

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ПЕРВЫЙ ПЕРИОД НОВОГО ВРЕМЕНИ.

Подготовила:
студентка 2курса
ФКиС
Поиграй А.А

ЛИТЕРАТУРА

- Голощапов Б.Р. История отечественных и зарубежных систем физического воспитания и спорта: Учеб. Пособие. – М., 1995.
- Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001.
- Кулинко Н.Ф. История физической культуры и спорта: Учебное пособие для студентов педагогических вузов. – Оренбург: Оренбургское книжное издательство, 1997.
- Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта. – М.: Радуга, 1982.

Буржуазные революции XVII – XVIII веков подорвали основы феодального строя и обеспечили победу и утверждение капитализма. Это привело к ускоренному промышленному и культурному развитию стран Европы и Америки. В результате промышленного переворота, успехов, достигнутых в военном деле, культуре, науке и искусстве, прогресс был заметен также в области физического воспитания и спорта. Буржуазия, будучи на данном этапе новой истории классом

прогрессивным, нуждалась в людях, способных укреплять ее военное и политическое господство. Для этого требовались сильные, настойчивые, предприимчивые люди.

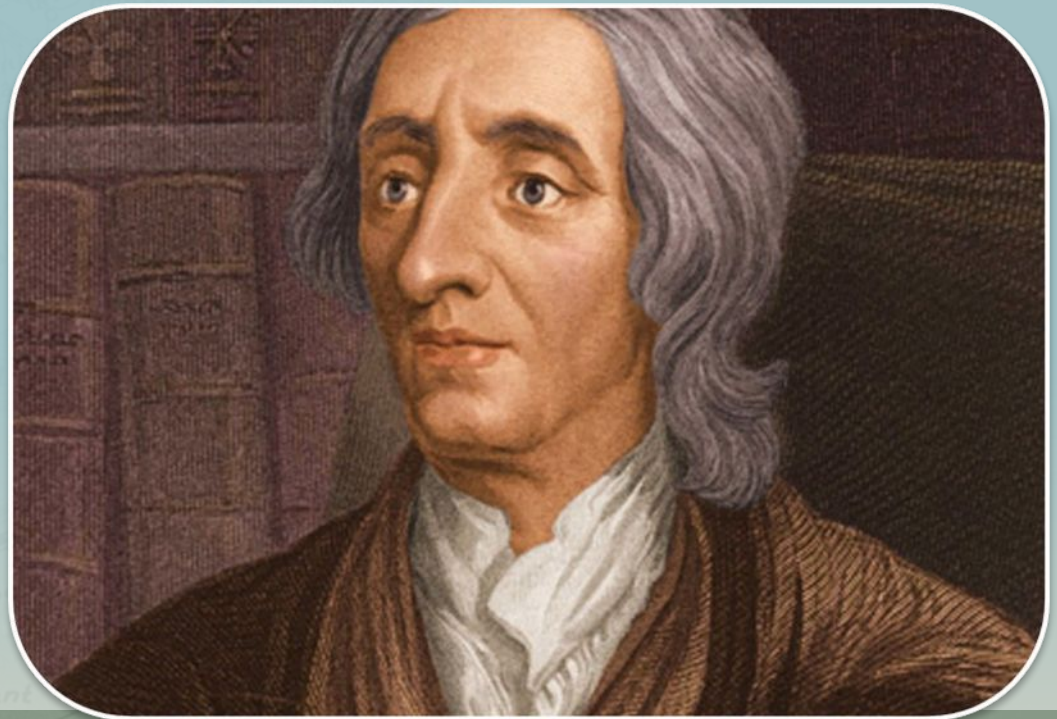
Чтобы воспитывать таких людей, буржуазия создает ряд новых передовых для своего времени средств, форм и методов общего, и в том числе и физического воспитания. Наряду с гимнастическими методами физического воспитания во многих странах мира происходит становление и развитие современных видов спорта. Его основу составляли ФУ, содержащие в себе элементы соревнований. Наиболее интенсивно спорт начинает культивироваться в учебных заведениях Англии и Америки. Физическое воспитание в таких странах, как Китай, Индия, Япония, Центральная Америка приостановилось из-за обострившихся внутренних общественных противоречий и вследствие колонизации этих стран.

