

15. Hyde W.W. *Olympic Victor Monuments and Greek Athletic Art.* – Washington, 1921.
16. Jüthner J. *Siegeskranz und Siegesbinde. Jahreshefte d. Österreich arch. Inst., I, 1, 1898.*
17. Latyshev V. *Inscriptiones antiquae orae septentrionalis Ponti Euxini Graecae et Latinae.* – Petropoli, 1916. – Vol. I, – Ed. 2. – 594 p.
18. Moretti L. *Olympionikai, i vincitori negli antichi ahoni olympici.* – Atti della *Academie Nationale dei Lincei. Classe dei Scienze morali, storiche e filologiche, 1957/ – Ser. 8. – Vol. 8(2).*
19. Schröder B. *Der Sport im Altertum.* – Berlin. 1927.

THE TRADITIONS OF REWARDING OF THE WINNERS OF ATHLETIC GAMES IN THE NORTHERN COAST OF THE BLACK SEA IN THE ANTIQUE PERIOD

HRECHANYUK OKSANA

Lviv State Institute of Physical Culture

The winners of athletic games on the Northern coast of the Black sea received from the compatriots various honours. It testifies, that in cities of Northern coast of the Black sea the victory in competitions was appreciated not less, than in Ancient Greece. In the cities on the coast of the Black sea of the athletes-winners were awarded with a wreath and tied with woolen tapes, awarded with prizes with the appropriate inscriptions, immortalized their names in a stone, and also established in their honour monuments.

СТРАТЕГІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ У КИЇВСЬКІЙ РУСІ

НІНА ДЕДЕЛЮК

ПТУ ЛДТУ

Необхідність суспільства у здорових, фізично підготовлених людях, породжувала прагнення пізнавати закономірності фізичного розвитку і на цій основі розвивати систему фізичного виховання. Ще в глибоку давнину лікарі і філософи відзначали необхідність фізичного навантаження для здоров'я людини. Підкреслювалось, що немає таких ліків, які можуть замінити рух, у той час, як рухова активність здатна замінити багато ліків.

Накопичення емпіричних знань привело до необхідності вивчення способів передачі рухового досвіду і стало однією з підстав виникнення форм і методів фізичного виховання. Ідеалом виховання в Київській Русі вважалася здібна, мудра, удатна і сильна особистість. Енергійний та ініціативний герой був у центрі уваги життя людей. Виник естетичний ідеал виховання молоді, наділений надприродними тілесними і духовними здібностями легендарного героя, який вступає в боротьбу за свій народ і перемагає. Він має, в першу чергу, високий фізичний розвиток і фізичну підготовленість.

У стародавніх літописах, насамперед висвітлювались фізичні здібності князів: „Був же Ростислав муж доблесний у бою, а на зріст ставний і красень лицем“ [3,с.103]; „Лев був князь мудрий і хоробрий, і сильний у бою, – немало бо показав він мужності своєї у многих ратях“; „Бо же Святослав тілом легкий і вельми хоробрий“ [3,с.451]. У згадках про давньоруських князів зазначалася їхня фізична підготовленість, а також доблесть і сила в бою, доброчесність, мужність і самовідданість, яка надихала воїнів і служила прикладом

для народу Київської Русі. Грецький історик відзначає, що в одному з боїв, коли греки почали перемагати Святославову дружину, князь крикнув на своїх воїнів: „Нема вже нам де подітись! Хоч неволею, а мусимо стати до бою; а не посоромимо-ж землі Руської та поляжемо тут кістьми: мертві-бо сорому не мають! А втечемо, то буде нам сором. Як поляже моя голова, тоді самі за себе думайте - гадайте“. Слід відзначити, що між Святославовими вояками було багато жінок, одягнених і озброєних, як чоловіки і билися вони ще завзятіше од них [1,с.28].

Зразками для виховання молоді в Київській Русі були, як знамениті постаті, так і прості люди, обдаровані високими морально-вольовими і фізичними якостями: Ілля Муромець, Добриня Микитич, Альоша Попович, Кирило Кожум'яка. В образі Іллі Муромця найбільш виразно втілена основна ідея виховання – захист рідної землі. Герою притаманні почуття власної гідності, впевненість, витримка. Добрині Микитичу властиві всебічна обдарованість, дипломатичність, самовідданість. Альоша Попович наділений особливою спритністю та хоробрістю. Кирило Кожум'яка втілює свободолубивість і патріотизм. Разом з тим усі народні герої мають видатні фізичні якості: велику силу, надзвичайну спритність.

