

УДК 47
Л-373

ВОЛИНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені ЛЕСІ УКРАЇНКИ

Л Е В К І В
Володимир Іванович

УДК 796.011 (477)

ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ УКРАЇНСЬКОЇ НАРОДНОЇ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ
ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

24.00.02 — Фізична культура, фізичне виховання
різних груп населення

А в т о р е ф е р а т
дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата наук з фізичного виховання і спорту

Луцьк 1998

Дисертація є рукописом.
Роботу виконано у Львівському державному інституті фізичної культури. Державний комітет України з Фізичної Культури і Спорту.

Науковий керівник: доктор педагогічних наук, професор
Пристава Євген Никодимович, Івано-Франківський державний університет імені Леся Українки, завідувач кафедри теоретичних основ фізичного виховання, декан інституту здоров'я та фізичної культури молоді

Офіційні опоненти: доктор педагогічних наук, професор,
член-кореспондент АН України **Вільчковський Едуард
Станіславович**, Інститут педагогіки АН України,
завідувач лабораторії фізичного виховання

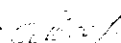
кандидат педагогічних наук **Цюпак Тетяна Євгенівна**,
Волинський державний університет імені Леся Українки,
старший викладач кафедри біологічних основ
фізичного виховання

Провідна установа: Тернопільський державний педагогічний
інститут імені Володимира Гнатюка, кафедра педагогіки,
Міністерство освіти України, м. Тернопіль

Захист відбудеться "14" червня 1998 р. о 11 годині на
засіданні спеціалізованої вченої ради Н 32.051.02 Волинського
державного університету імені Леся Українки (263000 м. Луцьк,
вул. Винниченка, 30)

З дисертацією можна ознайомитися у бібліотеці Волинського
державного університету імені Леся Українки (263000 м. Луцьк,
вул. Винниченка, 30)

Автореферат розіслано "15" травня 1998 року

Вчений секретар
спеціалізованої вченої ради
кандидат педагогічних наук, доцент  Цюць А.Б.

147/А

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми. Становлення України як самостійної держави передбачає утвердження національної системи виховання, в тому числі і фізичного, в різних сферах життєдіяльності народу, це відображено в низці державних документів. На жаль, впродовж останніх десятиріч навчально-виховний процес дітей і молоді проводився без належного урахування традицій фізичного виховання українського народу. В той же час, на думку ряду вчених [Г. Агаєв, 1969; М. Дібіров, 1975; В. Елжешілі, 1982; Б. Мотукеск, 1986; К. Абішев, 1994 та ін.], фізичне виховання є повноціннішим, коли воно ґрунтується на засадах народної фізичної культури (НФК).

Важливим структурним компонентом НФК виступають її засоби, тобто ті традиційні непрофесійні види рухової активності українців, які позитивно впливали на природний розвиток людини, її пристосування до умов навколишнього середовища, підготовки до трудової діяльності та військової справи. Українські фольклористи та етнографі [С. Килимник, 1955-1963; М. Маркевич, 1990; В. Скуратівський, 1992; О. Ковальчук, 1992; О. Воропай, 1993; М. Кришук, 1993 та ін.] у своїх працях подали опис різних засобів української народної фізичної культури (ЗНФК) в залежності від умов їх функціонування. Статусні фізичне виховання школярів проходить в інших, відмінних від описаних в етнографічних матеріалах умовах. Тому, актуальною проблемою виступає пошук і наукове обґрунтування таких способів застосування народних фізичних вправ у навчально-виховному процесі школярів, які б відповідали прийнятним в теорії фізичного виховання вимогам.

Вартоке впровадження ЗНФК у шкільну практику фізичного виховання - неможливе без належної обробки результатів досліджень, зокрема класифікації народних фізичних вправ. Тому, актуальною проблемою позначена розробка педагогічної класифікації ЗНФК, яка б дозволила позначити специфічність різних фізичних вправ і які б відкрила ті їх сторони, що беруться до уваги під час виконання завдань фізичного виховання.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.

Дисертація виконана на підставі Зведеного плану НДР Міністерства України у справах молоді і спорту на 1994-1998 рр. в рамках теми 1.3.3 "Українська народна фізична культура (теоретико-методичні аспекти використання в сучасних умовах)", номер державної реєстрації 0194 У 0025372.

Метою дослідження є удосконалення процесу фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку (МШВ) шляхом впровадження у шкільну практику фізичного виховання науково обґрунтованих рекомендацій для покращення методики застосування ЗУНФК.

