

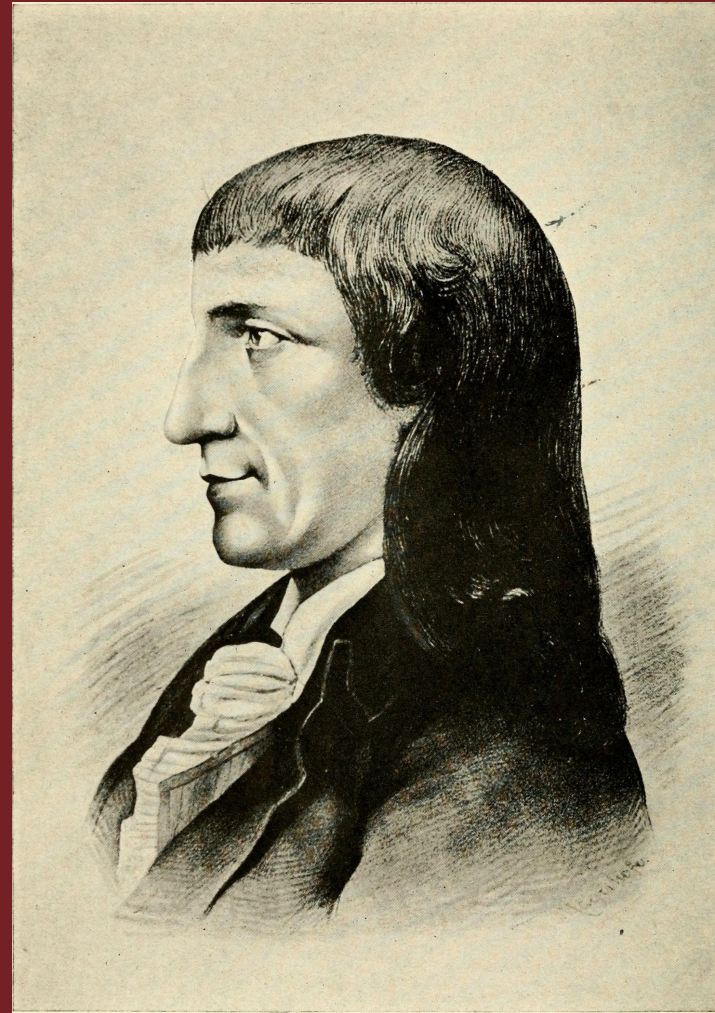


НЕМЕЦКАЯ СИСТЕМА
ФИЗИЧЕСКОГО
ВОСПИТАНИЯ

*Иоганн Христофор Гутс-
Мутс (1759-1839)*

ИОГАНН ХРИСТОФОР ГУТС-МУТС (1759-1839)

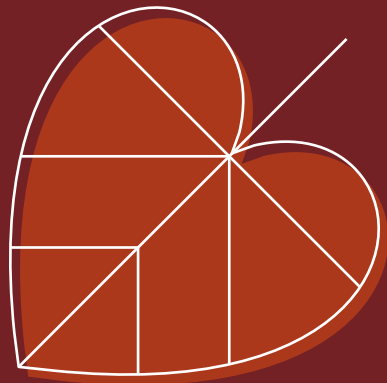
немецкий педагог, теоретик и
методист физического
воспитания. В 1785-1837
преподавал гимнастику,
плавание, географию
в филантропине Х.
Г. Зальцмана.





Обосновал необходимость физического воспитания и разработал его методику, впервые ввел в общеобразовательные школы систематические общеукрепляющие и развивающие физические упражнения

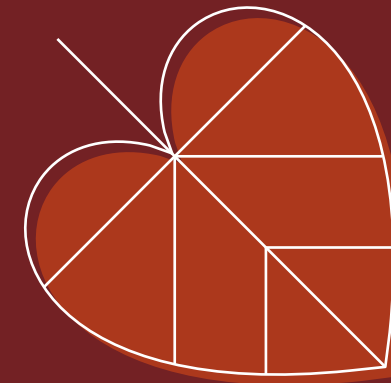
предложил комплекс гимнастических снарядов



Разработал классификацию спортивных игр.



