

## ІСТОРИЧНА РОЛЬ СОКІЛЬСЬКОГО РУХУ У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Андрій ЛЕОНЕНКО

*Сумський державний педагогічний університет ім. А.С. Макаренка*

**Мета дослідження:** розглянути форми і засоби Сокільського руху для впровадження їх у програми фізичного виховання вищих навчальних закладів України.

Для досягнення цієї мети були визначені **завдання:**

- 1) Провести педагогічне дослідження по вивченню досвіду роботи з питань організації фізичного виховання вищих навчальних закладів України.
- 2) Розробити програму для вдосконалення фізичної та спеціально-фізичної підготовки сокільської молоді.
- 3) Визначити ефективність запропонованої програми.

**Методи дослідження:** аналіз літературних джерел, ретроспективний аналіз системи виховання сокільської молоді, аналіз навчальних планів та програм спеціалізації «Сокіл»; моделювання експериментальної програми.

**Анотація:** Сокільська система виховання як вид спеціалізації включає навчання та фізично-патріотичне виховання молоді, має на меті її підготовку до майбутньої педагогічної діяльності і передбачає: морально-вольову підготовку; психологічне виховання; патріотичне виховання юнаків; естетичне виховання; фізичну і спеціально-прикладну підготовку; валеологічну підготовку. Така підготовка є всебічною, оскільки вона формує високий дух студента спеціалізації „Сокіл”, та визначає суспільну сутність і особливий характер морального фактора.

**Ключові слова:** сокільський рух, фізичне виховання, підготовка, молодь.

**Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Кожна виховна система має свою історію, свою ідеологію. Започатковані принципи сокільської системи виховання досі є незмінними у сучасній системі фізичного виховання: принцип всебічного розвитку особистості, принцип патріотичного виховання, принцип оздоровчої направленості.

Нині, коли відчуваємо гостру потребу в чіткій концепції національного фізичного виховання, повертаємося до національних традицій виховання молоді, дане питання, на наш погляд, є актуальним, тому відродження Сокільського руху на Сумщині, яке пов'язане з фаховою направленістю освітньої діяльності Сумського державного педагогічного університету ім. А.С. Макаренка, дало можливість започаткувати й розвивати спеціалізацію „Сокіл” [2].

Вивченням розвитку Сокільства на Україні займалися (О.М. Вацеба, 1997; Л.В. Мазур, 1997; Богдан Трофим'як, 1998; П.М. Мартин, 1999).

**Мета дослідження:** розглянути форми і засоби Сокільського руху для впровадження їх у програми фізичного виховання вищих навчальних закладів України.

Для досягнення цієї мети були визначені **завдання:**

- 1) Провести педагогічне дослідження по вивченню досвіду роботи з питань організації фізичного виховання вищих навчальних закладів України.
- 2) Розробити програму для вдосконалення фізичної та спеціально-фізичної підготовки сокільської молоді.
- 3) Визначити ефективність запропонованої програми.

**Методи дослідження:** аналіз літературних джерел, ретроспективний аналіз системи виховання сокільської молоді, аналіз навчальних планів та програм спеціалізації «Сокіл»; моделювання експериментальної програми.

**Результати досліджень.** Сокільська система виховання складається з трьох основних елементів:

1. Ідейні основи Сокільства. Це – високогуманна ідея, закріплена в сокільській присязі, та виховний ідеал, який окреслений сокільським законом.

2. Сокільська метода. Надзвичайно доцільна і всебічна, випробувана довгими роками існування Сокільського руху.

3. Виховні засоби. Це зміст сокільської діяльності.

В реалізації сокільської виховної системи є одна основна вимога: всі елементи цієї системи повинні бути одночасно застосовувані. Два перші елементи є незмінними, бо їх неможливо модифікувати відповідно до бажань чи поглядів виховника. Третій елемент – засоби, можуть змінюватись відповідно до потреб. Можна застосовувати одні чи інші типи занять відповідно до зацікавлень молоді, при умові, що все повинно бути збалансовано згідно із загальними напрямками діяльності в Соколі.

