

**ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И ВОЕННОГО ОБУЧЕНИЯ В ТВОРЧЕСТВЕ
Н. ТУСИ**

© 2011

М.И. Асланлы, доцент, младший научный сотрудник лаборатории исламоведения
Бакинский Государственный Университет, Баку (Азербайджан)

Ключевые слова: физическое воспитание, военное обучение, Н.Туси.

Аннотация: Н.Туси вошел в историю общественно-политической мысли как автор многих художественных произведений и как энциклопедический мыслитель, внесший ценный вклад в мировую сокровищницу наук. В его научных трудах по медицине, биологии, этике, педагогике и психологии важнейшее место занимает анализ проблемы физического совершенства человека.

Введение. Проблемы воспитания и обучения подрастающего поколения, в том числе и физического, всегда привлекали внимание исследователей, а на сегодняшний день к ним прибавились и такие, как «проблема формирования радиэкологической культуры родителей», экологического воспитания, и т.д. [2, с.161, 3, с.101]. На сегодняшний день «экологическое образование и воспитание призваны обеспечить подрастающее поколение научными знаниями о взаимосвязи природы и общества, помочь познать многогранное значение природы для общества в целом и каждого человека в частности, сформировать стремление и умение активно участвовать в охране и улучшения окружающей среды» [3, с.101-102].

Физическая подготовка, в том числе и на профессиональном уровне, играет сегодня исключительную роль в формировании здорового поколения. Именно поэтому многие исследователи обращаются к теме профессионализации спорта и физкультурной подготовки с учетом современного информационного пространства; как пишет

Л.В.Архандеева, «для того, чтобы соответствовать высоким требованиям, предъявляемым в настоящее время к спортивным менеджерам и тренерам, недостаточно просто владеть ПК - необходимо уметь адаптироваться к быстро меняющимся условиям, диктуемым глобальными информатизационными процессами в современном обществе, быть готовым к диалогу в информационном пространстве, быть способным к систематическому совершенствованию своей деятельности» [4, с.37]. На сегодняшний день «анализ ситуации, сложившейся в 1991 - 2000 гг. в сфере физической культуры и спорта, которая по своей социальной природе призвана обеспечить сохранение и укрепление здоровья населения, свидетельствует, что сегодня эта область находится в критическом положении. Без существенных изменений в этой сфере невозможно решить проблему духовного, нравственного и физического оздоровления народа. Возникла необходимость принятия федеральных и региональных законов, программ, в которых поэтапно решались бы основные задачи развития фи-

зической культуры и массового спорта, а также народного спортивного движения» [5, с.6]. Это актуально для каждой страны, будущее которой во многом зависит прежде всего от здоровья населения. Отсюда необходимость обращения к истории разработки проблем физического развития населения, в том числе и на Востоке.

Основное содержание. По мнению Н.Туси, ребенок со дня рождения нуждается в многосторонней заботе. Важная задача и долг родителей, наряду с кормлением, одеванием, это — воспитание ребенка. В этом отношении заслуживает внимания система физического воспитания, разработанная им по обеспечению здоровья детей, развитию у них крепкого телосложения. Здесь же он подчеркивает необходимость физического воспитания, последовательного выполнения следующих рекомендаций для формирования нормальной личности: не одевать ребенка в мягкую и слишком удобную одежду; научить его с раннего детства справляться с трудностями жизни, постоянно быть в движении, научить ездить верхом, не допускать роскоши в жизни ребенка и др.

Н.Туси рассматривал нравственную чистоту и физическое здоровье в неразрывном единстве, представлял их как два взаимодополняющих друг друга критерия. Он отмечал, что основы физического здоровья, жизненной активности, глубокой убежденности, трудолюбия, мудрости и других высоких моральных качеств закладываются именно в детском возрасте. В таких произведениях, как «Емигадат», «Тансугнамайи-Елхани» (Джавахирнаме), «Си фесил» (Тридцать глав), а также в комментариях к книге «Канон» (Закон), он подробно характеризует этапы исторического развития идей физического воспитания, что представляет значительную ценность для изучения эволюции мыслей по данному направлению, так как они имеют свои особенности на каждом этапе развития общества и неразрывно связаны с соответствующими материальными потребностями различных эпох.

