

1. Амосов М. М. Роздуми про здоров'я / М. М. Амосов. – К. : Здоров'я, 1990. – 166 с.
2. Апанасенко Г. Л. Медицинская валеология / Г. Л. Апанасенко, Л. А. Попова. – К. : Здоровье, 1988. – 248 с.
3. Брехман И. И. Философско-методологические аспекты проблемы здоровья населения / И. И. Брехман // Вопросы философии. – 1982. – № 2. – С. 48–53.
4. Войтенко В. П. Здоровье здоровых / В. П. Войтенко. – К. : Здоров'я, 1991. – 244 с.
5. Глинянова И. Ю. Формирование у студентов педагогического ВУЗа основ с готовности и валеологической работе со школьниками : дис. ... канд. пед. наук / И. Ю. Глинянова. – Волгоград, 1995. – 165 с.
6. Зайцев Г. К. Педагогика здоровья. Образовательные программы по валеологии / Зайцев Г. К., Колбанов В., Колесникова М. – С. Пб., 1994. – 20 с.
7. Колбанов В. В. Валеология: основные понятия, термины и определения / В. В. Колбанов. – С. Пб. : Изд-во ДЕАН, 1999. – 232 с.
8. Коротько Г. Ф. Активный образ жизни и здоровье студента / Г. Ф. Коротько. – Ташкент (УзССР) : Медицина, 1985. – 306 с.
9. Лисицын П. Ю. Образ жизни и здоровье населения / П. Ю. Лисицын. – М. : Знание, 1982. – 40 с.
10. Татарникова Л. Г. Педагогическая валеология / Л. Г. Татарникова. – С. Пб., 1995. – 20 с.

Рецензент: докт. мед. наук, проф. Дума З. В.

УДК 371.133

ББК 75.3

Тетяна Завгородня

ОРГАНІЗАЦІЯ ОЗДОРОВЧО-СПОРТИВНОЇ РОБОТИ З УЧНІВСЬКОЮ МОЛОДЦЮ НА ЗАХІДНОУКРАЇНСЬКИХ ЗЕМЛЯХ (1920–1930 рр.)

У статті висвітлюється проблема виховання фізичної культури учнів в західному регіоні України в міжвоєнний період на різних етапах їх навчання в закладах освіти та в позашкільній діяльності, а також підготовка педагогів до реалізації завдань оздоровчо-спортивного характеру.

Ключові слова: оздоровчо-спортивна робота, шкільна освіта, підготовка вчителів.

В статье раскрывается проблема воспитания физической культуры учеников в западном регионе Украины в межвоенном периоде на разных этапах их обучения в учреждениях образования и во внешкольной деятельности, а также подготовка педагогов к реализации задач оздоровительно-спортивного характера.

Ключевые слова: оздоровительно-спортивная работа, школьное образование, подготовка учителей.

The problem of physical culture training of pupils of Western Ukraine during the interwar period on different stages of their studying at the educational institutions and in the extracurricular activity, and also preparation of pedagogues for realization of health-improving and sporting tasks is highlighted in the article.

Key words: health-improving and sporting work, school education, teacher training.

Постановка проблеми та аналіз результатів останніх досліджень. Розбудова України як самостійної держави неможлива без розвитку української національної школи. Докорінне реформування системи освіти є основою державності та демократизації суспільства, передумовою відтворення інтелектуального, духовного потенціалу народу, виходу вітчизняної науки і техніки на світовий рівень, інтеграції України у світовий культурний, освітній та економічний простір [1].

Одним із головних шляхів реалізації завдань, окреслених останніми документами про освіту в Україні, є її національна спрямованість, суть якої – в органічному поєднанні з національною історією, народними традиціями, у збереженні та збагаченні української культури, визнанні освіти важливим інструментом розвитку і гармонізації суспільних відносин [1].

Зазначене спонукає до поглибленого вивчення й осмислення здобутків у галузі теорії та практики навчання у 20–30-х роках ХХ ст. на західноукраїнських землях, де в складних суспільно-політичних та соціально-економічних умовах українськими педагогами нагромаджено багатий досвід організації навчання й виховання підростаючого покоління в дусі української ідеї, підготовки молоді до державного будівництва. Саме тому проблема вивчення організації оздоровчо-спортивної роботи в закладах освіти в досліджуваному регіоні є актуальною.

