

УДК 796.01

Олександр ПЕЧКО

Микола ГОРОБЕЙ

Юлія КОЗЕРУК

*кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної реабілітації
Чернігівського національного технологічного університету,
м. Чернігів, Україна
e-mail: aleks.pechko@gmail.com*

АСПЕКТИ КІНЕЗІОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У ФОРМУВАННІ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ

У статті проведено аналіз даних сучасної наукової літератури з проблеми аспектів впливу кінезіологічної компетентності у формуванні культури здоров'я студентів вищих навчальних закладів. Показано, що серед значної частини студентів спостерігається недостатня рухова активність. Результатом такого стану системи фізичної культури є низький рівень мотивації до здорового способу життя студентів. Встановлено, що система профілактики здоров'я, яка традиційно використовується в навчальних закладах, не сприяє формуванню в молоді навичок конструювання належного психічного і фізичного здоров'я згідно вимог сучасного життя. Доведено, що важливим потенційним резервом у формуванні культури здоров'я студентів є використання складових кінезіологічної компетентності у фізкультурно-спортивній діяльності вищого навчального закладу.

Ключові слова: здоров'я, кінезіологія, компетентність, культура здоров'я, фізична культура, рухова активність.

Останнім часом спостерігається стійке погіршення стану здоров'я населення, зокрема студентської молоді, тоді як суспільство потребує активних, здорових, творчих особистостей, готових реалізувати себе у всіх життєвих сферах, в першу чергу в професійній діяльності. За останні роки помітно збільшилася кількість студентів спеціальної медичної групи, відмічається погіршення стану здоров'я молоді вищих освітніх навчальних закладів з переходом на старші курси. Система профілактики здоров'я, яка традиційно використовується в навчальних закладах, найчастіше зводиться до формування знань у студентів про ті чи інші захворювання, не сприяє формуванню в молоді навичок конструювання такого психічного і фізичного здоров'я, яке дозволяє успішно впоратися з постійно зростаючими навантаженнями сучасного життя на людський організм. Адже збереження і зміцнення здоров'я знаходяться в прямій залежності від рівня загальної культури і культури здоров'я, а також самого способу життя людей [6, 71].

Адже у всіх людей на генетичному рівні закладені процеси кінезофілії – потреби людини до рухової активності, яка біологічно обумовлена самою природою існування людей. І якщо цю потребу не підкріплювати систематичними оптимальними фізичними навантаженнями, то з часом організм адаптується до малої рухової активності,

фізичний потенціал падає, це ще більше ослаблює всі життєво важливі функції людини, а таке явище прийнято називати «порочним колом». Але більшість сучасних студентів, які ведуть активну розумову діяльність в умовах дефіциту фізичних навантажень, отримують «серце діяльного ледача» [10, 11]. Тому так важлива оптимізація рухової активності як чинника компенсації моторики в умовах гіпокінезії і стимулювання згасаючої з віком кінезофілії [10, 12].

Так, наше опитування студентів 1-4 курсів різних спеціальностей Чернігівського національного технологічного університету виявило, що із 1067 респондентів належного обсягу рухової активності, який становить до 8-10 годин на тиждень, дотримуються у середньому лише 18,4% студентів (юнаки – 23,4%, дівчата – 14,1%), що підтверджує актуальність проблеми недостатньої рухової активності серед студентської молоді.

Сьогодні майже кожен студент очної форми навчання має одночасно 2-3 хронічних соматичних захворювання, які обмежують його здатність до занять фізичною культурою і спортом. [3, 6]. На практиці це означає, що нині близько половини представників молодого покоління, які навчаються у ВНЗ, мають медичні підстави бути звільненими від занять з фізичної культури або займатися в спеціальній медичній групі. Крім того, малорухливий характер навчальної діяльності

провокує в молоді загострення наявних і навіть виникнення нових соматичних захворювань. В результаті складається замкнуте коло: студент, який звільнений від занять з фізичної культури за медичними показаннями, посилює неблагополучний стан свого здоров'я, а фізично здоровий студент в умовах зниженої фізичної активності набуває їх [3, 7].

