

ПОЛИФУНКЦИОНАЛНА ИДЕНТИФИКАЦИЯ НА ФИЗИЧЕСКОТО ВЪЗПИТАНИЕ (ОБРАЗОВАНИЕ)¹ (КАУЗАЛНО-ДЕДУКТИВЕН АНАЛИЗ)

Проф. дпн Кирил Костов

POLYFUNCTIONAL IDENTIFICATION PHYSICAL EDUCATION (EDUCATION)

K. Kostov

*„No education without
physical education “
EUPEA*

Въведение

Природата е заложила двигателната активност да бъде основен градивен фактор в модела на човешкото развитие и усъвършенстване. В съвременните условия на живот обаче този модел, създаден от еволюцията, започва драматично да се променя. Хипокинезията, настанила се трайно в живота на хората от всички възрасти, води след себе си отрицателни последици за тяхното здраве. Особено негативно е влиянието на обездвижването върху растящия детски организъм. В тази връзка надеждите за положителна промяна още от най-ранна училищна възраст основателно се свързват с физическото възпитание като специфично биосоциално явление, спортно-педагогически процес и дейност с многофункционална и интегративна същност.

Ретроспективният анализ на литературата в контекста на разглеждания проблем показва, че в спортно-педагогическата теория и практика не са изследвани системно, целенасочено и в детайли възможностите на училищното физическо възпитание за многопосочно положително въздействие върху детската личност. Днешните реалности в реализацията на тази дейност и целенасочен педагогически процес категорично ни убеждават в това. Налице е фрапиращо несъответствие между необходимостта от системна двигателна активност, от една страна,

и нееднократно констатираният недостиг от физически усилия и физическо натоварване на днешните ученици поради некачествено и несистемно реализиране на физическото възпитание (образование) на учениците. Очевидно е разминаването между изискванията, посочени в нормативните документи, и практическата реализация на този учебен процес в училище.

Наред с тези реалности ще посочим и установената от предварителните ни проучвания констатация, че не са изследвани системно и задълбочено възможностите на училищното физическо възпитание като хармонизиращ фактор на детското развитие. Не са разкрити, дефинирани и изследвани във взаимовръзка неговата интегративна същност и функции. Към този процес се подхожда едностранчиво, като се свързва само с необходимостта от двигателна активност на учениците, без да се изследва и докаже неговият сложен, многопластов спектър за въздействие върху различни страни от детското развитие.

Посочените по-горе нерешени проблеми на училищното физическо възпитание (образование) предопределиха в голяма степен и насоките на настоящото изследване и анализ. Усилията насочихме главно към разкриването на причинно-следствените връзки и многопосочни възможности за целенасочено комплексно въздействие и взаимодействие между субектите на педагогическия процес в условията и със средствата на училищното физическо възпитание. Изследвахме този процес по посока на неговата специфичност и с презумпцията, че е особено важна предпоставка за усъвършенстване на цялостната учебно-възпитателна работа в училище. Надяваме се, че използваният от нас подход в изследването и получените резултати ще провокират нов поглед към физическото възпитание, ще допълнят спортно-педагогическите знания на учителите, водещи този учебен предмет, и същевременно ще послужат за осъвременяване на учебното съдържание, методиката на преподаване и цялостната организация на дейността.

МЕТОДОЛОГИЧЕСКИ ПАРАМЕТРИ НА ИЗСЛЕДВАНЕТО

*„След движението най-важна е
посока на движение.“*

Р.Ралин

Възпитанието и развитието на подрастващите е многопосочен и сложен процес. Един от значимите и комплексно действащи фактори, които имат отношение най-вече към изграждането на *физическата (соматична) основа* на хармонично развитата личност, е училищното физическо възпитание. Тази дейност влияе, пряко или косвено, не само върху останалите компоненти на развитието, но се предполага, че е важен фактор и за тяхното хармонизиране.

В училище всички останали учебни дейности имат преди всичко строго определени познавателни цели и задачи, свързани предимно с подчертано умствено (сензорно) натоварване, повишен психо-емоционален стрес и ярко изразена дви-

гателна пасивност. Единствено физическото възпитание като организиран педагогически процес и дейност е призвано, а и разполага със средствата за това, не само да задоволява естествено-биологичната потребност от движение, но и да хармонизира двигателната и интелектуалната активност на учениците. Казаното дотук ни дава достатъчно основание да издигнем тезата, *че образователно-възпитателният процес в училище като цяло би бил значително по-ефективен при условие, че се използват пълноценно възможностите на физическото възпитание не само за положително въздействие върху психо-физическото развитие на учениците, но и за установяване на здравословен баланс между различните училищни дейности.*

В съответствие с посочените по-горе съвременни реалности при реализиране на училищното физическо възпитание, както и заявените от нас изследователски намерения, е логично и закономерно за обект на изследването да определим социално-педагогическото явление *физическо възпитание, реализирано като разнообразна спортно-педагогическа дейност и като образователен процес с многопосочни въздействия върху учениците*, а за предмет – разкриването и изучаването на неговата биосоциална същност и педагогическа идентификация, както и реализацията на многопосочните му функции.

В контекста на така декларираните научни намерения *целта* на настоящото изследване е свързана с усъвършенстване на учебно-възпитателната работа по физическо възпитание в училище. В конкретния случай постигането на тази цел се разглежда във връзка с необходимостта от *разкриване и обосноваване на многопосочните функции на физическото възпитание, както и от представяне на идеи за педагогически решения при тяхната реализация в училищната практика.*

Настоящото теоретико-приложно изследване си поставя за водеща задача да изясни ролята и мястото на физическото възпитание в съвременното училищно образование, както и неговите възможности и параметри за многофункционално педагогическо и биологично-градивно въздействие върху учениците.

На философско-мирогледно равнище най-общо можем да приемем, че основна методологична база на настоящото изследване е диалектичното разбиране за развитието на човека, т. е. приемаме *диалектическия подход* като философско познание за формирането, развитието и промяната на обективната и субективната действителност. От позициите на спортната наука това ще рече, че със средствата на физическото възпитание и спорта може да се въздейства положително върху психо-физическото развитие на ученика, да се изгражда и променя неговата личност в съответствие с нашите схващания за полезност, хармоничност и нормалност.

Разглеждането на физическото възпитание като подсистема на образователната система в училище и разкриването на причинно-следствените връзки и отношения между взаимно обусловените и йерархично подредени нейни елементи

наложиха използването и на *комплексно-интегративния* подход. Това ни позволи да разкрием интегративната същност на физическото възпитание и да идентифицираме основните негови функции като специфичен учебен предмет в училище.

В отделните етапи на изследването използвахме различни изследователски методи, които ще споменем накратко.

1. Каузално-дедуктивен анализ за комплексно изследване на физическото възпитание като процес и дейност с многопосочни въздействия върху учениците (резултати и условия за реализация).

2. Целенасочено педагогическо наблюдение на физическото възпитание като дейност и процес – условията на работа и поведението на педагогическите субекти в него.

3. Педагогически експеримент за установяване на резултати от прилагането на различни двигателни режими на работа

4. Метод на експертната оценка.

5. Социологически методи – „фокус-група“, анкети и беседи с експерти, учители, родители и ученици.

6. Ергометрия на двигателната активност и двигателните способности на учениците.

7. Комплексна методика за изследване на умственото развитие на ученици от начална училищна възраст (по Замбиявичене, 1996), на психо-емоционалното развитие чрез модифициран САН-тест (по Д. Кайков, 2001) и на вниманието - устойчивост (по Пиерон и Рутер) и концентрация (Тулуз и Пиерон)².