ДЖОН ЛОКК

В разработке теории школьного физического воспитания большая заслуга принадлежит прогрессивным буржуазным мыслителям, боровшимся против феодального засилья, в т.ч. автору теории естественного развития человека Джону Локку (1642-1704). Этот английский философ и педагог среди задач педагогики на первое место ставил задачу ФВ. Целью ФВ (вслед за древним ученым Ювеналом) считал достижение здорового духа в здоровом теле. Он призывал в занятиях спортом учиться разумно сочетать всестороннюю закалилку всего организма с приобретением знаний чисто практического характера, т.е. по своей профессии. В соответствии с этим, он придавал большое значение плаванию, фехтованию, верховой езде, гребному и парусному делу.

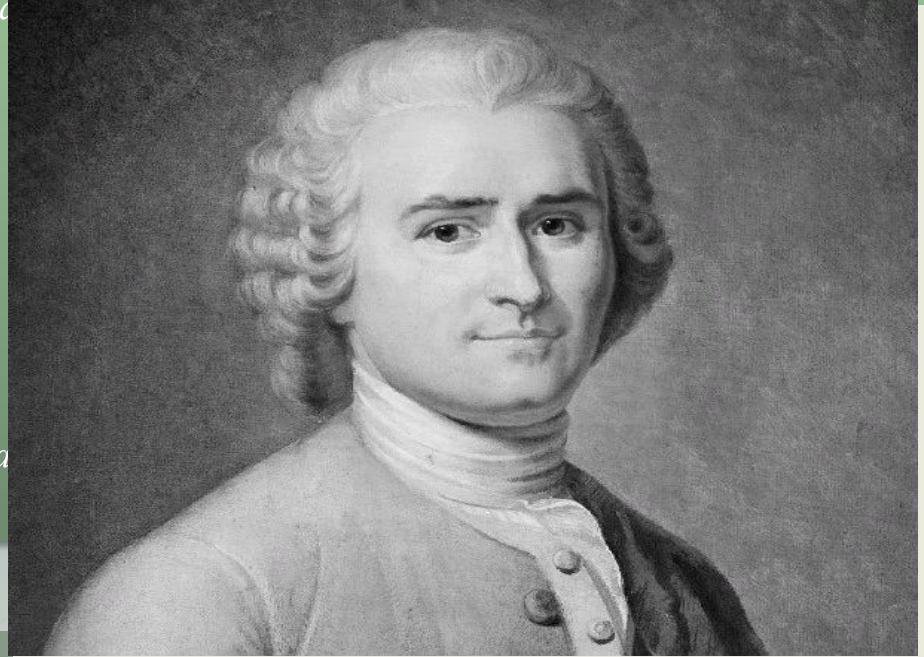
Но выступал против соревнований, верховую езду рассматривал только как средство укрепления здоровья, фехтование – как средство самозащиты, танцы – как средство приобретения благородных манер.

Педагогическая система Локка предназначалась для верхушки буржуазного общества. Он считал, что джентльмен должен быть воспитан так, чтобы в любое время стать солдатом. От учителей Локк требовал изучения индивидуальных особенностей воспитанника и умелого управления всем процессом обучения.



ЖАН-ЖАК РУССО

Французский философ и писатель Жан-Жак Руссо (1712-1778) выступал за создание закрытых учебных заведений, считая, что детей надо воспитывать вне общества, т.к. общество портит людей. Причем в воспитании нуждаются дети аристократов, а детей из народа воспитывать не надо, т.к. они воспитываются самой жизнью. Свою концепцию воспитания он изложил в романе-трактате «Эмиль, или о воспитании» (1762). Величайшая тайна воспитания, по Руссо, - методически правильная смена телесных и умственных упражнений. Он выделял возрастные периоды развития: раннее детство (до 2 лет), детский возраст (3-12), отроческий период жизни (13-14) и юношеский возраст (с 15 лет до совершеннолетия). Руссо главное внимание уделял закаливанию тела, приобретению двигательных умений и навыков, развитию органов чувств. Он советовал использовать естественную гимнастику, полную свободу движений, игры, купание в холодной воде. Для повышения интереса к занятиям предлагал соревновательный метод. Руссо отмечал, что до 12 лет необходимо особое внимание физическому воспитанию, но у мужчин и женщин разное назначение, поэтому и воспитываться они должны по-разному. Считал, что ФВ женщин должно ограничиваться развитием изящества и грации. К 16 годам дети, по мнению Руссо, подготовлены к жизни и их необходимо возвращать из естественных природных условий в общество, где на религиозной основе воспитывать добрые чувства, суждения и волю.