Проте згідно статті 26 Закону України «Про вищу освіту» серед основних завдань закладу вищої освіти визначено такі: забезпечення творчої діяльності учасників освітнього процесу; утвердження соціальної активності, здорового способу життя; підвищення освітнього і культурного рівня громадян; налагодження міжнародної діяльності в галузі освіти, науки, спорту, мистецтва і культури тощо.

Тому сьогодні відбувається активний пошук нових форм і ефективних методів оздоровлення студентської молоді. Але недостатньо досліджень, що враховують закономірності впливу кінезіологічної компетенції у формуванні культури здоров'я студентів.

Слід відзначити, що в даний час витрати фізичної праці в порівнянні з тими, що були сто років тому, знизилися з 94 до 1%. Недолік м'язової активності людини в умовах сучасної цивілізації отримав назву гіпокінезії. Тривалий дефіцит фізичних навантажень викликає інтенсивний розпад білків, що призводить до атрофії м'язів. Недолік рухів сприяє виділенню з кісток скелета кальцію, які демінералізуються і втрачають міцність, що призводить до остеопорозу, порушується тонус кровоносних судин. Тому бездіяльність м'язів, що складають близько 40% маси тіла людини, небезпечна для всього організму [10, 9].

Так, людське тіло складається з 260 кісток, понад 600 м'язів і 365 суглобів, і кожен з цих складових елементів знаходиться в постійному русі. І як тільки в будь-якому місці відбувається зупинка, люди відразу відчувають себе погано. А для того щоб відчувати себе добре і фізично, і психологічно, здорова людина повинна отримувати фізичне навантаження не менше півтори години кожен день. Хоча не кожен рух або заняття спортом допомагає нам підтримувати здоров'я. Навпаки, інтенсивні, граничні навантаження призводять до численних травм і передчасним проблем зі здоров'ям. Однак рух, який ми робимо з задоволенням, спонтанно і за своїм бажанням, приносить ні з чим не порівнянний ефект оздоровлення [4, 3].

Проте, освітній процес у сучасній вищій школі пов'язаний з підвищенням інтелектуальним навантаженням і домінуванням діяльності центральної

нервової системи над життєдіяльністю всіх інших базових систем організму студентів. При цьому малорухливий спосіб життя і пов'язаний з ним дефіцит рухової активності гнітюче впливає на функціональні можливості скелетної мускулатури, знижуючи її функціональні можливості, що негативно відбивається на інтенсивності іннервації значного числа внутрішніх органів, діяльності серцево-судинної системи і протіканні метаболічних процесів. Тому навіть фізично розвинені молоді люди, які звикли до фізичних навантажень певної потужності та інтенсивності, в таких умовах страждають від деструктивної дії на їх організм дефіциту рухової активності, що вкрай глибоко позначається на його життєдіяльності [3, 102].

Однак на практиці більшість молоді, розуміючи значення здоров'я, знаючи фактори ризику, що завдають шкоди здоров'ю, стають залежними від комфорту цивілізації. У більшості випадків цінність здоров'я усвідомлюється, коли воно знаходиться під серйозною загрозою важкої хвороби. Тільки тоді і виникає мотивація вилікувати хворобу, стати здоровим. Часто серед причин такої поведінки молоді є те, що вона не знає величини резерву свого здоров'я і відкладає турботу про нього на потім, на багато років або на випадок хвороби. Тому сьогодні в шкільній практиці і серед студентської молоді існує мода на звільнення від навчальних занять фізичною культурою [10, 7].

Таким чином, можна зробити парадоксальний, на перший погляд, висновок: організація процесу навчання в сучасному вузі, що виключає організовану і адекватну по інтенсивності фізіологічним потребам фізичну активність студентів, є одним з основних факторів ризику формування передумов і навіть розвитку у студентської молоді різного роду соматичних захворювань або дисфункцій. Тому єдиною можливим способом протидії цій тенденції може бути організована в рамках педагогічного процесу фізичного виховання фізична активність студентської молоді, що враховує індивідуальний рівень фізичного розвитку та функціональної тренуваності кожного з них. При цьому фізичне виховання студентів має стати засобом активної профілактики і навіть протидії розвитку у них соціально обумовленої звички до малорухливого способу життя, що є одним з найважливіших чинників захворюваності та смертності людей планетарного масштабу [3, 8].

