Жизнь и деятельность Петра Францевича Лесгафта (1837— 1909), крупного ученого—анатома, биолога, видного общественного деятеля и педагога, протекала в годы нарастания революционного движения, революции 1905 г. и наступившей затем реакции.

 У П. Ф. Лесгафта научная и общественная деятельности сливались воедино. Стремление сблизить науку и жизнь, мысль и дело, воспитать полноценную человеческую личность, борющуюся с общественным злом и насилием, признающую общественный труд смыслом жизни, отдающую все свои силы служению идее, было программой, которую П. Ф. Лесгафт последовательно и настойчиво проводил в течение всей своей жизни.

 П. Ф. Лесгафт доказывал, что на развитие организма оказывают влияние среда и упражнения. “Все, что упражняется, развивается и совершенствуется, что не упражняется — распадается”, - писал он.

 П. Ф. Лесгафт видел главную задачу родителей в том, чтобы они создали в семье такие условия, которые позволили бы детям с раннего возраста свободно и гармонически развиваться, посильно участвовать в деятельности взрослых. Правильно поставленное семейное воспитание, по мнению Лесгафта, должно создать нормальный тип ребенка, сохранить и развить ценнейшие его качества: впечатлительность ко всему окружающему, самодеятельность, отзывчивость, искренность, правдивость, интерес к познанию и т. п.

 В книге “Семейное воспитание ребенка и его значение Лесгафт выдвигал следующие главные требования к организации воспитания в семье: чистота, последовательность в отношении слова и дела при обращении с ребенком, отсутствие произвола в действиях воспитателя, признание личности ребенка, обращение с ним как с человеком. “Вся тайна семейного воспитания,— писал Лесгафт,— в том и состоит, чтобы дать ребенку возможность самому развертываться, делать все самому; взрослые не должны забегать и ничего не делать для своего личного *удобства* и *удовольствия,* а всегда относиться к ребенку с первого дня появления его на свет, как к человеку, с полным признанием его личности...”

 Совершенно недопустимы телесные наказания детей. Они вредны с биологической, психологической и педагогической стороны. “Ребенок, выросший под непрестанным применением их, представляет собой резкий и обособленный тип,— писал Лесгафт. — Характерными чертами его являются подозрительность, резкость и угловатость действий, замкнутость, тупая и медленная реакция на внешние впечатления, проявления мелкого самолюбия и резкие выходки, сменяющиеся полной апатией”.

 Исторической заслугой П. Ф. Лесгафта является создание **оригинальной теории физического воспитания,** или, как он писал, образования, детей, в соответствии с которой на первое место в анатомо-физиологическом совершенствовании организма детей он поставил двигательные упражнения, умение сознательно управлять отдельными движениями, преодолевать препятствия с возможно большей ловкостью и наименьшей затратой энергии. **Физическое воспитание** он считал важнейшим средством всестороннего развития личности человека, тесно связанным с умственным, нравственным и эстетическим воспитанием: “Оно поможет детям стать более активными, культурными людьми, умеющими продуктивно и экономно расходовать свои силы и энергию, как в личном, так и в общественном деле”.