

4513 (4YKР)

Б-752

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ІНСТИТУТ  
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

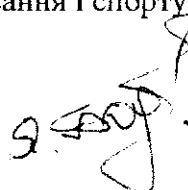
**БОДНАР Ярослав Богданович**

УДК 796.011(477)

**ТЕОРЕТИЧНІ ТА МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ МОЛОДІ ГАЛИЧИНИ  
КІНЦЯ ХІХ — ПОЧАТКУ ХХ СТОЛІТТЯ  
(до 1939 р.)**

24.00.02 — фізична культура,  
фізичне виховання різних груп населення

**Автореферат**  
дисертації на здобуття наукового ступеня  
кандидата наук з фізичного виховання і спорту



Львів — 2002

**Актуальність дослідження.** У Цільовій комплексній програмі «Фізичне виховання — здоров'я нації» відзначається, що сьогодні в Україні склалась критична ситуація зі станом здоров'я. Заданими Бугайова В.М., Лагутіна А.Ю., Рогожина О.П. (1996), Зивальського В.І. (1997), Анапасейка Г.Л. (1999), Крушевич Т.Ю. (2001) майже 90% дітей дошкільного віку, школярів та студентів мають відхилення у стані здоров'я, понад 50% — незадовільну фізичну підготовленість. Тривалість життя чоловіків і жінок на 10-15 років менша, ніж в економічно розвинутих країнах. Отже, існуюча система фізичного виховання не задовольняє потреби населення у фізичному розвитку. Тому не випадково в останні роки з'явилося чимало праць, присвячених пошуку шляхів його вдосконалення. Одним із таких шляхів є вивчення спадщини минулих поколінь у цій сфері.

Проголошення незалежності України дало поштовх до вивчення цієї теми. Зокрема, у працях І. Андрухова (1995), О. Вацеби (1997), О. Винничука (2001), В. Кравця (1994), Є. Приступи (1996), Г. Стуларика (1994), Б. Трофим'яка (1997), А.Цюся (2000) проаналізовано діяльність молодіжних та спортивних товариств, клубів, гуртків, секцій, команд у період кінця ХІХ — початку ХХ століття. Проте потреба у подальшому вивченні та осмисленні цього процесу не втрачає актуальності й сьогодні, оскільки згадувані дослідники розглядали переважно історичні аспекти цієї проблеми, її ідеологічні засади, зв'язки з національно-визвольним рухом і недостатньо висвітлювали теоретичні і методичні основи тіловиховання.

Актуальність дослідження досвіду фізичного виховання минулого зумовлюється й тим, що результати такої праці допоможуть простежити зміни форм, методів та засобів структури тіловиховання і водночас створять передумови поповнення сучасної методики вичисними цінностями національної системи фізичного виховання молодого покоління, несправедливо забутими й, до певної міри, втраченими.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційне дослідження проводилося відповідно до теми 1.2.11. Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 1998-2000 рр. Державного комітету з фізичної культури і спорту «Оптимізація процесу фізичного ви-

6.33

ховання шкільної молоді» та відповідно до теми 2.1.7. Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2001–2005 рр. Державного комітету молодіжної політики, спорту і туризму.

**Об'єктом дослідження** є процес фізичного виховання молоді, його теоретичні та методичні засади наприкінці ХІХ — початку ХХ століття (до 1939 р.).

**Предмет дослідження** — принципи, засоби, форми, зміст фізичного виховання молоді Галичини наприкінці ХІХ — початку ХХ століття (до 1939 р.).

**Метою роботи** є дослідження теоретичних і методичних засад фізичного виховання молоді та визначення можливості і шляхів їх використання у вихованні шкільної та студентської молоді.

**Завдання дослідження:**

— визначити передумови зародження науково-методичної думки в галузі фізичного виховання в Галичині наприкінці ХІХ — початку ХХ століття (до 1939 р.);

— охарактеризувати розвиток теоретичної думки щодо фізичного виховання у працях провідних українських педагогів Галичини;

— дослідити основні принципи, засоби, форми фізичного виховання молоді;

— виявити специфічні особливості організації фізичного виховання молоді в Галичині в означений період.

**Основні методи дослідження:**

— теоретичний аналіз фактів у фізкультурно-спортивному русі молоді в досліджуваній період;

— порівняльний аналіз;

— реферування, конспектування та ануотація друкованих періоджерел (періодика, брошури, монографії, автореферати, дисертації, архівні документи);

— класифікація, узагальнення та систематизація досліджуваних матеріалів;

— бібліографування.

