**Роль фізичної культури та спорту в духовному вихованні особистості**

*Туяхова Вікторія Валентинівна*

*Загальноосвітня школа І-ІІІступенів №12,Дружківської міської ради,Донецької області,Україна*

*« Роль фізичної культури та спорту в духовному вихованні особистості»*

*Анотація:* *фізична культура являє собою складне суспільне явище, яке не обмежено рішенням завдань фізичного розвитку, а виконує і інші соціальні функції суспільства в області моралі, виховання, етики. Сучасне суспільство зацікавлене в тому, щоб молоде покоління росло фізично розвиненим, здоровим, життєрадісним.*

*Abstract: Physical culture is a complex social phenomenon that is not limited to the decision of physical tasks and perform other social functions in society morals, education and ethics. Modern society is interested in the fact that the younger generation has grown physically developed, healthy, cheerful.*

*Ключові слова:фізична культура,формування особистості,соціальне середовище,духовне виховання.*  
*Key words: physical culture, identity formation, social environment, spiritual education*.

**Вступ**

Сьогодні не можна знайти жодної сфери людської діяльності, не пов'язаної з фізичною культурою, оскільки фізична культура і спорт загальновизнані матеріальні і духовні цінності суспільства в цілому і кожної людини окремо. Не випадково всі останні роки все частіше йдеться про фізичну культуру не тільки як про самостійний соціальний феномен, але і як про стійку якість особистості. Проте, феномен фізичної культури особистості вивчений далеко не повністю, хоча проблеми культури духу і тіла ставилися ще в епоху стародавніх цивілізацій.

Фізична культура як феномен загальної культури унікальна. Саме вона є природним містком, що дозволяє з'єднати соціальне і біологічне в розвитку людини. Більш того вона є найпершим і базовим видом культури, який формується в людині. Фізична культура з властивим, їй дуалізмом може значно впливати на стан організму, психіки, статус людини.

Історично фізична культура складалася, перш за все, під впливом практичних потреб суспільства у повноцінній фізичній підготовці підростаючого покоління і дорослого населення до праці. Разом з тим у міру становлення систем освіти і виховання фізична культура ставала базовим чинником формування рухових умінь і навичок.

Якісно нова стадія осмислення сутності фізичної культури пов'язується з її впливом на духовну сферу людини як дієвого засобу інтелектуального, морального, естетичного виховання. І якщо немає особливої ​​потреби доводити величезний вплив занять фізичними вправами на біологічну сутність людини: на його здоров'я, фізичний розвиток, морфофункціональні структури, то її вплив на розвиток духовності вимагає особливих пояснень і доказів

Освіта в цілому розглядається як педагогічна система, вирішальна завдання цілеспрямованого, різнобічного розвитку особистості. Фізкультурну освіту як її складова частина в цьому сенсі не виняток. У ряді концепцій розвитку фізичної культури особлива увага приділяється питанням освіти, але в більшій мірі стверджується необхідність докорінної зміни ставлення людей до фізичної культури, загальне розуміння її величезною загальнонародної і особистої людської цінності.

**Мета:** осмислення такого поняття, як фізична культура особистості, розробка "техніки" її реального втілення в життя; цілеспрямоване формування і закріплення усвідомленої, заснованої на глибоких знаннях і переконаннях мотивації і потреби постійно самостійно піклуватися про своє здоров'я; здійснювати ідею безперервної фізкультурної освіти, почавши з обов'язкового навчання, навчити людину піклуватися про своє здоров'я, займатися самоосвітою в цій сфері діяльності протягом усього життя.

