

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В "ПЕДАГОГІЧНІЙ АНТРОПОЛОГІЇ" К. Д. УШИНСЬКОГО

У статті проаналізовано та обґрунтовано психологічні та фізіологічні засади фізичного виховання особистості в праці К. Д. Ушинського "Педагогічна антропологія". З позицій антропологічного підходу узагальнено положення видатного педагога щодо розгляду актуальних питань фізичного виховання школярів.

Ключові слова: фізичне виховання, особистість, психофізіологічні основи фізичного виховання, К. Д. Ушинський, "Педагогічна антропологія".

Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. Важливим аспектом педагогічної науки, спрямованої на формування теоретичних і практичних засад національного виховання школярів, є вивчення й узагальнення вітчизняного та світового педагогічного досвіду фізичного виховання дітей і молоді, оскільки наукове вирішення сучасних освітніх проблем неможливе без знання педагогічної спадщини минулого.

Цікавими та раціональними щодо фізичного виховання є думки видатного українського педагога Костянтина Дмитровича Ушинського (1824-1870). Сьогодні його ім'я настільки ввійшло у вітчизняний історико-педагогічний контекст, що не можна собі уявити історію педагогічної думки без цієї постаті [2, с. 37].

Відзначимо, що фундаментальна монографія К. Д. Ушинського "Людина як предмет виховання. Спроба педагогічної антропології" (1862-1870 рр.: перший том надрукований у Санкт-Петербурзі у 1868 р. [6], другий – у 1869 р. [7], третій том виявився незавершеним, представлений публікаціями автора в педагогічних журналах) обґрунтовує педагогічну теорію на сучасних наукових засадах.

Розроблення проблем загальних основ педагогіки К. Д. Ушинський поставив на багатоаспектний фізіологічний, психологічний, філософський, соціально-історичний ґрунт, досягти якого не вдавалось тоді ще жодному педагогу. Автор хотів видати "Педагогічну антропологію" англійською мовою як одну з найглибших спроб наукового обґрунтування педагогіки, якої не було в усій європейській педагогіці XIX ст. [1, с. 122].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Здійснений нами огляд сучасної психолого-педагогічної періодики, засвідчив, що в наукових публікаціях авторами висвітлюються різноманітні аспекти теорії і методики виховання школярів на засадах педагогічних ідей К. Д. Ушинського. Зважаючи на проблематику даного історико-педагогічного дослідження, вважаємо за доцільне конкретизувати окремі узагальнення вчених-дослідників щодо творчого доробку К. Д. Ушинського: християнські ідеї (Л. Галіцина, О. Кисла, А. Кислий, О. Кобрій, М. Прищак, О. Чиж); національно-патріотичне виховання (С. Головачук, М. Ільків, Л. Маєвська, І. Турчина); родинне виховання (А. Богуш, А. Гранкин, Г. Донець, О. Неприцька, В. Марченко, П. Щербань); естетичне виховання (В. Вергунова, Т. Дорошенко, В. Мосіяшенко, Т. Савілова, Л. Салатіна); інтелектуальне виховання (В. Антипець, М. Антонєць, О. Барнич, Г. Іщенко, І. Мірошник, Л. Попова, Л. Райська, І. Турчина, Л. Тесленок); моральне виховання, гендерний підхід до виховання (Л. Іваненко, Т. Гелло, С. Заєць, Д. Огієнко, О. Петренко, Т. Турчин); трудове виховання (П. Біліченко, С. Завацький, Н. Наконечна, В. Пліско, О. Савченко, Е. Салтанов, Н. Слюсаренко); фізичне виховання (Е. Дорошенко, С. Кондратюк, В. Кошель, В. Ликова, Г. Приходько, Т. Стеблянка, А. Цьось) та ін.

Формулювання мети роботи (постановка завдань). Визначити та проаналізувати психофізіологічні основи фізичного виховання особистості в "Педагогічній антропології" К. Д. Ушинського. Узагальнити положення видатного педагога щодо антропологічного підходу до розгляду питань фізичного виховання.

