом всех ее интенций является совершенствование человеческой телесности. Физическая культура сохраняет и развивает человеческую телесность.

Таким образом, физическую культуру следует рассматривать как область культурных явлений, связанных с развитием человеческой плоти в человеческую телесность и включением природного индивида в мир культуры. Ведь область культурных явлений сопряжена с телесным бытием людей, их физическим состоянием.

Физическая культура и спорт, как понятия неразрывно связаны между собой. В этом случае спорт выступает как особое средство этой деятельности.

Благодаря спорту индивид узнает о пределах допустимого в физическом развитии, в совершенствовании человеком своей двигательной активности, физической силы, выносливости. Вместе с тем, именно в этой области человек раскрывает свои природные возможности и необходимые для их проявления духовные силы в максимальном выражении.

В сфере спорта в определенной мере осуществляется открытие и манифестация границ человеческого бытия.

Спорт участвует во всех этих процессах, демонстрируя высшие достижения человека в развитии его телесных, ментальных, личностных качеств.

Вместе с тем данная составная часть физической культуры представляет собой нечто большее, чем просто сферу, в рамках которой происходит выяснение, кто сильнее, ловчее, быстрее.

Человечество нуждается в восстановлении утрачиваемых природных сил и возможностей, в обретении большей полноты своего естественного бытия.

При этом собственная специфика спорта состоит в том, что он демонстрирует, какими могут и должны быть природные силы человека. В свою очередь, человек, вовлеченный во все другие сферы физической культуры, может ориентироваться на эти показатели.

Спорт необходимо рассматривать как специализированную область деятельности, связанную с выявлением и демонстрацией физических возможностей людей.

Массовый спорт – это ответ на современные условия жизни, недостаточную двигательную активность, которая стала причиной многих заболеваний, типичных для нашего времени: инфаркты, излишний вес, нарушения обмена веществ и системы кровообращения...

Спорт высших достижений объединяет в себе функции зрелищного характера и лабораторию для проверки поведения человека в экстремальных условиях, предполагает достижение высоких результатов в избранном виде спорта, формирование спортивного мастерства, развитие волевых и моральных качеств, утверждение авторитета, чувств личного достоинства и долга, самовоспитание, осуществление процессов самосознания, самоконтроля и саморазвития.

Делая выводы по данной проблеме следует отметить, что физическую культуру и спорт нельзя рассматривать как разнокачественные понятия. Во–первых, это неверно по существу, а во–вторых, может привести к их противопоставлению, редукции их значения в общественном сознании и как практическое следствие – к периодическому вытеснению из области функционирования культуры либо одного явления, либо другого – самого спорта. Это может привести к упрощению понимания данных феноменов, к сведению физической культуры к "урокам физкультуры", исключительной идеологизации или коммерциализации спорта.