ГЛАВА 1. **ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК ЧАСТИНА ЗАГАЛЬНОЇ КУЛЬТУРИ ЛЮДИНИ**

Культура - це творча діяльність людини. Основу і зміст культурно-психологічного процесу розвитку «культури» становить, насамперед, розвиток фізичних та інтелектуальних здібностей людини, його моральних і естетичних якостей. Виходячи з цього, фізична культура - частина загальної культури суспільства, одна з сфер соціальної діяльності, спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних здібностей людини і використання їх відповідно до потреб суспільної практики. Основні показники стану фізичної культури в суспільстві: рівень здоров'я і фізичного розвитку людей; ступінь використання фізичної культури у сфері виховання та освіти, у виробництві, побуті, структурі вільного часу; характер системи фізичного виховання, розвиток масового спорту, спортивні вищі досягнення і ін.

У суспільстві фізична культура, будучи надбанням народу, є важливим засобом «виховання нової людини, яка гармонійно поєднує в собі духовне багатство, моральну чистоту і фізичну досконалість». Вона сприяє підвищенню соціальної та трудової активності людей, економічної ефективності виробництва, фізкультурний рух спирається на багатосторонню діяльність державних і громадських організацій у сфері фізичної культури і спорту.

Фізична культура народу є частиною його історії. Її становлення, подальший розвиток тісно пов'язане з тими ж історичними факторами, які впливають на становлення та розвиток господарства країни, її державності, політичного і духовного життя суспільства. У поняття фізичної культури входить, природно, все, що створено розумом, талантом, рукоділлям народу, все, що виражає його духовну сутність, погляд на світ, природу, людське буття, на людські відносини.

Передісторія фізичної культури сягає корінням в той період, коли вся фізична і розумова діяльність людини обмежувалася безпосереднім забезпеченням умов існування. Питання полягає в тому, які фактори в цих умовах, в безперервній боротьбі з природою, спонукали наших предків розробити комплекс фізичних вправ, які формують людину?

* 1. РОЛЬ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ В СУСПІЛЬСТВІ

На сучасному етапі розвитку в умовах якісного перетворення всіх сторін життя суспільства зростають і вимоги до фізичної підготовленості громадян, необхідної для успішної їхньої трудової діяльності.Із сукупності поняття «здоровий спосіб життя», що об'єднує всі сфери життєдіяльності особистості, колективу, соціальної групи, нації, найбільш актуальною складовою є фізична культура і спорт.

Сфера фізичної культури виконує в суспільстві безліч функцій і охоплює всі вікові групи населення. Поліфункціональний характер сфери проявляється в тому, що фізична культура - це розвиток фізичних, естетичних і моральних якостей людської особистості, організація суспільно-корисної діяльності, дозвілля населення, профілактика захворювань, виховання підростаючого покоління, фізична і психоемоційна рекреація і реабілітація, видовище, комунікація та т .ін.

Фізична культура виникла і розвивалася одночасно з загальнолюдською культурою і є її органічною частиною. Вона задовольняє соціальні потреби в спілкуванні, грі і розвазі, в деяких формах самовираження особистості через соціально-активну корисну діяльність.

Гармонійність розвитку особистості цінувалася всіма народами і в усі часи. Спочатку слово «культура» в перекладі з латинської означає «обробіток», «обробка». У міру розвитку суспільства поняття «культура» наповнювалося новим змістом.

Таким чином «культура» - це творча творча діяльність людини. Основу і зміст культурно-психологічного процесу розвитку «культури» становить, насамперед, розвиток фізичних та інтелектуальних здібностей людини, його моральних і естетичних якостей. Виходячи з цього, фізична культура, є однією із складових частин загальної культури, вона виникає й розвивається одночасно і поряд з матеріальною та духовною культурою суспільства.

Фізична культура має чотири основні форми:

- Фізичне виховання і фізичну підготовку до конкретної діяльності (професійно-прикладна фізична підготовка);

- Відновлення здоров'я або втрачених сил засобами фізичної культури - реабілітація;

- Заняття фізичними вправами з метою відпочинку, т.зв. - рекреація;

- Найвище досягнення в області спорту.