**Джерельну базу дисертації** складають фонди Центрального державного історичного архіву України у м. Львові, Державного архіву Львівської області, відділу україністики та рідкісної книги Львівської наукової бібліотеки імені В. Стефаника, наукової бібліотеки Львівського національного університету імені

І.Франка, наукової бібліотеки імені І.Франка (м.Івано-Франківськ), української періодики (газети, часописи), довідниково-бібліографічна література, збірники документів, автореферати дисертацій та дисертаційні дослідження, інші наукові праці (монографії, статті, брошури, матеріали доповідей тощо), праці вітчизняних педагогів, присвячені проблемам формування і розвитку процесу тіловиховання молоді Галичини І.Боберського, С.Іваницька, Я.Ільядського, С.Горука, Е.Жарського, О.Тисовського, П.Франка та Т.Франка, І.Юцишина та інших.

**Наукова новизна дослідження.**

— вперше виявлено теоретичні засади і методичні особливості фізичного виховання молоді Галичини наприкінці ХІХ — початку ХХ століття (до 1939 р.);

— введено в обіг нові, не досліджені раніше, документи, історичні факти, котрі дадуть змогу створити об'єктивне, цілісне уявлення про формування і розвиток тіловиховання української молоді Галичини в означений період;

— досліджено можливість і доцільність використання окремих елементів системи фізичного виховання молоді Галичини наприкінці ХІХ — початку ХХ століття (до 1939 р.) в сучасних умовах становлення національної системи фізичного виховання.

**Практичне значення дослідження** полягає в тому, що основні положення і висновки можуть використовуватися в процесі фізичного виховання учнівської, студентської молоді також у процесі викладання теорії і методики фізичного виховання, історії фізичної культури у вищих навчальних закладах фізичного виховання.

**Особистий внесок автора** полягає у дослідженні теоретичних та методичних засад фізичного виховання молоді в означений період.

**Апробація результатів дослідження** здійснювалась шляхом їх оприлюднення на міжнародних, всеукраїнських, міжвузівських наукових та науково-практичних конференціях: «Молода спортивна наука України» (Львів, 2000, 2001, 2002 рр.), «Оптимізація процесу фізичного виховання в системі освіти» (Тернопіль, 2000 р.), «Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні» (Рівне, 2001), «Кінезіологія в системі культури» (Івано-Франківськ, 2001 р.), а також на науково-практичних конференціях професорсько-викладацького складу Тернопільсько-

го державного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка в 1999-2001 рр., публікацій основного змісту роботи в наукових часописах.

**Публікації.** Основні положення дослідження відображені у 8 публікаціях, усі одноосібні, 4 праці надруковані у наукових фахових виданнях України.

**Структура і обсяг роботи.** Дисертація складається із списку скорочень і тлумачного словника, вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків. Основний обсяг дисертації складає 151 сторінку. У роботі використано 218 літературних джерел, вона містить 4 таблиці, 3 схеми, 9 додатків.

### ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У **вступі** обґрунтовано актуальність теми, визначено хронологічні межі, джерельну базу дослідження, об'єкт, предмет, мету, завдання, розкрито наукову новизну і практичне значення роботи, наведено дані про апробацію результатів дослідження.

У **першому розділі** «Теоретичні засади фізичного виховання молоді Галичини кінця ХІХ — початку ХХ століття (до 1939 р.)» розкриваються соціально-економічні та ідеологічні передумови формування й розвитку фізичного виховання. Відзначається, що поневолення українського народу протягом багатьох віків відобразилося на його політичному, соціально-економічному та культурному рівнях. Колоніальне становище Галичини, її економічна відсталість, кріпосницькі пережитки зумовили характер та особливості суспільно-політичного та національно-культурного руху в краї. Складні матеріально-економічні та соціально-культурні умови життя українського населення Галичини у цей період спричинили руйнівні-нешадний вплив на фізичний та духовний розвиток молоді. 74% населення краю становили неграмотні люди. На 220 жителів припадав один шкільник, а на 1500 — одна початкова школа. Політичне безправ'я, моральний занепад вимагали заходів для відродження духовних сил народу, його самосвідомості.

В умовах чужоземного поневолення фізичне виховання було одним чинником гармонійшого розвитку духу і тіла, національної свідомості, організованості, відродження традицій виховання молоді, здатної до визвольних змагань за незалежність України.

Виявлено, що формування і розвиток українського фізично-

го виховання під час австро-угорського та польського панування здійснювалось на громадських засадах шляхом самовідданої праці національно свідомою інтелігенцією, окремими особистостями, студентами. Завдяки їхній жертволюбній діяльності у галицькому краї було створено густу мережу культурно-освітніх, господарських, молодіжних і спортивних товариств та організацій, які сприяли розвитку національної свідомості, утвердженню людської гідності.

Метою фізичного виховання було сприяти фізичному і духовному розвитку людини, зміцненню її здоров'я, підготовці до боротьби за визволення від колоніального гніту.

