

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

ВИХОВАННЯ СУЧАСНИХ ШКОЛЯРІВ ЗАСОБАМИ НАРОДНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ



Шевяков Олексій, Славська Яніна, Алфьоров Олександр
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту
Дніпропетровська академія музики ім. М.Глінки

Аннотація

В статті определено место физического воспитания в содержании украинской народной педагогики. Проанализированы характерные признаки украинской системы физического воспитания. Авторами обозначены главные задачи народной физической культуры. Рассмотрены казачьи забавы как эффективное средство осуществления физического воспитания, приведена их тематика. Раскрыты тенденции распространения наследия физического воспитания в учебно-воспитательном процессе современных школьников, охарактеризовано влияние средств народной физической культуры на развитие и воспитание физических и моральных качеств представителей современного подрастающего поколения.

Ключевые слова: украинская народная педагогика, народная физическая культура, учебно-воспитательный процесс, молодежь, подрастающее поколение.

Annotation

In the article the role of physical training in the contents of national pedagogy of Ukraine is defined. Characteristic signs of Ukrainian system of physical training is being analyzed. The author's has marked the main tasks of national physical culture. The revitalization of national physical culture over past years has led to the impulse to promote physical training especially among youth. Compilation of historical and pedagogical experience in the area of modern measures of physical training acquires exceptional importance which not only contributes to revival of national traditions, but also spreads elements of a healthy lifestyle, physical culture in the widest layers of Ukrainian people, including students. Cossack games are being considered as an effective tool for implementing physical training, and their subject matter is given. Trends in spreading heritage of physical training into educational process of modern schoolchildren, the influence of traditional physical culture on the development and education of physical and moral qualities of representatives of the younger generation are being disclosed. Consequently, the use of traditional physical culture in everyday life and national festivals will help in our time, not only to attract students to physical training,

but also to develop their adequate views on the essence and importance of physical culture as a factor in their comprehensive development. At the same time, a more detailed study will require the features of functioning of means of physical culture of Ukrainian people and approaches to generalization and systematization of national physical exercises with the purpose of their effective use in teaching practice.

Key words: ukrainian national pedagogics, national physical culture, educational process, young people, the younger generation.



Постановка проблеми. Кожна культура є своєрідним організмом, який має унікальну духовну основу, характеризується неповторністю й неперервним процесом розвитку. Розвиток і доля кожної нації значною мірою залежить від виховання молоді. Воно має спиратися на надбання минулих поколінь і водночас бути основою подальшого розвитку молоді генерачії. Національне відродження вимагає розбудови усіх галузей нашого життя. З розвитком у культурно-науковій та економічно-господарській сферах прийшло усвідомлення потреби і значення розбудови фізкультурно-спортивного руху.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Як стверджує чимало дослідників (Є. Приступа [8;9], А. Цьось[13], та ін.), важливим компонентом цілісної народної культури від найдавніших часів і до сьогодення є народна фізична культура, яка охоплює всю сукупність досягнень у створенні та раціональному використанні спеціальних засобів, методів і природних умов з метою цілеспрямованого фізичного вдосконалення людини.

З відродженням національної фізичної культури впродовж останніх років спричинився певний поштовх до її популяризації, особливо в середовищі учнівської молоді. Узагальнення історико-педагогічного досвіду в сфері проведення сучасних заходів фізичне виховання набуває непересічного значення, що сприяє не лише відродженню національних традицій, а й поширенню елементів здорового способу життя, фізичної культури в найширших верствах українського народу, зокрема серед школярів.

Є. Приступа[10] розкриває оздоровче, розвивальне і виховне значення засобів народного тіловиховання, наголошує на їхній ефективності з опертям на народні традиції та звичаї.

Доведено, що дитина повинна

перебувати під постійним виховним впливом матеріальної та духовної культури свого народу [7; 8]. Це потрібно насамперед для найповнішого розкриття природних здібностей дитини, розвитку її талантів, виявлення етнопедагогічних особливостей. Тому система освіти загалом і процес фізичного виховання зокрема мусять бути саме національними.

З огляду на вищенаведене, підвищення ефективності фізичного виховання тісно переплітається з проблемами впровадження в практику елементів народної фізичної культури, які мають виховну, розвивальну та культурну цінність.

Мета дослідження – обґрунтувати доцільність використання засобів народної фізичної культури у змісті виховання сучасних школярів.

