

УДК 371.133

ББК 74.03 (4 Укр) 6-214

Тетяна Завгородня

### ІДЕЇ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ДУХОВНОГО ТА ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ В ПЕДАГОГІЧНІЙ СПАДЩИНІ ВАСИЛЯ СУХОМЛИНСЬКОГО

*У статті висвітлені ідеї Василя Сухомлинського щодо взаємозв'язку духовного і фізичного розвитку особистості та шляхи реалізації цього взаємозв'язку в діяльності закладів освіти.*

**Ключові слова:** Василь Сухомлинський, фізичний розвиток.

*В статье освещены идеи Василия Сухомлинского относительно взаимосвязи духовного и физического развития личности, а также пути реализации этой взаимосвязи в деятельности учреждений образования.*

**Ключевые слова:** Василий Сухомлинский, физическое развитие.

*In the article the ideas of Vasyl Sukhomlynskyi about the correlation between spiritual and physical development of the personality and the ways of realization of this correlation in functioning of the educational establishments are highlighted.*

**Key words:** Vasyl Sukhomlynskyi, physical development.

**Постановка проблеми та аналіз останніх результатів дослідження.** Сьогодні, у період інформатизації та глобалізації у світі, кожне суспільство характеризується рівнем освіченості й, безперечно, рівнем загальної вихованості. У цій гармонії полягає одна з вирішальних передумов усебічного розвитку всіх. Дослідження проблеми духовного розвитку особистості широко представлені як у філософській, соціологічній, психологічній науковій літературі, так і є предметом педагогічних досліджень. Особливо слід наголосити, що в останні роки в педагогічних дослідженнях спостерігається зростання уваги до проблем духовності в педагогічній спадщині Василя Олександровича Сухомлинського. У працях сучасних дослідників висвітлено різні аспекти проблеми духовності: теоретичний (І.Бех, Т.Власова, Т.Петракова, О.Сухомлинська, Г.Шевченко), формування духовного досвіду (Т.Русакова, В.Федорів) і духовних цінностей (В.Омельяненко). У науковців викликають інтерес також погляди педагога на проблеми гармонії розумової та фізичної праці школярів (Т.Челпаченко), використання здоров'язберігаючих технологій (М.Мухіна), фізичного виховання (В.Мужичок) у формуванні духовності особистості. Проте у вищезгаданих публікаціях недостатньо розкрито проблему взаємовпливу фізичного розвитку й формування духовності особистості в педагогічній спадщині Василя Олександровича Сухомлинського.

**Мета роботи** – обґрунтувати концепцію В.Сухомлинського про взаємозв'язок духовного й фізичного розвитку особистості та запропоновані ним, з урахуванням особистого педагогічного досвіду, шляхи реалізації цього взаємозв'язку в діяльності закладів освіти.

**Методи дослідження** – теоретичний аналіз педагогічної спадщини В.Сухомлинського.

**Результати дослідження.** Для формування особистості учня, на думку В.О.Сухомлинського, необхідний різносторонній вплив на дитину, розвиток у неї і фізичної, й інтелектуальної, й емоційної, й естетичної та трудової культури, які повинні розглядатися в “єдності й взаємозалежності”. Разом із тим у праці “Проблеми виховання

всебічно розвинутої особистості” педагог зауважував, що “кожна людина вже в роки дитинства й особливо в отрочстві й ранній юності повинна досягнути щастя повноти свого духовного життя, радості праці й творчості” [3, с.72]. Саме в цій роботі він розкрив проблеми духовного життя, духовних цінностей людини в історичному розвитку. А в праці “Сто порад учителю” педагог наголошував, що “*елементарною* (курсив наш. – Т.З.) умовою повноти духовного життя, інтелектуального багатства” є фізична культура [4, с.618].

Дуже рельєфно проглядається проблема взаємозв’язку духовного й фізичного розвитку особистості в книжці “Серце віддаю дітям”. Цій проблемі автор присвятив практично кожний з розділів (“Школа радості”, “Роки дитинства”, “Праця в духовному житті підлітка” тощо). Не менш чітко проблема розкривається і в листах В.Сухомлинського до сина [1, с.588–589]. Особливо це стосується відповіді сину на його лист про безгосподарність у колгоспі. Сухомлинський-батько наголошує на необхідності взаємозв’язку фізичної праці та духовного життя студентів. Він радить сину, виявивши недоліки, заявити про це правлінню колгоспу: “Якщо самі не можете зібрати помідорів, – ми, студенти, зберемо”. Одночасно дає настанову – попередити їх про те, що вони не допустять, “щоб гинула людська праця” [1, с.589]. Узагалі педагог постійно акцентує, що головне – не тільки побачити недолік, а й боротися за його ліквідацію, ніколи не бути байдужими. “Не давай заснути в собі першим пориванням душі... Не йди на компроміс із власною совістю” – так наставляє сина батько [1, с.589]. Тільки тоді, за його переконанням, “ти піднімаєшся на ту сходинку духовного розвитку, коли людина вже не повинна оглядатися на інших: що вони роблять? Як поведуться? Треба думати самому, вирішувати самому” [1, с.589].