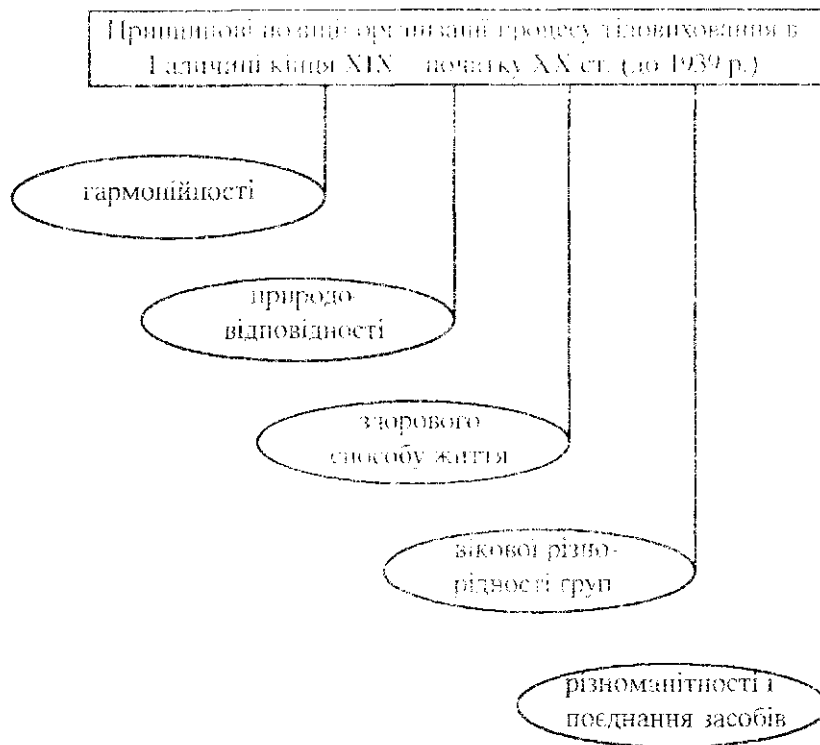
Завдання фізичного виховання галицької молоді полягало у збільшенні спортивного, всебічно розвинутого організму, вихованню таких рис характеру як сили волі, сміливості, витривалості, дисципліни, колективізму, а також у допомозі позбутись шкідливих звичок і спрямувати молодь до доцільних занять за інтересами.

Визначальною умовою функціонування будь-якої системи, в тому числі і системи фізичного виховання, були і є висококваліфіковані фахівці-професіонали, ведені своїй справі. Вони були носіями всіх її цінностей і приводили її в рух. Історичну місію передавання надбань попередніх поколінь наступним здійснював учитель — справжній творець живого педагогічного процесу, в якому все перебуває в постійному русі.

Відзначено, що учитель має право вчити дити, поки вчиться сам, дити не повинен зупинятися у своєму професійному зростанні. Галицький учитель у своїй діяльності приділяв увагу не лише вихованню фізичних і духовних здібностей молоді людини, але й національному вихованню. Вчителі руханки, як і вчителі інших дисциплін, покликані були не тільки передавати молодим зорікам і зорічкам знання, навчити їх могозь конкретною, але й збагатити їхню свідомість, яка лише формувалася, вишуканими духовними цінностями, пробудити в них вчребу дбати про своє здоров'я. У роботі відображено жертвову працю видатних постатей Галичини — Шоберського, С.І.айдучка, С.Жарського, К.Тривльовського, Н. і Г. Франків, і Юліянина, які зробили вагомий внесок у розвиток теоретичних і методичних засад фізичного виховання молоді.

Принципами називають найбільш загальні положення, що покладені в основу окремої теорії, вчення, науки, світогляду, а

також внутрішні переконання людини, практичні, моральні й теоретичні засади, якими вона керується у житті і діяльності. У ході дослідження вдалося визначити такі принципові позиції, які лежали в основі процесу фізичного виховання у Галичині в означений період (рис. 1).



*Рис. 1. Схеми принципів фізичного виховання в Галичині кінця XIX – початку XX ст. (до 1939 р.)*

Принцип гармонійності орієнтував фізичне виховання молоді на формування всебічного розвитку її духовних і фізичних сил. При цьому шлях до всебічного фізичного розвитку не розглядався як рівномірний розвиток усіх фізичних якостей, а як переважачий розвиток певної фізичної якості в оптимальному співвідношенні з іншими. Реалізація принципу в процесі фізичного виховання забезпечувалась засобами та методами, які гарантували розвиток молоді людини, враховуючи її індивіду-

людям дабажати та створювали багатий фонд життєво важливих рухових умінь та навичок.

