

3. Малахов Г.П. Современные дыхательные методики /Г.П. Малахов. – Донецк: Сталкер, Генеша, 2006. – 253 с.
4. Кривцун, В.П. Теоретическое обоснование модифицированных дыхательных упражнений А.Н. Стрельниковой и К.П. Бутейко /В.П. Кривцун //Наука – образованию, производству, экономике: материалы XVIII (65) Региональной науч.-практ. конф. преподавателей, научных сотрудников и аспирантов, Витебск, 13–14 марта, 2013 г., – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2013. – Том 1. – С. 516–518.

КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ПОДХОДЫ К ПОНЯТИЮ «ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

*Л.Н. Кривцун-Левшина
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

Оздоровительная физическая культура (ОФК) все больше привлекает к себе внимание ученых и практиков, что обусловлено современным уровнем развития экономических, образовательных, экологических и медико-биологических сторон жизни общества. Эффективность ее функционирования во многом зависит от разработки научной базы, где ведущими вопросами являются сущность и понятие этого социального явления.

Цель исследования: проанализировать существующие в научной литературе подходы к пониманию сущности оздоровительной физической культуры и на этой основе дать ее современное определение.

Материал и методы. Теоретическим материалом исследования стали концепции ведущих специалистов в области теории физической культуры. В качестве методов исследования применились: анализ литературных источников, онтологический и структурно-функциональный анализ.

Результаты и их обсуждение. В научной литературе имеются следующие подходы к пониманию сущности ОФК:

- **утилитарный**, рассматривающий ее как повседневное выполнение утренней гимнастики, игр на воздухе, применение физических упражнений для оздоровления [1];
- **структурный**, выделяющий ОФК в структуре физической культуры наряду с базовой, бытовой, производственной, профессионально-прикладной, спортивной, гигиенической физической культурой [2], физической рекреацией и двигательной реабилитацией [3]; как систему организационно-методических мероприятий по приобщению человека к занятиям физическими упражнениями, включающую гигиеническую, оздоровительно-рекреативную физическую культуру, управленческие основы, материально-техническое и кадровое обеспечение [4];
- **функциональный**, выявляющий ее ролевую направленность в целом или ее компонентов, преследующих цель укрепление и сохранение состояния здоровья человека [5];
- **структурно-функциональный**, рассматривающий ее как процесс и результат использования видов, форм, средств и методов физической культуры по оптимизации двигательного режима, укреплению здоровья, развитию физических, психических и духовных возможностей людей для их эффективного функционирования в различных сферах жизнедеятельности. В этом контексте ОФК включает производственную, оздоровительно-рекреативную и оздоровительно-реабилитационную физическую культуру [6].

Высказывается мнение, что ОФК не является частью физической культуры, поскольку ее виды - физическое воспитание, спорт, физическая рекреация, двигательная реабилитация, физическая подготовка, физическое развитие, профессионально - прикладная физическая подготовка выполняют оздоровительную функцию [7].

При всем разнообразии подходов к рассматриваемому явлению его атрибутивными свойствами остаются культурологические, деятельностные, структурные и функциональные. В этой связи методологическим основанием понимания сущности ОФК выступают онтологический и структурно-функциональный анализ, позволяющие определить родовые основы данного явления с позиции теории систем, культуры и деятельности. Взаимосвязь данных теорий в рассматриваемом контексте находятся в диалектическом единстве: - жизнедеятельность человека проявляется в активном преобразовании социальной и

естественной природы для удовлетворения своих материальных и духовных потребностей; - их многообразие обуславливает возникновение видов деятельности – функционально-предметных форм целесообразной активности человека; - удовлетворение потребностей, т.е. достижение результата деятельности, обусловлено сопряженными действиями, средствами, формами и условиями, т.е. воспроизведением комплекса элементов и компонентов ее структуры, связей между ними, образующих системность ОФК.