Мета роботи – дати характеристику системи організації оздоровчо-спортивної роботи з учнівською молоддю в закладах освіти західного регіону України та підготовки вчителів до її здійснення (1920–1930 рр.).

Методи дослідження. Для реалізації поставленої мети використали теоретичний аналіз та джерельну базу (архівні матеріали, які стосуються освітньої діяльності).

Результати дослідження. У досліджуваній період на освіту вчительство покладало завдання виняткового значення: виховати молодих людей справжніми патріотами, які були б здатні боротися і відстоювати національну ідею, ідею державотворення. А це означало, що необхідно було виховати здорове покоління як у моральному, так і у фізичному сенсі. У тих конкретно-історичних умовах принципового значення набувала українська шкільна політика, метою якої було збереження національної окремішності й підготовка молоді до відродження власної держави. Успіх розв'язання поставленого перед школою завдання перш за все залежав від учителя. Як справедливо й влучно було сказано у львівському часописі “Учительське Слово”, вчитель – це “й школа, й педагогічна думка, й національна ідея” [3, с.70]. А тому ми розглядаємо проблему розвитку теорії і практики навчання фізичної культури в українській школі, закладах з підготовки вчителів та в процесі підвищення їх фахової підготовки на західноукраїнських землях у міжвоєнну добу цілісно.

Період 20–30-х років ХХ ст., який часто називають стрижневим для розбудови національної школи, визначався не тільки посиленням боротьби за існування української школи в краї, а й постійним пошуком нового змісту освіти, нових методів, форм і засобів навчання. Реформування школи вимагало “побудови навчально-виховного процесу на основі сучасних досягнень психолого-педагогічної науки” [5, с.3]; надання пріоритету вихованню в меті школи, застосовуванню принципу природовідповідності, визначення нових підходів до особистості дитини, її психологічних особливостей, природних задатків та зацікавлень.

Історичний досвід розвитку теорії і практики навчання завжди був у полі зору науковців. Розкриті теоретичні основи національного шкільництва в історичному аспекті з позицій сьогодення (С.Гончаренко, І.Зязюн, В.Майборода, Б.Мітюров, Н.Ничкало, В.Онищук, В.Паламарчук, В.Помагайба, Б.Ступарик, О.Сухомлинська, М.Стельмахович, М.Ярмаченко та ін.), різні аспекти історії української педагогіки, що так чи інакше стосуються періоду, який розглядається в статті (А.Бондар, А.Вихрущ, Л.Вовк, С.Золотухіна, А.Кондратюк, В.Пилипчук, Л.Потапова, Ю.Руденко та ін.), історії українського шкільництва на західноукраїнських землях (М.Барна, О.Вишневецький, Д.Герцюка, І.Зайченко, І.Курляк, С.Лаба, Н.Сабат, Б.Ступарик).

Система фізичного виховання на західноукраїнських землях досліджуваного періоду, стан роботи з підростаючим поколінням у національних спортивних товариствах постійно знаходились у центрі уваги українських педагогів (Л.Галицький, Я.Гладкий, С.Горук, М.Грушевський, Д.Донцов, Д.Євстафієвич, Е.Жарський, І.Лакуста, М.Макух, Б.Тесарж, О.Тисовський, брати Франко, І.Ющишин).

Проблеми фізичного виховання населення західноукраїнського регіону, діяльність різноманітних тіловиховних організацій на галицьких та буковинських землях у міжвоєнний період висвітлені в дослідженнях сучасних вітчизняних науковців (І.Андрухів, Я.Боднар, О.Вацеба, Н.Гнесь, Т.Завгородня, І.Ковальчук, І.Курляк, В.Му-жичок, І.Петрюк, Є.Пристапа, Б.Савчук, О.Цибанюк, А.Цьось та ін.). Разом з тим далеко не всі питання, пов'язані з проблемами функціонування фізичного виховання і спорту в Буковині, Галичині і Закарпатті, розглянуті всебічно та ґрунтовно. Тому метою статті є розкрити структуру, зміст, методи, форми і засоби навчання фізичної культури у школах, закладах з підготовки та підвищення кваліфікації вчителів для народних шкіл Західної України як цілісну, опосередковану, ієрархічну систему, діяльність якої була зумовлена рядом зовнішніх і внутрішніх чинників.

