

**ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ДОРЕВОЛЮЦІЙНІЙ ПЕДАГОГІЦІ**

*У статті здійснена спроба критичного аналізу думок та поглядів на проблеми шкільної фізичної культури таких видатних педагогів дореволюційного періоду, як К. Ушинський, П. Лесгафт та С. Шацький.*

Зазначимо, що оздоровленням широких верств населення, і особливо дітей, царський уряд взагалі у дожовтневий період не займався, а тому заходи фізкультурного значення для дітей були відсутніми. Якщо і зверталася увага на фізичне виховання, то, головним чином, на фізичне загартування армії, особливо її офіцерського складу.

Таке ставлення уряду до фізичної підготовки широких верств населення, звичайно, не могло негативно вплинути на ставлення молоді до фізичного виховання. В кінці XIX ст. фізичні вправи увійшли до програм навчальних закладів, але фізична культура, як правило, не була навчальним предметом і кошти на проведення занять не виділялися. Виняток становили лише ліцеї, де обов'язковими предметами були гімнастика і фехтування.

У 1889 році Міністерством народної освіти був виданий циркуляр про введення гімнастики (як обов'язкового предмета) в усіх чоловічих навчальних закладах. Елементами навчання були вільні вправи, вправи з рухомими і нерухомими приладами та вправи стройові військові. Щоправда, слабка загальна та фізкультурна підготовка інструкторів (як правило, це були унтер-офіцери) не дозволяла втілити задум Міністерства у життя. Нам видається це на краще, оскільки такі непристосовані до біологічних особливостей дітей вправи могли мати надто негативний вплив на зростаючий організм дітей та підлітків.

Введення гімнастики до шкільних програм було продиктоване не загальною метою і завданнями навчально-виховної роботи, не запитам зростаючого дитячого організму, а бажанням мати достатню кількість добре вимуштруваних солдат. Можна також відзначити спроби царського уряду повністю зробити школу засобом військової виучки. Так, у 1908 році Микола II видав розпорядження "розпочати навчання дітей у школах військової справи та гімнастиці унтер-офіцерами запасу та у відставці за помірну плату". Почали організовуватися "потішні полки" з учнів початкової і середньої школи. Основними елементами роботи були: крокування, віддання честі, знання словесності, тобто уміння і навички, необхідні для спілкування солдата з командирами.

Робота з фізкультури, точніше - гімнастики, не була зовсім пов'язана з іншими видами навчальної діяльності, проводилась або малограмотними унтер-офіцерами, або такими ж інструкторами і, звичайно, не користувалась авторитетом ні серед викладачів, ні серед учнів.

Численні рішення урядових органів про поліпшення викладання фізичної культури, як правило, не виконувалися, тому що в школах була відсутня матеріально-технічна база і, як уже зазначалось, не було кваліфікованих кадрів викладачів фізичного виховання. На загальновідомому з'їзді з народної освіти в 1911 році підкреслювалось: "Сучасна школа не сприяє фізичному розвитку дітей, вона не робить нічого задля того, щоб вони виходили з неї здоровіші, сильніші, ніж увійшли в неї, не прищеплює їм смаку до подальшого фізичного вдосконалення за порогом школи; не дає можливості відчути радість фізичного благополуччя» [1:43].

Варто відзначити й те, що у дожовтневий період з'являється значна кількість сокольських, бойскаутських та іншого роду гімнастичних та спортивних товариств. Але в них могли займатися, як правило, діти із заможних сімей і на загальний рівень фізичного розвитку в суспільстві вони майже не впливали.