В період Київської Русі на достатньо високому рівні існувала школа наставництва. Роль перших наставників виконували мати, пестуни і дидакаси. Останні – шановані, досвідчені люди, яким громада доручила важливу справу: доглядаючи малолітніх дітей, турбуватися про їхній розвиток, допомагати їм засвоїти знання і навички, необхідні для подальшого існування, ознайомлювати з ритуалами і обрядами. У простій ігровій діяльності вихованці відтворювали сценки з життя, імітували елементарні трудові операції, засвоювали вміння володіти зброєю. Процес навчання і виховання підлітків здійснювався двома шляхами: у корекції дій отроків під час виконання ними практичних завдань; в організації спеціальних занять у так званих будинках молоді.

Належному фізичному розвитку і вихованню морально-вольових якостей сприяли різноманітні народні рухливі ігри, які позитивно впливали практично на всі системи і функції організму. Однією із популярних – була гра в паці. Паці – нижні кістки баранячих або коров'ячих ніг, розставляли впоперек вулиці і влучними ударами потрібно було розрушити їх шеренгу. За допомогою цієї гри у дітей з раннього дитинства розвивалися точність окомір і координація рухів.

На велику розповсюдженість гри в паці вказують археологічні матеріали. Під час розкопок відомого чернігівського кургану „Гульбище“ було знайдено не тільки велику кількість нижніх баранячих ніг, але і їхні бронзові копії. Подібні знахідки були виявлені і в Яблонівському кургані поблизу Канева [5,с.117].

Цікавими знахідками є ковзани, знайдені в трьох екземплярах на городищі Вал в Надстир'ї. Вони мають прямокутну в перерізі форму із загостреним, клиновидним, загнутим вверху переднім кінцем. Нижня частина горизонтально зрізана і добре наполірована, очевидно, від застосування. Довжина ковзана 19,5 см., ширина 3,5 см, товщина 2 см. Ззаду і спереду виробу були просвердлені дірки для прив'язування до взуття [2,с149].

Життєво необхідними були навички плавання і пірнання. На річці Почайні (притока Дніпра, яка сьогодні тече по трубах під Київським Подолом), проводилися досить цікаві і оригінальні змагання плавців-пірнальників. Учасники змагання під вечір стрибали у річку і лишалися там до певного заходу сонця. Пірнальники повинні були руками ловити рибу і викидати її на траву. У нагороду переможець отримував шовкову рибальську сіть, яку сплітали княжі служанки. Зрозуміло, що для перемоги в таких змаганнях потрібно було добре плавати, довго лишатися під водою і бути надзвичайно спритним.

Особливо важливе значення для фізичного виховання молоді відіграла верхова їзда. Археологи припускають, що на Старокиївській горі (там, де стояли княжі будинки був і „кінний двір“ тобто не тільки конюшні, але й невеликий іподром. Серед кінних вправ у навчанні і вихованні молоді особливо цінувалось вміння легко стрибати на коня, джигітувати, вправлятися з різними видами зброї: стрільбі з лука по рухомих і нерухомих мішенях (найчастіше це був щит, який піднімали і опускали на палицях). Під керівництвом наставників юнаки навчалися бойовому мистецтву, ходити на стежі й під'їзди до ворога, маскуватися.

На розвиток педагогічних поглядів у Київській Русі значно вплинули ідеї великого київського князя Володимира Мономаха. У „Поученні“ (1117р.) Володимир Мономах подав універсальну систему виховання дітей та молоді, що забезпечувала підготовку їх до трудової і військової діяльності. Ця система включала: психічне здоров'я, продуктивну трудову діяльність, оптимальну рухову активність, загартування, раціональне харчування, особисту гігієну. Виконання дітьми та молоддю моральних правилі норм поведінки, на думку Мономаха, є критерієм справжнього їхнього виховання: „Молоді треба мати душі чисті, непорочні, тіла худі, лагідну бесіду і в міру слово Господне; при їді і питті без галасу великого бути, при старих – мовчати, при мудрих – слухати, старшим – покорятися, з рівними і меншими – приязнь мати; без лукавства розмовляти, багато розуміти; долу очі мати, а душу вгору.“ [4,с.456].