ИОГАНН ГЕНРИХ ПЕСТАЛОЦЦИ

Иоганн Генрих Песталоцци (1746-1825) – швейцарский педагог. Главная его заслуга в области ФВ заключается в разработке им аналитического метода. Он считал, что лучший путь для обучения движениям – овладение элементарными

формами движений, из которых складываются более сложные.

Вольные упражнения

(составленные им) он

сгруппировал в зависимости от

форм подвижности суставов:

упражнения для головы, туловища,

ног, рук. Также в зависимости от

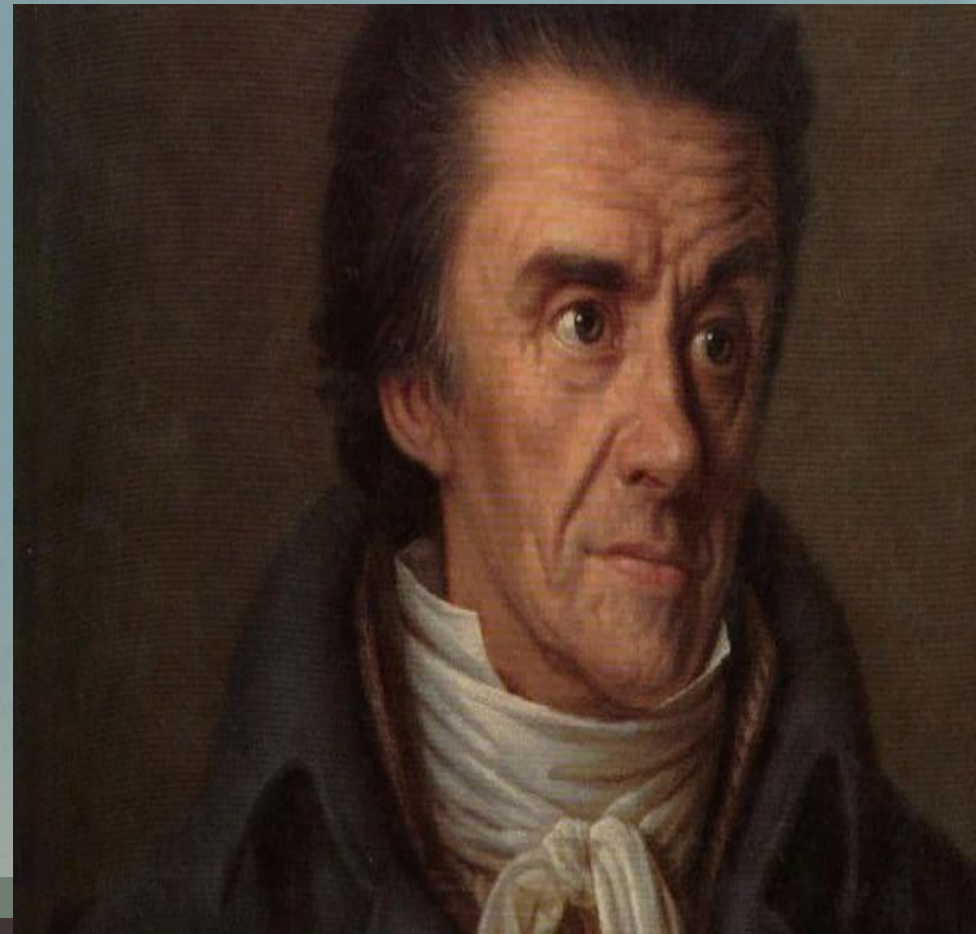
движений в суставах он все упражнения

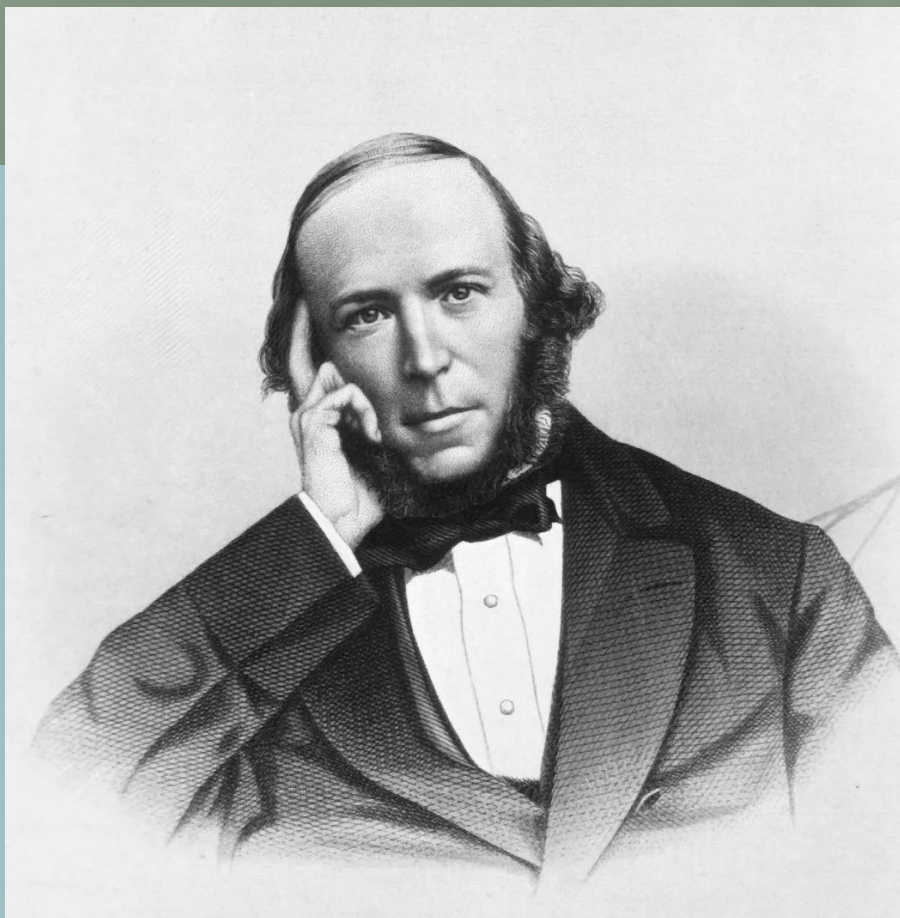
разделил на элементарные

(движения в суставах плеча, бедра и т.д.)

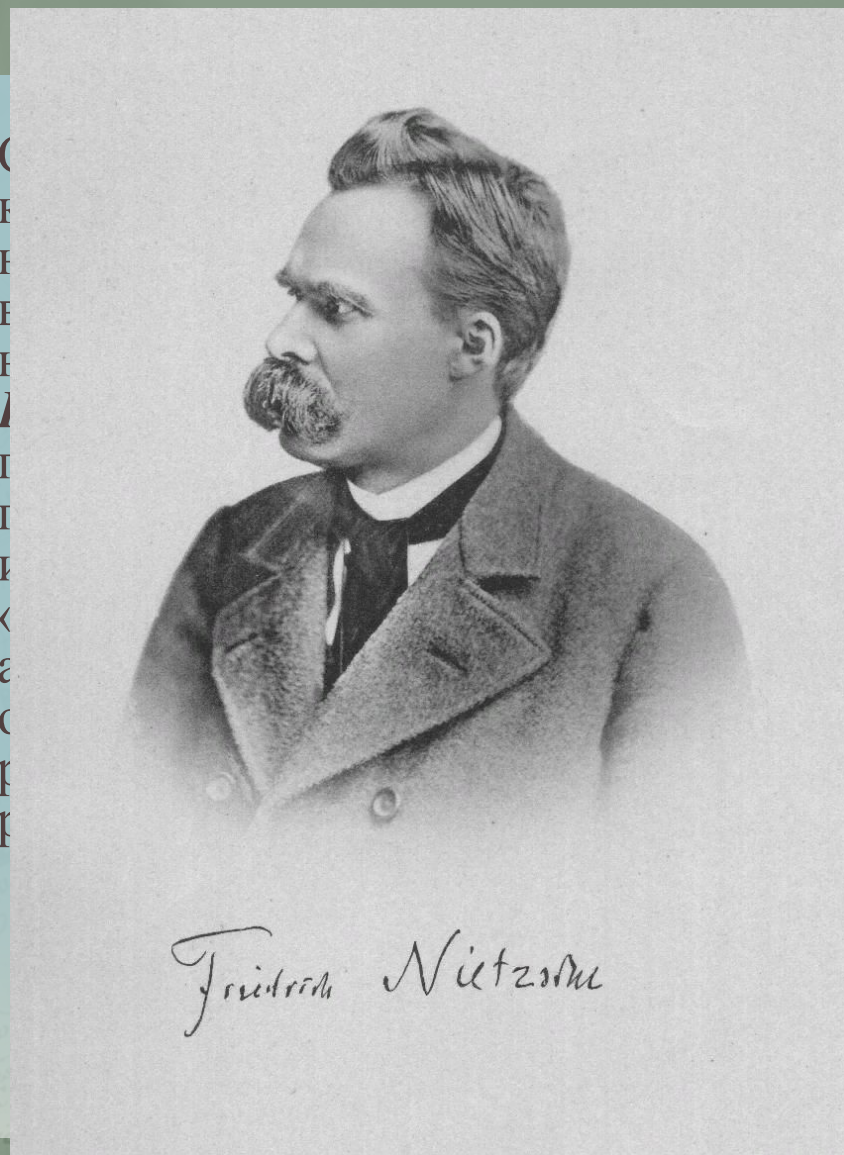
и сложные (бег, прыжки, плавание, метание, лазание, танцы, игры и т.д.).

