

# Идеи П.Ф. Лесгафта о физическом воспитании ребенка и их актуальность в современной семье

<https://doi.org/10.31483/r-108552>

УДК 159.9.072.42



Потапова А. А.

Таганрогский институт управления и экономики

г. Таганрог, Российская Федерация.

<https://orcid.org/0009-0004-1077-5026>, e-mail: anna-potapova-1977@mail.ru

**Резюме.** В статье представлены результаты исследования, посвященного изучению востребованности идей П.Ф. Лесгафта о физическом воспитании в современной семье. Актуальность исследования заключается в том, что в настоящее время происходит развитие новых технологий, которые создают риск малоподвижного образа жизни, особенно у детей. Поэтому необходимость физического воспитания в семье приобретает особую значимость. Серьезным подспорьем в решении данного вопроса могут стать не потерявшие своей актуальности на сегодняшний день основные положения учения П.Ф. Лесгафта о физическом воспитании детей и роли семьи в нем. Целью исследования является определение соответствия особенностей физического воспитания ребенка в современной семье идеям П.Ф. Лесгафта. Исследование проводилось с использованием анкетирования. Выборочную совокупность исследования составили 96 человек в возрасте от 18 до 67 лет, из которых 88 человек из полных семей, и 8 – неполных. В статье представлены итоги анкетирования родителей по вопросам физического воспитания своих детей, произведена интерпретация полученных результатов сквозь призму учения П.Ф. Лесгафта по данному вопросу. В заключении статьи представлены обобщенные выводы. Установлено, что в целом идеи П.Ф. Лесгафта актуальны для современной семьи, но при этом реализованы не в полной мере: родители осознают значимость занятий физкультурой с детьми для обеспечения их всестороннего развития, более половины семей уделяют внимание выполнению физических упражнений в практике воспитания, отмечена тенденция на увеличение числа современных родителей, по сравнению с предыдущим поколением, занимающихся физическим воспитанием. В то же время, во многих семьях не придается должного значения прогулкам на свежем воздухе, подвижным играм, необходимости ежедневного занятия физкультурой.

**Ключевые слова:** физическое воспитание, физическая культура, дети, семейное воспитание, современная семья, идеи П. Лесгафта.

**Для цитирования:** Потапова А. А. Идеи П.Ф. Лесгафта о физическом воспитании ребенка и их актуальность в современной семье // Развитие образования. 2024. Т. 7, № 1. С. 68–76. DOI 10.31483/r-108552. EDN IOZHOC.

## Research Article

## Peter Lesgafft's Ideas about Physical Education of a Child and their Relevance in a Modern Family

Anna A. Potapova

Taganrog Institute of Management and Economics

Taganrog, Russian Federation

<https://orcid.org/0009-0004-1077-5026>, e-mail: anna-potapova-1977@mail.ru

**Abstract.** This article presents the results of a study devoted to studying the relevance of Peter Lesgafft's ideas about physical education in a modern family. The relevance of the study lies in the fact that new technologies are currently being developed that create a risk of a sedentary lifestyle, especially in children. Therefore, the need for physical education in the family is of particular importance in modern society. The main provisions of the teachings of Peter Lesgafft, which have not lost their relevance today, can become a serious help in resolving this issue. The purpose of the study is to determine the conformity of the characteristics of a child's physical education in a modern family with the ideas of Peter Lesgafft. The study was conducted using a questionnaire. The sample population of the study consisted of 96 people aged from 18 to 67 years, of which 88 were two-parent families and 8 were single-parent. The article presents the results of a survey of parents on the issues of physical education of their children, and interprets the results obtained through the prism of the teachings of Peter Lesgafft on this issue. The article concludes with generalized conclusions. It has been established that, in general, the ideas of Peter Lesgafft are relevant for the modern family, but at the same time they are not fully implemented: parents are aware of the importance of physical education classes with children to ensure their comprehensive development, more than half of families pay attention to physical exercises in the practice of raising children, there has been a tendency to increase the number of modern parents, compared with the previous generation, who are involved in physical education of the younger generation. At the same time, many families do not attach due importance to walks in the fresh air, playing outdoor games, and the need for daily physical education.

**Keywords:** children, physical education, family education, modern family, Peter Lesgafft's ideas.

**For citation:** Potapova A. A. (2024). Peter Lesgafft's Ideas about Physical Education of a Child and their Relevance in a Modern Family. *Razvitie obrazovaniya = Development of education*, 7(1), 68–76. EDN: IOZHOC. <https://doi.org/10.31483/r-108552>.

# П.Ф. Лесгафтән ачана ўт-пў енчен сапәрлас пирки каланә шухәшәсем тата вәсем хальхи җәмьешән пәлтерәшлә пулни

Потапова А. А.

Таганрог управленитпе экономика институтчә ROR

Таганрог, Раҗсей Федерацияһ.

