**Физическое совершенство как основное понятие теории физической культуры**

Доктор педагогических наук, профессор М.М. Богем, Московская государственная академия физической культуры

**Результаты исследования на текущем этапе.**

Россия - на переломе истории. Физическое воспитание, как и система воспитания в целом, отказывается от идеалов, сформировавшихся в советский период развития, но пока еще не выработала новых, адекватных требованиям нынешнего и грядущего этапов развития общества. Как известно, основой системы воспитания, в частности физического, была установка на формирование потребности служить обществу, Отечеству, коллективу. Интересы личности признавались антиобщественными, если они были устремлены на себя, ярлык "индивидуалист" был одним из уничтожающих. Социализм отверг эксплуатацию человека человеком, заменив ее эксплуатацией человека обществом. Именно эксплуататорский характер системы воспитания вызвал внутреннее сопротивление ее установкам, в том числе в физическом воспитании: об этом свидетельствует развал системы, когда обучаемые не желали учиться, а учителя - учить, когда результаты физического воспитания начали существовать не как здоровье людей, а в форме отчетов о показателях здоровья.

Потребность в здоровье и высокой работоспособности является базовой потребностью человечества. Именно поэтому на протяжении тысячелетий складывались представления о физическом совершенстве, отраженные в образах легендарных богатырей, героев эпосов и мифов, легенд и сказаний. Их отличительные черты - разносторонность и сверхчеловеческий уровень физического развития в сочетании с высокими моральными качествами - независимо от того, в какое время и у какого народа сложился этот образ.

Потребность в физическом совершенствовании присуща не только человечеству в целом, но и отдельному индивидууму. Именно поэтому физкультурная деятельность должна рассматриваться не как государственная в основе, дополняемая общественно-самодеятельной и личной, а как личная в основе, поддерживаемая государством и общественностью в финансировании и организации, при участии частного капитала. Девиз системы физического воспитания "Готовься к труду и обороне" для общества требует замены на иной, ориентирующий на удовлетворение личных потребностей, например:

"К здоровью, силе, счастью и радости!". Перенос акцента на интересы личности означает отказ от классового подхода к явлениям общественной жизни как от единственно приемлемого регулятора нравственных отношений и принятие заботы об отдельном человеке в качестве основного пути совершенствования социальных взаимодействий как главного принципа воспитания.

Этот путь на протяжении тысячелетий предлагает и утверждает религия, рассматривающая ход событий как проявление божественной воли, реализуемой в поступках людей. Отсюда - религиозная концепция человека как воплощения божественного замысла, установка на воспитание совершенного человека в единстве его духовных и телесных качеств, включающая и его физическое совершенство.

Религия представляет человека как единство материального и духовного начал: "И создал Бог человека из праха земного и вдунул в лице его дыхание жизни, и стал человек душою живою" (Книга Бытия 2.7). В этом единстве ведущее начало - духовное, душа, воплощающая комплекс нравственных установок, бессмертная как воплощение нравственности. "Дела плоти известны, они суть: прелюбодеяние, блуд, непотребство, распри, пьянство, убийство, бесчинства и т.п. Плод же духа: любовь, радость, мир, долготерпение, благость, милосердие, вера, кротость, воздержание" (Книга Галатам, 5, 19-22). "Плоть" обозначает деятельность, оторванную от заповедей морали, "духовность" - моральный кодекс и нравственное поведение. Это позволяет понять противопоставление телесного и духовного в Библии и суть требования "угнетать плоть" во имя возвышения духа. "Упражняй себя в благочестии, ибо упражнение телесное мало полезно" (1 Тим. 4, 7-8). Здесь речь идет о безнравственном упражнении, как и в других случаях, рекомендующих подавлять плоть. Философия Библии проникнута идеей нравственной деятельности: "Человек оправдывается делами, а не верою только. Как тело без духа мертво, так и вера без дела мертва" (Книга Иакова, 2, 24). Забота о телесном здоровье и красоте необходима, поскольку "Тела ваши суть храм живущего в вас Святого духа. Посему прославляйте Бога в телах ваших и в душах ваших" (1 -е послание к коринфянам 6,19).