Гимнастика Песталоцци получила название «суставной».





Рекомендовал заниматься спортом и играми для подготовки к войне. Гимнастику же считал бесполезной. То есть проповедовал, по сути, воспитание из человека здорового животного, озабоченного не классовой борьбой, а собственной жизнью, наживой.



Friedrich Nietzsche

СИСТЕМ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В НАЧАЛЕ XIX ВЕКА В ГЕРМАНИИ, ШВЕЦИИ, ФРАНЦИИ

- Процесс формирования национальных систем физического воспитания проходил в начале XIX века на основе развития капиталистических общественно-экономических отношений, политики, идеологии и культуры буржуазии.
- Рост промышленности, науки и техники, военного дела привел к необходимости улучшения всего дела воспитания и образования молодежи. Это явилось одной из главных причин возникновения гимнастических и спортивно-игровых систем физического воспитания. Влияние на этот процесс оказали исследования врачей, анатомов, гимнастов, физиологов и педагогов, призывавших использовать физические упражнения и закаливание организма в целях улучшения физического развития молодежи.
- Гимнастические системы преимущественно создавались в странах континентальной Европы (Германия, Швеция, Франция). Это было обусловлено особенностями их политического и военного развития. Наполеоновские войны начала XIX века, с применением массовых армий требовали большого количества физически подготовленных резервов.
- Занятия гимнастикой давали возможность обучать конкретным двигательным навыкам, соответствующим тактике ведения боя того времени, а также четкому выполнению строевых команд

- Период с конца XVIII до начала XX в. Характерен тем, что физическое воспитание развивалось по двум основным направлениям – гимнастическому и спортивно-игровому. Но в указанный период средства физического воспитания (гимнастика, спорт, игры) еще не определили четких границ между собой, они сильно взаимопроникали друг в друга, и этот процесс продолжался вплоть до п. п. XX в.
- На Европейском континенте школьное физическое воспитание в XVIII – середине XIX в. развивалось преимущественно на основе гимнастики. Этому способствовало ряд обстоятельств:

- Развивающаяся промышленность остро поставила вопрос о необходимости обучения детей трудовым движениям. Было установлено, что существует ряд главных форм движений, на которых основаны трудовые операции.

- В тактике военных действий стало уделяться внимание сомкнутому строю, залповому огню, совместным действиям, механическому исполнению команд.
- Национальные устремления к единству и независимости итальянцев, чехов, поляков, хорватов, словаков, болгар.

- Все большее число государственных деятелей, врачей и педагогов признавало важность организованных форм ФВ и включения его в число обязательных учебных предметов для более успешного решения задач подготовки молодежи к жизни.