БИОСОЦИАЛНИ ПРОЕКЦИИ НА ФИЗИЧЕСКОТО ВЪЗПИТАНИЕ (ОБРАЗОВАНИЕ)

1. Двигателната активност – фактор на развитието и основна характеристика на физическото възпитание

От философска гледна точка може да се приеме, че *движението*, разглеждано в най-общ смисъл на думата, т.е. разбирано като начин на съществуване на материята и като вътрешно присъщ неин атрибут, обхваща всички извършващи се във Вселената изменения и процеси, от простото преместване до мисленето³. То е основно биологично качество на живата материя и един от най-важните атрибути на живота. С него са свързани всички процеси на обновяване и изменение в човешкия организъм. Особено голяма е преобразуващата му роля в периода на интензивен растеж и развитие, когато потребността от движение (двигателна активност) на децата е значително по-голяма в сравнение с възрастните. Може да се приеме също, че развитието е процес на движение (промяна) от едно състояние към друго. То е най-характерният белег и едно от всеобщите свойства на материята и съзнанието и се обуславя от най-различни фактори. „Развитието е необратимо, насочено и закономерно изменение на материалните и идеалните

обекти. В резултат на *развитието* възниква ново качествено състояние на обекта, което се явява като изменение на неговия състав и структура (т.е. възникване, трансформация или изчезване на елементи и връзки).⁴⁴ На основание на казаното е логично да обобщим, че „...проблемът за развитието има основно, методологическо значение във всички природни и обществени науки, но този проблем заема по-специално място в психологията и в педагогиката поради обстоятелството, че от неговото решаване зависи решаването на много частни въпроси в тези науки.“⁴⁵ Във връзка с това ще отбележим, че развитието на подрастващите, формирането им като многостранни и хармонично развити личности е сложен и продължителен процес, основите на който се полагат още от най-ранна възраст. Този процес е резултат от прякото или косвено въздействие и взаимодействие на различни фактори, а в сферата на образованието и в съчетаването на комплекс от социално-педагогически средства и методи за обучение и възпитание в училищната и социално-битовата среда. От тази гледна точка развитието на човека може да се определи като процес на създаване и формиране на неговата личност под влияние на външни и вътрешни, управляеми и неуправяеми фактори и „...представлява от само себе си процес на физическо, умствено и нравствено израстване на човека, като обхваща всички количествени и качествени изменения на вродените и придобити свойства. Развитието на човека, като процес на физическо, умствено и нравствено съзряване, по същество означава превръщане на детето от биологически индивид, притежаващ заложените на човека като представител на биологически род, в човека като личност, член на човешката цивилизация.“⁴⁶

Както се вижда от казаното дотук многообразието от фактори, оказващи влияние върху човешкото развитие, може да се сведе най-общо до две големи групи: *ендогенни* (генетични) и *екзогенни* (фенотипни, външни). Към първата група се отнасят наследствените дадености под формата на заложи, а към втората – това са всички социални и индивидуални въздействия, имащи отношение към превръщането на човека от чисто биологически индивид в личност с определени способности и сфери на реализация. Само при отчитането на диалектичното взаимодействие между тези две структурно определящи групи фактори може да бъде разбрана същността на развитието като многопосочен, сложен и продължителен процес.

Не смятаме, че тук е мястото да полемизираме върху това коя от тези две групи фактори има по-голям дял в количествен и качествен аспект върху крайния резултат от този процес, но едно е безспорно – отмина времето на теориите и крайностите, които даваха категорично и изключително предимство на една от двете групи фактори. И животът, и науката доказаха, че истината не е в абсолютизирането на едно-единствено влияние, във фаворизиране на една или друга група фактори, в надценяването или подценяването на генетичното или социалното. При определени условия и сфери на чисто битова или по-висока професионална и интелектуална реализация на човек (изкуство, наука, спорт, управление

и др.) влиянието на генетично дадената компонента и на придобитите с много труд и постоянство способности има различна тежест. Този факт трябва да се има предвид, за да се постигнат очакваните положителни резултати в сложния и многостранен процес на развитието. Детайлното изучаване и разкриването на това многообразие е непосилно за едно парциално изследване и затова сме се насочили към безспорното в случая, че измежду многото фактори, които влияят върху различните параметри (страни) на човешкото развитие във фило- и онтогенетичен аспект, ролята на двигателната активност е фундаментална. И то не само като средство за биологично развитие на човека като индивид, не само за хармонизиране на неговото физическо развитие и усъвършенстване, но също така и за формирането му като социален субект и хармонично развита личност със свой собствен, обществено полезен светоглед за целта и смисъла на живота.

➤ Двигателна активност и съвременен начин на живот

*„Нищо не изтощава и не разрушава човека така,
както продължителното физическо бездействие“*

Аристотел

Съвременният начин на живот има своите особености, своите положителни и отрицателни страни. Двупосочно е и въздействието на научно-техническите постижения върху човешката цивилизация като цяло и върху отделната личност в частност. От една страна, всички улеснения за бита на хората правят живота по-хубав, по-интересен, по-желан. И съвсем естествено е, че човечеството няма да се откаже от тях. Но всичко това има и други последствия, които никак не са за пренебрегване. Още през XIX в., оценявайки всички постижения на творческия гений на човека, Ф. Енгелс посочи, че „...всяка победа над природата на първо място носи последствията, които сме очаквали, но наред с това тя е свързана и със съвсем други последствия, които много често унищожават значението на първите“⁷. Още по-конкретен и категоричен е и академик Н. Амосов (1987), който посочва, че „...Научно-техническият прогрес, донесъл на човечеството невиджани блага, едновременно с това доведе след себе си тенденцията към понижаване равнището на здравето. Човекът не издържа натиска на втората си природа, създадена от самия него, на напрежнатия ритъм на живот и... реагира с т. нар. болести на цивилизацията“⁸ – като постоянния информационен стрес, затлъстяване и нарушен метаболизъм, хипертония и остеопороза и други нарушения в основните системи на човешкия организъм.

Известният български природолечител Петър Димков още през 30-те години на миналия век (XX в.) заявява, че „...търговците, учителите и други, които живеят уседнало, извършват известна умствена работа, но тяхното усилие е много едностранчиво и несъразмерно, за да може да се нарече наистина деятелност. Именно за хора от тази категория са създадени игрите (спорта) на открито, като

тенис, футбол и др. подобни. За селянин, който работи на открито, му е нужен умствен труд, за да има *хармония между духа и тялото*“⁹.

В днешно време все повече се налага становището, че наред с многобройните и най-различни фактори, водещи до т. нар. болести на цивилизацията се откроява факторът „тотално обездвижване“ на хората от всички възрасти. А това доведе до нежелана промяна на наложилия се през вековете „модел“ на психо-физическото развитие на човека, модел, в който двигателната активност и мускулните усилия са играли основна роля. Сега, във века на информационните технологии, и „мускулния глад“ с драматична внезапност се руши този модел на човешко развитие, създаден от еволюцията. И ако това не се отразява толкова негативно на възрастните, то на растящия детски организъм хиподинамията влияе доста отрицателно. И не само върху двигателното развитие на подрастващите, но и върху цялостното им психофизическо здраве.

➤ Двигателна активност – историческа оценка

За необходимостта от хармоничност в развитието и за неразривната връзка между физическото, психическото и духовното у човека са разсъждавали още древните хора. За своето време особено ярко с комплексността си на въздействие върху развитието на подрастващото поколение се е откроявала Атинската образователна система, в която се е обръщало голямо внимание на „...умственото, нравственото и физическото възпитание, като на последното се е отделяло специално внимание, защото е свързано пряко със здравето и силата на човека.“¹⁰ Това обяснява в голяма степен и факта на издигането по това време в култ на физическата красота и хармонията в развитието на човека. И до днес изумява със своята простота на изказа и гениалност на внушението сентенцията „Здрав дух в здраво тяло“¹¹. Категорично доказателство за тази житейска философия са останалите и до днес писмени и археологични находки за битието и културата на древните гърци и римляни. Техните схващания за основните фактори в развитието и прогреса на една човешка цивилизация, за ролята и мястото на целенасочената двигателна активност в този процес удивяват и в днешно време, като преживяват отново своя заслужен ренесанс.

Древните системи за изграждането и формирането на човешката личност са били преди всичко системи за здраве, физическа сила и издръжливост. А системата на йогите и днес буди изумление и възхищение с комплексността си на въздействие върху цялостното психофизическо развитие на човека. Най-пълни и достоверни обаче са историческите сведения от онова време за отношението и преклонението на древните гърци към физическото здраве, сила и красота. Останалият и до днес скален надпис от онова време: „Ако искаш да бъдеш здрав – бягай, ако искаш да бъдеш красив – бягай, ако искаш да бъдеш умен – бягай!“, говори недвусмислено за вярата им, че движението (мускулната активност) е в основата на правилното и хармоничното психо-физическо развитие на човека.