 <https://orcid.org/0009-0004-1077-5026>, e-mail: anna-potapova-1977@mail.ru

**Аннотаци.** Ку статьяра П.Ф. Лесгафт ачана ўт-пў енчен сапәрлас пирки каланә шухәшәсем хальхи кил-йышра мән таран кирлине тәпчәненең резултатчәсене илсе панә. Тәпчәвен паян кунхи пәлтерәшә хальхи саманара сәненә технологисем аталаннәран сынсен (уйрәмах ачасен) кулленхи хусканәвә чакса пыни хәрушләх кәларса тәратнипе сыхәннә. Җавәнпа та җәмьере ўт-пў сапәрлавә кирлә пулни уйрәмах пысәк пәлтерәш туянат. П.Ф. Лесгафтән ачасене ўт-пў сапәрлавә парасси сүнчен тата ку есрә кил-йыш мәнле вырән йышәнни сүнчен калакан вәрентәвен тәп шухәшәсем ку ыйтәва тәрәс татса пама май паракан шанчәклә никәс хываҗсә. Тәпчәвен тәлләвә хальхи җәмьере ачасен ўт-пў сапәрлавә П.Ф. Лесгафтән идеясемпе мән таран киләшсе тәнипе тәманнини тупасси пулса тарать. Тәпчәвә анкетәлав мелне уса курса ирттертәмәр. Анкетәлав еснә 18 сул тултәрнисенчен пусласа 67 сул тултәрнә сүнсем таран пәтәмпә 96 сын хутшәнчә. Вәсенчен 88 сын тулли җәмьерен пулчә, 8-әшә – тулли мар җәмьерен. Статьяра ача ашшә-амәшә хәйсән ачисене ўт-пў енәпә сапәрлас пирки панә хуравсене тишкернин пәтәмләтәвнә патәмәр, вәсене П.Ф. Лесгафтән теорине шута илсе әнлантартәмәр. Статьян вәсәнчә әнлә пәтәмләтәвнә турәмәр. Тәпчәвен илсен, П.Ф. Лесгафт шухәшәсем паян куншән та пәлтерәшлә, анча вәсем пурнәсра туллин паләрмәсә: ача ашшә-амәшә хәйән пепки нумай әнлә сапәрлав илтәр тесен ўт-пў енчен те аталантармалли занятисем кирлине әнланать, ыйтәвра пулнисән сурринчен ытларахәшә ачисене сапәрланә ўт-пў хәнәхтарәвәсем тутарать, ўт-пў сапәрлавәпә пурәнәкансен хальхи йышә иртнә әрусемпе тан-лаштарсан ўссе пырять. Җав вәхәтрах, нумай кил-йышра, урамра усаҗса сүренин, хусканулла вәйәсен, ўт-пәвә сирәпләтәкен кулленхи занятисен пәлтерәшнә шута илмәсә.

**Тәп сәмахсем:** ўт-пў сапәрлавә, җәмьә сапәрлавә, хальхи кил-йыш, ўт-пў культури (ўт-пў сапәрләхә), ачасем, П.Ф. Лесгафт идеясем.

**Цитатәлама:** Потапова А. А. П.Ф. Лесгафтән ачана ўт-пў енчен сапәрлас пирки каланә шухәшәсем тата вәсем хальхи җәмьешән пәлтерәшлә пулни // Вәренү аталанәвә. 2024. Т. 7, № 1. С. 68–76. DOI 10.31483/r-108552. EDN IOZHOС.

## Введение

Проблема физического воспитания детей на сегодняшний день является одной из наиболее актуальных проблем современного общества. От ее решения зависит характер физического развития, духовных качеств личности подрастающего поколения, а также состояние его здоровья.

В настоящее время здоровье человека представляет собой наивысшую ценность и зависит от целого ряда объективных и субъективных факторов. Особую тревогу вызывает его значительное ухудшение у детей. По данным исследования А. В. Шишовой, Л. А. Ждановой, Е. А. Ланиной лишь «15,2% современных детей начинают обучение в школе с нормальным физическим и нервно-психическим развитием, не имея функциональных отклонений или хронических заболеваний» [Шишова, 2015, с. 18]. В наибольшей степени снижение показателей здоровья связано с дефицитом двигательной активности. Ситуация усугубляется проникновением в жизнь современного человека цифровых технологий в виде смартфонов, планшетов, компьютеров. В результате, многие дети практически все время проводят перед экранами, при этом мало занимаясь физической культурой, почти не гуляют. Как показывает практика, в силу различных причин и обстоятельств современные родители не уделяют должного внимания физическому воспитанию своих детей. Можно констатировать, что на сегодняшний день семья не в полной мере способствует сохранению и укреплению их здоровья.

Указанное обстоятельство приводит к проблемам с весом, развитием мышечной и костной систем, а также к ухудшению общего физического состояния. Именно по этим и многим другим причинам занятия физической культурой должны стать неременным атрибутом жизни каждого человека, независимо от возраста, что особо подчеркивается в Федеральном законе «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» [Федеральный закон...].

В то же время, значимость и роль семьи в вопросах физического развития ребенка не вызывает сомнений. Данный факт подтверждается наличием возрастающего интереса к данной проблематике в трудах ученых о физическом воспитании в семье как факторе гармонического развития ребенка: А. А. Артамонов, А. К. Атаев, В. К. Бальсевич, Н. И. Бочарова, О. В. Казак, И. А. Леонова, Е. А. Шарлаева и другие; одними из актуальных становятся вопросы физического воспитания в условиях семьи детей с ограниченными возможностями здоровья (Н. И. Федорова, А. А. Шелехов).

