

ФРУНЗ КАЗАРЯН

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ: СУЩНОСТЬ, СОДЕРЖАНИЕ, ПЕРСПЕКТИВЫ

(Армянский государственный институт физической культуры)

1. ИСТОКИ И СУЩНОСТЬ. Исполон веков известно, что труд является лучшей школой жизни и он научил людей ходить, бегать, прыгать, метать и ловить, ползать и лазить, поднимать и переносить тяжести, тянуть и толкать, плавать и уметь сохранять равновесие, сопротивляться противнику и увертываться от него. Все эти способности и составляют тот неоценимый фонд культурных приобретений общества, который по праву можно назвать обязательным условием всякой двигательной деятельности, даже самого существования человека. В основе этого лежит физическое воспитание, как одна из сторон всестороннего и гармоничного развития личности.

Своими истоками физическое воспитание уходит в недра греко-эллинистической цивилизации, где впервые появилась врачебная гимнастика и где основным средством ее являлись физические упражнения. Позже зародились древние афинская и спартанская системы физического воспитания, затем римское и армянское военно-физическое воспитание, рыцарское воспитание эпохи феодализма и Средневековья, элементы спортивного и комплексного воспитания в период Ренессанса, Классицизма, Просвещения, Нового времени. Следовательно, в различных социально-экономических формациях сущность и содержание

физического воспитания были неадекватны. Так, в первобытном обществе оно имело подражательный характер, прикладную направленность и было всеобщим. Здесь использовался широкий спектр средств физического воспитания, существовала тесная связь ее с трудовой деятельностью и впервые зародились элементы знаний о физическом воспитании. В рабовладельческом обществе, в связи с появлением классов, физическое воспитание стало приобретать классовый характер, военизироваться, подвергаться действиям культа: отмечалась также дифференциация ее средств, появились первые системы физического воспитания и военно-физической подготовки в Афинах и Спарте, отголоски которого нашли отражение и в древней Армении. В феодальном обществе сохранился классовый характер физического воспитания, его военная направленность, возникла рыцарская система воспитания, зародились системы физического воспитания в разных странах, еще более расширились средства физического воспитания, появились новые виды спорта и рекреации. В капиталистическом обществе переход от феодального способа производства к капиталистическому привел к изменению идеологии, условий жизни народа, что отразилось и на физическом воспитании. Бурное развитие биологии, физиологии, педагогики, психологии способствовало научному обоснованию многих положений физического воспитания. Повысилась заинтересованность господствующих классов в физическом воспитании населения, усилилась ее связь с элементами общественной жизни. В странах западной Европы возникли классические системы физического воспитания И.Х.Гутс-Мутса, Г.Фита, Ф.Яна, А.Шписса, Ф.Ам.Амороса, Ж.Демени, Ж.Эбера, П.Линга, Н.Бука, М.Тырша, К.Гаульгофера, П.Лесгафта, Т.Мюллера, Ж.Далькроза и других.

Ретро взгляд в прошлое показывает, что прогрессивные деятели прошлых эпох в течение многих столетий очень внимательно занимались вопросами физического и духовного совершенствования личности, главным средством которого считалось физическое воспитание. Проблема эта волновала умы философов Древней Греции (Платона и Аристотеля), гуманистов Средневековья (Ф.Рабле и М.Монтеня), выдающихся педагогов Нового времени (Я.А.Коменского, Ж.Ж.Руссо, И.Г.Песталотци), основоположников утопического социализма (Т.Мора, Т.Кампанелла, Ш.Фурье, Р.Оуэна), прогрессивных демократов, ученых и просветителей (М.В.Ломоносова, Н.Г.Чернышевского, К.Д.Ушинского, П.Ф.Лесгафта, М.Налбандяна, Х.Абовяна, Г.Агаяна и многих других).

Физическое воспитание - это широкое общественное явление. Оно пронизывает все стороны деятельности человека, взаимосвязано со всеми сферами социальной, экономической, политической, культурной жизни народа, должно быть внедрено в повседневную жизнь человека, помогать организации досуга и рекреации, лечить тысячи заболеваний, восстанавливать утраченные силы.

С этой точки зрения физическое воспитание является видом общения, в процессе которого происходит передача двигательного опыта. Именно это и другие факторы обусловили возникновение физического воспитания в родовом обществе и его дальнейшее развитие и совершенствование в последующих периодах эволюции.

