

5. Кулик Д.О. До проблеми припинення державно-службових відносин. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Сер. Юриспруденція*. 2014. № 12. Т. 2. С. 70–72.
6. Тарасов С.С. Формування організаційно-правового механізму державного управління кадрової політики. *Теорія та практика державного управління і місцевого самоврядування*. 2019. № 1. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ttpdu\\_2019\\_1\\_34](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ttpdu_2019_1_34)
7. Попадюк Н.І. Механізми формування державно-управлінської еліти: вітчизняний та зарубіжний досвід : автореф. дис. ... на здобуття наук. ступеня канд. наук з держ. упр. : 25.00.02. Київ, 2013. 20 с.
8. Іванець М.Г. Правове забезпечення особистої безпеки працівників органів прокуратури як елемент кадрової політики. *Актуальні проблеми правознавства*. 2018. Вип. 1. С. 91–95.
9. Іваниця А.В. Завдання, напрями та принципи кадрової політики в органах поліції України. *Науковий вісник Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ*. 2018. № 2. С. 47–52.
10. Дороніна О.А. Обґрунтування архітектоніки багаторівневої кадрової політики в системі соціально-економічного управління. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Сер. : Економічні науки*. 2015. Вип. 12 (2). С. 138–141.
11. Тарасов С.С. Ефективний механізм забезпечення реалізації нової державної кадрової політики. *Вісник Національного університету цивільного захисту України. Серія : Державне управління*. 2018. Вип. 2. С. 321–327.

**КАПЛИЧНИЙ В. А.,**  
здобувач  
(Науково-дослідний інститут  
публічного права)

УДК 342.9

DOI <https://doi.org/10.32842/2078-3736/2020.1-2.4>

## ПОНЯТТЯ, ОЗНАКИ ТА ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

У даній науковій статті розкрито поняття, ознаки та особливості фізичної культури, функція суб'єкта в межах фізичної культури, коли вона є інститутом оздоровчого комплексу засобів, що науково розроблений і доведений, метою якого є покращення фізичного стану особи та підвищення ефективності життєвого потенціалу, збільшення продуктивності праці. Визначено, що фізична культура – це частина культури соціуму, в основі якої лежить виховання використання людиною свого фізичного потенціалу для всебічного і гармонійного розвитку, на підставі наукових знань, заснованих на потенційних можливостях і потребах організму. Виокремлено ознаки фізичної культури: фізична діяльність суб'єкта, що направлена на тренування м'язів та впливає на фізичну сферу організму; оздоровлення та покращення фізичного стану, збільшення працездатності та гарного настрою; несе в собі культурний та освітянський зміст; має системний, триваючий у часі характер діяльності; використовує систему спеціальних оздоровчих засобів; відсутня ознака змагальності; наявна висока



самоорганізація суб'єкта; історично визначна та науково обґрунтована система; не має політичного та ідеологічного забарвлення; відсутня матеріальна мотивація. Визначено, що суб'єкт фізичної культури здійснює відповідну діяльність, має не одномоментну мету, використовує систему різноманітних засобів. Тобто дана фізична діяльність людини пов'язана з переміщенням у просторі частин тіла або всього тіла, що призводить до повноцінного кровопостачання і кисневого обміну, результатом чого є збільшення показників діяльності та зменшення втомленості суб'єкта. Зазначається, що функція суб'єкта в межах фізичної культури, коли вона є інститутом оздоровчого комплексу засобів, що науково розроблений та доведений, передбачає покращення фізичного стану особи та підвищення ефективності життєвого потенціалу, збільшення продуктивності праці. На підставі аналізу поняття, ознак фізичної культури зроблено висновок, що фізична культура – це той соціальний інститут, що несе в собі матеріальні й духовні цінності, що отримані в результаті історичного розвитку, направлені на гармонійний розвиток суб'єкта і соціуму.