Наред с подчертания практицизъм на физическата култура в Древногръцката система за физическо възпитание е налице и доста високо ниво в развитието на философската и научно-педагогическата мисъл от това време. Разсъждавайки върху смисъла на живота, в свои произведения философите Демокрит (460 – 370 г. пр.н.е.), Сократ (469 – 399 г. пр.н.е.), Платон (427 – 347 г. пр. н. е.), Аристотел (384 – 322 г. пр. н. е.), лекарят Хипократ (460 – 377 г. пр. н. е.), ораторът и педагогът Квинтилиан (35 – 96 г. от н. е.) поставят физическото възпитание наравно с интелектуалното, като дават и редица конкретни правила и съвети за това как човек да упражнява и развива своето тяло, как с помощта на физическите упражнения да се предпазва и лекува от много болести. Още тогава Аристотел синтезира философски разбирането си за значението и ролята на движението и мускулното усилие, като пише, че „...нищо не изтощава и не разрушава човека така, както продължителното физическо бездействие!“, а Платон, когато искал да илюстрира голямото невежество у някой човек, е казал, че „той не знае нито да чете и пише, нито да плува“. Още от ранна училищна възраст той препоръчва „...системни занимания с гимнастика, състояща се от бегови упражнения, хвърляния и борба“¹².

За ролята и мястото на двигателната активност в естествено-биологичния ход на развитието на човека, както и при оформянето му като социално същество и субект, може да се съди и по възникналите през Ренесанса и малко по-късно (XVIII – XX век), по подобие на Древногръцката система, Западноевропейски национални системи за физическо възпитание.

Обобщавайки казаното дотук, ще посочим, че в своето филогенетично развитие човешкият род се е формирал в движението и чрез него. Физическата (мускулната) дейност е била основата в борбата му за оцеляване и развитие в продължение на хилядолетия. И ето че сега съвременният човек се опитва да замени тази естествено-биологична необходимост от системни мускулни усилия изключително само с усилията на своя мозък. В тази връзка С. Френе констатира, че „...техническата цивилизация унищожава естествения начин на живот на човека, откъсва го от общуване с природата и хората, а човечеството дори не се опитва да преценява резултатите и последиците от тази дисхармония“¹³. Нобеловият лауреат по физика П. Капица допълва: „Аз изхождам от прости и безспорни за мен факти: при съвременния темп на живота, изобилстващ със свръхнапрегнати ситуации, неритмични натоварвания в работата, изобилие на впечатления, мощен информационен поток и други удари по нервната и физическа основа на организма, всеки човек, пренебрегващ физическата култура, рано или късно губи контрол върху себе си и става биологично непълноценно създание“¹⁴.

Косвен показател за това, че в днешно време хората изпитват остра нужда от системни физически натоварвания, са изнесените от академик А.Берг^{15, 16} сравнителни данни за дела на мускулната работа в осигуряване на енергията за обществото отпреди сто и петдесет (150), сто (100) и тридесет и пет (35) години, със закономерната тенденция този дял още повече да намалява (табл.1).

Таблица 1

Основни източници на енергия в хода на социално-икономическото развитие на човечеството в %

Източници на енергия	Години		
	1852	1952	1975
1. Енергия от мускулна работа на хора и животни	94,0%	1,0%	0,5%
2. Енергия от работа на вятърни мелници, водни и топлоелектроцентрали, нефт, газ, атомна енергия и др.	6,0%	99,0%	99,5%

Естественият ход в развитието на човешката цивилизация не може и не трябва да бъде спрян и място за песимизъм не би трябвало да има. Както ни внушава К. Роджърс (по З. Морси, 1994) човешкият индивид като биосоциално същество може сам да се справя с проблемите на цивилизацията, „да се осъвременява“, само трябва да му се създадат условия и възможност за това и тази възможност „да бъде отприщана“¹⁷.

➤ **Двигателна активност и здраве**

„Движението по своето въздействие може да замени всяко лечебно средство, но всички лекарства на света не са в състояние да заменят целебната сила на движението!“

Тисо

Няма съмнение, че двигателната функция на организма е основна негова характеристика и същност, която обезпечава адаптирането на човека към околната среда. Още през 1893 г. великият руски физиолог И. Сеченов философски обобщава „...смее ли се детето при вида на играчката, усмихва ли се Гарибалди, когато го гонят за голямата му любов към Родината, трепери ли девойката при първата мисъл за любовта, открива ли Нютон природните закони, записвайки ги на книга – крайният резултат от тези безброй разнообразни прояви на мозъчната дейност се свеждат окончателно само до едно явление – мускулното движение“¹⁸. В следващите десетилетия науките за човека и неговото битие потвърдиха фундаменталната роля на двигателната активност в комплексното му биосоциално развитие. Тя се явява като негова незаменима естествено-биологична потребност, без която животът му като цяло би бил не само непълноценен, но и невъзможен. Установено е, че при обездвижване в човешкия организъм стават редица негативни промени, свързани с атрофия и намаляване функциите на почти всички органи и системи. Особено чувствителни към двигателната активност са децата.

Растяганият организъм доста живо реагира на всякакви изменения, произтичащи във външната или вътрешната среда, но на двигателната активност той отговаря по поразителен начин – претърпявайки значителни смущения в общото функционално и здравно състояние при хипокинезия и обратно достигайки доста високо развитие на своите функции и системи при правилно организиран, тренировъчен режим на системни физически натоварвания¹⁹. Когато двигателната активност на децата е недостатъчна, те не само изостават в развитието си, но и по-често боледуват, имат значителни морфологични и функционални смущения в организма. Налице са нарушения в обмяната на веществата, в опорно-двигателния апарат и телесната стойка. Повишава се нервно-мускулното напрежение и честотата на пулса, а се понижава имунобиологичната реактивност на организма, което води до редица заболявания. Недостатъчната двигателна активност е причина и за някои невротични реакции, затлъстяване и др.²⁰.

Последиците от недостатъчната двигателна активност се изразяват също и в повишаване на нервно-мускулното напрежение, честотата на пулса, абсолютно и относително телесно тегло, времето за възстановяване на сърдечносъдовата система след физическо натоварване (F. Beuker, 1967). Според същия автор недостатъчната двигателна активност е причина да се намали обемът на сърцето, жизнената вместимост, обиколката на крайниците, силата и еластичността на мускулите, бързината на реакцията, координационните способности и гъвкавостта²¹.

В специализираната литература за означаване потребността на човека от двигателна активност се е наложило понятието „кинезофилия“ и е въведено в научната терминология от руския физиолог Р. М. Могендович²². В буквален смисъл това понятие означава „любов към движението“, а по същество то изразява естествено-биологичната, „вътрешната необходимост“ на живите организми от движение, което пък от своя страна е незаменима предпоставка за тяхното нормално развитие и усъвършенстване. Обикновено в теорията и практиката за означаване на ограничената по обем двигателна активност се използва терминът *хипокинезия*, а когато двигателната активност е с намалени силови характеристики на движението – *хиподинамия*. Или с други думи казано, понятието хипокинезия означава състояние на ограничена двигателна активност, при което са намалени количеството и амплитудата на движенията, а хиподинамията е състояние, при което е намалено силовото натоварване на двигателната система, т. е. интензивността на натоварването е по-слаба.

Днес, в началото на XXI в., на целенасочената двигателна активност се възлагат много големи надежди като средство с подчертано многостранно положително въздействие върху подрастващите. От 15-20 години се заговори за нова област на научното познание – „Валеология“, т. е. наука за „здравето на здравия“, в която основен профилактичен и здравословен фактор е оптималната и целенасочена двигателна активност под формата на най-различни занимания с физически уп-

ражнения и спорт. Наука, която издига на нов, още по-висок пиедестал мъдростта на сентенцията „Здрав дух в здраво тяло“, която се опитва да погледне на човека като на едно единно цяло, което може и трябва да постигне изискванията на СЗО за здравето на човек, като „...пълно психическо, физическо и социално благополучие“²³.

Направеният дотук анализ ясно очертава очевидната необходимост за съвременния човек отново да преоткрие ценностите и възможностите на целенасочената двигателна активност не само като организиран педагогически процес за физическо възпитание, но и като важен здравословен фактор и средство за осмисляне и оползотворяване на свободното време на младите хора. Да се погледне на физическото възпитание и спорта не само като незаменимо средство за правилно физическо развитие на подрастващите и за укрепване на психо-физическото им здраве, но и като единствено възможната, здравословна алтернатива на добилите напоследък тревожна „популярност“ негативни социофеномени – дрога, бездвижване, перманентен психически стрес, тютюнопушене, алкохол.

