

**Серія**  
**„Ректори Львівського державного університету**  
**фізичної культури”**

**ГЕРЦИК**  
**МИРОСЛАВ СТЕПАНОВИЧ**

*Життєвий шлях та науково-педагогічна діяльність*  
*Біобібліографічний нарис*

Укладач Ірина Свістельник

**Series**  
**„Rectors of the Lviv state University of physical culture”**

**MYROSLAV HERTSYK**

*Vital way and scientifically pedagogical activity*

Biobibliographic essay

**Compiler Iryna Svistel'nyk**

УДК 796.071:016:929

ББК 75+91.9

Г 41

*Серія*  
**„Ректори Львівського державного університету фізичної культури”**  
**Започаткована 2016 року**

**Герцик Мирослав Степанович:** життєвий шлях та науково-педагогічна діяльність : біобібліогр. нарис [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Вид. 3-тє, доп. – Львів : [б. в.], 2016. – 23 с. (Серія „Ректори Львівського державного університету фізичної культури”).

До біобібліографічного нарису увійшли відомості про життєвий шлях, спортивні досягнення та науково-педагогічну діяльність почесного ректора Львівського державного університету фізичної культури, доцента кафедри олімпійської освіти Мирослава Степановича Герцика.

## ГЕРЦИК МИРОСЛАВ СТЕПАНОВИЧ

(6 грудня 1935)



Народився 6 грудня 1935 року в м. Болехові Івано-Франківської області. Закінчив Львівський державний інститут фізичної культури (диплом з відзнакою, 1957). Майстер спорту СРСР з веслування на байдарках і каное (1959), заслужений тренер УРСР (1967), один з найкращих веслярів України 60-х років; чемпіон СРСР з веслування (1962), неодноразовий чемпіон України з веслування (1959–1963), відмінник освіти України (1997), почесний ректор ЛДУФК (з 2007), член-кореспондент Української академії наук (2004); член науково-методичної ради Міністерства України у справах сім'ї, молоді і спорту, ради ректорів Львівської області та ради ректорів Карпатського регіону; доцент (1995) кафедри олімпійської освіти ЛДУФК.

Працював тренером у Львівському спортивному товаристві „Спартак”, де започаткував новий для Львова вид спорту – веслування. Засновник львівської школи веслування. З 1964 до 1984 року тренував збірні команди УРСР та СРСР з веслування.

З 1964 до 1969 року очолював Львівську міську раду спортивних товариств і організацій, а у 1990–1991 роках був головою Львівського міського та Львівського обласного комітетів з фізичної культури та спорту. 1990 року став одним з ініціаторів створення Української спортивної асоціації Львівщини.

З 1992 до 2007 року обіймав посаду ректора Львівського державного інституту фізичної культури. Завдяки активній громадянській позиції сприяв переведенню усіх навчальних дисциплін у ЛДІФК на українську мову викладання; початку підготовки фахівців з фізичної реабілітації (з 1997); проведенню щорічних всеукраїнських науково-практичних конференцій „Молода спортивна наука України” (з 1997), яка згодом розширилася до міжнародної, та виданню однойменного наукового збірника, визнаного ВАК України фаховим виданням. Уперше (з 1997) започаткував легкоатлетичний пробіг „Від сокілства до стрільцтва” та естафету до Дня героїв. На посаді ректора сприяв відкриттю у ЛДІФК спеціалізованої вченої ради із захисту кандидатських дисертацій, проходженню інститутом державної атестації за IV рівнем акредитації (2001); наданню інститутові статусу університету (2006); налагодженню міжнародних зв'язків (з 1998 року інститут став членом Європейської асоціації закладів фізкультурної освіти); підписав угоду про співпрацю з Українською Спортивною Централєю Америки і Канади. Домігся розробки та упровадження державних стандартів вищої освіти в галузі педагогіки та фізичної культури; ініціював утворення Галицького навчально-спортивного комплексу; брав активну участь у всеукраїнському експерименті МОН України з упровадження кредитно-модульної системи навчання та долучення України до Болонського процесу.