Понимание рассматриваемой проблемы невозможно без обращения к трудам ученых прошлых лет. История системы физического воспитания тесно связана с научными исследованиями комплексного изучения индивидуальных особенностей и возможностей организма человека в процессе его развития и воспитания. В этой связи обращают на себя внимание фундаментальные труды П. Ф. Лесгафта, посвященные проблеме физического воспитания детей, прежде всего, «Руководство по физическому образованию

детей школьного возраста». Ценностное отношение к психологическому наследию основоположника физического воспитания П. Ф. Лесгафта (1837–1909) подчеркивается в работах наших современников: Е. П. Воробьевой, Т. Е. Копейкиной [Копейкина, 2010], О. И. Пановой [Панова, 2002] и других.

Согласно анализу трудов П. Ф. Лесгафта, предпринятому А. В. Уткиным, большое значение он придавал физическому развитию и тренировке тела для достижения гармонии между физическим и духовным состоянием человека. Ученый считал, что физическое воспитание должно быть направлено не только на формирование спортивных навыков, но и на освоение моральных и этических ценностей, а также формирование социальных навыков и основ духовной культуры [Уткин, 2017, с. 22].

По мнению П. Ф. Лесгафта, система гимнастических упражнений наряду с умственными должна в равной степени присутствовать в жизни ребенка, отмечают в своей работе Д. Л. Марков, В. А. Ухов, Г. Г. Априамашвили, М. Ю. Цымбалов. «Необходимо, – писал П. Ф. Лесгафт, – чтобы умственное и физическое воспитание шли параллельно, иначе мы нарушим правильный ход развития в тех органах, которые останутся без упражнения» [Марков, 2014, с. 2].

Ученый писал, что физическое образование, так же, как и умственное, должно способствовать сознательному развитию, умению действовать настойчиво, точно и уверенно. Через систему физических упражнений можно привить любовь к труду, исполнительность и дисциплинированность. Физическое воспитание оказывает существенное влияние на дальнейшее прохождение ребенком своего жизненного пути, требуя от него много сил и энергии, способствуя развитию всего организма, укреплению здоровья, формированию жизненно важных умений и навыков.

Научные исследования П. Ф. Лесгафта связаны с изучением естественных, научных, педагогических и психологических особенностей людей в условиях социальной среды. Особую роль в вопросах гармоничного развития человека он отводил семье, особенно на ранних этапах развития ребенка, что показано в его фундаментальном труде «Семейное воспитание ребенка и его значение». Н. Ю. Евграфова отмечает, что семья представляет собой микросоциальную структуру, в которую ребенок включается с первых дней своей жизни, где мировоззрение, убеждения родителей относительно методов и целей воспитания, воплощаются в отношениях «родитель – ребенок» [Евграфова, 2015, с. 51].

В работах Ю. С. Власенко, Е. В. Евдокимовой, И. В. Шаповаленко отмечается, что родители играют большую роль в жизни каждого человека. Они дают ребенку образцы поведения, с помощью близких людей он познает окружающий мир. Эта тенденция подкрепляется положительными эмоциональными связями ребенка с родителями и его желанием быть похожим на них. Когда родители осознают эту закономерность и понимают, что именно они в значительной степени ответственны за формирование ребенка, они ведут себя так, чтобы все их действия и

поведение в целом способствовали формированию у ребенка тех качеств и понимания человеческих ценностей, которые они хотят ему передать [Власенко, 2023, с. 52; Шаповаленко, 2022, с. 58].

По мнению П. Ф. Лесгафта, если «любящая мать озабочена развитием своего ребенка ..., то она несомненно станет зорко следить за всяким своим действием и словом, избегать всякого произвола и всегда щадить личность своего ребенка; этим она несомненно будет содействовать собственному своему совершенствованию» [Лесгафт, 2023, с. 3].

Однако «часто приходится наблюдать, как родители в семье воздействуют на ребенка, совершенно не отдавая себе отчета, а ведь подобное бессознательное руководство личностью ребенка никогда не проходит без серьезных последствий и отзывается иногда на всей его последующей жизни» [Лесгафт, 2019, с. 8]. Поэтому, основная задача членов семьи заключается в выполнении взрослыми воспитательной функции, которая подразумевает направленные действия по сознательному формированию у ребенка желательных черт и свойств, способствуя его гармоничному развитию, в том числе, и физическому.

Т. Е. Копейкина указывает, что согласно взглядам П. Ф. Лесгафта, воспитанием в первые годы жизни ребенка должны заниматься родители, прежде всего, мать: «Первоначальное воспитание в младенческом возрасте, при котором ни один промах в обращении с ребенком не остается без дурных последствий, и которые иногда кладут печать на целую жизнь человека – это первое воспитание мы получаем в семье: оно в руках женщины» [Копейкина, 2010]. Ученый достаточно критически относился к воспитанию ребенка в условиях детского сада, где, по его мнению, происходит формирование «стадных» качеств, которые не позволяют развиться его индивидуальности. Именно семья закладывает фундамент двигательной активности ребенка. В связи с этим, идеи ученого о физическом воспитании ребенка в раннем детстве напрямую относятся к их реализации в условиях семьи.

П. Ф. Лесгафт одним из первых в русской педагогике указал на первостепенную роль здоровьесберегающей функции семейного воспитания. Родители должны стремиться к тому, чтобы у их ребенка были все условия для правильного физического развития. Понимание того, что наиболее важно для воспитания здорового и физически крепкого ребенка, позволит даже в относительно скромных условиях организовать необходимый режим и наладить адекватное физическое воспитание.

