

## НАРОДНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В УКРАЇНІ У ПЕРІОД З XV ПО XVIII СТОЛІТТЯ

**Спіцін В.В.**

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

**Анотація.** У даній статті мова йде про основні напрямки змісту народної фізичної культури в Україні з XV по XVIII ст. та її складові: національний ідеал духовної і тілесної досконалості людини, систему народних знань про фізичний розвиток і виховання, народні засоби і методи тілесного вдосконалення людини у ті часи.

**Ключові слова.** Народна фізична культура, українське козацтво, козак, фізичне виховання, фізична підготовка, фізичні вправи, XV—XVIII століття.

**Актуальність.** Українська держава увійшла в нове тисячоліття, взявши на озброєння нову гуманістичну парадигму освіти, спрямовану на розкриття творчого потенціалу особистості, її самореалізацію, вихованню фізично міцної, гармонійно розвинутої людини, якій притаманний здоровий спосіб життя. У проєкті Національної доктрини розвитку освіти в Україні у XXI столітті вказано, що освіта повинна ґрунтуватись, базуватись на культурно-історичних цінностях українського народу, його традиціях. Її духовною основою є споконвічна мудрість, висока культура, прагнення жити у незалежній та багатій державі, розвиватись не тільки духовно, а й фізично.

Однак творчий пошук нових шляхів вирішення цієї проблеми неможливий без неупередженого осмислення історичного досвіду минулого, який викликає інтерес і сьогодні у сучасних вчених, педагогів. Важлива роль у цьому процесі належить виховній спадщині, яка нам залишилась від українського народу XV—XVIII століття. З огляду на це, спадщина народної фізичної культури багатьох поколінь українського народу потребує вивчення, осмислення і залучення у сучасну практику фізичного виховання.

**Мета дослідження.** Розкрити основні напрямки розвитку народної фізичної культури в Україні з XV по XVIII ст. в аспекті збереження її традицій в українському суспільстві.

Як свідчить науковий пошук, народна фізична культура в Україні у XV—XVIII столітті з'явилась та знаходилась у постійному динамічному розвитку завдяки Українському козацтву, яке почало зароджуватися у другій половині XV ст., як противага і захист від татарської агресії, а також як відповідь на посилення соціального гніту. Козацтво відіграло важливу роль в історії українського народу, а саме, у його боротьбі за самоствердження, за краще життя і щоб бути господарем у своїй державі.

Слово «козак», не нашого, а тюркського походження. У мові половців воно означало — сторож,

вартовий. У турецькій мові слово «козак» вживалося на означення вільної, незалежної людини. Україна в XV—XVIII ст. постала перед усім світом спочатку як край козаків, а пізніше — як козацька держава. Козак у свідомості українців став символом і гарного, вродливого юнака, і відважного воїна, і відданого захисника Батьківщини. А слово «козацький» стало уособленням героїзму, мужності, патріотизму, самопожертви, професійності [2, 4].

Починаючи з перших років свого існування Запорізька Січ майже безперервно вела боротьбу із загарбниками. Такі специфічні умови спричинили до того, що запорізьке козацтво у короткий історичний термін виробило одну з найефективніших у той час систем військово-фізичної підготовки воїнів. Велика роль у впровадженні спеціалізованої фізичної підготовки у козацьке військо та елементів постійної військової підготовки належить гетьманам Українського козацтва тих часів. Перебуваючи на чолі війська, вони систематично проводили його реорганізацію, їм вдалось зробити те, що Українська козацька армія стала набувати слави непереможної [1, 5, 6, 8].

Одними із цікавих у науковому плані є роботи В.С. Пілата, Є.П. Приступи (1991), які писали, що Запорізька Січ, захищаючи Україну і її народ від іноземного поневолення, своєю суттю пов'язана з нелегкою долею рідного народу. Справедливим є висновок про те, що спосіб життя, традиції, культура українського народу стали міцним ґрунтом, фундаментом, на основі якого «отримали своє начало мужні витязі, козаки запорізькі», які в більшості своїй «...міцної тіло будови, легко переносять голод, холод, спеку і спрагу; в війні невтомні, відважні, хоробрі, або краще сказати дерзновенні і мало дорожать своїм життям». Ці дані свідчать, що без цілеспрямованого вишколу досягнути такою високою стану фізичної готовності, вершин військового мистецтва було неможливою справою [7, 8].

