

О.В.МАТВЕЕВ

## РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РАЗВИТИИ СОВЕТСКОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

*В СССР уделялось большое внимание физической культуре и спорту с самого зарождения советской власти, физическая культура являлась одной из опор советской идеологии. Целью данного исследования является раскрытие системы физической культуры и спорта в СССР.*

*В статье сравниваются взгляды социалистической и капиталистической системы управления на развитие физической культуры. В исследовании были применены метод системного анализа, проблемно-хронологический и метод актуализации. Данное исследование раскрывает системный характер роли физической культуры в существовании и развитии государства. Автор приходит к выводу, что физическая культура способна эффективно выполнять приведенные в статье функции во внутренней политике современной России. Результаты исследования могут быть использованы при планировании государственной политики в области физической культуры и спорта.*

*Ключевые слова:* физическая культура; физкультурное движение; физическое воспитание; здоровый образ жизни.

Развитие основных форм человеческой деятельности в огромной степени зависит от близости к базису. Долгое время все виды досуговой деятельности, в том числе, и физическая культура, развивалась в форме самодеятельности и не были общественно организованы. Лишь в полисах Древней Греции физическая культура имела общественное значение. В других государствах древности физическую культуру рассматривали либо как средство физического воспитания небольшой части молодежи, либо как зрелище.

Позднее физическая культура приобрела немаловажное значение как элемент воспитания элиты. И именно в таком качестве она стала неотъемлемой частью культуры и в конце XIX века достигла достаточно высокого уровня.

С этого времени мы можем говорить о физической культуре и спорте как части современного образа жизни. Физическая культура стала общественно организованным видом деятельности, которая носит не только массовый характер, но и имеет специальную организацию.

В широком плане физическая культура как общественное явление является частью культуры общества и представляет собой совокуп-

ность условий, выделяемых средств и организаций, направленных на ее совершенствование.

Как часть культуры физическая культура развивается в соответствии с возможностями, предоставляемыми для нее обществом. Поэтому в различных обществах физическая культура неодинаково воплощает в себе общие ценности культуры и нормы воспитания.

Цели, принципы и организационные основы физкультурно-спортивного движения зависят в первую очередь от способа общественного производства, идейной направленности, социальной программы и культурной политики данного общества.

Расширение объема свободного времени, досуга открыло людям новые направления для дальнейшего развития, из-за чего и произошло быстрое расширение «индустрии услуг», в том числе – туризма, спорта и физической культуры.

Используя потребности людей в заполнении досуга, в физической рекреации, в культурном отдыхе, капиталистическое общество развивало специальные отрасли производства, в которых эти потребности воспроизводились в превращенном виде, создавая максимально широкие возможности для накопления капитала.

Именно поэтому наиболее развит был в капиталистических странах профессиональный спорт, с помощью которого у человека развивалась потребность в зрелищах, имеющих ярко выраженный гедонистический характер.

Физическая культура в капиталистических странах развивалась на совершенно иной основе, нежели профессиональный спорт, и стоит ближе к самодеятельности и туризму.

Но индустрия услуг и в этой области стремилась максимально развивать потребность в физической реакции, создавая при помощи рекламы благоприятные условия для сбыта «товара».

Так, в США факт увеличения числа сердечно-сосудистых заболеваний, обусловленный малой подвижностью, и по-прежнему используется для создания рынка сбыта велосипедов (строятся специальные дороги, парки, и т.п.).

Все это показывает, что в условиях западной экономики организация физической культуры и спорта исходила не из потребностей людей, а из интересов увеличения прибыли, которой члены общества должны были служить, участвуя в физкультурной деятельности, т.е. физическая культура отчуждена от человека, как и труд, хотя субъективно это воспринимается не так остро.

Физкультурное движение в нашей стране уже с первых лет Советской власти имело другую направленность. Физическая культура всегда рассматривалась партией как средство морально-политического развития личности.

В решениях XXV съезда особо выделялась функция физической культуры как социально развитой формы заполнения свободного времени: «В целях укрепления здоровья населения и лучшего использования свободного времени совершенствовать организацию активного отдыха трудящихся... Развивать на предприятиях и в учреждениях, в учебных заведениях и по месту жительства населения массовую физкультуру и спорт» [1, с.112].