2. Интегративна същност на физическото възпитание

*„Искаш ли да бъдеш здрав – бягай,
искаш ли да бъдеш красив – бягай,
искаш ли да бъдеш умен – бягай!“*

Древна гръцка поговорка

Разкриването на дълбоката същност на физическото възпитание като биосоциално явление изисква към него да се подходи по-комплексно и аналитично. Както вече беше споменато, нашето разбиране за това явление гравитира около мнението то да се разглежда, от една страна, като дейност (съвкупност) от различни средства - физически упражнения, спортни активности, организационно-методически форми и т. н. и от друга, като процес за въздействие и промяна във физическото, двигателното и психо-емоционалното развитие на занимаващите се. С други думи, комплексно-интегралният характер на въздействието, което оказва целенасочената двигателна активност върху човешкия организъм, предопределя в известен смисъл и необходимостта от по-широк поглед върху същността на физическото възпитание като биосоциално явление, специфична педагогическа дейност и целенасочен процес за многопосочно положително въздействие върху цялостното личностно развитие на учениците. Аргументите за това наше разбиране подлагаме на подробен анализ в следващите редове.

➤ Философско-мирогледна същност на физическото възпитание

Предвид факта, че в основата си физическото възпитание е преди всичко целенасочена двигателна активност (движение), в самата си същност то има отношение, макар и косвено, към решаването на някои въпроси от философско-мирогледен (методологически) порядък. Казано по друг начин, необходимо е да се погледне по-широко на това специфично биосоциално явление и да се види

дълбокият (философски) смисъл на една иначе съвсем прагматична училищна и извънучилищна дейност с многостранно въздействие върху детската личност. Да се потърси философско-мирогледната същност на въпроса за „целта и смисъла“ на човешкото съществуване и най-вече на отговора на този въпрос, като се прозре ролята на спонтанната и преди всичко на организираната двигателна активност във формулирането и постигането на тази цел. В кой етап и на какво ниво в йерархията на личностното и общественото целеобразуване можем да използваме възможностите на този процес и дейност за формиране на хармонично развита личност?

Въпросът за философската същност и измерения на физическото възпитание и спортната дейност като цяло трябва да се разглежда в контекста за ролята и мястото на двигателната активност в живота на човека в биологичен и социален аспект. Тази основна роля е прозряна, осъзната и формулирана по убедителен начин още от големите гръцки философи от древността. В днешно време организираната двигателна активност, под най-различни форми на спортно-педагогическа реализация, продължава да има много важно значение в оформянето на психо-физическия облик на човека и се нарежда сред водещите фактори при целеобразуването и определянето на целта и смисъла на човешкото съществуване. Според В. Милев, Ив. Слаников (1982) класификацията на „целите и смисъла на живота“ има четири нива: I ниво – биологичен смисъл; II ниво – неосъзнаване или пренебрегване (игнориране) на смисъла на живота; III ниво – влагане на различно съдържание в понятието цел и смисъл на живота (от религиозни или атеистични позиции) и IV, най-високото ниво – цел и смисъл на съществуването на човешкото общество²⁴. Във всички нива (етапи) на целеобразуването преднамерената и целенасочената двигателна активност, реализирана в най-различните си форми, има място в този процес и не би било никак пресилено да се търси, макар и не така явна еднопосочност на въпроса за целта и смисъла на човешкия живот и двигателната активност в него като много важна характеристика на биосоциалната му природа. Още по-ясна е тази връзка между „начина на живот“ като философска категория и ролята на целенасочената двигателна активност в него. Въобще връзката „човешки живот“ и „двигателна активност“ носи белезите на древността.

Древногръцкият философ Сократ е бил първият, който започнал да разсъждава върху „начина на живот“ на човека, като влага в неговото съдържание не само „...абстрактно-духовните ориентации на човека, но и неговото *интегрално, духовно и биологическо реагиране*“²⁵. Ролята на целенасочената двигателна активност на човека като елемент на здравословния начин на живот е категорично защитена и от Аристотел със сентенцията „Нищо не изтощава и не разрушава човека така, както продължителното физическо бездействие“. А надписът „Искаш ли да бъдеш здрав – бягай, искаш ли да бъдеш красив – бягай, искаш ли да бъдеш умен – бягай!“²⁶, изсечен на скала в Древна Гърция ни дава ясна и категорична представа

за философията и мирогледа на цивилизования древен свят по отношение начина им на живот и за ролята, мястото и значението на системната двигателна активност в него. Цитираните по-горе сентенции подсказват вярната посока на отговора не само във философски, но и в чисто прагматичен аспект, на поставения от нас въпрос за целта и смисъла на човешкия живот. Независимо, че „... целта не се покрива напълно със смисъла на живота“²⁷, би било оправдано и логично те да се допълват и да имат еднопосочни измерения. В тази посока разсъждава и В. Капранов (1975), който определя смисъла на живота като „философска категория за отразяване мястото на човека в света и социалната значимост на жизнената дейност на хората, за обозначаване социално обусловената способност на човека да подлага своите жизненни прояви и обществени процеси на преценка и да устройва своя живот в съответствие с осмислените цели, които притежават обществена и индивидуална ценност“²⁸.

Философски погледнато, същността на нещата и явленията отразяват най-вече „...смисъла на дадено нещо, това, което е то само по себе си“²⁹. Така поставен, проблемът изисква да се разкрие и обоснове мястото и ролята на двигателната активност като вид човешка дейност, респективно физическото възпитание и спорта, в отговора на най-важния въпрос на въпросите за целта и смисъла на човешкия живот. Отговорът на този въпрос се е търсил, откакто съществува човешката цивилизация и продължава да се търси и днес, но все повече, особено в днешното хиподинамично и емоционално-стресово време, се съзира задължителният компонент на единното човешко съществуване в рамките на *активността* на човека, в това число и на нейната най-здравословна разновидност – *двигателната активност*.

Когато се поставя въпросът за същността на физическото възпитание и спорта от философско-мирогледни позиции, би трябвало да се обърнем и към диалектиката като методология в натрупването и развитието на философско познание за формирането, развитието и промяната на обективната и субективната действителност. На езика на специализираната спортно-педагогическа литература и практика това ще рече, че със средствата на физическото възпитание и спорта, с многообразието на физическите упражнения (различна по вид и характер двигателна активност), може да се въздейства положително върху психофизическото развитие на човека, да се изгражда и променя неговата личност в съответствие с нашите схващания за полезност, хармоничност и нормалност. Да се постигат значими цели, свързани със здравето, хармоничността в развитието, жизнеността и работоспособността, моралната чистота и удовлетвореност. Да се създадат условия не само за хармонично физическо развитие в морфофункционален аспект, но и да се използват в правилна посока възможностите на тази дейност в изграждането на *съзнание и самосъзнание* за индивидуална и обществена полезност, за целта, смисъла и истинските стойности в живота на човек. Или казано накратко, *целенасочената двигателна активност да се превърне в неотменна част от съществуването и интелекта на човека*.

➤ Биосоциална същност на физическото възпитание

Физическото възпитание и спортът притежават ярко изразените си характеристики на „...утвърдени в обществото специфични социално значими дейности, чието предназначение е да задоволяват определени негови и на членовете му потребности. Тези потребности имат динамичен характер и произтичат от конкретното и перспективното състояние на развитието на обществото като цяло и на отделните личности в него. Затова те нямат универсален и еднозначен характер“³⁰ и могат да бъдат използвани съобразно изискванията на конкретните условия и обстоятелства. Наред с тези си функции обаче, физическото възпитание и спортът са преди всичко целенасочена и системно прилагана двигателна активност, която удовлетворява същностната особеност на всеки жив организъм, т. нар. кинезофилия (любов към движението). Това е тази неосъзната и генетично заложена потребност от движение във всяка жива клетка, която наред с храната и съня е основният фактор не само за формиране на подрастващите като социално-активни и адаптивно-рефлексивни личности, но преди всичко тя е в основата на правилното им морфофункционално и психо-емоционално развитие като биологични индивиди. Тази многопластовост на явлението се посочва и от Цв. Желязков, Д. Дашева, (2000), които отбелязват, че „...за разлика от другите форми на педагогическа дейност, спортната тренировка, независимо от социалния си характер, засяга непосредствено и във висша степен биологичните процеси, като предизвиква динамични или трайни функционални и структурни преустройства в организма на човек“³¹. Тяхното опознаване е основна задача на теорията и методиката на физическото възпитание и спорта, за да се оптимизират педагогическите условия за целенасочени въздействия и взаимодействия между субектите на педагогическия процес.

