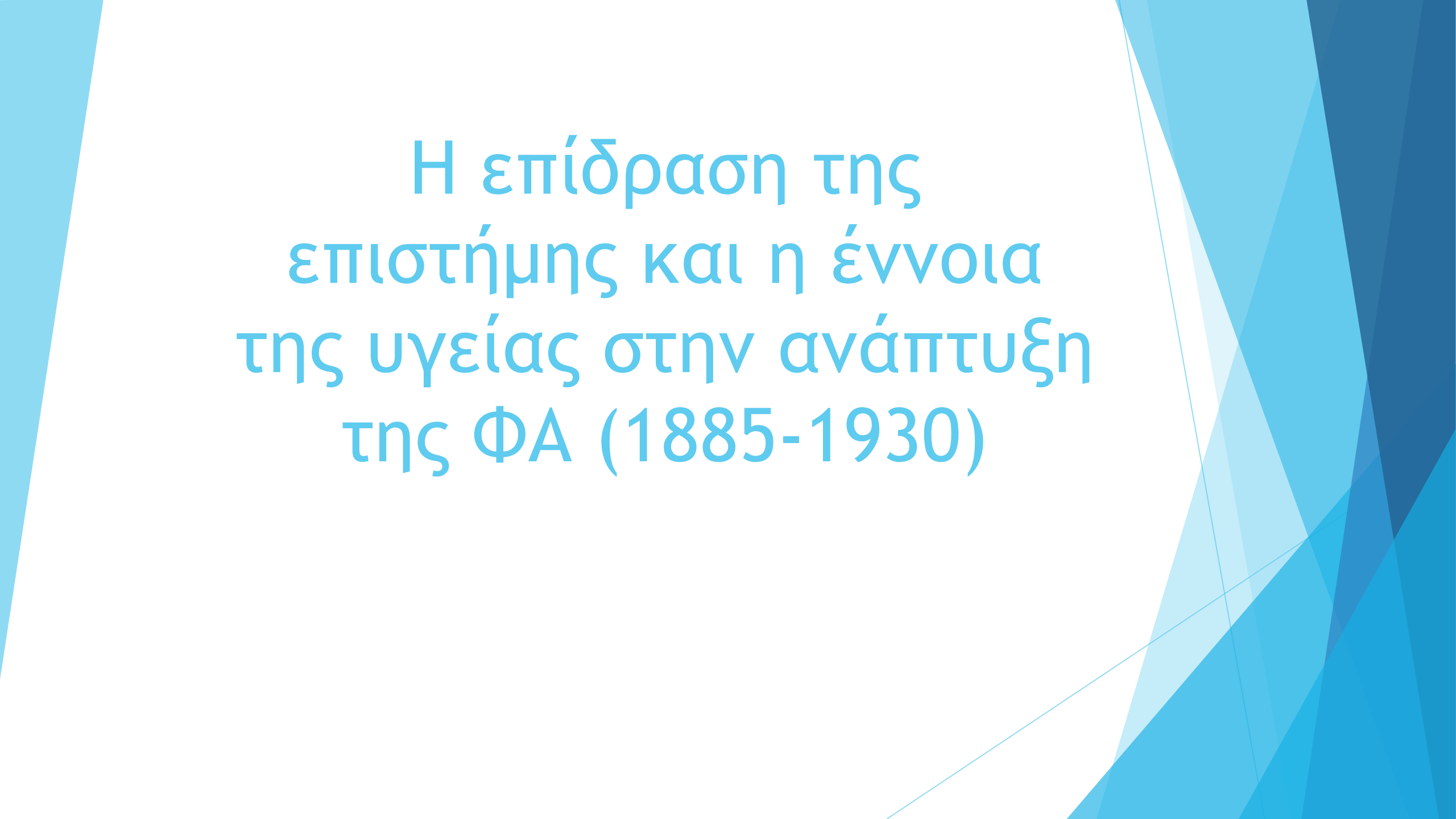


The background features abstract, overlapping geometric shapes in various shades of blue, ranging from light sky blue to deep navy blue. These shapes are primarily located on the left and right sides of the frame, creating a modern, architectural feel. The central area is a plain, light gray, providing a high-contrast space for the text.