Являясь развитой формой досуга, физическая культура способствовала социально желательному общению между людьми и, как показывал опыт социального планирования, являлась эффективным средством сплочения коллектива. В трудовых коллективах физическая культура выступала в качестве связующего зве-

на между высшими социальными потребностями (в образовании, искусстве, других формах духовной культуры) и первичными потребностями.

Физическое совершенство в СССР являлось наглядной, относительно легко понимаемой и достигаемой целью, превратившийся в средство мобилизации сил человека для целостного совершенствования его личности. Такой путь к более высоким социальным ценностям особенно был характерен для молодежи.

Красота тела – это одна из наиболее доступных форм красоты, связываемых с более сложным художественным идеалом. Поэтому формирование потребности в физическом совершенстве социально более важно, так как данная потребность в большей степени содержит возможности социального развития, чем потребность в физической нагрузке, а также полнее выражает объективную необходимость в становлении гармонично развитой личности.

Особо следует выделить значение физической культуры как действенной меры борьбы с отклонениями в поведении (злоупотреблением алкоголем, хулиганством, и т.п.).

Наряду с идейно-политическим, нравственным и культурным воспитанием граждан необходимо было обеспечить физическое воспитание [2, с.7], так как способность трудиться, общественная активность и продолжительность трудовой жизни человека самым непосредственным образом зависят от его физических качеств и состояния здоровья. Проблема развития и укрепления здоровья непосредственно была связана с проблемой социально-психологической и физической адаптации человека в рассматриваемое время. Особое внимание уделялось работоспособности людей, способствующей расширению резервов повышения интенсивности и качества труда.

Физическая культура тесно переплетена со здравоохранением. Оба эти института призваны были сохранять здоровье советских людей. Физическая культура, кроме того, являлась средством достижения физического совершенства.

В этом плане важное методологическое значение имело, по нашему мнению, понятие «здоровый образ жизни» [4, с. 250].

В советские годы считалось, что форма деятельности людей, социальных групп по своей

природе имеют сугубо социальный характер. Но человек представляет собой единство социального, психического и физического. Здоровый образ жизни характеризовался именно оптимальной степенью сочетания и единства этих уровней жизни человека [3, с. 95].

Существенной стороной здорового образа жизни считалась гармоничность осуществления физических и духовных возможностей человека, связанная с социальной и психофизиологической активностью в общественно-трудовой и в иных формах деятельности. По существу, все это компоненты здорового образа жизни, составляющие социально-оздоровительное содержание нормальной жизнедеятельности в современных социальных и природных условиях.

Из этого следовало, что социальными показателями здорового образа жизни являлись формы и методы удовлетворения физических и духовных потребностей (труд, быт, отдых и т.д.), способствующие формированию здоровых норм социалистического общежития.

Принцип оздоровительной направленности был одним из основных принципов массовой физкультурной деятельности, вытекающий из целей и задач физической культуры в социалистическом обществе.

Это физическое развитие подрастающего поколения и молодежи, физическое совершенствование взрослого занятого населения, сохранение хорошей физической формы людей пожилого возраста.

Таким образом, физическая культура была направлена на охрану, укрепление и развитие здоровья трудящихся для обеспечения необходимой психофизиологической основы жизнедеятельности.

Примером может быть роль массовой физкультурной деятельности в борьбе с гиподинамией. Научно-техническая революция коренным образом изменила условия труда: значительно сократились физические усилия (в первую очередь мышечная деятельность), уменьшилась двигательная деятельность в быту, механизировались способы передвижения, преобладающей стала умственная деятельность. Ограниченная двигательная активность приводила к упадку сил, затрудняла психическую деятельность.

Массовая физическая культура становится основным способом преодоления несоответствия между потребностью в мышечной активности и условиями жизни [5, с. 112].

Физическая культура выполняла также роль отвлекающей терапии в предупреждении невротических состояний. Ускорение темпа жизни, усиление потока информации, расширение круга общения, активная трудовая и общественная деятельность вызывают психическое напряжение, которое требует разрядки.

Регулярная активная физическая деятельность способствовала, образно выражаясь, «самообновлению» психической дееспособности человека.