Едва ли са необходими специални знания и усилия да се прозре биосоциалната природа на физическото възпитание като особено полезна педагогическа дейност, която в днешно време има все по-актуално звучене. От една страна, основната роля на двигателната активност във всички нейни видове и форми на реализация, във фило- и онтогенетичното развитие на човека като биологичен индивид е доказана отдавна и няма спор, че в днешното време на високи технологии и безброй възможности за заместване на мускулните (физическите) му усилия с предимно умствени такива, значението на двигателната активност като незаменимо средство за нормално съществуване на човека е още по-голямо. От друга страна, реализирането на тази естествено-биологична потребност от движение (двигателна активност) под формата на целенасочено организирана педагогическа дейност в различни спортно-педагогически (урочни и извънурочни) занимания имат подчертани социални функции. Това са не само здравето като лична и социална потребност, но и контактите (комуникациите) между индивиди, групи и общества. Социалните измерения и значимостта на спортната дейност като цяло могат да се видят и в ролята им на единствената здравословна алтернатива за запълване на

свободното време на подрастващите и в борбата за спечелване на „войната“ срещу все по-разпространяващите се напоследък негативни „социофеномени“ като дрога, тютюнопушене и алкохолизъм. „Главните причини за скъсяване на живота на сегашните млади поколения е слабото практикуване на спортната дейност и масовото влечение към нездравословния начин на живот. Това води до отслабване на имунната система още в ранна възраст и до други вреди на здравето“³². Няма друга педагогическа или социална дейност, която така успешно може да съчетава „полезното с приятното“, както това е при целенасочените занимания с физически упражнения, организирани под формата на системно провеждан педагогически учебен или тренировъчен процес в училище или извън него.

Погледнато в чисто исторически аспект логиката в развитието на човешката цивилизация, в нейния начин на живот, е към все повече и повече намаляване дела на мускулните усилия в осигуряването на всички необходими източници и дейности, свързани с бита и съществуването на човека. Този процес към тотално обездвижване на човека контрастира с реализирания от еволюцията модел на човешко съществуване, в който модел двигателната активност е заложена като естествено-биологична предпоставка и основен фактор за правилното развитие на всяко живо същество.

Казаното дотук потвърждава неотложната необходимост отново да се преоткрият ролята и възможностите на целенасочената и системно прилагана двигателна активност, респективно на физическото възпитание и спорта, като важни и решаващи фактори за правилното психо-физическо развитие на подрастващите и за изграждането на личности със „здрав дух в здраво тяло“.

Няма съмнение, че днес това е една от основните грижи и „болки“ на съвременното общество. Крайно време е тази позиция от едно полезно, емоционално и декларативно пожелание да стане практически реализирана социално-образователна практика и реален резултат. Очевидно е, че съвременният начин на живот със своята подчертана интелектуализация на труда и произтичащите от това процеси на обездвижване води категорично към необходимостта от здравословна алтернатива в лицето на системната двигателна активност с нейните многообразни форми, като дейност, пряко свързана с „физическия облик и здравния статус на всеки член на обществото“.

➤ Психолого-педагогическа същност на физическото възпитание

Като цяло педагогическата наука има важната задача да въведе определен „порядък“ в стихийността от въздействия и взаимодействия при формирането и развитието на човешката личност със средствата на възпитанието, обучението и образованието. Този процес е многопластов и е резултат от редица явни и латентни, обективно и субективно обусловени фактори на човешкото развитие. Стремещът за тяхното опознаване и управление е напълно разбираем и една от посоките в това опознаване и промяна е в областта на обучението и възпитанието. Този процес е характерен за всички възрастови периоди („човек се учи, докато е жив“), но

тази дейност е особено важна в училищната възраст, когато човекът се оформя не само като биологически индивид, но и като социално адаптивна личност.

Педагогиката е „...наука (и изкуство) по „детеводство“, наука за обучението и възпитанието на подрастващите по пътя на организиране и ръководене тяхната дейност и социалната им комуникация с цел да се формират у личността определени и желани качества“³³. Когато посочените по-горе аспекти и проблеми на развитието, възпитанието и образованието са пряко свързани и с прилагането на системна, целенасочена двигателна дейност като средство за въздействие, взаимодействие и „управление“ на естествено-биологичното развитие на детето, те вече стават предмет на изследване най-вече от спортно-педагогическата наука (спортологията), която със своите строго специфични цели и задачи е важен и съществен дял от системата на педагогическите науки, като „интердисциплинна наука за единното знание за човека, поставен в условията на спортната дейност“ (М. Бъчваров, 2003).

В училище всички останали дейности (учебни предмети) имат преди всичко строго определени познавателни цели и задачи, свързани предимно с подчертано умствено (сензорно, мисловно) натоварване, повишен психо-емоционален стрес и ярко изразена двигателна пасивност. Единствено дейността „физическо възпитание и спорт“, като организиран педагогически процес, е призвана, а и разполага със средствата да задоволява естествено-биологичната необходимост от движение и да хармонизира, поотделно и в единство, необходимостта от двигателна и интелектуална активност на формиращата се детска личност, съчетавайки полезното с приятното.

Известно е, че педагогическият процес в училище протича във взаимодействие между учителя и ученика, което по същество е учебно-възпитателна дейност. Тази дейност осигурява формиране и развитие на обучаваните в процеса на усвояване на определени знания, умения и навици при преднамереното, целенасочено физическо упражняване. Независимо от педагогическата си същност, когато говорим за формиране на двигателни умения и целенасочено развиване на двигателни качества, каквато е и основната характеристика на учебно-възпитателния процес по физическо възпитание и спорт, е съвсем очевидно, че се извършват наред с чисто физиологическите и редица психически процеси, съпроводени с активна мисловна дейност, която по същество е движещата сила на психическото развитие на учениците. Във връзка с това е необходимо да се подчертае, че в организирания спортно-възпитателен процес, под непосредственото ръководство на спортния педагог, трябва да се насочват в правилна насока не само извършваните чисто двигателни действия на учениците, но и да се подпомага тяхната мисловна активност и познавателна дейност, свързана с формиране на двигателни умения и развитието на двигателни качества и съобразени с индивидуалността на всеки ученик. Безспорно е, че физическото възпитание е дял от комплексното възпитание на отделната личност. Духовната устойчивост и психическото здраве са

в непосредствена зависимост от крепкото телесно състояние. Всяка дейност по същество е психо-физическа, определена от физическите и духовни качества на личността. Никога не трябва да се откъсва физическото от духовното развитие на човека³⁴. Изключително важно е подпомагането на мисловната дейност при физическото упражняване да носи характера на изпреварващото отражение.

Не е необходимо да се правят специални и задълбочени анализи, за да се види и докаже психолого-педагогическата същност на физическото възпитание в училище. Достатъчно е да се посочи, че:

1. Това е редовен учебно-възпитателен процес, в който се дават определени знания, формират се двигателни умения и навици, развиват се двигателни качества (способности), т.е. по своята същност и предназначение това е процес с чисто педагогически характеристики, в който се обучава, възпитава, развива. С други думи, формира се детската личност, което по същество е психолого-педагогическа дейност.

2. Всички дейности в този процес, било двигателни или косвено познавателни, стимулират като цяло психо-физическото развитие на учениците и осигуряват така необходимия баланс между условно наречените интелектуални дейности в училище и така необходимата ежедневна двигателна активност на страдащия от перманентен „мускулен глад“ съвременен ученик.

3. Стимулират се като цяло всички психически процеси, свързани с реализираната двигателна и познавателна дейност в заниманията по физическо възпитание и спорт.

4. По определени спортно-педагогически принципи и правила, при използването на специфични средства и методи се подпомага комплексното изграждане на детската личност.

В заключение ще посочим, че физическото възпитание в училище и извън него няма алтернатива като многопластово явление и процес за подпомагане физическото развитие, поддържането на добро здраве и формирането на нравствено-етични и морално-волеви черти на обучаваните. Тази дейност има пряко отношение към оформяне светогледа на подрастващите и приучването им към природосъобразен и здравословен начин на живот, изграждайки по този начин физически здрави и психически устойчиви личности, максимално полезни на себе си и на обществото.