Вивчено, що реалізація принципу природовідповідності у досліджуваний період відбувалась через заняття фізичними вправами з використанням природних сил і водночас, враховуючи багатогранну і цілісну природу людини, її духовні, психічні і тілесні особливості. Формування відлуття природи — процес багатогранний, який включає безпосередній вплив природи на людину при контакті з нею і опосередкований вплив через різноманітні види діяльності людини в ній.

Принцип природовідповідності був і залишається тією основою, яка забезпечує досягнення гармонійного співвідношення між природою і людиною та вимагає врахування багатогранної і цілісної природи людини у ході її розвитку.

Зроблено висновок, що завдання фізичного виховання полягає не лише в тому, щоб розвинути рухові якості, але й сприяти зміцненню здоров'я. Якби завдання не вирішувалися у процесі фізичного виховання, головним залишалось досягнення оздоровчого ефекту. При цьому активне ставлення до здоров'я включає не тільки звичку до систематичного заняття фізичними вправами, дотримання режиму дня, гігієни харчування, а й нові заперечення шкідливих звичок.

Протягом кінця XIX — початку XX століть (до 1939 р.) у такий чи інший спосіб відбувалось чимало масових заходів, у яких брали участь не лише хлопці і дівчата, які досягли фізичного розвитку, але й поруч з ними свої змінні демонстрували юні хлопчики і дівчатка, а також сивочолі чоловіки та жінки. Зазвичай, заходи проходили за участю людей різного віку, адже обов'язком руханково-спортивних товариств було «...вивабити людей з поза несі та з кутів хати і сировадити їх разом на середину села. Нехай молоді побігають і поскачуть, нехай старі натішатся ними і пригадають собі молоді літа, нехай всі почувують, що належать до себе» (І.Боберський, 1908 р.).

Велика роль як різновіковому спортивному осередку належала сім'ї. У процесі сімейного виховання формувались якості, які іншими учасниками виховання дитячої особистості не могли бути успішно зреалізовані. Спільна участь членів сім'ї чи родичів служила дійовою пропагандою фізичної культури, сприяла вихованню інтересу та усвідомлення потреби занять фізичними вправами широких верств населення.



У фізичному вихованні мелодії на зламі ХІХ — ХХ століть характерним було комплексне використання засобів, причому провідним засобом фізичного виховання були фізичні вправи. Проте ефективність фізичного виховання молоді залежала не лише від правильного виділу на її організм обсягу та інтенсивності навантажень, але й від різноманітності та їх поєднання. Зокрема, музика супроводжує людину протягом усього її життя. В ній виявляються глибокі і блискучі переживання людей, пов'язані з людськими вадминами, побутом, дозвіллям. Ті, хто виконували фізичні вправи під супровід музики чи співу, отримували естетичну насолоду і радість рухів не лише шляхом зорового сприйняття, але й м'язевого відчуття.

Під час танців, що є комплексним виявом ходьби, бігу та стрибків, ритм мелодії передається рухом тіла.

У **другому розділі** «Методичні основи фізичного виховання Галичини кінця ХІХ — початку ХХ століття (до 1939 р.)» проаналізовані засоби, форми та особливості фізичного виховання, розкривається зміст терміну «руханка», яким часто послуговуємося у дисертації. Різні автори (М.Валківський, Я.Благітка, І.Боберський) по-різному тлумачили цей термін, але в усіх тлумаченнях присутня активність людини як основний засіб вирішення завдань фізичного виховання.

Встановлено, що фізична праця і руханка впливають на розвиток м'язів тіла і це є головною їхньою спільною рисою. Істотною відмінністю між ними є те, що за щоденної фізичної праці організм людини викає до однакових рухів. Проте, коли доводиться виконувати інший рух, то він дається нелегко. Цьому запобігає руханка, яка відповідними вправами цюкає тіло всебічно.

З'ясовано, що фізичні вправи як головний засіб фізичного виховання характеризуються спрямованою повторюваністю дії з метою впливу на фізичну і психічну сфери людини. Причому, фізичні вправи ефективно впливають лише за умови правильного їх проведення, коли виправляється все тіло.

Виявлено, що серед засобів фізичного виховання левову частку займали забави та ігри — особливий бік дитячого життя. Через них дитина відкривала свою жагоду до руху і немовби проходила вступні «лекції тіловиховання». Цінність забав та ігор полягає в тому, що вони надавали можливість на довільний рух. Завдяки своїм тіловиховним цінностям забави та ігри були

не лише почав кожним етапом до вищих ступенів фізичного виховання, але й довідченому спортсменові чи навіть ветеранові спорту служили для підтримання належної спортивної форми, фізичних кондицій. Водночас щодо кожаного м'яча (футболу), припускалося, що в цю гру можуть грати з користю для здоров'я лише фізично добре підготовлені юнаки, досягнувши 18-річного віку.

