

Широка С. І., виконуюча обов'язки декана
гуманітарно-правового факультету, к.філос.н., доцент
Національний аерокосмічний університет імені М. Є. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут»,
м. Харків, Україна

ФІЛОСОФСЬКЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ВАЖЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ

Анотація. Надано філософське обґрунтування важливості фізичної активності в освітньому процесі. Виявлено її позитивний вплив на навчальні досягнення у здобувачів вищої освіти.

Ключові слова: здобувачі вищої освіти, здоров'я, освіта, соціалізація, фізична активність, філософія,

Вступ. Філософія – це наука, світогляд, метод, методологія, логіка та теорія цінностей, що виконують гносеологічну, світоглядну, аксеологічну і багато інших функцій.

Освіта є суспільним процесом розвитку і саморозвитку особистості, що пов'язаний з оволодінням соціально значущим досвідом, втіленим у знаннях, вміннях, навичках творчої діяльності, чуттєво-ціннісних формах духовно-практичного освоєння світу. Освіта – це, насамперед, процес суб'єкт-суб'єктної взаємодії педагога і здобувача вищої освіти, спрямованої на передачу знань, формування вмінь та навичок, виховання культури мислення й почуття, здатності до самонавчання і самостійної життєтворчої діяльності [4].

Динаміка змін світової цивілізації обумовлює трансформацію всіх сфер соціального життя та його інститутів. Ця ситуація безпосереднім чином актуалізує переосмислення мети, завдань і характер освіти, яка завжди виступає головним каналом історичної трансляції культурних цінностей і детермінантом соціального прогресу. Однак прогрес – не лише сходження по «прямій лінії», він має різні вектори спрямування. Чому так відбувається, потрібно багато вчитися і знати. Звідси – актуальність освіти, яка сьогодні, як ніколи, виходить на перший план життя глобалізованого суспільства, ставлячи методологічні, світоглядні, теоретичні питання, які раніше не існували. Їх вирішення унеобхіднює дослідити сутність і зміст освіти з позицій філософії. У цьому контексті актуалізується значення філософії освіти як особливої сфери філософії, спеціалізованої на проблемах освіти вписаних у мінливу сучасність.[5].

Сучасна людина живе в умовах, що негативно впливають на стан її фізичного та психічного здоров'я.

II Всеукраїнська науково-практична конференція
«АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, СПОРТУ, ЗДОРОВОГО СПОСОБУ
ТА ЯКОСТІ ЖИТТЯ РІЗНИХ ВЕРСТВ НАСЕЛЕННЯ»

Здоров'я як феномен інтегрує чотири його складники: фізичну, психічну, соціальну та духовну. Вони тісно взаємопов'язані і лише разом визначають стан здоров'я людини [1].

За даними М. І. Лук'янченко [2], здоров'я кваліфікують як філософську категорію.

На думку О. В. Городецького [1], поширення практики здорового способу життя серед населення є, безперечно, ключем для рішення багатьох проблем сучасного життя та запорукою процвітання у майбутньому.

Як визначають В. П. Чаплигін, В. І. Терещенко [5], здоровий спосіб життя – це спосіб життя певної людини, що спрямований на зміцнення здоров'я та профілактику виникнення хвороб.

Фізична активність завжди відігравала ключову роль у збереженні здоров'я та психічного благополуччя людини. Проте, у сучасному світі, де технології все більше витісняють фізичну працю та активний спосіб життя, питання важливості фізичної активності в освітньому процесі стає надзвичайно актуальним.

У сучасному освітньому процесі фізична активність відіграє ключову роль у формуванні повноцінної особистості. Зростання інтересу до фізичного здоров'я та спорту в останні роки стає не лише тенденцією, але й необхідністю. Важливо розуміти, що фізична активність не є просто рухом, але й засобом самовираження, саморозвитку та формування дисципліни.

Освітній процес не може бути обмеженим лише когнітивними аспектами. Фізична активність має величезний потенціал у покращенні когнітивних функцій та загального навчального успіху учнів. Крім того, фізична активність сприяє формуванню дисциплінованості, витривалості та командного духу, які є важливими якостями для успішної соціалізації та подальшої професійної діяльності фахівця.

