

**Г. М. Арзютов, М. Б. Гуска, М. В. Гуска**

## **ТРАДИЦІЙНІ ЗАСОБИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗАПОРІЗЬКИХ КОЗАКІВ**

На основі аналізу науково-методичних публікацій виявлені істотні ознаки традиційної фізичної культури, зроблена спроба визначення її поняття, представлена класифікація традиційних козачих засобів фізичного виховання.

**Ключові слова:** традиційна фізична культура, Кубанське козацтво, традиційні козачі засоби фізичного виховання.

Процес відродження самосвідомості народів, що населяють її, перманентно триває в Україні та Російській Федерації, нерозривно пов'язаний з поверненням до цінностей традиційної народної культури [7, с.12]. Це повною мірою відноситься і до фізичної культури. У зв'язку з цим, в роботах вчених, дослідників і практиків все частіше звучать терміни “традиційна фізична культура”, “традиційні засоби фізичного виховання” [1, с.6].

Величезний інтерес, що усе більш посилюється до відродження козачих традицій у Запорізькій, Чернігівській, Полтавській та інших областях, обумовлений їх винятковою багатовіковою самобутністю, найбагатшою етнічною культурою і загально визнаними заслугами перед Вітчизною, також диктує необхідність визначення понять “Традиційна фізична культура козаків” і “традиційні козачі засоби фізичного виховання”. У науково-методичній літературі по педагогіці і теорії фізичної культури ці поняття чітко не визначені, хоча багато дослідників використовують їх у своїх роботах в різному контексті [4, с.15].

Також залишаються невизначеними критерії віднесення різних засобів фізичного виховання до розряду “традиційних народних (козачих)”.

Таким чином, визначення (конструювання) понять “Традиційна фізична культура козаків” (ТФК) і “традиційні козачі засоби фізичного виховання”, а також критеріїв “традиційності” різноманітних засобів фізичного виховання є актуальними.

### **1. Традиційна фізична культура – суть і структура.**

Традиційна фізична культура як об'єкт наукового дослідження складений по своїй структурі і функціям. У науково-методичній літературі зустрічається два основні підходи в розумінні суті: перший з них базується на її осмисленні на основі сучасних уявлень про фізичну культуру [8; 9]; другий – на неадекватності і методологічній неточності прямого перенесення сучасних уявлень теорії і методики фізичної культури на ТФК, виявленні характерних тільки для неї ознак [3, с.11].

При цьому фахівцями серйозно розглядається ідея про взаємозв'язану, нерозчленовану традиційних, класичних і сучасних форм фізичної культури в сучасній системі фізичного виховання.

На нашу думку, ці два напрями не суперечать, а лише взаємодоповнюють один одного, оскільки, на наш погляд, ТФК є невід'ємною частиною загальної фізичної культури. В той же час, очевидна недостатня визначеність істотних рис ТФК, на які слід звернути особливу увагу.

На думку К.Д. Ушинського, для досягнення успіхів в педагогіці необхідно спиратися на систему, створену самим народом, в якій враховуються природні схильності людини, своєрідність національного характеру, що склався під впливом середовища і обставин [13].

Спроба теоретико-методологічного осмислення ТФК була зроблена в роботі А. Шамака і В. Залуцької [11].

Автори описують і формулюють основні особливості ТФК, що відрізняють її від сучасних форм фізичної культури, дають розгорнуті визначення понять “традиція” і “традиційність”, аналізують механізм формування традицій, роль стереотипів в цьому механізмі, відмічають особливості підходу до вивчення ТФК, виділяють основні підсистеми ТФК як системи, у свою чергу, нероздільною частиною культури традиційного суспільства.

Так, під традиційною фізичною культурою А. Шамак розуміє “діяльність традиційного суспільства по формуванню, розвитку, удосконаленню і підтримці певного рівня фізичних якостей людини з метою виховання особи хазяїна, захисника роду, Вітчизни”. Автори також виділяють найбільш значні і характерні елементи структури ТФК, суспільства, що фіксуються в усі періоди функціонування, і на підставі цього визначають наступні основні підсистеми ТФК: 1 – загальна(побутова) ФКУ; 2 – прикладна ФКУ; 3 – лікувальна фізична культура; 4 – матеріальна база ТФК; 5 – соціальні інститути сфери фізичної культури; 6 – духовні цінності ТФК. При цьому, як відзначається в роботі, перші з цих трьох підсистем співвідносяться з видами ТФК, наступні дві забезпечують її функціонування, остання визначає ціннісний (аксіологічний) аспект ТФК.