Доведено, що для реалізації завдань фізичного виховання було характерне комплексне використання засобів, у тому числі природних сил і істотних чинників з акцентом на заняття фізичними вправами на свіжому повітрі.

У процесі наукових пошуків встановлено, що головними формами фізичного виховання у школах, гімназіях, семінаріях були уроки руханки (рис. 2). Вони проводились один або два рази

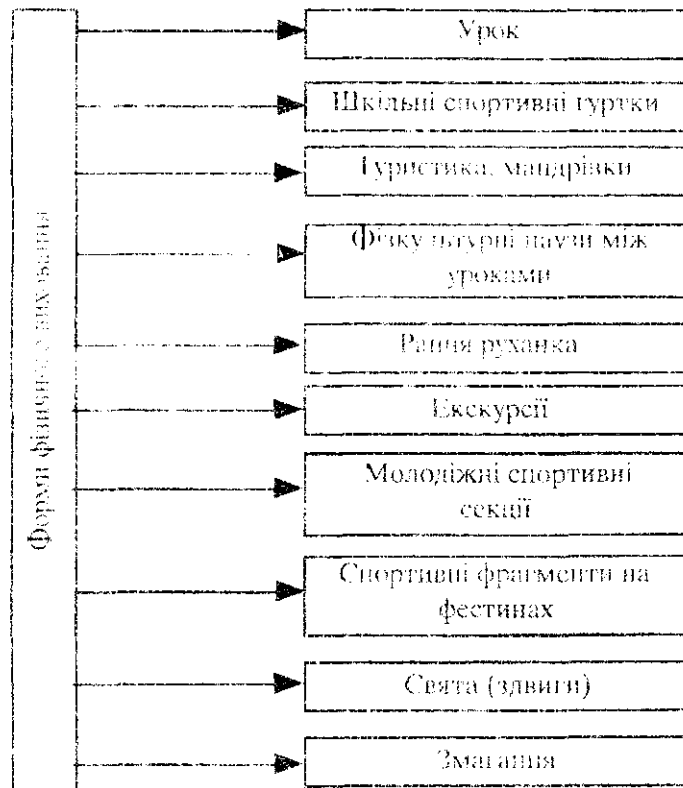


Рис. 2. Схеми форм фізичного виховання в Галичині кінця XIX – початку XX ст. (до 1939 р.)

підтижня. Не було єдиної методики викладання руханки, хоча в більшості наземальних закладів Галичини заняття проводилися за методом сокільської гімнастики.

Проте уроком фізичне виховання лише починалося. Його продовженням була позакласна і позашкільна діяльність.

У дослідженні відображено діяльність спортивних гуртків, спортивних секцій, таких форм організації занять фізичними вправами, як мандрівки, фізкультурні паузи між уроками, ранкова гімнастична зарядка. Описано проведення таких масових заходів, як фестивалі, сокільські січові тундри, спортивні свята, змагання з різних видів спорту, руханкові виступи.

Будь-який захід має свою мету і завдання. Цікавим за метою було проведення спортивних днів українських середніх шкіл у Львові. Їх організація мала на меті пропаганду фізичного виховання не лише серед школярів, а й серед спільноти родичів та онікунів. Річ у тому, що батьки дещо з іронією ставилися до занять фізичними вправами. А відвідавши свято, родичі ставали свідками організованого дійства, у якому дітворі радо брала участь в іграх, забавах.

Такі заходи не втратили актуальності й сьогодні, коли суцільство неналежно оцінює значення фізичної культури.

У розділі відображені особливості організації фізичного виховання жінок-галичанок. Виявлено причини, які спонукали дівчину, жінку до занять фізичними вправами. По суті, на жінку природа поклала значно більшу відповідальність, ніж на чоловіка. Фізичне виховання жінок у дослідженні період розглядалося у двох аспектах. Перший — підготувати жінку до виконання нею функції щодо продовження роду. Відповідно до цього майбутня мати повинна вже від дитячих років готуватися, дбаючи про розвиток свого тіла. Другим аспектом є те, що мати повинна виховати дитину здоровою, готовою долати перешкоди, які траплятимуться на її життєвому шляху. «Через жінку можна оздоровити цілий народ. Жінка й мати може привести на світ здорове покоління, як вихователька — покермувати дальшим здоров'ям дітей та впоїти в них переконання, що здоров'я — це скарб, що є власністю не лише даної дитини, але цілого народу» (О.Суховерська, 1924).

Виявлено розуміння тодішніх організаторів, що заняття фізичними вправами жінок, на відміну від занять чоловіків, повинні мати інший характер, що зумовлюється особливим ста-

новищем жінки як березни реду, сім'ї. Жінки характерні рухи тіла чи поодиноких його «виступів» як «дринні, плачущі, естетичніші». Однак в час Першої світової війни жінка вимушена була виконувати і деякі «мужеські заняття», які не сумісні з будовою її тіла. Це призвело до втрати вищезазначених прикмет жіночого руху. Тому через фізичні вправи, ігри, відповідно до сили і можливостей жінки, слід було повернути втрачені якості.

