

А. С. Хорькова, М. Д. Малкова

## **ЗАРОЖДЕНИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ О ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ**

*С древних времен вопросы и проблемы воспитания и образования всегда занимали одну из наиболее важных позиций среди прочих государственных задач. Причем каждая эпоха вносит свои концептуальные новшества в понятие воспитания, то есть содержание и методы его хронологически меняются, но цель всегда одна – воспитать всесторонне развитую личность в рамках достигнутого прогресса, которая смогла бы существовать в определенной исторической обстановке. В статье особое внимание уделяется развитию философских и педагогических идей древнегреческого физического воспитания, отражающихся в работах ученых того времени, а также других представителей научной мысли. Также сделан акцент на высказывания древних философов и ученых, а также их суждения и ценные мысли о физическом воспитании как составной части общего воспитания и образования.*

*Ключевые слова: история физической культуры, философия, философы, Древняя Греция, педагогическая теория физического воспитания, эпоха Возрождения.*

### **"EMERGENCE OF THEORETICAL KNOWLEDGE ON PHYSICAL EDUCATION"**

*Since ancient times, the issues and problems of upbringing and education have always been one of the most important positions among other state objectives. Each era makes its own conceptual innovations in the notion of education, that is, the contents and methods of chronological change, but the goal is always the same: to cultivate comprehensively developed person in the framework of progress, which could exist in a particular historical setting. In the article special attention is paid to the development of philosophical and pedagogical ideas of the ancient Greek physical education, reflected in the works of scientists of that time, as well as other representatives of the scientific thought. The author focuses on the sayings of ancient philosophers and scientists, and their opinions and valuable ideas about physical education as an integral part of General education.*

*Key words: history of physical culture, philosophy, philosophers, Ancient Greece, teaching theory of physical education, Renaissance.*

---

В Древней Греции происходило зарождение педагогической теории физического воспитания. В литературе древних философов и ученых – Платона, Аристотеля и других – высказано немало суждений и ценных мыслей о физическом воспитании как составной части общего воспитания и образования.

Знаменитые древнегреческие и древнеримские философы и врачи в своих сочинениях отмечали, что физическую культуру необходимо использовать для укрепления здоровья и воспитания молодежи. Физическая культура в рабовладельческих государствах была одним из основных средств создания военной мощи и подготовки эксплуататоров для угнетения трудящихся масс. Средства физической культуры, рожденные трудовыми потребностями, в состязательных играх рабовладельцев и турнирах феодалов теряют связь с трудом. Рабовладелец и феодал считали для себя позором трудиться и производить материальные блага [3].

Сократ (469–399 гг. до н. э.) в беседах с учениками осуждал фокусничество и трюкачества танцовщиц и восхищался юношами, занимающимися в палестрах и гимнасиях.

Платон (427–347 гг. до н. э.) называл хромыми тех, кто не научился читать и писать, бегать и плавать. В основе предложенного Платоном образования и воспитания, особенно «стражей» государства, гимнастическое и мусическое искусство; музыка – для духовного совершенствования, атлетика – для тела. В обучении и воспитании Платон различал три возрастных периода: до 7 лет, когда ребенок, находясь в семье, участвовал в играх; в 7–10-летнем возрасте необходимы еще занятия гимнастикой; от 10 до 20 лет обязательно посещение частных и государственных школ, главная цель которых заключалась в подготовке мо-

лодежи к защите отечества. Обучение в школах, по Платону, не должно быть принудительным и позволять старшим наблюдать за склонностями и успехами занимающихся, особенно при отборе наименее способных и наилучших.

Аристотель (384–322 до н. э.) – крупнейший ученый и философ, воспитатель Александра Македонского, ученик Платона. Классики марксизма-ленинизма высоко ценили учение Аристотеля о диалектике. Он выдвинул идею о единстве формы и содержания, о развитии всего сущего. По Аристотелю, тело и душа человека существуют неразрывно. Трех родам души (растительной, волевой и разумной) соответствуют три стороны воспитания: физическое, нравственное и умственное. Физическое воспитание предшествует умственному. В трактате «Политика» Аристотель указывал, что «мальчиков должно (прежде всего) отдавать в руки учителей гимнастики и педотрибов: первые приведут в надлежащее состояние их организмы, а вторые будут направлять соответствующим образом их занятия гимнастикой». Аристотель, в отличие от Платона, порицал спартанскую систему воспитания за ее суровость и тяжелые упражнения. Он был против того, чтобы гимнастическому образованию придавали «атлетическое» направление, что, по его мнению, мешает естественному развитию детей. Аристотель справедливо считал, что «слишком усиленное и недостаточное занятие гимнастикой губит телесную силу, точно так же и недостаточная или излишняя пища и питье губят здоровье, в то время как пользование ими в меру рождает, сохраняет и увеличивает здоровье».