В дослідженні вирішувались такі **задачі**:

- визначити особливості функціонування ЗУНФК в життєдіяльності дітей;
- узагальнити досвід впровадження ЗУНФК в практику фізичного виховання дітей МШВ;
- обґрунтувати рекомендації для вдосконалення методики застосування ЗУНФК у фізичному вихованні дітей 7-10 років;
- обґрунтувати рекомендації до педагогічної класифікації ЗУНФК.

Наукова новизна полягає в тому, що в результаті досліджень:

узагальнено відомості про особливості функціонування ЗУНФК в різних сферах життєдіяльності дітей;

- науково-обґрунтовано рекомендації для вдосконалення методики застосування ЗУНФК у фізичному вихованні дітей МШВ;
- науково-обґрунтовано рекомендації до педагогічної класифікації ЗУНФК.

Практичне значення одержаних результатів полягає у розробці методичних рекомендацій для вчителів фізичної культури, які дозволяють покращити навчально-виховний процес з фізичного виховання дітей МШВ шляхом:

- застосування ЗУНФК в різних частинах уроку фізичної культури, враховуючи їх спрямованість;

- застосування ЗУНФК в різних класах початкової школи, враховуючи анатомо-фізіологічні особливості розвитку організму дітей 7-10 років;

- застосування ЗУНФК протягом навчального року, враховуючи природні зміни інкаліція: що середовища, історичні дати, релігійний та господарський календарь українського народу.

Особистий внесок автора. Зіставно відомості про мети та застосування ЗУНФК у фізичному вихованні дітей під час проведення родинних і господарських свят та доповнено відомості про методику застосування ЗУНФК в фізичному вихованні дітей під час проведення релігійних свят і в побуті. Розроблено рекомендації для вдосконалення методики застосування ЗУНФК у фізичному вихованні дітей МШВ. Визначені особливості змісту та структури рухової

діяльності в використаннім ЗУНЗФ, на основі яких запропоновано рекомендації до їх подальшої класифікації.

Апробація результатів дисертації. Результати досліджень були представлені на Всеукраїнській науковій конференції "Спортивне національне відродження", призначеної виступити як один з відділень професора Івана Ільєвського (Львів, 1990), на науково-практичній конференції "Національне виховання молоді у взаємодіях" (Львів, 1994), на Всеукраїнських наукових і методичних конференціях "Спортивне виховання молоді та виховання спортивних і рухливих ігор" (Львів, 1996; Львів, 1999), на першій Всеукраїнській науковій конференції центрів науки фізичної культури і спорту "Молода спортивна наука України" (Львів, 1997), на другій Всеукраїнській науковій конференції центрів "Молода спортивна наука України" (Львів, 1998), на Всеукраїнській науковій конференції, призначеній до рідного факультету Фізичного виховання ТДМУ (Тернопіль, 1999), на міжнародних наукових конференціях викладачів та центрів Львівського ДІФК (1998-1999).

Методичні рекомендації та класифікація ЗУНЗФ впроваджені в процес формування базових курсів фізичного виховання середніх загальноосвітніх шкіл (Львів, М. С. Національний університет).

Матеріали досліджень використовувалися в навчальних курсах для студентів ДІФКА "Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільної і молодшого шкільного віку", в курсі "Теорія і методика фізичного виховання". Матеріали досліджень впроваджені у Львівському науково-методичному інституті фізичної культури і спорту. Матеріали досліджень впроваджені в навчальні курси фізичного виховання.

Публікації. Матеріали досліджень опубліковані у 16 публікаціях, з яких 4 статті у науковому журналі, 10 статей в збірках наукових праць і роботах публікацій у збірках матеріалів і тез наукових конференцій.

Структура і обсяг роботи. Дисертація складається на 134 сторінках машинним друком і містить вступ, чотири розділи, висновки, додатки. Обсяг цитуємих джерел – 226 джерел. Для зручшого орієнтування читачів дослідження в дисертації наведено 5 рисунків і 1 таблицю.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У першому розділі "Народна фізична культура і особливості її використання у фізичному вихованні молоді" відмічено, що НФК - один із найважливіших компонентів національної культури українського народу, а отже, і етнопедagogіки. Як зазначають науковці [Г. Агаєв, 1969; М. Дібіров, 1975; В. Елашвілі, 1982], кожен народ в залежності від соціально-економічних умов свого розвитку, психічного складу і географічного місцезнаходження історично виробляв, удосконалював і передавав від покоління до покоління самобутні види фізичних вправ, які спеціально спрямовані на формування людиною самої себе в її тілесних та духовних потребах. Тому дослідники [В. Цукерман, 1984; В. Столяров, 1985] до НФК причислюють всі види непрофесійної діяльності етнічної спільноти людей, що сформувалися з метою фізіологічного, психологічного, естетичного і морального впливу на природний розвиток людини, зміцнення її здоров'я, пристосування до умов навколишнього середовища, підготовки до праці та військової справи, розваги тощо. Разом з тим, НФК, як і культура в цілому, є продуктом творчої діяльності нації. На кожному конкретному історичному етапі вона змінюється в залежності від можливостей, які надає їй суспільство, і в той же час вона успадковує національні цінності, створені на попередніх етапах розвитку. А отже, до НФК слід причислити не лише самобутні види рухової активності, що історично виникли, удосконалювалися та передавалися від покоління до покоління, але й поширені серед народу новостворені та запозичені й адаптовані до нових умов фізичні вправи, що розвивають і збагачують його культуру.