Η επίδραση της επιστήμης και η έννοια της υγείας στην ανάπτυξη της ΦΑ (1885-1930)

Κύρια σημεία της σημερινής παρουσίασης

- ▶ Οι επιπτώσεις των κοινωνικών και θεσμικών αλλαγών στη Φυσική Αγωγή τον 19ο αιώνα
- ▶ Η θεωρητική βάση και οι περίοδοι εξέλιξης της θεωρητικής βάσης της αμερικανικής φυσικής αγωγής
- ▶ Γυναίκες, άσκηση & εκπαίδευση

Οι επιπτώσεις των κοινωνικών και θεσμικών αλλαγών στη Φυσική Αγωγή τον 19ο αιώνα

- ▶ Τον 19ο αιώνα συντελέστηκαν σημαντικές κοινωνικές και θεσμικές αλλαγές οι οποίες είχαν επίπτωση και στη Φυσική Αγωγή.
- ▶ Η ανάγκη για την αντιμετώπιση μιας σειράς ασθενειών που εμφανίστηκαν έφερε την ιατρική στο επίκεντρο του ενδιαφέροντος
- ▶ Επιπλέον οι απόφοιτοι των κολεγίων και των πανεπιστημίων δημιούργησαν επαγγελματικούς συλλόγους. Έτσι το 1885 μία ομάδα γιατρών ίδρυσε την Αμερικανική Ένωση για την Προαγωγή της Σωματικής Αγωγής η οποία μετονομάστηκε (1903) σε Αμερικανική Ένωση Σωματικής Αγωγής.
- ▶ Ένα από τα πρώτα θέματα που απασχόλησε αυτή την επαγγελματική ένωση ήταν ποιο είδος γυμναστικής γερμανική σουηδική ή καλλισθενική είναι πιο αποτελεσματική για να εφαρμόζεται στα διάφορα προγράμματα άσκησης είχαν ήδη αρχίσει να εφαρμόζονται στις Ε.Π.Α.

Η θεωρητική βάση της αμερικανικής φυσικής αγωγής

- ▶ Αυτή την περίοδο εμφανίστηκαν όροι για να περιγράψουν τα προγράμματα συστηματικής άσκησης όπως γυμναστική, σωματική καλλιέργεια, σωματική εκπαίδευση και σωματική/φυσική αγωγή για να επικρατήσει τελικά ο τελευταίος όρος.
- ▶ Θεωρητικά η νέα αυτή επιστήμη βασίστηκε στην Ιατρική και συγκεκριμένα στα πειραματικά δεδομένα που προέκυψαν από την ανατομία και φυσιολογία.

Η θεωρητική βάση της αμερικανικής φυσικής αγωγής

- ▶ Ωστόσο υπήρχαν σημαντικές διαφορές μεταξύ των μελών της επαγγελματικής αυτής ένωσης σχετικά με τη θεωρητική βάση της φυσικής αγωγής
- ▶ Οι πολιτισμικές αξίες της μεσαίας τάξης (οι αντιλήψεις για τη ΦΑ, η διαμόρφωση της προσωπικότητας και η κοινωνική εξέλιξη). Οι ΕΦΑ ασπάστηκαν τις αρχές των κινημάτων κοινωνικής μεταρρύθμισης που στόχευαν στη φυσική και ηθική τελειότητα και συνέδεαν το άτομο με την κοινωνία.