Виклад основного матеріалу дослідження. К. Д. Ушинський у своєму творі "Людина як предмет виховання" охоплює питання фізичної й психічної природи людини та її виховання, зокрема і фізичного виховання. Автор переконливо обстоює необхідність наукового обґрунтування виховання як "найобширнішого, складного, найвищого і найнеобхіднішого з усіх мистецтв" [3, с. 34]. Шлях до цього він вбачає насамперед у науковому пізнанні людської природи. Педагог стверджує: "Якщо педагогіка хоче виховати людину у всіх відношеннях, то вона повинна перш за все пізнати її також у всіх відношеннях" [3, с. 28].

Зауважимо, що окремі статті "Педагогічної антропології", що стосуються питань фізичного виховання, автор публікував у "Педагогічному збірнику" впродовж 1865-1866 років. Це були матеріали про найголовніші риси людського організму в застосуванні до мистецтва виховання та розсудковий процес. У "Журналі Міністерства народної освіти" педагог друкує низку своїх статей: "Праця в її психічному і виховному значенні" (1860, № 7), "Педагогічна подорож до Швейцарії" (1863, №№ 1, 3, 4, 6) та ін.

У передмові до твору "Людина як предмет виховання" подаються методологічні позиції автора щодо постановки питання фізичного виховання як важливої педагогічної, психологічної, медичної та філософської проблеми. У ракурсі широкого значення виховання К. Д. Ушинським і вузького розгляду проблеми фізичного виховання особистості, її тілесного організму та нервової системи, ми виокремили такі положення:

1. К. Д. Ушинський про фізичне виховання як мистецтво і збірку правил виховної діяльності та його тісний зв'язок із антропологічними науками:

– педагогіка прагне задовольнити найбільшу з потреб людини й людства – їхнє прагнення до вдосконалення самої людської природи: не до вираження довершеності на полотні або в мармурі, але до вдосконалення самої природи людини – її душі й тіла; [3, с. 22];

– педагогіка фізичного виховання є збіркою правил виховної діяльності, педагогічних рецептів (що в медицині виконує терапія): "Що сказали б ви про людину, яка, не знаючи ні анатомії, ні фізіології, ні патології, не кажучи вже про фізику, хімію та природничі науки, вивчала б лише терапію і лікувала б за її рецептами, те саме майже можете ви сказати й про людину, яка вивчила б лише самі правила виховання, звичайно викладені в педагогіках, і керувалася б ними у своїй виховній діяльності" [3, с. 21];

– необхідність вивчення тих явищ природи й людської душі, на яких ґрунтуються правила фізичного виховання; педагогіка для досягнення поставленої мети має використовувати всі ті науки, що вивчають тілесну або душевну природу людини [3, с. 28];

– вивчення "обширного кола антропологічних наук: анатомії, фізіології і патології людини, психології, логіки, філології, географії, статистики, політичної економії та історії" [3, с. 28].

2. К. Д. Ушинський про необхідність чіткого визначення мети виховної діяльності, цілей фізичного виховання особистості:

– визначення мети виховання як "кращий пробний камінь усяких філософських, психологічних і педагогічних теорій" [3, с. 27];

– "якщо нам кажуть, що метою виховання буде зробити людину щасливою, то ми маємо право спитати, що саме розуміє вихователь під словом щастя" ("майже в кожній людині своє особисте поняття про щастя") [3, с. 26];

– з'ясування питання про конкретну мету виховання – "зробити людину кращою, довшинішою" [3, с. 26].