Н. Гаспадура, М. А. Антонова, анализируя идеи П. Ф. Лесгафта, пришли к выводу, что согласно его мнению, в каждой семье родители должны воспитывать у детей интерес, уважение и любовь к физической культуре, спорту. Важно иметь уважение между членами семьи, здоровый нравственный климат, высокую культуру отношений, гигиену жилища, личную гигиену каждого члена семьи, разумный и обязательный режим, здоровый отдых, которые являются важными условиями правильного физического воспитания детей [Гаспадура, 2022, с. 319].

Т.Е. Копейкина делает акцент на том, что важное значение в содержании физического воспитания с точки зрения П. Ф. Лесгафта имеет формирование у детей потребности в занятиях физкультурой, в укреплении своих физических сил и здоровья. Потребность в данном случае рассматривается не только как внутренний побудительный стимул, но и как определенная привычка ребенка заниматься различными физическими упражнениями с целью совершенствования своих физических сил и общей работоспособности [Копейкина, 2010].

По мнению Г. Н. Колосова, П. Ф. Лесгафт высоко оценивал роль семейного отдыха в физическом развитии ребенка – это часть свободного времени, которая предполагает добровольное и совместное участие членов семьи в разнообразных видах активной деятельности, способствующей сплочению семейного коллектива. Поэтому в теории физического воспитания особую роль ученый отводил не только спортивным упражнениям, но и пешим прогулкам, играм, посещению спортивных праздников, мероприятий, и считал, что это способствует познавательной и двигательной активности детей [Колосов, 2022, с. 168]. Особую значимость он придавал подвижным играм, которые, по утверждению П. Ф. Лесгафта, развивают у ребенка умение управлять своими движениями, дисциплинируют его тело, учат его действовать ловко, целесообразно, быстро, выполнять правила.

Согласно идеям П. Ф. Лесгафта, в интерпретации его взглядов В.П. Токаревой, большое значение в физическом воспитании имеют методы убеждения, позволяющие разъяснить детям значение физических упражнений, их психологические основы. При этом важен и положительный пример самих родителей. Если родители любят прогулки на свежем воздухе, ежедневно занимаются утренней зарядкой, строго соблюдают гигиенические правила, то они будут стремиться и детей своих вырастить физически крепкими, нравственно здоровыми, которые, в свою очередь, будут стремиться воплотить заложенные основы в своем поведении и деятельности [Токарева, 2015, с. 180].

В семейном воспитании важно не допускать авторитарного отношения к детям, необходимо соблюдать неприкосновенность ребенка, последовательность слова и дела, систематическое развитие детской инициативности, самостоятельности, считал П. Ф. Лесгафт. Данные постулаты важны и при рассмотрении вопросов физического развития. В связи с этим, особое значение в физическом воспитании принадлежит «практическому методу», который основан на развитии ребенка через включение его в деятельность.

Фундаментом системы физического воспитания, согласно взглядам П. Ф. Лесгафта, являются принцип «сознательности» движений, который заключается в умении мыслить, а также принципы «постепенности и последовательности», предполагающие выполнение действий, в том числе физического характера, от простого к сложному. Как пишет сам ученый, «каждое упражнение может быть полезно, если оно соответствует силам

упражняющегося, который в состоянии выполнить его без посторонней помощи...»<sup>1</sup>. «правильные и последовательные упражнения необходимо направлять таким образом, чтобы успеть с наименьшим трудом и в наименьший промежуток времени производить наибольшую работу»<sup>2</sup>.

Таким образом, П.Ф. Лесгафт внес большой вклад в разработку проблем физического воспитания, в том числе, в условиях семьи. Многие его идеи не потеряли актуальности и в настоящее время. Однако можно констатировать недостаток исследований, посвященных изучению реализации основных постулатов учения П.Ф. Лесгафта современными родителями при воспитании детей.

Цель настоящего исследования заключается в определении соответствия особенностей физического воспитания ребенка в современной семье идеям П. Ф. Лесгафта.

Задачи исследования: выявить специфику физического воспитания ребенка в современной семье; сопоставить полученные данные с идеями о физическом воспитании в условиях семьи в трудах П. Ф. Лесгафта.

#### Материал и методы исследования

Методы исследования, используемые в работе: теоретические (анализ и обобщение теоретических положений по проблеме исследования), эмпирические (анкетирование), методы обработки экспериментальных данных и их интерпретация.

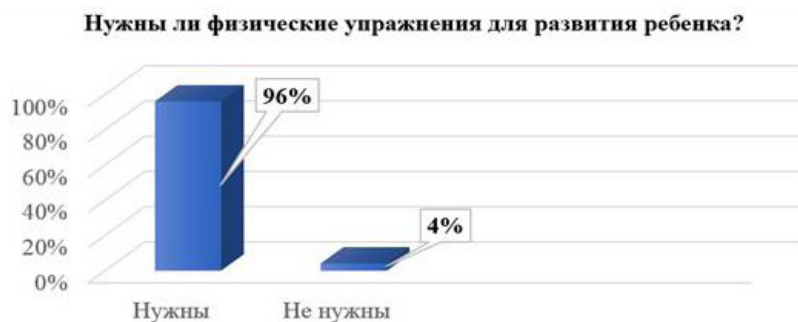
В исследовании использовалась анкета, разработанная А.М. Картамышевым [Картамышев, 2016, с. 166]. Анкета содержит ряд вопросов, позволяющих оценить содержание физического воспитания детей в современных семьях. Выборка составила 96 человек в возрасте от 18 до 67 лет, из них – 85 женщин и 11 мужчин. В опросе приняли участие 88 человек из полных семей и 8 – неполных. Период нахождения семьи в браке составляет от 2 до 39 лет.