Η θεωρητική βάση της αμερικανικής φυσικής αγωγής

- ▶ Όλα τα μέλη της Αμερικανικής Ένωσης Σωματικής Αγωγής συμφωνούσαν ότι η ΦΑ θα πρέπει να προάγει την υγεία αλλά και να ενισχύει την ηθική και νοητική ανάπτυξη των ατόμων. Ωστόσο υπήρχαν διαφορές ως προς τον τρόπο που θα πετύχαιναν τους παραπάνω στόχους.
- ▶ Άλλοι (π.χ. Lewis & Beecher) έδιναν έμφαση στην προαγωγή της υγείας για την αποφυγή κατανάλωσης οινόπνευματων και τα δικαιώματα των γυναικών (κοινωνική δικαιοσύνη).

Η θεωρητική βάση της αμερικανικής φυσικής αγωγής

- ▶ Άλλοι πάλι υποστήριζαν ότι η ΦΑ θα πρέπει να στοχεύει στην επίτευξη ευρύτερων στόχων πέρα από την προαγωγή τη υγείας
- ▶ Τέλος, κάποιοι άλλοι (π.χ. Blaikie) ισχυρίζονταν ότι η Φυσική Αγωγή είναι ευεργετική τόσο για το άτομο όσο και για την κοινωνία άποψη όμως που δεν στηριζόταν σε επιστημονικά δεδομένα.

Περίοδοι εξέλιξη της θεωρητικής βάσης της αμερικανικής φυσικής αγωγής

- ▶ Η αρμονική ανάπτυξη του πνεύματος και του σώματος προάγει την υγεία (1885-1899).
- ▶ Αναπτύχθηκε μία διαλεκτική μεταξύ των μελών της επαγγελματικής ένωσης σχετικά με το ποιες είναι οι κατάλληλες μεθόδους και ποιους στόχους πρέπει να έχει Φυσική Αγωγή (1900-1917).
- ▶ Η ΦΑ επηρεάζεται από ψυχοκοινωνικές και συμπεριφορές συνθήκες (1918-1930)

Περίοδοι εξέλιξη της θεωρητικής βάσης της αμερικανικής φυσικής αγωγής

- ▶ Την τελευταία περίοδο αυξήθηκε κατακόρυφα το ενδιαφέρον για τη ΦΑ για τους παρακάτω λόγους:
- ▶ α) άλλαξαν οι συνθήκες εργασίας και ελεύθερου χρόνου των ατόμων,
- ▶ β) αυξήθηκε η ανάγκη για ατομική βελτίωση των ατόμων,
- ▶ γ) υπήρξε σοβαρή έρευνα η οποία υποστήριζε τη σχέση υγείας και άσκησης,
- ▶ δ) αποκτήθηκαν ακόμα περισσότερες γνώσεις από τον άνθρωπο για τη φυσιολογία του,
- ▶ ε) έγινε αισθητή η επίδραση της θεωρίας της εξέλιξης
- ▶ στ) τέλος υπήρξε σημαντική αύξηση στη συμμετοχή σε αθλήματα

Άσκηση, υγεία και θρησκεία

- ▶ Η αστυφιλία ήταν ένας παράγοντας που συνέβαλε στην έμφαση στην προαγωγή τη υγείας και η άσκηση αποτέλεσε το μέσο για την επίτευξη αυτού του στόχου
- ▶ Παράλληλα οι Αμερικάνοι έπαψαν να πιστεύουν ότι η θρησκεία μπορεί να λύσει κοινωνικά και ηθικά προβλήματα ακόμα και έτσι ακόμα και θέμα υγείας
- ▶ Η επικράτηση της αντίληψης ότι δεν υπάρχουν ηθικές αξίες γενικά αποδεκτές αλλά αντίθετα οι οποίοι ηθικοί κανόνες τροποποιούνται ανάλογα με τα συμφέροντα. Συνεπώς ο άνθρωπος δεν μπορεί να ελέγξει ένα τέτοιο περιβάλλον. Ωστόσο μπορεί να ελέγξει τον εαυτό του και η άσκηση μπορεί να εξασφαλίσει την ευεξία και την αρμονία ανάμεσα σε πνεύμα και σώμα