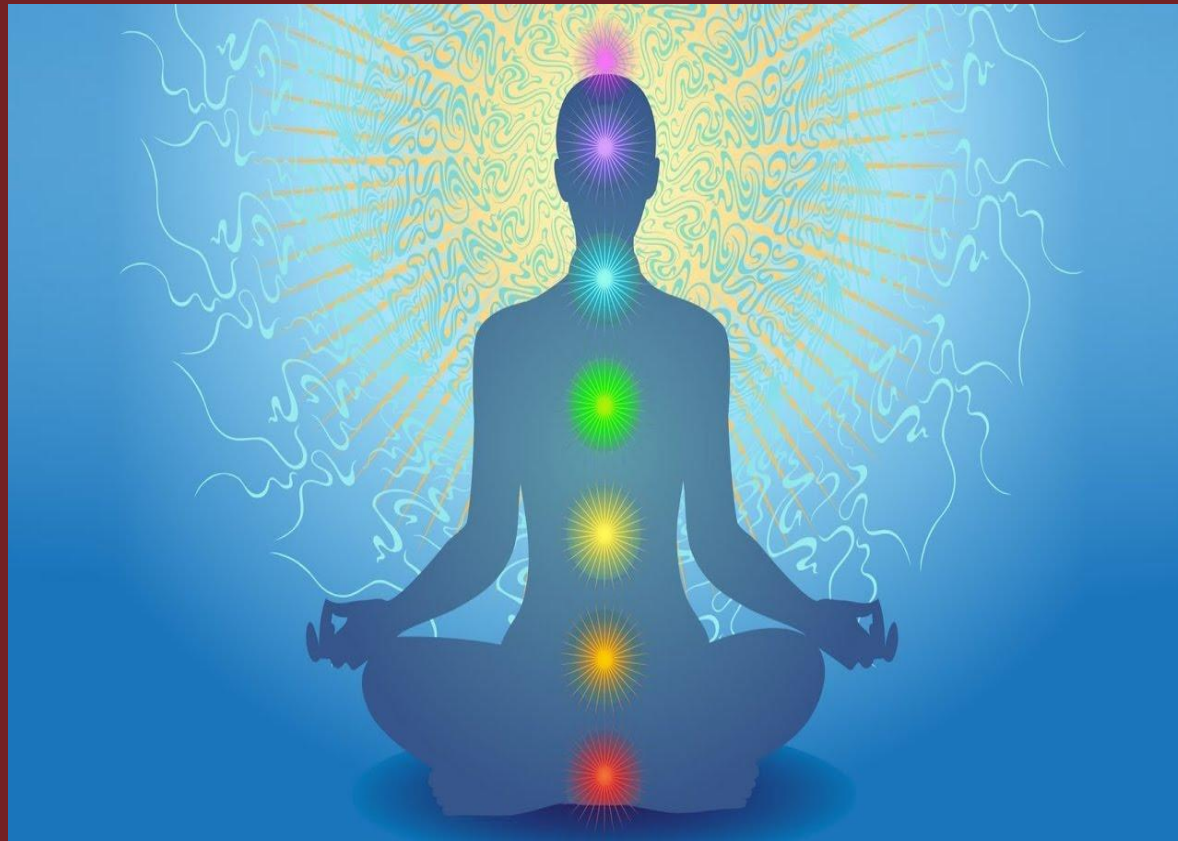
Автор методических пособий (в т.ч. "Гимнастика для юношества", 1793).



ОН ИЗУЧАЛ ГИМНАСТИКУ И ДАЛ НАУЧНОЕ ОБОСНОВАНИЕ И
МЕТОДИКУ ЕЕ ПРОВЕДЕНИЯ.



СУБЪЕКТИВНАЯ ГИМНАСТИКА
ЗАКЛЮЧАЕТСЯ В УСТАНОВЛЕНИИ
ГАРМОНИИ МЕЖДУ ТЕЛЕСНЫМИ И
ДУХОВНЫМИ СИЛАМИ ЧЕЛОВЕКА.