Библия прославляет телесную крепость и красоту. Мощны и прекрасны юные Самсон и Давид; мощны и прекрасны старцы - 85-летний Халев и Моисей, умерший в 120 лет, но сохранивший силу и остроту зрения молодого; силой своей подобен Богу 50-летний Иаков: "И остался Иаков один... И боролся с ним некто до появления зари и, увидев, что не одолевает, сказал ему: отпусти меня, ибо взошла заря... Ты боролся с Богом и человеков одолевать будешь" (Книга Бытия, 32, 24-28). Прославляются не только сила, но и искусность, высокое двигательное мастерство: "Было 700 человек отборных и все они, бросая из пращей камни в волос, не бросали мимо" (Суд. 20, 16). Прославляется совершенство: "Слава юношей - сила их" (Притчи, 20, 29); указывается путь:

"немощные препоясываются силой" (1 Цар. 2,4). Рекомендуется воздержанность: "пусть не пьет вина и сикера и не ест ничего нечистого" (Суд. 13, 14). Есть и прямое указание на необходимость физического совершенствования: "Лучше бедняк здоровый и крепкий силами, нежели богач с изможденным телом; здоровье и благосостояние тела дороже всякого золота, и крепкое тело лучше несметного богатства" (Сирах, 30, 14-16). Библия не принижает женщину: "Кто найдет добродетельную жену? Цена ее выше жемчугов; предпоясывает силою чресла свои и укрепляет мышцы свои. Крепость и красота - одежда ее" (Притчи Соломоновы, 31, 10, 17, 25). Следует не только стать сильным, но и стремиться быть лучшим: "Бегущие на ристалище бегут все, но один получает награду. Так бегите, чтобы получить" (1-е послание к коринфянам, 9, 24). При этом следует оставаться скромным: "Да не хвалится мудрый мудростью своею, и да не хвалится сильный силою своею" (1 Цар. 2:10). Физическое совершенство ценно не само по себе, а как проявление любви к людям: "Более же всего облекитесь в любовь, которая есть совокупность совершенства (Колоссянам, 3, 14).

Приведенный материал позволяет утверждать, что Библия призывает к физическому совершенству - здоровью, силе, ловкости и красоте, объединенных на основе требований высокой нравственности. Это, по нашему мнению, позволяет считать целесообразным использование положений философии религии для построения новой, гуманной, системы физического воспитания и построения образа физического совершенства.

В отечественной литературе 1917-1960 гг. по проблемам физического воспитания и физической культуры понятие "физическое совершенство" не встречается. В партийно-правительственных постановлениях о физической культуре и спорте, в монографиях и учебниках в качестве цели физического воспитания провозглашаются подготовка к труду, к защите Родины от внешней угрозы, оздоровлению и всестороннее физическое развитие. Высшим нравственным требованием в процессе физического воспитания провозглашалась верность Коммунистической партии и ее идеалам.

В программе КПСС, принятой на XXII съезде, было объявлено, что нынешнее поколение советских людей будет жить при коммунизме. В контексте этого утверждения рассматривались задания народному хозяйству и среди них - сфера воспитания. Было указано, что "на современном этапе строительства коммунистического общества (т.е. в б0-х гг. - М.Б.)... неуклонно возрастают возможности воспитания нового человека, гармонически сочетающего в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство". Так понятие "физическое совершенство" было перемещено из сферы поэтического существования в сферу хозяйственную, для которой тезисы партийной программы являлись конкретным производственным заданием. Теоретики физического воспитания отметили в этой связи, что "впервые идеал всестороннего гармонического физического развития человека приобретает вполне конкретные черты", а перед теорией стоит ответственнейшая задача - разработать критерии физического совершенства человека ("Теория и методика физического воспитания". - М.: ФиС, 1976).