Η επίδραση της βιολογίας και της φιλοσοφία στην ΦΑ

- ▶ Η θεώρηση ότι το άτομο αποτελεί μέρος του ευρύτερου κοινωνικού οργανισμού άρχισε να κερδίζει όλο και περισσότερο έδαφος. Η υγεία μέσα σε αυτό το πλαίσιο θεωρούνταν ότι εξασφαλίζει την ισορροπία ανάμεσα το σωματικά και νοητικά χαρακτηριστικά του ανθρώπου όπως η βούληση, η νόηση, το συναίσθημα κ.τ.λ.
- ▶ Αυτά τα νοητικά χαρακτηριστικά ξεχωρίζουν τον άνθρωπο από τα υπόλοιπα όντα και μελετήθηκαν περισσότερο από την άποψη της φυσιολογίας. Η βούληση σύμφωνα με τη φυσιολογική αντίληψη είναι προϊόν του σώματος και επηρεάζεται περισσότερο από την κληρονομικότητα και λιγότερο από το περιβάλλον.

Η επίδραση της βιολογίας και της φιλοσοφία στην ΦΑ

- ▶ Ο Wundt κατέληξε στο συμπέρασμα ότι η θέληση είναι σχετιζόμενη με το χαρακτήρα του ανθρώπου και επομένως προϊόν τόσο κληρονομικότητας όσο και του κοινωνικού περιβάλλοντος. Επομένως, η ΦΑ μπορεί να συμβάλει στη διαμόρφωση του χαρακτήρα των ανθρώπων της θέλεις και το χαρακτήρα του ανθρώπου
- ▶ Η αντίληψη ότι ο νους είναι αποτέλεσμα βιολογικών διεργασιών και ότι ο χαρακτήρας μπορεί διαμορφωθεί μέσω της άσκησης έδωσαν ώθηση στην ανάπτυξη της φυσικής αγωγής

Η επίδραση της Βιολογίας και της φιλοσοφία στην ΦΑ

- ▶ Η ανάπτυξη των επιστημών είχε ως αποτέλεσμα να αμφισβητηθεί η λογική της δυϊστικής αντίληψης για τον άνθρωπο και της επικράτησης της αντίληψης ότι το σώμα και το πνεύμα αποτελούν ένα ενιαίο σύνολο.
- ▶ Η άσκηση θεωρούνταν ότι συμβάλλει στην φυσική εξελικτική ανάπτυξη των ανθρώπων, για παράδειγμα πίστευαν ότι μέσω της άσκησης θα αυξηθεί το φυσικό παράστημα του ανθρώπου γεγονός που θα είχε επιπτώσεις στη νοητική και ηθική βελτίωση του ατόμου.

Η επίδραση της Βιολογίας και της φιλοσοφία στην ΦΑ

- ▶ Η διαδεδομένη χρήση του ρητού «νους υγιής εν σώματι υγεί» απέδιδε πάλι την αντίληψη των καθηγητών φυσικής αγωγής ότι η άσκηση συντελεί στην αρμονική ανάπτυξη σώματος και πνεύματος.
- ▶ Η θεωρία της εξέλιξης των ειδών έδωσε ένα επιπλέον όπλο στη φαρέτρα των εκπαιδευτικών ΦΑ μιας και η θεωρία ισχυριζόταν ότι τα ισχυρότερα είδη ήταν αυτά που επιβιώνουν. Η άσκηση συντελεί στην υγεία και εξασφαλίζει τη δύναμη των ανθρώπων και επομένως προάγει την ικανότητα να προσαρμόζονται στις αλλαγές και να επιβιώνουν όποιος και αν είναι οι επικρατούσες συνθήκες του περιβάλλοντος