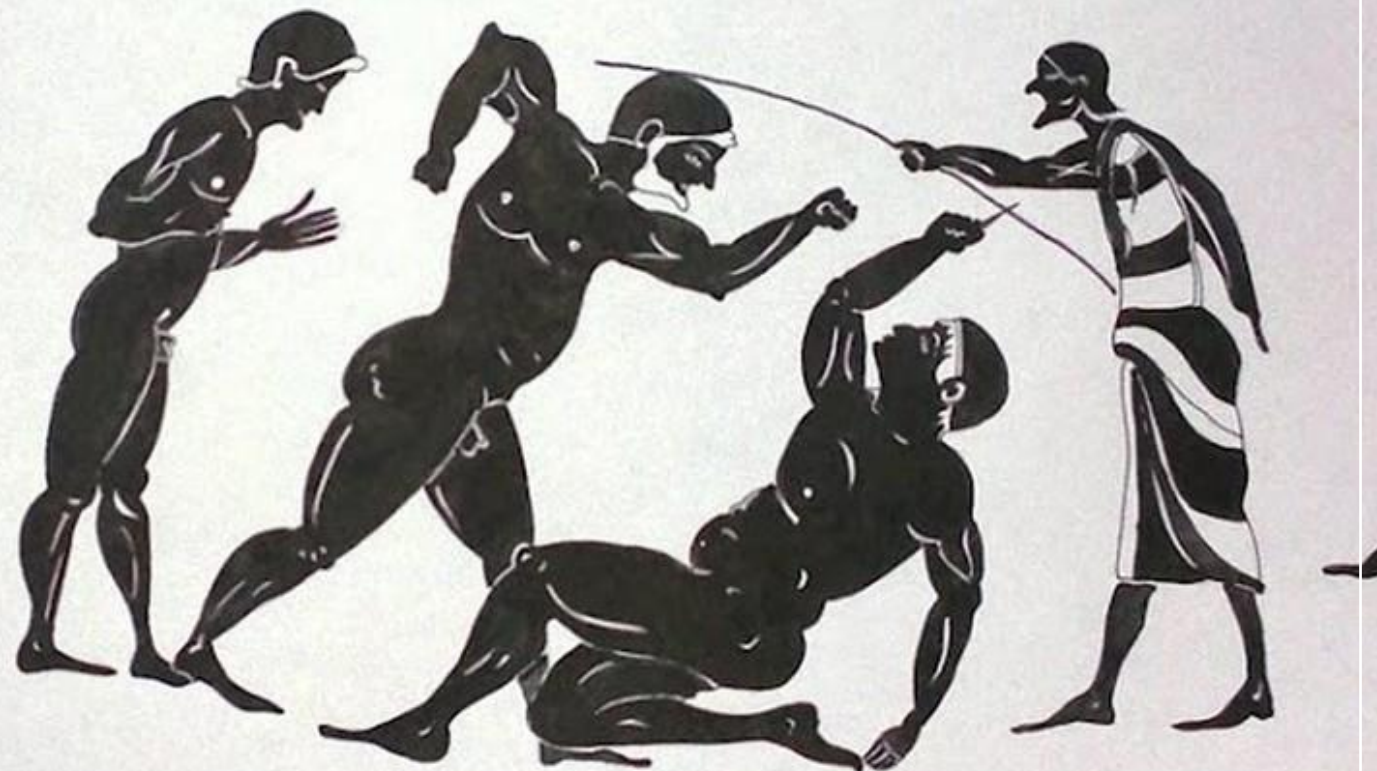
ОБЪЕКТИВНАЯ - В ПРИОБРЕТЕНИИ
НАВЫКОВ, ПОЛЕЗНЫХ ДЛЯ ЖИЗНИ, КОТОРОЙ
УПРАВЛЯЕТ ТЫСЯЧА СЛУЧАЙНОСТЕЙ.