Слід зазначити, що досить об'ємно досліджувались історичні та теоретико-методичні особливості НФК азербайджанців [Г. Агаєв, 1969; С.-А. Аслаханов, 1991], вірменів [Г. Туманян, 1969], грузинів [В. Елашвілі, 1982; Г. Кахізе, 1986], казахів [М. Танікеев, 1961], киргизів [К. Абишев, 1994; Х. Анаркулов, 1993], таджиків [Г. Коган, 1975; Н. Турсунов, 1990], народів Північного Кавказу [М. Дібіров, 1975; В. Коросєв, 1986; Н. Купріна, 1993], народів Росії [С. Калмиков, 1986; В. Ягодін, 1989] та інших. На основі проведених досліджень вчені обґрунтовують, що застосування засобів НФК у фізичному вихованні підростаючого покоління являло активізувало інтерес школярів до уроків фізичної культури, сприяло рівномірному розподілу навантаження як в тижневому, так і в річному циклах.

сприяло підвищенню приросту фізичних якостей, більш ранньому і швидшому формуванню координаційних можливостей, зменшенню помилок у складно-координаційних рухах. Крім того, в досліджених відмічено позитивний вплив засобів НК на внутрішні почуття і волю дітей 7-10 років, на виховання моральних якостей. Все вищесказане засвідчує ефективність використання засобів НК у сучасних умовах і підкреслює необхідність проведення роботи в цьому напрямку. З той же час, на Україні до 90-их років подібних досліджень взагалі не проводилося.

У другому розділі "**Методи та організація досліджень**" розкриваються **методи**, що застосовувалися для вирішення поставлених задач, а саме: аналіз науково-методичної літератури; вивчення та узагальнення досвіду практики (етнографічний опис ЗУНК і опитування (анкетування)); методи аналогії, аналізу і синтезу, Індукції і дедукції; вдосконалений автором комплекс радіотелеметрії; тестування рівня фізичної підготовленості учнів; педагогічний експеримент; опитування (бесіда); методи математичної статистики. Педагогічний експеримент проводився в період з вересня 1996 року до травня 1997 року на базі СШ № 62 м. Львова.

У третьому розділі "**Педагогічні особливості функціонування української народної фізичної культури**" зазначається, що будучи невід'ємною частиною життя українців, НК займала чільне місце в різних сферах життєдіяльності дітей та молоді, зокрема, в побуті та під час святкування релігійного, господарського і родинного характеру. Внаслідок історичного відтинку розвитку народу формувалися різноманітні засоби, методи, форми НК, які органічно перепліталися і доповнювали одні одних, витвориши таким чином цілісну систему фізичного виховання українців.

Аналіз етнографічних досліджень (С. Килимник, 1963; М. Маркевич, 1969; В. Скурятівський, 1992; О. Ковальчук, 1992; М. Крижук, 1993; В. Горанін, 1993 та ін.) дає підстави говорити, що для українського народу характерне було ступеневе фізичне виховання. Різниця між ступенями полягала як в організаційних формах, так і в засобах і методах фізичного виховання.

Малі діти забавлялися переважно біля хати під наглядом матері або старшої дитини. Серед засобів їх фізичного виховання поширеними були ігри та забави, в яких відтворювалися інші природні рухи відомих тварин і предків дорослих у різних життєвих ситуаціях. У цих засобах тіло вимагало м'язової сили та швидкості.

проявити творчість, відобразити свою багату уяву, наслідувати дії батьків і близьких. Основним методом фізичного виховання дітей цього віку був, безперечно, ігровий метод.

Для фізичного виховання дітей, старших 7 ми років та підлітків характерним було поєднання фізичних вправ із доступною для них працею (хлопці випасали худобу, дівчата допомагали по господарству). Праця була однією з причин різної спрямованості фізичного виховання хлопців і дівчат цього віку. Інша причина - відмінності у розвитку організму дітей різної статі, які проявляються вже в цьому віці. Дівчатка любили водити хороводи, проводити ігри та забави, в яких відображалася їхня праця в хаті, на городі, біля овійської птиці. Серед методів їх фізичного виховання переважав ігровий метод. На відміну від дівчаток, хлопці лазили по деревах, змагалися в бігу, стрибках, метанні, боролися, проводили різні ігри та забави. У фізичному вихованні хлопчиків, крім ігрового, застосовувався і змагальний метод. В той же час, коли хлопці і дівчата збиралися разом, то вони мали для спільного проведення велику кількість ігор та забав, особливо це характерно для зимового періоду року, коли діти і підлітки були звільнені від праці.