1997 року М. С. Герцик очолив гуманітарну секцію відділення фізичної культури Української Академії наук національного конгресу.

Один із засновників НОК України. Віце-президент Національного олімпійського комітету України (1990–1999); учасник міжнародної естафети олімпійського вогню 2004 року.

Підготував 12 майстрів спорту міжнародного класу і понад 50 майстрів спорту з веслування, серед яких чемпіони УРСР, СРСР, України, Європи та світу. Найтитулованішими з них стали: Василь Береза, Роман Вищенко, Іван Ковальчук, Павло Редько, Роман Карбівник, Іван Хрущак, Валентина Примак, Сильвестр Дмитрів, Роман Нагірний, Богдан Мороз.

12 учнів М. С. Герцика стали заслуженими тренерами УРСР і СРСР.

Нагороджений орденом „За заслуги” III ступеня (2005), медаллю „Будівничий України” Всеукраїнського товариства „Просвіта” (2001), нагрудним знаком „Петро Могила”(2006), ювілейною медаллю „20 років незалежності України” (2011); кавалер Почесної відзнаки ЛДУФК імені професора Івана Боберського (2012).

***Наукові праці М. С. Герцика:***

***1991:***

1. Нація і спорт : матеріали міжнар. наук. конф., присвяч. 80-річчю СТ „Україна” / ред. кол.: Є. Приступа, Л. Мазур, М. Герцик, О. Вацеба [та ін.]. – Львів, 1991. – 91 с.

***1993:***

2. Про невідкладні питання інвалідного спорту / А. В. Магльований, М. К. Хусківадзе, М. С. Герцик, Є. Н. Приступа, Г. Б. Сафронова, І. В. Харабуга, І. Б. Грибовська // Здоров'я і освіта : матеріали I Всеукр. наук.-практ.конф. – Львів, 1993. – Ч. 2. – С. 159.

***1994:***

3. Вацеба О. Особливості української спортивної термінології в середовищі української західної діаспори / О. Вацеба, М. Герцик // Проблеми української науково-технічної термінології : тези доп. III Міжнар. наук. конф. – Львів, 1994. – С. 172 – 173.
4. Герцик М. Український спорт на етапі державотворення / Мирослав Герцик // Спорт і національне відродження : матеріали Всеукр. наук. конф., присвяч. 120-літтю від дня народження проф. Івана Боберського. – Львів : УСА, 1994. – С. 123 – 126.

5. Підготовка спеціалістів з реабілітації інвалідів методами фізичної культури і спорту в інституті фізичної культури / Г. Б. Сафронова, Є. Н. Приступа, А. В. Магльований, М. С. Герцик, І. Б. Грибовська, О. Б. Дуліба, Н. Б. Малаховська // Підготовка спеціалістів фізичної культури та спорту в Україні : матеріали I Респуб. наук. конф. – Луцьк, 1994. – С. 477 – 478.

**1995:**

6. Герцик М. Роль спортивно-гімнастичного руху в процесах національного виховання в Західній Україні / М. Герцик, О. Вацеба // Актуальні проблеми національного виховання студентської молоді : матеріали національної наук.-метод. конф. – Івано-Франківськ, 1995. – С. 55 – 56.
7. Герцик М. Їх спорт єднав на чужині / М. Герцик, О. Вацеба // Старт. – 1995. – № 5/6. – С. 14 – 15.

**1996:**

8. Герцик М. Фізичний гарт українців як фактор державотворення / Мирослав Герцик // Львівський політехнік. – 1996. – 6 грудня. – С. 23.
9. Герцик М. Українське сокілство і сучасне українське державотворення / Мирослав Герцик // Сокіл-Батько : альманах. – Львів, 1996. – С. 259.
10. Герцик М. С. Українська інтелігенція та проблеми національної фізичної культури / М. С. Герцик, О. М. Вацеба // Національна еліта та інтелектуальний потенціал України : тези доп. – Львів, 1996. – С. 98 – 99.

