

Проте поляки не змирилися з поразкою. Впродовж 1654 р. вогнем і мечем пройшовся по Брацлавщині Стефан Чарнецький. Відчайдушний опір карателям чинили жителі містечка Буша (нині Ямпільського району).

**Список використаних джерел:**

1. Степанков В.С. Пам'ятні місця подій визвольної війни українського народу 1648-1654 рр. на Поділлі / В.С. Степанков. – Хмельницький, 1979 – 200 с.
2. Воронцов О. Поділля у Визвольній війні українського народу 1648-1654 рр. / О. Воронцов, А. Кончак – Вінниця, 1995. – 176 с.
3. Прокопчук В.С. Поділля в період визвольної війни 1648-1654 рр. / В.С. Прокопчук //Майбуття /м . Хмельницький/. – 1995 . – 216 с.
4. Дзьобан О.О. Поділля у визвольній війні українського народу під проводом Богдана Хмельницького / О.О. Дзьобан //Духовні витоки Поділля: Творці історії краю. – Хмельницький, 1994. – 134 с.

*Лілія Корженко*

*Науковий керівник: к.п.н., доц. Паладьєва А.Ф.*

**ВЗАЄМОДІЯ МОВИ І КУЛЬТУРИ У  
ФОРМУВАННІ ЛІНГВОКУЛЬТУРНОГО КОНЦЕПТУ  
COMMUNICATION**

Комунікація є дуже важливою і невід'ємною складовою суспільних відносин. Сьогодні суспільство розвивається дуже швидко. З'являються нові форми спілкування та комунікацій, засновані на соціальному та особистому партнерстві, конкуренції, основах рівності всіх громадян.

Комунікація сьогодні є могутнім засобом, який не тільки формує громадську думку, а й часто впливає на прийняття тих чи інших рішень, сприяє взаємопроникненню і поширенню культур за межі однієї культури.

Взаємодія національної культури і мови є основним для аналізу лінгвокультурного концепту COMMUNICATION. Культура в цьому дослідженні розуміється як сукупність всіх матеріальних і духовних надбань нації, і є історично сформованою системою.

Мова і культура складаються в складно переплетених відносинах: «мова є одночасно і продукт культури, і її важлива складова частина, і умова існування культури.

Більш того, мова - специфічний спосіб існування культури, фактор формування культурних кодів ». Культурі, також як мові, притаманне і універсальне (загальнолюдське) і національно-специфічне. Це - різні

знакові системи, що принципово важливі для справжнього дослідження, де аналізується явище однієї системи на підставі даних, закодованих в знаках іншої системи.

Кількість публікацій про COMMUNICATION в американських засобах масової інформації, Інтернеті, навчальних посібниках постійно зростає, що відображає зростаючу роль комунікації в людському суспільстві і зумовлює необхідність дослідження актуального змісту смислового поля лінгвокультурного концепту COMMUNICATION в американській англомовній картині світу, що є джерелом численних лінгвістичних запозичень, які супроводжують експорт явищ, стандартів і практик сучасного американського суспільства на семантичну карту іра, що відзначається багатьма дослідниками.

Основні теоретичні положення нашого дослідження спираються на праці вітчизняних і зарубіжних дослідників, фахівців в галузі теорії концептуалізації, когнітивної лінгвістики, лінгвокультурології, теорії мови, семантики і прагматики: С.А. Аскольдова, Е. Бенвеніста, Д.С. Лихачова, В. А. Маслової, Ю.Д. Апресяна, Н.Д. Арутюнова, А.П. Бабушкіна, А. Вежбицької, В.І. Карасика, Е.С. Кубрякової, Н.І. Толстого, С.Г. Тер-Мінасова, В.Н. Теля, Е.В. Уринсона, Е.С. Яковлевої, Дж. Лакофф, Ю.С. Степанова, І.А. Стерніната та інших.

Метою дослідження є визначення змісту і опис структури смислового поля лінгвокультурного концепту COMMUNICATION в аспекті його значущості для американської англомовної картини світу. А саме, дослідити понятійну складову лінгвокультурного концепту COMMUNICATION на матеріалі нормативних і народних мовних джерел американської англомовної лінгвокультури (встановити ключову лексему-репрезентант, яка вербалізує лінгвокультурний концепт COMMUNICATION, визначити ядро його смислового поля і описати периферію на різних рівнях).

Лінгвокультурний концепт COMMUNICATION універсальної природи, яка проявляється в його громадській, колективній власності американській культурі в цілому, з одного боку, і впізнаванні його кожним носієм американської англомовної картини світу в індивідуальній конфігурації його смислового поля, з іншого.

Мовна актуалізація концепту COMMUNICATION є своєрідним ключем: «наявність мовного вираження для концепту, його регулярна вербалізація підтримує лінгвокультурний концепт в стабільному, стійкому стані, роблять його загальновідомим». Мовна концептуалізація різна в різних культурах тому концепт характеризується набором його лексичних репрезентацій, специфічних для конкретної культури, тобто він національно специфічний.

