

збірнику “Городенщина” (с. 412-415) відмічається, що 5-8 травня 1938 року таке навчання було організоване в Городенці. Проведення курсів сприяло створенню майже в кожній місцевості, де були Союзи “Каменярів”, руханково-спортивні секції, які вивчали ритмічні вправи, вежі, легкоатлетичні вправ. В багатьох осередках були створені команди копаного м’яча, впроваджені фестини з прописами вільних вправ хлопців і дівчат, змаганнями копаного м’яча, змаганнями з бігу і стрибків. В кількох осередках були зорганізовані шахові секції.

Таким чином, на підставі вищесказаного можна стверджувати, що Союз української поступової молоді імені М.Драгоманова “Каменярі” був надзвичайно популярним серед української молоді в 30-их роках ХХ століття. Діяльність товариства була спрямована на виховання гармонійно розвиненої особистості, звертаючи належну увагу на інтелектуальний, духовний та фізичний розвиток хлопців і дівчат. Фізичне виховання молоді здійснювалося на заняттях гімнастичними вправами та на секційних заняттях з різних видів спорту, які в цей історичний період лише завойовували свою популярність. Слід відмітити, що гімнастичні вправи, які включали в себе ритмічні вільні рухи та побудову веж, складала основу руханково-спортивних свят. Такі святкування проводилися досить часто, а в окремих місцевостях – кожної неділі, і під час їх проведення спочатку всі учасники виконували гімнастичні вправи, а вже потім хтось змагався в одному виді спорту, а хтось – в іншому. Отже, гімнастичні вправи складала основу тіловиховання членів Союзу української поступової молоді імені М.Драгоманова “Каменярі”.

#### **Annotation**

The publication shines the basic directions of activity, stages of a becoming and ideology of union of the Ukrainian youth of a name N.Dragomanov "Kamenari".

### ***ГІМНАСТИКА ЯК ЗАСІБ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ПЕДАГОГІЧНИХ ПОГЛЯДАХ КОСТЯНТИНА УШИНЬСЬКОГО***

*АНДРІЙ ОКОПНИЙ*

*Львівський державний інститут фізичної культури*

Процес розбудови національної системи тіловиховання України передбачає розуміння освітянами значення історичних надбань фізичного виховання та спорту. Цьому сприяє вивчення та аналіз спадщини українських педагогів, які у всі віки, починаючи від Володимира Мономаха (1053 – 1125) і до сьогодення, розробляли питання фізичного виховання. Одним із основних засобів вирішення завдань тілесного виховання вони вважали гімнастику, як систему спеціально підібраних фізичних вправ, яка дає змогу різнобічно впливати на організм людини в цілому,

так і на окремі його органи і системи [1].

На сучасному етапі розвитку системи освіти України, не зважаючи на наукові дослідження творчої спадщини українських педагогів С. Миропольського, Г. Ващенко, В. Сухомлинського та ін., (Журенко Л. 1998, Бугайцева Г. 2000, Наливайко І. 2001), їх погляди на фізичне виховання висвітлюються не достатньо, хоча вони у своїх працях значну увагу приділяли тіловихованню. Це негативно відбивається на формуванні ідеологічних засад системи тілесного виховання України, породжує прогалини в історії педагогіки, історії та теорії фізичного виховання, окремих видів спорту.

Цікавою постаттю в цьому аспекті постає видатний український педагог, основоположник вітчизняної наукової педагогіки й народної школи Костянтин Ушинський (1824 – 1871). Він був одним із найбільших діячів педагогічної науки імперської Росії середини минулого сторіччя, що внесли цінний внесок у теорію фізичного виховання.

К. Ушинський у своїх творах не раз заявляв, що не може взятися за вирішення основних задач фізичного виховання [2]. Однак висловлені ним загальні педагогічні положення з цього питання суттєво вплинули на теорію фізичного виховання Російській імперії другої половини XIX століття. Його, без сумніву, можна вважати основоположником вітчизняної педагогічної теорії фізичного виховання.

Особливо важливе значення К. Ушинський вбачав у впливі фізичних вправ на формування корисних навиків, на уміння визначати і розподіляти свої сили, пізнавати навколишній світ.

Педагог наголошував на необхідності переривати уроки найпростішими гімнастичними вправами – сучасними фізкультхвилинками. Він писав, звертаючись до вчителів: “Не важко, здається, змусити дітей у такт встати і сісти, вийти через лавки і знову сісти за них струнко, спритно і без шуму і штовханيني, але якби хоч ці прості прийоми застосовувалися в наших школах, то могли б зруйнувати ту важку заколисливу атмосферу, що по більшій частині царює в них, і багато сприяли б не тільки зберіганню здоров'я дітей, але також сприяли їх навчанню. Дайте дитині трохи порухатися, і він подарує вам знову десять хвилин уваги, а десять хвилин живої уваги дадуть у результаті більше цілого тижня напівсонних занять. До правильної, ученої гімнастики їм ще далеко, але почати з маленького варто було б вже тепер” [3, с. 118].

Вчений правильно розумів, що разом із сприятливим впливом гімнастики на поліпшення уваги дітей, поліпшується здоров'я. Гімнастика, на його думку, - це вправи не лише для м'язів, а й для зміцнення нервової системи. Розкриваючи значення і зміст гімнастики у вихованні людини, К. Ушинський підкреслював її вагомое значення і для лікування організму. Він пророкує велике майбутнє гімнастиці – найпоширенішому засобові фізичного виховання, але тільки

побудовану на наукових основах. Гімнастика, на думку педагога, як система довільних рухів, спрямованих на доцільну зміну фізичного організму, тільки ще розвивається і важко бачити межі її впливу не тільки на зміцнення тіла й розвиток тих чи інших органів, але й на запобігання хворобам і навіть їх виліковуванню. Вчений був одним із перших просвітителів, хто нарівні з європейською педагогічною думкою розумів можливості і перспективи гімнастики.