У зв'язку з цим першочерговим завданням спортивної науки є пошук найбільш ефективних шляхів, форм, засобів, методів фізичного виховання молоді, в тому числі в системі вищої освіти. Таку модернізацію фізкультурно-спортивної /

освіти у вищій школі необхідно здійснювати на основі компетентнісного підходу, який би забезпечував формування кінезіологічної компетентності студентів [5, 16].

Мета статті – виявити та проаналізувати найголовніші складові кінезіологічної компетентності у формуванні культури здоров'я студентів вищих навчальних закладів.

Завдання дослідження:

- 1) узагальнення результатів наукових досліджень щодо проблеми зниження рівня рухової активності студентів;
- 2) визначення особливостей впливу недостатньої рухової активності на стан здоров'я студентів;
- 3) обґрунтування шляхів розвитку кінезіологічної компетентності у формуванні культури здоров'я студентів.

Головною умовою самореалізації людини в будь-якій сфері діяльності є необхідний рівень її психосоматичної організації, адже всі сторони людського життя, так чи інакше, визначаються рівнем здоров'я. А зниження фізичних кондицій, моральної стійкості та функціональних резервів організму, що спостерігаються у сучасній молоді, пов'язані з особливостями сучасної системи освіти, яка не активізує до конструювання власного здоров'я, а суперечить природним потребам і є патогенним фактором в життєдіяльності особистості. В результаті складається протиріччя між необхідністю формування культури здоров'я студентів вузів в процесі освіти і необґрунтованістю в практиці освіти змісту і процесу формування культури здоров'я молоді [2, 13].

Проте, основною функцією вузу є створення розвиваючого простору для кожного студента щодо безперервного розвитку в нього потреби в здоров'ї та оздоровленні, навчання не тільки умінь і навичок використання засобів фізичної культури, а й технології використання даних засобів, також мотивації ведення здорового способу життя та пропаганди здоров'я. У навчальний процес повинен бути впроваджений механізм, який забезпечує постійну включеність студента в систему оздоровчих відносин і сприяє формуванню в нього культури здоров'я та її саморозвитку [12, 93].

Слід відзначити, що характерними рисами системи освіти на сучасному етапі є тенденції потреби суспільства у вільному визначенні громадян права обирати той рівень освіти, який дозволить максимально розвивати свої здібності та задовольняти різні освітні потреби. Це також стає пріоритетним у визначенні освітніх стратегій – замість масово-репродуктивних до індивідуально-творчих, що створює передумови для формуван-

ня особистості фахівця, сприяє розвитку його компетентності [11, 186].

Згідно статті 1 Закону України «Про вищу освіту» компетентність визначається як динамічна комбінація знань, вмінь і практичних навичок, способів мислення, професійних, світоглядних і громадянських якостей, морально-етичних цінностей, яка визначає здатність особи успішно здійснювати професійну та подальшу навчальну діяльність і є результатом навчання на певному рівні вищої освіти.

Отже, компетентність є продуктом навчання і в той же час наслідком саморозвитку, самоорганізації, особистісного росту людини, узагальнення її діяльнісного і особистісного досвіду. А кінезіологічна компетентність є здатністю і готовністю людини до саморозвитку та самовдосконалення свого кондиційного і рухового потенціалу, що забезпечує психофізичну готовність до умов життя і професійної діяльності в постійно змінюваному світі [5, 4]. При цьому кінезіологічна компетентність розглядається як універсальна (ключова), яка необхідна для здійснення рухової діяльності різного спрямування: спортивної, оздоровчої, рекреаційної, реабілітаційної. Технологічну основу формування кінезіологічної компетентності студентів в процесі фізкультурно-спортивної освіти становить їх рухова діяльність [5, 189].