Відсутність заходів, вжитих царським урядом з проблеми широких верств населення, односторонність роботи з фізичного виховання, яка проводилася у школі, не могли вплинути на загальний рівень здоров'я і фізичного розвитку населення: в 1913 році з усіх призовників 45% виявилися непридатними до військової служби. На жаль, і в кінці XX ст. в Україні виявляється негативна тенденція до збільшення допризовної молоді, яка за станом здоров'я не призивається на строкову службу. Так у Житомирській області, за даними 1998 року, кожний четвертий призовник через всілякі хвороби не може служити в армії. На це є об'єктивні та суб'єктивні причини. Звичайно, економічна криза в нашій державі не може позитивно вплинути на фізичний розвиток учнівської молоді, але й помітне зниження інтересу у підростаючого покоління до фізичної культури та спорту відкинуло нас майже на рівень початку сторіччя.

Саме за таких умов виникає нагальна потреба у вивченні думок та поглядів з проблем фізкультури таких видатних педагогів, як К. Ушинський, П. Лесгафт та С. Шацький. Вони досить багато уваги приділяли питанням фізичного виховання дітей (особливо П. Лесгафт) саме у дожовтневий період. Багато з того, що було напрацьовано цими педагогами, успішно використовувалося більшовиками після приходу їх до влади в Україні. Думки та погляди на проблеми фізичного виховання, які були висвітлені у працях видатних педагогів, є, на нашу думку, тією теоретичною основою, яка лягла в основу становлення та розвитку радянської системи фізичного виховання.

К. Ушинський у своїх творах не раз заявляв, що не може взятися за вирішення основних завдань фізичного виховання. Але він значно недооцінював своїх праць у цій галузі. Висловлені положення з цього питання значно збагатили зароджувану теорію фізичного виховання. Фактично, він створив педагогічні

основи вітчизняної науки про фізичне виховання. Кінцевою метою виховання, і фізичного зокрема, К.Ушинський вважав підготовку людини до трудової діяльності.

Центральне місце у педагогічній спадщині П.Лесгафта посідає проблема фізичного виховання. Сам Петро Францович, з огляду на тісний взаємозв'язок між м'язовою та психічною діяльністю людини, її фізичним та інтелектуальним розвитком, вживав термін "фізична освіта", а не "фізичне виховання". У праці "Керівництво з фізичної освіти дітей шкільного віку" обґрунтував свою теорію, поклавши в основу вимогу зміцнювати тіло вихованця, зробити його "розумним та поміркованим". Тим самим, гімнастика покликана розвивати не лише мускулатуру, а й навчити учня володіти собою, своїм тілом, підкоряти його власній волі.

Мета фізичної освіти (за Лесгафтом) полягає в умінні ізолювати окремі рухи і порівнювати їх між собою, свідомо керувати ними і пристосовувати до перешкод, долаючи їх з найбільш можливою спритністю і наполегливістю, інакше кажучи, привчитися з найменшим навантаженням за найкоротший проміжок часу зі знанням справи виконувати максимальну фізичну роботу і діяти ефективно і енергійно [2:295].

У діяльності С.Шацького питанням гармонійного розвитку дитини завжди приділялося першочергове значення. Приклад тому - його експериментальна робота, описана в книзі «Бадьоре життя». З огляду на це, діяльність С.Шацького у створенні ним у 1911 році літньої трудової колонії «Бадьоре життя» гідна глибокого вивчення. В колонії була продовжена розробка теорії дитячого колективу і самоуправління: виявлення «деяких закономірностей в розвитку дитячого товариства» [3:127], дослідження взаємозв'язку фізичної праці, гри з розумовим та соціальним розвитком.

Поєднання інтелектуальної діяльності дітей з їх фізичним розвитком, посилююю та різноманітною фізичною працею, різнобічним естетичним вихованням дозволили творчому колективу школи-колонії «Бадьоре життя» досягти високих результатів,

У педагогічній спадщині як К.Ушинського, так і П.Лесгафта питання зв'язку фізичного виховання з розумовим і моральним розвитком людини також посідало важливе місце. К.Ушинський не був прихильником тієї точки зору, що хороше здоров'я і фізичний розвиток повинні обов'язково сприяти розвитку особливого розуму і твердого характеру. На багатьох прикладах він доводив, що нерідко слабкі і хворі люди мали більший розум і сильнішу волю, але, разом з тим, визнавав, що фізичний стан людини неодмінно впливає на її розум і характер. «Цього впливу не може не бути» [4:452].