**1997:**

11. Герцик М. С. Актуальні проблеми українського спорту / М. С. Герцик // Альманах : Львівщина. – Львів, 1997. – С. 336 – 338.
12. Герцик М. С. Передмова / М. С. Герцик // Молода спортивна наука України : матеріали I Всеукр. наук. конф. асп. галузі фіз. культури і спорту. – Львів : ЛДІФК, 1997. – С. 5.

13. Герцик М. С. Підготовка фахівців з фізичної реабілітації / М. С. Герцик // Ефективність реформи охорони здоров'я : матеріали міжнар. конф. українсько-канадського партнерства в охороні здоров'я. – Київ, 1997. – С. 75.
14. Герцик М. С. Підготовка фахівців з фізичної реабілітації / М. С. Герцик // Медичні вісті. – Львів, 1997. – № 2/3. – С. 101 – 102.
15. Герцик М. С. Спортивний рух української еміграції першої третини ХХ ст. / М. С. Герцик, О. М. Вацеба // Традиції фізичної культури : зб. наук. ст. ВДУ імені Лесі Українки. – Луцьк, 1997. – С. 97 – 109.
16. Герцик М. С. Традиції національної фізичної культури та українська еліта / М. С. Герцик, О. М. Вацеба // Оптимізація процесу фізичного виховання в системі освіти : матеріали Всеукр. наук. конф., присвяч. 40-річчю ф-ту фіз. виховання Терноп. держ. пед. ін-ту. – Київ ; Тернопіль, 1997. – С. 2 – 4.

**1998:**

17. Герцик М. Досвід підготовки фахівців з фізичної реабілітації у ЛДІФК / Мирослав Герцик // Молода спортивна наука України : матеріали II Всеукр. наук. конф. асп. галузі фіз. культури і спорту. – Львів, 1998. – Ч. 1. – С. 211 – 215.
18. Герцик М. Українська спортивна асоціація як нова організаційна форма розвитку фізичної культури в Україні / М. Герцик, О. Вацеба, С. Родак // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Харків, 1998. – № 12. – С. 25 – 27.

**1999:**

19. Герцик М. С. Особливості підготовки фахівців з фізичної реабілітації у Львівському державному інституті фізичної культури / М. С. Герцик // Фізичне виховання, спорт і культура в сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. держ. ун-ту імені Лесі Українки. – Луцьк, 1999. – С. 609 – 612.



20. Герцик М. С. Специфіка підготовки фахівців з фізичної реабілітації / М. С. Герцик // Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні : зб. наук. пр. РЕГІ. – Рівне, 1999. – С. 79 – 82.

**2000:**

21. Герцик М. С. До питання співпраці спортивних і релігійних організацій / М. С. Герцик // Біосоціокультурні та педагогічні аспекти фізичного виховання і спорту : матеріали Всеукр. наук. конф. – Суми, 2000. – С. 41 – 43.

22. Герцик М. С. Перспективи співпраці релігійних і спортивних організацій / М. С. Герцик // Актуальні проблеми підготовки спеціалістів в галузі фізичної культури і спорту : тези доп. Всеукр. наук.-практ. конф. – Івано-Франківськ, 2000. – С. 30 – 31.

23. Золоті сторінки Олімпійського спорту України / М. С. Герцик, О. М. Вацеба [та ін.] ; за ред. І. Федоренка. – Київ : Олімпійська література, 2000. – 192 с.

**2001:**

24. Герцик М. С. Організаційно-методологічні особливості підготовки фахівців з фізичної реабілітації / М. С. Герцик, А. М. Герцик // Кінезіологія в системі культури : матеріали конф. – Івано-Франківськ, 2001. – С. 7 – 8.

25. Герцик М. Физическая реабилитация как новая специальность в системе высшего физкультурного образования Украины / М. Герцик, А. Герцик // Олимпийский спорт и спорт для всех : тез. V Междунар. науч. конгр. – Минск, 2001. – С. 300.

26. Вацеба О. М. Українські олімпійські зацікавлення початку ХХ століття / О. М. Вацеба, М. С. Герцик // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : матеріали IV Міжнар. наук.-практ. конф., присвяч. 45-річчю ф-ту фіз. виховання Вінницького держ. пед. ун-ту. – Київ ; Вінниця, 2001. – С. 191 – 195.