Изучение истории развития физического воспитания как социального явления показывает, что оно началось на заре цивилизации, является самой древней фазой и видом воспитания и результатом социальной эволюции человека. Естественно -

исторической основой физического воспитания служили материальные условия жизни общества, трудовая деятельность и осознание человеком возможности развивать и тренировать свои двигательные способности. Постепенно физическое воспитание превратилось в науку об общих закономерностях физического воспитания человека как педагогического процесса, в науку об универсальном законе развития живой природы путем воздействия движений на организм. Иначе, эта наука об общих законах педагогического управления процессом физического совершенствования личности. Если кибернетика (Н.Винер, 1958) является наукой об общих закономерностях управления в технике, природе, обществе, то в физическом воспитании мы сталкиваемся с частным случаем управления - управления физическим состоянием человека (Ж.Демени, 1895; А.А.Зикмунд, 1924; А.Д.Новиков, 1949; Л.П.Матвеев, 1991; Ф.Г.Казарян и А.А.Григорян, 1997; Р.Т.Меликсетян, Ф.Г.Казарян, 1987).

От укрепления здоровья и формирования прикладных двигательных навыков через развитие двигательных возможностей человека и формирование его личности и поведения посредством физических упражнений - такой была и есть логика исторического развития содержания практики физического воспитания. В основе методики физического воспитания лежит известный закон - закон упражнения Ж.Б.Ламарка (1744-1829). Он гласит: "У всякого животного, не достигшего предела своего развития, более частое и более длительное употребление какого-нибудь органа укрепляет мало-помалу этот орган, развивает и увеличивает его, придает ему силу, соразмерную длительности употребления, между тем как постоянное неупотребление того или иного органа постепенно ослабляет его, приводит к упадку, непрерывно уменьшает его

способности и, наконец, вызывает его исчезновение" (Ж.Б.Ламарк, 1955, с.341-342).

Следовательно, движения человека - это наиболее крупная "единица" жизненной активности человека, важная категория отношения его к окружающей действительности, специфический процесс целенаправленной деятельности, отражающий отношение к жизни. Этот процесс следует называть физкультурной деятельностью. Такими же видами на примере других профессий является врачебная деятельность, педагогическая, инженерная и другие.

Для своего развития органы и системы человека должны получать определенные раздражения. Такими раздражителями являются: пища для желудка, зрительные объекты - для глаз, музыка - для развития слуха и т.п. В физическом воспитании для полноценного развития организма такими раздражителями являются физические упражнения.

В своей элементарной форме физическое упражнение представляет собой практическое отношение взаимодействия между организмом и его движением. Поэтому исходным пунктом, элементарной клеточкой и основной единицей и объектом практики физического воспитания является физическое упражнение. Физические упражнения, если они правильно подобраны и дозированы, положительно воздействуют на физическое развитие, двигательную подготовленность и функциональные возможности занимающихся, конечным результатом которого является физическое совершенство человека.

Следовательно, о физическом воспитании следует говорить тогда, когда человек сознательно использует особые движения или двигательные действия для развития своих двигательных и

функциональных возможностей, опираясь на определенные педагогические закономерности. Поэтому физическое воспитание выступает как индивидуальный процесс развития и совершенствования органов и функций человека с помощью специальных движений. В то же время, учитывая, что физическое воспитание как педагогическое явление служит процессу формирования личности, можно отметить, что идеальный эффект физического воспитания зависит не только от характера взаимоотношений организма и движений, но и от взаимоотношения между воспитуемым и воспитателем, культурой и человеком, обществом и личностью.

Физическое воспитание в отличие от других сторон - умственное, трудовое, эстетическое, нравственное воспитание, имеет ряд отличительных черт. Оно начинается задолго до рождения, продолжается всю жизнь, охватывает все возрастно-половые контингенты населения, это многолетний и систематический процесс. Как особый специфический вид воспитания физическое воспитание имеет образовательную и воспитательную направленность. Обе эти стороны тесно взаимосвязаны и образуют единый педагогический процесс с присущими дидактическими признаками, реализуемыми в двигательной деятельности. И, наконец, отличительной чертой физического воспитания является развивающий характер, конечным результатом которого является развитие культуры движений, достижение физического совершенства, формирование личности и развитие социальных отношений.

2. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК ОБЛАСТЬ НАУЧНЫХ ЗНАНИЙ И УЧЕБНАЯ ДИСЦИПЛИНА. Теория физического воспитания является педагогической, научно-учебной

дисциплиной, созревшей и вышестоявшей в лоне общей педагогики. Ее следует рассматривать как отрасль педагогики, профилированную применительно к особенностям физического воспитания. Это - наука синтетическая. Опираясь на достижения естественных, общественных и собственно педагогических дисциплин, теория физического воспитания исследует общие законы физического воспитания и конкретные формы их проявления в теории и практике физического воспитания различных возрастных контингентов населения.

Теория физического воспитания находится на стыке многих наук: педагогики, психологии, физиологии, антропологии, социологии, математики, кинезиологии и др. Однако это не означает, что в ряду названных наук она не имеет своей специфики, своего объекта и предмета. Теория физического воспитания не промежуточная наука между биологией и педагогикой или биологией и социологией. В ней биологические явления используются для познания педагогических закономерностей физического воспитания.

