

Філософія як джерело теорії та методики фізичного виховання

Олег СЛОБОДЯНЮК, старший викладач

Олексій САМОХІН, старший викладач

Національний аерокосмічний університет ім. М. Є. Жуковського

«Харківський авіаційний інститут»

Теорія та методика фізичного виховання – це наука, яка вивчає загальні закони управління процесом фізичного виховання. Теорія та методика фізичного виховання належить до педагогічних дисциплін. Але, на відміну від інших педагогічних дисциплін теорія та методика фізичного виховання вивчає лише загальні закономірності управління фізичним розвитком людини, передачу необхідних рухових умінь та навичок. Зокрема теорія та методика фізичного виховання вивчає взаємозв'язок фізичного виховання з розумовим, моральним, естетичним, трудовим вихованням. Це об'єднує її з іншими педагогічними науками [1, 2]. Узагальнюючи наукові та практичні дані, теорія та методика фізичного виховання розкриває суть положень, які вирішує фізичне виховання, визначає принципи, засоби, методи, завдання, розробляє оптимальні форми побудови процесу фізичного виховання з урахуванням особливостей контингенту [2].

Теорія та методика фізичного виховання є науковою та навчальною дисципліною. Як навчальна дисципліна теорія та методика фізичного виховання є основним загальнотеоретичним профілюючим предметом професійної освіти фахівців з фізичного виховання та спорту (в дошкільних, шкільних, середніх, вищих та спеціальних закладах освіти). Цей предмет має першочергове значення у формуванні професіоналізму майбутнього фахівця, його професійних поглядів і переконань.

Як наука, теорія та методика фізичного виховання розробляє ті закономірності, які є однаковими для всієї багатогранної практики фізичного виховання і поширюються на всі основні напрямки та вікові ланки системи фізичного виховання. На цій базі фахівцями розробляються методики фізичного виховання основних напрямків (професійно-прикладний, лікувальний) і різних етапів вікового розвитку людини (дитячий, юнацький і т. д.).

Теорія та методика фізичного виховання, як й інші науки, черпає матеріал із різних джерел: філософія, гуманітарні дисципліни (історія фізичної культури, педагогіка, психологія, соціологія та ін.), біологічні науки (анатомія, фізіологія, біохімія, гігієна, лікарський контроль та ін.), досвід практичних дисциплін (плавання, легка атлетика, футбол та ін.), практичний досвід роботи викладачів, тренерів, вихователів, дані наукових досягнень галузі фізичного виховання та спорту [1, 2].

З філософії теорія та методика фізичного виховання використовує різні філософські закони та категорії, закони розвитку природи і суспільства, вчення про всебічний розвиток особистості. Тому досліджуване питання є актуальним.

Мета дослідження: розглянути філософії як джерело теорії та методики фізичного виховання.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури.

Виклад основного матеріалу дослідження. Рух – це не тільки суть життя, але і здоров'я. Гіппократ стверджував, що гімнастика, фізичні вправи, ходьба повинні обов'язково увійти у повсякденний побут кожного, хто хоче зберегти працездатність, здоров'я, повноцінне радісне життя [3].

Гіппократ вважав, що гімнастика, фізичні вправи повинні міцно увійти в повсякденне життя кожного, хто хоче зберегти працездатність, здоров'я, повноцінне і радісне життя.

Платон відмічав, що для пропорційності краси та здоров'я потрібна не тільки освіта в галузі наук та мистецтва, але й заняття все життя фізичними вправами, гімнастикою.

Сократ стверджував, що люди від природи немічні тілом, завдяки фізичним вправам стають міцніші силачів.

Арістотель вважав, що ніщо так не виснажує і не руйнує людину, як тривала фізична бездіяльність.

Горацій зазначав, якщо не бігаєш, коли здоровий, побігаєш, коли захворієш.

На думку Авіценна, людина, яка своєчасно займається фізичними вправами, не потребує жодного лікування, спрямованого на усунення хвороб.

К. Жорді вважав, що рух – це життя. На його думку, гімнастика і праця на свіжому повітрі – найкраща гарантія здоров'я.

Будучи фізіологом, Анджело Моссо зазначав, що здорове тіло не подарують жодні ліки, але фізичні вправи можуть продовжити і покращити життя.

Дж. Аддісон був переконаний, що за допомогою фізичних вправ і стриманості більшість людей може обійтись без медицини.

Силу, на думку Фабія, потрібно підтримувати постійними вправами.

Ж. Ж. Руссо зазначав, що 10–20 хвилин витрачені на ранкову гігієнічну гімнастику не лише додають бадьорості на увесь день, але й збережуть чимало років життя.

Висновок. Філософія є важливим та невід'ємним джерелом теорії та методики фізичного виховання.

Література

1. Масляк І. П., Мамешина М. А. *Теорія та методика фізичного виховання* : навч. посіб. перероб. Харків : ХДАФК, 2018. 180 с.

2. Носко М. О., Архипов О. А., Жула В. П. *Волейбол у фізичному вихованні студентів* : підручник. Київ : «МП Леся», 2015. 396 с.

3. Присяжнюк С. І., Краснов В. П., Третьяков М. О., Раєвський Р. Т., Кійко В. Й., Панченко В. Ф. *Фізичне виховання: навч. посіб.* Київ: Центр учбової літератури, 2007. 192 с.