Концепт несе в собі ціннісну характеристику: цінним (актуальним) для людини є те, що грає істотну роль в його житті, і, як наслідок, отримує

багатостороннє позначення в мові. Згідно cloud-ної моделі, запозиченої з інтернет-комунікації, кожен індивід знаходить в хмарі суспільно значимого концепту свої, тільки їм затребувані семантичні опції і вливає свої знання в нього. Концепт набуває семантичної щільності деталізації фрагмента реальності, що також доводить його цінність.

Лінгвокультурний концепт динамічний: обриси його смислового поля постійно змінюються. Як онтологічна одиниця він має нежорстку структуру, оскільки «весь час функціонує і актуалізується в різних своїх складових частинах і аспектах», а отже можна говорити про «розмитості ймовірнісної структури концепту»

Лінгвокультурний концепт COMMUNICATION універсальної природи, яка проявляється в його громадській, колективній власності американській культурі в цілому, з одного боку, і впізнаванні його кожним носієм американської англомовної картини світу в індивідуальній конфігурації його смислового поля, з іншого.

Мовна актуалізація концепту COMMUNICATION є своєрідним ключем: «наявність мовного вираження для концепту, його регулярна вербалізація підтримує лінгвокультурний концепт в стабільному, стійкому стані, роблять його загальновідомим». Мовна концептуалізація різна в різних культурах тому концепт характеризується набором його лексичних репрезентацій, специфічних для конкретної культури, тобто він національно специфічний.

Концепт несе в собі ціннісну характеристику: цінним (актуальним) для людини є те, що грає істотну роль в його житті, і, як наслідок, отримує багатостороннє позначення в мові. Згідно cloud-ної моделі, запозиченої з інтернет-комунікації, кожен індивід знаходить в хмарі суспільно значимого концепту свої, тільки їм затребувані семантичні опції і вливає свої знання в нього. Концепт набуває семантичної щільності деталізації фрагмента реальності, що також доводить його цінність.

Лінгвокультурний концепт динамічний: обриси його смислового поля постійно змінюються. Як онтологічна одиниця він має нежорстку структуру, оскільки «весь час функціонує і актуалізується в різних своїх складових частинах і аспектах», а отже можна говорити про «розмитості ймовірнісної структури концепту».

Отже, концепт COMMUNICATION розглядається в нашій публікації як одиниця універсального коду, що забезпечує взаєморозуміння та соціальна взаємодія представників американської лінгвокультури. Як ментальне утворення концепт може бути досягнутий на підставі того, як він актуалізований чуттєвим чином, тобто мовним знаком. Американський варіант англійської мови є інтегральною частиною культури США, тому важливо визначити, в яких саме мовних знаках актуалізується лінгвокультурний концепт COMMUNICATION, і як в них відображено національну свідомість американської нації.

**Список використаних джерел:**

1. Косенко Ю. В. Основи теорії мовної комунікації: навч. посіб. / Ю. В. Косенко. – Суми : Сумський державний університет, 2011. – 187 с.
2. Мак-Квейл Д. Теорія масової комунікації / переклади з англ. О. Возьна, Г. Сташків / Д. Мак-Квейл. – Львів : Літопис, 2010. – 538 с.
3. [WWW.Americancorpus.org](http://WWW.Americancorpus.org)
4. [www.sil.org/LinguaLinks/lexicon/MetaphorsEnglish](http://www.sil.org/LinguaLinks/lexicon/MetaphorsEnglish)

*Леонід Коханівський*

*Науковий керівник: викл.Козловська С.О.*

**ВДОСКОНАЛЕННЯ ГНУЧКОСТІ ЗАСОБАМИ  
СТРЕТЧИНГУ**

Сьогодні дуже актуально займатися стретчингом, одним з напрямків фітнесу, якому не більше двадцяти років. Підходить цей комплекс людям будь-якого віку, з різними захворюваннями і може бути застосований як для нарощування м'язової маси, так і для розслаблення і відновлення після серйозних перенесених травм. У кожному конкретному випадку підбирається відповідний комплекс.

Стретчинг (stretching — розтягування) — гімнастика з плавним розтягуванням всіх м'язів, з повільним їх розігрівом. Спеціально розроблений комплекс вправ, спрямований на те, щоб всі суглоби стали рухливими й гнучкими, а м'язи підтягнутими і еластичними.

Загальновідомим є той факт, що вдосконалення гнучкості має велике значення для розвитку рухових якостей і фізичного стану людини, ступінь розвитку гнучкості вказує «біологічний» вік, оскільки формування цієї фізичної якості обмежено достатньо жорсткими віковими рамками. Таким чином, виховання гнучкості у студентів є однією з актуальних проблем фізичного виховання і спорту [1, с. 66–67].

Основним завданням стретчинга є плавне розтягування і поступове зміцнення м'язів тіла. При цьому відбувається здорове кровопостачання, передумови для зростання м'язової тканини, яка витісняє жировий прошарок.

Є кілька правил правильного розтягування. Перше й найважливіше - краще робити розтяжку менше, ніж занадто сильно. Ви повинні почувати лише легку напругу в м'язах, що розтягуються. Це має велике значення й тому, що фізіологічно м'яз, при перенапрузі, може рефлекторно скоротитися, замість того, щоб розслабитися [3].

Друге правило стосується часу. У кожній позі розтягання необхідно перебувати протягом 10-30 секунд, а саме доти, поки не зникне навіть легка