Оздоровчо-спортивна робота з учнями загальноосвітньої школи Західної України в цей період визначалася як спеціально організований педагогічний процес фізичного виховання учнів, що включав ігри, танці й розваги, гімнастику, туризм і спорт (змагальну діяльність) під час уроків і поза ними, у позакласній і позашкільній діяльності, спрямований на їхній всебічний гармонійний розвиток і зміцнення здоров'я.

Проблеми організації оздоровчо-спортивної роботи в контексті розвитку освіти на західноукраїнських землях відбувалися з урахуванням політичних, економічних та загальнокультурних процесів, що відбувалися в Румунії, Польщі та Чехословацькій республіці досліджуваного періоду. Головними факторами, що впливали на організацію оздоровчо-спортивної роботи в початковій і середній ланці освіти в регіоні були: суспільно-політичні (належність Буковини, Галичини і Закарпаття до Румунії, Польщі і Чехо-Словаччини відповідно; спрямування молоді на підготовку до війни, що підтримувалось владою; різне ставлення до національних меншин), соціально-економічні (розвиток промисловості й сільського господарства, які потребували фізично підготовленої молоді; низький рівень організації охорони здоров'я на Буковині і Галичині, започаткування соціальної мережі закладів профілактики захворювань на Закарпатті), етнічні (багатонаціональна структура і поліконфесійність населення регіону) та культурно-освітні (існування цілісної системи освіти; наявність системи фізичного виховання школярів, успадкованої від Австро-Угорщини; широка мережа педагогічної, просвітницької преси; рух тверезості).

У досліджуваній період на західноукраїнських землях характерним було отождолення термінів “гімнастика”, “тіловиховання” і “фізичне виховання”, крім того з'явилося поняття “спорт”, який спочатку визначався як відпочинок від праці, забава, жарт, і тільки починав сприйматися як частина загальної культури людства. Тому в навчальних планах закладів освіти відсутня загальноприйнята назва дисципліни з фізичного виховання.

В основу організації навчання фізичної культури західноукраїнські дидакти поклали принципи народності, регіоналізму, зв'язку із життям, “виховуючого навчання”, гуманізації, психологізму, індивідуалізації і диференціації, природної зацікавленості, послідовності й систематичності, активності й самостійності, поєднання різноманітних методів і форм в організації навчально-виховного процесу, наочності й науковості.

Характерною рисою еволюції навчальних планів народних і середніх шкіл краю в досліджуваній період стало незначне зростання годин, відведених на цикл мистецько-технічних дисциплін (ручна праця, співи, фізична культура). Аналогічну тенденцію спостерігаємо і в шкільництві багатьох європейських країн. Так, у Німеччині значна увага приділялася фізичному вихованню (3–5 годин щотижнево) [6]. У Данії

оновлені навчальні плани теж передбачали вивчення фізичної культури [6]. Це ж стосується і навчальних планів загальноосвітніх ліцеїв, створених у Галичині, відповідно до реформи 1932 р. Вони передбачали можливість спортивної підготовки (2 год на місяць) за рахунок надобов'язкових предметів.

Під час розробки навчальних програм педагоги керувалися принципами національно-громадянського виховання, психологізму, взаємозв'язку навчального матеріалу з оточуючим життям, практичної і господарської спрямованості, гнучкості, саморозвитку і самовиховання, зацікавлення, систематичності й послідовності, варіативності методів навчання, програмової “вісі” (концентрація матеріалу навколо певної теми чи проблеми), антропоцентризму й гуманізму, науковості.

Зміст оздоровчо-спортивної роботи в школах міжвоєнного періоду визначався змінами вимог до її організації. Більше уваги приділялося орієнтації вчителів не тільки на загальний фізичний розвиток школярів, але й на виховання в них естетики рухів, правильного дихання, дисциплінованості, здатності швидко мислити й орієнтуватись, витривалості, товарищескості тощо.

