

культури. В процесі занять гімнастикою та хореографією у фахівців з фізичної культури відбувається розвиток таких якостей, як цілеспрямованість, рішучість, наполегливість, впевненість в собі, витримка, самостійність, сміливість, що мають позитивний вплив на формування особистісного потенціалу майбутнього педагога. Крім того, саме заняття гімнастикою та хореографією допомагають студентам виразити своє «Я», розкрити власну індивідуальність, передати настрій, емоції, думки, а також виступають могутнім засобом формування світогляду студентів [4].

Висновки. Отже, нами було доведено, що в сучасному освітньому процесі заняття гімнастикою та хореографією мають великі здоров'язберігаючі можливості. Являючи собою єдність фізичного, психічного, духовного та соціального здоров'я заняття гімнастикою та хореографією забезпечують формування фізично здорового, активного, духовно багатого фахівця з фізичної культури.

Список джерел інформації.

1. Айунц, Л. Р. (2008). Гімнастика. (Коротко про головне). Методичні матеріали до теоретичної підготовки студентів факультетів фізичного виховання і спорту. Житомир.
2. Владімірова, О. В. (2009). Хореографічні вправи, як невід'ємний реабілітаційний захід в сучасних профілактично-оздоровчих центрах. Режим доступу: <https://www.sportpedagogy.org.ua>.
3. Вплив занять хореографією на формування здорового способу життя. Режим доступу: <https://vseosvita.ua/>.
4. Горських, Ю. В. (2016). Гімнастика в хореографії. Суми.
5. Ткаченко, І. О. (2018). Естетична гімнастика в хореографії: історія, теорія, практика. Суми.

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ ЯК ЗАСІБ ЕСТЕТИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Церетелі В.О, Ширяєва С. В., Юрченко В. Б.

*Національний технічний університет
«Харківський політехнічний інститут»
Україна, м. Харків, viktoriya.tsereteli@gmail.com*

Анотація. Дослідження спрямоване на виявлення значущості фізичної культури і спорту на естетичне виховання.

Ключові слова: естетичне виховання, фізична активність, фізичні навантаження, талант, види спорту.

Вступ. Вплив навколишнього середовища на процес тренування дуже великий. Разом з тим, естетичний вплив цього середовища має тенденцію до зниження.

Залишаючись відносно постійною протягом деякого часу, втрачається естетичний вплив, зберігаючи свій вплив лише на новачків. Естетичні чинники стосуються перш за все спорту, але в принципі так само йде справа і на звичайних заняттях фізичною культурою, рухливими іграми, хоча в них ці фактори проявляються не так яскраво. Кожен вид спорту має свої специфічні засоби естетичного впливу, хоча естетичні достоїнства в різних видах спорту не однакові за силою і виразності. Розуміння тренером і спортсменом суті естетичних процесів спортивного тренування має величезне значення. Спочатку естетична діяльність спортсмена носить репродуктивний характер, тобто в основному базується на оволодінні такими руховими навичками, які вироблені людською практикою. Але вже на цьому ступені здійснюється процес естетичної оцінки статури і руху спортсмена, формуються естетичні уявлення, і цілеспрямоване виховання у спортсменів прогресивних естетичних смаків, ідеалів, розвиток уявлень про дійсних естетичних цінностях, перш за все в тому виді спорту, по якому вони спеціалізуються, набуває особливого значення.

Виділяють наступні естетичні моменти, які є педагогічно доцільними для розкриття краси спорту:

- майстерність виконання самих спортивних рухів;
- красива статура і вміння володіти тілом;
- краса моральної поведінки спортсмена;
- краса колективних дій;
- творча діяльність спортсменів;
- естетика умов проведення занять з фізичного виховання.

Мета дослідження. Виявити вплив фізичної культури і спорту на розкриття таланту, здібностей людини та його прагнення до прекрасного.

Результати дослідження та їх обговорення. Для розвитку естетичного смаку в конкретній сфері спортивної діяльності необхідно розширювати особистий досвід спортсмена і тренера за обраною спеціальністю та суміжних з нею областей спорту, так як оцінка естетичної цінності залежить від минулого досвіду суб'єкта, його кругозору в конкретній галузі.

Кожен вид спорту — певний і неповторний шлях перетворення тіла людини за законами краси. Спорт має два взаємозалежні результати. Зовнішній — у вигляді секунд, оцінок, окулярів, голів і внутрішній — у вигляді доцільних форм і функцій організму, що ведуть до гармонійному фізичному розвитку людини.

Бокс. Часто цього виду спорту відмовляють в позитивній естетичній оцінці. Помилка носять масовий характер, навіть тренери з боксу не вважають цей вид естетично виразним. У боксі, дуже динамічному, гостро композиційному виді спорту внутрішній зміст рухів, тактика, розрахунок виливаються в форму ведення бою, забарвлену естетично, індивідуально, в залежності від особистості і технічних даних спортсмена. Все створюється кожен раз заново: малюнок руху, композиція поединку, стиль поведінки, зовнішній образ дій спортсмена.