27. Вацеба О. М. Вступ до спеціальностей галузі „Фізичне виховання і спорт” : програма навчальної дисципліни для вищих закладів освіти / О. М. Вацеба, М. С. Герцик. – Львів, 2001. – 48 с.
28. Berezhanskiy V. Role of Biochemical Control in Cyclic Preparation of Nordic-Combinators / Berezhanskiy V., Trach V., Hertsyk M. // Олимпийский спорт и спорт для всех : тез. V Междунар. науч. конгр. – Минск, 2001. – С. 391.

**2002:**

29. Герцик М. Де сила – там воля / Мирослав Герцик // Професіонал. – 2002. – № 7. – С. 3 – 4.
30. Герцик М. С. Вступ до спеціальностей галузі „Фізичне виховання і спорт” : навч. посіб. / М. С. Герцик, О. М. Вацеба. – Львів, 2002. – 232 с.
31. Герцик М. Підготовка фахівців фізичної реабілітації в умовах ступеневої системи освіти / М. Герцик, А. Герцик // Фізична культура, спорт та здоров'я нації – нова епоха, нова генерація : зб. наук. пр. – Миколаїв, 2002. – С. 31 – 36.
32. Hertcyk M. Development of in-service Education in Lviv State institute of physical culture / M. Hertcyk, V. Trach, O. Shyyan // Wychowanie fizyczne i sport : kwartalnik. – Warszawa, 2002. – Т. 46, cz. 1. – S. 609.
33. Berezhanskyi V. Biochemical characteristic of basic means of special training of nordic-combination skiers / V. Berezhanskyi, V. Trach, M. Hertcyk // Wychowanie fizyczne i sport : kwartalnik. – Warszawa, 2002. – Т. 46, cz. 1. – S. 421.
34. Vatseba O. Impact of International Olympic Movement on the Formation and Development of Organizational Structure of Structure of Sport in Ukraine / O. Vatseba, M. Hertcyk // Wychowanie Fizyczne i Sport : kwartalnik. – Warszawa, 2002. – Т. 46, cz. 1. – S. 386 – 387.

**2003:**

35. Герцик М. Перспективи співпраці релігійних і спортивних організацій / Мирослав Герцик // Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні : зб. наук. пр. – Рівне, 2003. – Вип. 3, ч. 1. – С. 24 – 26.
36. Герцык М. Физическая реабилитация - новая специальность в системе высшего физкультурного образования Украины / Мирослав Герцык, Андрей Герцык // Современные проблемы совершенствования системы высшего физкультурного образования : материалы VI Междунар. науч. конф. – Кишинев, 2003. – С. 120 – 121.

**2004:**

37. Герцик М. Планування обсягів та інтенсивності спеціальної фізичної підготовки веслярів-каноїстів у процесі багаторічної підготовки / Мирослав Герцик // Актуальні проблеми розвитку руху „Спорт для всіх” у контексті європейської інтеграції України : матеріали міжнар. наук.-практ. конф. – Тернопіль, 2004. – С. 74 – 76.
38. Герцик М. С. Вступ до спеціальностей галузі „Фізичне виховання і спорт” : навч. посіб. / М. С. Герцик, О. М. Вацеба. – 3-е вид., виправ. і допов. – Харків : ОВС, 2004. – 176 с.
39. Герцик М. С. Особливості підготовки фахівців для сфери туризму (на прикладі Львівського державного інституту фізичної культури) / М. С. Герцик, І. Б. Грибовська, А. О. Кухтій // Розвиток туристичної індустрії в Україні : реалії та перспективи : матеріали міжнар. наук.-практ. конф. – Тернопіль, 2004. – С. 38 – 41.

**2005:**

40. Мирослав Герцик // Здоровий спосіб життя : зб. наук. ст. – Львів, 2005. – Вип. 8. – С. 76.
41. Герцик М. С. Вступ до спеціальностей галузі „Фізичне виховання і спорт” : підручник / М. С. Герцик, О. М. Вацеба. – Харків : ОВС., 2005. – 240 с.
42. Вацеба О. До питання понятійного тлумачення спеціалізованих термінів в освітньо-професійній сфері фізичної реабілітації / О. Вацеба,

М. Герцик, А. Герцик // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. держ. ун-ту імені Лесі Українки. – Луцьк, 2005. – С. 13 – 15.