За кордоном фізкультура і спорт на всіх своїх рівнях є універсальним механізмом оздоровлення людей, способом самореалізації людини, його самовираження і розвитку, а також засобом боротьби проти асоціальних явищ. Саме тому за останні роки місце фізкультури і спорту в системі цінностей сучасної культури різко зросла.

Таким чином, у всьому світі спостерігається стійка тенденція підвищення ролі фізичної культури в суспільстві, яка проявляється:

- у підвіщенні роли держави в підтрімці розвитку фізичної культури, громадських форм організації діяльності в цій сфері;

- в широкому використанні фізичної культури в профілактиці захворювань и зміцненні здоров'я населення;

- у подовженні активного творчого довголіття людей;

- в організації дозвільної діяльності та у профілактиці асоціальної поведінкі молоді;

- у використанні фізкультури як важливого компонента морального, естетичного та інтелектуального розвитку учнівської молоді;

- у залученні в заняття фізичною культурою працездатного населення;

- у використанні фізичної культури в соціальній и фізичній адаптації інвалідів, дітей-сиріт;

- у зростаючому обсязі спортивного телерадіомовлення та ролі телебачення у розвитку фізичної культури у формуванні здорового способу життя;

- у розвитку фізкультурно-оздоровчої та спортивної інфраструктурі з урахуванням інтересів и потреб населення;

- у різних формах, методах и засобах, що пропонуються на ринку фізкультурно-оздоровчих и спортивних послуг.

* 1. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК СОЦІАЛЬНИЙ ФЕНОМЕН

У сучасному світі роль фізичної культури як чинника вдосконалення природи людини і суспільства, істотно наростає. Тому турбота про розвиток фізичної культури - найважливіша складова соціальної політики держави, що забезпечує втілення в життя гуманістичних ідеалів, цінностей і норм, які відкривають широкий простір для виявлення здібностей людей, задоволення їх інтересів і потреб, активізації людського фактора.

Здоровий спосіб життя в цілому, фізична культура зокрема, стають соціальним феноменом, об'єднуючою силою і національною ідеєю, яка сприяє розвитку сильної держави і здорового суспільства. У багатьох зарубіжних країнах фізкультурно-оздоровча та спортивна діяльність органічно поєднує і з'єднує зусилля держави, його урядових, громадських і приватних організацій, установ і соціальних інститутів.

Загальносвітовою тенденцією є також колосальне зростання інтересу до спорту вищих досягнень, який відображає фундаментальні зрушення в сучасній культурі. Процеси глобалізації певною мірою були стимульовані і розвитком сучасного спорту, особливо олімпійського.

фізична культура - це частина культури, яка являє собою сукупність цінностей, норм і знань, створюваних і використовуваних суспільством з метою фізичного і інтелектуального розвитку здібностей людини, вдосконалення його рухової активності і формування здорового способу життя, соціальної адаптації шляхом фізичного виховання, фізичної підготовки та фізичного розвитку.

Фізична культура - сфера соціальної діяльності, спрямована на збереження і зміцнення здоров'я, розвиток психофізичних здібностей людини в процесі усвідомленої рухової активності. Основними показниками стану фізичної культури в суспільстві є: рівень здоров'я і фізичного розвитку людей і ступінь використання фізичної культури у сфері виховання та освіти, у виробництві і побуті .

Показниками стану фізичної культури в суспільстві є:

- масовість її розвитку;

- ступінь використання засобів фізичної культури в сфері освіти і виховання;

- рівень здоров'я і всебічного розвитку фізичних здібностей;

- рівень спортивних досягнень;

- наявність і рівень кваліфікації професійних і громадських фізкультурних кадрів;

- пропаганда фізичної культури і спорту;

- ступінь і характер використання ЗМІ, у сфері завдань, що стоять перед фізичною культурою;

Таким чином, все це яскраво свідчить про те, що фізична культура є природною частиною культури суспільства. На сучасному етапі в силу своєї специфіки фізична культура як важливий соціальний феномен пронизує всі рівні соціуму, надаючи широкий вплив на основні сфери життєдіяльності суспільства.