Нюкавше, як влаштовувались заходи жіноцтвом, організованим у Союзі українок, а саме: щорічне проведення повітових змагань, де сотні молодих дівчат у національних строях під мелодії пісень виконували вільноручні вправи, організовувались «Дні селянки», під час яких вправляло чимало дівчат і жінок, традиційними були руханкові вечори.

Ефективним засобом фізичного виховання жінок був спорт. Він учив громадянського співжиття, зміцнював здоров'я та силу, працездатність, виховував рішучість, силу волі. Проте у досліджений період організації жіночого спорту приділялось недостатньо уваги і, зокрема, невідповідність учасниць різноманітних змагань була пов'язана із незадовільним станом грекувального процесу. В ті часи дотримувались думки, що жінки у змаганнях можуть брати участь лише досягнувши 18 років (В. Жарський, 1929 р.).

Перші жіночі легкоатлетичні змагання в Галичині відбулися у межах VI Запорізьких ігор 20 травня 1925 р. у Львові. В них взяло участь 27 спортсменок і змагались вони з 7 видів програми (табл. 1).

Таблиця 1  
Результати перших легкоатлетичних змагань жінок  
20.05.1925 р.

Вид легкої атлетики	Кількість учасників	Кращий результат
Біг 60 м	14	9,4 сек.
Штовхання кулі	7	7,58 м
Стрибок у висоту	10	1,20 м
Метання спису	4	19,47 м
Стрибок у довжину	11	4,02 м
		(галицькоукраїнський рекорд)
Метання диска	6	20,51 м
Естафета 4 x 50	2 команди	36,8 сек.

Ші змагання були характерні тим, що кожна з учасниць могла виступити в декількох видах. Це свідчило про різнобічну підготовку окремих спортсменок. Проте результати у більшості видів програми були доволі низькими.

## ВИСНОВКИ

1. Пошукові шляхи виведення системи фізичного виховання з кризового стану присвячено чимало праць науковців, чільне місце серед яких посідають дослідження еталонової минулих поколінь у цій сфері.

Аналіз наукової літератури засвідчує, що сьогодні в достатній мірі досліджені соціально-економічні передумови, ідеологічні та організаційні чинники фізичного виховання, його зв'язки з національно-визвольним рухом. Проте майже не дослідженими залишилися теоретичні та методичні засади фізичного виховання молоді Галичини кінця XIX — початку XX століття (до 1939 року).

2. Економічна відсталість галицького краю суттєво позначалася на суспільно-політичному та національно-культурному рухах, що викликало потребу оберести молодь від фізичної та моральної деградації в умовах національного гніту австрійської адміністрації та польської влади.

Серед шляхів протистояння духовному і фізичному знищенню українського народу особливе значення мали:

а) народовський, просвітницький рух — як провісник національного відродження українців;

б) руханково-гімнастичні і руханково-спортові товариства «Сокіл», «Січ», «Луг», організація «Пласт» — вагомі чинники тілесного і духовного виховання молоді;

в) легіон «Українські Січові Стрільці» — як предтеча формування української армії.

Завдяки самовідданій теоретичній та організаторській діяльності представників національно свідомої інтелігенції, галицьких педагогів, лідерів спортивно-гімнастичного руху І.Боберського, К.Трильовського, С.Гайдучка, Е.Жарського, Петра і Тараса Франків, І.Ющипина фізичне виховання носіло чільне місце у процесі формування молодих українських галичан. Справжнім прикладом відданості рідному народові, боротьбі за його культурний розвиток була активна і змістовна діяльність Івана

Боберського — голови гімнастичного товариства «Сокіл» у 1901-1920 рр. Його постать є однією з найяскравіших у формуванні і розвитку спортивно-гімнастичного руху в Галичині.

3. В основі тіловиховання у дослідженні верхові лежали принципи гармонійності, природовідповідності, здорового способу життя, вікової рівнорідності груп, різноманітності засобів та їх поєднання, яким підпорядковувався процес фізичного виховання молоді галицького краю.

4. Як засоби фізичного виховання в означений період використовувались фізичні вправи, природні сили та гігієнічні чинники, які детермінують функціональний стан людського організму. При цьому найкращого результату досягалось там, де для вирішення завдань фізичного виховання використовувався комплекс засобів. У цьому зв'язку рекомендувалось спиратися на реформаторський рух у тілесному вихованні, який віддавав перевагу дитячим іграм над гімнастичними вправами, спрямовував на боротьбу з шабляном та муштрою, застерігав щодо можливості виховання негативних рис особистості у разі неправильного педагогічного керівництва заняттями.