Стосовно книжки В.О.Сухомлинського “Павлиська середня школа”, то її тези про єдність здоров’я й духовного життя вихованців узагалі можна назвати концептуальними. Так, у книзі є цілий розділ “Піклування про здоров’я і фізичне виховання” [2, с.125–144], що містить підрозділ “Здоров’я і духовне життя школярів” [2, с.125–129], що перегукується із розділом “Проблеми виховання всебічно розвинутої особистості”. Для доведення своєї точки зору автор, по-перше, обґрунтовує, на що впливає погане здоров’я дітей. За його спостереженнями, це джерело багатьох недуг, відставання, незнання, незадовільної роботи на уроках; уповільнене мислення; несприйняття багатьма учнями методів так званого “ефективного, прискореного навчання, в основі яких лежить погляд на голову дитини «як на електронний механізм, здатний без кінця засвоювати і засвоювати»” [2, с.127]. Що ж до юнацького віку, то тут потрібна, як зауважує В.Сухомлинський, особлива увага вихователя до духовного життя й здоров’я тому, що в кожному найменш нетактовному дотику до чутливої та сприйнятливої душі юнаків і дівчат вони вбачають неповагу, докір, глузування над тою чи іншою гранню їхнього фізичного розвитку, вони розглядають це як посягання на їхню духовну гідність. Підсумовуючи вищевикладене, педагог робить висновок: “З кожним роком стає дедалі зрозумілішою і зрозумілішою залежність духовного життя дитини – інтелектуального розвитку, мислення, уваги, пам’яті, посидючості – від «гри» її фізичних сил” [2, с.125]. Тому своєчасне “запобігання хворобам і схильностям до захворювань, зміцнення організму, на думку педагога, – головна умова повноцінної розумової праці і всього духовного життя дитини” [2, с.126].

Цікавою є комплексність у підході автора до проблеми. Установлюючи взаємозалежність фізичного й духовного розвитку особистості, він аналізує не тільки негативний вплив поганого здоров’я на духовний розвиток, але й, ураховуючи досвід власної педагогічної діяльності, визначає можливі шляхи підвищення ефективності його роз-