**2006:**

43. Герцик М. С. Львівському державному інституту фізичної культури – 60 років / М. С. Герцик // Здоровий спосіб життя : зб. наук. ст. – Львів, 2006. – Вип. 13. – С. 6 – 7.

44. Герцик М. С. Львівський ІНФІЗ в палітрі українського спорту / М. С. Герцик // Теорія та методика фізичного виховання. – 2006. – № 4. – С. 2 – 10.

**2010:**

45. Герцик А. До проблеми тлумачення понять „фізична реабілітація” та „фахівець з фізичної реабілітації” / Андрій Герцик, Мирослав Герцик // Науковий часопис Нац. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : [зб. наук. пр.]. – Київ, 2010. – Вип. 8. – С. 95 – 98.

46. Юхимук В. До питання тлумачення понять „олімпійська освіта” і „олімпійське виховання” / В. Юхимук, О. Вацеба, М. Герцик // Актуальні проблеми юнацького спорту : матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф. – Херсон, 2010. – С. 114 – 121.

47. Юхимук В. До понятійного тлумачення термінів „олімпійська освіта” і „олімпійське виховання” / Юхимук Віра, Вацеба Оксана, Герцик Мирослав // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2010. – № 9. – С. 111 – 114.

**2011:**

48. Герцик М. С. Спорт і українське національне відродження / Герцик М. С. // Вісник Львівської комерційної академії – Львів, 2011. – Вип. 10. – С. 360 – 364.

**2012:**

49. Вацеба О. Всеукраїнський спортивно-масовий захід “Олімпійське лелеченя” як нова форма фізкультурно-спортивної роботи серед школярів (на прикладі загальноосвітніх шкіл міста Львова) / О. Вацеба, М. Герцик, Л. Гриненко // Фізичне виховання, спорт і культура здоров’я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2012. – № 3. – С. 130 – 136.
50. Вацеба О. М. З досвіду діяльності Львівського відділення Олімпійської Академії України (з нагоди 20-ти річчя Олімпійської Академії України) / О. М. Вацеба, М. С. Герцик, Ю. А. Майборода // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України : матеріали XII Всеукр. наук.-практ. конф. молодих учених з міжнар. участю. – Суми, 2012. – Т. 2. – С. 136 – 141.
51. Вацеба О. М. Поширення цінностей та принципів олімпізму на Львівщині (з нагоди 20-ти річчя Олімпійської Академії України) / О. М. Вацеба, М. С. Герцик, Ю. А. Майборода // Здоровий спосіб життя – здорова людина – здорове суспільство : матеріали міжнар. наук.-практ. конф. – Кіровоград, 2012. – С. 29 – 34.

**2013:**

52. Вацеба О. М. Основні підсумки виступів спортсменів Львівської області в Іграх XXX Олімпіади, XIV Паралімпійських Іграх 2012 року в Лондоні / О. М. Вацеба, Ю. А. Майборода, М. С. Герцик // Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : [зб. наук. пр.]. – Київ, 2013. – Вип. 7(33), т. 1. – С. 95 – 105.

**2014:**

53. Вацеба О. Елементи олімпійської освіти в системі фізичного виховання та спорту для дітей дошкільного віку (на прикладі ДДНЗ м. Львова) / Вацеба О., Герцик М., Бакальчук Л. // Актуальні проблеми

юнацького спорту : матеріали XI Всеукр. наук.-практ. конф. – Херсон, 2014. – С. 116 – 120.