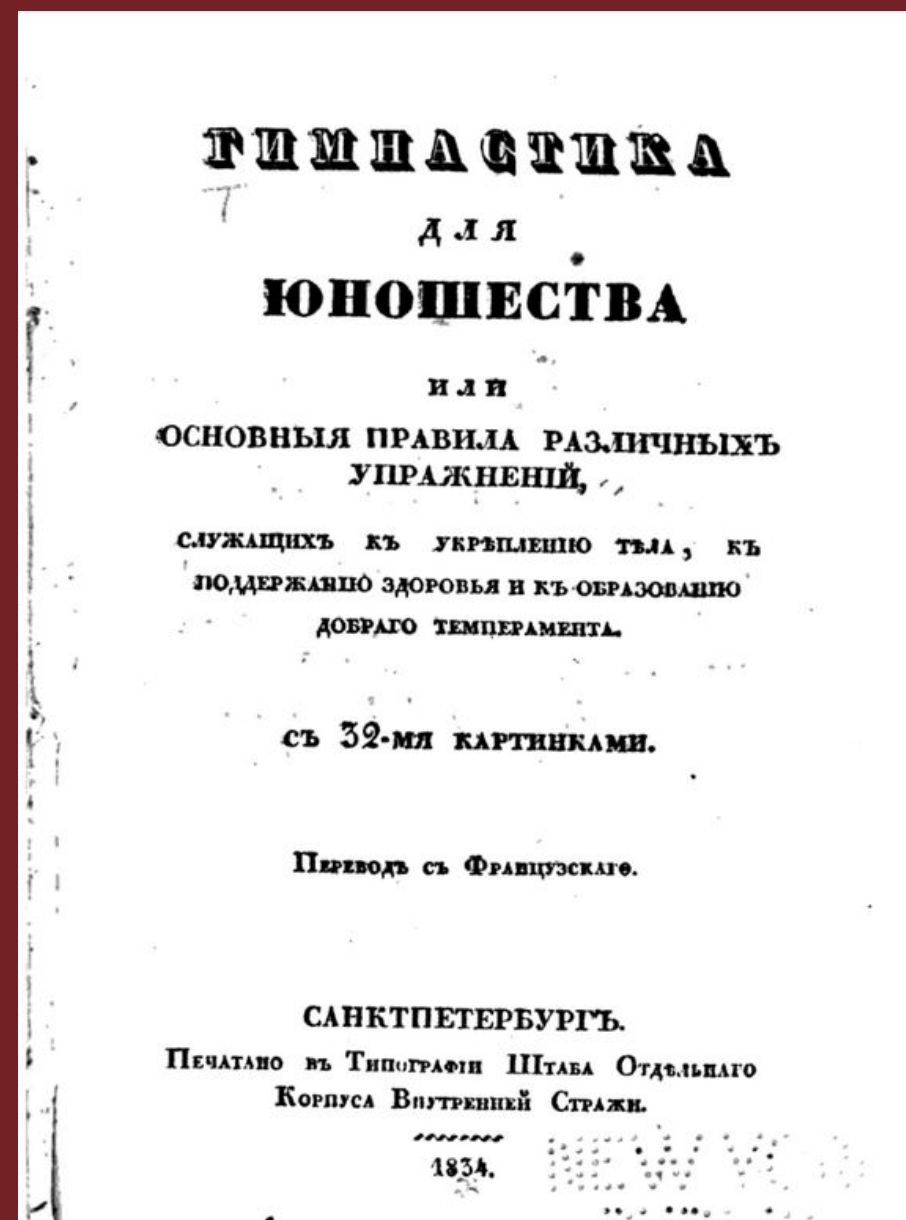
ПО МНЕНИЮ ГУТС-МУТСА,
ГИМНАСТИКА УКРЕПЛЯЕТ
МЫШЦЫ, ОЖИВЛЯЕТ
КРОВООБРАЩЕНИЕ,
ЗАКАЛЯЕТ КОЖУ,
РАЗВИВАЕТ В МУСКУЛАХ И
ТЕЛЕ НАВЫКИ НАИБОЛЕЕ
ЛОВКИХ И ЭФФЕКТИВНЫХ
ДВИЖЕНИЙ, —
СОВЕРШЕНСТВУЕТ
ОРГАНЫ ЧУВСТВ.