Важно постоянное ощущение бодрости и жизнерадостности при регулярных занятиях физическими упражнениями; психически позитивным является также ощущение силы воли к занятиям, направленным на физическое совершенствование, введение в программу своей повседневной жизни этого необходимого компонента образа жизни, который позволяет более организованно выполнять свои обязанности в труде, быту, общественно-политической деятельности.

Физическая культура являлась средством активного полноценного отдыха трудящихся. Особенно важное общегигиеническое значение имели те ее формы, которые осуществлялись на лоне природы, формы, способствующие регуляции вегетативных функций организма.

Наконец, физическая культура для многих советских граждан стала формой самовыражения. Это нагляднее всего проявлялось в большом спорте, но реально ощущалось и на других уровнях.

В большинстве видов спорта мы имеем дело не просто с проявлением физической силы или выносливости, а с целостным выражением человеческой личности или силы коллектива. В этом плане спорт давал человеку многостороннюю удовлетворенность от проявления своих сущностных сил и являлся наряду с другими видами человеческой культуры сферы самовыражения человека. Как и искусство, спорт непрерывно раскрывал новые человеческие способности.

**Литература:**

1. КПСС. Съезд, 25-й. 24 февраля – 5 марта 1976 г. Стенографический отчет. [В 3-х т.] Т. 1. М., Политиздат. 1976, 472 с.

2. Вишневский И.Б. Социализм и физическое совершенствование человека. Ленинград: Изд-во «Знание» РСФСР. Ленингр. организация, 1975, 16 с.

3. Дичев Т.Г., Тарасов К.Е., Проблема адаптации и здоровье человека (методологические и социальные аспекты). М., Медицина, 1976, 116 с.

4. Тарасов К.Е., Черененко Е.К. Социальная детерминированность биологии человека. М., Мысль, 1979, 366 с.

5. Чикин С.Я. Физическое совершенствование человека. М., Знание, 1976, 120 с.

**THE ROLE OF PHYSICAL CULTURE IN THE DEVELOPMENT OF THE SOVIET LIFESTYLE**

[ROL FIZICHESKOY KULTURY V RAZVITII SOVETSKOGO OBRAZA ZHIZNI]

*Oleg MATVEYEV*

Doctor of Historical Sciences, Professor; Financial University under the Government of the Russian Federation; 125167, Moscow, Leningradsky pr., 49; e-mail: matveev4you@mail.ru.

**KEYWORDS:**

physical culture; physical culture movement; physical education; healthy lifestyle.

**ABSTRACT:**

In the USSR great attention has been paid to physical culture and sports since the dawn of Soviet power, physical culture was one of the pillars of Soviet ideology. The aim of this study is to reveal the system of physical culture and sports in the USSR. The article compares the views of the socialist and capitalist control system on the development of physical culture. The study used the method of system analysis, problem-chronological and actualization method. This study reveals the systemic nature of the role of physical culture in the existence and development of the state. The authors conclude that physical culture is able to effectively perform the functions given in the article in the internal policy of modern Russia. The results of the research can be used in planning the state policy in the field of physical culture and sports.

**REFERENCES:**

KPSS. 25-y Syezd. 24 fevralya – 5 marta 1976 goda. Stenograficheskiy otchet. V 3-h tomah. Tom 1. [Communist Party of the Soviet Union. The 25th Congress. February 24 – March 5, 1976. Stenographic report. In 3 volumes. Vol. 1.]. - Moscow, Politizdat. 1976, 472 p.

Vishnevskiy I. Sotsializm i fizicheskoye sovershenstvovaniye cheloveka. [Socialism and Physical Perfection of Man.]. – Leningrad, Publishing house "Knowledge" of the RSFSR, 1975, 16 p.

Dichev T., Tarasov K. Problema adaptatsii i zdorovye cheloveka (metodologicheskiye i sotsialnyye aspekty). [The problem of adaptation and human health (methodological and social aspects).]. – M., Medicine, 1976, 116 p.

Tarasov K., Cherenenko E. Sotsialnaya determinirovannost biologii cheloveka. [Social determinism of human biology.]. – Moscow, Mysl, 1979, 366 p.

Chikin S. Fizicheskoye sovershenstvovaniye cheloveka. [Physical perfection of man.]. – Moscow, Publishing house "Knowledge", 1976, 120 p.

---