

Міністерство освіти і науки України
Комітет з фізичного виховання і спорту МОН України
Сумська обласна державна адміністрація
Управління молоді та спорту Сумської обласної державної адміністрації
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Тартуський університет (Естонія)
Сумський державний університет



**ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ
В СИСТЕМІ ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ФАХІВЦІВ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ
VI МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
(Україна, Суми, 18–19 квітня 2019 року)

Суми
Сумський державний університет
2019

ТІЛЕСНІСТЬ ЛЮДИНИ ЯК ФЕНОМЕН ІІ ФІЗИЧНОГО ВДОСКОНАЛЕННЯ

Возний А. П., к.філос.н., доц.,
Чернецький І. В., студ., Томашевська К. О., студ.
Сумський державний університет
vozniy.andrii.p@gmail.com

Вступ. Сучасна філософська рефлексія тілесності, на наш погляд, схиляється до розгляду її сутності, яка має своє особливе буття і просторові виміри. При цьому тілесність розуміється не як об'єкт, не як сума органів, а як особливе утворення – неусвідомлений горизонт людського досвіду, постійно існуючий до всякого певного мислення. У проблемне поле сучасного філософського аналізу даного питання входить вивчення кордону тілесності і людського тіла, діалектики зовнішнього і внутрішнього рівнів тілесності, свободи і детермінованості тілесної організації людини в різних типах культур. У гносеологічному контексті введення поняття «тілесність» в науковий арсенал має методологічне значення, оскільки дане визначення теоретично включає в себе два полюси бінарної опозиції души і тіла. Крім того поняття «тілесність» формує єдиний простір, що дозволяє вивчати індивідуально-психологічні та соціокультурні вираження людської сутності в результаті онтогенезу, особистісного зростання, а в широкому сенсі - історичного розвитку.

Кінцева мета виховання і освіти полягає в тому, щоб виховати духовно і фізично розвинену людину. Досягти такого рівня розвитку практично неможливо, якщо випробовуваний особисто не зацікавлений в самовдосконаленні своїх індивідуальних якостей і особливостей. Тому розробка методів самовдосконалення людини стають актуальною проблемою антропологічних наук.

Мета. Дослідити практичну значимість тілесності людини як феномену її фізичного вдосконалення.

Для реалізації поставленої мети було встановлено взаємозв'язок тілесного, духовного та ментального, а також досліджено динаміку зміни людської тілесності під впливом занять фізичною культурою та спортом серед студентської молоді.

Виклад матеріалу дослідження. В Новітній час тілесність людини набула статус філософської категорії. Із багатьох її значень на першому місці знаходяться філософсько-антропологічний вимір, який позначає есенціальний та екзистенціальний атрибут людини, що входить до категорій «фізіологічне», «природне», «психічне», «духовне», «соціальне», «культурне», «гарне», і тому знаходить місце в просторі чуттєво-естетичного відношення. При цьому існує немало людей, які без особливого бажання приймають тілесний «образ себе», розуміючи, що їх тіло формально та функціонально знаходиться з іншого боку краси. Фрустрації, що виникають в наслідок своєї «фізичної недосконалості», направляють частину людей до спортивного тренування свого тіла [1].

Фізична досконалість неможлива без моральної, естетичної, інтелектуальної досконалості особистості, але й будь-яка із названих характеристик не можлива без досконалості фізичного характеру. У цьому випадку постає питання про критерій всебічно розвинутої особистості, яка пов'язана з її творчим характером або зі здібністю особистості до самореалізації та самоутвердження.

У формуванні такої людини велике значення має якісний бік фізкультурної діяльності, де панує єднання ідеальної (духовної) і фізичної (рухової) складових, пов'язаних з одухотворенням тілесності. Тому потреби в руховій діяльності мають високу цінність для людини, соціальної групи та суспільства в цілому [2, 147–152].

Зв'язок між душею та тілом людини полягає в сутності людської тілесності та її взаємозв'язку з навколишнім середовищем. Справа в тому, що в поняття тілесність входить

набір інформаційних, енергетичних та системно-структурних властивостей людського організму.