Кінезіологія визначається як синтетична наука, що об'єднує морфологію, фізіологію, біомеханіку, біохімію, соматомоторику і дидактику для комплексного вивчення прояву складових біофізичної структури рухової функції, яка є однією з найважливіших функцій організму. Організм людини як відкрита, але відносно відособлена біологічна система, має здатність до активних рухів завдяки наявності ефективних механізмів обміну енергією, речовиною та інформацією з навколишнім середовищем. Характер і закономірності організації цих рухів багато в чому визначають ті прояви життєдіяльності її організму, які прийнято об'єднувати під загальним поняттям «рухова функція людини». Стан рухової функції відображає здатність конкретної біологічної системи вловлювати, накопичувати і перетворювати різні види енергії, речовини та інформації. Ця здатність може бути виміряна і вивчена шляхом об'єктивного дослідження механічних рухів та інших фізичних проявів біологічної системи організму [7, 3].

Тому основним методологічним підходом в розвитку сучасної спортивної науки міг би стати кінезіологічний підхід, який спирається на ідеї «освіти через все життя» завдяки особистісно-діяльнісному і компетентнісному розвитку, який реалізується на основі антропний освітніх

технологій, які передбачають розвиток рефлексивної культури особистості як сукупності здібностей, способів і стратегій, які забезпечують переосмислення змісту особистісного досвіду та індивідуального стилю діяльності через посилення практичної спрямованості фізкультурно-спортивної освіти та її результативності. В рамках кінезіологічного підходу слід розглянути поняття кінезіологічного потенціалу людини як результату психомоторного розвитку, фізичної підготовленості, сформованості рухових умінь і навичок індивіда [8, 5].

Під терміном «кінезіологічна компетентність» можна розуміти складну особисту якість, що включає в себе здатність і готовність до її опанування (мотиваційний компонент компетентності), знання основ кінезіологічної діяльності (когнітивний компонент), уміння та досвід самостійного застосування кінезіологічних засобів у навчальній, навчально-тренувальній і позанавчальній діяльності (діяльнісний компонент), ціннісне ставлення до кінезіологічної діяльності як основного засобу підвищення рівня здоров'я та працездатності (ціннісно-смысловий компонент) і емоційно-вольову регуляцію діяльності та поведінки (емоційно-вольовий компонент) [11, 196-197].

Зміст рухової активності людини становить її систематична вмотивована діяльність, яка спрямована на розвиток, підтримку і вдосконалення її кінезіологічного потенціалу на розумно необхідному і достатньо або екстремально високому рівні, в залежності від поточних або довгострокових її цілей. Головним компонентом змісту рухової активності незалежно від її цілей є системне використання фізичних вправ, в основі яких лежать цілеспрямовані рухові дії. А рухи є продуктом певним чином організованої м'язової діяльності, яка регулюється фізіологічними механізмами і забезпечується численними морфологічними і функціональними системами організму. Крім утилітарних функцій рухи служать не тільки джерелом негентропійних ресурсів підтримки гомеостазу, а й основою фізичного і спортивного виховання людини, базисним інструментом освоєння їм цінностей фізичної і спортивної культури [1, 5].

Здоров'я і краса рухів свідчать про поєднання гарного самопочуття і вміння рухатися красиво, що є однією з умов збереження і зміцнення здоров'я. А краса рухів – це найвищий ступінь доцільності, яка поєднується з економічністю. Крім того, тіло є відображенням нашого емоційного стану і при певній м'язовій роботі можна впливати на стан наших почуттів і емоцій. І чим гірше людина вміє управляти своїм тілом, тим активніше в неї «вибухають» емоції, і вона проявляє «різкі, рвані, незграбні», тобто «агресивні» рухи [4, 4]. Тому емо-

ційний стан багато в чому визначає зовнішню і внутрішню поведінку людини. З положення тіла, пози і рухів ми дізнаємося моральний стан і душевні пристрасті, що криються в людському тілі. Також добре відомий прямий зв'язок характеру рухової активності з проявами сприйняття, пам'яттю, емоціями і мисленням [4, 5].