ГЛАВА 2. **Функції і роль фізичної культури у формуванні основних властивостей і якостей особистоті**

«Між розумовим та фізичним розвитком людини існує тісний зв'язок, цілком з'ясовують при вивченні людського організму і його відправлень. Розумовий ріст і розвиток вимагають відповідного розвитку фізичного ». П.Ф. Лесгафт

2.1. СОЦІАЛЬНА ПРИРОДА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Фізична культура є, по своїй суті соціальним явищем. Як багатогранне суспільне явище, вона пов'язана з багатьма сторонами соціальної дійсності, все ширше і глибше впроваджується в загальну структуру способу життя людей. «Соціальна природа фізичної культури, як однієї з областей соціально необхідної діяльності суспільства, визначається безпосередніми і опосередкованими потребами праці та інших форм життєдіяльності людини, прагненнями суспільства до широкого використання її в якості одного з найважливіших засобів виховання і зацікавленістю самих трудящих у власному вдосконаленні».

Фізична культура - явище історично обумовлене. Її виникнення відноситься до найдавніших часів. Вона, як і культура в цілому, є результатом суспільно-історичної практики людей. У процесі праці люди, впливаючи на навколишнє їх природу, в той же час змінюють і свою власну природу. Необхідність підготовки людей до життя, і, перш за все до праці, а також до інших необхідним видам діяльності історично зумовила виникнення і подальший розвиток фізичної культури. Не викликає сумнівів, що фізична культура є соціальним суспільним явищем. Все це говорить про те, що вона виникла і розвивалася разом з людським суспільством. Поза його вона існувати не може. В єдності з іншими видами виховання фізичне - є невід'ємним фактором всебічного гармонійного розвитку особистості.

Розкриття потенційних можливостей людини сприяє формуванню таких особистісних якостей людини, як впевненість в собі, рішучість, сміливість, бажання і реальна можливість подолати труднощі. Критерієм такого розвитку стосовно до трудових актам є його відповідність тим вимогам виробництва, які пред'являються до фізичної діяльності людини. Можна вважати, що фізичні здібності розвиваються, якщо людина стає більш універсальним з точки зору розширення рухової життєдіяльності та можливості ефективного прояви їм предметних операцій у виробництві. Фізична культура займає в цьому процесі провідне місце.

Фізична культура є єдність реальної (практичної) і ідеальної (психічної) діяльності. У процесі цієї діяльності людина вступає в зв'язки і відносини з громадським і природним середовищем.

2.2 ФУНКЦІЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В СУСПІЛЬСТВІ

Функції фізичної культури можна розділити на 4 групи:

-Загальний розвиток і зміцнення організму (формування і розвиток фізичних якостей і здібностей, удосконалення рухових навичок, зміцнення здоров'я, протидія та стримування процесів інволюції і т. Д.).

-Уточнюючи і конкретизуючи специфічні функції фізичної культури можна виділити наступні з них: освітні, прикладні, «спортивні», рекреативні і оздоровчо-реабілітаційні.

-Підготовка до трудової діяльності та захисту Батьківщини (підвищення працездатності, стійкості проти несприятливих умов праці, гіподинамії, професійно-прикладна підготовка і т. П.).

-Задоволення потреб в активному відпочинку та раціональне використання внерабочего часу (розваги, ігри, компенсація). Розкриття вольових, фізичних якостей і рухових можливостей людини на граничних рівнях.

Фізична і розумова активність, нормальне функціонування здібностей можливі в обмеженому діапазоні умов. Фізкультура розширює ці можливості, а також вирішує завдання підтримки необхідної рівноваги між людиною і навколишнім середовищем в руховому, емоційному та інших аспектах. Фізичні вправи використовуються не тільки для зміцнення здоров'я, а й для того, щоб адаптувати організм людини до різних потреб суспільного життя, сприяти прояву індивідуальної творчості.