Коммунистическая идеология пыталась заставить идеалы работать в реальных условиях - на основе приказов и распоряжений. Для этого надо было изменить сущность самих идеалов, и можно проследить эту теоретическую трансформацию.

1963 год. В "Энциклопедическом словаре по физической культуре и спорту" термин "физическое совершенство" появился, но соответствующей статьи еще нет.

1967 год. В учебнике "Теория и методика физического воспитания" "физическое совершенство" определено как "исторически обусловленный уровень всестороннего физического развития и дееспособности, обеспечивающий возможность приспособления к условиям производства, военного дела, быта, высокую дееспособность и долголетие". Отметим продвижение в разработке понятия: идеал привязан к требованиям производства и военного дела. Эта же формула повторена в монографии "Советская система физического воспитания" (1970).

1976 год. В учебнике для вузов "Теория и методика физического воспитания" указывается, что понятие "физическое совершенство\* обобщает "представления о мере гармонического физического развития и всесторонней физической подготовленности человека по отношению к требованиям трудовой и других сфер его жизни". Здесь подчеркнут идеальный характер сущности "физического совершенства".

1977 год. В 27-м томе БСЭ в статье "Физическое совершенство" понятие определено как "высшая степень гармонического физического развития и всесторонней физической подготовленности человека, оптимально соответствующая требованиям трудовой и иных сфер деятельности". Отметим уточнение понятия: уже не "представление о мере", а "высшая степень развития и подготовленности". Идеальное ("представление о мере") превращается в реальное (степень развития и подготовленности).

1983 год. В учебном пособии "Введение в теорию физической культуры" понятие "физическое совершенство" предельно конкретизируется, предложены его критерии: нормы и требования комплекса ГТО в сочетании с нормативами ЕВСК.

Таким образом, предлагалась следующая концепция:

физическое совершенство формируется как состояние человека, соответствующее" требованиям сфер его жизнедеятельности", а нормы комплекса ГТО определяют его количественные характеристики. (Нормы комплекса ГТО разработаны на основе данных о среднестатистической норме физического развития населения Е.Я. Бондаревский, 1983), они в большей мере ориентируют на соответствие жизненному уровню, чем на активные занятия физической культурой, призывают стремиться к среднестатистическому существованию, что вполне отвечало партийной установке на всеобщую усредненность.)

Если следовать этой концепции, то окажется, что физическое совершенство рантье, сфера жизнедеятельности которого требует регулярно получать доходы с капитала, будет измеряться толщиной жировой прослойки, а физическое совершенство пенсионера, который тоже заботится только о получении мизерной пенсии, - рельефностью скелета. Во всех случаях четко просматривается призыв - не стремиться к постоянному прогрессу, а примиряться с наличным status quo.

Противоречие между изначальным смыслом понятия "совершенство" и его толкованием применительно к потребностям теории физической культуры в условиях развивающегося социализма привело к тому, что с началом периода перестройки и после распада СССР вообще отпала необходимость в теоретической разработке понятия "физическое совершенство" и его практическом применении: в учебнике "Теория и методика физической культуры" (Л.П. Матвеев, 1991) оно не раскрыто, в "Толковом словаре спортивных терминов" (1993) его вообще нет. Канула в лету программа КПСС, новых программ, т.е. социальных заказов, пока нет, а потребности развивающейся науки - теории физической культуры - не являются для разработчиков официальных концепций достаточным стимулом для деятельности.