***Публікації про М. С. Герцика:***

1. Біобібліографічний покажчик наукових праць ректорів Львівського державного університету фізичної культури : наук. вид. / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2015. – 74 с.
2. Біобібліографічний покажчик наукових праць провідних учених, видатних спортсменів Львівського державного університету фізичної культури (1946–2010) : наук. вид. / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : ЛДУФК, 2011. – Т. 1. – 518 с.
3. Герцик Мирослав Степанович [Електронний ресурс] // Вікіпедія. – Режим доступу: <http://uk.wikipedia.org/>
4. Герцик М. Львівський інфіз в палітрі українського спорту / Мирослав Герцик // Теорія та методика фізичного виховання. – 2006. – № 4. – С. 6.
5. Гнот С. Історія кафедри теорії і методики фізичного виховання / Соломія Гнот // Теорія та методика фізичного виховання. – 2006. – № 4. – С. 19–20.
6. Енциклопедія олімпійського спорту України / за ред. В. М. Платонова. – Київ : Олімпійська література, 2005. – С. 397.
7. Кавалери Почесної відзнаки ЛДУФК імені професора Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.ldufk.edu.ua/index.php/vidznaka.html>
8. Карнаухов С. Мирослав Герцик „Поступил в институт физкультуры, чтобы вылечиться от туберкулеза” [Электронный ресурс] / Сергей Карнаухов // Факты. – 2013. – 3 июля. – Режим доступа: <http://fakty.ua/> (Рубрика „Сильные духом”).
9. Львівський державний університет фізичної культури : попул. вид. / [авт. кол.: О. Полянський, М. Линець, І. Свістельник] ; за заг. ред. Є. Приступи. – Львів : ЛДУФК, 2011. – С. 19–20.

10. Про нагородження відзнакою Президента України – ювілейною медаллю „20 років незалежності України” : Указ Президента України № 822/2011 від 19 серпня 2011 року.

## **Мирослав Герцик: «Поступил в институт физкультуры, чтобы вылечиться от туберкулеза»**

**Джерело:** Сергей КАРНАУХОВ, «ФАКТЫ» (Львов)  
03.07.2013

Пятнадцать лет назад во Львовском госуниверситете физической культуры появился факультет физической реабилитации. Один из инициаторов его создания, многократный чемпион страны по гребле Мирослав Герцик, признался студентам, что этому предшествовал его личный опыт: 60 лет назад будущий ректор Львовского института физкультуры начал бороться с тяжелым недугом — туберкулезом костей — и победил!

Нынешние студенты Львовского государственного университета физической культуры знают 77-летнего почетного ректора Мирослава Герцика как многократного чемпиона Украины по гребле и тренера, обладателя многочисленных наград и спортивных титулов, уважаемого педагога. Но мало кому известно, что 60 лет назад врачи диагностировали у Мирослава Степановича страшную болезнь, приковавшую его к постели: туберкулез костей...

**«Мне наложили гипс на все суставы ног, чтобы сохранить их от разрушения, и сказали: «Никаких гарантий на выздоровление не даем»**

— Беда пришла внезапно: начались сильные боли в коленях, с трудом сгибались ноги, нельзя было присесть, — вспоминает **Мирослав Герцик**. — Я тогда поступал на химический факультет университета имени Ивана Франко. Успешно сдал три экзамена, а перед последним стало так плохо, что оказался в больнице. Конечно, очень испугался, тем более что врачи не смогли мне ничего объяснить. Направили в специализированное медучреждение в Ивано-Франковск, где меня обследовали, откачали жидкость из коленных суставов и дали направление в костно-туберкулезный санаторий в Яремче. Там мне наложили гипс на все суставы ног, чтобы сохранить их от разрушения. «Через полгода снимем, сделаем снимки и на их основании — выводы, — сказали мне. — Никаких гарантий на выздоровление не даем!» Информация из специальной литературы, которую я «проглотил», пока лежал в больнице, тоже не давала оснований для оптимизма.

Беспомощный инвалид на шее у матери? Я не хотел такой жизни. Признаюсь, была мысль: вытерплю, сколько смогу, а потом покончу с собой... Но все же вернулся домой, в Болехов, и решил самостоятельно взяться за свое здоровье...