У структуру ТФК входять такі елементи і напрями діяльності, як народна валеологія з елементами народної медицини і цілительства, різні форми видовищних мистецтв, пов'язані з фізичною культурою і включаючи танець, акробатику, пластику рухів тіла, рухливі ігри, прийоми масажу, національні військові єдиноборства, психофізичні ритуали народних релігійних дій, діяльність учителів і майстрів ТФК по фізичному вихованню підростаючого покоління.

Особлива роль в системах ТФК усіх народів світу належить комплексам загальнорозвиваючих гімнастичних вправ. У цих комплексах відбивається дух народу, що створив їх, і, порівнюючи комплекси гімнастики старогрецької палестри з арабо-мусульманськими гімнастиками, гімнастичними комплексами індійської йоги, китайського ушу і цигун, загальнорозвиваючими гімнастиками інших східно-азіатських народів, можна відчуті їх колосальні відмінності культурно-історичного характеру.

А. Шамак і В. Залуцька виділяють наступні особливості ТФК, що відрізняють її від сучасної фізичної культури і характеризують особливості її функціонування в соціальному середовищі:

- 1) семіотична (значима, символічна) форма створення, збереження і передачі інформації (через ігри, обряди, танці, військово-прикладну діяльність і т. д.);
- 2) безпосередня участь особи в різноманітних формах і видах фізичної культури, включаючи участь у війнах, фізичній праці, полюванні і т. д.;
- 3) спадкоємність форм фізичної культури з покоління в покоління;
- 4) колективний характер функціонування будь-яких форм ТФК в синтезі з індивідуальними зусиллями їх розвитку;
- 5) синкретизм, нероздільність елементів у середині видів ТФК.

Адамович Г.Э. [3] до числа характерних особливостей ТФК відносить:

- 1) зв'язок ТФК з релігійними традиціями і світоглядом;
- 2) національну обмеженість і відносну "закритість" систем ТФК, їх здатність до запозичення тих елементів фізичної культури інших народів, які відповідають національному менталітету;
- 3) фольклорний характер ТФК, її взаємозв'язок з усною народною творчістю.

Ми розділяємо точку зору Г.Е. Адамовича [2] про те, що "Кожен народ має і користується тільки ним розробленою оригінальною системою фізичного виховання, частиною народної культури, яка є незмінною упродовж віків, що являється, тому її можна назвати традиційною. Розвиток і збереження традиційних культурологічних підходів до виховання підростаючого покоління обумовлений генетичними особливостями, характерними для різних народів, природно-кліматичними умовами в місцях їх проживання, домінуючим устроєм в господарській діяльності етносу, відмінностями у світогляді".

Актуальним для визначення поняття "Традиційна фізична культура" є питання про критерії традиційності засобів, методів і форм фізичного виховання.

С.С. Єрмаков [10] пропонує "критерії традиційності", які, на наш погляд, дозволяють відрізнити дійсно традиційні засоби фізичного виховання від "новоділів", що видають себе за такі:

1. Записані етнологами: усе те, що дійшло до нас безпосередньо від носіїв, в крайньому випадку, очевидців (останнє – тільки з рядом обмовок). Разом з ними повинні існувати традиційні реконструйовані практики, які означають системи або фрагменти систем, вигляд і сенс яких відновлені по залишках або письмових джерелах.

2. Ефективність. Якщо методика неефективна, вважати її традиційною скрутно. Народні методи мають бути дієвими, інакше навряд чи вони проіснували б довгий час.

3. Системи мають бути внутрішньо несуперечливі, бо спиралися на багатовіковий досвід народного життя. У нашому випадку традиційні засоби фізичного виховання мають бути "впізнанні", їх повинні приймати і визнавати безпосередні носії традиційної культури.