При смене теоретической основы физической культуры, замене парадигмы коммунистической ориентации парадигмой гуманистической ориентации, наиболее полно выраженной в философии трех мировых религий - иудаизме, христианстве, мусульманстве, меняется принципиальная основа физической культуры - появляется принцип направленности на удовлетворение личных потребностей в физическом совершенствовании, которые можно понимать как потребность в здоровье, силе, ловкости и красоте в их единстве, выражающем высокую нравственность устремлений, деятельности и поступков. Этот принцип предполагает существование индивидуального образа физического совершенства, который возникает как предмет удовлетворения личной потребности в физическом совершенствовании, как мотив физкультурной деятельности личности. Индивидуальность образа физического совершенства определяет различия в его воплощении в конкретной деятельности - у инвалида, у просто здорового человека, у хорошо подготовленного спортсмена.

Индивидуальные образы физического совершенства при всем их различии должны иметь нечто общее, инвариантные признаки, позволяющие включить их в понятие "идеал". О самом высоком идеале говорит Библия. В книге Бытия (1, 26) читаем: "И сказал Бог: создадим человека по образу нашему, по подобию нашему". Богоподобие - высший идеал людей на • протяжении тысячелетий. Однако как понимать это положение - "по образу, по подобию"? В книге Исход (20, 4-5) сформулирована 2-я заповедь, данная Моисею: "Не делай себе изваяния и никакого изображения того, что на небе вверху и что на земле внизу и что в воде под землею. Не поклоняйся им и не подчиняйся им, ибо я Господь, Бог твой". Бог отделяет себя от любого изображения, от фиксирования в образе, в пространстве, во времени. "Образ", о котором говорится в книге Бытия, - понятие, которое не может быть представлено тремя измерениями традиционной физики, образами обыденного сознания. Эта несоразмерность подтверждается уточнением: "по подобию нашему". Подобие - не идентичность, но соразмерность, сопоставимость. Признаки подобия суть:

всесильность, всеведение, бессмертие, т.е. отсутствие границ проявления силы, знания, существования. Отсутствие границ может иметь место только тогда, когда речь идет о развитии. Богоподобие человека - всесилие, всезнание, бессмертие - следует понимать именно как развитие; соответствие идеалу должно содержать его главный признак-развитие, совершенствование. Физическое совершенство, таким образом, представляет собой не фиксированный перечень признаков (например, по представлениям Л.П. Матвеева, нормы ГТО), не фиксированный образ, например, Геракла или Ильи Муромца, а восхождение на следующую ступень развития. Признак физического совершенства-прогресс физического развития, свидетельствующий о всесильности, всеведении, вечности. Правда, для этого следует абстрагироваться от длительности, величины и объема, т.е. фиксированных признаков состояния. Такое абстрагирование, согласно философии религии, не только позволительно, но и обязательно: оно также является атрибутом Бога: "Как день мимолетный Ему тысяча лет" ("Песня единства Моисея'). В контексте бесконечности Бога правомерно и обратное утверждение: "и дольше века длится день". Такое восприятие непрерывно текущего времени позволяет человеку быть постоянно активным, постоянно прогрессирующим, не думать о краткости жизни и тщетности усилий.

Накопленный опыт работы по физическому воспитанию подтверждает действенность развивающегося образа физического совершенства. Общеизвестны данные о низкой эффективности физического воспитания в школах бывшего СССР и нынешней России. Менее известен накопленный нами опыт работы в общеобразовательных школах (данные о результатах опубликованы в 1958, 1961, 1964, 1965, 1976, 1977 гг.), когда за основу построения программы был принят критерий прогрессирования, а не ориентации на фиксированные нормативы официальной программы. Такая работа позволила каждому ученику осознать реальность собственного прогрессирования, что и явилось стимулом для включения в активные занятия физической культурой, а в дальнейшем - мотивом устойчивого включения в физкультурную деятельность. Результаты выпускников намного превышали требования официальных программ по физической культуре, почти все учащиеся заканчивали школу, имея подготовленность ча уровне III (в отдельных случая и выше) спортивного разряда по одному или нескольким видам спорта.

**Список литературы**

Для подготовки данной работы были использованы материалы с сайта <http://lib.sportedu.ru>