**Ключові слова:** *фізична культура, фізкультура, спорт, здоров'я, фізичне виховання.*

#### **Kaplychnyi V. A. Concepts, features and special aspects of physical culture**

In this scientific article the concepts, features and features of physical culture are revealed. the function of the subject, within the physical culture, when it is an institute of the wellness complex of means, which is scientifically developed and proven, with the purpose of which is to improve the physical condition of the person and to increase the efficiency of life potential, to increase labor productivity. It is determined that physical culture is a part of the culture of society, which is based on the education of man's use of his physical potential for its comprehensive and harmonious development, based on scientific knowledge based on the potential and needs of the body. The features of physical culture are distinguished: the physical activity of the subject, aimed at training the muscles and affecting the physical sphere of the body; improvement and improvement of physical condition, increase of working capacity and good mood; bears cultural and educational content; has a systematic, long-lasting nature of activity; uses a system of special wellness facilities; no sign of competitiveness; high self-organization of the subject; historically significant and scientifically sound system; has no political and ideological color; there is no material motivation. It is determined that the subject of physical culture carries out the corresponding activity, has more than one-time purpose, uses a system of various means. That is, a person's physical activity is associated with the movement of parts of the body or the entire body, which leads to complete blood supply and oxygen exchange, which results in increased activity and fatigue of the subject. It is noted that the function of the subject, within the physical culture, when it is an institute of a wellness complex of means, which is scientifically developed and proven, with the aim of improving the physical condition of the individual and increasing the efficiency of life potential, increasing productivity. On the basis of the analysis of the concept and features of physical culture, it is concluded that physical culture is the social institute, which bears the material and spiritual values obtained as a result of historical development, aimed at the harmonious development of the subject and society, based on its own essence.

**Key words:** *physical culture, physical education, sport, health, physical education.*

**Вступ.** Спорт – це соціальне явище, яке постійно розвивається, воно не обмежено національними кордонами, визначає стан культури людства та несе духовні здобутки. Духовними здобутками спорту є: види спорту; знання про підготовку спортсменів, які застосовуються



в інших галузях діяльності людини – медицині, космонавтиці, підготовці військових тощо; розширення знань з фізіології, медицини про можливості людини; покращення стосунків між країнами; надання кожній людині можливості максимального розвитку індивідуальних здібностей; неприйняття дискримінації і расизму; високий рівень морально-етичних норм та ін. Для людства велике значення має гуманістична цінність спорту – процес удосконалення вольових якостей людини, її постійна робота над собою [1].

Сучасне дослідження поняття «спорт» необхідно, на наше переконання, починати з розуміння змісту поняття «фізкультура» та співвідношення сутності зазначених дефініцій. Існує досить стала позиція, що «спорт» є частиною «фізичної культури» [2]. Останній термін є безумовним елементом культури соціуму та показником духовного та фізичного розвитку суб'єкта. Разом із тим в основу поняття «спорт» закладено інші загальні ознаки, ніж у поняття «фізична культура».

**Постановка завдання.** Відповідно до норм Закону України «Про фізичну культуру і спорт» фізкультура і спорт є двома взаємозалежними та взаємозумовленими складниками, з чим ми не погоджуємось. Саме тому метою даної статті є з'ясування сутності поняття «фізична культура» через виокремлення специфічних ознак та характеристик.

**Результати дослідження.** В основу фізичної культури в загальному уявленні закладений фізичний розвиток особи заради здоров'я, сили, психічної стабільності та гарного самопочуття. Зміст фізичної культури полягає у: фізичному вихованні (система соціально-педагогічних заходів, спрямована на зміцнення здоров'я та загартовування організму, гармонійний розвиток функцій і фізичних можливостей людини, формування життєво важливих рухових навичок та вмінь [3]); фізичній підготовці (педагогічний процес, який спрямований на виховання фізичних якостей і розвиток функціональних можливостей, що створюють сприятливі умови для забезпечення життєдіяльності людини [4]); фізичному розвитку (сукупність морфологічних і функціональних ознак організму, що характеризують процеси його росту та біологічного дозрівання, запас фізичних сил [5]). Вплив фізичних вправ на фізичний стан особи повинен відбуватися в межах «медично встановлених та дозволених показників», що позитивно впливає на якісне функціонування людського організму і збереження здоров'я. І.П. Битус стверджує, що чим інтенсивніше рухова діяльність у межах «оптимальної зони», тим повніше реалізується генетична програма і збільшується енергетичний потенціал, функціональні ресурси організму і тривалість життя [6]. Відповідно, завдяки заняттям оздоровчою фізичною культурою підвищуються аеробні можливості організму, рівень загальної витривалості і фізичної працездатності, що тягне до зниження факторів ризику серцево-судинних захворювань, зниження маси тіла, вмісту холестерину в крові, зниження артеріального тиску і частоти серцевих скорочень [7]. Всі зазначені чинники позитивно впливають на стан здоров'я людини і соціуму в цілому.