#### Результаты исследования и их обсуждение

Одним из главных параметров, который оценивался в рамках экспериментальной работы, являлось осознание родителями значимости физического воспитания детей. Результаты обработки данных по указанному вопросу анкеты (Нужны ли физические упражнения для развития ребенка?) представлены на рис. 1.

Большинство родителей (96%) считает важным физическое воспитание ребенка, и лишь немногие (4%) не осознают его значимости. По мнению родителей, регулярное выполнение физических упражнений способствует развитию опорно-двигательного аппарата, центральной нервной системы и внутренних органов; упражнения укрепляют здоровье и закаляют организм, воспитывают детей организованными, энергичными, волевыми и целеустремленными.

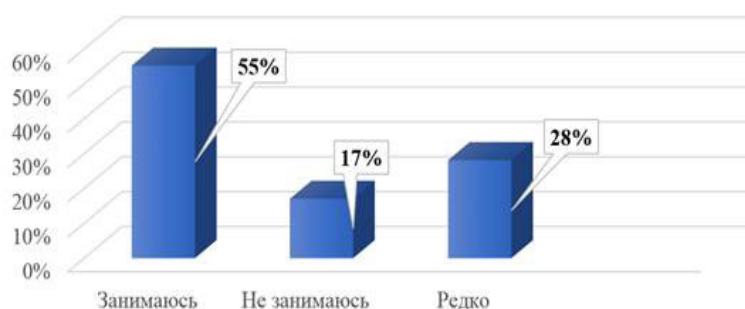
1. Лесгафт П.Ф. Руководство по физическому образованию детей школьного возраста. Ч. 1. 3-е издание (посмертное). СПб., 1912. – С. 384.
2. Лесгафт П.Ф. Программа практических занятий по физическому образованию. СПб., 1896. – С. 1–3.



*Рис. 1. Данные об осознании современными родителями значимости физических упражнений для развития детей*

*Fig. 1. Data on modern parents' awareness of the importance of physical exercise for children's development*

**Занимаетесь ли вы какими-либо физическими упражнениями со своими детьми?**



*Рис. 2. Данные об использовании современными родителями физических упражнений в практике воспитания детей*

*Fig. 2. Data on the use of physical exercises by modern parents in child education practice*

В целом, мы можем констатировать понимание современными родителями необходимости развития физических способностей своих детей, формирования у них двигательных навыков и умений, укрепления здоровья.

Следующий вопрос был конкретизирован пунктом о фактическом использовании родителями физических упражнений в практике физического воспитания подрастающего поколения. Были получены следующие ответы, представленные на рис. 2.

Данные, отраженные на рисунке, позволяют сделать вывод о том, что большая часть родителей (55%) активно применяет в практике физического воспитания специальные упражнения, порядка трети респондентов (28%) делают это в редких случаях, и лишь в незначительном числе (17%) – не занимаются упражнениями с детьми вовсе.

Таким образом, полученные результаты указывают на тот факт, что, осознавая значимость занятий физической культурой с детьми, немногим более половины современных родителей активно и систематически реализуют данный подход на практике.

Значимым аспектом физического воспитания ребенка в современной семье, оценка которого производилась в процессе анкетирования родителей, стал анализ использования в практике семейного воспитания мероприятий, направленных на физическое развитие и укрепление здоровья своих

детей. Обобщенные ответы представлены в таблице 1.

Анализируя данные, отображенные в таблице, необходимо отметить, что для большей части родителей (31,9%) наиболее приемлемым вариантом свободного времяпровождения с детьми является чтение книг. Выявлено, что 19,7% родителей в физическом воспитании своих детей активно используют подвижные игры, 16,6% вариантов приходится на пешие прогулки с ними. Порядка десятой части участников эксперимента (9,3%) в свободное время вместе с детьми смотрят телевизор.

Таким образом, согласно данным, полученным в ходе проведенного анкетирования родителей в рамках обозначенного вопроса, было установлено, что примерно треть семей признают необходимость активного физического отдыха с детьми, в том числе на открытом воздухе, и воплощают в жизни. Отмечено, что далеко не все родители используют в практике семейного воспитания мероприятия, направленные на укрепление здоровья своих детей и их физическое развитие.

С целью выяснить, каким опытом, полученным в родительских семьях в области физического воспитания, обладают современные родители, предложенная для заполнения анкета содержала в себе следующий вопрос: «Занимались ли Ваши родители с Вами физическим воспитанием?»

**Таблица 1.** Варианты проведения свободного времени родителями с ребенком.  
**Table 1.** Options for spending free time by parents with their child.