ФУНКЦИИ НА ФИЗИЧЕСКОТО ВЪЗПИТАНИЕ

Идеите, свързани с възможностите на преднамерената двигателна активност за многопосочно положително въздействие върху човешкия организъм, реализирана под формата на целенасочено организиран и системно провеждан педагогически процес, можем да отнесем още в древността с възникването и оформянето на системите за физическо възпитание. Тези идеи търпят своето по-нататъшно

развитие и практическа проверка най-вече в зараждащите се през XVIII и XIX в. западноевропейски системи за физическо възпитание, но този процес продължава и до днес. Базирайки се на философско-педагогическите и хуманистичните схващания за развитието на човека по времето на Европейския ренесанс, основоположниците на тези системи виждат „*телесното възпитание като неразделна и равнопоставена част от общите проблеми на възпитанието и образованието на подрастващите*“.

Нашите целенасочени проучвания и анализирането на публикациите по този въпрос³⁵, както и целенасочените педагогически наблюдения на училищната практика, ни позволиха да формулираме тезата за *комплексно-интегративна същност и многопосочните функции на училищното физическо възпитание, която според нас по-детайлно и по-дълбоко отразява същността на явлениято „целенасочена и педагогически осмислена двигателна активност“*. За да обосновем и докажем тази теза, използвахме комплексно-интегралния подход и каузално-дедуктивния анализ при изследване на физическото възпитание като специфична спортно-педагогическа дейност и целенасочен образователно-възпитателен процес с многопосочни функции. Теоретическите търсения и практическите изследвания, в трансверсален и лонгитудинален аспект (има нужда от обяснение), продължиха повече от 10 години. Механизмите на въздействие са проследявани както върху основата на целенасочени педагогически наблюдения, така и на базата на информация от получени количествени резултати в тестове за физическо, двигателно и умствено развитие на учениците.

Целенасочените ни дългогодишни педагогически наблюдения, както и получените експериментални резултати, показват недвусмислено, че по самата си същност и практическа реализация физическото възпитание има комплексно (интегративно) въздействие и много важно значение за правилното психо-физическо развитие на децата. Идентифицираните и условно разделени от нас многопосочни функции на физическото възпитание схематично изглеждат така (Вж. фиг.1).

➤ Образователни (обучаващи) функции

Те са свързвани основно с обогатяването на двигателната култура чрез използването и усъвършенстването на естествено-приложните двигателни действия – ходене, бягане, скачане, лазене и др. и чрез формирането на нови, преди всичко със спортна насоченост, двигателни умения и навици. Към съдържанието на тези функции логически трябва да причислим и даваните на учениците здравно-хигиенни знания, основни терминологични понятия за подпомагане взаимодействието между субектите на педагогическия процес, знанията за техниката на изпълнение на физическите упражнения и въздействието им върху детския организъм, както и знания за ролята, мястото и използването на упражненията в заниманията по физическо възпитание.

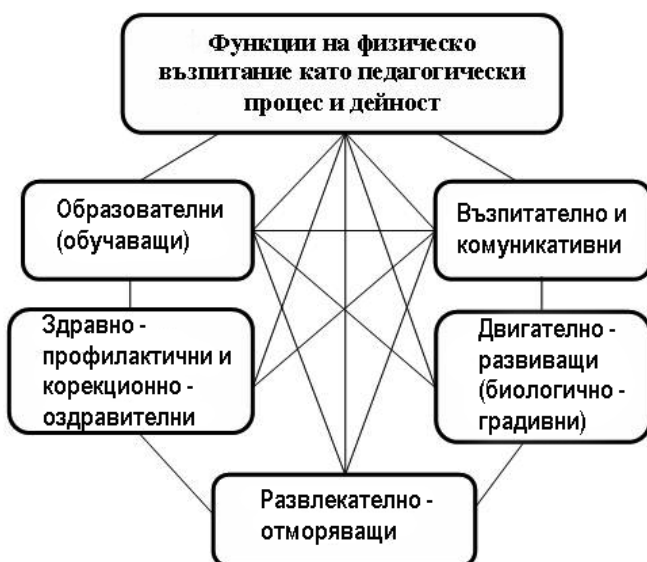
➤ Двигателно-развиващи (биологично-градивни) функции

От една страна, при правилно използване на средствата и методите на физи-

ческо възпитание като цяло се повлиява положително морфологичното и функционалното развитие на учениците, а от друга, изпълнението на различните физически упражнения води до развиване на основните двигателни качества – бързина, сила, издръжливост, ловкост и гъвкавост, при които се подобрява работата на отделните системи в детския организъм и се повишава физическата годност на учениците.

Фиг. 1

**Схематичен модел на функциите
на училищното физическо възпитание**



➤ **Здравно-профилактични и корекционно-оздравителни функции**

По самата си същност, при целенасоченото ѝ използване двигателната активност е незаменим здравословен фактор наред с правилното хранене и съня. И няма съмнение в нейната здравно-профилактична функция (роля). Наред с това обаче, когато става въпрос за деца, които са в процес на интензивен растеж и развитие, физическото възпитание като цяло и в частност специално подбраните физически упражнения (оздравително бягане с променлива интензивност, общо-развиващи и изправителни упражнения, дихателни упражнения, плуване и др.) могат целенасочено да се използват в профилактиката и лечението на характерни за детската възраст в днешно време заболявания и отклонения от нормата като нарушения в телесната стойка и гръбначни изкривявания, плоскостъпие, заболявания на дихателната, сърдечносъдовата и мускулната система, нарушена обмяна на веществата, най-често изразена в затлъстяване, перманентна нервно-психическа преумора и др.

➤ Възпитателни и социално-комуникативни

Двигателната активност и в частност физическото възпитание са естествена среда и предпочитана от децата дейност за постигане на позитивни възпитателни резултати в различни аспекти на този многостранен процес. В това отношение средствата на физическото възпитание като цяло са без конкуренция измежду останалите педагогически средства и дейности в училище за непринудена и безпроблемна мотивация за участие на децата в организираната учебно-възпитателна работа. Двигателната активност, реализирана като целенасочен педагогически процес, предоставя богати възможности от ситуации, в които децата се приучват в редица нравствени привички, норми на поведение, възпитават се като цяло нравствени добродетели, естетически и волеви качества на характера, усет към красивото и доброто. Едва ли има друга дейност в училище, в която децата непринудено, спонтанно и така безпроблемно да изявяват себе си, да имат желанието да се наложат в благородно съревнование, да се самоутвърдят, да победят и себе си, и спортните противници. Естеството и специфичните особености на спортно-педагогическата дейност (постоянно променяща се обстановка, в която се осъществява обучението, многообразието по форма, структура и съдържание на физическите упражнения, движения под музика и др.) са реална естествена среда за възпитаване на активен естетически вкус, за обогатяване на естетическите представи и чувства.

Една от основните дейности със спортно-педагогическа насоченост във физическото възпитание са игрите в техните разновидности като подвижни, спортно-подготвителни и спортни игри. Най-често използваните от тях имат колективен (групов) характер, което поставя занимаващите се в най-различни ситуации на взаимодействие и общуване като партньори и противници, като водачи на отбори и редови играчи. Всичко това изисква от тях да влизат в различни взаимодействия помежду си, да комуникират бързо и адекватно на създадените ситуации, да са съпричастни и да си помагат, да действат в екип. Тези групови взаимоотношения, усилия и решения са характерни не само за игровата дейност. Много често от успешните комуникации между участниците зависят крайните успешни резултати и в гимнастическата, туристическата и спортно-съревнователната дейност в заниманията по физическо възпитание

➤ Развлекателно-отморяващи функции

Сред спортните педагози и учителите по физическо възпитание има известна плахост, смущение и нежелание да се говори за физическото възпитание като за развлекателна дейност. Да не би това да понижи и без това не особено високия социален статус и педагогическата значимост на спортната дейност като цяло. Напротив, точно тези функции, които обезателно трябва да изпълнява всяко занимание във физическото възпитание и масовия спорт, повишават още повече социално-педагогическа стойност на физическото възпитание и потвърждават неговата безалтернативност. Защото, изпълнявайки тези функции, физическото

възпитание помага на днешните психически претоварени ученици да съхранят своето психо-физическо здраве, да се противопоставят по-успешно на психо-емоционалния и информационния стрес от съвременния начин на живот, да се разтоварят от прекомерните умствени и сензорни натоварвания.