Для всіх шкіл західноукраїнських земель міжвоєнного періоду характерним було використання наочних, словесних і практичних методів фізичного виховання. Крім того, у міжвоєнний період галицькі педагоги почали частіше використовувати “начеркову методу”. Вона дозволяла через унаочнення багато разів повторювати матеріал при мінімальній затраті часу. Неважко помітити, що замість аналітико-синтетичного методу тут проглядаються елементи наочних, частково-пошукових та репродуктивних методів навчання. Взагалі в цей період практика викладання “тілесних вправ” повертається до практичних та наочних методів навчання. У школах краю поступово впроваджувався Дальтонівський метод. Це стосувалося і фізичної культури. Наприклад, та система на 4, 5, 6-му роках навчання була введена в школі с. Старий Яров (Яворівського повіту, Галичина). Там Дальтон-план застосовувався з урахуванням особливості школи. І саме ця обставина вважалась дослідниками принципово важливою. То був знак, що “метода” “достосується до середовища, затримуючи в головних зарисах форму – впливає в неї відмінний, своєрідний зміст” [4, с.61].

Навчальний процес у школі с. Старий Яров був побудований так: на 5–6-му році навчання були “здальтонізовані” – чотири предмети (українська й польська мови, рахунки й рисунки). Навчання інших предметів відбувалося у звичайному режимі. На 5–6-му роках щоденно від 8 до 9 години ранку йшло навчання з “нездальтонізованих” предметів (руханки в четверг), а з 9 до 11 – з предметів “здальтонізованих”. Загальний розподіл годин був такий:

Таблиця 1

Тижневий розподіл годин у школі с. Старий Яров [4]

День тижня	Години		
	8–9	9–11	11–12
Понеділок	Історія	Здальтонізовані предмети, лучені у вимірі: польська мова – 4 год; українська мова – 4 год; рахунки – 3 год; рисунки – 1 год	Релігія
Вівторок	Природа		
Середа	Географія		
Четвер	Руханки, співи		
П'ятниця	Історія		
Субота	Роботи		

У період між 9–11 годинами могли проводитися спільні інформаційні лекції, де давалися вказівки по виконанню конкретних завдань. Решта часу займала індивідуальна праця учнів. Теми, які призначалися для опрацювання на 10 днів, учні одержували письмово. Аркуш був поділений на 4 частини, у кожній з яких зазначався об'єм праці на декаду з кожного з чотирьох “здальтонізованих” предметів. Така організація роботи (у порівнянні з класно-урочною системою) виключала можливість для учня обминути той чи інший матеріал, тему, вправи.

Учителі фізичної культури широко використовували різні ілюстративні матеріали (плакати, таблиці, картини). Важливо, що оздоровчо-спортивна робота проводилася не тільки на уроках, але й у позакласній, позаурочній, позашкільній роботі та в сім'ї. При цьому основною формою оздоровчо-спортивної роботи в школах на західноукраїнських землях досліджуваного періоду були все ж уроки фізичного виховання, які могли бути лекційними або практичними. До їх проведення залучались відомі спортсмени, випускники, що досягли високих досягнень у спорті.

Тижневий розклад уроків фізичного виховання дещо різнився в різних регіонах. Так, у Закарпатті їм відводилося 2–3 години на тиждень; на Буковині відповідно 2 години та 2 обов'язкові години для ігор і занять спортом у другій половині дня; у Галичині в середньому 2 години. У школах Галичини і Закарпаття передбачені години могли ділитися навпіл, що створювало умови для щоденних занять учнів фізичним вихованням. Згідно з рекомендаціями щодо проведення уроків фізичного виховання оптимальним часом їх проведення була перша половина дня.

У змісті уроків фізичного виховання значне місце займали національні танці, комплекси ритмічних вправ з предметами, елементами акробатики, музичним супроводом.

Обов'язковими для початкової та середньої ланок освіти на західноукраїнських землях у міжвоєнний період були такі позакласні форми фізичного виховання: гімнастика перед заняттями, руханкові хвилинки й паузи, організовані перерви, короткотривалі ігри й забави, години для занять іграми і спортом, ручна праця з виготовлення спортивного обладнання.

Педагоги західного регіону України міжвоєнного періоду наполягали на обов'язковості проведення спортивно-мистецьких свят з використанням національних традицій; влаштування екскурсій та тривалих “прогулянок”, спортивних змагань і різноманітних заходів, організації спортивних гуртків.