Отже, культуру рухів слід розглядати як процес використання цінностей фізичної культури в різних видах людської діяльності. І залежно від ступеня усвідомленості необхідності фізичної активності в повсякденному житті, рівня знань, умінь, навичок, можна говорити про сформованість у людини фізичної культури або її відсутності, тобто про фізичне безкультур'я. Отже, культура рухів – це природний місток, що дозволяє з'єднати соціальне і біологічне в розвитку людини, будучи найпершим і базовим видом культури, який формується в людині [4, 8]. Але щоб той чи інший рух став культурним, потрібні зміни в його структурі та відповідних внутрішніх механізмах: пропріоцептивній (м'язово-суглобовій) системі, яка є детермінуючим початком будь-якої рухової діяльності; вестибулярній системі, надійністю функціонування якої визначаються координаційні здібності людини; центральній нервовій системі (ЦНС), якій властива коригуюча і організуюча роль рухової діяльності. Культура рухів починається з їх різноманітності, послідовності і етапності вдосконалення рухових стереотипів. Проте жодна система фізичної підготовки не може вирішити всіх завдань навчання культурі рухів ізольовано. І тільки побудова цього процесу на законах і принципах біомеханіки і фізіології людини зможе по-справжньому виховати культуру рухів [4, 9].

З огляду на специфіку кінезіологічної компетентності, яка полягає в інтегративному впливі фізкультурно-спортивної діяльності на інтелектуальну і рухову сфери особистості, доцільно виділити в якості об'єкта формування ціннісного ставлення тілесність людини. Відомо, що гуманітарне пізнання будь-якого об'єкта чи явища, в тому числі і тілесності людини, передбачає її розгляд з позиції аналізу сенсу, значення, цінності, що можливо на основі кінезіологічного підходу. Тому модель кінезіологічної компетентності про тілесність людини в якості структурних компонентів включає в себе когнітивний, ціннісно-смысловий, мотиваційний, емоційно-вольової та діяльнісний компоненти. В результаті тісної взаємодії компонентів між собою в розглянутій компетентності виникають інтегративні зв'язки, які підтримують стан внутрішнього балансу і гармонії особистості. При цьому вищим проявом будь-якої компетентності як результату вищої освіти є готовність до соціальної і професійної діяльності. Тому правомірно

розглядати в якості освітнього результату формування кінезіологічної компетентності студентів їх теоретичну, психологічну, методичну і тілесно-рухову підготовленість, об'єднані в блоки готовності до соціально-професійної діяльності [5, 188].

Крім того, одним з найважливіших напрямків вирішення проблеми збереження і зміцнення стану здоров'я є оптимізація впливу середовища на особистість і організм студента. Здоров'язбеігаюче освітнє середовище вузу поряд з багатьма іншими факторами забезпечує формування здорового способу життя студентів, що, в свою чергу, неможливо без формування культури здоров'я студентів, в тому числі його саморозвитку. Зазвичай виділяють три рівні в саморозвитку культури здоров'я: 1) низький рівень, коли потреба саморозвитку культури здоров'я у студента ще не придбала конкретного змісту, але є деяке бажання стати здоровішим; 2) середній рівень – студент ставить перед собою певні завдання по саморозвитку культури здоров'я, але вони стосуються не його особистості в цілому, а якихось якостей і умінь; 3) високий рівень – студент самостійно аналізує і конкретно формулює цілі саморозвитку культури здоров'я, усвідомлює можливості їх реалізації в процесі практичної роботи [9, 169].

У кінезіологічному освітньому просторі важливо «повернути» студента на самого себе, щоб він був здатний до рефлексії своєї рухової діяльності, її процесів і результатів як базису саморозвитку та самовдосконалення свого кінезіологічного потенціалу. Освоюючи зміст програми з фізичної культури і методи рухової діяльності в процесі фізкультурно-спортивної освіти, студент як суб'єкт освіти виступає як особа, що самозмінюється, саморозвивається і здатний розробляти свою фізкультурно-освітню траєкторію. При цьому система критеріїв оцінки рівня прояву кінезіологічної компетентності студентів відповідно до її структурно-змістових характеристик представлена як ціннісно-смысловий, мотиваційний, емоційно-вольовий, когнітивний і діяльнісний критерії [5, 190]. В якості показників виступають фізкультурно-спортивні знання, методичні і рухові вміння, навички, мотиви, інтереси, потреби, ціннісні орієнтації, працездатність і здоров'я, фізична підготовленість, що становлять змістовну сутність компонентів кінезіологічної компетентності і об'єднані в блоки підготовленості [5, 191]. Впровадження в практику фізкультурно-спортивної освіти моделі формування кінезіологічної компетентності студентів сприяє усвідомленню значимості ціннісного і відповідального ставлення до свого кінезіологічного потенціалу, що забезпечує психофізичну готовність до досягнення життєвих

і професійних цілей [5, 192].