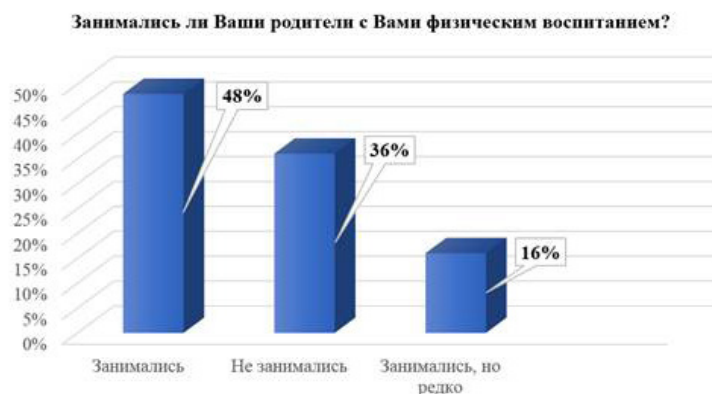
№	Как вы проводите свободное время с ребенком?	%
1	Читаем книги	31,9
2	Играем в подвижные игры	19,7
3	Гуляем на свежем воздухе	16,6
4	Смотрим телевизор	9,3
5	Делаем совместно домашнюю работу (готовим ужин, выносим мусор и т. д.)	6,2
6	Лепим, рисуем	5,2
7	Танцуем, слушаем музыку, поем песни	5,2
8	Играем в видеоигры	3,1
9	Ребенок самостоятельно организует свое время	2
10	Не остается времени на ребенка	1

В результате было выявлено, что примерно половина респондентов (48%) имеют опыт занятия физическими упражнениями, полученный в детстве, с 36% испытуемых родители не занимались физкультурой, в 16% случаев это происходило редко.

Сопоставление данных, отраженных на рис. 2 и 3, указывает на то, что, с одной стороны, прослеживается некоторая преемственность в вопросах физического воспитания при переходе от более старшего поколения к

младшему. С другой стороны, высвечивается тенденция на увеличение числа современных родителей, по сравнению с прауродителями, занимающихся физическим воспитанием своих детей.

При изучении частоты занятий физической культурой с ребенком в современной семье с использованием бега, прыжков, игр, ходьбы были получены следующие ответы, представленные в таблице 2.



**Рис. 3.** Данные о полученном современными родителями опыте физического воспитания в их родительских семьях

**Fig. 3.** Data on modern parents' experiences of physical education in their parental families

**Таблица 2.** Данные о частоте занятий физической культурой современных родителей со своими детьми.  
**Table 2.** Data on the frequency of modern parents' physical activity with their children.

№	Как часто занимаетесь физической культурой со своими детьми?	%
1	Несколько раз в день	3,1
2	Ежедневно	21,9
3	Еженедельно	37,5
4	Не занимаемся	27,1
5	Через день	2,1
6	3–4 раза в неделю	5,3
7	Посещает кружки	1
8	Занимается сам	1
9	Иногда	1

Наиболее популярным ответом на вопрос о том, насколько часто родители занимаются физической культурой со своими детьми, был вариант – еженедельно (37,5%). Более четверти семей не прибегают к использованию в физическом воспитании бега, прыжков, игр, ходьбы (27,1%). Ежедневно вопросам физического воспитания своих детей, прививая в процессе упражнений любовь и интерес к занятиям спортом, уделяют внимание 21,9% респондентов, крайне редко (3,1%) дети вместе с отцом или матерью занимаются физкультурой несколько раз в день.

В целом систематические занятия физкультурой характерны для четвертой части семей, принявших участие в эксперименте. В то же время обращает на себя внимание тот факт, что многие семьи не обращаются к ресурсам, заложенным в физическом воспитании, для обеспечения всестороннего развития своих детей.

Интерпретируя полученные результаты в свете идей П. Ф. Лесгафта о физическом воспитании, необходимо отметить следующее.

1. Современные родители, в большинстве своем, осознают и понимают значимость занятий физической культурой со своими детьми. Более половины семей активно используют физические упражнения в практике взаимодействия с детьми. При этом, по сравнению с предыдущим поколением родителей, отмечается тенденция на большую их вовлеченность в процесс физического воспитания. Данное обстоятельство указывает на реализацию положения П. Ф. Лесгафта о важной роли физических упражнений в гармонизации личности ребенка, раскрытии того потенциала, что заложен в нем. Установленный факт указывает и на раскрытие сущностного положения его учения о приоритетности среды, прежде всего, социальной, как фактора, оказывающего максимальное влияние на становление человека. Значимой составляющей данного процесса является физическое развитие, которое, начиная с самых ранних этапов онтогенеза, должно происходить прежде всего в условиях семьи, являющейся самым главным институтом физического воспитания до поступления в школу.

2. Лишь немногим более трети семей физически активно проводят свободное время с детьми, уделяя серьезное внимание прогулкам на свежем воздухе, подвижным играм, способствующим повышению положительного эмоционального фона, за счет которого происходит реализация физической активности ребенка, а значит возрастанию его заинтересованности в выполнении разного рода движений: ходьбы, бега, прыжков и пр. Выявленные особенности содержания физического воспитания в современных семьях актуализируют идеи П. Ф. Лесгафта о необходимости активного образа жизни ребенка, его вовлеченности

в совместные досуговые мероприятия физической направленности, способствующие укреплению семейных отношений, в которых большую роль играют пешие прогулки, игры, личный пример родителей. Указанные мероприятия предполагают отсутствие назидательности со стороны взрослых, в них предоставляется возможность свободного самовыражения ребенка в движениях, так необходимого для развития его инициативности и самостоятельности, по мнению ученого, который настаивал на том, что в рамках семейного воспитания должен реализовываться преимущественно «практический метод». С другой стороны, данный факт сопряжен с воплощением положения учения П. Ф. Лесгафта о преимущественно общеукрепляющем для здоровья характере мероприятий, находящихся в зоне компетентности и ответственности семьи в вопросах физического развития.