➤ Значимост на отделните функции

Без да подценяваме или да фаворизираме някои от обособените по-горе функции, ще посочим, че с новите учебни планове и програми на българското училище, с изработването на държавните образователни изисквания за учебно съдържание предметът „Физическо възпитание и спорт“ е равнопоставен с всички останали учебни предмети, като наред с безспорно признатото му положително въздействие върху здравето на учениците се акцентира и върху възможностите на този предмет за развитие на познавателните способности на учениците и за формиране на хармонично развити личности. Този факт пряко корелира с нашата идея за интегративната същност и многопосочните функции на физическото възпитание в тази училищна степен. За всичко това свидетелстват и приетите поправки в Закона за физическото възпитание и спорта (2002 г.), където този учебен предмет е застъпен с три задължителни часа от I до IV клас и с два часа в по-горните възрасти, като е равнопоставен учебен предмет с останалите такива.

Условно обособените от нас функции на училищното физическо възпитание предложихме на вниманието и оценката на социално-педагогическите фактори (експерти по физическо възпитание, учители, водещи този предмет и родители). Резултатите от анкетното проучване сме представили в таблица 2. В графата (№) сме посочили мястото, получено за отделната функция като средно аритметична стойност на класирането ѝ от всеки анкетиран, а в графа (К) – числовия израз (коефициент) на съответното място.

От резултатите се вижда, че експертите поставят на първо място двигателно-развиващите (биологично-градивни), а на последното 5 място – развлекателно-отморяващите функции. Ако разгледаме по-внимателно разликите в коефициентите, се вижда, че между първото и второто място, както между четвъртото и петото място, не са много големи, което навежда на мисълта, че експертите в немалка степен са раздвоени по отношение важността на отделните функции, или с други думи, те зачитат в по-голяма степен в сравнение с учителите и родителите специфичната роля и място на всяка отделна функция. За разлика от тях учителите доста по-категорично, с коефициент 1,87, поставят на първо място двигателно-развиващите (биологично-градивните) функции, което е напълно логично, като се има предвид, че става въпрос за учебен предмет, чието основно съдържание е активната двигателна дейност. Това, което буди недоумение, обаче, е фактът, че за тях този предмет е по-скоро развлекателна дейност, отколкото учебен предмет с претенции да обучава (образова) учениците. Това се вижда от петото място на образователните функции (коефициент 3,34) и второто място на развлекателно-отморяващите функции (коефициент 2,69).

Таблица 2

**Функциите на училищното физическо възпитание,
подредени по важност, според експерти, учители, родители**

Функции	Експерти по физ.възп.		Начални учители		Родители	
	№	К	№	К	№	К
Образователни (обучаващи)	2	2,36	5	3,34	1	2,60
Развлекателно- отморяващи	5	3,59	2	2,69	4	3,10
Здравно- профилактични и корекционно-оздравителни	3	3,22	3	3,00	3	3,04
Възпитателни и комуникативни	4	3,50	4	3,21	2	2,78
Двигателно-развиващи (биологично-градивни)	1	2,18	1	1,87	5	3,21

При родителите подреждането по важност на отделните функции изглежда доста по-различно в сравнение с експертите и учителите. Като се има предвид фактът, че родителите приемат институцията училище предимно като място, където децата преди всичко се обучават (образоват и възпитават), те поставят категорично на първите две места образователните и възпитателните функции, с коефициенти съответно 2,60 и 2,78. Явно те недооценяват възможностите на физическото възпитание като специфична дейност, която може да повлияе положително в значителна степен върху общото физическо и двигателно развитие на техните деца.

Почти с еднакъв коефициент експерти, учители и родители поставят на трето място здравно-профилактичните функции на физическото възпитание. Това идва да ни подсказва, че независимо от своите различни гледни точки към предназначението и ролята на този учебен предмет в системата на училищното образование, те виждат в него и възможности за положително въздействие върху психо-физическото здраве на учениците, което в днешното динамично и подчертано стресово ежедневие е крайно необходимо.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Училищното образование е основен етап по пътя за формиране на творческия потенциал на човека. Като цяло неговите образователни и възпитателни цели предо-

пределят специално организирано, управляемо въздействие върху интелектуалното развитие, ценностните ориентации, формирането на характера и психо-физическото здраве на учениците. Всичко това изисква по нов начин да се осмисли взаимовръзката между обучението, възпитанието и развитието като единен, многостранен и непрекъснат процес, в реализацията на който влияние оказват редица фактори. В тази връзка получените от нас резултати показваха, че физическото възпитание (образование) няма алтернатива в съвременното училище в ролята си на специфично педагогическо средство за комплексно положително въздействие върху развитието на учениците.

Идеите, свързани с възможностите на преднамерената двигателна активност за многопосочно положително въздействие върху детския организъм, реализирана под формата на целенасочен и системно провеждан педагогически процес, не са нови. Тяхното начало откриваме още в древността с възникването и оформянето на системите за физическо възпитание. Те имат своята практическа проверка и потвърдително развитие в зараждащите се през XVIII и XIX век Западноевропейски системи за физическо възпитание, който процес продължава и днес. Базирайки се на философско-педагогическите и хуманистични схващания за развитието на човека, основоположниците на тези системи виждат в „телесното възпитание неразделна и равнопоставена част от общите проблеми на възпитанието и образованието на подрастващите“. Този текст го има на стр 21 В нашето съвремие тази констатация звучи още по-актуално предвид факта на еднопосочност в целите и съдържанието на образователните системи, акцентиращи предимно върху интелектуалното развитие на учениците за сметка на тяхното психо-физическо здраве.

Нашите предварителни проучвания показваха, че специфичната и незаменима роля на целенасочената двигателна активност при изграждане на физическа и духовна хармония в развитието на човека е наложила и оформила във времето теорията и практиката на физическото възпитание като специфичен дял от педагогическата наука за образование и възпитание на подрастващите още от най-ранна училищна възраст. Нейната роля в съвременното информационно-стресово време е още по-отговорна, защото нерешените проблеми на училищното физическо възпитание са притеснително големи. Системата за физическо възпитание като специфична образователна структура (организация, методика на обучение, учебно съдържание) не функционира оптимално. Съществува несъответствие между потенциалните възможности на физическото възпитание като педагогически процес с многопосочни функции и постигнатите резултати от тази дейност.

Изследването показва, че на този етап все още не е преодоляно противоречието между сравнително добрата теоретична и държавно-нормативна база на физическото възпитание и неговата реализация в масовата училищна практика. Установи се, че причините за този факт са преди всичко от субективен характер (учители, родители, училищни и общински ръководства) и сравнително незадоволителната материална база. Ако към проблема се подходи с необходимата далновидност и държавно-управленска мъдрост, общественият и професионално-педагогическият статус на физи-

ческото възпитание ще заеме на практика мястото, което му се полага в системата от психолого-педагогически средства за формиране на хармонично развита личност.

Нашето научно търсене, ориентирано по констатациите от предварителното проучване на проблема, ни позволи да формулираме тезата за комплексно-интегративната същност и многопосочните функции на физическото възпитание в началното училище, която според нас по-детайлно и в дълбочина отразява същността на явлениято „целенасочена и педагогически осмислена двигателна активност“ в съвременните условия.

В резултат на проведеното изследване установихме, че:

1. Интегративната същност на физическото възпитание като явление, процес и педагогическа дейност практически се реализира на три различни равнища:

➤ Като *явление* – със своята философско-светогледна, биосоциална и психолого-педагогическа същност.

➤ Като *процес и резултат* – с мисията си за обединение на многопосочните функции за многостранното развитие на учениците.

➤ Като *педагогическа дейност* – със своето съдържание и форми на реализация в чисто организационно и методико-приложен аспект.

2. *Философско-мирогледната същност* на това явление е свързана с изграждане на *съзнание и самосъзнание* за индивидуална и обществена полезност, за целта, смисъла и истинските стойности в живота на човек и ролята двигателна активност в реализиране на тези стойности чрез превръщането ѝ в неотменна част от съществуването и интелекта на човека. Неговата *биосоциална* същност и реализация се свързва основно с възможностите на целенасочената и системно прилагана двигателна активност като важен и решаващ фактор за правилното психо-физическо развитие на подрастващите и за изграждането на личности с активна социална рефлексия. *Психолого-педагогическата* му същност се реализира във връзка с интегративността на въздействията при формирането и изграждането на детската личност, с вътрешнопредметната интеграция на физическото възпитание като учебен предмет и междупредметната интеграция с другите предмети и дейности.