У суспільстві фізкультура є найважливішим засобом виховання нової людини, гармонійно поєднує в собі духовне багатство, моральну чистоту і фізичну досконалість. Вона сприяє підвищенню соціальної та трудової активності людей, економічної ефективності виробництва. Фізкультурний рух спирається на багатосторонню діяльність державної і громадської організації в області фізичної культури і спорту. На сучасному етапі вирішується завдання перетворення масового фізкультурного руху в загальнонародне, що базується на науково обґрунтованій системі фізичного виховання, яке охоплює всі верстви суспільства. Існуючі державні системи програмно оціночних нормативів до фізичного розвитку і підготовленості різних вікових груп населення. Обов'язкові заняття фізкультурою за державними програмами проводяться в дошкільних установах, у всіх типах навчальних закладів, армії, на підприємствах та ін. - В режимі робочого дня (виробнича гімнастика, фізкультурні паузи і т.п.). Для організації масової фізкультурно-оздоровчої роботи на підприємствах, установах, навчальних закладах та ін. Створені колективи фізичної культури.

2.3. ВПЛИВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ НА ФОРМУВАННЯ ВЛАСТИВОСТЕЙ І ЯКОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ

Як сказано вище, фізична культура людини нерозривно пов'язана з його загальною культурою, оскільки властиві фізично-культурній особистості властивості формуються і розвиваються на основі тих же психофізичних (природних) задатків і психофізичних процесів, що і моральна, естетична та інші види культур людини. Тому, займаючись фізичними вправами, людина не тільки розвиває і вдосконалює свої фізичні можливості, а й формує інші якості особистості - моральні, естетичні, а також сміливість, волю, ініціативність терпимість і багато іншого.

Під фізичною культурою особистості розуміється сукупність властивостей людини, які набуваються в процесі занять фізичними вправами і виражаються в активному прагненні людини всебічно і гармонійно вдосконалювати свою фізичну природу (тілесність), вести здоровий спосіб життя. Займаючись фізичною культурою, людина пізнає себе, інших людей і навколишній світ. У нього активно розвиваються ініціатива, самостійність і творчість, формуються власний світогляд і способи мислення, індивідуальні риси характеру, критичне ставлення до дій інших людей і власних вчинків. Всі ці позитивні властивості, придбані в результаті фізкультурної діяльності, характеризують людину не тільки як фізично культурну особистість, а й як цілісну особистість, всебічно і гармонійно розвинену, яка відображатиме високий рівень загальної культури людини. Фізична культура допомагає протистояти таким шкідливим звичкам, як куріння, вживання алкоголю і ін.

Фізичне виховання - одна із складових частин системи виховання, що має на меті зміцнення здоров'я людини і його правильний фізичний розвиток. В єдності з розумовим утворенням, моральним і естетичним, трудовим вихованням і навчанням фізичне виховання сприяє всебічному розвитку особистості людини .

Робота з фізичного виховання в школах, навчальних закладах проводиться за державною програмою.

Програма передбачає проведення навчальних занять в обсязі трьох годин на тиждень, в тому числі однієї години факультативного. Крім того, передбачається проведення оздоровчих заходів в режимі дня (ранкова гімнастика, фізкультурні паузи і т. Д.), Масової фізкультурної та спортивної роботи у позанавчальний час (секції за видами спорту, групи загальної фізичної підготовки, спортивні змагання і оздоровчі заходи, дні здоров'я , заняття в спортивно оздоровчому таборі). Програмою рекомендується приблизний тематичний план занять з фізичного виховання з визначенням видів занять (теорія, практика), видів спорту (гімнастика, легка атлетика, лижна підготовка, плавання, туризм та спортивні ігри) і розрахунком годин за роками навчання. Наводиться зміст тем з теорії фізичного виховання, а також обсяг знань і умінь, якими повинні оволодіти учні, освоюючи техніку видів спорту. Програмою встановлені навчальні контрольні вправи і нормативи їх виконання.