Гиппократ (460–356 гг. до н. э.) называют отцом медицины. Он учил врачей лечить больного, а не болезнь и отрицал сверхъестественное божественное происхождение заболеваний. Гиппократ обосновал принципы лечения больного средствами физической культуры и предложил диету питания, режим дня, а также гигиенические требования для занимающихся гимнастикой и агонистикой. Здоровый, сильный и отважный человек, наделенный непреклонной волей к победе, вдохновлял и привлекал внимание Гиппократа, впервые предложившего сочетать философию с медициной и медицину с философией. Гиппократ много путешествовал и рекомендовал грекам изучать нравы и обычаи других народов. Отмечая бесстрашие и дисциплинированность народов, проживавших на территории СССР, Гиппократ предлагал использовать их методы обучения верховой езде, стрельбе из лука и способы предупреждения травматизма.

Клавдий Гален (131–201) в школе города Пергама восстанавливал здоровье гладиаторов, получивших ранения и увечья на арене цирка. Он предложил комплексы упражнений для повышения артистичности участников публичных выступлений и описал девять видов массажа для гладиаторов перед выступлением на арене и после сражений. Гален изложил основы анатомии и физиологии. Отделив «гигиастiku» Гиппократа от гимнастики, возводит в ранг особых наук гигиену физических упражнений и гигиену питания.

Материалистический подход к пониманию влияния внешней среды на организм человека и значения диеты, гимнастики, ванн, массажа определял систему взглядов Галена – «здоровье человека». Он считал, что физические упражнения могут заменить все лекарства, но лекарства, все вместе взятые, не в состоянии заменить физических упражнений. Общественно-педагогическая деятельность К. Галена способствовала тому, что рабовладельческая знать стала строить термы – своеобразные бани с бассейнами, массажными комнатами и залами для физических упражнений. В этих термах с великолепными садами рабовладельцы развлекались, посещая друг друга. Развалины наиболее величественных и грандиозных терм сохранились по настоящее время.

Эпоха Возрождения ознаменована борьбой со схоластикой в области воспитания и образования. Нарождавшаяся буржуазия не могла довольствоваться богословской философией и церковной культурой, не хотела примириться с проповедями аскетизма и презрительным отношением к физическому воспитанию. Она создавала свою идеологию, свою систему воспитания, свою культуру [1].

Развитие науки дало в руки ученых много новых научных фактов. Так, итальянский ученый, инженер, живописец и поэт Леонардо да Винчи (1452–1519) изучил пропорции тела человека и механику его движений. В своих научных мыслях он предвосхитил создание лета-

тельных аппаратов, велосипеда, акваланга. Англичанин Уильям Гарвей (1578–1657) открыл законы кровообращения и положил начало изучению физиологии человека. Голландец Андреас Везалий (1514–1564) исследовал анатомическое строение человеческого тела.

Гуманистов, идеологов эпохи Возрождения Ф. Энгельс называл «титанами» человеческой мысли. Во всех дворянских учебных заведениях Италии в эпоху Возрождения обязательным предметом было фехтование, и первые работы по теории фехтования были написаны итальянскими авторами – Пьетро Мончо (1509) и Акиле Мороццо (1536). В одном из лучших воспитательных заведений Италии – «Доме радости» – работал выдающийся представитель гуманизма Витторино да Фельтре (1378 – 1446), проводивший в жизнь духовное, физическое и нравственное развитие учащихся.

В отличие от других средневековых школ, в «Доме радости» было много света и занятия физическими упражнениями проводились на свежем воздухе. Витторино да Фельтре не допускал телесных наказаний и широко использовал народные игры, развивавшие физическую силу, ловкость и изящность манер. Философ Лоренцо Валла (1407–1457) в диалоге «О наслаждении как истинном благе» утверждал, что наслаждение в школах не сводится к одним лишь физическим удовольствиям и безграничному эгоизму. Наслаждения в «Доме радости» отождествлялись с пользой для организма, и человек должен руководствоваться, по мнению Л. Валла, этой пользой на протяжении всей своей жизни.