Νευρασθένεια, Ευφυΐα & Άσκηση

- ▶ Την περίοδο εκείνη εμφανίστηκαν συχνά φαινόμενα νευρασθενειών που αποδόθηκαν στο αστικό περιβάλλον που συνωστίστηκαν πολλοί άνθρωποι καθώς και στην ανάγκη για εγκεφαλική εργασία π.χ. γράψιμο. Επικράτησε η αντίληψη ότι η άσκηση μπορούσε να βοηθήσει στην επίλυση της προβλημάτων νευρασθένειας
- ▶ Δεδομένου ότι οι μαθητές θεωρήθηκαν ευάλωτοι στη νοητική κόπωση εξαιτίας του διαβάσματος και ότι η άσκηση μπορεί να βοηθήσει στην αποφυγή της οδήγησε στην υιοθέτηση της φυσικής αγωγής στα σχολεία
- ▶ Διατυπώθηκε η άποψη ότι η άσκηση προάγει την ευφυΐα και αναπτύσσει την ηθικότητα. Ποια είναι η δική σας γνώμη;

Γυναίκες, άσκηση & εκπαίδευση

- ▶ Η θεωρία της εξέλιξης είχε επίδραση και στην άσκηση των γυναικών. Δεχόμενοι ότι μία υγιής γυναίκα φέρνει στον κόσμο ένα υγιές παιδί οι άνθρωποι εκείνης της εποχής θεωρούσαν σημαντική την άσκηση της.
- ▶ Ένας επιπλέον λόγος ήταν η διατήρηση της ελκυστικότητας
- ▶ Ωστόσο η επικρατούσα άποψη ήταν ότι οι γυναίκες θα πρέπει να κάνουν μία πιο ελαφρά μορφή γυμναστικής και να μην δίνουν έμφαση στην ενδυνάμωση τους.
- ▶ Οι καθηγητές ΦΑ ήταν υπέρ της συμμετοχής των γυναικών στην τριτοβάθμια εκπαίδευση. Η υγεία αποτελούσε προτεραιότητα για τα ιδρύματα αυτά

Γερμανική & Σουηδική γυμναστική

- ▶ Από το 1820 είχε αρχίσει η διάδοση της άσκησης μέσω της γερμανικής γυμναστικής
- ▶ Αργότερα εισήχθη και η σουηδική γυμναστική
- ▶ Το 1860 Lewis εισάγαγε ένα δικό του τρόπο γυμναστικής
- ▶ Το 1892 στο Οχάιο η γυμναστική έγινε υποχρεωτική η διδασκαλία της ΦΑ στο γυμνάσιο και το 1904 σε όλες τις βαθμίδες εκπαίδευσης

Υγεία και εξέλιξη της ιατρικής

- ▶ Η αντίληψη που επικρατούσε τον 19ο αιώνα ότι η υγεία εξαρτάται από την αρμονία μεταξύ του σώματος και του πνεύματος άρχισε να αμφισβητείται μετά την πρόοδο της επιστήμης που συντελέστηκε αυτή την περίοδο.
- ▶ Η ανακάλυψη ότι τα μικρόβια είναι υπεύθυνα για πολλές ασθένειες, η πρόοδος της επιστήμης στην δημιουργία εμβολίων, στον καθαρισμό του γάλακτος και του νερού, καθώς επίσης και στις χειρουργικές τεχνικές που πρόλαβαν τις λοιμώξεις οδήγησαν στο συμπέρασμα ότι η ιατρική μπορεί να βοηθήσει στη θεραπεία και αποκατάσταση της υγείας των ασθενών.
- ▶ Επίσης οδήγησε στο συμπέρασμα ότι η έλλειψη ηθικής δεν είναι δυνατόν να συνδυάζεται με την έλλειψη υγείας αντίθετα η υγεία του ανθρώπου επηρεάζεται από τους κοινωνικούς παράγοντες, κληρονομικούς, περιβαλλοντολογικούς και συμπεριφορικούς παράγοντες

► Ευχαριστώ για την προσοχή σας