У своїх працях К.Ушинський неодноразово висловлював своє невдоволення існуючою на той час системою фізичного виховання. Жодне виховання, на думку педагога, не порушувало так страшенно рівновагу в дитячому організмі, жодне так не подразнювало нервову систему дітей, як існує тоді російське. Вся увага зверталася тільки на навчання, і кращі діти проводили весь свій час за тим, що читали та вчили, вчили та читали. «Сидяче життя при 20-ти градусному теплі в кімнатах, у шубах і фланелях, життя розніжене, ласолобне, без будь-яких гімнастичних вправ, без прогулянок, плавання, верхової їзди, технічної роботи тощо, все за книжкою та за книжкою, то за уроками, то за романом — ось майже нормальне у нас явище у вихованні дітей середнього стану. Розвиток голови і цілковите безсилля характерів, здатність усе розуміти і про все мріяти і нездатність що-небудь робити — ось плоди такого виховання» [5:246-250].

Тож з огляду на ситуацію, яка склалася в середині XIX ст., демократична педагогіка рекомендувала постійної зміни розумових вправ дітей тілесними — прогулянками, купанням тощо.

К.Ушинський вважав неправильним і ненормальним відірваність розумової праці від фізичної. Також і дидактика в його час мала своїм головним предметом навчання процес розумової праці. У своїх психологічних поглядах К.Ушинський виходив з переконання про єдність двох сторін природи людини — тілесної і душевної. При цьому фізична праця дає стимули для роботи свідомості, і навпаки, робота свідомості відбивається на фізичному стані людини: "фізична праця необхідна для розвитку і підтримки у тілі людини фізичних сил, здоров'я та фізичних здібностей - цього доводити немає потреби. Але необхідність розумової праці для розвитку сил і здоров'я, нормального стану людського тіла не зовсім здається зрозумілою. Багато хто, навпаки, вважає, що розумова праця негативно діє на організм, це зовсім не справедливо" [6:340].

Звичайно, розумова праця не може розвивати м'язи, але, приводячи в рух нервову систему, діє благотворно на кровообіг та травлення. К.Ушинський прийшов до висновку про можливість вже в школі покласти початок єдності розумової та фізичної праці.

П.Лесгафт, як і К.Ушинський, вважав, що шкільні заняття не можуть складатися тільки з розумової праці, а й неодмінно повинні включати фізичну. П.Лесгафт виходив з того, що найбільша таємниця виховання полягає у тому, щоб тілесні і розумові вправи служили один одному відпочинком. Він дотримувався простих думок, висловлених ще Ж.-Ж. Руссо: «Бажаєте сформувати розум вашого учня, вправляйте його сили, якими розум повинен керувати, неухильно розвивайте його тіло, зробіть його міцним і здоровим, щоб він став мудрим і розсудливим. Дайте йому можливість працювати, бути дієвим, бігати, стрибати, бути постійно в русі, щоб він був бадьорою людиною, і він стане також і розсудливим» [7:177-178].

П.Лесгафт також засуджував існуючу на той час систему шкільного виховання і навчання. Він писав: «При знайомстві з нашими школами ми звичайно бачимо, що в них займаються виключно розумовим розвитком дитини і не звертають ніякої уваги на розвиток фізичний» [2:291]. Педагог наголошував на неприпустимості і згубності такого підходу до виховання, на однобічності у розвитку при недостатності фізичного навантаження на м'язи дитини.

Таким чином, у загальноосвітній школі любов дитини до фізичної праці потрібно розвивати, за Лесгафтом, починаючи з розвитку позитивного ставлення до фізичної освіти, нерозривно поєднуючи з розумовим, моральним та естетичним вихованням. Він стояв не за вузько утилітарну освіту, до якої схилилася тогочасна школа, а за розвиток усіх здібностей дитини.