виту. Серед них такі: встановлювати разом із батьками режим праці й відпочинку дитини, не допускати, щоб дитина пізно лягала спати; досягати наявності багатьох точок зіткнення, спільних інтересів вихователів із вихованцем, “щоб тонко і душевно піклуватися про його здоров'я” [2, с.127]; звертати увагу, щоб загартування фізичних сил сприяло загартуванню морально-вольових; скорочувати час на виконання домашнього завдання; відмовлятися від перенесення тягарів та участі у фізичній праці, яка потребує надмірного напруження сил у дівчат і вчительок; проводити, по зможі, частини уроків у “зелених класах” – на відкритому повітрі, на галявинах; усі уроки повинні проводитись при природному освітленні; організовувати правильне чергування праці й відпочинку, неспання й сну; робочий день починати з найважливішого; вимагати від учнів повторення вранці того, що треба завчити, запам'ятати, назавжди зберегти в пам'яті; другу половину дня проводити на повітрі або займатися “цікавою, інтелектуально насиченою творчою працею, що задовольняє індивідуальні запити”; раціонально поєднувати повноцінне харчування дітей із працею, відпочинком, повітрям і постійним загартуванням організму; формувати в дітей необхідність самовиховання (“особливо в чергуванні праці й відпочинку, розумової й фізичної праці; проведенні індивідуальної зарядки після пробудження”) [2, с.137]; утверджувати в дітей погляд на самодисципліну як на моральну гідність; поєднувати фізичну працю учнів із красою, гармонійною пропорційністю органів, пластичністю їхніх рухів; пронизувати всі заняття фізкультурою і спортом турботою про здоров'я; організовувати регулярні вправи (біг, ходьба на лижах, плавання тощо), проводити змагання “на першість краси, граціозності, гармонії рухів”, а швидкість вважати “другорядним елементом” [2, с.141]. Проте найважливішими факторами, що зміцнюють здоров'я дитини, а значить, як зазначав В.О.Сухомлинський, “створюють можливості для багатого духовного життя, для всебічного розвитку”, є “виконання домашніх завдань перед класними заняттями, звільнення другої половини дня від інтенсивної навчальної розумової праці” [2, с.135]; “додержання санітарно-гігієнічних вимог і режиму праці і відпочинку” [2, с.129]; активний, діяльний відпочинок, який чергується з видами діяльності; праця, що задовольняє естетичні потреби у творчій, активній насолоді красою природи; коли зміст різних форм відпочинку насичений народними традиціями, пошуковою діяльністю, що мають пізнавальний ефект, тобто відпочинок є “активною грою духовних і фізичних сил”. Узагалі, як підкреслює педагог, “у відпочинку вихованець повинен бачити один із засобів не тільки зміцнення здоров'я і фізичних сил, а й розвитку сил духовних” [2, с.142]. Досягти цього можливо, коли години, вільні від навчання й фізичної праці, будуть “сповнені живої, хвилюючої думки, глибоких моральних, інтелектуальних та естетичних почуттів”. І “чим більші духовні інтереси в години відпочинку, тим більше приваблюють дитину навчання, розумова праця на уроках, тим більше вона відчуває красу в творах мистецтва” [2, с.144]. Отже, “збагачуючи свій духовний світ під час відпочинку, створюючи в самому собі нові цінності, учень виховує сам себе” [2, с.144], тобто самовдосконалюється. Тому, мабуть, Василь Олександрович постійно наголошував, що “здоров'я – це повнота духовного життя, радість, ясний розум”, але воно знаходиться у власних руках [4, с.619]. А це означає, що здоровий дух буде в здоровому тілі тільки за умови фізичного самовиховання дітей. На нашу думку, розв'язання цієї проблеми шукають і батьки. Неодноразово під час зустрічей на батьківських зборах, заняттях батьківського всеобучу вони просять дати пораду, як залучити дітей (різної вікової категорії) до фізичного самовиховання. Відповідь на це запитання ми знаходимо в книзі “Сто порад учителю”, де педагог зазначає, що єдність виховання й самовиховання у сфері фізичної культури повинна починатись із раннього дитинства, а також розкриває своє бачення

шляхів розв'язання проблеми щодо спонукання учнів до самовиховання у фізичній культурі. Серед них автор називає: необхідність постійно жити й трудитися серед природи; робити ранкову гімнастику й холодні обтирання, кожного дня фізично працювати, бо саме “праця розпрямляє тіло і душу”; щодня проходити від трьох до десяти кілометрів і, нарешті, зробити своїми життєвими заповідями простоту, невибагливість, стриманість [4, с.619]. Із цих порад випливає, що ефективність фізичного самовдосконалення залежить від розвитку духовності особистості й постійно відбувається у взаємозв'язку фізичного розвитку з духовним розвитком особистості.

### **Висновки**

Отже, проблема взаємозв'язку духовного й фізичного розвитку особистості проходить червоною ниткою прямо або опосередковано практично через усі твори В.О.Сухомлинського. У них педагог обґрунтовує точку зору на проблему, виокремлює причини недоліків її розв'язання в масовій шкільній практиці та пропонує можливі шляхи вдосконалення. Водночас у школі В.О.Сухомлинського основним кредо було виховання потреби кожного вихованця на власному досвіді переконатися, що “духовне, культурне зростання можливо лише при наявності творчої праці великої соціальної значущості...” [2, с.29], яка, зрозуміло, можлива тільки за умов достатнього фізичного розвитку.

1. Сухомлинський В. О. Листи до сина / В. О. Сухомлинський // Вибрані твори : у 5 т. Т. 3. – К. : Радянська школа, 1977. – С. 582–657.
2. Сухомлинський В. О. Павлівська середня школа / В. О. Сухомлинський // Вибрані твори : у 5 т. Т. 4. – К. : Радянська школа, 1977. – С. 7–390.
3. Сухомлинський В. О. Проблеми виховання всебічно розвинутої особистості / В. О. Сухомлинський // Вибрані твори : у 5 т. Т. 1. – К. : Радянська школа, 1976. – С. 53–206.
4. Сухомлинський В. О. Сто порад учителю / В. О. Сухомлинський // Вибрані твори : у 5 т. Т. 2. – К. : Радянська школа, 1976. – С. 618–620.

*Рецензент:* канд. пед. наук, доц. Тягур Р. С.