3. Фізичне виховання як завершена теорія виховання, що подає зрозумілі та позитивні відповіді на питання виховної практики життя:

– у кожній педагогіці існує відділ фізичного виховання, правила якого, щоб бути позитивними, точними й правильними, мають бути виведені з широкого й глибокого знання анатомії, фізіології і патології;

– можливість запозичення педагогом вже готових порад у медичних творах із гігієни за умови, що він сам матиме такі знання, які даватимуть йому змогу поставитись критично до цих медичних порад, часто суперечних одна одній;

– різноманітність переконань, які не можна обґрунтувати точними фізичними та фізіологічними законами, або принаймні досвідом, що спирається на тривалу медичну практику;

– не маючи спеціальних відомостей з медицини, слід утриматися від порад з фізичного виховання, крім тих загальних, для яких є достатні підстави; педагогіка повинна чекати ще важливих послуг від педагогів, спеціалістів з медицини;

– користь у справі виховання медиків, істориків, філологів лише тоді, коли вони не тільки спеціалісти, але й педагоги, коли педагогічні питання передують у їхньому розумі усім їхнім дослідом, коли вони, крім того, добре обізнані з фізіологією, психологією та логікою – цими трьома головними основами педагогіки [3, с. 33-34].

К. Д. Ушинський, окреслюючи зміст "Педагогічної антропології", і зокрема розгляду важливих аспектів фізичного виховання особистості, зазначав: "Спершу ми, природно, візьмемось до того, що наочніше, і зробимо виклад тих фізіологічних явищ, які вважаємо необхідними для ясного розуміння психічних. Потім візьмемось до тих психофізичних явищ, які, скільки можна судити за аналогією, спільні в початках своїх як людині, так і тваринам, і тільки під кінець візьмемось до суто психічних явищ, чи, краще сказати, духовних явищ, властивих тільки людині" [3, с. 47].

Видатний педагог справедливо зауважує щодо здійснення практики фізичного виховання: "Ми не кажемо педагогам – робіть так чи інакше; але кажемо їм: вивчайте закони психічних явищ, якими ви

хочете керувати, і робіть, керуючись цими законами і тими обставинами, в яких ви хочете їх застосувати. Ми радимо педагогам вивчати якомога пильніше фізичну й душевну природу людини взагалі, вивчати своїх вихованців і обставини, що їх оточують, вивчати історію різних педагогічних заходів, які не завжди можуть спасти на думку, виробити собі зрозумілу позитивну мету виховання і неухильно прагнути досягнення цієї мети, керуючись набутими знаннями і своєю власною розсудливістю" [3, с. 49-50].

Перша частина праці К. Д. Ушинського "Людина як предмет виховання" має назву "Фізіологічна" і висвітлює низку теоретичних аспектів фізичного виховання особистості: про організм взагалі (розділ I); істотні властивості рослинного організму (розділ II); рослинний організм у тварини, процес живлення (розділ III); необхідність і особливі умови відновлення тканин тваринного організму (розділ IV); потреба відпочинку і сну (розділ V); нервова система (розділи VI, IX); мускули, мускульне чуття (розділ VIII); нервова втома і нервове подразнення (розділ XI); відбивні або рефлексивні рухи (розділ XII); звички й навички як засвоєні рефлекси (розділ XIII); моральне і педагогічне значення звичок (розділ XV); вплив нервової системи на уяву, почуття та волю (розділ XVII).

У першому розділі "Фізіологічної частини" своєї "Антропології" К. Д. Ушинський трактує і дає чіткі дефініції низки понять фізичного виховання: "виховання", "організм", "розвиток", "сила розвитку", "життєва сила", "животворна ідея" [5, с. 53-57].

К. Д. Ушинський, *визначаючи основи фізичного виховання, приходить до таких узагальнень:*

- на фізіологічних законах розвитку, під впливом життя всіх сил організму та самих його форм, ґрунтується головним чином діяльність фізичного виховання;
- шляхом прямого впливу на процес живлення, на їжу і на обставини, що зумовлюють живлення, – вологу, світло, температуру й повітря, виховання може сприяти найуспішнішому розвитку організму;
- вихователь не тільки може давати більшу чи меншу діяльність мускулам і нервам, але й урізноманітнити цю діяльність, послаблювати або посилювати її поступово, припиняти її й повертатися до неї знову після більш-менш тривалих проміжків відпочинку [5, с. 68-69].