По мнению Туси, в области физического воспитания, как и в сфере учебы, все ценное должно быть распространено на всех членов общества, независимо от социального или имущественного положения. Он считает, что все науки, регулирующие развитие тела человека, вопросы лечения, охраны здоровья и физического воспитания в целом, являются важными составными частями системы медицинских наук [1, с.113]. Туси полагал, что наличие здоровья и крепкого телосложения способствует духовному и умственному развитию, совершенствованию трудовой деятельности на благо общества, оно одновременно необходимо и для обеспечения территориальной целостности своей страны, защиты ее от иноземных поработителей.

Н.Туси подчеркивал огромную роль трех главных естественных факторов — воды, воздуха и солнца в обеспечении здоровья человека и утверждал, что каждый из них необходимо использовать на достаточном уровне. По его мнению, первый фактор — вода — есть чистота, поэтому надо постоянно мыть руки, ноги, зубы и другие части тела. Следующий фактор — воздух — оказывает существенное влияние на укрепление здоровья организма, способствуя улучшению спокойствия нервной системы, преодолению усталости и физической напряженности. Поэтому он считал необходимым, чтобы дети и взрослые люди как можно больше пребывали на свежем воздухе. Кроме того, в квартире, где живет человек, нужно обеспечить свежий воздух, рекомендуется жить в квартире с высоким потолком, регулярно проветривать комнату.

Недостаточность определенного количества чистого воздуха может вызвать заболевания и недуги. Наконец, третий фактор — солнце — мощный стимулятор формирования крепкого здоровья. Туси полагал, что, как и другие планеты, солнце играет двоякую роль в жизни человека. С одной стороны, оно вызывает жажду, а с другой — обеспечивает жизнь. Он также предостерегал людей от двух крайностей: переизбытка (обжорства) и многоговения (болтливости). В специальной главе книги «Эхлаг-Наси-

ри» он призывал людей отказаться от переизбытка, чтобы обеспечить физическое здоровье [там же, с.43].

По глубокому убеждению великого мыслителя, есть требуется в объеме, который позволяет поддерживать стабильность организма и продолжение жизни, блюда существуют для оздоровления людей, а не для наслаждения. Чтобы быть уважаемым в глазах народа, сохранить свою честь и достоинство, не слыхать обжорой, можно принимать пищу даже чуть ниже нормы, однако это не должно привести к ослаблению организма и возникновению болезней или к другим плохим последствиям. Туси откровенно заявлял, что нежное воспитание ребенка укорачивает его жизнь, поэтому следует учить детей легко одеваться, избегать теплой одежды и закалять свой организм, регулярно заниматься ходьбой и физическими упражнениями. В отношении ребенка, вступающего в жизнь, необходимо соблюдать гигиенические факторы — пищу, сок, режим дня и т.д. И отец и мать, и даже няня должны следовать этим правилам [там же, с.60-61, 156].

Свои мысли об этих и других факторах, формирующих здоровый организм и физическое воспитание, Туси подробно излагает и в поэзии. В одном из своих стихотворений он призывает людей четко соблюдать режим приема пищи, не нарушать определенные границы и допустимые нормы.