Свої особливості мала і фізичне виховання молоді. Слід зазначити, що молоді хлопці і дівчата вже залучалися до серйозної роботи по господарству. А тому, їх цілий день проходив за працею. Зате вечорами вони в повній мірі давали волю своєму заняттю. Протягом року молодець збиралася на "вулицях" та "вечірницях", на яких багато часу відводилося на проведення різних ЗУНІК, основними серед них, безперечно, були танці - від повільних хороводів до швидкоритмічних "Метелиці", "Козака", "Польки". Серед парубків популярними також були змагальні вправи та різноманітні боротьби, рухові ігри і забави. Серед дівчат поширеними були ігри та забави, в яких учениці проявляли свою творчість і кмітливість. У фізичному вихованні молоді переважали змагальний та ігровий методи. Отже, НІК, функціонуючи в побуті дітей і молоді, з однієї сторони сприяла їх фізичному і духовному розвитку, а з іншої - забезпечувала рекреацію молодого організму і підвищення його працездатності.

Чільне місце ЗУНІК займали у святкуваннях визначних дат (подій) релігійного, родинного і господарського характеру, будучи невід'ємною частиною різних святкових обрядів. Разом з іншими

обрядодіями через фізичні вправи люди виявляли своє ставлення до об'єкту свята. Необхідно звернути увагу й на різноманітність святочних фізичних вправ: ігри, забави, танці, протиборства, змагання з бігу, метання, стрибків тощо. Особливо багатими в різні ЗУНМК були релігійні свята. ЗУНМК відрізнялися варіативністю рухових дій, через що вироблялася різна техніка руху, формувалися різноманітні вміння та навички.

Таким чином, під час свят можна було разом із задоволенням своїх духовних потреб виявити рівень своєї фізичної підготовленості в різноманітних іграх, забавах, танцях, в різних змаганнях та в різних видах боротьби. Святкування можна розглядати як чудову школу для збагачення своїх знань, вмінь, навичок і в плані фізичної досконалості, і в плані морального і духовного розвитку.

Слід зазначити, що зародившись в окремих сферах життєдіяльності народу, ЗУНМК з часом почали застосовуватися одночасно як в побуті, так і під час святкування.

У четвертому розділі **"Теоретико-методичні аспекти використання засобів української народної фізичної культури у фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку"** шляхом застосування висвітлюється стан функціонування ЗУНМК у сучасній шкільній практиці фізичного виховання дітей МШВ. Опитувалися вчителі фізичної культури (ФК) і вчителі початкових класів (ПК), які проводять уроки ФК з дітьми МШВ. З 200 поширених серед вчителів анкет повернулося 64 анкети, які були заповнені 30 вчителями ФК і 34 учителями ПК. За даними анкет визначався рівень обізнаності вчителів із ЗУНМК, а саме: "дуже добрий" - назвали 30 і більше ЗУНМК, "добрий" - 19-22 ЗУНМК, "поередній" - 8-12 ЗУНМК, "поганий" - не більше 5 ЗУНМК і "дуже поганий" - не назвали жодного ЗУНМК.

Аналіз анкет показав, що серед вчителів ПК лише в 26,5% респондентів рівень знань ЗУНМК можна оцінити як дуже добрий і в 69% - як середній, серед вчителів ФК добрий рівень знань ЗУНМК назвали також лише 26,3% респондентів, поередній - лише 17% респондентів, а поганий і дуже поганий - аж 68,7% респондентів. Щоб порівняти рівень знань вчителів ПК з рівнем знань вчителів ФК, то за результати групи респондентів з поереднім рівнем знань вчителів ПК назвали вкрай низький рівень знань ЗУНМК, а в той час, як колишаваті знання у вчителів ФК переважно

лише 33,3% респондентів. Якщо ж оцінювати загальний рівень знань фахівців, які проводять уроки ФН з дітьми МШБ, то слід зазначити, що дуже добрий рівень знань в 1,6% респондентів, добрий - в 21,9% респондентів, посередній - в 23,5% респондентів, поганий - в 31,0% респондентів і дуже поганий - в 21,6% респондентів.