Гімнастичні вправи – справа прийдешня і раніше ніколи не знаходили собі широкого застосування в народних масах. Цією обставиною, пояснюється те, що серед суспільних груп завжди знаходили собі відгук різні системи і прийоми, що пропонувалися заїжджими викладачами гімнастики [4]. Це розумів український педагог, тому при виборі засобів фізичного виховання, зокрема гімнастики, керувався основною ідеєю своєї педагогічної системи – народністю. Фізичні вправи, праця і дитячі ігри, що відображають життя народу і його творчість, він вважав основним засобом фізичного і морального виховання.

Педагог бачив невирішені організаційні питання, щодо введення гімнастики в навчальний процес, відсутність, або низьку кваліфікацію кадрів. Тому в дискусіях наголошував, що для того, щоб діти займалися гімнастикою, необхідно зацікавити нею вчителів інших дисциплін. І якби це вдалося, то “ми незабаром мали б гарних гімнастів між нашими молодими вчителями, а через, них гімнастика прищепилася б до навчальних закладів”[3, с.119]. На жаль, ці пропозиції нашого вченого як і інших прогресивних педагогів не бралися до уваги освітянською владою царської Росії. Тому гімнастика, як і інші складові фізичного виховання та педагогіки не були на тому рівні, що у країнах Європи.

У програмі педагогіки, Костянтин Ушинський у розділі “Фізичне виховання” визначив систему знань (загальні і спеціальні), необхідних вчителю тіловиховання. I. Загальні теоретичні основи фізичного виховання: 1) загальні поняття про фізичне виховання, 2) необхідність вивчення фізіологічних процесів в організмі, 3) особливості харчування, 4) діяльність м’язової та нервової систем, 5) дитячі рухливі ігри, гімнастика і їх педагогічне значення, 6) значення способу життя дітей у їх розвитку. II. Про м’язову діяльність: 1) значення м’язової системи в організмі, 2) будова м’язів і їхня діяльність, 3) вплив мускульної діяльності на розвиток людини, 4) співвідношення цієї діяльності та харчування, 5) шкідливі та сприятливі умови правильного розвитку м’язів, 6) рухи як джерело м’язових відчуттів, значення цих відчуттів у розвитку людини. III. Про нервову систему: 1) будова і діяльність нервової системи, 2) значення нервової системи для ростових і м’язових процесів, 4) вплив засобів фізичного виховання (гімнастики, плавання, ігор), способу життя на нервову систему, 5) вплив розумового та фізичного навантаження на нервову систему [3].

З програми стає зрозумілим, що К. Ушинський підходив до фізичного виховання як до освітнього і гігієнічного засобу, намагався практично вирішувати

проблему кваліфікованих вчителів фізичного виховання.

Аналізуючи творчу спадщину Костянтина Ушинського в аспекті фізичного виховання, бачимо, що вона є актуальною і нині, в умовах реорганізації системи тіловиховання України. Неабиякого значення при цьому набуває гімнастика, як один із основних засобів фізичного виховання, фізичної реабілітації. Багатогранна творчість вченого вимагає детального аналізу, переосмислення та втілення почерпнутих знань і досвіду минулого у сучасну педагогічну теорію та практику.

#### *Література*

1. Гончаренко С. *Український педагогічний словник*. – К.: Либідь, 1997. – 376с.
2. Ушинский К.Д. *Избранные педагогические сочинения*. Т. 1-2. Под ред. А.И. Пискунова. М.: Педагогика, 1974. – 584 с.
3. *Очерки по истории физической культуры : Сборник трудов – Москва. Физкультура и спорт, 1950. – 207 с.*
4. *Игнатъев В.Е. Физическое воспитание: гимнастика, спортъ, подвижныя игры. – М. Польша, 1912. – 207 с.*

#### **Annotation**

The creative heritage of the Ukrainian teacher K. Ushynskiy and his (its) sights on physical training is analyzed. The special attention of the teacher to gymnastics, as one of basic means of development of the man is emphasized.

### **ОБҐРУНТУВАННЯ НЕОБХІДНОСТІ ЗМІН У СТРОЙОВИХ ВПРАВАХ**

*КОВАЛЬЧУК Н.М., доцент*

#### **Волинський державний університет ім. Лесі Українки, м. Луцьк**

Впровадження української мови в практику фізичної культури є однією з важливих проблем. На жаль, спеціалізовані словники й підручники сучасного періоду не змогли повністю вирішити питання фахової термінології. Ще й досі при вивченні предмету “Гімнастика” ми користуємося підручниками, які написані російською мовою під редакцією Філіповича В.І. (1971), Шльоміна А.Н., Брикінє А.Т. (1979), Смоленського В.М. (1987). Підручники, що написані українською мовою Жалієм А.П. і Палигою В.Д. (1975), а також Бузюном О.І. (1995) фактично є перекладом вище згаданих російськомовних.

Навчаючи студентів гімнастичних термінів, стройових прийомів і команд, ми зустрілися з низкою недоліків та недоречностей, які вимагають негайного вирішення. Стройові вправи в будь-якому занятті з фізичного виховання є аксіомою. Вони сприяють дисциплінованості учнів, формуванню правильної постави, почуття ритму і темпу. Одним словом, значення стройових вправ