Щодо основ фізичного виховання особистості заслуговують на увагу такі статті та матеріали педагога: "Будова мускулів", "Скорочення мускулів", "Живлення мускулів", "Вплив волі на мускульні скорочення", "Мускульні чуття пасивні і активні", "Значення білої і сірої речовини в психофізичній діяльності", "Правильна діяльність нервів", "Рефлексивні основи звичок", "Широке значення звички у людській діяльності", "Спадковість звичок і розвиток інстинктів", "Моральне і педагогічне значення звичок" та ін.

Таким чином, вивчення та аналіз матеріалів "Антропології" К. Д. Ушинського, в яких висвітлюються фізіологічні аспекти виховання дитячого організму, спонукали нас до думки про комплексне вивчення наук фізіології, анатомії, гігієни, медицини як методологічної основи фізичного виховання школярів.

У ракурсі досліджуваної нами проблеми, важливе значення має розгляд теоретичних питань фізичного виховання школярів крізь призму психологічних знань. Адже крім того, що в підростаючому організмі постійно відбуваються фізіологічні зміни, здійснюється також і психічний та духовний розвиток особистості, її чуттєва й когнітивна сфера.

Зауважимо, що К. Д. Ушинський в своїх наукових працях виступав як проникливий психолог і невтомний шукач істини, як глибокий знавець людей, що й дало йому можливість сказати нове, свіже слово з цілого ряду психологічних питань, наблизити своє психологічне вчення до педагогічної практики, разом із тим і практики фізичного виховання особистості.

Розглядаючи психологічні питання людського організму, К. Д. Ушинський звертається до наукових теорій авторитетних, на його думку, мислителів: Арістотеля, Р. Декарта, Ф. Бекона, Дж. Локка. Крім того, педагог вдається до ґрунтового аналізу психологічних теорій Й. Гербарта, Г. Спенсера, Ф. Бенеке, К. Шмідта та ін. У передмові до "Педагогічної антропології" автор стверджує: "Ми задумали з усіх відомих нам психологічних теорій взяти тільки те, що здавалося нам безсумнівним і фактично вірним, знову перевірити взяті факти уважним і загальнодоступним самоспостереженням і аналізом, доповнити новими спостереженнями, якщо це де-небудь виявиться нам під силу, залишити одверті прогалини скрізь, де факти мовчать, а якщо десь, для групування фактів та з'ясування їх, знадобиться гіпотеза, то, обравши найбільш поширену і ймовірну, відзначити її скрізь не як вірогідний факт, а як гіпотезу" [3, с. 40].

У "Психологічній частині" твору "Людина як предмет виховання. Спроба педагогічної антропології" К. Д. Ушинським обґрунтовані процеси душевних, сердечних, розумових почуттів (здивування, допитливість, горе, радість тощо). Після викладу психологічних питань процесу бажань і волі, автором розглядаються духовні особливості людини.

Вивчення та аналіз матеріалів психологічної частини "Педагогічної антропології" дає змогу нам визначити окремі статті автора, які стосуються психологічних засад фізичного виховання школярів: "Значення волі над увагою", "Зовнішні і внутрішні причини, що зосереджують діяльність душі", "Пам'ять отрочтва", "Пам'ять юнацтва й дозрілого віку", "Фізичні впливи на хід наших уявлень", "Виховне значення дитячих ігор", "Фізіологічна теорія почувань", "Прагнення на психологічному

грунті", "Прагнення до індивідуального існування, до свідомої діяльності", "Страх і сміливість", "Почуття самовдоволення", "Нудьга, туга, апатія", "Почуття чекання", "Почуття впевненості", "Почуття успіху", "Фізична теорія тілесних рухів", "Фізіологічне пояснення довільності рухів", "Воля як влада душі над тілом", "Чи приємне нам почуття зусилля", "Як формується воля?", "Воля як бажання", "Вплив природжених особливостей організму на утворення характеру", "Прагнення до щастя", "Схильність до лінощів", "Схильність до розваг" та ін.