Разом з тим суттєво, що виховні аспекти використання різновидів спорту в школах опиралися переважно на мілітаристичні засади, підпорядковувалися ідеям оборони держави, саме тому особлива увага надавалася бойовим мистецтвам, єдиноборствам (бокс, боротьба), а також видам, що виховували витривалість, спритність і силу – легкій атлетиці, лижам, велосипедному спорту, плаванню, стрільбі, веслуванню.

Оздоровчо-спортивна робота з учнівською молоддю на західноукраїнських землях у 1920–1930 рр. виступала одним з основних напрямів діяльності спортивних товариств. Велику популярність на західноукраїнських землях означеного періоду здобули такі спортивні організації: “Гонта”, “Довбуш”, “Іван Мазепа”, “Запороже”, “Кармелюк”, “Каменярі”, “Луг”, “Пласт”, “Січ”, “Сокіл”, “Стража церій”. Ці організації брали активну участь в організації оздоровчо-спортивної роботи з учнівською молоддю досліджуваної доби, яка передбачала навчально-тренувальні та показові заняття, проведення лижних прогулянок та катання на ковзанах, участь у масових змаганнях, організацію туристичних походів та спортивних свят. Важливим напрямом діяльності товариств визначено створення й утримання мережі спортивних споруд: стадіонів, спортивних

майданчиків, ковзанок і гімнастичних залів. Спільна робота спортивних товариств і школи в міжвоєнний період створювала умови для всебічного й гармонійного розвитку молоді.

Співпраця товариств з педагогічними колективами навчальних закладів, активістами культурно-просвітницьких товариств, громадськими діячами реалізовували ефективну просвітницьку функцію. Пропаганда спорту і здорового способу життя, боротьба з пияцтвом та антисанітарією відбувалася на шпальтах газет, афішах і плакатах, під час лекцій та демонстрацій кінофільмів. Потужна повсякденна виховна діяльність товариств Буковини, Галичини й Закарпаття була націлена на виховання справжнього громадянина, національно свідомого, морально стійкого, політично виваженого, а головне – “здорового тілом і духом”.

Позитивні зміни у викладанні фізичної культури в шкільництві краю обумовили тенденції підготовки вчителів до організації оздоровчо-спортивної роботи та підвищення кваліфікації цієї категорії вчителів. Наприклад, у навчальному плані закладів з підготовки майбутніх педагогів (1921 р.) у Галичині широко були представлені мистецько-технічні предмети: рисунок, ручні роботи, співи та гра на інструменті, а також тілесні вправи з іграми та забавами. Заняття з фізичних вправ передбачались навчальним планом по 2 години щотижнево на кожному з п'яти курсів [9, с.21]. У переліку предметів для вивчення в учительських семінаріях, передбачених у навчальних планах (1926 р.), мистецько-технічним дисциплінам відводилося вже 21,5% навчального часу. Тут спостерігаємо обов'язкову присутність дисципліни “Фізичні вправи” та збільшення годин на її вивчення з 2 годин до 3. Це свідчить про посилену увагу, що приділялася виробленню в учнів навичок, які в майбутньому потрібні були не тільки в організації безпосередньо процесу навчання, але й у виховній та суспільно-просвітницькій діяльності.

Навчальні плани педагогічних ліцеїв, які були запрограмовані в Галичині законом 1932 року, але почали функціонувати на підставі Циркуляру № 43 Міністерства Віросповідань і Публічної освіти від 12 квітня 1937 р., передбачали вивчення дисципліни “Тілесні вправи” (2 години на тиждень). На першому курсі вивчався інтегрований курс “Спортивна робота, пізнання середовища і проблеми сучасного життя у Польщі”. Цей факт ще раз підтверджував зростання уваги до підвищення виховного потенціалу змісту освіти в цілому і до фізичного виховання зокрема. У липні 1937 року після внесених уточнень у навчальний план проведено розподіл згаданого інтегрованого курсу на різні предмети з виділенням окремо “Спортивна підготовка” (2 години) і збільшено на одну годину час на фізичні вправи [6, с.35]. На II і III курсах кожного тижня виділялося 2 години на спортивну підготовку (позаурочно). Взагалі у різних типах закладів з підготовки вчителів для народних шкіл краю (а їх була переважна більшість) спостерігається постійне збільшення часу на викладання предметів мистецько-технічного циклу з 19,5% (до 1919 р.) до 28,35% (1938 р.).