Нами було проведено дослідження, яке ґрунтувалося на анонімному анкетуванні студентів Медичного інституту. У опитуванні взяли участь 123 респонденти, із яких 79 дівчат та 44 хлопці, які шляхом анонімного он-лайн голосування відповіли на такі питання : «Як часто ти займаєшся спортом?», «Чи допомагають заняття спортом знімати стрес?», «Чи відоме вам поняття філософія тілесності. Чи існує вона насправді?».

На перше питання, «як часто ти займаєшся спортом?» 15,4% респондентів відповіли, що роблять це самостійно щодня, 35%, що відвідують декілька разів на тиждень спортзал. Для 21,95% заняття обмежуються лише уроками фізичного виховання, а ще 22,8% вважають спортом піші прогулянки вранці до інституту. А 4,85% респондентів повідомили, що ніколи не займаються спортом.

На питання, «чи допомагають заняття спортом знімати стрес?», дали ствердзувальну відповідь 61% анкетованих. 9,8% стверджували, що стрес заняттями не знімається, а 29, 3%, що знімають стрес іншим чином. На третє питання «Чи відоме вам поняття філософія тілесності. Чи існує вона насправді?». «Так, чув. Існує» - дали відповідь 26,83 % анкетованих. «Так, чув. Не існує»-5,69%. «Ні, не чув. Але, якщо кажуть, то існує»,-37,39%. «Ні, не чув. Я в таке не вірю», - відповіли 30,08% респондентів.

Висновки. У науковому дослідженні наведено теоретичні узагальнення і нове рішення проблеми тілесності людини, як феномену фізичного самовдосконалення. Підводячи підсумки, помічено залежність, що відсоток тих, хто ніколи не чув та не вірить в філософію тілесності (30,08%) дорівнює відсотку тих, хто ніколи чи майже ніколи не займається спортом (28,1%). Усім відомий крилатий вислів Децима Юнія Ювенала «*Mens sana in corpore sano*», що означає «в здоровому тілі здоровий дух». Але більшістю досліджень доведено, що саме психологічний стан, фактор мотивації, стресогенні чинники мають великий вплив на здоров'я людей. Саме ці поняття

об'єднує термін «тілесність». Підсумовуючи отримані дані, маємо такі значення даного поняття: а) тілесність – це субстрат людської життєдіяльності, що являє собою багатовимірне утворення, яке існує в трьох вимірах : біологічне (природне) тіло, внутрішня тілесність, зовнішня тілесність і конструюється на їхньому перетині; б) тілесність, на наш погляд, - це набір інформаційних, енергетичних, системно-структурних та функціональних властивостей, що належать кожній окремій біосистемі людини; в) людина за своїми основними сутнісними характеристиками – тілесно-соціальне утворення.

Таким чином, виникнення терміну «тілесність» закономірно. Він служить для подолання дуалізму душі-тіла, можна сказати, використовуючи термінологію В. П. Зінченко, - одухотворення тіла і отілеснення душі. По своїй суті тілесність людини представляє собою дуже складний феномен, який можна представити на рівні психологічного, духовного та ментального рівнів. На нашу думку, людина це істота, яка здатна і визначати, і проходити межі будь яких своїх визначень, так як визначеність людини, крім всього іншого, залежить від її волі, а це означає, що будь-яка її визначеність не є кінцевою. З часом вона може бути скасована суб'єктом волі. Воля людини здатна перетворювати будь-яку визначеність людини у невизначеність. Людська тілесність у світі, таким чином, постає як щось багатогранне, невизначене, пластичне, яке дає перетворення за допомогою гуманотехнологій. Тому тілесність – це змістовна складова людини, що забезпечує саму можливість соціального буття. Феноменом є той факт, що власне тілесність здійснює важливий вплив на фізичне вдосконалення людини.

Література

1. Косяк В. А. Эстетические Интерпретации телесности и спорта. Сумы: ФЛП Цема С. П., 2016. 140 с.
2. Моисеев Н. Н. Современный рационализм и мировоззренческие парадигмы. ОНС. 1994. №3. С. 147–152.