Великого значення Володимир Мономах надавав руховій активності молоді, що є запорукою їхнього повноцінного фізичного розвитку, зміцнення здоров'я. Сам В. Мономах з дитинства робив фізичні вправи, з 13 років ходив у походи й на лови. Результативність цієї системи військово-фізичного виховання він відзначає у своїй біографії: „А всіх походів зробив я вісімдесят і три великих, а решти не пам'ятаю, менших“ [4,с.461].

Серед основних методів фізичного виховання дітей у Київській Русі був особистий приклад князів. Історичні перекази, легенди та билини які спиралися на достовірні факти з життя руських князів, були прикладом для наслідування не одного покоління молоді. Так, Святослав Ігоревич став воїном ще у ранньому дитинстві. Славетний Данило Галицький з дитинства добре володів мечем.

Таким чином, можна визначити основні елементи стратегії фізичного виховання дітей та молоді в Київській Русі.

- активна рухова діяльність, що визначалася постійними заняттями, рухливими іграми, військово-фізичними вправами.
- загартування, раціональне харчування та особиста гігієна були складовими здорового способу життя і сприяли збільшенню фізичних та розумових сил молоді, підготовці їх до реальних умов життя.
- патріотичне, морально-вольове виховання дітей та молоді, що базувалося на особистому прикладі князів, батьків і старших.

ЛІТЕРАТУРА

1. Аркас М. Історія України - Русі.- К., В/Ш. 1993. - 386с.
2. Кучінко М. Давньоруське городище. - Надстир'я; Луцьк. 1996. - 208с.
3. Літопис руський. / Пер.з давньорус. Махновця Л.; Відп. Ред.Мишанич О. - К. Дніпро, 1990. - 591с.
4. Чмихов М., Кравченко Н., Черняков І. Археологія та стародавня історія України. - К. : Либідь, 1992. - 376с.
5. Шанін Ю. От эллинов до наших дней. - М.: Физкультура и спорт, 1975. - 144с.

STRATEGY OF CHILDREN AND YOUNG PEOPLE'S PHYSICAL TRAINING IN KYJIVER RUSSIA

NINA DEDELYUK

Technical college in Lutsk

The forms of children and young people's physical training in Kyjiver Russia (IX - XIV centuries) are substantiated in the article. The influence of physical exercises on the human body and its physical development over a middle ages is treated.

ПРОГНОЗУВАННЯ РОЗВИТКУ ГІРСЬКОЛИЖНИХ ЦЕНТРІВ НА ТЕРИТОРІЇ УКРАЇНИ

ТИМОФІЙ ЄРШОВ

Національний університет фізичного виховання і спорту України

Актуальність. У новому тисячолітті гірськолижний спорт - як окрема активно розвинена індустрія, добре зарекомендував себе серед широкого кола населення у багатьох країнах світу [5]. Вже протягом десяти років в світі йде активна модернізація місць для занять гірськолижним спортом, що виводить цей вид спорту на високий рівень розвитку. Створюються нові гірськолижні комплекси і центри, оснащені сучасним обладнанням і новими технологіями, шліфується управлінська система роботи, удосконалюється гірськолижне спорядження, змінюється техніка виконання поворотів, розробляються ефективні методи навчання та тренування.

Ці обставини викликали ажіотаж навколо гірськолижного спорту і в нашій країні. Поступово почали створювати гірськолижні центри в Київській, Полтавській, Донецькій, Львівській та Івано-Франківській областях. Але, вже на перших етапах розвитку гірськолижних центрів організатори зіткнулися з труднощами, які не були передбачені на початку будівництва. Ця обставина призводить до обґрунтованого аналізу перспектив розвитку гірськолижних центрів в нашій країні.

Мета дослідження. Визначення оцінки перспектив розвитку гірськолижних центрів, як: аналіз потреб і інтересів населення до занять в гірськолижних центрах, економічний аналіз діяльності провідних гірськолижних центрів, аналіз спортивно-оздоровчих послуг, які надають центри, аналіз географічних і кліматичних можливостей, оцінка сучасних технологій і умов впровадження.

Методи дослідження. У роботі нами застосовувались добре відомі методи дослідження: експертних оцінок, екстраполяції, аналізу статистичних даних.

Результати дослідження.

Сьогодні катання на гірських лижах – один з найбільш популярних видів зимового відпочинку населення навіть тих країн, у яких цей вид спорту не культивується. За даними статистичного звіту Держкоммолодьспорттуризму (1993 р.), за останнє десятиліття в Україні сформувались тенденція до відновлення колишньої кількості осіб, які систематично займаються гірськолижним спортом (рис. 1.).