Підтвердженням цієї думки є кількість годин, яка відводилася на вивчення предметів мистецько-технічного циклу на вакаційних (канікулярних) курсах, через які відбувалося підвищення кваліфікації вчителів. Мета їх полягала в “розширенні і поглибленні наукової підготовки під взором справжньої тематики наукової, але пов'язаної з шкільною учительською працею”. Проте навіть на таких курсах для некваліфікованих вчителів народних шкіл серед 23 дисциплін навчального плану найбільша кількість годин припадала на ручну працю (88) і на фізичну культуру й співи по 84 годин [7, с.6]. Аналогічно і на курсах для кваліфікованих вчителів народних шкіл (1928 р.) на фізичні вправи, ігри і змагання відводилося 120–144 години, що було одним із найбільших

показників серед інших дисциплін [8, с.7–91]. Щодо вищих курсів учителів (діяли у Львові), то на них працювали навіть окремі групи для вчителів фізичної культури [2].

Висновок

Таким чином, у міжвоєнну добу на західноукраїнських землях існувала певна система організації фізичного виховання учнівської молоді в усіх типах навчальних закладів. Це забезпечувалося постійно зростаючою увагою до підготовки майбутніх учителів до викладання дисциплін фізичної культури та організації оздоровчо-спортивної роботи серед учнівської молоді, а також до підвищення кваліфікації вчителів, система якої передбачала не тільки активне залучення курсантів до занять фізичної культури, але й підготовку до її викладання.

1. Державна національна програма “Освіта. (Україна XXI століття)”. – К. : Райдуга, 1994. – 60 с.
2. Державний архів Івано-Франківської області, ф. 273, оп. 1, од. зб. 306, арк. 20.
3. Історичний погляд на осяги вчительства // Учительське Слово. – 1938. – Ч. 7. – С. 69–71.
4. Кузьмів Я. Дальтон-план у сільській школі / Я. Кузьмів // Методика і шкільна практика: Додаток до “Шлях виховання й навчання”. – 1933. – Ч. 2–3. – С. 57–61.
5. На порозі шкільної реформи // Українська Школа. – 1932. – Ч. 6–9. – С. 81–89.
6. Dziennik urzędowy Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego Rzeczypospolitej Polskiej. – Warszawa, 1930. – 55 s.
7. Kursy wakacyjne dla czynnych nauczycieli szkół powozecznych. Program kursy metodyczno-pedagogicznego. Wyd. 2. – Warszawa, 1927. – 38 s.
8. Kursy wakacyjne dla czynnych nauczycieli szkół powozecznych, i rozwój w latach organizacja od 1918 do 1922. – Warszawa, 1924. – 91 s.
9. Program nauki w państwowych seminarjach nauczycielskich. Wyd. 2 zmienione. – Warszawa, 1926 (MWiOP). – 264 s.

Рецензент: докт. біол. наук, проф. Мицкан Б. М.

УДК 796

ББК 75.2

Любомир Маланюк

МЕХАНІЗМИ ВДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ЧОЛОВІКІВ

На основі проведеного емпіричного дослідження визначено пріоритетні механізми вдосконалення фізичної підготовленості чоловіків. Отримані результати мають практичне значення в площині розвитку здоров'я чоловіків.

Ключові слова: фізична підготовленість, здоров'я, рухова активність.

На основе проведенного эмпирического исследования определены приоритетные механизмы совершенствования физической подготовленности мужчин. Полученные результаты имеют практическое значение в плоскости развития здоровья мужчин.

Ключевые слова: физическая подготовленность, здоровье, двигательная активность.

Based on the empirical study identified priority mechanisms to improve physical fitness of men. The results are of practical importance in the plane of men's health.

Key words: physical fitness, health and physical activity.

Постановка проблеми та аналіз результатів останніх досліджень. В останнє п'ятнадцятиріччя прискорився темп життя, змінилися звичні стереотипи, на тлі дефіциту рухової активності зросли психоемоційні навантаження в процесі діяльності людини. В умовах соціально-економічних і політичних перетворень сучасного суспільства