В главе «О здоровье как залоге сохранения добродетелей» книги «Эхлаг-Насири» он отмечает, что для ограждения людей от злых и плохих поступков, вредных пороков и действий требуется достаточный уровень психологической подготовки, вбирающей в себя высокие волевые качества, твердый характер, выносливость и терпение. По его мнению, подобно медицинской науке, рекомендуемой нормальной пищу и условия для сохранения здоровья, духовные и моральные качества человека также служат этой цели. Поэтому надо быть подале от тех друзей и подруг, которые прославились отрицательными качествами [там же, с.113]. Как видно, Н.Туси, придавая большое значение социальной среде для общественного воспитания, одновременно подчеркивал общественную роль здорового потребления пищи в обеспечении физического здоровья представителей всех слоев общества. Тем самым он обосновывает необходимость рассмотрения духовного (душевного) и телесного (физического) в неразрывной взаимосвязи и единстве.

Наряду с важностью нормального рациона, Туси также отмечает большую значимость участия детей в различных упражнениях и спортивных играх для физической закалки. В своей педагогической деятельности он неоднократно призывал детей активно участвовать в спортивных играх, считая их залогом формирования у них таких нравственных качеств, как дружба, активность, правдивость, справедливость, дисциплинированность, коллективизм.

По мнению великого просветителя, педагога, и видного медика, спортивные игры и упражнения не только хорошее средство для формирования у детей качеств ловкости, деловитости, доброты, искренности, вежливости и других гуманистических черт, они также стимулируют положительные медико-физические изменения в их организме. Он подчеркивает, что ребенку надо разрешать играть в любое время, когда ему захочется, однако игры должны быть красивыми и в допустимых рамках. Нельзя допускать игры, в результате которых дети чрезмерно устают, или у них портится настроение, а также нельзя допускать игры, создающие трудности в учебе и воспитании [там же, с.150].

Мудрые идеи и мысли Н.Туси о важном педагогическом значении спортивных игр и развлечений не теряют ценности и в наши дни.

Игры детей в раннем возрасте, имеют огромное значение для их последующей жизни. Участвуя в играх, дети своеобразно подражают действиям взрослых. С другой стороны, спортивные игры и упражнения существенно улучшают осанку детей, а это, по мнению Туси, необходимый атрибут красоты.

Великий педагог высоко ценил также роль полезного физического труда в воспитании здорового организма. Он считал физический труд важным условием всестороннего развития ребенка. Если ребенок не участвует в посильных ему физических работах, то он станет лентяем, у него произойдет притупление ума, тем самым перед ним закроются двери перед всеми святыми благами мира.

Человек, желающий жить в достатке и благополучии, непременно должен заниматься трудом, участвовать в создании материальных благ. Кто регулярно занят полезным трудом, тот сможет хорошо вести и домашнее хозяйство, активно участвовать в делах градостроительства, успешно преодолеет возникшие трудности с семьей. Выросший в труде также окажет нужную помощь членам своей семьи, проявит заботу о родителях, с уважением будет относиться к окружающим.

Туси считал, что для обеспечения физической закалки младенца имеются два важных средства. Первый из них — умеренное качание люльки, а второй — пение хорошей мелодии, когда ребенка готовят ко сну. И то, и другое подготавливает его к физическим упражнениям и играм в будущем. В этом деле, по его мнению, большая роль отводится няням. Если няни и воспитатели хорошо справляются со своими задачами в воспитании, то легко достичь цели воспитания и вырастить полноценного подростка. Поэтому Туси призывает всех родителей поручить воспитание своих детей только физически здоровым, морально зрелым и грамотным служанкам-няням. В дальнейшем, когда время младенчества истекает и наступает очередной период в жизни ребенка, воспитанием непосредственно должны заниматься родители, особенно отец. Последний должен научить ребенка с шестилетнего возраста простым физическим движениям и упражнениям, оберегать своего питомца от дурных поступков и влияний [там же, с.162].

Среди многочисленных спортивных игр и упражнений, которыми должны были заниматься дети после уроков, он особо выделил следующие: различные игры с мячом, ходьба, бег, кидание копья, верховая езда и др.

