**Деделюк Ніна Автономівна. Традиції фізичного виховання Київської Русі та їх використання в загальноосвітній школі : Дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Львівський держ. ін-т фізичної культури. — Л., 2004. — 231арк. — Бібліогр.: арк. 165-182**

|  |  |
| --- | --- |
|

|  |
| --- |
| Деделюк Н.А. Традиції фізичного виховання Київської Русі та їх використання в загальноосвітній школі. – Рукопис.Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02 – Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. – Львівський державний інститут фізичної культури, Львів, 2004.Об’єкт дослідження – традиції національної фізичної культури.Предмет дослідження – традиції фізичного виховання Київської Русі та шляхи їх використання в освітньому процесі загальноосвітньої школи.Наукова новизна – вперше комплексно досліджено теоретико-методичні основи, світоглядні аспекти та закономірності фізичного виховання в Київській Русі.У роботі обґрунтовано світоглядні аспекти тіловиховання, розкрито сутність здорового способу життя в письмових пам’ятках ІХ – ХІV століть, подано засоби (народні ігри, танці, розваги, кулачні бої, боротьба, вправи з предметами, вправи з використанням засобів пересування, природні локомоції) та форми (народно-побутові, релігійно-культові, освітні, військово-фізичні, змагальні) фізичного виховання у Київській Русі. Розроблено шляхи використання традицій фізичного виховання в освітньому процесі загальноосвітньої школи, зокрема на уроках фізичної культури, під час проведення фізкультурно-оздоровчих заходів протягом навчального дня, у позакласній роботі та молодіжному дозвіллі. Результати дослідження впроваджено у практику роботи загальноосвітніх шкіл та вищих закладів освіти. |

 |
|

|  |
| --- |
| 1. Сучасні наукові дослідження присвячені різним аспектам національних традицій фізичного виховання. Зокрема, досліджено педагогічні аспекти народної фізичної культури, особливості військово-фізичної підготовки та спортивно-гімнастичного руху в Україні, становлення фізичного виховання в календарній обрядовості українців. Ґрунтовно вивчено методичні та організаційні умови впровадження українських народних ігор у сучасних умовах. Водночас систематизованих досліджень традицій фізичного виховання Київської Русі не проводилося.2. Національний ідеал тілесної і духовної досконалості, система побутових та святкових обрядів, вірувань, уявлень, звичаїв і ритуалів щодо тіловиховання визначали світоглядні основи фізичного виховання Київської Русі (родинно-побутова, профілактична, оздоровча, хвалебна, вегетаційна, спонукальна, релаксаційна). У свідомості давньоруського населення здоров’я і фізичні здібності мали надзвичайно важливе значення, забезпечували повноцінне життя, високопродуктивну працю та захист Батьківщини. Ідеал богатиря, який поєднує в собі високі моральні якості і фізичну досконалість, подано у фольклорних матеріалах, зокрема у билинах, веснянках та колядках.3. Прийняття християнства вплинуло на всі сторони життя давньоруського населення, у тому числі і на фізичне виховання. З одного боку, у церковній та світській літературі ХІ – ХІІ ст. засуджували народні ігрища та розваги, які сприяли покращенню фізичного стану людей, з іншого – християнство пристосовувалося до язичницьких обрядів. Це яскраво простежується на прикладі пристосування календарних християнських свят до язичницьких, часткового засвоєння християнством язичницької обрядовості з набором фізичних вправ, ігор та боротьби.4. У ІХ – ХІV ст. у Київській Русі було створено значну кількість літературних праць. Вони мали релігійний зміст і мету утвердити православну віру. Великого значення у них надавали питанням здорового способу життя, що забезпечувало підготовку молоді до трудової і військової діяльності. “Поучення” Володимира Мономаха подає універсальну систему здорового способу життя, що включає: продуктивну трудову діяльність, психічне здоров’я, рухову активність, загартування, раціональне харчування, особисту гігієну. Водночас в інших працях пропаґувалося верховенство душі над тілом, неґативне ставлення до народних ігор та забав.5. Засоби фізичного виховання у Київській Русі поділяються на три основні групи: фізичні вправи, природні сили, гігієнічні чинники. Фізичні вправи поділяються на підгрупи залежно від специфіки рухової активності: народні ігри, танці та розваги (хороводи, танці, рухливі ігри, розваги, ігри з предметами), кулачні бої і боротьба (кулачні бої, боротьба, культові бої, рукопашний бій), вправи з предметами (палицями, зброєю, арканом, стрільба з лука), вправи з використанням засобів пересування (верхова їзда, веслування, пересування на лижах, катання на ковзанах, санках, крижинах), природні локомоції (ходьба, біг, стрибки, лазіння, перелізання, повзання, пірнання, плавання).6. Форми фізичного виховання у Київській Русі були зумовлені світоглядом, звичаями та способом життя населення. Результати дослідження дозволили визначити такі форми: народно-побутові (сім’я, родина, парубочі і дівочі громади, “вулиці”, вечорниці), релігійно-культові (весняна, літня, осіння, зимова календарна обрядовість), освітні (княжі школи, монастирі, товариства стрільців, школи верхової їзди, фехтування), змагальні (“руські ігрища”, народні змагання), військово-фізична підготовка (військово-прикладна практика, військові походи, полювання, лицарські турніри).7. На підставі аналізу наукової літератури, давньоруських літописів, етнографічних записів, археологічних знахідок, фольклорних матеріалів та результатів власного дослідження визначено основні закономірності функціонування фізичного виховання у Київській Русі: зв’язок фізичного виховання зі світоглядом, способом життя та місцем проживання населення; взаємопроникнення міжнаціональних елементів фізичного виховання; взаємозв’язок святково-ігрової діяльності та військово-фізичної підготовки; поступовий перехід до організованих форм фізичного виховання.8. Доступність, емоційна насиченість та ефективність тіловиховання у Київській Русі дає можливість широкого використання цієї спадщини у сучасних формах фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи школярів. До найперспективніших напрямків упровадження елементів фізичного виховання Київської Русі в загальноосвітню школі належать: уроки фізичної культури, фізкультурно-оздоровчі заходи протягом навчального дня, позакласна і позашкільна робота, молодіжне дозвілля.9. Результати формуючого експерименту свідчать, що рівень знань школярів з історії фізичного виховання Київської Русі до початку експерименту був низьким (2,09-2,59 бала). Після експерименту рівень знань підвищився і становив 3,05-3,68 бала (Р<0,001). Найкраще учні знають засоби, форми фізичного виховання у Київській Русі та шляхи їх використання у сучасних умовах. Менш обізнані зі світоглядними аспектами фізичного виховання та сутністю тіловиховання в літературних пам’ятках. Після проведення спортивно-масових заходів з використанням традиційних фізичних вправ, зокрема “Княжих ігор”, у школярів значно підвищився інтерес до фізичного виховання і спорту, історії фізичної культури, що є основою для формування стійких переконань щодо необхідності здорового способу життя.Подальшого дослідження потребують питання розвитку тіловиховання внаслідок іншоетнічних впливів, взаємозв’язку фізичного виховання з розвитком культури, військової справи, моральним, естетичним, трудовим та патріотичним вихованням. |

 |