Наиболее крупными национально-гимнастическими системами, созданными в начале Нового времени были немецкое, шведское, чешское и французское направления

НЕМЕЦКОЕ ГИМНАСТИЧЕСКОЕ (ТУРНЕРСКОЕ) ДВИЖЕНИЕ

- Немецкое гимнастическое (турнерское) движение. Оформилось в н. XIX в. и связано с именами *Ф. Яна* и *Э. Айзелена*. Ян был в большей степени организатором и идейным руководителем, а *Айзелен* – практиком и специалистом в области методики гимнастики. Создание немецкой гимнастики в самом начале было направлено на повышение боевой выучки немецкой армии в борьбе с армией Наполеона. С с. XIX в. содержание военной гимнастики перерабатывается применительно к требованиям школьного ФВ. Она получила применение в армии, школах, различных спортивных обществах. В 1810 г. был создан первый кружок любителей гимнастики. А в 1811 г. под Берлином была построена гимнастическая площадка (турнплац), оборудованная специальными снарядами – турниками (перекладиной), параллельными брусьями, конем, шестами, лестницами для лазания и др. Число занимающихся на площадке достигало 500 человек. Затем подобные площадки стали создаваться по всей Пруссии. Возглавил турнерское движение Фридрих *Людвиг Ян* (1778-1852). Он пришел к выводу, что ударную мощь частей, действующих совместно идвигающихся по команде, можно значительно повысить за счет квалифицировано составленных упражнений в построении, марше и занятий со снарядами. В соответствии с этим, он со своими сотрудниками опробовал гимнастическую систему, которая не только повышала закалку и координацию в движениях отдельных воинов, но и давала способность даже крупным частям ритмично выполнять приказы, отдаваемые с помощью различных сигналов. В 1819 г. правительство запретило турнерские организации, т.к. некоторые турнеры выступили за воссоединение Германии, против феодальной реакции. Запрет на гимнастику продлился с 1820 по 1842 гг.

- В 40-х гг. XIX в. турнерская гимнастика (на снарядах) вводится как предмет в учебных заведениях Германии. Ян и его сторонники разработали технику многих гимнастических упражнений на снарядах (перекладине, параллельных брусьях и др.).
- Система упражнений немецкой гимнастики включала в себя общую разминку, преодоление препятствий, упражнения на растягивание, прыжки, бег, игры, упражнения на равновесие, строевые упражнения, упражнения на гимнастических снарядах, лазания и висы и др.
- Теоретики немецкого гимнастического направления причисляли к гимнастике все виды физических упражнений. Однако многие из них: легкоатлетические упражнения, гребля, бег на коньках, велосипедный спорт, тяжелая атлетика и другие – развивались самостоятельно, вне гимнастики.
- Методика проведения занятий и классификация упражнений в немецкой гимнастике не имели достаточно полного научного обоснования. В основу классификации была положена внешняя форма движений, отсутствовали указания по дозированию физической нагрузки, педагогическому и врачебному контролю.
- Закончил разработку немецкой гимнастики *Адольф Шницц (1810-1858)*. Он построил схему урока гимнастики и методику его проведения, приспособил немецкую гимнастику для школы.
- Отличительной чертой немецкой гимнастики было то, что в ней не признавалась чистота выполнения упражнения.

ШВЕДСКОЕ ГИМНАСТИЧЕСКОЕ ДВИЖЕНИЕ

Основателем шведского гимнастического направления является **П.Х. Линг** (1776-1839). На основе знаний анатомии и физиологии он классифицировал ФУ. Он разделял гимнастику на 4 вида: военную, педагогическую, лечебную и эстетическую. Но практически создал лишь военную гимнастику. Мировую известность со временем получила лечебная гимнастика, которой посвятила себя дочь **П. Линга – Хильдур**.

Педагогическую гимнастику разработал **Ялмар Линг** (сын П. Линга). В 40-е гг. XIX в. он описал технику выполнения и методику преподавания шведской педагогической гимнастики, структуру урока, ввел гимнастические снаряды – гимнастическую стенку (шведская стенка), скамейку, гимнастическое бревно (бум) и др. Я. Линг предложил ряд методических рекомендаций при обучении бегу на лыжах и коньках, езде на лошадях и лодках. Подвижные игры и ручной труд проводились в целях отвлечения занимающихся после напряжений на гимнастических снарядах.