Н.Туси в своем произведении «Эхлаг-Насири», являющимся бесценным духовным памятником всего Востока, наряду с вопросами физического воспитания, большое место уделяет и военному обучению. Его идеи и наставления относительно боевого искусства, ведения кровопролитных войн за освобождение страны, самоотверженности бойцов, актуальны и сегодня. Среди них особое место занимают требования, предъявляемые к полководцам и главнокомандующим воюющих государств. По мнению Туси, на полях сражений победу можно одержать лишь в том случае, если командир армии овладел тремя качествами: во-первых, он должен быть храбрым и решительным, прославившимся этими чертами среди соратников и единомышленников. Во-вторых, он должен быть преданным, правдивым, умеющим правильно оценить обстановку, инициативным, умеющим при необходимости строить ловушку врагам. В-третьих, у него должен быть боевой опыт, накопленный участием во многих войнах [там же, с.217-218].

По мнению Туси, могущество армии каждой страны, военная компетентность солдат, их победные шествия обусловлены их физическим совершенством, уровнем развития физической культуры. Одновременно он подчеркивал, что высокие физические и телесные качества — это одна сторона обеспечения победы. Другим, не менее важным условием является моральное и нравственное совершенство воинов, наличие у них подлинного боевого духа, восприятие ими защиты отечества как святого долга.

Туси полагал, что, если человек умеет управлять своими страстями и чувствами, действует в решении вопросов умом, руководствуется гуманными и общечеловеческими ценностями, то это свидетельствует о его глубокой мудрости и жизнестойкости.

В произведении «Эхлаг-Насири» он отмечал, что храбрые люди умеют подавить в себе негативные чувства, оказать сопротивление ненужным чувственным влечени-

ям, преодолеть временные и мгновенно действующие желания [там же, с.217-218].

Великий философ приходил к такому выводу, что все духовные пороки, аморальные поступки в конечном счете обусловлены слабостью и бессилием воли, что в свою очередь есть результат физического несовершенства. Поэтому воспитание сильной воли имеет исключительно большое значение для формирования основ физического и духовного совершенства человека, воспитания его как зрелой личности.

Туси считал, что обеспечение физического воспитания, физической зрелости и решения вопросов гигиены является главной задачей, стоящей перед всей медициной. Только решая ее, думал он, можно иметь здоровое и долго живущее поколение. Поэтому Туси отводил широкое место вопросам гигиены детей в «Эхлаг-Насири». По его представлению, ребенок — это хрупкое существо, которое не полностью свободно от ряда качеств, присущих животным. При этом Туси особое внимание уделял предостережению детей от переедания. Соблюдение этого условия он оценивает одновременно и как фактор здоровья, и как удовольствие [там же, с.118].

Идеи Туси о выборе рациона пищи, соблюдения определенного режима в вопросах приема пищи однозначны и направлены против спиртных напитков. Употребление их Туси считает «ужасным бичом», приводящим к уничтожению физического и духовного бытия человека, различным тяжелым заболеваниями. Алкоголизм и пьянство — главная причина возникновения морального убожества и духовной деградации человека. Туси постоянно жалел тех людей, которые, увлекаясь принятием спиртных напитков, впоследствии погубили себя и физически, и морально. Одновременно он требовал, чтобы подобные случаи стали постоянным объектом общественного осуждения и порицания. Он предостерегал людей от пьянства, равно как и от переедания и роскошной одежды. Подлинное достоинство и возвышенность он видел в оказании помощи друзьям, оказавшимся в тяжелых ситуациях, в выполнении желаний своего народа [там же, с.233].