Таким чином, вчителі показали низький рівень знань з питань використання ЗУМК у навчально-виховному процесі дітей МШБ. Крім того, переважна більшість фахівців зазначили, що не мають належної літератури, а для успішного проведення цих фізичних вправ з учнями молодших класів. Все це вказує на незадовільний стан впровадження ЗУМК у фізичне виховання дітей МШБ. З іншої сторони вчителі наголошують на необхідності проведення наукових досліджень в цьому напрямку як теоретичного, так і практичного характеру, а також, на поширення в навчальних закладах результатів такої роботи, перш за все, через друк.

Для визначення впливу ЗУМК на організм школярів доречно оцінити величину їх навантаження, яка характеризується параметрами обсягу та інтенсивності. Як зазначають фахівці (Л.Катусев, 1991; Б.Шиян, 1993), про обсяг навантаження можна судити за показниками загальної і моторної швидкості вправи, а про інтенсивність - за показниками ЧСС учнів під час виконання цієї вправи.

Аналіз опиту опрацьованих ЗУМК показав, що їх організація проведення залежить від умов їх функціонування в життєдіяльності дітей, які визначили тривалість та інтенсивність навантаження цих фізичних вправ, а також кількісний склад їх учасників. Так, під час релігійних святкування переважними були ті фізичні вправи, проведення яких передбачало велику тривалість, велику інтенсивність, обмежене місце проведення, велику кількість учасників, під час господарської діяльності - велику тривалість, велику інтенсивність, необмежене місце проведення, велику кількість учасників, а на дозвіллі - велику тривалість, значну інтенсивність, обмежене місце проведення, велику кількість учасників. Враховуючи умови проведення шкільного уроку ФН, необхідно підібрати такі фізичні вправи, проведення яких передбачало б регульовану в часі тривалість, велику моторну швидкість, як значну, так і незначну інтенсивність, що залежить від необхідності вирішення тих чи інших завдань, обмежене місце проведення, велику кількість учасників.

Порівняльна характеристика умов проведення ЗУМК і вимірю

умов проведення фізичних вправ на уроках ФК дає підстави стверджувати, що народні фізичні вправи можна успішно застосовувати у сучасній шкільній практиці після введення певних коректив, що сприятиме підвищенню їх моторної щільності. В одних ЗУНМК можна змінити їх організаційні моменти, в інших - їх правила.

Інтенсивність навантаження визначалася за показниками ЧСС, які фіксувалися за допомогою 4-канальної радіотелеметричної системи "Спорт-4". На основі отриманих даних ЧСС ЗУНМК за інтенсивністю навантаження були розподілені по зонах інтенсивності [за М.Набатніковою, 1982], а саме:

- н и з ь к а (до 130 уд/хв) - рухові ігри "Земля, вода, повітря", "В блудька", "Петре, де ти?", "Через живий ланцюг", "Шашки, жолуді, горіхи", "На сторожі", "Гарбуз", хоріводи "Парівана", "Огірочки", "Голубка", "Віночок", "Грушка";

- с е р е д н я (130-154 уд/хв) - рухові ігри "Б котка", "В видка", "Повінь", "Бовк і хорт", "Бездомна лисиця", "Гарача картопля", "Пень", "Скарб", "У королів", "Адам і Єва", рухові забави "Голочка-ниточка", "Тиняк", хоріводи "Льва", "Крилий танець";

- в е л и к а (155-174 уд/хв) - рухові ігри "Гретів завбий", "Яструб і квочка", "Горю дуба", "Смик", "Через кордон", "Левін";

- н и с о к а (175-187 уд/хв) - рухові ігри "Лев і ніч", "Виклиач", "Круговин", "Червоношерстий білоручець", "Сірий кіт", "Бондар", "Невід", "Турок".

ЗУНМК, що входять до низької зони інтенсивності, доцільно застосовувати в запланованій частині уроку, до середньої зони інтенсивності - в підготовчій та основній частині уроку в залежності від завдання, які за їх допомогою мають виконати, в висшій зоні інтенсивності - в основній частині уроку [Т.Борисюк, 1980]. Таким чином, ЗУНМК були використані за їх використанням в різних частинах уроку.

Враховуючи анатомо-фізіологічні особливості розвитку організму дітей МНР, а також вимоги і змістовні програми з ФК, ЗУНМК були використані для їх використання в різних класах початкової школи. В 1 му класі вони спрямовані переважно на розвиток ігор, що спрямовані на розвиток швидкості та спритності і направлені їх кількість впливає на розвиток швидкісно-силкових якостей, в 2 му класі збільшується число ЗУНМК, що спрямовані на розвиток швидкісно-силкових якостей, а в 3-му класі переважно ЗУНМК, які спрямовані на розвиток швидкісно-силкових якостей і

силу значно зростає.