*Мета «Соколу»* – сприяти всебічному, патріотично-фізичному вихованню та самовихованню української молоді на засадах християнської моралі; спираючись на ідейні засади Сокільського руху, виховати молодь свідомими, відповідальними і повновартісними громадянами місцевої, національної та світової спільноти, провідників суспільства. Щоб досягнути цієї мети, „Сокол” розвиває духовні, розумові, фізичні і соціальні прикмети своїх членів; плекає серед молоді традиції її предків і передання та розуміння її історії, культури та національних традицій [3].

Сокільська система патріотично-фізичного виховання молоді передбачає формування в людині наукового світогляду, фізичної підготовленості, глибоких переконань і твердих морально-психологічних принципів (рис. 1.).



Сокільська система виховання як вид спеціалізації включає навчання та фізично-патріотичне виховання молоді, має на меті її підготовку до майбутньої педагогічної діяльності і передбачає: морально-вольову підготовку; психологічне виховання; патріотичне виховання юнаків; естетичне виховання; фізичну і спеціально-прикладну підготовку; валеологічну підготовку;

Така підготовка є всебічною, оскільки вона формує високий дух студента спеціалізації „Сокіл”, яка визначає суспільну сутність і особливий характер морального фактора.

*Морально-вольова підготовка студентів спеціалізації „Сокіл”.* Морально-вольова підготовка здійснюється успішно, якщо процес виховання волі органічно погоджується з удосконаленням техніко-тактичної майстерності, розвитком фізичних якостей, інтегральною підготовкою студентів спеціалізації „Сокіл”, зміцнюється система моральних цінностей, переконань, ідейна стійкість, патріотизм, стійкість духу тощо.

У регулярній обов'язковій реалізації тренувальної програми і змагань, вирішальним є виховання спортивної працьовитості і професійного стилю організації занять.

*Психологічна підготовка студентів спеціалізації „Сокіл”.* Психологічна підготовка це формування у студентів спеціалізації „Сокіл” таких психологічних якостей, які дають їм змогу діяти у нестандартних ситуаціях якомога рішуче та правильно у складних і напружених умовах. Під такими психологічними якостями розуміють: психологічну мобільність і стійкість, точність сприйняття вражень, багатство відчуттів, силу волі та характеру, пам'ять, увагу, здатність зосереджуватися, тощо.

*Патріотичне виховання Сокільської молоді* – це систематична діяльність яка спрямована на формування у молоді патріотичної свідомості, почуття вірності своїй Вітчизні, готовність до виконання конституційного обов'язку по захисту інтересів Батьківщини.

Патріотичне виховання студентів спеціалізації „Сокіл” передбачає розвиток особистості, якій були б притаманні якості громадянина-патріота Батьківщини, здатного успішно виконувати громадянські обов'язки в мирний і воєнний час.

*Фізична і спеціально-прикладна підготовка Сокільської молоді.* Фізична підготовка є складовою частиною підготовки сокільської молоді, спрямованої переважно на зміцнення органів і систем організму, підвищення їх функціональних можливостей, розвиток рухових якостей (сили, швидкості, витривалості, гнучкості, спритності) з одночасним поліпшенням здатності координувати рухи, виявляти вольові якості, удосконалювати техніку виконання вправ.

Згідно з «Концепцією фізично-патріотичного виховання молоді», фізична підготовка, яку організують штатні викладачі та тренери – є окремим елементом державної системи фізичного виховання. Ось чому кожний фахівець фізичної підготовки повинен бути компетентним у питаннях державних нормативів з фізичної підготовки молоді [2].

Фізичну підготовку організують і забезпечують викладачі інституту фізичної культури та інструктори-вихователі, які сприяють їх фізичному розвитку і загартуванню, підвищенню психологічної стійкості, формуванню моральних якостей, впевненості у своїх силах і розширенню світогляду.

Система фізичної підготовки включає *загальну фізичну підготовку* (гімнастика, легка атлетика, плавання, марш-кидки, лижна та інші види підготовки) і *спеціальну фізичну підготовку* (заходи фізичного впливу, подолання смуги перешкод, виконання спеціальних вправ).