Матеріали, що відбивають основи традиційної фізичної культури, самотутні засоби, методи, форми, усна народна творчість служать потужним джерелом розвитку сучасної теорії і практики фізичної культури і спорту, сприяють зростанню духовності, взаєморозумінню між різними народами, що населяють Росію і Україну. Звернення фахівців в області фізичної культури і спорту, учених, педагогів до традицій фізичного виховання цих народів, критичне осмислення життєвого і педагогічного досвіду попередніх поколінь дозволяє виявити найбільш ефективні засоби, методи і форми, сприяючи успішному фізичному розвитку молодого покоління.

## **2. Традиційна фізична культура Запорізьких козаків.**

Формування особливостей фізичного виховання і елементів військової підготовки йшло одночасно із становленням Запорізького козацтва як субетносу. Його основу склали дві етнічні культурні традиції в їх локальних варіантах: російському (донському, воронезькому, курському та ін.) і українському (харківському, полтавському, чернігівському та ін.). До середини XIX ст. ядро загальнозапорізької культурної традиції, у тому числі і в контексті фізичного виховання, сформувалося досить повно.

С.Г. Александров визначає, що метою фізичного виховання Запорізького козацтва є формування загально фізичного, військово-прикладних умінь і навичок, що дозволяють ефективно здійснювати трудову і професійну діяльність, спрямовану на захист Вітчизни [5].

Здавна центральними аспектами у вихованні козачої молоді були: військово-патріотичний, трудовий і моральний. Козаків ростили патріотами, трудівниками, глибоко моральними віруючими людьми, готували до захисту Вітчизни.

## **3. Традиційні козачі засоби фізичного виховання.**

На формування засобів фізичного виховання козаків вирішальний вплив зробив основний рід їх діяльності – освоєння і захист нових земель і супутні їм військові зіткнення. У зіткненнях і походах, повсякденному життю козаки виробляли і удосконалювали необхідні для виживання навички і уміння, переймаючи і використовуючи усе краще у інших народів [14, с.17].

Українська земля і її клімат визначали характер трудової діяльності і супутні їй навички; ритм і циклічність повсякденного життя відбивалися в прикметах, обрядах і народному календарі; розуміння здорового способу життя і засоби для його підтримки, формували міцне здоров'я; властиві тільки для козаків види військово-прикладної підготовки, народні ігри і танці робили свою не повторюваність. Традиційні засоби фізичного виховання козаків доказали свою життєвість і ефективність упродовж багатьох віків; враховують усе різноманіття навичок і відомий в області фізичного виховання і військово-прикладної підготовки, що склалися історично на Хортиці; мають достатню гнучкість і адаптивність, тому застосовні і нині з урахуванням сучасних реалій. І головне – вони пронизані духом Запорізького козацтва як носія, хранителя

і захисника народних знань і цінностей. Ці цінності залишаються незмінними: здоров'я народу, обробіток рідної Землі і її захист від будь-яких посягань, життя у згоді з духовними і природними традиціями, їх усвідомлення і передача подальшим поколінням.

Спроба визначення поняття "Традиційні козачі засоби фізичного виховання", їх перелік і класифікація зроблені у роботах [15, с.16]. Будучи частиною ТФК запорізьких козаків, традиційні засоби фізичного виховання повинні відроджуватися і реконструюватися з урахуванням традиційних і сучасних наукових представлень.

До традиційних засобів фізичного виховання козаків ми відносимо:

1. Фізичні вправи військово-прикладного характеру: кінна підготовка (скачки, джигітовка, рубка лози, боротьба верхом та ін.); єдиноборства ("у грудки", "на поясах", "на хрест", кулачні бої, "стінка на стінку", а також різні реконструкції в області рукопашного бою); рухові дії холодною зброєю (шашкою, кинджалом, списом, "кішкою", перначем, бойовою косою, нагайкою від "фехтування" до метання в ціль); стрільба з різної зброї і в різних умовах.

2. Фізичні вправи побутового характеру: перенесення трудових умінь і навичок в область військово-прикладних (використання коси, лопати, арапника, нагайки і інших інструментів як бойової зброї).

3. Фізичні вправи досугового характеру (традиційні ігри і народні танці).

4. Походи, орієнтування, системи виживання з використанням традиційних засобів козаків. Це облаштування табору, устаткування притулку, приготування їжі, козачі знання по наданню допомоги хворим і пораненим.