Отже, фізичну культуру можна розглядати з позиції споживання тих навиків, що отримані та використовувалися протягом тривалого часу, та тих, що мають інноваційні тенденції, є виваженими та науково доведеними, з метою всебічного розвитку особистості та можливості брати участь у всіх напрямках професійної та громадської діяльності і створення нових елементів та знань щодо розвитку фізичних якостей і рухових здібностей людини.

Таким чином, фізична культура – це той соціальний інститут, що несе в основі власної сутності матеріальні та духовні цінності, що отримані в результаті історичного розвитку, направлені на гармонійний розвиток суб'єкта і соціуму.

Відповідно, **матеріальними цінностями фізичної культури** є результати її впливу на біологічну сторону людини – фізичні якості, рухові можливості. До матеріальних цінностей фізичної культури відносяться також спортивні споруди, спортивні бази навчальних закладів, спортивно-медичні установи, навчальні заклади, що готують кадри фізичної культури і спорту, науково-дослідні інститути [7].

До **духовних цінностей фізичної культури** відносяться твори мистецтва, присвячені фізичній культурі і спорту, – живопис, скульптура, музика, кіно; система управління фізкультурної діяльністю в державі; наука про фізичне виховання. У цілому духовні цінності втілюються в результатах наукової, теоретичної, методичної діяльності [7].



Натепер відсутній єдиний підхід до змісту поняття «фізична культура».

Наприклад, М.Д. Ярмаченко визначає фізичну культуру як частину загальної культури суспільства, одну зі сфер суспільної діяльності, спрямованої на зміцнення здоров'я і розвиток фізичних здібностей людини з метою вдосконалення біологічного і духовного потенціалу особистості. Вона також охоплює особисту і громадську гігієну, гігієну праці й побуту, широко використовує сили природи, виховує правильний режим праці і відпочинку [8, с. 462].

Інша наукова концепція щодо поняття «фізичної культури» доводить, що фізична культура – предмет, а реалізується вона в процесі фізичного виховання. Поняття «фізичне виховання», про що свідчить уже сам термін, входить у загальне поняття «виховання» в широкому розумінні. А це означає, що як і виховання загалом, фізичне виховання являє собою процес розв'язання відповідних виховних і освітніх завдань, а тому характеризується всіма загальними ознаками педагогічного процесу, а саме такими, як: направляюча, спрямовуюча роль педагога-фахівця, організація діяльності відповідно до педагогічних принципів тощо, або відбувається в порядку самовиховання. Але особливість фізичного виховання полягає в тому, що цей процес спрямований на формування рухових умінь та навичок і виховання так званих фізичних якостей людини, сукупність яких значною мірою визначає її працездатність. Освітня сторона фізичного виховання має важливе значення для придбання, розширення та раціонального використання людиною своїх можливостей у житті [9].

Т.Ю. Круцевич висловлює таку точку зору щодо терміна «фізична культура»: це вид культури людини та суспільства. Це діяльність і її результати з формування фізичної готовності до життя. З одного боку, фізкультура – це специфічний процес, а з іншого – результат людської діяльності, а також засіб і спосіб фізичного вдосконалення людини [10].

Інша позиція базується на твердженні, що фізична культура являє собою філософію способу життя, який спрямований на максимальний фізичний розвиток за допомогою силових тренувань, дієти, аеробіки, спортивних змагань та самодисципліни. Конкретними його наслідками є: поліпшення здоров'я, зовнішнього вигляду, сили, витривалості, гнучкості, швидкості і загальної фізичної підготовки, а також більші знання про спортивні заходи [11].

Законодавець у поняття «фізична культура» покладає діяльність суб'єктів сфери фізичної культури і спорту, спрямовану на забезпечення рухової активності людей з метою їх гармонійного, передусім фізичного, розвитку та ведення здорового способу життя [12]. Тобто змішуються поряд терміни «фізкультура» і «спорт», що є помилковим, адже спорт не може нести в собі здоровий спосіб життя, оскільки межує з травмами та погіршенням стану здоров'я в багатьох випадках.