Отже, однією з головних проблем відношення студентів до свого здоров'я є невідповідність, а часто і різко виражене протиріччя між свідомістю та реальною поведінкою, яка характеризується небажанням зважати на норми здорового способу життя. А основною причиною негативної тенденції погіршення здоров'я студентів є «ненавченість» самостійно займатися власним здоров'ям, яке багато в чому залежить від життєвої позиції і зусиль щодо реалізації програми самозбереження та саморозвитку. Також потрібна зміна парадигми орієнтації пріоритетів у відношенні до здоров'я керівників, викладачів і студентів ВНЗ з переважно пасивно-лікувального на активно-профілактичний процес збереження і зміцнення капіталу здоров'я молоді як самоцінності з урахуванням усіляких факторів ризику і особливостей прояву факторів самозбережувальної поведінки, спрямованої на практичне впровадження ефективних форм і методів оздоровчої діяльності всіх ланок навчального закладу.

Дослідження проблеми формування культури здоров'я студентів вищих навчальних закладів дозволило виявити такі протиріччя: звична низька рухова активність є негативним типом самозбережувальної поведінки студентської молоді у відношенні до здоров'я як інструменту для досягнення інших, більш значущих цілей; нехтування руховою активністю створює конфлікт між значним інтелектуальним і недостатнім фізичним навантаженням студентів, що загрожує швидким руйнуванням їхнього здоров'я; система вищої професійної освіти не активізує студентів на формування здоров'я і суперечить природним потребам в життєдіяльності особистості; існує необхідність підготовки фахівців різних спеціальностей з належним рівнем культури здоров'я як складової подальшої успішної професійної діяльності. Тому у вузах необхідно створити умови для кожного студента щодо безперервного розвитку в нього мотивації оздоровлення, що сприятиме формуванню в нього потреби в саморозвитку культури здоров'я. Особливої актуальності набуває проблема саморозвитку культури здоров'я студентів у використанні важливих когнітивних, ціннісно-смыслових, мотиваційних, емоційно-вольових та діяльнісних складових кінезіологічної компетенції в процесі фізкультурно-спортивної діяльності вищих навчальних закладів.

Подальші дослідження передбачають проведення експериментальних шляхів впливу компонентів кінезіологічної компетентності на формування культури здоров'я студентів у фізкультурно-спортивній діяльності вищого навчального закладу.

Список використаних джерел

1. Бальсевич В. К. Очерки по возрастной кинезиологии человека. Москва: Советский спорт, 2009. 220 с.
2. Гилязиева С. Р. К вопросу формирования культуры здоровья обучающихся в процессе образования в вузе. Вестник Оренбургского государственного университета. 2016. №10 (198). С. 13-18.
3. Грязева Е. Д. Оценка качества физического развития и актуальные задачи физического воспитания студентов: монография. Москва: ФЛИНТА: Наука, 2013. 168 с.
4. Еремушкин М. А. Двигательная активность и здоровье. От лечебной гимнастики до паркура. Москва: Спорт, 2016. 184 с.
5. Загревская А. И. Формирование кинезиологической компетентности студентов в процессе физкультурно-спортивного образования: монография. Томск: Издательский Дом Томского государственного университета. 2017. 216 с.
6. Замалетдинова Н. Ш. Саморазвитие культуры здоровья студентов в системе дистанционного обучения. Педагогическое образование и наука. 2014. № 1. С. 71-74.
7. Лапутин А. Н. Кинезиология – учение о двигательной функции организма человека. Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. 2007. № 10. С. 3–6.
8. Лубышева Л. И. Кинезиологический подход как методология современной спортивной науки и практики. Теория и практика физической культуры. 2015. № 12. С. 3-5.
9. Мельникова О. Ф. Формирование и развитие культуры здоровья студентов. Science Time. 2016. № 9 (33). С. 168-172.
10. Николаев В. С. Двигательная активность и здоровье человека: (теоретико-методические основы оздоровительной физической тренировки): учебное пособие. Москва-Берлин: Директ-Медиа, 2015. 80 с.
11. Петренко Ю. Основні структурні компоненти кінезіологічної компетентності майбутніх фахівців фізичної культури і спорту. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. 2018. № 5 (79). С. 184–199.
12. Самарин А. В. Саморазвитие культуры здоровья студенческой молодежи. III Международные научные чтения (памяти И. И. Ползунова): Междунар. науч.-практ. конф. Москва.: ЕФІР, 2016. С. 91-93.