ЗУНІК допомагають збагатити дітей знаннями про звичаї і традиції рідного народу. Саме через це, народні фізичні вправи є незамінними у фізичному вихованні молодших школярів. А тому, застосовуючи ЗУНІК на уроках ФК учнів 1-3-їх класів, доцільно враховувати релігійний та господарський календар українців, а також, природні зміни у навколишньому середовищі (таблиця 1). При цьому дітям необхідно пояснювати внутрішній зміст цих фізичних вправ.

Таблиця 1

Групування засобів української народної фізичної культури для їх використання у фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку протягом навчального року

Термінові проміжки	Назва фізичних вправ
від 1. IX до Покрови	"Горбуз", "Гаряча картопля", "Ріпка", "Білі уліки", "Козці", "Бондар"
на Покрови (14. X)	"Іду на Січ", "Турок", "На сторожі", "Робіряне коло"
від Михаїла (21. XІ) до 30. XІ	"Вачки і мислиці", "Бок і хорт", "Бодяма зівія", "Маслини"
на Катерини (7. XІІ)	"Головка-виточка"
на Мавроля (19. XІІ)	"Головка", "Черномор біломар.", "Новад"
на Світлана (16. І)	"Чи росте до дужини?", "Тягнути бука", розтяжка ланки
від 1. ІІІ до 25. ІІІ	"Лавина", "У разку, год"
від 1. ІV до 25. V	"Три півні", "Три барани", "Чолуп і кобка"
від Благовіщення (7. ІV)	"Крилий гонець", "огірочки", "Ланка", "Блузка", "Нарізка", "Грушка"
до Квітної неділі	"Тинок", "Пліт", "Довга лоза"
до Травневого дня	"Білий", "Білий", "Крокоміс", "У королів", "Третій зайчик", "Дівка"
від Квітя (8. V)	"Човні", "Горка дуба"

Визначальні методичні рекомендації дають в основу подальшого експерименту, який триватиме протягом навчального року і в якому братимуть участь 21 учень 1-го класу, 30 учнів 2-го класу і

ваність, характер проведення, структура рухів, сюжетність і ритмічність, що дозволило виділити наступні види фізичних вправ: гра, забава, розвага, боротьба, бій навулачки, фехтування, танець, змагання з керуванням власним тілом, змагання з керуванням предметами, змагання з керуванням тваринами. Для ефективнішого застосування ЗУНЖ на практиці, у класифікації визначено вплив кожного виду фізичних вправ на розвиток фізичних якостей. Розроблені рекомендації до педагогічної класифікації дозволяють відобразити в ній усі існуючі ЗУНЖ.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз наукової літератури показав, що дослідження засобів НЖ засвідчили їх позитивний вплив як на фізичний, так і на духовний розвиток підростаючого покоління того чи іншого народу. В той же час, на Україні подібних досліджень до 90-их років взагалі не проводилося.

2. ЗУНЖ займали чільне місце в різних сферах життєдіяльності дітей і молоді, а саме: в побуті, під час релігійних, господарських і родинних свят. Зародившись в окремих сферах життєдіяльності народу, вони з часом почали застосовуватися як в побуті, так і під час святкування одночасно. Особливо багатими на різні ЗУНЖ були свята, і перш за все, релігійні. Вони виступали невід'ємною частиною різних святкових обрядів і виконувалися як магічні дії з метою привертати до себе здоров'я, добробут, успіх в усьому.

3. Особливості функціонування ЗУНЖ в життєдіяльності дітей і молоді пов'язані із ступеневістю системи фізичного виховання українців. Серед дітей 3-4 років поширеними були забави, розваги та ігри, які вони проводили біля хати під наглядом старших. Заклучення дітей після 7-ми років до посильної для них праці та особливості розвитку їх організму визначили різну спрямованість фізичного виховання хлопчиків і дівчаток. Одні фізичні вправи хлопчики і дівчатка проводили порізно, інші - разом. Серед хлопчиків поширеними були ігри, змагання, розваги, протиборства і забави, які вони проводили самостійно в місцях випасу худоби, а серед дівчаток - ігри, забави, хороводи і розваги, які вони проводили самостійно біля обійстя. Разом хлопчики і дівчатка проводили ігри та забави. Молоді хлопці і дівчата на "вулицях" і "вечірницях" спільно проводили танці, ігри, забави і розваги. Крім

того, хлопці окремо проводили змагання, протиборства гри і забави, а дівчата - хороводи, забави, гри і змагання.