Задля досягнення мети фізичного виховання педагоги-просвітителі користувалися різними формами і засобами. Гімнастика, на думку К.Ушинського, має благодійний вплив на розвиток дитини, але в початкових класах її не обов'язково вводити як самостійний предмет. Найбільш корисним для дитини він вважав чергування письма, малювання, рахунку, дитячих робіт, співу та гімнастики, оскільки така постійна зміна занять підтримує в дитині тілесну і душевну бадьорість і характерну для цього віку веселість. Сама зміна занять, вважав він, діє на дитину навіть краще, ніж повний відпочинок, який, звичайно, потрібен у свій час.

К.Ушинський вважав корисним уже з перших уроків у школі вводити гімнастичні вправи, тобто те, що ми зараз називаємо "фізкультпаузами" та "фізкультхвилинками". На цих же перших уроках вчитель може привчати по команді до деяких рухів, які корисні не тільки тому, що дають можливість рухатись та розім'яти свої втомлені від сидіння м'язи, але й більше тому, що допомагають вчителю збуджувати та зосереджувати увагу дітей на своїх рухах. Ці рухи не мають бути численними і складними: встаньте, сядьте, руки на стіл, руки назад, підніміть праву руку, ліву, вийдіть з-за лави, перша лава, сядь, друга — встань і т.д. [5:261].

Важливого значення у формуванні гармонійно розвинутої особистості П.Лесгафт надавав школі, вплив якої на дітей, на його думку, значно вагоміший за родинний. А тому, на відміну від Ушинського, він надавав особливого значення урокам фізичної освіти у школі. У 1888 році у своїй праці "Відношення анатомії до фізичного виховання і головні завдання фізичної освіти в школі" він визначив зміст та побудову уроку фізичної освіти для різних груп шкільного віку.

1. Для молодшого віку (7-12 років): 1/4 уроку — елементарні і складні вправи; 1/4 уроку — ходьба, біг та метання; 1/4 уроку — ігри, головним чином "одиначні".
2. Для середнього віку (12-15 років): 1/3 уроку — елементарні і складні вправи з бігом; 1/3 уроку — стрибки, метання із збільшенням навантаження та боротьби; 1/3 уроку — ігри, головним чином "одиначні".
3. Для старшого віку (15-18 років): 1/2 уроку — вправи з постійним збільшенням навантаження (стрибки, метання, боротьба); 1/4 уроку — вільні вправи з обтяжуванням; 1/4 уроку — ігри/ і ремесла/.

Виходячи з того, що основною формою фізичного виховання є саме урок з фізкультури, К.Ушинський особливу увагу приділяв фізичним вправам на уроці, а також іграм та фізичній праці як засобам фізичного та розумового виховання та всебічного розвитку особистості. Він надавав перевагу саме організованому фізичному вихованню. Організованого ж або, як він казав, "навмисного" фізвиховання в Росії того часу майже не було, а там, де й було, воно бажало бути кращим. Вихователь може, писав він, "прямо діяти на розвиток того чи іншого органу або навіть взагалі на розвиток всієї мускульної і нервової системи і навіть самого мозку" [4:86].

Фізичні вправи потрібні не тільки для розвитку фізичних сил, але і для активного відпочинку, значно підвищуючи працездатність людини. К. Ушинський був переконаний, що тілесні вправи мають помітний вплив на зменшення роздратованості в центральних мозкових органах і немає кращого засобу заспокоїти роздратований головний і спинний мозок, як заняття гімнастичними вправами.

Описуючи в одному з листів / 3-й лист/ гімнастичні вправи, які використовувалися на уроках в одній із шкіл Швейцарії, він відзначав: "Дайте дитині трохи порухатись, і вона подарує вам десять хвилин уваги, а десять хвилин живої уваги, якщо ви зумієте нею скористатися, дадуть вам в результаті більше, ніж цілий день напівсонних занять" [8:152]. К.Ушинський неодноразово вказував на той вплив, який фізичні вправи мають на центральну нервову систему, зумовлюючи кращий відпочинок втомленому мозку.