3. Настоящото теоретико-приложно изследване доказва на практика необходимостта от диференцирано разглеждане на многопосочните въздействия, които оказва физическото възпитание върху развитието на учениците. Идентифицираните и обособени от нас *пет вида функции* на физическото възпитание в началното училище разкриват неизползван досега потенциал за оптимизиране на обучението по този предмет.

В заключение ще посочим, че направеният каузално-дедуктивен анализ на училищното физическо възпитание ни позволи да разкрием *комплексно-интегративното му въздействие върху личността на ученика, реализирано чрез идентифицираните от нас многопосочни функции*. Изведените и формулирани по-горе функции на физическото възпитание (образование) в резултат от прилагането на холистичния изследователски подход, разкриват достатъчно пълно неговите възможности за мно-

гостранно въздействие върху личностното развитие на учениците. Подобно разбиране за съвременната визия на физическото възпитание, разгледано като социално явление, целенасочен педагогически процес и специфична двигателна дейност, ще осигури на практика реализирането на неговата интегративна същност, многопосочни функции и мисия за хармонизиране и подобряване на детското развитие.

БЕЛЕЖКИ

1. Тази публикация в синтезиран вид представя част от резултатите от едно по-широко и мащабно изследване върху полифункционалната и интегративната същност на физическото възпитание, като целенасочен педагогически процес и специфична двигателна дейност.
2. Минчев, Б. и кол. Психологично изследване на детето в начална училищна възраст. „Веда Словена“, стр. 76 С. 1996.
3. Енгелс, Ф., Диалектика на природата, стр. 62, С. 1975.
4. Философский энциклопедический словарь. стр. 537, М. 1989.
5. Пирьов, Г., Тр. Трифонов, Способности и развитие. „Народно просвета“, стр3, С., 1980.
6. Ильина, Т., Педагогика, под ред. Ю. Бабанского, „Просвещение“, стр.36, 1983.
7. Енгелс, Ф., Диалектика на природата, С., 1975, стр. 38
8. Амосов, Н. М., Раздумья о здоровье, ФиС, М., 1987, стр.21
9. Петър Димков, Наръчник по природно лекуване и живеене, изд. „Факел“, София, 1939, том трети, части V и VI, стр. 337
10. Петрова, Н., Системи за физическо възпитание, „МиФ“, С., 1982.
11. И. Д. Ювенал, – римски сатирик и общественик, I-ви век преди и след новата ера.
12. Лесгафт, П., Избранные педагогические сочинения, „Педагогика“, М., 1988, стр. 317.
13. Льогран, Л., Селестен Френе, „Перспективи“, бр.85-86, т. XXIII, № 1-2, стр.418,1993.
14. Каманин, Н., Пътят в Космоса започва от физзарядката, „МиФ“, стр.42, С., 1978.
15. Булич, Э. Г., Физическое воспитание в специальных медицинских группах, „Высшая школа“, М., 1986, стр.13
16. Николов, Г., Хипокинезия, „МиФ“, стр. 14, 1978.
17. Морси, З., Мислители на образованието, сб., „Перспективи“, т. 4, стр. 408, 1994.
18. Сеченов, И., Рефлексы головного мозга. Изд. Академии мед. наук. СССР, стр. 58, 1952.
19. Булич, Э. Г., Физическое воспитание в специальных медицинских группах. „Высшая школа“, стр.13, М., 1986.
20. (Ив. Попов, 1974; Н. Лебедева, Ж. Лабодаева, 1976; Г. Николов, 1978; А. Герус, В. Стрельников, 1981; Н. Фомин, 1982; А. Хрипкова и кол., 1982; Т. Янева, Б. Янев, 1983; М. Кондратьева, 1983, М.Якимов,1985, Ar., Schwarzenegger, Ch. Gaines, 1993, Ю. Янсон,1997, П. Пеева, Е. Николова, 1999, Ц. Попиванова и кол., 2000, Ч. Коцев, 2000, Е. Николова, Б. Маринов, 2002; Ph. Morgan, S. Bourke, K. Thompson, 2001; Л. Козак и кол., 2002, К. Rees, 2005; Ц. Попиванова, 2005 и др.)
21. Beuker, F., „Sport und Volksgesundheit“, Berlin, p. 69, 1967.
22. Николов, Г., Обездвижването – враг № 1, „МиФ“, С.1990, стр.9
23. Кодекс на Световната здравна организация
24. Милев, В., Ив. Слаников, Цел и смисъл на живота. „МиФ“, стр. 241, С., 1982.
25. Пак там, стр. 18.
26. Кун, Л. Всеобщая история физической культуры и спорта. „Радуга“, стр. 71, М., 1982.
27. Милев, В., Ив. Слаников. Цел и смисъл на живота. „МиФ“, стр.20, С., 1982.
28. Капранов, В. Нравственный смысл жизни и деятельности человека, Ленинградски

- университет, стр. 130, 1975.
29. Философски речник, 584, С., 2003.
30. Димитрова, Св. Социални и психологически проблеми на физическото възпитание и училищния спорт при съвременните условия в България. В сб. „Физическото възпитание и спорта в образователната система“, Благоевград, 2002 г., стр. 19.
31. Желязков, Цв., Д. Дашева. Тренировка и адаптация в спорта. София, 2000, стр. 52.
32. Sport between enjoyment and health, Optima, 2004. www.bvlo.be/eupea/
33. Десев, Л., Речник по психология. „Булгарика“, стр. 352, С., 1999.
34. Атанасов, Ж. Основи на естетическото възпитание. стр. 82, С., 1975.
35. (Н. Чакъров, 1982; Ив. Попов, 1986, 95; Дж. Уайт, 1991; R. Decker, 1992; Ag. Schwarzenegger, Ch. Gaines, 1993; В. Лях, 1995; Б. Лихачев, 2000; К. Костов, 2001, 04 и др.)

ЛИТЕРАТУРА

1. Амосов, Н. М. Раздумья о здоровье. „Фис“, М., 1987.
2. Атанасов, Ж. Основи на естетическото възпитание. С., 1975.
3. Булич, Э. Г. Физическое воспитание в специальных медицинских группах. „Высшая школа“, М., 1986.
4. Десев, Л. Речник по психология. „Булгарика“, С., 1999.
5. Димитрова, Св. Социални и психологически проблеми на физическото възпитание и училищния спорт при съвременните условия в България. В сб. „Физическото възпитание и спорта в образователната система“, Благоевград, 2002.
6. Димков, П. Наръчник по природно лекуване и живеене. Изд. „Факел“, т. III, части V и VI, С. 1939.
7. Енгелс, Ф. Диалектика на природата. С., 1975.
8. Желязков, Цв., Д. Дашева. Тренировка и адаптация в спорта. София, 2000.
9. Ильина, Т. Педагогика. Под ред. Ю. Бабанского, „Просвещение“, 1983.
10. Каманин, Н. Пътят в Космоса започва от физзарядката. „МиФ“, С., 1978.
11. Капранов, В. Нравственный смысл жизни и деятельности человека. Ленинградски университет, 1975.
12. Кун, Л. Всеобщая история физической культуры и спорта. „Радуга“, М., 1982.
13. Лесгафт, П. Избранные педагогические сочинения. „Педагогика“, М., 1988.
14. Льюгран, Л., Селестен Френе. „Перспективи“, бр. 85-86, т. XXIII, № 1-2, 1993.
15. Милев, В., Ив. Слаников. Цел и смисъл на живота. „МиФ“, С., 1982.
16. Минчев, Б. и кол. Психологично изследване на детето в начална училищна възраст. „Веда Словена“, С., 1996.
17. Морси, З. Мислители на образованието. сб., „Перспективи“, т. 41, 1994.
18. Николов, Г. Обездвижването – враг № 1. „МиФ“, С., 1990.
19. Николов, Г. Хипокинезия. „МиФ“, 1978.
20. Петрова, Н., Системи за физическо възпитание, „МиФ“, С., 1982.
21. Пиръов, Г., Тр. Трифонов. Способности и развитие. „Народна просвета“, С., 1980.
22. Сеченов, И. Рефлексы головного мозга. Изд. Академии мед. наук. СССР, 1952.
23. Философски речник. С., 2003.
24. Философский энциклопедический словарь. М, 1989.
25. Beuker, F., „Sport und Volksgesundheit“, Berlin, 1967.
26. Sport between enjoyment and health, Optima, 2004. www.bvlo.be/eupea/