В історико-педагогічному ракурсі теорія фізичного виховання завжди обстоювала думку про закономірний зв'язок фізичного та психічного розвитку особистості. К. Д. Ушинський, будучи добре обізнаним із світовими психологічними теоріями, критично розглядає в "Педагогічній антропології" наукові позиції Аристотеля, Дж. Локка, О. Бена, Й. Гербарта, Г. Спенсера, ніби дискутує з ними, пропонує свої психологічні висновки для вирішення педагогічних завдань виховання та розвитку молодшої людини. Багато раціональних порад щодо виховання у школярів фізичних якостей, удосконалення методики розвитку сили, спритності, витривалості знаходимо саме в "Антропології" К. Д. Ушинського, яка, на нашу думку, за своєю побудовою, глибиною думок, різноманітністю підходів до досліджуваних автором явищ постає справжньою педагогічною енциклопедією, практичним психологічним порадиником.

Так, у розділі XVIII "Перехід від фізіології до психології" автор подає визначення важливої антропологічної категорії – "життя". Він відзначає: "Життям ми назвали невідому нам причину, чи сукупність причин, що дають організмові можливість почувати і виявляти свої почуття довільними рухами. Не маючи змоги пізнати саме життя, ми звернулися до вивчення його проявів і знайшли, що безпосереднім знаряддям життя є нервова система в усій своїй повноті, тобто її мозкові центри, нерви, органи чуття і органи рухів, мускули" [4, с. 185].

Педагог стверджує, що фізіологія не змогла відшукати в нервовій системі ніяких умов, які дозволили б з'ясувати можливість таких явищ, як свідомість, почуття і воля. Фізіологічними засобами не можна їх пізнати. Слід відмовитись від фізіологічних спостережень і перейти до спостереження душі над власним своїм життям, яке він називає самоспостереженням і психологічним методом.

У розділі XXV "Історія пам'яті" психологічної частини "Педагогічної антропології" К. Д. Ушинського знаходимо його вікову періодизацію: немовля (до 1 року), дитинство (1 – 6 років), отрочтво (6-7 – 14-15 років), юнацтво (16 – 18 років), дозрілий вік (18 – 24 роки). Новонароджене немовля є "чистою дошкою" (tabula rasa) Аристотеля, на якій ще нічого не написано. Перші відчуття зовнішнього світу в немовляти мають бути найзагальніші: світла на протипагу темряві, звуку на протипагу тиші, холоду на протипагу теплу, рухів на протипагу нерухомості. Період отрочтва педагог називає навчальним періодом, у якому повинен збагачуватись внутрішній світ дитини. У юнацтві пробуджуються з особливою силою ідеальні прагнення та тілесні пристрасті. У дозрілому віці людина легко засвоює те, що стосується її спеціальних занять [4, с. 254-264].

Висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямі. Отже, проведений нами науковий аналіз фундаментальної праці К. Д. Ушинського "Людина як предмет виховання. Спроба педагогічної антропології", зокрема її фізіологічної та психологічної частин, дав можливість визначити окремі положення, що стосуються з'ясування науково-методичних засад, базових понять і термінів та важливих завдань фізичного виховання, а саме:

– наукові основи фізичного виховання К. Д. Ушинський вбачає у вивченні анатомії, фізіології і патології людини, психології, логіки, філософії, географії, статистики, політичної економії, історії та історії виховання, педагогіки, так званого "обширного кола антропологічних наук";

– понятійний апарат основ теорії фізичного виховання, зафіксований у "Педагогічній антропології" К. Д. Ушинського, включає таку термінологію: "виховання", "фізичне виховання", "життя", "здоров'я", "фізичне здоров'я", "душевне здоров'я", "нервова сила", "спосіб життя", "ідеал душевного здоров'я", "тілесний організм", "розвиток", "людина" та ін.;

– в окремих психолого-педагогічних статтях "Антропології" К. Д. Ушинського можна віднайти трактування ним цілей та головних (освітніх, оздоровчих, виховних) завдань фізичного виховання школярів, взаємозв'язку фізичного розвитку з моральним, розумовим, естетичним, трудовим вихованням з метою формування гармонійно розвиненої особистості.