Основними ж завданнями фізичного виховання молодого покоління є: зміцнення здоров'я та загартовування організму, правильний фізичний розвиток, повідомлення дітям і молоді необхідних рухових навичок, вдосконалення їх фізичних здібностей, сприяння формуванню найважливіших морально-вольових якостей. Фізичне виховання сприяє формуванню і розвитку морально-вольових якостей, крім фізичних здібностей: м'язова сила, фізична витривалість, спритність, швидкість реакції, швидкість рухів.

В процесі занять фізкультурою виховуються такі морально-вольові якості, як мужність, сміливість, рішучість, ініціативність, винахідливість, сила волі, навички колективних дій, організованість, свідома дисципліна, почуття дружби і товариства, чіткість в роботі, звичка до порядку тощо. При цьому велике значення має педагогічно правильна організація самих навчальних і тренувальних занять, спортивних змагань і всього життя фізкультурного колективу.

Розглянемо трохи докладніше вплив спорту і фізичної культури на інтелектуальний розвиток.

Ефективність засвоєння рухового досвіду в спорті пов'язана зі способом формування і рівнем психологічної структури рухової дії (фізичної вправи). Процес формування свідомого рухової дії - довільно керований акт, супроводжуваний значною інтелектуальною активністю, яку потрібно навмисно забезпечувати і направляти в процесі навчання. Надходить при цьому в свідомість займаються інформація піддається складній і багатоступеневою переробці.

При засвоєнні і удосконалення рухової діяльності в спорті характерними є головним чином три форми зв'язку між думкою і дією:

Інтелектуальна активність супроводжує виконання рухового дії, а процес мислення виконує функції безпосереднього контролера і регулятора рухів;

Мислення передує практичної дії і бере участь в плануванні і попередньої організації дії;

Мислення бере участь в аналізі та оцінці вчиненого ним рухового акту.

Всі три види взаємозв'язку між думкою і дією розрізняються не тільки за своєю формою, а й за характером і певною мірою впливають на розвиток творчих здібностей тих хто займається спортом.

Заняття фізкультурою розгортаються на тлі спілкування, в колективі, під керівництвом вчителя. Саме спілкування є наймогутнішим чинником формування моральних якостей , з самого початку занять діти починають усвідомлювати причетність до колективу і відповідно до правил і розпорядженнями, вчаться керувати своїми діями, співвідносити їх з діями інших. Так зміцнюється воля, виробляється дисциплінованість, формується звичка до дотримання норм моральної поведінки.

Оскільки фізична культура є частиною культури суспільства, то їй притаманні, перш за все, загальнокультурні соціальні функції. До них можна віднести такі, як виховна, освітня, нормативна, перетворювальна, пізнавальна, ціннісно-орієнтаційна, комунікативна, економічна та ін.

Заняття фізичними вправами створюють можливості для виховання волі, чесності, мужності, трудових якостей; розвивають гуманістичні переконання, почуття поваги суперника; формують соціальну активність (капітан команди, фізорг, старший в групі, суддя по спорту). В ході занять людина отримує уроки правової етики. Для фізкультурників і спортсменів характерні патріотизм, відданість своїй справі, боротьба за спортивну честь, працьовитість, що виражається в будівництві та благоустрої майданчиків, заливці ковзанок, прибирання місць занять.

Систематичні заняття сприяють профілактиці захворювань. Засоби лікувальної фізичної культури використовуються для реабілітації хворих. Адаптивна фізична культура - новий напрямок фізкультурно-оздоровчої роботи з інвалідами. Як самостійна частина культури суспільства фізична культура має специфічні соціальні функції.

Останні органічно пов'язані із загальними, але в більш конкретній формі висловлюють соціальну сутність фізичної культури як суспільно необхідної діяльності, її здатність задовольняти запити суспільства в галузі фізичного виховання.