References

1. Balsevych V. K. (2009) *Ocherky po vozrastnoi kynezeologiyi cheloveka* [Age essays on human kinesiology]. Moscow [in Russian].
2. Hylazyeva S. R. (2016) *K voprosu formirovaniya kul'tury zdorovia obuchaiushchikhsia v protsesse obrazovaniya v vuze* [On the issue of formation of culture of health of students in the educational process in high school]. Orenburh [in Russian].
3. Hriazeva E. D. (2013) *Otsenka kachestva fyzycheskoho razvytiya y aktualnye zadachy fyzycheskoho vospytaniya studentov* [Evaluation of the quality of the physical development and the urgent tasks of physical education students]. *Monohrafiya*. Moscow [in Russian].
4. Eremushkyn M. A. (2016) *Dvyhatelnaia aktyvnost y zdorove. Ot lechebnoi hymnastyky do parkura* [Physical Activity and Health. From therapeutic exercises to parkour]. Moscow [in Russian].
5. Zahrevskaia A. Y. (2017) *Formyrovanye kynezeologicheskoi kompetentnosti studentov v protsesse fyzkulturno-sportyvnoho obrazovaniya* [Formation of kinesiology competence of students in sports and sports education]. *Monohrafiya*. Tomsk [in Russian].
6. Zamaletdynova N. Sh. (2014) *Samorazvytye kul'tury zdorovia studentov v systeme dystantsyonnoho obucheniya* [Personal development of culture of health of students in distance learning system]. *Pedahohycheskoe obrazovanye i nauka* [in Russian].
7. Laputyn A. N. (2007) *Kynezeologhiya – uchenye o dvyyhatelnoi funktsii orhanyzma cheloveka* [Kinesiology – the doctrine of the motor function of the human body]. *Pedahohyka, psykhohyia y medyko-byolohycheskye problemy fyzycheskoho vospytaniya v sporte* [in Russian].
8. Lubyshva L. Y. (2015) *Kynezeologhycheskyi podkhod kak metodolohiya sovremennoi sportyvnoi nauky y praktyky* [Kinesiological approach as a methodology of modern sports science and practice]. *Teoriya i praktika fyzycheskoi kul'tury* [in Russian].
9. Melnykova O. F. (2016) *Formyrovanye y razvytiye kul'tury zdorovia studentov* [The formation and development of culture of health of students]. *Science Time* [in Russian].
10. Nykolaev V. S. (2015) *Dvyhatelnaia aktyvnost y zdorove cheloveka: (teoretyko-metodycheskye osnovy ozdorovyitelnoi fyzycheskoi trenirovki)* [Physical activity and health: (theoretical and methodological foundations of improving physical training)] *Uchebnoe posoby*. Moscow-Berlyn: Dyrekt-Medya [in Russian].
11. Petrenko Yu. (2018) *Osnovni strukturni komponenty kineziologichnoi kompetentnosti maibutnikh fakhivtsiv fizychnoi kul'turi i sporti* [The main structural components of kinesiological competence of future specialists in physical culture and sports]. *Pedahohichni nauky: teoriya, istoriya, innovatsiini tekhnolohii* [in Ukrainian]
12. Samaryn A. V. (2016) *Samorazvytye kul'tury zdorovia studencheskoi molodezhy*. [Personal development of culture of students of health]. Moscow [in Russian].