4. Опитування вчителів ФК і вчителів ПК показало, що в роботі з дітьми МШВ 1,6% респондентів використовують більше 40 ЗУНК, 21,9% респондентів - 18-22 ЗУНК, 23,5% респондентів - 8-12 ЗУНК, 31,1% респондентів - не більше 5 ЗУНК, 21,8% респондентів не дали відповіді на питання. Вчителі ПК загалом використовують більше ЗУНК, ніж вчителі ФК. Друковані роботи, в яких подається опис ЗУНК, мало поширені серед респондентів. Все це вказує на незадовільний стан впровадження ЗУНК у фізичне виховання дітей МШВ.

5. ЗУНК в залежності від їх впливу на організм дітей МШВ розподілено за зонами інтенсивності навантаження, що дозволяє застосовувати їх на уроці ФК в підготовчій, основній і заключній частинах.

6. Результати педагогічного експерименту дають підстави стверджувати, що застосування ЗУНК у фізичному вихованні дітей МШВ позитивно вплинуло на розвиток фізичних якостей, зокрема, спритності, швидкості та швидкісно-силових якостей.

7. Застосування ЗУНК протягом навчального року із врахуванням природних змін навколишнього середовища, історичних дат, релігійного та господарського календаря українського народу збагатило молодших школярів знаннями про довкілля, світоглядні уявлення, звичаї і традиції українського народу, а також, сприяло покращенню міжпредметних зв'язків фізичного виховання з іншими шкільними дисциплінами.

8. Розглядаючи українську ФК як багатofункціональну галузь суспільної діяльності, за основу класифікації ЗУНК взято принцип багаторівневості, а як головний критерій такої класифікації - специфічну рухову активність, що спрямована на вирішення завдань фізичного виховання. Всі ЗУНК за наявності і відсутності рухової активності розподіляються на фізичні вправи, оздоровчі фактори зовнішнього середовища і гігієнічні фактори. Критеріями для розподілу фізичних вправ вибрано їх спрямованість, характер проведення, структуру рухів, сюжетність і ритмічність, що дозволило виділити наступні види фізичних вправ: гра, забава, розвага, боротьба, біг навколупни, фехтування, танець, змагання з керуванням власним тілом, змагання з керуванням предметами, змагання з керуванням тваринами. Для ефективного застосування ЗУНК на

практиці у класифікації визначено вплив кожного виду фізичних вправ на розвиток фізичних якостей. Розроблені рекомендації до педагогічної класифікації дозволяють відобразити в ній усі існуючі зміни.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

1. Девіс В. Підвищення протидоровства та ігри з елементами протидоровства як засоби української народної фізичної культури // Народознавчі зошити. 1998. № 1. С. 370-383.
2. Врхстуня С.М., Девіс В.І., Мельник Р.С. Теоретичні закономірності розвитку класифікації засобів народної фізичної культури // Традиції фізичної культури в Україні: Зб. наук. статей - Київ: ІСМН, 1997. - С. 115-121.
3. Девіс В.І. Методи застосування засобів української народної фізичної культури в фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку // Матеріали першої Всеукраїнської наукової конференції з питань фізичної культури і спорту "Молода спортивна наука України" - Київ: ІДІФК, 1997. - С. 53-55.
4. Девіс В.І. Застосування засобів української народної фізичної культури на уроках фізичної культури дітей молодшого шкільного віку // Матеріали першої Всеукраїнської наукової конференції з питань фізичної культури і спорту "Молода спортивна наука України" - Київ: ІДІФК, 1998. - С. 116-122.
5. Девіс В.І. Соломонська Традиція фізичного виховання української молоді та можливість її використання у сучасній життєвій ситуації // Збірник наукових праць - Київ: ІДІФК, 1998. - С. 123-124.
6. Девіс В.І. Використання засобів української народної фізичної культури у вихованні сучасного покоління дітей молодшого шкільного віку // Методичні записки Української комісії з питань розвитку фізичної та спортивної культури. Державного міжвузівського інформативно-методичного центру освіти - Львів, 1997 - Збірник, Ч. 11. - С. 61-75.
7. Девіс В.І. Застосування українських народних фізичних вправ на уроках фізичної культури дітей молодшого шкільного віку // Молодіжні проблеми в Україні: стан та шляхи вирішення: Зб. наук. метод. статей - Львів: ІДІФК, 1998. - С. 94-101.
8. Девіс В.І. Традиції народної вправи і фізичної культури

тури під час проведення родинних свят// Матеріали Всеукраїнської наукової конференції, присвяченої 40-річчю ф-ту фізичного виховання ТДН "Оптимізація процесу фізичного виховання в системі освіти". - Київ-Тернопіль, 1997. - С. 16-19.

9. Левків В. Фізичне виховання дітей молодшого шкільного віку// Матеріали Всеукраїнської наукової конференції "Спорт і національне відродження", присвяченої 120-літтю від дня народження професора Івана Наберецького. - Львів, 1993. - Ч. 1. - С. 78-79.