3. Систематичность в занятии физическими упражнениями характерна лишь для четверти современных семей, в то время как, по мнению П. Ф. Лесгафта, этот принцип является основополагающим в вопросах физического развития. Ведь только то, что «упражняется – развивается и совершенствуется, а все что не упражняется, то распадается». Именно в ежедневном процессе физического воспитания реализуются принципы «последовательности» и «постепенности», выделенные П. Ф. Лесгафтом как основополагающие в вопросах эффективного физического развития и способствующие быстрому овладению двигательными навыками.

### Выводы

Таким образом, проведенное исследование показало, что в целом идеи П. Ф. Лесгафта актуальны для современной семьи, но при этом реализованы не в полной мере: родители осознают значимость занятий физкультурой с детьми для обеспечения их всестороннего развития, более половины семей уделяют внимание физическим упражнениям в практике воспитания ребенка, отмечена тенденция на увеличение числа современных родителей, по сравнению с предыдущим поколением, занимающихся физическим воспитанием. В то же время, во многих семьях не придается должного значения прогулкам на свежем воздухе, подвижным играм, необходимости ежедневного занятия физкультурой. Следовательно, родителям необходимо повышать компетенцию в физическом воспитании и заниматься физической культурой с детьми, служить для своих детей достойным примером и образцом для подражания, помогать им проявлять свою двигательную активность, развивать ловкость, быстроту и силу.

### Список литературы

- Власенко, Ю.С. Семья как фактор развития личности: сборник трудов конференции / Ю.С. Власенко, Е.В. Евдокимова // Социально-психологические проблемы современной семьи: психолого-педагогическая поддержка и наставничество : сб. мат-лов XI Всеросс. науч.-практ. конф. студентов, аспирантов и молодых ученых с международным участием (Армавир, 10 октября 2023 г.). Чебоксары: Среда, 2023. С. 52–54. ISBN 978–5–907688–72–8.
- Гаспадура, Н. Физическое воспитание в семье / Н. Гаспадура, М.А. Антонова // Молодой ученый. 2022. №51 (446). С. 318–320. URL: <https://moluch.ru/archive/446/97958/> (дата обращения: 28.01.2024). EDN KWBEKS

- Евграфова, Н.Ю. Влияние семьи на психологическое здоровье ребенка / Н.Ю. Евграфова // Педагогическое мастерство: матер. VI междунар. науч. конф. М.: Буки-Веди, 2015. С. 51–52. EDN UEDYFN
- Картамышев, А.М. Использование идей П.Ф. Лесгафта о воспитании ребенка в практике современной семьи / А.М. Картамышев // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения: сб. мат-лов LI Междунар. науч.-практ. конф. Новосибирск: ЦРНС, 2016. С. 166.
- Колосов, Г.Н. Роль и важность физического воспитания в семье / Г.Н. Колосов // Вопросы педагогики. 2022. №1–2. С. 168–171. EDN DKNKEP
- Копейкина, Т.Е. Идея единства физического образования и нравственного воспитания в педагогическом наследии П.Ф. Лесгафта / Т.Е. Копейкина // Вестник Поморского университета. Серия: Гуманитарные и социальные науки. 2010. №1. С. 106–110. EDN KZEVQX
- Лесгафт, П.Ф. Педагогика. Избранные труды / П.Ф. Лесгафт. М.: Юрайт, 2019. 374 с. ISBN 978–5–534–11848–3. EDN DETGHY
- Лесгафт, П.Ф. Семейное воспитание ребенка и его значение / П.Ф. Лесгафт. М.: URSS, 2023. 224 с. ISBN 978–5–9710–1945–9.
- Марков, Д.Л. Важность педагогических идей Лесгафта в образовании для физического и интеллектуального развития детей. Влияние образа жизни на здоровье и осанку / Д.Л. Марков, В.А. Ухов, Г.Г. Априамашвили [и др.] // Гуманитарные научные исследования. 2014. №6. URL: <https://human.snauka.ru/2014/06/7122> (дата обращения: 05.02.2024). EDN SGNRIR
- Панова, О.И. П.Ф. Лесгафт о семейном воспитании / О.И. Панова // Педагогика. 2002. №10. С. 76–79.
- Токарева, В.П. Роль семьи в физическом воспитании ребенка / В.П. Токарева // Теория и практика образования в современном мире: мат-лы VIII Междунар. науч. конф. (Санкт-Петербург, декабрь 2015 г.). СПб.: Свое издательство, 2015. С. 179–182. URL: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/185/9274/> (дата обращения: 03.02.2024). EDN: VCYVMV
- Уткин, А.В. Не знаю, что такое скука: к 180-летию П.Ф. Лесгафта / А.В. Уткин // Историко-педагогический журнал. 2017. №3. С. 17–24. EDN ZHUUWP
- Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями). URL: <https://base.garant.ru/12157560/> (дата обращения: 29.03.2024)
- Шаповаленко, И.В. Современное родительство: новые исследовательские подходы / И.В. Шаповаленко // Современная зарубежная психология. 2022. Т. 11. №1. С. 58–67. DOI: 10.17759/jmfp.2022110106. EDN QJRJUA
- Шишова, А.В. Динамика состояния здоровья семилетних первоклассников с восьмидесятих годов XX века / А.В. Шишова, Л.А. Жданова, Е.А. Ланина // Вестник ИвГМА. 2015. №3. EDN VDKEOR