Подальший розвиток власних наукових досліджень будемо спрямовувати на пошук активних методів фізичного виховання, обґрунтованих у працях К. Д. Ушинського.

Використані джерела

1. Кравець В. П. Історія української школи і педагогіки : навч. посіб. / В. П. Кравець. – Тернопіль : [б. в.], 1994. – 388 с.
2. Сухомлинська О. Педагогічна спадщина як предмет вивчення (на прикладі доробку К. Д. Ушинського) / О. Сухомлинська // Шлях освіти. – 2008. – № 4. – С. 37-41.

3. Ушинський К. Д. Людина як предмет виховання (Спроба педагогічної антропології). Передмова // Ушинський К. Д. Твори : в 6 т. / К. Д. Ушинський – Т.4. – К. : Рад. школа, 1952. – С. 21-51.
4. Ушинський К. Д. Людина як предмет виховання (Спроба педагогічної антропології). Частина психологічна // Ушинський К. Д. Твори : в 6 т. / К. Д. Ушинський – Т.4. – К. : Рад. школа, 1952. – С. 185-451.
5. Ушинський К. Д. Людина як предмет виховання (Спроба педагогічної антропології). Частина фізіологічна // Ушинський К. Д. Твори : в 6 т. / К. Д. Ушинський – Т.4. – К. : Рад. школа, 1952. – С. 53-184.
6. Ушинский К. Д. Человек как предмет воспитания. Опыт педагогической антропологии. Том первый. – Санкт-Петербург : Тип. Ф. С. Сущинского, 1868. – 562 с.
7. Ушинский К. Д. Человек как предмет воспитания. Опыт педагогической антропологии. Том второй. – Санкт-Петербург : Тип. Ф. С. Сущинского, 1869. – 516 с.

Marchuk S.

**PSYCHOPHYSIOLOGICAL BASIS
OF PHYSICAL EDUCATION IN "PEDAGOGICAL ANTHROPOLOGY"
BY K. D. USHINSKIY**

Carried out the scientific-pedagogical analysis of "Pedagogical anthropology" by K. D. Ushinskiy, showed the diversity of the author's views on the causes of many physiological and mental phenomena of the child's body and the appropriateness of their pedagogical rationale to determine the psycho-physiological foundations of physical education students.

The research of "Pedagogical anthropology" showed consideration of K. D. Ushinskiy physical education as art and rules of educational activities in close connection with the anthropological Sciences. Highlights the basics of physical education and development of the organism in pedagogy of K. D. Ushinskiy: physiological laws of development, the influence of the forces of the body to process of food, meal and so on.

It was found that the conceptual apparatus of the theory of physical education, recorded in "Pedagogical anthropology" K. D. Ushinskiy includes the following terms: "education", "physical education", "life", "health", "physical health", "mental health", "nervous force", "lifestyle", "the picture of mental health", "physical body", "development", "people".

Significant pedagogical value for physical education of students have scientific positions of K. D. Ushinskiy about the physical and mental phenomena of bodily body: nervous system, sense organs, muscles, fatigue, sleep, meditative movements.

The research of psychological part of the "Pedagogical anthropology" by K. D. Ushinskiy defined psychological aspects of physical education students: the power of attention under the will, the educational value of children's games, the pursuit of conscious activity, fear, courage, complacency, confidence, success, will, as "the power of the soul over the body," the influence of the innate characteristics of the organism in the formation of character, the pursuit of happiness, a tendency to laziness and entertainment.

Key words: *physical education, personality, psychophysiological bases of physical education of K. D. Ushinskiy, "Pedagogical anthropology".*

Стаття надійшла до редакції 11.09.2015 р.