Найбільше значення для розвитку теорії та практики фізичного виховання того часу мали роботи

англійського філософа й педагога Джона Локка, французького просвітителя Жан-Жака Руссо, швейцарського педагога Й. Песталоцці, Яна Амоса Коменського. Джон Локк (1632-1704) доводив необхідність виховання молодих людей енергійними, сильними тілом і духом, здатними пробити собі дорогу в житті. Найголовнішим у вихованні молоді Локк вважав виховання сили волі, твердості характеру, фізичного загартування, витривалості. Необхідно було добре володіти зброєю, їздити верхи, плавати, керувати вітрилами, гребти і т.п. У процесі виховання усі ці якості і вміння Локк вважав взаємопов'язаними. Для розвитку теорії і методики гімнастики величезне значення мала праця «Велика дидактика» Я. А. Коменського (1592-1670). Він вважав, що ігри, гімнастичні, акробатичні та інші вправи допомагають у вихованні в школярів впевненості, мужності, мудрості, справедливості та ін. особистісних якостей. Жан-Жак Руссо (1712-1778 рр.) свої педагогічні погляди виклав у праці «Еміль, або Про виховання». Руссо висловлював думки про важливу роль фізичного виховання не тільки у фізичному розвитку людини, але і в пізнанні їм навколишнього світу. Тільки на власному руховому досвіді, вважав він, дитина може зрозуміти такі важливі категорії зовнішнього світу, як час, простір, тяжкість, опір та ін. Вважав, що загартовування, ігри та фізичні вправи зміцнюють тіло дитини, сприяють формуванню його характеру і допомагають легше пізнавати навколишній світ. Заслугою швейцарського педагога Йоганна Песталоцці (1746-1827 рр.) в області фізичного виховання була розробка аналітичного методу. Він вважав, що фізичне виховання повинно починатися в сім'ї з самого раннього дитинства, де батьки, допомагаючи дитині спочатку стояти, а потім робити перші кроки, здійснюють тим самим «природну домашню гімнастику». Він говорив, що важливо розвивати сили і здібності, закладені в дитині від природи. На цій основі Песталоцці пропонував ввести в школі «Елементарну гімнастику». Особлива роль Песталоцці у розвитку гімнастики полягає в тому, що він розробив метод розкладання складних рухів на складові елементи і їхні різні сполучення (тобто суглобові вправи – руки вперед, нахил тулуба вперед). Погляди Руссо, Песталоцці та інших прогресивних мислителів того часу були підхоплені в ряді західних країн буржуазною інтелігенцією, яка почала створювати свої системи фізичного виховання людини. Переломним моментом стали наполеонівські війни початку ХІХ ст. Відразу після них майже у всіх капіталістичних країнах почали створюватися національні системи фізичного виховання. Засновниками німецької системи гімнастики були Г.Фіт (1765-1836), В. К. Гутс-Мутс (1759-1839), Ф. Ян (1778-1852), А. Шписс (1810-1858) та інші. Г.Фіт – один із засновників німецької гімнастики, викладач математики та французької мови, володів великими знаннями (на ті часи) в області анатомії і фізіології. Він узагальнив і систематизував все, що було зроблено до нього в галузі фізичних вправ і виклав весь напрацьований матеріал в науковій праці «Досвід енциклопедії фізичних вправ». Засновником шкільної гімнастики в Німеччині вважається А. Шписс – викладач гімнастики, історії, співу. У своїй чотиритомній праці «Вчення про турнерське мистецтво» він дав опис стройових і вільних вправ, розробив вправи у висах і упорах. Гімнастичні вправи виконувалися під музичний супровід, поєднувалися зі співом і демонструвалися на святах. Шписс збільшив розміри поперечини і брусів, щоб можна було займатися на них по 4-6 осіб одночасно (12-метрові бруси), і пристосував їх для занять зі школярами. А. Шписс створив кільця, розробив вправи з гантелями. При доборі вправ і дозуванні навантаження він здійснював диференційований підхід до хлопчиків і дівчаток, сильних і слабких учнів. Шведська система фізичного виховання створювалася за ініціативою уряду країни, який доручив її розробку професор Перу Лінгу (1776-1839), який є засновником цієї системи. Він почав вивчати гімнастику в 1803 р. в Данії на факультеті Упсальського університету – перший навчальний заклад у Європі з фізичного виховання. У 1813 р. з його ініціативи у Стокгольмі було відкрито спеціальний інститут, в якому Пер Лінг на практиці застосовував свої засоби і методи фізичного виховання. Лінг у своїй системі розташовує вправи по анатомічній ознаці з метою впливу на окремі м'язові групи і частини тіла, причому кожна вправа повинна давати заздалегідь намічений фізіологічний ефект. Всі види гімнастики П. Лінг розподілив на чотири групи: військову, педагогічну (основну), лікарську і естетичну. Головним чином, сам він займався описом принципів військової гімнастики. Інші види він вважав лише підготовчими до неї або додатковими. Велика увага приділялася точності рухів, робилися паузи між вправами. Шведську гімнастику вигідно відрізняли її оздоровчий характер, добір вправ залежно від анатомічних можливостей їх виконання, сувора спрямованість на залучення в роботу певних м'язів, різноманіття вправ, нові снаряди, методика навчання. Ця система гімнастики швидко стала популярною в багатьох країнах Європи. Майже одночасно зі шведською починає формуватися і французька система гімнастики. Полковник Аморос (1770-1848), один з прихильників Наполеона, вважається творцем французької системи гімнастики. У 1817 р. Парижі була відкрита спеціальна гімнастична школа для військових, де Аморос почав створювати свою систему шляхом добору і практичної перевірки необхідних засобів (вправ) і методів навчання. У 1830 р. він видав «Керівництво до виховання фізичного, гімнастичного і морального» та атлас з 53 таблицями вправ. Він дав зрозуміти, що його система спрямована на загартовування і фізичну підготовку населення, але головним її завданням була підготовка загартованого воїна, здатного переносити важке фізичне навантаження і долати небезпеки. Аморос виділив наступні види гімнастики: гімнастика громадянська і індустріальна; гімнастика воїна (сухопутна і морська); гімнастика медична; гімнастика сценічна або акробатична. Таким чином, до середини XIX ст. склалися три національні гімнастичні системи, що відображали наступні напрямки: шведська (гігієнічна), німецька (атлетична) і французька (прикладна).

1.Що Джон Локк вважав найголовнішим у вихованні молоді?

2.В чому полягає особлива роль Й.Песталоцці?

3.Хто був засновником німецької системи гімнастики?

4.Що створив А.Шписс?

5.Хто є засновником шведської системи гімнастики?

6.Хто є творцем французької системи гімнастики?

7.Які напрямки відображали різні національні системи гімнастики?