Костянтина Дмитровича цікавила також гігієна вихованців. Він погоджувався з Джеймсом Керрі, який казав, що "гімнастика, різного роду тілесні вправи, тілесна втома, що вимагає сну та їжі, прогулянка на свіжому повітрі, прохолодна спальня, холодні купання, механічні роботи, які вимагають тілесних навичок, - ось найкращі засоби для того, щоб утримувати нервовий організм завжди в нормальному стані, зміцнити волю й дати їй зверхність над нервами" [9:150].

На думку К.Ушинського, гімнастика не повинна бути самоціллю. Вона має бути одним із необхідних засобів всебічного розвитку людини і підготовки її до творчої праці, але в свою чергу служить одним із засобів фізичного виховання.

Як видно з попереднього аналізу, для П.Лесгафта основною формою є урок фізичної освіти. Тому, як і К.Ушинський, він радив застосовувати як розвивальний засіб гімнастику і фізичні вправи. Проте, на його переконання, всі фізичні вправи, які спрямовані на фізичний, розумовий та естетичний розвиток, повинні бути природними. В основу фізичної освіти П.Лесгафтом покладено два головних принципи: всі вправи мають бути природними і викликати діяльність усіх м'язевих груп організму; їх треба виконувати усвідомлено, після усного пояснення вчителя, без показу. Фізичні вправи супроводжуються подразненням м'язів, якими дитина постійно привчається керувати і користуватися в усіх своїх діях.

Вчений рішуче виступав проти використання приладів, які "перетворюють руки в ноги", примушуючи їх неприродно тримати вагу всього тіла. Найкращі вправи — біг, стрибки, метання, плавання, боротьба.

Другий принцип П.Лесгафт обґрунтував, керуючись основною вимогою школи: навчальний заклад має розвивати мислення у вихованців, а тому фізичні вправи не повинні бути простим повторенням зразків, показаних учителем.

Великого значення також видатні педагоги надавали рухливим іграм. «Гра, - писав С.Шацький, - це життєва лабораторія дитинства, яка дає той аромат, ту атмосферу молодого життя, без якої ця пора була б даремною для людства. У грі, цій соціальній обробці життєвого досвіду, є саме здорове ядро розумної школи дитинства» [10:15].

К.Ушинський вважав дитячу гру важливим засобом виховання характеру. У грі дитина відчуває себе повністю самостійною. Вона сама приймає рішення і виконує їх, привчається розподіляти свої сили і виявляти власну волю. Педагог вважав, що у дійсному житті дитина ще не має ніякої самостійності, а в грі вже сформована людина пробує свої сили і вільно розпоряджається всім тим, що створила. Гру К.Ушинський вважав цілісним процесом, який тренує всі сили зростаючої особистості. Головною умовою розвитку характеру у грі, на його думку, є активність дитини. Пасивність в іграх, якщо дитина постійно підпорядковується чужій волі, негативно впливає на характер, і ця пасивність переноситься й у майбутнє її життя, коли вона стане дорослою людиною. Постійне керівництво з боку вихователя позбавляє дитину ініціативи, розвиває слабовілля та лінощі.

Стосовно тодішніх гімназій К.Ушинський звертав увагу на те, що школа ігнорує такі види дитячої діяльності, як ігри і фізична праця, " Гра є вільна діяльність дитини, і якщо ми порівняємо ігровий інтерес, а з ним і кількість позитивних емоцій, які містилися в душі дитини з подібним же вченням чотирьох - п'яти років, то звичайно, що всі переваги лишаються на боці гри. У ній формуються всі прояви людської душі, її розум, її серце і її воля, і якщо говорять, що ігри передбачають майбутній характер і майбутню долю дитини, то це правильно з двох причин: не тільки у грі виказуються нахили дитини і відносна сила її душі, але сама гра має велике значення для розвитку дитячих здібностей та нахилів, а відповідно і на її майбутню долю" [11:516],