Для современного состояния теории физического воспитания характерно, что она стала точной педагогической наукой, наукой которая на основе познания настоящего способна видеть будущее, способна проектировать физические и духовные способности подрастающих поколений. Еще в древности было установлено, что с помощью физических упражнений можно стимулировать физическое развитие человека и укреплять здоровье. В этой связи физическое воспитание - традиционный предмет образования человека во все времена, во всех странах и у всех народов.

Сквозь призму генеральных отраслей знания, физическое воспитание, наряду с другими предметами (язык, математика,

химия и др.), имеет соответствующую доминантную направленность на обеспечение общего физического образования личности и предусматривает изучение 15 смежных учебных дисциплин (В.С.Леднев, 1989).

Теория физического воспитания - научно-практическая дисциплина. Как научная дисциплина, она выявляет, истолковывает и обобщает факты, имеющие отношение к физическому воспитанию, как практическая - вооружает знанием средств, методов и форм физического совершенствования. На сегодня в Армении защищено более 100 диссертационных работ в области физического воспитания и спортивной тренировки.

В мире кадры по физическому воспитанию готовят около трех тысяч университетов, академий и институтов физической культуры, в том числе и Армянский государственный институт физической культуры. Первым учебным заведением считается гимнастический институт в Копенгагене, основанный в 1799г. (Ж.Демени, 1895).

3. АРМЯНСКИЕ МЫСЛИТЕЛИ И ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ. В армянской действительности, в научно-общественной мысли впервые высоко поднял вопросы физического воспитания и заложил основы их практического претворения в школе Х.Абовян (1805-1848). Он прекрасно знал системы физического воспитания тех времен, в своем учебнике для школ отдельный раздел посвятил физическому воспитанию. Идеи Х.Абовяна продолжили С.Мандинян, Арт.Будутян, Петрос Шамшян, Н.Зораян, Х.Степане, О.Хиндян. Видный армянский публицист Гр.Арцруни (1845-1892) видел в физическом воспитании средство организации молодежи и морально-волевого воспитания.

Одной из первых книг, где говорилось о физическом воспитании и здравоохранении детей является двухтомник врача Сервиче (Серовбе Виченяк) - "Манкатацутюн" (1844), где разработаны вопросы естественного физического воспитания. В дальнейшем работы подобного характера были опубликованы А.Бабаяном, Г.Ованесяном, В.Арцруни, Л.Тиграняном, В.Торгомяном, А.Будагяном, А.Такворяном и другими.

Великий армянский демократ-просветитель М.Налбандян (1829-1866) рассматривал физическое воспитание как процесс овладения (обучения) движением, а упражнение как одно из главных условий развития организма человека. Именно в этом направлении он намного опередил основателя русской системы физического воспитания П.Ф.Лесгафта (1837-1909), тем самым заложив основы содержания "физического образования".

О тесной взаимосвязи физического воспитания с другими сторонами комплексного воспитания утвердительно писали многие армянские мыслители и педагоги - М.Налбандян, Х.Абовян, Г.Паткян, Г.Агаян, Г.Арцруни и др. Особую ценность представляют разработки докторов медицины Л.Тиграняна и А.Бабаяна, публицистов Гр.Арцруни и Ст.Назарянца, этнографов Ер.Лалаяна и Вач.Арцруни, писателей Р.Паткяна, Рафф, П.Прошяна.

В 1870-х гг. вопросы физического воспитания получили свое научное толкование в ряде публикаций армянских педагогов и мыслителей. Так, А.Амирханянц в газете "Масис" в 1872г. писал: "Если в школе нет физкультуры, то она не достигнет своей цели. Физкультура не только средство гармонического физического и морального воспитания. Физкультура важна настолько, насколько важны армянский язык и математика" (Ц.Р.Симонян, 1967). И

совершенно не случайно, что еще сто лет назад в гимназии Санасарян в недельном учебном режиме урокам математики, языков и физического воспитания отводилось одинаковое количество часов (С.С.Гаспарян, 1996).

В истории армянской педагогики Г.Агаян (1840-1911) впервые более подробно, чем современные ему известные педагоги, разработал общие вопросы физического воспитания и особенно его связи с трудовым воспитанием. В развитии физического воспитания армянского народа и характеристики ее системы большая заслуга принадлежит врачу Л.Тиграняну (1842-1906), который с 1881. на собственные средства издавал ежемесячник "Арохчапаакан терт", каждый четвертый номер которого посвящал вопросам физического воспитания.

В XX в. серьезный вклад в развитие армянской теории и методики физического воспитания внесли А.А.Тер-Ованесян (1907-1996), Г.Е.Парсаданян (1902-1983), Ф.Г.Казарян, Р.Т.Меликсетян, Р.Н.Азарян, С.А.Гониянц и другие.