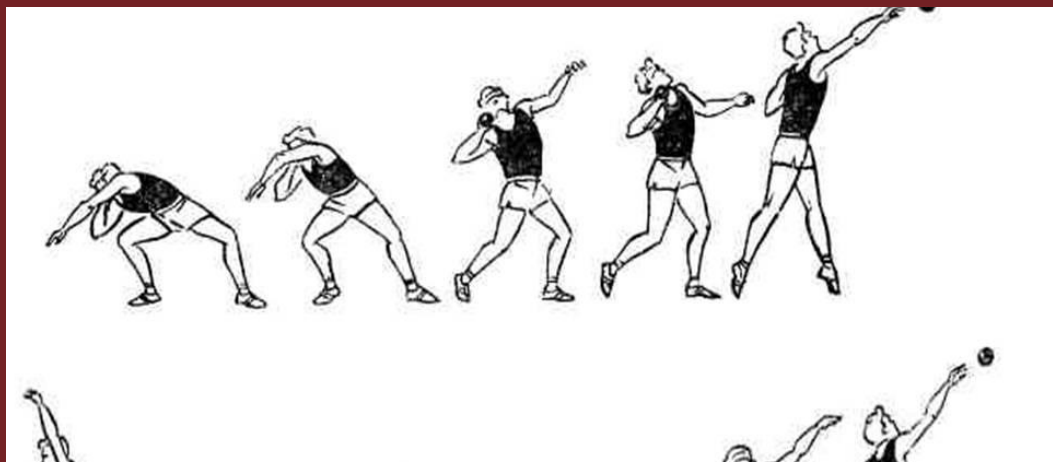
ОСНОВУ ЕГО
ГИМНАСТИЧЕСКОЙ
СИСТЕМЫ
СОСТАВИЛИ
ГЛАВНЫЕ ВИДЫ
ГРЕЧЕСКОГО
ПЯТИБОРЬЯ: БЕГ,
ПРЫЖКИ, МЕТАНИЕ
ДИСКА И КОПЬЯ И
БОРЬБА



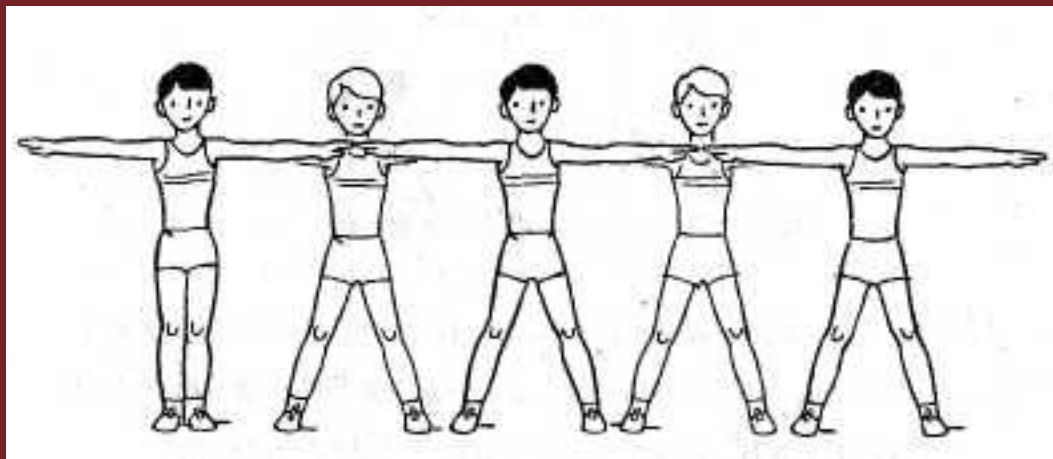
Большое внимание он уделял режиму учеников, их подготовке к упражнениям.

В его трудах «Гимнастика для юношества» (1804), «Гимнастическое руководство для сынов отечества» (1817) и др. есть подробное описание спортивных площадок и беговых дорожек, для которых он вводит древнегреческое название «стадион»





ГУТС-МУТС ШИРОКО ПРИМЕ
НЯЛ РАЗЛИЧНЫЕ СНАРЯДЫ ДЛЯ
ЛАЗАНЬЯ, КАМЕННЫЕ И
ЖЕЛЕЗНЫЕ ШАРЫ, ДИСКИ ДЛЯ
МЕТАНИЯ. МНОГИЕ
УПРАЖНЕНИЯ ВЫПОЛНЯЛИСЬ
ПО КОМАНДЕ ВСЕЙ ГРУППОЙ.
БОЛЬШОЕ ЗНАЧЕНИЕ ПРИДАВА
ЛОСЬ ГИМНАСТИЧЕСКИМ
ИГРАМ И СТРОЕВЫМ
УПРАЖНЕНИЯМ.





ИДЕИ ГУТС-МУТСА ЛЕГЛИ В
ОСНОВУ НЕМЕЦКОГО
ТУРНЕНА И ШВЕДСКОЙ
СИСТЕМЫ
ГИМНАСТИКИ.

КОНЕЦ!