Треба відмітити, що зміст поняття «фізична культура» можна розглядати з декількох позицій, **відповідно до позиції суб'єкта в культурному фізичному прагненні**. Дійсно, *суб'єкт здійснює відповідну діяльність, має не одномоментну мету, використовує систему різноманітних засобів. Тобто дана фізична діяльність людини пов'язана з переміщенням у просторі частин тіла або всього тіла, що призводить до повноцінного кровопостачання і кисневого обміну, результатом чого є збільшення показників діяльності та зменшення втоми суб'єкта*. Отже, інтенсивна фізична праця ставить високі вимоги до функції основних органів і систем людини. Нетренованість призводить до погіршення стану серцево-судинної, дихальної та центральної нервової систем, а постійна фізична активність поліпшує їхні функції [13]. Зазначена фізична діяльність продовжена у часі й не може бути здійснена в умовах одноразової діяльності або в одноразовому виконанні фізичних вправ. Основним засобом вирішення завдань фізичного виховання і досягнення його мети є рухова активність людини (фізичні вправи, народні ігри й забави). Допоміжним засобом є оздоровчі сили природи (сонце, повітря, вода, земля) та гігієнічні фактори (режим дня і харчування, дотримання правил особистої та громадської гігієни тощо). Найвищої ефективності фізичного виховання можна досягнути за умови комплексного використання засобів, тобто рухова активність повинна здійснюватися здебільшого за сприятливих природних умов і неzapе- речного дотримання правил особистої гігієни [14]. Насамкінець додамо, що діяльність, яку здійснює особа, має характеристику «фізичної», тобто тої, яка обмежується фізичними



вправами, що базуються на тренуванні м'язів, та впливає на фізичну сферу організму. Треба зауважити, що оздоровча мета організму, підтримання якісного фізичного стану, протидія втомленості уходять коренями в історію мисливства, коли відбувалися визначні рухові справи, пов'язані з охотою на звіра, з метою отримання їжі для себе та сім'ї. Потім з метою розваги та отримання ігрового адреналіну почали запроваджувати змагальні фізичні вправи (метання, плавання, біг, стрибки, подолання перешкод). У ході розвитку видовищних змагань отримали розвиток фізичні вправи, за допомогою яких можна впливати на окремі функції організму, м'язові групи і навіть м'язи. І, як наслідок, у результаті аналізу фізичної активності особи, що виникала на підставі змагальності й азарту, почав виокремлюватися оздоровчий елемент фізичних вправ, що перетворився у фізичну культуру.

Разом із тим існує інша *функція суб'єкта в межах фізичної культури, коли вона є інститутом оздоровчого комплексу засобів, який науково розроблений та доведений, метою якого є покращення фізичного стану особи та підвищення ефективності життєвого потенціалу, збільшення продуктивності праці*. Інтенсивна фізична робота ставить високі вимоги до функцій основних органів і систем людини. Найповніше резерви організму розкриваються внаслідок постійних тренувань і фізичних навантажень. Нетренованість призводить до погіршення стану серцево-судинної, дихальної та центральної нервової систем [13].

Відповідно, фізична культура охоплює собою науково розроблену систему засобів та способів, націлену на покращення здоров'я суб'єкта, збільшення його фізичного потенціалу, збільшення тривалості життя за допомогою державних програм з розвитку фізичної культури для всіх прошарків населення та запровадження системи державних і не державних закладів фізичної культури, професійних фахівців у цій сфері, інформаційної обізнаності мас, дитячого стимулювання фізичної активності тощо.

Завданнями фізичної культури є: 1) зміцнення та збереження здоров'я, вдосконалення статури, гармонійний фізичний розвиток, підтримання загального рівня функціональних можливостей організму, багаторічне збереження високого рівня працездатності; 2) розвиток усіх основних фізичних якостей – сили, витривалості, гнучкості, швидкості та спритності; 3) створення базової основи для конкретних видів діяльності – трудової, військової, побутової тощо [7].

У сфері суспільних інтересів фізична культура виконує такі функції:

- відтворення робочої сили і підготовки громадян до виробничої і творчої діяльності;
- фізичне, розумове та естетичне виховання громадян;
- удосконалення природних (генетичних) і набутих якостей особи;
- формування у громадян активної творчої життєвої позиції;
- державне будівництво та міжнародне представництво (особливо у сфері спортивної діяльності) [15].

**Висновки.** Отже, *фізична культура* – це частина культури соціуму, в основі якої лежить виховання використання людиною свого фізичного потенціалу для її всебічного і гармонійного розвитку на підставі наукових знань, заснованих на потенційних можливостях і потребах організму.

