

Інна Василівна Стражнікова

доцент, кандидат педагогічних наук

Прикарпатський національний університет

імені Василя Стефаника

**МЕХАНІЗМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ  
НА ЗАХІДНОУКРАЇНСЬКИХ ЗЕМЛЯХ  
КІНЦЯ ХІХ – ПОЧАТКУ ХХ СТОЛІТТЯ  
У КОНТЕКСТІ ІДЕЙ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО**

В умовах становлення сучасної школи визріла об'єктивна потреба у реформуванні змісту освіти на національному ґрунті та передачі молодому поколінню народного досвіду тіловиховання в системі загальної екологічної культури та валеологічних норм людської поведінки. Адже здоров'я людини та навколишнє середовище взаємодоповнюють, оскільки благополуччя людини зумовлене її біологічною, соціальною та духовною адаптацією до тих умов, у яких вона живе. «Через це навчальну працю дітей, усі види їх діяльності ми розглядаємо на фоні загального стану і розвитку їхніх фізичних і духовних сил» - писав В. О. Сухомлинський [5, с.193].

Функціонування системи саме фізичного виховання супроводжується кризовими явищами, зумовленими об'єктивними факторами, які унеможливають результативність даного напрямку виховання дітей і молоді. Актуальність творчого запозичення оригінальних рішень щодо формування здорового способу життя, покращення фізичного розвитку підростаючого покоління у регіонах України на різних історичних етапах окреслюється у працях І. Андрухів, М. Барни, Н. Гнесь, Т. Завгородньої та ін. У низці робіт сучасних дослідників (Е. Дорошенко, М. Карпушко, А. Окопний, М. Пономарьова) фізичне виховання другої половини ХІХ – початку ХХ століття розглянуто як загально

педагогічну проблему; питання становлення та розвитку гімнастично-спортивних товариств і об'єднань у різні історичні періоди в окремих регіонах України порушено у працях М. Баяновського, О. Вацеби, О. Винничука та ін.

Мета статті - виявити ефективні механізми системи фізичного виховання на західноукраїнських землях у контексті ідей В. О. Сухомлинського.

На становлення теорії й практики фізичного виховання учнів шкіл Західного регіону України у другій половині ХІХ століття впливали зовнішні (географічне розташування, економічна ситуація й політична) та внутрішні (соціальні, антропологічні) фактори. Вони визначально впливали на утвердження змісту, завдань та організаційних форм фізичної культури учнів краю. Дитячо-юнацькі товариства та об'єднання Західної України кінця ХІХ – початку ХХ століття нагромадили значний позитивний досвід у справі виховання дітей та молоді. Це передусім стосується проблем відновлення традицій спортивно-гімнастичного руху, діяльності сучасних позашкільних дитячих товариств та об'єднань, організації дозвілля та відпочинку, функціонування літніх таборів тощо. Основні ідеї та напрями діяльності молодіжних товариств знайшли своє відображення у працях ідеологів, організаторів, керівників: конкретні рекомендації щодо руханки і спорту у дошкільному віці (С. Русова), методичні поради щодо проведення прогулянок та організації літніх дитячих таборів (О. Тисовський), введення спеціальної української спортивної термінології (І. Боберський). П. Франко присвятив спеціальний підручник організації пластових ігор та забав, А. Будзиновський написав підручник «Туристика», І. Боберський видає «М'ячеві ігри», «Легка атлетика» тощо [4, с. 172-173].

Початок молодіжного руху в Східній Галичині поклато товариство «Сокіл», яке активно пропагувало ідею створення «руханково-спортивних» і «пожежно-руханкових» товариств. Згідно зі статутом основну мету своєї діяльності товариство вбачало у заняттях гімнастичними вправами, стрільбою, плаванням, веслуванням, верховою їздою на коні, фехтуванням, а також навчання з пожежної безпеки [1, с. 16]. Для реалізації цих завдань були залучені ефективні засоби і

чинники: прогулянки, щоденна руханка (зарядка – І.С.), оволодіння різноманітними новими видами спорту, організація сухопутних і водних таборів, система вправ для підтримання нормальної життєдіяльності організму, ігри та забави, життєдайні сили природи та ін. [4, с. 175]. Адже млявість та уповільненість є «наслідком загальної слабості організму». Тому, як писав В. О. Сухомлинський, «Ми добиваємося..., щоб діти...навесні, влітку і восени спали під відкритим небом, харчувались особливо багатою на вітаміни й фітонциди їжею, у літній час цілодобово дихали повітрям полів і лугов – усе це справляє чудодійний вплив на їхнє здоров'я і розумовий розвиток» [5, с. 193].