Зміст фізичної підготовки складають теоретичні знання, фізичні вправи, практичні навички та уміння. Основним засобом фізичної підготовки є фізичні вправи, виконання яких повинно поєднуватися з дотриманням гігієнічних вимог.

Реалізація завдань фізичної підготовки покладається на викладачів, на відповідні кафедри і цикли, і досягається на заняттях шляхом відпрацьовування відповідних розділів фізичної підготовки, а також під час фізкультурно-масових заходів, навчально-тренувальних зборів, занять у спортивних секціях, проведення змагань з різних видів спорту.

У ході фізичної підготовки одночасно вирішуються завдання виховання організованості, дисципліни, колективізму і товариської взаємодопомоги, формування стройової виправки і підтягнутості.

З метою підвищення рівня фізичної підготовки кожний студент спеціалізації „Сокіл” зобов'язаний регулярно відвідувати заняття з фізичної підготовки, брати активну участь у спортивних тренуваннях, зборах, змаганнях, фізкультурно-оздоровчих заходах, систематично робити зарядку, а під час перебування на канікулах займатися фізичною підготовкою самостійно.

Для організації занять і здачі нормативів з фізичної підготовки студенти даної спеціалізації щорічно проходять медичний огляд.

Планові навчальні тренування (теоретичні, практичні, комплексні, показові та ін.) заняття з фізичної підготовки проводяться шляхом індивідуального, групового, фронтального, поточно-го та інших методів, їх зміст визначається поставленою метою і чітко визначеними завданнями.

Самостійні заняття здійснюються за індивідуальними планами в обсязі програми з фізичної підготовки.

*Масові фізкультурно-спортивні заходи і секційні заняття з видів спорту* проводяться з метою залучення студентів до регулярних занять фізичними вправами, підвищення рівня спортивної майстерності та організації дозвілля. Вони включають фізкультурно-оздоровчі заходи і заняття в спортивних командах і секціях з видів спорту. Для роботи в спортивних командах і секціях призначаються інструктори (тренери) з видів спорту. Вони проводять навчально-тренувальні заняття і фізично-виховну роботу, ведуть облік роботи спортивної команди, секції.

Для підготовки до змагань організуються і проводяться *навчально-тренувальні збори* з найбільш підготовленими і кваліфікованими спортсменами спеціалізації „Сокіл”.

*Валеологічна підготовка.* Здоровий спосіб життя студентів спеціалізації „Сокіл” передбачає певний ритм життя і вид діяльності.

Режим дня студентів даної спеціалізації включає: постійний час підйому, виконання ранкової гігієнічної гімнастики і водних процедур, сніданок, час виходу на навчання, обідньої перерви і повернення додому, тренувальні заняття, виконання домашньої роботи, вечірньої прогулянки і відходу до сну.

Сьогодні спеціалізація "Сокіл" з новою силою набирає обертів, пропагандуючи здоровий спосіб життя і виступаючи гарантом безпеки і справедливості не лише в стінах рідного університету, а й далеко за його межами.

Тому, виникла потреба створити на базі спеціалізації „Сокіл”, *Сумське міське громадське об'єднання „Загін охорони громадського порядку „Сокіл”*. Цей загін зареєстровано рішенням виконавчого комітету Сумської міської ради №127 від 27.02.2003 р.

Згідно статуту: загін охорони громадського порядку і державного кордону створено відповідно до Закону України „Про участь громадян в охороні громадського порядку і державного кордону”.

Загін створено як громадське об'єднання на добровільних засадах з метою сприяння органам місцевого самоврядування, правоохоронним органам, прикордонним військам та органам виконавчої влади, захисті життя та здоров'я громадян, інтересів суспільства і держави від протиправних посягань, а також у рятуванні людей і майна під час стихійного лиха та інших надзвичайних ситуацій.

### Висновки

1. Сокільська система патріотично-фізичного виховання молоді передбачає формування в людині світогляду, глибоких переконань і твердих моральних принципів.