Дослідження організовано шляхом вирішення таких завдань: визначення місця фізичного виховання у змісті української народної педагогіки; виявлення тенденцій поширення спадщини фізичного виховання у навчально-виховному процесі сучасних школярів; характеристика впливу засобів народної фізичної культури на розвиток і виховання фізичних і моральних якостей молодого покоління.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури з окресленої проблеми.

Обговорення результатів дослідження. Характерною ознакою української системи фізичного виховання є традиційність. Незалежно від особливостей історичної доби, характеру політичних, економічних, культурних взаємовідносин у суспільстві яскраво проявляються ті елементи, які роблять окремі форми фізичного виховання важливою складовою системи духовного і фізичного зростання учнів.

Народна фізична культура як складова культури суспільства є продуктом творчої діяльності

нації. На кожному історичному етапі вона змінюється залежно від особливостей суспільного розвитку кожного народу. Водночас фізична культура успадковує характерні національні цінності завдяки збереженню народних традицій звичаїв, а також збагачується адаптованими запозиченнями. Паралельно з головним своїм завданням – удосконаленням тіла людини, народна фізична культура суттєво впливає на духовний світ – світ емоцій, естетичних смаків, етичних аспектів особистості.

Кожен народ залежно від соціально-економічних умов свого розвитку, психологічного складу, світогляду, а також географічного місцезнаходження протягом тривалого історичного часу творив самобутні види фізичних вправ, рухливих ігор, забав, розваг, удосконалював способи їх використання, які потім увійшли до складу своєрідних систем народної фізичної культури.

Українські традиції фізичного виховання дітей змалку і дотримання здорового способу життя дорослими виражені передусім у скарбниці народної педагогіки. Історично достовірно, що з розвитком матеріальної сфери української нації та зміцнення культурно-освітніх зв'язків виникали й удосконалювались виховні пріоритети. Визначальними з-поміж них ставали не лише сила, а й фізична досконалість, витривалість, краса людського тіла і душі. Саме від них значною мірою залежало фізичне існування кожної особи зокрема й нації загалом. Отже, під впливом різних чинників закладалися основи не лише національного світогляду, а й своєрідні традиції, що впливали на зміст і такого завдання фізичного виховання, як оптимальне прилаштування фізичних якостей індивіда до практики його повсякденного життя (треба було визначитись, до чого докласти силу, де потрібна була фізична досконалість,



спритність і витривалість). У народній педагогіці знаходимо подібні міркування: і якщо основа людського життя – праця, то потрібний і певний енергетичний потенціал, щоб реалізувати основоположне призначення людини. Отож логічно констатувати, що означене завдання фізичного виховання було дотичним до виробничо-продуктивної підготовки дітей змалку до життя в світі дорослих у подальшому.

Традиції фізичного виховання в українській народній педагогіці передавалися з покоління в покоління, зберігали і стереотипізували поведінку дітей на фізично сильну, загартовану, стійку проти негоди, хвороб і важкої праці. Тому логічно констатувати, що в комплексі такий зміст розкриває одні з завдань фізичного виховання: силові якості особистості спрямовувалися на утвердження морально-етичних цінностей з їх належними художньо-естетичними особливостями.

Реалізацію означеного завдання уможлилювали вдало скомпоновані співвідношення різних традицій у виховних комплексах за таким змістом: трудові, навчальні, побутові, спортивні відповідно до груп вікових, територіальних, класових, національних і загальнолюдських. Подібні традиції охоплювали різні сфери впливу, передусім моральні та релігійні, оскільки насамперед церква обстоювала найдоступніший засіб самообмеження – піст. Саме вони, попри пагубний вплив на здоров'я, фізичний і моральний стан дітей та підлітків (діти постили з часу опанування ходьбою), водночас дисциплінували і зводили свій зміст до виховання навичок здорового способу життя.

Учені доводять, що народні традиції фізичного виховання слід розглядати як своєрідний синтез різних чинників життя народу, домашній спосіб підготовки дітей до господарсько-виробничої діяльності. Навчання дітей

основним рухам і діям, способам їх виконання розпочиналося із вправ і дій, необхідних для певних традицій, звичаїв, обрядів. Їх усталений порядок з переходом до складніших за змістом і формою дійств розглядали як рівень особистісної підготовленості до життя [1; 4].

В. Струманський цілком слушно зазначає з цього приводу, що для глибшого з'ясування механіки виховного впливу народних традицій, звичаїв та обрядів на зміст спортивних вправ доцільно вдатися до зіставлення основних комплексів дійств обрядового і фізкультурного циклів [13].