## References

- Vlasenko, Yu. S., & Yevdokimova, Ye. V. (2023). Family as a Factor of Personal Development. *Social and Psychological Problems of the Modern Family*, 52-54. Cheboksary: Sreda.
- Gaspadura, N., & Antonova, M. A. (2022). Physical Education in the Family. *Young Scientist*, 51 (446), 318-320. EDN KWBEKS. Retrieved from <https://moluch.ru/archive/446/97958/>
- Yevgrafova, N. Yu. (2015). Family Influence on a Child's Psychological Health. *Pedagogical Excellence*, 51-52. Moscow: Buki-Vedi. EDN UEDYFN.
- Kartamyshev, A. M. (2016). Use of Peter Lesgaft's Ideas about Child Education in the Practice of a Modern Family. *Psychology and Pedagogy: Methodology and Problems of Practical Application*, 166.
- Kolosov, G. N. (2022). The Role and Importance of Physical Education in the Family. *Pedagogy Issues*, 1–2, 168-171. EDN: DKNKEP
- Kopeykina, T. Ye. (2010). Idea of Physical and Moral Education Unity in P.F. Lesgaft's Pedagogical Heritage. *Vestnik of Northern (Arctic) Federal University. Series "Humanitarian and Social Sciences"*, 1, 106-110. EDN KZEVQX.
- Lesgaft, P. F. (2019). Pedagogy. Selected Works., 374. Moscow: Yurayt. EDN DETGHY.
- Lesgaft, P. F. (2023). Family Child Education and its Importance., 224. Moscow: URSS.
- Markov, D. L., Ukhov, V. A., Apriamashvili, G. G., & Tsymbalov, M. Yu. (2014). The Importance of Pedagogical Ideas of Lesgaft in Education for Physical and Mind Development of Children. The Influence of Lifestyle on The Health and The Posture. *Humanities Scientific Researches*, 6. EDN SGNRIR. Retrieved from <https://human.snauka.ru/2014/06/7122>
- Panova, O. I. (2002). Peter Lesgaft: about the Family Education. *Pedagogy*, 10, 76-79.
- Tokareva, V. P. (2015). The Role of the Family in the Physical Education of a Child. *Theory and Practice of Education in the Modern World*, 179-182. Saint Petersburg: Ones Own Publishing House. EDN: VCYVMV. Retrieved from <https://moluch.ru/conf/ped/archive/185/9274/>
- Utkin, A. V. (2017). "I Don't Know What Boredom Is": by the 180th Anniversary of P. F. Lesgaft's Birthday. *Journal of History and Pedagogy*, 3, 17-24. ZHUUWP.
- Federal Law No. 329-FZ of 12/4/2007 "On Physical Culture and Sport in the Russian Federation" (as amended and supplemented). Retrieved from <https://base.garant.ru/12157560/>
- Shapovalenko, I. V. (2022). Modern Parenthood: New Research Approaches. *Modern Foreign Psychology*, 11(1), 58-67. <https://doi.org/10.17759/jmfp.2022110106>. EDN: QJRJUA
- Shishova, A. V., Zhdanova, L. A., & Lanina, Ye. A. (2015). Health Status Dynamics in Seven-Year-Old Pupils of the First Form from the Eighties of XX Century. *Bulletin of the Ivanovo Medical Academy*, 3.



**Информация об авторе**

**Потапова Анна Анатольевна**, аспирант,  
Таганрогский институт управления и экономики,  
г. Таганрог, Российская Федерация.  
ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-1077-5026>, e-mail: [anna-potapova-1977@mail.ru](mailto:anna-potapova-1977@mail.ru)

**Поступила в редакцию** 31.10.2023

**Принята к публикации** 12.03.2024

**Опубликована** 22.03.2024

**Information about the author**

**Anna A. Potapova**, Postgraduate,  
Taganrog Institute of Management and Economics,  
Taganrog, Russian Federation.  
ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-1077-5026>, e-mail: [anna-potapova-1977@mail.ru](mailto:anna-potapova-1977@mail.ru)

**Received** 31 October 2023

**Accepted** 12 March 2024

**Published** 22 March 2024

**Автор сінчен пѣлтерни**

**Потапова Анна Анатольевна**, аспирант,  
Таганрог управленипе экономика институтчѣ,  
Таганрог, Раѣсей Федерацийѣ.  
ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-1077-5026>, e-mail: [anna-potapova-1977@mail.ru](mailto:anna-potapova-1977@mail.ru)

**Редакцие ситнѣ** 31.10.2023

**Пичетлеме йышаннѣ** 12.03.2024

**Пичетленсе тухнѣ** 22.03.2024