5. Оздоровчі сили природи. Емпіричне знання і використання природних сил завжди було властиве народному світогляду і використовувалося, та і досі використовується, в практичних цілях.

**Висновки.** Таким чином, характерними особливостями ТФК є:

- приналежність до традиційної культури цього народу, зв'язок з релігійними традиціями і світоглядом;
- синкретизм, внутрішня нероздільність елементів, її складових;
- спадкоємність форм фізичної культури з покоління в покоління і їх "впізнанність", прийнятність для представників подальших поколінь (колективна пам'ять народу);
- прикладність і ефективність засобів фізичного виховання, перевірена історично;
- семіотична форма створення, збереження і передачі інформації;
- колективний характер функціонування будь-яких форм ТФК в синтезі з індивідуальними зусиллями їх розвитку;
- відносна "закритість" і здатність до запозичення тих елементів ТФК інших народів, які відповідають національному менталітету.

Традиційна фізична культура запорізького козацтва – історично сформувалася в українській козачій культурі і має усі ознаки традиційної фізичної культури системи, яка спрямована на збереження і підтримку здоров'я; формування загально фізичних, військово-прикладних умінь і навичок, що дозволяють ефективно здійснювати трудову і професійну діяльність, спрямовану на захист Вітчизни; формування духовних цінностей.

### **Список використаних джерел:**

1. Адамович Г.Э. Традиционные формы физической культуры белорусов: рабочая программа / Г.Э. Адамович. – Минск, 2006. – Режим доступа: <http://www.krivich.com/teaching/programm2-1.php>.
2. Адамович Г.Э. Искусство подготовки славянских воинов : учеб. пособие / Г.Э. Адамович. – М. : Ладога-100, 2006. – 216 с.
3. Адамович Г.Э. Психологическая концепция информационного реконструирования народных традиций физической культуры / Г.Э. Адамович. – Минск, 2010. – 48 с.
4. Александров С.Г. Физическое воспитание детей и молодежи Кубанского казачества (сер. XIX – нач. XX вв.) : историко-этнографический очерк / С.Г. Александров. – Краснодар, 1999. – 116 с.
5. Александров С.Г. Модель физического воспитания детей и молодежи кубанского казачества (сер. XIX – нач. XX вв.) / С.Г. Александров // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – Краснодар. – 1998. – № 4. – С. 41–44.
6. Аюбов В.Х. Историко-педагогические предпосылки формирования традиционной физической культуры ногайского народа : автореф. дис. ... канд. пед. наук / В.Х. Аюбов. – 2006. – 25 с.
7. Бондарь Н.И. Очерки традиционной культуры казачества России / под ред. Н.И. Бондаря. – Краснодар, 2002. – Т. 1. – 560 с.
8. Виленский М.Я. Ценности физической культуры и их интериоризация учащимися / М.Я. Виленский // Спорт в школе. – 2007. – № 17. – С. 20–22.
9. Выдрин В.М. Динамика разработки теории физической культуры / В.М. Выдрин // Культура физическая и здоровье / ВГПУ. – Воронеж, 2004. – С. 5–6.
10. Ермаков С.С. К вопросу о критериях традиционности этносуггестивных и близких к ним техник / С.С. Ермаков // Славянская этносуггестология в повседневном бытии и обеспечении здорового образа жизни : материалы I международной практической конференции. – Минск, 2006. – С. 12–15.
11. Залуцкая В. Фізичная культура на Беларусі (ад старажытнасці да пачатку XX ст.) / В. Залуцкая, А.А. Шамак. – Минск, 2005. – 25 с.
12. Захаров А.В. Традиционная культура в современном обществе / А.В. Захаров // Социологические исследования. – 2004. – №7. – С. 105–115.
13. К.Д. Ушинский и русская школа. Беседы о великом педагоге / под ред. Е.П. Белозерцева. – М., 1994. – С. 54–95.

On the basis of analysis of scientifically-methodical publications the substantial signs of traditional physical culture, done attempt of determination of her concept, presented classification of traditional cossack facilities of physical education, are educued.

**Key words:** traditional physical culture, the Zaporozhe cossacks, traditional cossack facilities of physical education.

*Отримано: 14.08.2013*