10. Приступа Є. Н., Левків В. І., Бік О. В. Українська народна фізична культура у фізичному вихованні дітей / Матеріали міжнародної науково-практичної конференції "Фізична культура, спорт та здоров'я нації". - Вінниця, 1994. - Ч. 1. - С. 175-176.

11. Приступа Є., Левків В., Бік О. Впровадження української народної фізичної культури у навчально-виховний процес// Матеріали науково-практичної конференції "Національне виховання молоді у навчальних закладах". - Львів, 1994. - С. 67-68.

12. Левків В. І. Класифікація засобів народної фізичної культури// Тези звітної науково-практичної конференції викладачів Інституту за 1994 рік "Фізична культура та спорт - важливі фактори виховання особистості та збільшення здоров'я". - Львів, 1995. - С. 10-11.

13. Левків В. І., Приступа Є. Н. Використання засобів української народної фізичної культури у фізичному вихованні студентів// Тези Всеукраїнської науково-практичної конференції "Актуальні проблеми фізичного виховання у вузі". - Донецьк, 1995. - Ч. 1. - С. 16.

14. Приступа Є. Н., Бік О. В., Левків В. І. Синхронна рестрація ЦНС. ЦНС у фізичних заняттях та оздоровчих тренінгах під час аграрної діяльності у дітей// Тези Всеукраїнської науково-практичної конференції "Актуальні проблеми фізичного виховання у вузі". - Донецьк, 1995. - Ч. 1. - С. 77-78.

15. Левків В. І. Методи вивчення народних ігор та улюблених фізичних виховань дітей молодшого шкільного віку// Тези Всеукраїнської науково-практичної конференції, присвяченої 50-літтю ДДНУ "Сучасні проблеми розвитку теорії та методики оздоровчих і рухових ігор". - Львів, 1998. - С. 19-21.

16. Приступа Є. Н., Левків В. І. Особливості проведення українських народних ігор і улюблених дітей дошкільного і молодшого шкільного віку. Тези II Всеукраїнської науково-практичної кон-

ференції "Сучасні проблеми розвитку теорії та методики спортивних та рухливих ігор". - Львів, 1997. - С. 60.

АНОТАЦІЇ

Левкін В. І. Використання засобів української народної фізичної культури у фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту по спеціальності 24.00.02 - Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. Болонський державний університет імені Лесі Українки, Луцьк, 1998.

В дисертації проаналізовано особливості функціонування засобів української народної фізичної культури в житті дітей і молоді, визначено стан їх впровадження у фізичне виховання дітей молодшого шкільного віку, розроблено методичні рекомендації для ефективного застосування засобів української народної фізичної культури у фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку, розроблено підходи до педагогічної класифікації засобів української народної фізичної культури.

Ключові слова: засоби української народної фізичної культури, фізичне виховання, молоді школярі, методичні рекомендації, класифікація

Левкин В. И. Использование средств украинской народной физической культуры в физическом воспитании детей младшего школьного возраста.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности - 24.00.02. - Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения. Болонский государственный университет имени Леси Украинки, Луцк, 1998.

В диссертации проведен анализ особенностей функционирования средств украинской народной физической культуры в жизни детей и молодежи, определена степень их внедрения в физическое воспитание детей младшего школьного возраста, разработаны методические рекомендации для эффективного использования средств украинской народной физической культуры в физическом воспитании детей младшего школьного возраста, разработаны подходы к педагогической классификации средств украинской народной физической культуры.

Ключевые слова: средства украинской народной физической культуры, физическое воспитание, младшие школьники, методические рекомендации, классификация.

Levkiy V.I. The using of the facilities of the ukrainian national physical culture in the physical education of children at the age of 7-10.

Thesis submitted for Candidate's Degree in Physical Education and Sport in speciality 21.09.02 - Physical Culture, Physical Education various group of the population. Volyn State University named after Lesya Ukrainka, Lutsk, 1998.

This thesis performed analysis of the peculiarities of the functionality of the facilities of the ukrainian national physical culture in the life of children and young people, researched the state of their adoption in the physical education of children at the age of 7-10, developed the methodological recommendations of the effective application of the facilities of the ukrainian national physical culture in the physical education of children at the age of 7-10, developed the approaches to the pedagogical classification of the facilities of the ukrainian national physical culture.

Key words: the facilities of the ukrainian national physical culture, the physical education, children at the age of 7-10, methodical recommendations, classification.

Надруковано до друку 08.05.98 р. Формат 60-84/16. Обсяг 1.0 друк. арк.
Зам. № 235. Тираж 100 прим.
Відруковано офсетним способом в друкарні УАД
м.Львів, вул. Личаківська, 3