Туси полагает, что преодоление обжорства является важнейшим фактором, обуславливающим духовное и телесное здоровье человека. Он также принимает во внимание вопросы, связанные с тем, когда есть, сколько и как есть. Человек должен привить себе качество довольствоваться одним видом еды, а не использовать разнообразные блюда и проявлять большую жадность к еде. По его мнению, ребенка кормить по вечерам надо больше, чем за завтраком. Если он будет за завтраком много есть, то ему захочется спать и произойдет притупление ума. Причем он советовал употреблять мясные блюда как можно меньше, что поможет ребенку быть ловким, бодрым и подвижным. Детям не рекомендуется много халвы и фруктов, они могут раздражать их желудок и привести к диарее. Он категорически запретил пить воду во время приема пищи, а несовершеннолетним употреблять вино и другие спиртные напитки. Детей нельзя допускать к местам, где «последние используются» [там же, с.158].

В этой связи следует отметить, что по обычаям Запада обед бывает более плотным, чем завтрак и ужин. На Востоке же основное внимание уделяется ужину, что связано с бытовыми особенностями данного региона. Так как здесь рабочие, крестьяне и ремесленники весь день, до заката солнца, занимаются трудом, а в рабочих местах отсутствуют столовые, то они вынуждены много есть лишь во время ужина. Что касается детей, то они тоже находятся в аналогичном положении ввиду отсутствия строго режима обучения и питания. Учитывая эту особенность, Туси рекомендовал родителям давать детям на обед меньше еды, чем на ужин. Это отчасти было связано с тем, что после тяжелого и полноценного обеда им трудно было эффективно заниматься как физическим, так и умственным трудом. Если ребенок принимает чрезмерно много еды, то его кровеносная и нервная системы мобилизуются только в орга-

низации пищеварения, тем самым сокращаются силы для умственных действий. После ужина же он сможет легко организовать процесс обработки принятых продуктов.

Не случайно, что спустя три века видный английский философ и педагог Дж. Локк в своем знаменитом произведении «Мысли о воспитании» высказал много полезных рекомендаций относительно физического воспитания и культуры, правильного кормления детей, о факторах, способствующих их умственному развитию. Его идеи по своему содержанию очень близки к рассуждениям Туси.

Выводы. В целом идеи великого мыслителя Востока Н.Туси об организации физического воспитания, труда, рациона еды и отдыха детей были не голословны, а имели под собой данные биологической науки, поэтому они не теряют своей ценности и в наши дни. В этом отношении необходимо подчеркнуть особую роль его произведения «Эхлагги-Насири», где большое внимание уделено вопросам, связанным с раскрытием значения различных физических упражнений и игр для формирования здоровой личности. Его научное наследие в целом изобилует многи-

ми ценными положениями о необходимости обеспечения единства физического развития, спортивных упражнений и гигиенических медицинских факторов.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Туси Н. «Ахлагги-Насири», Баку, Элм, 1989, с.113
2. Спиринов С.В. Построение системы профилактических мероприятий с родителями по радиоэкологическому воспитанию детей дошкольного возраста // Вектор науки ТГУ. Серия: Педагогика, психология. № 1(4), 2011, с. 158.
3. Кучай Т.П. Цели и задания экологической подготовки учителя // Вектор науки ТГУ. Серия: Педагогика, психология. № 1(4), 2011, с. 99- 102
4. Архандеева Л.В. Формирование информационной компетентности у студентов вузов спортивной направленности // Вектор науки ТГУ. Серия: Педагогика, психология. № 1, 2010, с. 37-39
5. Сараф М.Я. Спорт в культуре XX века (становление и тенденции развития) // Теория и практика физической культуры. 1997.- N-7.- С. 5-12.

PROBLEMS OF PHYSICAL EDUCATION AND MILITARY TRAINING IN THE WORK OF N. TUSI

© 2011

M.I. Aslanly, the senior lecturer, the younger research assistant laboratories of studying of Islam
Baku State University, Baku (Azerbaijan)

Keywords: physical training, military training, N.Tusi

Annotation: N.Tusi has become history of political thought as the author of many works of art and as the encyclopedic thinker who has brought the valuable contribution to a world treasury of sciences. In its proceedings on medicine, biology, ethics, pedagogic and psychology the major place occupies the analysis of a problem of physical perfection of the person.