5. У досліджуваній роки справедливо зауважувалось, що рухова діяльність за певних умов може шкідливо впливати на організм людини. Серед причин наводились самобільний вплив фізичних вправ та відсутність фахового нагляду.

Доведено, що сили природи та гігієнічні норми *доповнюють* і підсилюють вплив фізичних вправ на людський організм. Наголошувалось на потребі безпечного контролю під час занять фізичними вправами.

6. Основною формою організації занять шкільної молоді були уроки руханки, які провадились, зазвичай, на свіжому повітрі. При цьому в різних навчальних закладах кількість уроків була неоднаковою. Якщо працювало два вчителі, то заняття провадились окремо з хлопцями і дівчатами. Не було єдиної методики руханки, хоча в більшості шкіл заняття будувались за методом сокільської гімнастики.

Уроками процес фізичного виховання лише розпочинався. Його розвиток продовжувався у таких формах, як шкільні спортивні гуртки, молодіжні спортивні секції, фізкультурні паузи між уроками, рання руханка, мандрівки, екскурсії, фестивали, свята, змагання. Водночас масові заходи (фестивали, свята, змагання) певно пропагували фізичну культуру серед широкого кола.

демонстрували красу й силу, організованість людей.

7. Початок XX ст. охарактеризувався тим, що більша частина галицьких жінок не брала участі в політичному та громадському житті. Тому одним із шляхів завоювання українською жінкою свого місця у спільноті була її участь у фізкультурному і спортивному житті краю. Особливість фізичного виховання жінок полягала в тому, щоб повернути втрачені внаслідок Першої світової війни прикмети жіночого руму, а також у підготовці до виконання їх функцій щодо продовження роду і виховання здорової дитини, готової долати життєві перешкоди.

8. Аналіз теоретичних і методичних засід фізичного виховання молоді Галичини наприкінці XIX — початку XX ст. (до 1939 р.) дає підстави стверджувати, що в той час функціонувала своєрідна система фізичного виховання, якій були притаманні такі основні ознаки: чітке формулювання мети і завдання, визначені засоби фізичного виховання, форми його організації та принципи побудови.

9. Підвищення ефективності функціонування національної системи фізичного виховання на сучасному етапі можуть служити основні положення тіловиховання молоді у дослідженій період. Серед них наведемо такі:

— комплексне використання засобів, тобто поєднання різноманітних фізичних вправ з оздоровчими силами природи та гігієнічними нормами, що визначало пріоритетність розв'язання оздоровчих завдань у процесі тіловиховання;

— єдність дій батьків, учителів, лікарів, громадських організацій, церкви в процесі фізичного виховання підростаючих поколінь;

— проведення масових фізкультурно-оздоровчих заходів із залученням учасників різного віку та статі;

— використання фізкультурно-спортивних фрагментів у культурних заходах, що сприяло поєднанню фізичних вправ і музики, формуванню естетичних смаків і вихованню патріотичних почуттів;

— пропаганда значущості тіловиховання для становлення особистості, здатної успішно діяти в усіх сферах життєдіяльності;

— поєднання впливів на фізичну і духовну сфери молоді в усіх заходах і формах тіловиховання;

— використання фізичних вправ як засобу боротьби із шкід-

ливими впливами на учнів навчальної діяльності у школі;

— спрямування вчителів на потребу забезпечувати в процесі виховання теоретичну підготовку учнів та їх активну участь у навчанні.

### Список опублікованих праць за темою дисертації

1. Боднар Я. Проблеми фізичного виховання української молоді Східної Галичини на чинах «Сокільських вістей» (1928-1939 рр.) // Матеріали Міжнародної наукової конференції «Молода спортивна наука України». — Львів, 2000. — С. 48-50.

2. Боднар Я. Періодична преса Галичини про фізичне виховання учнівської молоді // Фізичне виховання в школі. — 2001. — № 3. — С. 45-47.

3. Боднар Я. Проблеми фізкультурно-спортивних запитів жінок Східної Галичини (кінець XIX — початку XX ст.) // Матеріали Міжнародної наукової конференції «Молода спортивна наука України». Том 1. — Львів, 2001. — С. 12-17.

4. «Пласт» у житті галицької молоді // Матеріали міжнародної наукової конференції «Молода спортивна наука України». Том 1. — Львів, 2002. — С. 5-7.

5. Боднар Я. Часопис «Учитель» — організатор фізичного виховання в народній школі // Наукові записки Тернопільського державного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. — 1999. — № 6. — С. 89-91.

6. Боднар Я. Теоретико-методичні основи фізичного виховання в працях Б.Жарського // Наукові записки Тернопільського державного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. — 2000. — № 7. — С. 12-15.