Спортивні ігри сприяють різнобічному розвитку спортсменів. Сильні, витривалі, швидкі в своїх реакціях гравці мають прекрасну координацію, добре розвинену здатність орієнтуватися в навколишньому середовищі, самовладання.

Зростання, фізичний розвиток і статура у них можуть бути різними в залежності від виду спорту. Баскетболісти, як правило, дуже високого зросту, що зазвичай пояснюється попереднім відбором. Мускулатура у них розвинена нерівномірно: сильніше на ногах, менше на руках. Підшкірний жировий прошарок на спині і животі товщі, ніж на руках. Волейболісти мають високий зріст і прекрасну гнучкість, але у них буває асиметрія розвитку мускулатури за рахунок потужних м'язів «руки, що б'є» і сусідніх м'язів спини. У спортсменів, які не намагаються зберегти гармонійне статура, зустрічаються незначні викривлення хребта. Гандболісти знаходяться в проміжку між бігунами на короткі і середні дистанції і метальниками. У них широкі груди, добре розвинені ноги і плечовий пояс. Особливості атлетичної статури спортсменів визначаються характером їх рухів: численними пробіжками і кидками м'яча.

Технічні види спорту (картинг, автомобільний, мотоциклетний, планерний, стрілецький та ін.). У цих видах спорту роль генератора руху перенесена з м'язів на двигун машини. У людини залишається лише функція управління. Тут на перший план виступає естетичну насолоду красою змісту явищ або предметів. Заліплене брудом особа мотогогонщика — переможця кросу не заважає нам насолоджуватися красою його мужності і сміливості. Внутрішня краса спортсмена може підкреслено відсутністю у нього зовнішньої краси. У технічних видах спорту немає основного стимулу для перетворення статури. Захоплюючись ними, потрібно систематично займатися атлетичними видами спорту. Це ж стосується любителів шахів і шашок. Фізичні вправи стають стимулятором творчої діяльності в самій грі.

Фізична культура і спорт як засіб естетичного виховання мають багато спільного з мистецтвом. У спорті на сучасному етапі зростають естетичний потенціал і художня виразність, і їх діапазон продовжує розширюватися. Все частіше виникають суперечки про те, мистецтвом чи спортом є фігурне катання на ковзанах, художня гімнастика або шахи. У сучасному спорті зростають технічний рівень і значимість краси рухів композиції та атрибутики. Спорт дає мистецтву цілющий заряд, а мистецтво ділиться зі спортом красою, образністю, виразністю і святковістю. Спорт близький до мистецтва перш за все своїм етичним, моральним змістом. Він, як і мистецтво, пропонує нам якусь модель людського буття, очищену від всього випадкового, другорядного, демонструє такі межі емоцій, таку їх загостреність, про яку мистецтво часом тільки мріє. У кращих творах мистецтва спорт постає як вираз максимальних можливостей людини, його творчого розквіту, його «зоряного часу». Спортсмени високого класу, що мають активну життєву позицію, є моральним орієнтиром для молоді і відіграють важливу роль у вихованні у молодих людей почуття патріотизму.

Висновки. Мистецтво і спорт розширюють, поглиблюють естетичний досвід людства. Вони дають людям можливість естетично пережити те, що людина в силу обмеженості свого особистого життєвого досвіду пережити б не могла. Так уболівальник, спостерігаючи за майстрами, переживав, їх сутичку і мимоволі отожднює себе з ними. У спорті кожен новий рекорд, особливо світової, приголомшує і сприймається як щось піднесене. Спорт і мистецтво роблять «естетичний погляд» людей більш проникливим і чутливим, тобто перетворюють у загальне надбання досвід найбільш «зіркових» і талановитих людей. Спорт і мистецтво

цілеспрямовано організують естетичний досвід людства. Ми стикаємося в житті з естетичними цінностями, а мистецтво і спорт це долають, розставляючи на шляху людини естетично значущі «віхи».

Список джерел інформації.

1. Tsereteli V.O. (2013). Osoblyvosti provedennja zanjat' z fizychnogo vyhovannja zi studentamy special'noi' medychnoi' grupy. Tezisy i stat'i mezhdunarodnoj jelektronnoj nauchno-prakticheskoi konferencii «Aktual'nye problemy fizicheskogo vospitanija i sporta, zdorovogo obraza zhizni i professional'no-prikladnoj fizicheskoi podgotovki», 5.
2. Tsereteli V.O., Tsereteli D.N., Onischenko B.O. (2014). Sostojanie pedagogicheskikh innovacionnyh processov v otrasli fizicheskaja kul'tura i sport. Suchasni tehnologii' v galuzi fizychnogo vyhovannja, sportu ta valeologii': El. zbirn.nauk.prac' VIII mizhn. nauk. – metod. konf. Akademiya VV MVS Ukraїny, 5.
3. Jaremenko O., Balakireva O., Vakulenko O. (2009). Formuvannja zdorovogo sposobu zhittja molodi. Problemi i perspektivi. K.: Ukraїns'kij institut social'nih doslidzhen', 374.