2. Фізична підготовка спеціалізації „Сокіл” спрямована на збереження здоров'я, творчої й трудової активності, всебічний розвиток фізичних якостей і життєво важливих умінь, необхідних для виконання поставлених завдань.

3. Створення на базі спеціалізації „Сокіл”, Сумського міського громадського об'єднання „Загін охорони громадського порядку „Сокіл” – це процес виховання та самовиховання при якому на найвищому рівні розвинуті такі якості, як мужність, сміливість, рішучість, здатність прийти на допомогу іншим, професійно захистити людей від будь – яких замахів на їх життя, честь і гідність.

### Література

1. Бака М.М., Корж В.П. Фізичне і військово-патріотичне виховання молоді / Навч.-метод. Посібник. – К.: ПВА «Книга пам'яті України», 2004. – 464 с., іл.

2. Бріжстий О.В., Леоненко А.В. Становлення та розвиток Сокільського руху на Сумщині як форма фізичного та духовного розвитку молоді // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. Наук. пр. під. Ред. Єрмакова С.С. – Харків: ХХІІІ, 2001. – №3. – С. 10 – 14.

3. Вацєба О.М. Нариси з історії спортивного руху в Західній Україні. – Івано-Франківськ: Лілея – Н.В., 1997. – 232 с.

## ИСТОРИЧЕСКАЯ РОЛЬ СОКОЛЬСКОГО ДВИЖЕНИЯ ПРИ ПОДГОТОВКЕ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Андрей ЛЕОНЕНКО

*Сумской государственной педагогической университет им. А.С. Макаренко,  
институт физической культуры*

**Цель исследования:** исследовать формы и средства Сокольского движения для внедрения их в программу физического воспитания высших учебных заведений Украины.

**Задачи работы:**

- 1) Провести педагогическое исследование по изучению опыта работы по вопросам организации физического воспитания высших учебных заведений Украины.
- 2) Разработать программу для усовершенствования физической и специально-физической подготовки сокольской молодежи.
- 3) Определить эффективность предложенной программы.

**Методы исследования:** анализ литературных источников, ретроспективный анализ системы воспитания сокольской молодежи, анализ учебных планов и программ специализации «Сокол», моделирование экспериментальной программы.

**Аннотация.** Сокольская система воспитания как вид специализации включает обучение и физическо-патриотическое воспитание молодежи, подготавливает к будущей педагогической деятельности и предвидит: морально-волевую подготовку, психологическое воспитание, патриотическое воспитание молодежи, эстетическое воспитание, физическую и специально-прикладную подготовку, валеологическую подготовку. Такая подготовка является всесторонней, она формирует высокий дух студента специализации „Сокол”, и определяет общественную сущность и особенный характер морального фактора.

**Ключевые слова:** Сокольское движение, физическое воспитание, подготовка, молодежь.

## HISTORICAL ROLE OF SOKOL'S MOVEMENT WHILE PREPARING FUTURE SPECIALISTS OF PHYSICAL EDUCATION

Andriy LEONENKO

*Sumy state pedagogical university named after A.S. Makarenko*

**Tasks of research:**

1. To conduct pedagogical research on the study of experience on the questions of physical education organization in higher Ukrainian educational establishments.
2. To develop the program of improvement of specially-physical preparation of young people.
3. To determine the effectiveness of this program.

For achieving the investigation results we used such **methods** as: analysis of literature sources; retrospective analysis of the education system of young people, analysis of Sokol's curriculum and program.

**Abstract.** The article reveals the forms and means of Sokol's movement for introduction in the program of physical education of higher Ukrainian educational establishments. Sokol system of education as type of specialization includes teaching and physically-patriotic education of young people, makes preparations for future pedagogical activity and foresees: morally-volitional preparation, psychological education, patriotic education of young people and aesthetic education. Such preparation is comprehensive, because it forms the high spirit of a student of Sokol's specialization, determines public essence and special features of moral factor.

**Key words:** Sokol's movement, physical education, preparation, young people.