На Буковині у законі «О публичныхъ школахъ народныхъ» (1869) досить чітко було окреслено питання створення для учнів необхідних умов для фізичного виховання у народних школах: облаштування для занять спеціальних майданчиків, спорудження й експлуатація шкільних приміщень відповідно до санітарно-гігієнічних вимог, задля охорони здоров'я учнів, шляхи профілактики порушень постави у дітей. Водночас від вихователя вимагалось велике піклування про гармонію фізичної і розумової праці вихованця [3, с.8]. «Діти займаються інтенсивною розумовою працею перші 6-7 годин після пробудження, в наступні години – різноманітною діяльністю, не пов'язаною з великим розумовим навантаженням; протягом останніх 5-6 годин перед сном напружена розумова праця абсолютно неприпустима...» - писав В. О. Сухомлинський [5, с. 194].

Народна педагогіка Прикарпаття містить цінний досвід фізичного виховання дітей після їх появи на світ: це щоденні купання немовлят з додаванням різнотрав'я, змашування дитячого тіла олією після купання, що додавало сили, стимулювало діяльність серцево-судинної системи, органів дихання, підвищувало загальний тонус організму, забезпечувало її позитивний емоційний стан. У школах на уроках праці учні повинні були самі виготовляти для себе деякі найпростіші прилади для занять фізичної культури: луки, стріли, палиці, булави, ходулі, пояси для плавання, скакалки, прилади для стрибків у висоту тощо. Заняття фізкультурою проводилось босоніж, що забезпечувало

високу практичну і оздоровчу спрямованість фізичного виховання. У кожній школі обов'язковими були 10-хвилинні руханки, які виконувались під музичний супровід (поєднання фізичного вдосконалення, естетичного та інтелектуального розвитку) [2, с. 34].

У Львові за ініціативи Івана Боберського організуються курси підготовки інструкторів фізичного виховання, при львівській академічній гімназії були організовані секції для занять легкою атлетикою, футболом, волейболом, тенісом, ходьби на лижах, катання на ковзанах. Подібні спортивні секції виникають у Івано-Франківську, Тернополі, Коломиї, Стрию, Перемишлі та інших містах Східної Галичини, яких на 1906 рік уже було 47 [1, с. 19].

У «Пласті» фізичне виховання не зводилось до бездумного накачування м'язів, а повинно було сприяти вихованню сили волі, мужності, відваги. Тому програма з загальнофізичного виховання поєднувала вправи фізичні з практичними навичками і розвитком світогляду: орієнтування на місцевості, знання рослинного й тваринного світу, таборування, надання медичної допомоги, біг, ходьба, плавання, веслування, знання гігієни та ін. [1, с. 54]. Це підтверджує переконання В. О. Сухомлинського: «...завдяки регулярним фізичним вправам у них (вихованців – І.С.) не тільки створюється краса тіла, гармонія рухів, але й формується характер, загартовується воля. Під час виконання таких вправ, як біг, стрибки, плавання, ходьба на лижах тощо, а також у різноманітних спортивних іграх великого значення надається естетичному задоволенню» [5, с. 195].

Отже, «поєднання здорового харчування, сонця, повітря, води, посильної праці та відпочинку – все це є цілющим і незамінним джерелом здоров'я» [6, с.94].

Перспективними напрямками подальших розвідок вважаємо: порівняльна характеристика системи фізичного виховання на Закарпатті та в Галичині; фізичне виховання у сучасних молодіжних організаціях України; проблеми формування здорового способу життя на західноукраїнських землях у сучасних умовах.

## Література

1. Андрухів І. О. Західноукраїнські молодіжні товариства «Сокіл», «Січ», «Пласт», «Луг» / І. О. Андрухів. – Івано-Франківськ, 1992. – 78 с.
2. Воробей Г. В. Народні ігри та забави у фізичному загартуванні молодших школярів різних етнографічних груп Прикарпатського краю: дис...к.п.н.: 13.00.01 / Нац.пед.ун-т ім. М. П. Драгоманова / Г. В. Воробей. – К., 1997. – 216 с.
3. Гнесь Н. О. Становлення і розвиток фізичного виховання учнів народних шкіл Буковини (1869-1918 рр.): Автореф. дис...к.п.н.: 13.00.01 / Прикарпатський нац. ун-т ім. В. Стефаника / Н. О. Гнесь. – Івано-Франківськ, 2007. – 20 с.
4. Пантюк М. П. Виховання підлітків у діяльності молодіжних товариств і об'єднань в західноукраїнських землях кінця ХІХ – початку ХХ століття (історико-теоретичний аспект): дис...к.п.н.: 13.00.01 / Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова / М. П. Пантюк. – К., 1997. – 211 с.
5. Сухомлинський В. О. Піклування про здоров'я молодого покоління, фізичне виховання / В. О. Сухомлинський // Вибрані твори в п'яти томах. – Т. 1. – К., «Рад.школа», 1976. – 654 с. – С 192-196.
6. Сухомлинський В. О. Ми живемо в саду здоров'я / В. О. Сухомлинський // Вибрані твори в п'яти томах. – Т. 3. – К., «Рад.школа», 1977. – 670 с.