4. ПЕРСПЕКТИВЫ. На протяжении всей истории человечества забота о физическом воспитании занимала одно из важных мест в быту народов всех стран мира. Наряду с устным, песенным, танцевальным и другими видами творчества, физическое воспитание всегда составляло часть народной, а впоследствии национальной культуры, своеобразно развиваясь в каждом отдельном случае, приобретая свои особенности и различные формы. Это со всей определенностью подтверждает, что нет в мире народа у которого не было бы своих видов физических упражнений и подвижных игр, составляющих один из элементов культуры и быта. Подтверждением этому служит наличие мировой сокровищницы средств физического воспитания людей, большого

количества самобытных физических упражнений и подвижных игр, часть из которых не только продолжает бытовать у того или иного народа, но и получила широкое развитие и вышла на арену международного спорта.

В цивилизованных странах значительно возрастает роль физического воспитания, как социального, оздоровительного, философского и методологического явления. Сегодня более 80% японцев и датчан, 70% канадцев, 65% норвежцев, 60% американцев, 50% немцев в той или иной мере приобщены к ежедневным занятиям физическими упражнениями. По нашим примерным расчетам сегодня 2-3% армян с целью сохранения здоровья в основном самостоятельно выполняют физические упражнения различного характера.

Теория физического воспитания тесно связана с инновационными процессами. Это разработка новой ее концепции, создание обновленной системы методик учебного процесса, переход от монолога к диалогу при проведении занятий, гуманизация профессиональной деятельности, необходимость более творческого и практического мышления у студентов.

Все шире права гражданства получает так называемое "воспитание обучением". Оно предусматривает укрепление здоровья, формирование правильного телосложения, развитие сенсомоторных умений и навыков, воспитание наиболее важных двигательных способностей, а также привитие гигиенических навыков и интереса к ежедневному выполнению комплекса физических упражнений.

Что касается развития теории физического воспитания в наступившем веке, то в основу современных исследований будет положено переосмысление подхода к физической культуре,

физическому воспитанию подрастающего поколения, акцентирующего внимание преимущественно на двигательной сфере, она превратится в общую науку о возможностях двигательного совершенствования человека и путях управления функциональным состоянием организма. В повседневную жизнь людей войдут компьютеризованные тренажерные системы, которые будут использоваться в физкультурно-оздоровительной, рекреационной, реабилитационной работе, на конкурсах красоты и культуры движений. Усилится роль научного поиска, призванного обеспечить высокую результативность физического воспитания в развитии личности, проникнуть в тайны человеческого организма, выявить его резервы и возможности. В результате систематического и организованного физического воспитания человек должен научиться реализовывать свои двигательные и умственные способности, самостоятельно заниматься физическими упражнениями и уметь оценивать состояние своего здоровья, управлять своими движениями в соревновательной деятельности. Центральной проблемой должна оставаться взаимосвязь и единство физического воспитания с другими видами воспитания.

Сегодня, как и раньше физическое воспитание выступает как общественное явление растущего политического, экономического, культурно-воспитательного и оздоровительно-рекреационного значения.

ЛИТЕРАТУРА

- Винер Н.
Гаспарян С.С. Кибернетика и общество. - М.: -1958, 167с.
- Дементи Ж. Каринская система образования во II-ой половине XIX и начале XX века: Автореф. дис. кн. (на арм. языке). - Ереван: 1996, 18с.
- Зикмунд А.А. Научные основы физического воспитания. - М.: 1895, 129с.
- Казарян Ф.Г., Григорян А.А. Физическое воспитание. Курск: 1924
- Ламарк Ж.Б. Теория физического воспитания (на арм. языке): учебник. - Ереван: Периодика. - 1997 - 168с.
- Леднев В.С. Философия зоологии. - Избранные произведения. - М.: АН СССР - 1955, т. I - с.341-342.
- Матвеев Л.П. Содержание образования - М.: Высшая школа, 1989, 360с.
- Меликсетян Р.Т., Казарян Ф.Г. Теория и методика физической культуры: учебник. - М.: ФиС - 1991.- 543с.
- Новиков А.Д. Общие основы теории физической культуры: учебное пособие. - Ереван: Луйс. - 1987. - 241с.
- Парсаданян Г.Е. Физическое воспитание. - М. - Л.: ФиС. - 1949, 72 с.
- Симонян Ц.Р. Физическое воспитание в армянской школе в XIX и начале XX века: Диссертация... к.п.н, Ереван: 1956. 131С.
- Теоретическое обоснование вопросов физического воспитания в армянской действительности XIXв. (1840-1900гг.) – Материалы зак. конф. по истории физич. Культуры. - Ереван: 1967, с.27.