Сьогодні як найефективніші засоби здійснення фізичного виховання розглядаємо джерела національної історії та культури загалом і козацькі забави зокрема. Їх тематика свідчить, що вони сприяли патріотичному вихованню, осмисленню себе, своєї особистості як частини великого українського народу, пробуджували національну самосвідомість, морально і фізично гартували дітей та молодь.

Козацькі забави вчені радять проводити і в наш час, у перші дні осені, на лоні природи. За умови творчого використання сценаріїв забави можна організовувати і в спортивному залі. Подібні приклади описують в своїх працях А. Цьось, Є. Приступа та ін. [9; 12; 13].

Авторами представлено цілу низку розроблених різноманітних форм проведення культурно-спортивного заходу «Козацькі забави». До них зокрема увійшли: навчально-тренувальні збори за участю учнівської молоді, спортивно-козацькі змагання, культурно-спортивні вечори (свята), театралізовані свята [2; 5; 6].

Таким чином, аналіз літератури засвідчує, що народно-педагогічні основи фізичного виховання в сучасних умовах розвиваються і вдосконалюються. Дослідники визначають такі тенденції їх

розвитку: збереження в пам'яті народу форм, методів і засобів попередніх років, періодів, епох; реконструкція елементів фізичного виховання в умовах сучасності, особливо в системі релігійних і побутових свят та в системі навчально-виховного процесу школи; виникнення і стійке побутування народних засобів у сучасному середовищі.

Важливим кроком до вивчення й аналізу всього багатства спадщини народного фізичного виховання є дослідження особливостей його функціонування в різноманітних сферах життєдіяльності суспільства.

В умовах сучасності безпосередній обмін між фізкультурними заходами, що побутують в різних регіонах України, дає змогу встановити їх етнологічну спільність і сприяє їх взаємному збагаченню.

Педагогічно керований добір заходів і засобів фізичного виховання повинен здійснюватися згідно з такими принципами: доцільності, урахування основних факторів сучасної життєдіяльності народу і закономірностей національного та етнопонаціонального розвитку.

Головне завдання засобів народної фізичної культури на різних історичних етапах розвитку суспільства полягає в їх застосуванні для розвитку фізичних якостей і формування рухових вмінь людини, необхідних для існування в певних кліматичних умовах та для досягнення успіхів у різних сферах діяльності.

Засоби народного тіловиховання є типовими руховими діями – біг, стрибок, метання, лазіння та інші, що існують в сучасній класичній фізичній культурі. Однак, на думку вчених, вони вирізняються значною варіативністю, поєднуються з використанням різних предметів, передбачають комплексність рухових дій [8; 13]. Відтак засоби народної фізичної культури є цікавими для сучасної молоді й відкривають можливості



поєднувати їх із сучасними фізичними вправами.

Учені [8; 13] вважають, що ходьба, біг, плавання та інші фізичні вправи, які є цілком природними, інваріантними й універсальними для всього людства, в різних культурах історично змінюються і здійснюються по-різному. Отже, саме елементи світоглядних цінностей і звичаєвості уподібнюються за біомеханічною структурою засоби народної фізичної культури чи докорінно їх різнять. Отож, під час вивчення з дітьми різних рухів і дій необхідно враховувати етнокультурну техніку рухів. Вона витворилася історично народом, і з урахуванням умов його існування, тож є звичнішою для дитини і легше засвоюється.

Фахівці стверджують, що застосування на уроках цікавих і доступних ігор відповідно до віку дітей, місцевих звичаїв, традицій і кліматичних умов розв'язує питання рівномірного розподілу навантаження в тижневому циклі, а також підвищує рухову активність у тижневому і річному циклах [7].

Національні традиції та звичаєвість дають високу ефективність під час використання в сучасних умовах фізкультурно-оздоровчої роботи з учнівською молоддю. Доцільність упровадження національних традицій у сучасний процес фізичного виховання ґрунтується на адекватності народних засобів та методів природі дитини.

Водночас із впливом на фізичне вдосконалення народні фізичні вправи суттєво впливають на духовний світ людини – емоції, естетичні смаки, етичні світоглядні уявлення [6].