Підводячи підсумок, можемо виокремити такі головні ознаки фізичної культури:

- 1) це фізична діяльність суб'єкта, що направлена на тренування м'язів та впливає на фізичну сферу організму;
- 2) оздоровлення та покращення фізичного стану, збільшення працездатності та гарного настрою;
- 3) несе в собі культурний та освітянський зміст;
- 4) має системний, триваючий характер діяльності;
- 5) використовує систему спеціальних оздоровчих засобів;
- 6) відсутня ознака змагальності;
- 7) наявна висока самоорганізація суб'єкта;
- 8) історично визначна та науково обґрунтована система;
- 9) не має політичного та ідеологічного забарвлення;
- 10) відсутня матеріальна мотивація.



**Список використаних джерел:**

1. Пітін М.П. Спорт як соціальне явище (Лекція з навчальної дисципліни «Основи теорії і методики спортивного тренування»). URL: <http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/4020/1/>
2. Компоненты структуры спорта. URL: [https://studopedia.su/2\\_53694\\_komponenti-strukturi-sporta.html](https://studopedia.su/2_53694_komponenti-strukturi-sporta.html)
3. Психологія та педагогіка. URL: [https://subject.com.ua/psychology/psyho\\_pedagog/119.html](https://subject.com.ua/psychology/psyho_pedagog/119.html)
4. Короткий курс лекцій з дисципліни «Фізична культура». URL: [https://studme.com.ua/158407204068/meditsina/fizicheskaya\\_kultura.htm](https://studme.com.ua/158407204068/meditsina/fizicheskaya_kultura.htm)
5. Педиатрия: учебное пособие (ВУЗ IV ур. а.) / А.В. Тяжка и др. ; под ред. А.В. Тяжкой. Київ : Всеукраинское специализированное издательство «Медицина», 2008. 584 с. URL: [https://pidruchniki.com/13660102/meditsina/fizichniy\\_rozvitok\\_ditey](https://pidruchniki.com/13660102/meditsina/fizichniy_rozvitok_ditey)
6. Битус И.П., Телюк В.В., Канавалова Е.Е. Влияние оздоровительной физической культуры на состояние организма человека разного возраста. URL: <http://www.google.com.ua/url>
7. Третяк О.С. Вплив фізичної культури на життєдіяльність та здоровий спосіб життя викладачів вишу. URL: [Downloads/VchdpuPN\\_2014\\_118\(3\)\\_69.pdf](Downloads/VchdpuPN_2014_118(3)_69.pdf)
8. Педагогічний словник / за ред. М.Д. Ярмаченка. Київ : Педагогічна думка, 2001. 516 с.
9. Фізична культура в житті людини. URL: <https://studfile.net/preview/8152447/>
10. Круцевич Т.Ю., Безверхня Г.В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення : навч. посіб. Київ : Олімп. л-ра, 2010. 248 с.
11. Encyclopedia Britannica. URL: <http://www.britannica.com/?cameFromBol=true>
12. «Про фізичну культуру і спорт» : Закон України від 24 грудня 1993 р. № 3808-X. URL: <http://lib.exdat.com/docs/404/index-34599.html>
13. Особливості фізичної діяльності людини. URL: <https://works.doklad.ru/view/RLDY0jguXM4.html>
14. Засоби фізичного виховання. URL: <https://works.doklad.ru/view/8BREhiOQaYA.html>
15. Фізична культура як суспільне явище. URL: <https://works.doklad.ru/view/T4b3-ckq5xQ/all.html>

**КОНДУФОРОВА Л. В.,**  
аспірант кафедри адміністративного,  
фінансового і банківського права  
(Навчально-науковий інститут права  
імені князя Володимира Великого  
Міжрегіональної Академії  
управління персоналом)

УДК 342.951

DOI <https://doi.org/10.32842/2078-3736/2020.1-2.5>**ПОНЯТТЯ «ПРИВАТНИЙ ІНТЕРЕС» ТА ЙОГО СПІВВІДНОШЕННЯ  
ІЗ СУМІЖНИМИ ПРАВОВИМИ КАТЕГОРІЯМИ**

Стаття містить аналіз сутнісних рис категорії «приватний інтерес». Автор обґрунтовує, що в межах сучасної української правової доктрини проблематика визначення поняття приватного інтересу залишається недостатньо висвітленою. У статті доведено, що в онтологічному аспекті будь-який інтерес є егоїстичним унаслідок того, що