У вихованні дитини, на думку К.Ушинського, більше значення, ніж ігри, має праця. Фізична праця зміцнює здоров'я і тіло людини, розвиває і підтримує фізичні сили і тим самим сприяє розумовому розвитку, оскільки здоровий організм має і здорову нервову систему. Розумова праця спонукає до дії нервову систему, яка, збуджуючись і розвиваючись у процесі роботи, благотворно впливає на діяльність внутрішніх органів і в кінцевому результаті впливає на фізичний розвиток дитини.

Щодо П.Лесгафта, то він рухливі ігри для дітей шкільного віку поділяв на прості ("одиначні"), в яких кожен гравець намагався досягти своєї мети самотужки, і на складні ("партіями", або "командами"), в яких кожен член команди намагається підтримувати інтереси своєї команди в цілому.

З переходом до шкільного віку імітаційні ігри постійно та послідовно замінюються іграми, які потребують більше самостійності, кмітливості, уміння керувати собою, виходячи із загальної мети, яка ставиться перед всіма учасниками гри.

Відомо, що у кожній грі застосовуються певні правила. Тому П.Лесгафт прагнув, щоб в іграх з усією суворістю і точністю виконувалися гравцями правила гри; щоб до них ставилися свідомо і відповідально, як до закону, і щоб в іграх дітей здійснювалося самоуправління. " У виховному відношенні ігри мають величезне значення. Правила ігор вигідні у тому відношенні, що вони привчають до дій на основі загальних положень, а не приватних вказівок та інструкцій. Правила подаються у вигляді встановлених норм, які гравці свідомо виконують, причому відчуття, які супроводжують дії гравців, повинні стримуватись вольовими проявами і є природними збуджувачами свідомої діяльності.

Гра викликає у дитини веселий, бадьорий настрій, дякуючи якому вона з охотою підкоряється всім **усталеним** у даній грі правилам. Наскільки гра потрібна в школі, видно вже з того, що вона використовувалися і використовуються у тих випадках, в яких без всяких штучних пристроїв досягали і досягаються кращі результати фізичного розвитку дітей"[2:309].

Тож, підсумовуючи вищесказане, можна стверджувати, що ідеї, висловлені видатними педагогами окресленого періоду стосовно фізичного виховання в школі, мали помітний, вплив на становлення майбутньої системи фізичного виховання у нашій країні.

#### **СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ**

1. Первый общеземский съезд по народному образованию. Доклады в 2-х томах. -Т.2.- М, 1914.
2. Лесгафт П.Ф. Керівництво з фізичної освіти дітей шкільного віку. -Л., 1981.
3. Шацький С.Т. Вибрані педагогічні твори в 2т. -Т.1. - М., 1980.
4. Ушинський К.Д. Зібрання творів в 11т. - Т.9. - М.-Л., 1950.
5. Там само. - Т.6.
6. Там само. - Т.2.
7. Ж.-Ж.Руссо. Еміль, або про виховання. Книга II. - Л., 1983.
8. Ушинський К.Д. Зібрання творів в 11т. - Т.3. - М.-Л., 1950.
9. Дж. Керри. Основания воспитания общественных училищ. - 1862. - с.150.
10. Шацький С.Т. Вибрані педагогічні твори в 2т. - Т.2. - М., 1980.
11. Ушинський К.Д. Зібрання творів в 11т.-Т.10.-М.-Л., 1950

Матеріал надійшов до редакції 15.06.99.

*Крук Н. З. Теоретические аспекты физического воспитания в дореволюционной педагогике.*

*В статье проводится критический анализ мыслей и взглядов на проблемы школьной физической культуры таких известных педагогов дореволюционного периода, как К. Ушинский, П. Лесгафт, С. Шацкий.*