

ральну підготовленість людей до військової справи і характеризувалася широким колом специфічних засобів і методів. В системі військово-фізичної підготовки використовувались переважно національно-своєрідні засоби і методи вишколу, які збагачувались іноземними запозиченнями.

## УКРАЇНЬКА НАРОДНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В СИСТЕМІ РЕЛІГІЙНИХ СВЯТ

Є. Н. ПРИСТУПА

Державний інститут фізичної культури, Львів

Тисячоліття культуротворчого процесу в Україні виробили розвинену систему вірувань, що ґрунтувалась на астральному культі, подібному до культів прадавніх цивілізацій. Багатогранності язичницького світосприймання відповідало багатство форм культових та ритуальних дій. Моління про врожай, різноманітні заклинальні дії, звернення до сил природи, до духів добра і зла супроводжувалися різними ритуальними діями з іграми, забавами, хороводами: «Сходилися на ігрища, на танки і на всілякі бісівські пісні... ігрища втолочені, і людей велика сила, що починають пхати один одного» (І. Крип'якевич, 1990, (Дзвін).

Таким чином, українська народна фізична культура, розвиваючись в системі поганського релігійного світогляду поєднувала в собі як раціональні, перевірені багатовіковим досвідом елементи, так і елементи і раціональні, переважно культово-магічного характеру.

З прийняттям християнства, система язичецьких релігійних свят, маючи глибинне традиційне коріння в народній культурі, пристосовується до нового релігійного світогляду.

Адаптуючись до нового світогляду, зазнають деяких змін і елементи народної фізичної культури, які були важливою складовою частиною національної культури українців.

Під час Християнських релігійних свят молодь забавлялась іграми, влаштовувалися різноманітні змагання тощо. витоки яких губляться в глибині дохристиянської епохи. Так на свято Андрія, молодь влаштовувала гру під назвою «Калита» (в деяких регіонах України ця гра називається «Калата», «Калета», «Маланда», Маламай»). Різдвяний цикл релігійних свят насичений такими іграми та забавами: «Коза», «Парубоча Меланкаа», «Дівоча Меланка»; досить поши-

реним в Україні були Різдвяні перегони тощо. Доволі насиченими елементами народної фізичної культури є свято проводів зими — Масляна. Під час цього свята виконуються сюжетні ритуальні ігри-забави «Кострубонька», «Морена», «Водити козла», «Волочити колодку», «перегони на конях, танці тощо.

Найповніше народна фізична культура представлена у весняному циклі релігійних свят. На Паску молодь влаштувала ігри-хороводи, гойдалки («Орелі», «Колиски»), забави («В блудька», «В транка», «Битки», «Котючки», «В кидка»). Великодні традиційні ігри, хороводи, забави чітко диференціювалися на дитячі парубочі, дівочі та змішані. Парубочі ігри (Чорт», «Шила бити», «Кашу варити», «Довгої лози») носили переважно змагальний характер. У дівочих іграх-хороводах («Шум», «Жельман», «Мак» і ін.) випробувались художні здібності учасниць.

На свято Трійці в Україні поширеною була сюжетна гра «Водити тополлю».

Особливим багатством ігор, фізичних вправ відрізнялось свято Івана Купала, під час якого молодь безперестанку перебувала в русі, стрибаючи через багаття, водячи хороводи, або купаючись у воді.

Дещо в меншій мірі прослідковуються елементи народної фізичної культури в осінньому циклі релігійних свят. Це зумовлюється тим, що осіння сонячна фаза (рівнодення) відносно мало відображена в українському фольклорі.

Важливу роль у розвитку народної фізичної культури відіграла система постів, яку сповідувала християнська церква. Щотижневі, а також багатоденні «Великі пости», як це тепер доведено наукою, при правильному режимі харчування, є важливим фактором здорового способу життя.

Таким чином, проведене дослідження дає дві підстави стверджувати, що однією із важливих сфер функціонування української народної фізичної культури є система релігійних свят.