

преимущественно проживающих на равнине, наивысший прирост практически всех показателей наблюдался в конце подготовительного периода, сразу после спуска с гор. Спортсмены, преимущественно проживающие в горных условиях, лучшие результаты в тестовых упражнениях, в основном, показали через 4-8 недель после спуска с гор. Исключение составляют упражнения скоростного и скоростно-силового характера, наиболее значимые результаты, в которых были зафиксированы сразу после спуска с гор.

**Перспективы дальнейших исследований.** Предполагается определить взаимосвязь спортивного результата с уровнем физической подготовленности квалифицированных бегунов на средние дистанции, проживающих в разных климатических условиях.

#### **Список литературы**

1. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2013. – С. 486–514.
2. Самоленко Т.В. Использование тренировок в горных условиях в олимпийском годичном цикле подготовки в беге на средние дистанции / Т.В. Самоленко // Физическое воспитание студентов. – 2012. – № 3. – С. 103–107.
3. Суслов Ф.П. О повышении эффективности спортивной тренировки в условиях среднегорья / Ф.П. Суслов // Теория и практика физической культуры. – 1976. – № 12. – С. 48–51.
4. Суслов Ф.П. Подготовка спортсменов в горных условиях / Ф.П. Суслов, Е.Б. Гиппенрейтер. – М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2000. – 176 с.
5. Шестерова Л.Е. К вопросу о структуре построения годичного цикла тренировки квалифицированных бегунов на средние дистанции / Л.Е. Шестерова, Ту Яньхао / Современное состояние и тенденции развития физической культуры и спорта: мат-лы Всерос. заоч. науч.-практич. конф., 10 октября 2014 г. / НИУ «БелГУ»; под общ. ред. И.Н. Никулина. – Белгород : ИД «Белгород» НИУ «БелГУ», 2014. – С. 445–448.

### **ШУТЕЕВ В.В.**

*Харьковская государственная академия физической культуры*

## **ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ С ПОМОЩЬЮ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

**Аннотация.** Представлена общая структура понятия культуры, как явления и как процесса и в ее составе рассмотрена физическая культура, составляющая один из ее компонентов.

**Ключевые слова:** культура, физическое воспитание, физическое развитие.

**Введение:** В настоящее время ведется широкая дискуссия о сущности и содержании физической культуры. Это объясняется отсутствием единого общепринятого пониманием данного социального явления [1]. Построение современной теории физической культуры должна базироваться на основе теории деятельности в сфере физической культуры, а ее сущность должна отражать формирование целостного человека в свете соматопсихического и социокультурного компонентов [2]. Правильное определение содержания рассматриваемого понятия, которое выступает как социальное явления, и как непрерывно развивающийся процесс во многом объясняет причину активного рассмотрением данного вопроса в теории физической культуры. Высказываемые разногласия и споры в основном связаны с различной трактовкой содержания самого понятия культуры, либо недостаточно полного его раскрытия при анализе одного из ее составного компонента, которым выступает физическая культура.

**Цель исследования.** определить сущность понятия физическая культура на базе общих положений, лежащих в основе представления культуры, как философской категории.

**Задачи исследования.** Используя культурно исторический метод провести анализ научно-методической литературы относительно рассматриваемого вопроса.

**Результаты исследования.** Первоначальное содержание понятия культура (лат. Culture) трактуется как возделывание, репродуцирование, обрабатывание. Найдя свое широкое применение в самых различных областях деятельности человека и сферах его знаний этот термин наполнен частными представлениями, которые определили его содержание. Это существенно расширило его общность применения и усложнило понимание единство принципа построение частной структуры культуры и механизмов ее формирования.

Общую трактовку культуры, как философской категории, определяет социально-прогрессивная творческая деятельность человечества во всех сферах бытия и сознания, являющаяся диалектическим единством процессов в опредмечивания (создание ценностей, норм, знаковых систем и т.д.) и распредмечивания (освоение культурного наследия) направленная на преобразование действительности, на превращение богатства человеческой истории во внутреннее богатство личности, всемерное выявление и развития сущностных сил человека [3]. В более узком смысле принято говорить о материальной, духовной и физической культуре, а также о политической культуре, характеризующей меру социального развития личности.

Отмеченные составные компоненты культуры представляют взаимообусловленные формы сложившихся общественных отношений, которые обеспечивают устойчивую жизнеспособную совокупность людей. Сохраняя эти отношения или культуру взаимного общения сообщество обеспечивает необходимые условия сложившегося быта. Культура не может быть однородной по своему содержанию для всех членов общества.