Мирослав действовал интуитивно, используя подручные средства: вместо гантелей поднимал тяжелые топоры; прикрепив к толстой ветке дерева длинный шест, поднимался по нему и спускался вниз; отжимался от пола, подтягивался, занимался физическим трудом и бегал, стараясь не обращать внимания на хромоту. Преодолевая сильную боль, все увеличивал нагрузки. А как обрадовался, когда смог перепрыгнуть через невысокий соседский забор! Это было огромным успехом. Первый ощутимый результат получил через год: жидкость в коленях больше не накапливалась, воспаление и боли отступили. Случилось так, что именно в это

время двоюродная сестра, студентка Ивано-Франковского мединститута, познакомила Мирослава со своим женихом — статным спортсменом, студентом Львовского института физической культуры.

### **«На втором курсе занялся лыжами — наравне со здоровыми ребятами»**

— Я тогда еще не думал о будущей специальности, — продолжает Мирослав Степанович. — И тут возникла немного шальная мысль: поступить в институт физкультуры. Не для того, чтобы стать спортсменом, а чтобы с помощью физических нагрузок вылечиться. Без проблем получил необходимую для поступления медицинскую справку, которые тогда выдавали в поликлиниках без каких-либо осмотров. О заболевании никому ничего не сказал. Но спортивные нормативы и вступительные экзамены сдал не без труда. И — стал студентом. Специализацией выбрал гимнастику, поскольку в гимнастическом зале тепло, сухо, меньше нагрузка на ноги. Год усердно занимался, даже выполнил норматив второго спортивного разряда. Никто не замечал, какие проблемы у меня с ногами и как все это тяжело мне дается. О болезни не знали даже друзья-сокурсники!

На втором курсе Мирослав оставил гимнастику и стал заниматься лыжами. И снова — наравне со здоровыми! Даже попал в сборную команду области, выступавшую на чемпионате Украины. А на исходе зимы друг предложил ему заняться новым для Львова видом спорта — греблей на каноэ. Так определилась дальнейшая спортивная карьера Мирослава. Только на четвертом курсе он, наконец, почувствовал, что болезнь уходит: симптомы проявлялись все реже, а вскоре вообще исчезли. После окончания института Мирослав Герцик стал работать тренером в областном совете ДСО «Спартак».

— Именно в то время спорт стал для меня смыслом жизни, а не средством борьбы с болезнью, — признался «ФАКТМ» Мирослав Степанович. — Через четыре года выиграл спартакиаду в одиночке на дистанции 10 километров, потом — чемпионат Советского Союза. Появились награды, титулы. Продолжал упорные занятия и тренировал учеников. Меня включили в основной состав сборной СССР. Правда, на чемпионат мира за границу не пустили — анкета подкачала. Но, хоть и был невыездным, как спортсмен я все же состоялся. Мои врачи никогда бы не поверили, что их безнадежный, прикованный к постели больной достигнет таких спортивных высот...

За годы тренерской работы Мирослав Степанович подготовил более полусотни мастеров спорта и 13 мастеров спорта международного класса. Его воспитанники выигрывали чемпионаты страны и мира. Мирослав Герцик руководил Львовскими городским и областным спортивными комитетами, участвовал в создании Национального олимпийского комитета Украины, в 1992 году возглавил Львовский государственный институт (сейчас университет) физической культуры. Помня о своей борьбе с болезнью, около 15 лет назад он стал одним из инициаторов создания в вузе факультета, который готовит специалистов по спортивной реабилитации.

— Хотели ее по западному образцу назвать — физиотерапией, — но возмутились врачи: «Почему физкультурники лезут в медицину!?» — смеется Мирослав Степанович. — Пришлось объяснять, что мы не претендуем на медицинскую реабилитацию, а намерены восстанавливать функциональные возможности людей с помощью преимущественно физических упражнений. Это устроило Минздрав, и нам дали разрешение на подготовку специалистов. Практику наши студенты проходят в медицинских учреждениях, хотя поначалу врачи и поглядывали на них косо. Только когда увидели результаты применения нашей методики, отношение медиков резко поменялось. Сейчас проблема в другом: слишком многие вузы берутся выпускать таких специалистов, не имея необходимых условий для



их подготовки. Выпускники таких учебных заведений могут скорее навредить, чем помочь больным, что, конечно, наносит ущерб и престижу специальности.