Создатели шведской гимнастики считали необходимым развивать отдельные части тела человека. В соответствии с этим все упражнения ими делались на следующие группы: для ног, спины, рук, брюшного пресса, грудной клетки, для развития сердечно-сосудистой и дыхательной систем и т.д. Структура урока была сложной и состояла из 12-18 частей. В каждой части предусматривалось воздействие на ту или иную часть тела или функциональную систему организма.

В процессе урока, особенно перед началом двигательного действия большое значение придавалось исходным положениям. Движения рекомендовалось выполнять быстро, по прямым линиям и углам, с остановками – паузами после каждого двигательного действия при строгой симметрии движений рук и ног. Шведская гимнастика была доступной, безопасной, в ней легко дозировалась физическая нагрузка. ФВ в шведской школе проводилось и среди девочек.

В Швеции того времени была организована система подготовки преподавателей с высшим образованием по гимнастике. **П. Линг** возглавлял Центральный гимнастический институт и работал в нем до конца жизни. **Я. Линг** разработал первый проект закрытого спортивного зала, по которому начали строить первые спортивные залы.

1	2	3	4	
Упражнения без снарядов	Упражнения со снарядами	Групповые упражнения	Боевые упражнения	
<p>(ходьба, бег, вольные упражнения, строевые упражнения, хороводы, танцы);</p>	<p>(отягощениями – палками, гантелями, пиками, цепями, киями, молотами, палицами, лопатами, мотыгами, кирками, косами, луками, лестницами, бревном). Упражнения в метаниях (копья, диска, молота, куба, ядра, мяча). Упражнения с предметами (флажками, флагами, булавами, скакалками).</p>	<p>(пирамиды, массовые гимнастические выступления, подвижные игры).</p>	<p>(фехтование, борьба, бокс, упражнения с сопротивлением).</p>	<p>Шагом вперед явилось то, что в сокольской гимнастике обращалось внимание не на количество повторений, как это было в немецкой и шведской гимнастике, а на красоту выполнения движений. Гимнастические упражнения стали соединять в комбинации, начали использовать музыкальное сопровождение, красивые костюмы, различное внешнее оформление. Урок делился на три части: подготовительную, основную и заключительную (так, как это делается в настоящее время). Методика проведения занятий включала много интересного и нового, особенно при массовых гимнастических выступлениях, в которых участвовало до 15-20 тыс. человек.</p>

ФРАНЦУЗСКОЕ ГИМНАСТИЧЕСКОЕ ДВИЖЕНИЕ

- Основоположник французской системы ФВ Франциско Аморос (1770-1848), офицер испанской армии. Ему было поручено осуществлять контроль за «регламентом военной гимнастики» в учебных заведениях Министерства обороны Франции и организовать в Париже спортивный центр. Им было написано «Руководство по физическому, гимнастическому и моральному воспитанию» (1830), которое многократно переиздавалось. Аморос составил схему ФУ военно-прикладного характера, которая имела большое практическое значение для подготовки солдат и офицеров, но не была популярна у народа. Тогда же он создает органы самоуправления занимающихся гимнастикой для оценки их поведения, качества выполнения упражнений. Он ввел специальный физиологический листок, отражавший внешний вид и некоторые данные физической подготовленности в естественных движениях. Аморос разделил гимнастику на гражданскую, военную, лечебную и сценическую (артистическую, ныне художественную).
- В естественной гимнастике Амороса уделялось внимание нравственному воспитанию, изучению зарубежного опыта, особенно военного искусства русской армии. Среди дворян популярны были фехтование на рапирах и шпагах, а в буржуазных кругах – игры и технические виды спорта.

РАЗВИТИЕ СПОРТИВНО-ИГРОВОЙ СИСТЕМЫ В АНГЛИИ И США.