Впливаючи на фізичну природу людини, фізична культура сприяє розвитку його життєвих сил і загальної дієздатності. Це в свою чергу, сприяє вдосконаленню духовних можливостей і, в кінцевому підсумку, призводить до всебічного і гармонійного розвитку особистості. Таким чином, роль фізичної культури у формуванні основних якостей і властивостей особистості дуже велика. Людина повинна вміти абстрактно мислити, виробляти загальні положення і діяти відповідно до цих положень. Але недостатньо просто вміти міркувати і робити висновки, - необхідно вміти застосовувати їх у життя, досягати поставленої мети, долаючи перешкоди, що зустрічаються на шляху. Це ж може бути досягнуто тільки при правильній фізичній освіті .

«Звідси тій тісний, нерозривний зв'язок між фізичною та розумовою освітою, завдяки якому, завдання їх роз'єднати неможливо, і тільки при повній гармонії між ними ми можемо очікувати повного розвитку морального характеру особи» .

ВИСНОВОК

У кожної людини, так і для суспільства в цілому немає більшої цінності, ніж здоров'я. Неухильно зростає значення фізичної культури і спорту, впровадження їх в повсякденне життя. Заняття фізичною культурою і спортом готують людину до життя, загартовують тіло і зміцнюють здоров'я, сприяють його гармонійному фізичному розвитку, сприяють вихованню необхідних рис особистості, моральних і фізичних якостей, необхідних майбутнім фахівцям народного господарства в їх професійної трудової і оборонної діяльності.

Сучасні уявлення про фізичну культуру пов'язані з її оцінкою як специфічної частини загальної культури. Як і культура суспільства в цілому, фізична культура включає в себе досить широке коло різноманітних процесів і явищ: тіло людини з його характеристиками; фізичний стан людини; процес його фізичного розвитку; заняття певними формами рухової діяльності; пов'язані з вищезгаданим знання, потреби, ціннісні орієнтації, соціальні відносини.

Так само формування фізичної культури особистості є метою фізичної культури. Найбільш значущими гуманістичними результатами, характерними для системи освіти, є орієнтовані на фізичну культуру знання, вміння і навички, необхідні для використання фізичних вправ з метою оздоровлення, рекреації, реабілітації, формування здорового способу життя. При цьому важливими є знання, що формують ціннісні орієнтації на здоровий фізично активний спосіб життя і соціальні установки на його досягнення. В кінцевому підсумку загальна фізкультурна освіта повинна формувати світогляд здорового і обов'язково фізично активного способу життя.

Кожне з перерахованого, входить в світ культури як елементи ширшої системи, що включає не тільки соціально сформовані фізичні якості людини, але і такі елементи соціальної діяльності, як норми і правила поведінки, види, форми і засоби діяльності.

Таким чином, фізична культура являє собою складне суспільне явище, яке не обмежено рішенням завдань фізичного розвитку, а виконує і інші соціальні функції суспільства в області моралі, виховання, етики. Сучасне суспільство зацікавлене в тому, щоб молоде покоління росло фізично розвиненим, здоровим, життєрадісним.

ПЕРЕЛІК ЛІТЕРАТУРИ

1. Соціальні та біологічні основи фізичної культури: Навчальний посібник / Відп. ред. Д.Н. Давиденко. - СПб, 2001. - С.208.

2. Миколаїв Ю.М. Теорія фізичної культури: функціональний, ціннісний, діяльнісний, результативний аспекти / Ю.М. Миколаїв. - СПб .: СПбГАФК П.Ф.Лесгафта, 2000. - с.456.

3. Паначев В.Д. Спорт і особистість: досвід соціологічного аналізу / В.Д. Паначев // СОЦІС. - 2007. - №11. - С.125-128.

4.Лесгафт П.Ф. Вибрані праці / П.Ф. Лесгафт // Москва, Фізкультура і спорт.- 1987 .- с.299.

5. Столбов В.В. Історія фізичної культури і спорту / В.В. Стовпів // Москва, Фізкультура і спорт.- 1984. -С.179 ..