

Вржесневський І.І. ФІЗИЧНІ МОЖЛИВОСТІ І ФІЗИЧНІ ЗДІБНОСТІ: ДО МЕТОДОЛОГІЇ РОЗРІЗНЕННЯ / І.І. Вржесневський, М.А. Веліченко, В.В. Трямкін / Фізичне виховання в контексті сучасної освіти: матеріали VIII Всеукраїнської науково-методичної конференції. – К.: НАУ, 2013. – С. 45-48.

ФІЗИЧНІ МОЖЛИВОСТІ І ФІЗИЧНІ ЗДІБНОСТІ: ДО МЕТОДОЛОГІЇ РОЗРІЗНЕННЯ

Вржесневський І.І., Веліченко М.А., Трямкін В.В.

Фізичні здібності є специфічним видом об'єктивних і суб'єктивних можливостей, генетично закладених в індивіді. Це мікровимір фізичних можливостей. Але зміст, функціональний потенціал і перспективи розвитку фізичних здібностей не обмежуються цим мікровиміром.

У більш широкому розумінні, тобто на макрорівні теоретичної рефлексії, фізичні можливості людини треба розглядати у більш широкому соціокультурному горизонті.

На макрорівні йдеться передусім не про фізичні здібності суб'єктів фізичного виховання, а про складно структурований потенціал тілесно-соматичного розвитку людини. У визначенні цього потенціалу вже йдеться не тільки і не стільки про індивідуальні фізичні здібності і задатки, але й про суспільно створені умови їх розвитку, які включають не тільки тренувально-спортивну інфраструктуру, а й певні алгоритми життєтворчості та забезпечення життєдіяльності.

Розробка стратегії оновлення фізичного виховання студентів в Україні повинна передбачати філософське осмислення його основних трансформацій та еволюційних тенденцій, що у свою чергу, обумовлює звернення до філософсько-антропологічних передумов та чинників, що впливають на характер названих процесів. У цьому контексті, питання вдосконалення та уточнення понять і термінів має наукове, навчальне і практичне значення. Важливим є, на наш погляд, і визначення місця поняття «фізичні можливості людини» як у термінології фізичної культури, так і у філософсько-антропологічному сенсі.

У фізичному вихованні розглядаючи процеси, що проходять у організмі людини під впливом фізичних (тренувальних) навантажень для характеристики конкретних складових фізичного стану людини прийнято використовувати терміни «фізичні здібності» та «фізичні якості» людини.

Ці терміни науково обґрунтовані провідними фахівцями фізичної культури (хоча і у спеціальній літературі присутні деякі інтерпретації та трактовки) та мають важливе практичне значення.

З точки зору сучасної диференціальної психофізіології загальні здібності розглядаються як сукупність потенціальних (генетичних) психофізичних властивостей людини, які визначають її здатність до діяльності як фізіологічної активності без специфікації цієї активності. Часткові здібності – це різні прояви загальних. Виходячи з постулату Б.М. Теплова (1955) – людини, що не здібна до будь-якої конкретної діяльності немає. Ще у XVIII віці Тома Тебе поділяв здібності на розумові та фізичні. Дискусія щодо генезиса і сутності фізичних, або рухових, здібностей триває і досі. Найбільш розповсюджена трактовка Л.П. Матвєєва: «фізичні здібності, як і рухові здібності, являють собою свого роду комплексні утворення, основу яких складають фізичні якості, а форму прояву – рухові вміння й навички». Таким чином, рухові якості можливо розглядати, як якісні характеристики рухових здібностей. Філософський енциклопедичний словник 1983 р. трактує фізичні здібності, як сукупність рухових природних та досягнутих можливостей, за допомогою яких можливо здійснювати різні за структурою і дозоровкою навантаження. Ю.Ф.Курамшин розглядає фізичні здібності як комплекс морфологічних та психофізіологічних властивостей людини, що відповідають вимогам будь-якого виду м'язової діяльності та забезпечують ефективність її виконання. Усі ці визначення практично ідентичні і підкреслюють спадковість та здатність до тренування рухових здібностей.

Однак ці визначення досить статичні, хоча тут і з'являється термін «можливості». Термін «фізичні можливості» використовувався як багаторівнева характеристика стану здоров'я і фізичної працездатності людини В.В. Петровським, Л.П. Матвєєвим, Т.Ю. Круцевич та інш. Але тут не враховано соціально-економічних чинників та індивідуальних перспектив. Загалом у спеціальній літературі поняття «фізичні можливості» використовують там де більш конкретних, але маючих визначену межу термінів «рухові здібності» та «рухові якості» недостатньо. У той же час,

визначення фізичних можливостей для людини має особистісне значення. Фізична культура, якщо розглядати її в руслі загальноцивілізаційного процесу, має тісний зв'язок з антропосоціогінезом, з визначенням перспектив людини та людства. У цьому контексті фізичні можливості людини є важливим чинником людиновимірності у сучасному суспільстві.

Усвідомлення фізичних можливостей (рівень потенційної репрезентації тілесності) та пізнання фізичних здібностей (актуалізація можливостей) тісно пов'язані між собою і включаються у досвід самопізнання особистості. Фізичні можливості пов'язані з обґрунтуванням перспектив людини. Вони обумовлюються не лише природними, а й соціальними і культурними чинниками. Так заради реалізації індивідуальних цілей людина може знехтувати своїм фізичним тілом, поступитися часткою їжі, сном, гігієною, здоров'ям. Подібний підхід, у контексті (віртуального світу) інформаційного суспільства, часто приводить сучасну людину до феномену (зради тіла). Пізнання фізичних можливостей дозволяє людині сконструювати певний ідеал тілесного розвитку як ціль фізичного виховання. Філософські, педагогічні та психологічні теорії фізичних здібностей фіксуються не на перспективі людства, а на його структурних елементах (так у теорії фізичного виховання прийнято казати про швидкісні здібності, силові здібності, координаційно-рухові здібності та інш.). Разом з тим фізичні здібності констатують потенціал фізичних можливостей.

На нашу думку, фізичні можливості обумовлені чинниками соціокультурного буття, отже можуть розглядатися як комплекс антропологічних, адаптаційних та психофізіологічних властивостей людини, що свідчить про резерви функціональних систем її організму та визначають перспективні межі її фізичних здібностей, які не в останню чергу соціокультурно обґрунтовані. Наявність цієї індивідуальної межі нагадує викладачу фізичного виховання що фізичні можливості студентів не однакові та не безмежні, що, як казав Гольбах, людина – творіння природи, не вільне від неї і нею обмежене. Тож, вимоги до виконання фізичних вправ і навантажень не можуть бути жорстко уніфіковані. У цьому контексті конкретизуємо загальну мету фізичного виховання у ВНЗ – активувати мобілізацію фізичних можливостей студентів для оптимальної адаптації до умов зовнішнього середовища (з урахуванням вікової динаміки).