- Развитие спортивно-игровой системы в Англии и США.
- Деятельность Т. Арнольда
- Спортивно-игровые системы наряду с гимнастическими были во всех странах мира. Основывались они на иных принципах, нежели гимнастические системы. Основа спортивно-игровых систем – упражнения с элементами соревнования и направлены они на достижение лучших результатов. Спортивно-игровая система в Англии сложилась раньше, чем в других странах. Обусловлено это было экономическим, политическим, культурным развитием, а так же географическим положением. В связи с тем, что Англия – островное государство ей не нужна была массовая армия.
- Помимо этого для захвата чужих колоний Англия создавала экспедиционные отряды, которые нуждались в хорошо физически подготовленных людях. Возглавлялись эти отряды выходцами из колледжей, университетов, военных учебных заведений, где средствами физической подготовки были различные виды спорта и игры.
- Ректором одного из таких учебных заведений в местечке Регби (Англия) был Томас Арнольд (1759 – 1842). В то время в английских учебных заведениях нередко наблюдались недисциплинированность и непослушание, пренебрежение школьными правилами, лень и уклонение от работы.
- Чтобы добиться перестройки жизни колледжа, Арнольд стал наблюдать за поведением учащихся на спортивных площадках, после чего он пришел к выводу: посредством физических движений и эмоций, связанных с игрой, учащаяся молодежь способна формироваться на спортивной площадке, если с этим согласуется воспитательная деятельность церкви и школы.
- За 14 лет работы Арнольда в Регби сложился новый идеал воспитания – «христианский джентельмен».
- Таким образом, закрепление позиций буржуазии привело к тому, что спорт стал привилегией буржуазных и аристократических кругов. Стремясь отмежеваться от народа, буржуазные деятели разработали Устав любителей спорта (Англия 1869 г.), по которому людям физического труда запрещалось участвовать в совместных, спортивных соревнованиях с выходцами из нетрудовых слоев общества.
- Спортивно-игровая система в США создавалась на базе игр, завезенных из Европы, а также на традициях коренных жителей Америки, которым были известны многие игры с мячом, стрельба из лука, метания копий, бег на большие расстояния, прыжки, борьба.

- К середине XIX в. в Англии начинает формироваться школьное ФВ, основанное на современной спортивной и игровой деятельности. Своими корнями это направление уходит в педагогическую практику тогдашнего ректора колледжа в г. Регби Томаса Арнольда. В колледже он столкнулся с явлениями, которые были характерны для всех английских учебных заведений - преступления, пьянство, недисциплинированность и непослушание учащихся, тиранию старших над более юными, пренебрежение школьными правилами, лень и уклонение от работы. Арнольд понимал, что может добиться коренной перестройки в лучшую сторону только в случае, если своими мерами не будет задевать обычаи учащихся и их чувства, связанные с состязаниями. Он заметил, что лучшие в крикете и в других играх с мячом выполняют лидирующую роль и вне спортивных площадок. Различные команды во взаимоотношениях между их членами придерживаются тех же правил «честной игры», которые существуют во время соревнований. Так сложилось теоретическое обоснование школьного ФВ, основанного на спортивных и игровых занятиях: совместным воздействием школы, церкви и спорта можно успешно влиять на воспитание положительных личностных качеств молодежи. Решение воспитательных задач осуществлялось через занятия такими видами спорта, как крикет, плавание, фехтование, туризм, борьба, альпинизм.
- Выпускники колледжей первоначально поддерживали связь со студенческими спортивными клубами, а в н. XIX в. стали создавать любительские клубы и проводить соревнования между ними. В Англии начиная с 30-х гг. между командами учащихся школ регулярно проводились соревнования по бегу, прыжкам и спортивным играм. В 40-е гг. ФВ, осуществляемое посредством спорта и игр, уже было включено в число обязательных предметов некоторых учебных заведений, а затем и всех школ.

ВЫВОДЫ

1

К с. XIX в. были заложены педагогические, методические и организационные основы буржуазного ФВ и спорта.

2

В развитии ФВ в мире выделяются два направления – гимнастическое и спортивно-игровое. Положительным во всех гимнастических системах было то, что в них обобщен опыт ФВ за многие столетия, сделана попытка систематизации и классификации ФУ, созданы новые спортивные снаряды и оборудование, которые применяются и в настоящее время.

3

В ряде стран оформляются контуры современных видов спорта, создаются первые национальные физкультурно-спортивные организации, начинают проводиться национальные соревнования. Возникла необходимость в создании правил, положений соревнований. Все это создало благоприятную почву для зарождения международного спортивного движения.

4

Организованные формы ФВ и спорта в основном практиковались среди молодежи с целью ее военно-физической подготовки.