7. Боднар Я. Іван Ювінішві і його внесок у розвиток теоретичних і методичних засад фізичного виховання молоді // Збірник наукових праць Міжнародного університету «РІТ»». — Рівне, 2001. — С. 14-16.

8. Боднар Я. Природні сили та гігієнічні фактори як засоби фізичного виховання молоді Галичини (кінець XIX — початку XX ст.) // Тези доповідей Всеукраїнської науково-практичної конференції «Кінематика в сфері культури». — Івано-Франківськ, 2001. — С. 16-17.



16  
АНОТАЦІЇ

**Болнар Я.Б.** Теоретичні та методичні засади фізичного виховання молоді Галичини кінця ХІХ — початку ХХ століття (до 1939 р.). 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, 2002.

У дисертації розглянуті особливості зародження, формування і розвитку національної системи тіловиховання. Вивчені принципи, засоби, форми фізичного виховання молоді галицького краю. У роботі відображена праця видатних постатей Галичини та їх внесок у розвиток теоретичних і методичних засад фізичного виховання молоді.

**Ключові слова:** принципи, засоби, форми, система тіловиховання, фізичне виховання.

**Болнар Я.Б.** Теоретические и методические основания физического воспитания молодежи Галичины конца ХІХ — начала ХХ ст. (до 1939 г.). Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.02 — физическая культура, физическое воспитание различных групп населения. Львовский государственный институт физической культуры. Львов, 2002.

Защитается рукопись, которая содержит исследование проблемы воспитания молодежи Галичины конца ХІХ — начала ХХ века (до 1939 г.).

В первом разделе «Теоретические основания физического воспитания молодежи Галичины конца ХІХ — начала ХХ века (до 1939 г.)» рассматриваются социально-экономические и идеологические предпосылки становления и развития физического воспитания.

Обнаружено, что во время австро-венгерского и польского правления формирование украинского теловоспитания проходило на общественных началах через самоотверженный труд представителей интеллигенции, благодаря которым образовалась густая сеть культурно-просветительских, хозяйственных, молодежных и спортивных обществ. Раскрыта деятельность

И. Боберского, К. Трилёвского, С. Гайдучка, Э. Жарского, П. и Т. Франко, И. Юцишина. Настоящим примером служения родному народу, борьбы за его культурное развитие была активная и содержательная деятельность И. Боберского — председателя гимнастического общества «Сokol» в 1901-1920 гг. Его личность по праву занимает ведущее место в становлении и развитии спортивно-гимнастического движения в Галичине.

В диссертации рассмотрены особенности возникновения, становления и развития национальной системы теловоспитания. Изучены принципы, средства, формы физического воспитания молодежи галицкого края. В работе отражена деятельность видных личностей Галичины и их вклад в развитие теоретических и методических оснований физического воспитания молодежи.

В исследовании раскрыта роль учителя в процессе физического воспитания молодежи. Глубоко проанализированы принципы строения процесса физического воспитания юношей и девушек галицкого края.

Во втором разделе «Методические основания физического воспитания молодежи Галичины конца XIX — начала XX века (до 1939 г.)» анализируются средства физического воспитания, их формы и особенности занятий женщин физическими упражнениями.

Установлено, что основным средством физического воспитания служат физические упражнения, вспомогательными — силы природы и гигиенические факторы. При этом наибольшей эффективности можно достичь при комплексном использовании средств. Исследовано, что главными формами организации процесса теловоспитания были уроки «руханки», которые олицетворяли лишь начало занятий в режиме школьного дня. Их продолжением были внеклассная и внешкольная деятельность.

В диссертации проанализированы особенности занятий физическим воспитанием женщин в исследуемый период, показана роль женщин Галичины в деятельности спортивных обществ, роль Союза украиннок в воспитании молодого поколения.

Основные положения физического воспитания молодежи конца XIX — начала XX века (до 1939 г.) могут быть использованы для разработки концептуальных оснований теловоспи-

тания в современных условиях.

**Ключевые слова:** принципы, средства, формы, система теловоспитания, физическое воспитание.

**Войнар J.B.** Theoretical and methodical principles of physical training of the youth from Halychyna at the end of the 19<sup>th</sup> and the beginning of the 20<sup>th</sup> century (till 1939). Manuscript.

Dissertation for the candidate degree of physical training and sport in speciality 24.00.02. Physical culture, physical training of different groups of people. Lviv State Institute of physical Culture. Lviv, 2002.

The dissertation is devoted to the peculiarities of origin, formation and development of the national system of body training. The principles, means and forms of physical training of the youth from Halychyna are studied in it.

The work of famous personalities from Halychyna and their contribution into the development of theoretical and methodical principles of physical training are reflected here.

**Key words:** principles, means, forms, system of body training, physical training.

6