Печко А. Н., Горобей Н. П., Козерук Ю. В. Аспекты кинезиологической компетентности в формировании культуры здоровья студентов

Проведен анализ данных современной научной литературы по проблеме аспектов влияния кинезиологической компетентности в формировании культуры здоровья студентов высших учебных заведений. Показано, что среди значительной части студентов наблюдается недостаточная двигательная активность. Результатом такого состояния системы физической культуры является низкий уровень мотивации к здоровому образу жизни студентов. Установлено, что система профилактики здоровья, которая традиционно используется в учебных заведениях, не способствует формированию у молодежи навыков конструирования надлежащего психического и физического здоровья в соответствии

с требованиями современной жизни. Доказано, что важным потенциальным резервом в формировании культуры здоровья студентов является использование составляющих кинезиологической компетентности в физкультурно-спортивной деятельности высшего учебного заведения.

Ключевые слова: здоровье, кинезиология, компетентность, культура здоровья, физическая культура, двигательная активность.

Pechko O., Gorobey M., Kozeruk Y. Aspects of kinesiological competence in shaping a student health culture

The analysis of data of modern scientific literature on the aspects of the influence of kinesiological competence in the formation of a health culture of students of higher educational institutions has been carried out. It is shown that among a significant number of students, there is a lack of physical activity, which provokes exacerbation of existing and even the emergence of new somatic diseases among young people. The result of this state of the system of physical culture is a low level of motivation for a healthy lifestyle of students. Among the reasons for this attitude are insufficient knowledge about health, the mechanisms and ways of its formation, as well as the discrepancy or pronounced contradiction between consciousness and real behavior, which is characterized by a reluctance to take into account the norms of a healthy lifestyle. It has been established that the health prevention system, which is traditionally used in educational institutions, does not contribute to the formation of youth's skills in constructing proper mental and physical health in accordance with the requirements of modern life. It has been proven that an important potential reserve in shaping a culture of student health is the use of components of kinesiological competence in the physical culture and sports activities of a higher educational institution.

Key words: health, kinesiology, competence, health culture, physical culture, physical activity.

УДК 340.12

Євген ПІДЛІСНИЙ

здобувач Уманського державного педагогічного університету
імені Павла Тичини, м. Умань
e-mail: lab.eco@udpu.edu.ua

**ПРАВОВА КУЛЬТУРА СУСПІЛЬСТВА,
ОСОБИСТОСТІ ТА СОЦІАЛЬНОЇ ГРУПИ**

У статті висвітлено правову культуру через її носія: правову культуру суспільства, правову культуру особистості, правову культуру (соціальної) професійної групи. Встановлено, що правова культура суспільства має на увазі аналіз всього правового життя суспільства, всієї правової дійсності з точки зору правосвідомості і правової активності суспільства, ступеня прогресивності правових норм і юридичної діяльності. Розкрито, що правова культура особистості означає правову освіченість людини, включаючи правосвідомість, вміння і навички користуватися правом, підпорядкування своєї поведінки вимогам юридичних норм.

Ключові слова: правова культура, правова культура суспільства, індивідуальна правова культура, правова культура соціальної групи.

Важливою складовою дослідження є розкриття структури правової культури, її внутрішньої організації, що передбачає виділення ієрархічно розташованих основних елементів, кожен з яких в свою чергу також є відносно самостійним системним утворенням, висвітлення істотних внутрішніх зв'язків цих елементів, специфічної природи цілісності правової культури.

Науковці (Ю. Вороніна, О. Ганзенко, В. Головаченко, А. Губенко, Н. Іжевська, Н. Коваленко, А. Кутиркін, С. Мальона, А. Нікітін, І. Осика, Є. Певцова, Н. Подберезький, В. Потомахін, Н. Росенко, О. Скакун, Н. Фоменко та ін.) досліджували правову культуру через її носія: правову культуру суспільства, правову культуру особистості, правову

культуру (соціальної) професійної групи. Спрямованість дослідників на вивчення сутності поняття «правова культура особистості» дозволяє зрозуміти, що співвідношення понять «правова культура суспільства» і «правова культура особистості» має семантичну єдність в основі освітнього процесу.

Маємо на меті дослідити правову культуру через її носія: правову культуру суспільства, правову культуру особистості, правову культуру (соціальної) професійної групи.

Л. Ніколаєва розглядає правову культуру в широкому значенні як якісний стан правового життя суспільства, обумовлений всім соціальним, духовним, політичним і економічним розвитком суспільства, до якого входить саме право як