В целях оздоровления детей привилегированных классов врач Иероним Меркуриалис (1530–1606) в сочинении «Об искусстве гимнастики» описал возникновение и развитие физических упражнений и классифицировал их по трем группам: лечебные («истинные»), военные («жизненно необходимые») и атлетические («ложные»). Упражнения последней группы, по Меркуриалису, вызывают чрезмерные напряжения в организме, особенно в соревновательной и игровой ситуациях. Он осуждал также излишества в пище, вине, сне и рекомендовал плавание и имитацию боя с тенью. Меркуриалис призывал воспитывать у молодежи средствами физической культуры изящные манеры и нравственные качества.

Французский писатель Франсуа Рабле (1494–1553), автор знаменитого романа «Гаргантюа и Пантагрюэль», в котором он отразил эпоху французского возрождения, писал на родном языке и представил схоластическую средневековую школу как «готический и варварский туман», временно окутавший человечество. В сочинениях Рабле феодалы – невоспитанные забияки, ненасытные обжоры и пьяницы. О популярности первых книг романа свидетельствует тот факт, что за два месяца было продано больше экземпляров, чем библий за девять лет.

Ф. Рабле описал образец «идеального» общежития – «Телемскую обитель», располагавшую бассейном и баней, стадионом и ипподромом, манежем и парком, псарней и хищными птицами для охоты. Рабле рекомендует учителям школ ряд методических приемов в обучении перескакивать с коня на коня, фехтовать кинжалом и мечом, рапирой и шпагой, овладевать способами плавания на груди, спине и боку, а также лазанием по лестницам, канатам, деревьям, скалам и другие умения и навыки. Рабле восхищается храбростью, силой и ловкостью воспитанников «Телемской обители», где физическое воспитание занимало равноправное положение наряду с другими дисциплинами.

Ранние социалисты-утописты Томас Мор (1478–1535) и Томмазо Кампанелла (1568–1639) в своих сочинениях критиковали феодальные и появившиеся в недрах феодализма буржуазные порядки, рисовали в своих сочинениях идеальный общественный строй, несоместимый с классовым обществом. Т. Мор обосновал идею соединения теоретического образования с физическим воспитанием и трудом при твердом режиме дня. В его «Утопии» общество несет ответственность за воспитание подрастающего поколения и проявляет заботу о здоровье всех граждан.

Т. Мор и Т. Кампанелла не могли освободиться от религиозного влияния и рекомендовали священников в воспитатели. Т. Кампанелла для жителей утопического «Города Солнца» сочинил даже специальную молитву о здоровье тела и духа, хотя активно выступал против католического мракобесия и деления общества на богатых и бедных. Его не сломили попытки за участие в революционной борьбе и четверть века заключения в тюрьме. В «Городе Солн-

ца» Т. Кампанеллы женщины равноправны с мужчинами и освобождаются от тяжелого физического труда, а дети с двухлетнего возраста охвачены планомерным физическим воспитанием. Т. Кампанелла описал физические упражнения, формирующие красоту тела, и рекомендовал правила нравственности, гигиены и здорового режима «соляриям» - жителям «Города Солнца».

Сочинения социал-утопистов, как и гуманистов эпохи Возрождения, явились источниками теоретического обоснования систем физического воспитания в новое и новейшее время. Великая правда утопистов о необходимости уничтожения частной собственности на средства производства – источника всех бедствий трудящихся масс – впоследствии воплотилась в гениальном учении основоположников научного коммунизма [4].

### **Литература**

1. Голощапов, Б. Р. История физической культуры и спорта [Текст] : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Б. Р. Голощапов. – Москва : Академия, 2013. – 423 с.
2. Деметер, Г. С. Очерки по истории отечественной физической культуры и олимпийского движения [Текст] : учебное пособие / Г. С. Деметер. – Москва : Издательский центр «Советский спорт», 2007. – 322 с.
3. Мельникова, Н. Ю. История физической культуры и спорта [Текст] : учебник / Н. Ю. Мельникова, А. В. Трескин ; под ред. Н. Ю. Мельниковой. – Москва : Советский спорт, 2013. – 392 с.
4. Столбов, В. В. История физической культуры : учебник / В. В. Столбов, Л. А. Финогенова, Н. Ю. Мельникова ; под. ред. проф. В. В. Столбова. – Москва : Физкультура и спорт, 2000. – 288 с.