

(електронне видання), 14 квіт. 2023 р. Харків : Національний аерокосмічний університет ім. М. Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут», 2023. С. 82–86.

4. Рейчел Паркер (Rachel Parker) і Бо Ст'єрне Томсен (Bo Stjerne Thomsen). Біла книга. Діяльнісний підхід у школі. Дослідження інтегрованих педагогік, що ґрунтуються на ігровому діяльнісному підході та сприяють всебічному розвитку дітей початкової школи. Березень 2019. The Lego Foundation. 75 с.

5. Сороколіт Н. Ставлення учителів фізичної культури до освітніх нововведень реформи «Нова Українська Школа». *Спортивна наука України*. 2018. № 6(88). 2018. С. 53–59.

6. Теорія і практика проектного навчання у професійно-технічних навчальних закладах. Монографія. В. М. Аніщенко, М. В. Артюшина, Т. М. Герлянд, Н. В. Кулалаєва, Г. М. Романова, М. М. Шимановський та ін.; за заг. ред. Н. В. Кулалаєвої. Житомир: Полісся, 2019. 208 с.

УДК 796.012.4:37.016.4

Оверко Р. В.

здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
факультет міжнародних відносин і журналістики
науковий керівник: к.фіз.вих., старший викладач кафедри здорового
способу життя, технологій і безпеки життєдіяльності Рядова Л. О.
ХНЕУ ім. С. Кузнеця

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК СКЛАДОВА ЗАГАЛЬНОЇ КУЛЬТУРИ СУСПІЛЬСТВА ТА ОСОБИСТОСТІ

Вступ. Фізична культура в сучасному світі відіграє важливу роль у формуванні здорового способу життя, зміцненні здоров'я, підвищенні рівня фізичної підготовленості й працездатності.

Фізична активність має безпосередній вплив на здоров'я людини, сприяючи поліпшенню функціонального стану систем та профілактиці захворювань.

Фізична культура сприяє формуванню соціальних зв'язків, командної роботи та позитивному розвитку спільності.

Заняття спортом та фізичними вправами сприяють самовдосконаленню та вихованню дисципліни.

Розвинена фізична культура може мати позитивний економічний вплив через зменшення витрат на охорону здоров'я та підвищення продуктивності праці.

Дослідження ролі фізичної культури як складової загальної культури суспільства та особистості є актуальним у контексті сучасного світу, де зростає увага до здорового способу життя, фізичної активності та спорту.

Мета дослідження: вивчити роль фізичної культури як складової загальної культури суспільства та особистості.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення наукової та методичної літератури.

Виклад основного матеріалу дослідження. У сучасному світі роль фізичної культури суттєво підвищується. Тому розвиток фізичної культури – це 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 та потреб.

Здоровий спосіб життя в цілому, фізична культура зокрема, стають соціальним феноменом, об'єднуючою силою і національною ідеєю, що 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 та приватних організацій, установ і соціальних інститутів [3].

Сформувавшись на ранніх етапах розвитку людського суспільства, вдосконалення фізичної культури продовжується і нині. Особливо зросла роль фізичної культури у зв'язку з урбанізацією, погіршенням екологічної ситуації, автоматизацією і т. д.

Кінець ХХ століття в багатьох країнах став періодом модернізації та будівництва сучасних спортивних споруд. Фізична культура, як культура в цілому, не дана людям від природи, а є наслідком суспільної та індивідуальної творчості [1].

Найчастіше термін «Фізична культура» визначають як процес, спрямований на підготовку людей до життя та праці шляхом виконання фізичних вправ, використання оздоровчих сил природи, особистої і громадської гігієни та певного раціонального побуту і праці. До поняття «галузь фізичної культури» відноситься не лише система фізичних вправ, теоретичних знань, але й матеріальна база фізичної культури та її організаційна система. З розвитком цивілізації, внаслідок зменшення в житті людей ролі важкої фізичної праці, значення і місце фізичної культури в житті людей постійно зростають. По суті, фізична культура є основним засобом, який гарантує порятунок людства від фізичної деградації і виродження. Оскільки зменшення рухової активності спричиняє погіршення її здоров'я, занепад творчої активності і т. д. [5]. Лише достатня фізична діяльність і певний режим праці та побуту в поєднанні з іншими засобами, запобігають зниженню продуктивності праці. Формуючись у процесі розвитку людського суспільства, фізична культура чітко позначила залежність між підготовкою до праці та її результатами. Ускладнення змісту

людської діяльності щоразу підвищує вимоги до рівня фізичної та психічної підготовленості, як це має місце при підготовці космонавтів, пілотів, моряків-підводників та представників інших сучасних професій [4].

Функції фізичної культури проявляються також у постійному нагромадженні та передачі досвіду, в створенні нових методів і засобів впливу на психофізичний стан людей. Цей досвід складає основу теорії фізичного виховання і спорту, яка оформилася в самостійний науковий напрям. Якщо фізична культура є засобом підвищення продуктивності праці та досягнення високого рівня суспільного виробництва, то останнє, в свою чергу, забезпечує відповідні умови (матеріальні та духовні) для розвитку фізичного виховання і спорту.

Фізична культура і спорт, які донедавна були лише споживачами високих технологій нині самі стали постачальниками таких для багатьох галузей (медицина, психологія, матеріалознавство, будівництво й архітектура і т. д.) [2].

Висновки. Фізична культура є важливою складовою загальної культури суспільства та особистості. Вона позитивно впливає на фізичне, психологічне та соціальне благополуччя людини, сприяє побудові гармонійних міжособистісних взаємин.

Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні впливу цифрових технологій на розвиток фізичної культури та спорту.

Список використаної літератури

1. Жданова О. М., Тучак А. М., Поляковський В. І., Котова І. В. Організація та методика оздоровчої фізичної культури і рекреаційного туризму : навч. посіб. Луцьк : Вежа, 2000. 248 с.
2. Круцевич Т. І., Воробйов М. І., Безверхня Г. В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді. Київ : Олімпійська література, 2011. С. 50–56.
3. Теорія і методика фізичного виховання : підруч. : у 2 т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. Київ : Олімпійська література, 2008. Т. 1. 391 с.
4. Цибульська В. В., Безверхня Г. В. Організація та методика спортивно-масової роботи : навч. посіб. Умань : ВПЦ «Візаві», 2014. 211 с.
5. Шиян Б. М., Омеляненко І. О. Теорія і методика фізичного виховання школярів : навч. посіб. : в 2 ч. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2012. Ч. 2. 304 с.