Согласно исследованиям Д.Е. Тихомирова вопроса восприятия моральных и правовых норм, входящих в структуру культуры вся совокупность членов общества подразделяется на три категории внутреннюю или самодисциплинируемую, дисциплину из соображения выгоды и дисциплину по принуждению [4]. Такого рода статистическое распределение репродуцирования культурных ценностей в условиях протекающих социальных изменений резко обострило отношение членов общества к содержательной структуре культурных ценностей. При этом не только нарушилось равновесное соотношение между материальной, духовной и физической составляющей, общую структуру национальной культуры, но и содержание каждой из ее составляющих.

Каждый из составляющих компонентов общей культуры выступает интегральным показателем своих компонентов и их организационной структуры. Касаясь физической культуры, необходимо говорить о следующих ее компонентах: социальной среде, как формирующего фактора содержания и структурной организации физической культуры; ВУЗах как учреждений, выступающих хранителями репродуцирующими носителями физической культуры; носителях физической культуры, составляющих контингент учителей физической культуры, тренеров, инструкторов и других специалистов в области физической культуры и физического воспитания; и непосредственно продукта их труда, которыми выступают спортсмены, лица занимающиеся оздоровительной физической культурой. В классификации содержательной части каждого из составных компонентов физической культуры, необходимо вести их разделение на материальные, физические и духовные составляющие [5]. Касаясь только физического компонента необходимо выделить определяющие его составные, к которым относится физическое развитие, физическая подготовленность и физическое состояние. Каждое из выделенных составных частей содержания физической культуры представляют самостоятельные научные проблемы, в состав которых входит большое количество неразрешенных вопросов.

В заключении, касаясь заявленного названия статьи о формировании личностной физической культуры, следует отметить суть используемого термина «личностная» физическая культура или индивидуальный характер ее содержания. Так как физическая составляющая, в свою очередь, состоит из физического развития, физическая подготовленность и физического состояния, то формирование личностной физической культуры предполагает индивидуальные особенности физического развития. Особенности физического развития предполагают предрасположенность соматотипа к специфическим видам двигательной деятельности, что служит оценкой его двигательной одаренности и повышенной доступности к определенному характера сложнокоординационной деятельности. Вторая сторона личностной физической культуры является физическая подготовленность или уровень обученности и доступный арсенал усвоенной двигательной деятельности. Из психологического компонента, входящего в физическую культуру характеристика личностной физической культуры является мотивационная

составляющая и целевая направленность интересов к освоению физической культуры.

**Выводы.** Таким образом, специфика проявления мотивационных интересов к физической культуре состоит во врожденной предрасположенности к специфической форме двигательной деятельности, уровня физической подготовленности, физического развития которые определяют формирование качественного содержания и степень выраженности личностной физической культуры. Все отмеченные характеристики физической подготовленности с учетом индивидуальных возможностей определяют личностную структуру физической культуры и меру ее отдаленности относительно модального значения, или степень присущей ее маргинальности.

Понятие личностной физической культуры имеет достаточно сложную структуру проявления и качественной направленности своего содержания. Этот вопрос остается недостаточно раскрытым в современной теории физической культуры и растущие требования индивидуализации подхода к физическому развитию и физической подготовки определяет необходимость его всестороннего изучения.

Одним из направлений в этой области является разработка специальных признаков сематических пространств, в которых возможно осуществлять упорядоченное представление разновидностей проявления физической культуры, что и является предметом **дальнейших проводимых исследований в данном направлении.**

#### **Список используемой литературы**

1. Сутула В.А. Теория физической культуры: научный миф или реальность? / В. А. Сутула, Г. В. Власов // Теория и практика физического воспитания. – 2013. – № 5. – С 10–14.

2. Николаев Ю.В. Общая теория и методология физической культуры: контуры нового человеческого измерения / Ю.М. Николаев // Теория и практика физической культуры. – 2005. – № 11 – С. 9–11.

3. Фролов И.Т. Философский словарь / И.Т. Фролов // М. изу. полит. литер. – 1987 – С.225–227.

4. Тихомиров Д.Е. Психология восприятия моральных и правовых норм / Д.Е. Тихомиров // Киев: «Знание» УССР. – 1978 – 47с.

5. Друзь В. А. Физическая культура, как часть общего социального наследия / В.А. Друзь, Я.И. Пугач, С.С. Пятисоцкая // Физическое воспитание студентов – 2010. – № 2.– С. 72–76.