Заключение. На всех этапах развития общества существует потребность в физически и психически здоровых его членах, удовлетворение которой зависит от оптимального соотношения основных процессов жизнедеятельности людей: их биологического, физического, психического и духовного развития. В этой связи анализ явления и разработка категории «оздоровительная физическая культура» должны учитывать наличие связи между следующими факторами: ♦ уровнем развития адаптационных возможностей организма человека к воздействию природной, социальной и производственной среды; ♦ уровнем физической и психической подготовленности, необходимых для оптимального выполнения учебных, трудовых, бытовых и социальных функций; ♦ необходимостью обеспечения его природных двигательных потребностей, нереализованных в современном способе жизнедеятельности и возникновения на этой основе гиподинамии, гипокинезии; ♦ значительными психоэмоциональными напряжениями во всех сферах жизни; ♦ необходимостью в коммуникативных связях в процессе различных видов деятельности; ♦ существующими в обществе условиями дальнейшего физического и духовного совершенствования человека. Перечисленные факторы очерчивают параметры сложившихся способов удовлетворения потребностей по преобразованию биологической и социальной природы человека посредством физических упражнений. Следовательно, оздоровительная физическая культура – это подсистема физической культуры, представляющая собой целесообразный процесс и его результат по использованию средств, методов и форм физической культуры и функционально необходимых видов деятельности с целью оптимизации двигательного режима, улучшения и сохранения здоровья, развития физических, психических и духовных возможностей человека для его эффективного функционирования во всех сферах жизнедеятельности. ОФК включает в себя лечебно-реабилитационную, производственную и оздоровительно-рекреативную физическую культуру, которые обеспечиваются научной, научно-методической, педагогической, физкультурной, агитационно-пропагандистской, управленческой, материально-финансовой и медицинской видами деятельности, обладающими своим компонентным составом предметно-функциональной направленности [8].

Список литературы

1. Энциклопедия физической культуры. – М.: Наука, 1972. – С.176.
2. Сулимцев Т.И. Содержание понятия «оздоровительная физическая культура» (гносеологический анализ)/Т.И.Сулимцев//Теоретико- методологические вопросы понятийного аппарата в сфере физического воспитания и спорта: матер. всесоюз. симпозиума.- Малаховка, 1991. – С. 119–120. – Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. Заведений / Ж.К. Холодов, В.С., Кузнецов. – 2-е изд., испр.и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – С. 433.
3. Теория и методика физической культуры: Учебник /Под. ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт, 2003. – С. 299 – 309.
4. Безносиков, Е.Я., Морозов В.И. Теория и методика оздоровительной физической культуры: пособие для слушателей ФПК/ Е.Я. Безносиков, В.И. Морозов. – Минск, 1992. – С. 3–9.
5. Сахно, А.В. Оздоровительная физическая культура: фантом или реальность / А.В.Сахно // Теоретико-методологические вопросы понятийного аппарата в сфере физического воспитания и спорта: матер. всесоюз. симпозиума. - Малаховка, 1991. – С. 111–112.
6. Фурманов, А.Г. Оздоровительная физическая культура: Учебник для студентов вуза / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. – Мн.: Тесей. 2003. – С. 9–10.
7. Матвеев, Л.П. Что же это такое - "оздоровительная физическая культура"? /Л.П.Матвеев // Теория и практика физической культуры, 2005.-№11. – С. 21–24. - Бочкарева, С.И. Физическая культура: Учебно-методический комплекс / С.И. Бочкарева, О.П. Кокоулина, Н.Е. Копылова и др. – М.: Изд. центр ЕАОИ, 2008. – С. 178–120.
8. Кривцун-Левшина, Л.Н.Теоретические основы оздоровительной физической культуры: учебное пособие / Л.Н Кривцун-Левшина, В.П.Кривцун. – Витебск: изд-во УО «ВГУ им. П.М. Машерова», 2004. – С. 29–30.