### **«Механизмы восстановления, регенерации и даже омоложения заложены в человеческом организме природой»**

— Я всегда боялся, что, как только перестану физически нагружать свой организм, болезнь снова возьмет меня за горло, — признался Мирослав Герцик. — Поэтому и занимаюсь спортом всю жизнь. К сожалению, последние два года не могу бегать, видимо, закончился резерв суставов. Хотя, как мне кажется, этот запас прочности у людей намного больше, чем принято считать. Исходя из своего опыта, могу посоветовать людям, страдающим от различных недугов: надо не впадать в отчаяние и быть упорными в стремлении выздороветь. Безвыходных ситуаций практически нет! Если врач вам что-то посоветовал и вы добросовестно выполняете его рекомендации, это совсем не значит, что осталось только терпеливо ждать улучшения, и оно непременно наступит. Нужно помогать самому себе — эмоциями, мыслями, действиями. Вы думаете, что мне всегда хочется делать по утрам зарядку? Но надо суметь переломить себя. Пробовать, советоваться со специалистами и одновременно прислушиваться к своему организму, как все это действует на него, чтобы не навредить, не сломать.

Студенты университета физкультуры гордятся своим почетным ректором, но о том, что он преодолел в молодые годы, даже не слышали.

— Как? Болел туберкулезом костей?! — удивленно отвечают вопросом на вопрос молодые люди, сидящие в ожидании зачета в коридоре. — Это же такая страшная болезнь, которая приковывает к постели! А наш ректор — известный спортсмен и тренер, завоевал множество наград, титулов! Да и сейчас он очень подвижен физически, продолжает активно заниматься спортом. Нет, вы, наверное, что-то путаете...

Действительно, в такое трудно поверить. Тем не менее это не единственный случай успешного преодоления, казалось бы, неизлечимой болезни.

— Созданный природой человеческий организм представляет собой совершенную систему, — отметил в комментарии «ФАКТМ» врач Львовского медико-реабилитационного оздоровительного центра «Саномед» Максим Самотий. — В нем изначально заложены механизмы восстановления, регенерации и даже омоложения. По сути, это больница внутри нас. Мирослав Герцик сделал ставку на восстановление организма путем гимнастических упражнений. Ими он включил свою «больницу»! И сумел преодолеть болезнь, победить источник инфекции. Подобные случаи достаточно редки, как мне кажется, только из-за консерватизма нашей официальной медицины.

### **Світлини:**









[Bolekhiv.if.ua](http://Bolekhiv.if.ua)  
портал цього міста



**МИРОСЛАВ ГЕРЦІК**

Лектор Львівського державного інституту фізичної культури  
Доверено особою З. Ющенко на виборках на посаду  
Президента України

Мірослав Герцик народився 1949 року в місті Львові. Закінчив Львівський державний університет імені Івана Франка, спеціальність «Фізична культура». Працював виступав на міжнародних змаганнях, був тренером ЗСК Львів. Завдяки своїм талантам і наполегливості, Герцик обраний на посаду Президента ЗСК України.

Дізнавшись, що в Україні вперше виступить на міжнародній арені, Герцик відразу ж взявся за роботу. Він організував збірну команду з футболу, яка виступила в 1998 році в Туреччині.

Він працював в Україні на посаді першого заступника начальника Львівського державного інституту фізичної культури. Він організував збірну команду з футболу, яка виступила в 1998 році в Туреччині.

Він працював в Україні на посаді першого заступника начальника Львівського державного інституту фізичної культури. Він організував збірну команду з футболу, яка виступила в 1998 році в Туреччині.

Він працював в Україні на посаді першого заступника начальника Львівського державного інституту фізичної культури. Він організував збірну команду з футболу, яка виступила в 1998 році в Туреччині.





***НАУКОВЕ ВИДАННЯ***

**ГЕРЦИК  
МИРОСЛАВ СТЕПАНОВИЧ**

Життєвий шлях та науково-педагогічна діяльність  
Біобібліографічний нарис

Укладач – Ірина Свістельник