До наших днів через тисячоліття дійшли ігри, забави, танці. Дослідники [4; 8; 13] вбачають в таких засобах тіловиховання залишки давніх вірувань, обрядів і ритуалів, ті уявлення про світ наших пращурів, які об'єднали певну спільноту в окремий етнос і

за якими він різниться від інших. Як невід'ємна частина життєдіяльності етносу, засоби народної фізичної культури увібрали різні етапи його розвитку. У рухливих іграх відображено звичаї та традиції народу, елементи трудової діяльності, побуту та військової справи; засобами гри та забави дитина вивчає історію рідного народу, зберігає спадковість поколінь, національні традиції етнічного суспільства. У цьому вчені вбачають етнокультурне значення засобів народної фізичної культури.

Їх педагогічне значення дослідники [4; 8; 13] пов'язують із суттєвим впливом їх змісту і форми на внутрішні почуття і волю виконавців, на виховання активності, наполегливості, цілеспрямованості, рішучості, сміливості, самостійності, дисциплінованості, взаємоповаги та інших моральних принципів. Засоби народного тіловиховання здавна були важливим елементом народних свят. Без спортивних ігор, розваг і змагань з певного виду спорту важко уявити суспільне чи сімейне свято. Їх синтез з іншими елементами святкової обрядовості, танцями, іграми та забавами з музичним супроводом впливає на почуття, естетичне та моральне виховання молоді.

І. Степанова [11] розглядає питання необхідності використання елементів українських народних традицій у процесі фізичного виховання дітей. З її точки зору, систематичне використання українських народних рухових ігор на заняттях фізичною культурою сприяє розвитку і вдосконаленню рухових та особистісних якостей.

Висновок. Застосування засобів народної фізичної культури в повсякденному житті і під час народних святкування сприятимуть у наш час не лише масовому залученню школярів до фізичної підготовки, а й виробленню в них адекватних поглядів на сутність і значення фізичної культури як

чинника їх всебічного розвитку.

Перспективи подальших розвідок. Подальшого вивчення потребують особливості функціонування засобів фізичної культури українського народу та підходи до узагальнення й систематизації народних фізичних вправ з метою їх ефективного застосування в педагогічній практиці.

Література

1. Балущок В. Обряди ініціації українців та давніх слов'ян / В.Г. Балущок. – Львів, Нью-Йорк : Вид-во М.П. Коць, 1998. – 216 с.
2. Завацький В. Козацькі забави / В.І. Завацький, А.В. Цьось, О.І. Бичук, Л.І. Пономаренко. – Луцьк : Надстир'я, 1994. – 112 с.
3. Литвин-Кіндратюк С. Народознавство та організація здорового способу життя школярів / С. Литвин-Кіндратюк, Б. Кіндратюк. – Івано-Франківськ : Плай, 1997. – 279 с.
4. Маланюк Є. Нариси з історії нашої культури / Є. Маланюк. – К. : Обереги, 1992. – 80 с.
5. Нісімчук А. Технологія виховання студентів факультетів фізичної культури: теорія і практика / А.С. Нісімчук. – Луцьк : Вежа, 2001. – 239 с.
6. Огієнко І. Національне виховання учнів засобами українського народознавства/ за ред. Р.П. Спультського. – Івано-Франківськ, 1995. – 178 с.
7. Основи національного виховання: Концептуальні положення / [В.Г. Кузь, Ю.Д. Руденко, З.О. Сергійчук та ін.]; за заг.ред. В.Г. Кузя та ін. – К. : Вид.центр «Київ», 1993. – 152 с.
8. Приступа Є. Народна фізична культура українців / Є. Приступа. – Львів, 1995. – С. 70-71.
9. Приступа Є. Теоретичні та методичні аспекти класи-



- фікації засобів народної фізичної культури / Є.Н. Приступа, В.І. Левків // Традиції фізичної культури в Україні : зб. наук. статей. – К. : ІЗМН, 1997. – С. 115-131.
10. Приступа Є. Українські народні рухливі ігри, розваги та забави: Методологія, теорія і практика / Є. Приступа, О. Слимаковський, М. Лук'янченко. – Дрогобич : ТЗОВ Вимір, 1999. – 449 с.
11. Степанова І. Українські традиції у фізичному вихованні дітей / І. Степанова // Спортивний вісник Придніпров'я. – №2, 2015. – С.212-214.
12. Струманський В. Виховна робота в національній школі / В.П. Струманський. – К. : ІзіМН. – 1977. – 179 с.
13. Цьось А. Українські народні ігри та забави / А.В. Цьось. – Луцьк : Надстир'я, 1994. – 96 с.