Підсумовуючи, фізична активність відіграє ключову роль у формуванні повноцінної особистості, сприяючи не лише поліпшенню фізичного, але й психічного здоров'я, соціалізації та навчальному успіху. Актуальність дослідження полягає у необхідності розуміння та підтримки інтеграції фізичної активності в освітній процес для досягнення гармонійного розвитку здобувачів вищої освіти у сучасному світі, де технології витісняють активний спосіб життя.

Мета дослідження: надати філософського обґрунтування важливості фізичної активності в освітньому процесі.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення наукової та методичної літератури.

Виклад основного матеріалу дослідження. Фізична активність є не лише засобом поліпшення фізичного здоров'я, але й механізмом формування моральних цінностей, дисципліни та самодисципліни. Через спорт здобувачі вищої освіти навчаються встановлювати цілі, працювати над самим собою, розвивати вольові якості та виховувати в собі впевненість. Таким чином,

фізична активність стає не лише частиною освітнього процесу, але й ключовим елементом формування гармонійної особистості.

Фізична активність в освітньому процесі відіграє важливу роль, оскільки сприяє гармонійному розвитку особистості у всіх її аспектах – фізичному, психічному та емоційному.

Філософське обґрунтування важливості фізичної активності можна розглядати через призму різних філософських концепцій.

По-перше, з погляду античної філософії, зокрема ідеї античних греків, фізична активність була невід'ємною частиною гармонійного життя. Платон та Арістотель підкреслювали важливість фізичного здоров'я для досягнення гармонії душі та тіла. Це ставало основою для подальшого розвитку ідеї фізичного виховання у вихованні молодого покоління.

По-друге, з погляду екзистенціалістської філософії, фізична активність може бути розглянута як спосіб існування та самореалізації. Фізичні вправи та спорт можуть допомогти людині виявити себе, подолати власні обмеження та досягти внутрішньої свободи через подолання фізичних перешкод.

По-третє, з погляду сучасних філософських концепцій, таких як феноменологія або філософія тіла, фізична активність може сприяти поглибленню свідомості та взаємодії з оточуючим світом. Через сприйняття власного тіла у русі людина може краще розуміти себе та своє місце у світі.

Отже, фізична активність у освітньому процесі має не лише фізичне значення, а й важливе філософське обґрунтування, яке допомагає людині досягти гармонії та саморозвитку у всіх сферах свого існування.

Висновки. Фізична активність має важливе місце в освітньому процесі, оскільки сприяє не лише поліпшенню фізичного стану, але й розвитку когнітивних функцій, покращенню настрою та загального самопочуття.

Інтеграція фізичної активності в освітній процес може позитивно вплинути на навчальні досягнення учнів.

Перспективи подальших досліджень: аналіз впливу фізичної активності на соціальну взаємодію у здобувачів вищої освіти.

Список використаної літератури

1. Городецький О. В. Вступ до філософії : методичні рекомендації для студентів, магістрів та аспірантів. 2-е вид., перероб. і доп. Дніпро : Видавництво ПФ «Стандарт-Сервіс», 2018. 83 с.
2. Лук'янченко М. І. Здоров'я людини через призму моделі салютогенезу: теорія та практика. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2010. № 11. С. 58–60.
3. Філософія освіти : навч. посіб. / за заг. ред. В. Андрущенко, І. Передборської. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2009. 329 с.
4. Філософія освіти : навч. посіб. 2-ге вид. / за наук. ред. академіка В. П. Андрущенко [та ін.]. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2021. 348 с.

II Всеукраїнська науково-практична конференція
«АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, СПОРТУ, ЗДОРОВОГО СПОСОБУ
ТА ЯКОСТІ ЖИТТЯ РІЗНИХ ВЕРСТВ НАСЕЛЕННЯ»

5. Чаплигін В. П., Терещенко В. І. Методолого-теоретичні засади формування здорового способу життя студентів засобами фізичного виховання. Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць / за ред. О. В. Тимошенка. Київ : Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2018. Вип. 5 (99) 2018. С. 171–173.