Аналіз існуючих документів, матеріалів, наукових праць дозволяє виділити основні компонен-

ти фізичної культури запорожців, національної за своїм змістом, і однієї з найпрогресивніших за своєю ідейною спрямованістю у тогочасній Європі. Суворе, аскетичне життя, яким жили козаки, викликало подив у очевидців, а право визнаватись запорізьким козаком вважалось найпочеснішою відзнакою [1, 2, 7, 8].

Перебуваючи в стані безперервних війн, Запорізька Січ постійно поповнювала свої лави. Тому в Січі були вироблені певні критерії відбору до козаків. Справжнім козаком ставав лише той, згідно різноманітних свідчень істориків, хто пропливав пороги Дніпра, пройшов семирічну підготовку на Січі, здійснив морський похід. Тобто чітких критеріїв відбору молодих козаків не існувало [3, 6, 7].

Як відомо з аналізу існуючих документів, при церкві Святої Покрови, розташованої на терені Запорізької Січі, існувала Січова школа. Вона складалася з двох відділів: в одному вчилися ті юнаки, що готувались на паламарів та дяконів — у цьому відділі було завжди 30 учнів. Крім того був відділ молодиків, де вчилися сироти, хрещеники козацької старшини, та інші діти, їх було коло 50. Тут учили дітей грамоти, співу та військово-ремеслу. Січова школа функціонувала під безпосереднім проводом козацької старшини. Для керування школою призначався один із ченців Покровського монастиря. У Січовій школі поряд з вправами для вдосконалення володінням вогнепальною зброєю застосовувались спеціальні фізичні вправи для уміння володіти холодною зброєю, правити човном, швидко плавати.

Після шкільних занять відводився час для рухливих ігор та забав. В ігрових ситуаціях учні моделювали бойові дії козаків: наступ на ворога, оборону; влаштовували змагання, демонстрували фізичну силу [7].

Слід зазначити, що до особливостей цілеспрямованої спеціальної фізичної підготовки у козацькому війську не було звичаю проводити систематичну муштру. У цьому слід вбачати волелюбний характер українських козаків. Але все ж, щоб утримувати порядок в куренях війська великого значення надавали козаки фізичній досконалості. Відомо, що рівень фізичної досконалості не раз був вирішальним чинником, на який зверталась першочергова увага при виборах козацької старшини. Важливе місце також відводилось формуванню в козаків уміння плавати в різноманітних умовах, веслувати, добре маскуватися [2, 3, 7, 8].

З метою поліпшення стану фізичного виховання в мирні дні, козаки свій вільний час присвячували фізичній підготовці, а саме, об'їжджали коней, вправлялися у стрільбі з луку та вогнепальної зброї, фехтуванні на шаблях. Найулюбленішими розвагами у козаків були рухливі ігри та змагання на силу,

швидкість, витривалість та спритність. Також були поширені багато видів народної боротьби, а саме: бої «навкруги», «навхрест», «на ременях», «спас» та гопак. Крім того, козаки ще регулярно використовували умивання холодною водою, сон на свіжому повітрі, дотримувались режиму дня та спеціальної дієти у харчуванні [4, 7, 8].

Аналіз історико-педагогічних досліджень свідчить, що переважну більшість запорізького війська складали прості українські селяни. Отже, для ефективного виховання воїнів, був необхідний постійний військово-фізичний вишкіл. Безперервні набіги на Україну поневолювачів вимагали практично від усієї людності України певної обізнаності з військовим ремеслом. Складна військова ситуація сприяла поширенню військово-фізичної підготовки народу [6, 7].

У ти часи побут українців був дуже насиченим різноманітними рухливими іграми, змагальними фізичними вправами. Найголовнішу роль в процесі підготовки народу до збройного захисту рідної землі відігравали віковічні традиції, серед яких, ще збереглися звичаї відповідальності батьків за виховання своїх дітей, особливо козаків. Ще на особливість становлення та розвиток народної фізичної культури українського козацтва вплинули такі стародавні елементи у козаків, як культ коня, культ шаблі, козаки-характерники, вишкіл молодих воїнів, козацьке побратимство тощо. А також домінуючу роль в системі народної фізичної культури відіграв національний ідеал духовної і тілесної досконалості особистості, уособленням якого став образ козака - захисника рідної землі [5, 7, 8].

У роботах авторів, зокрема В.С. Пілат та Є.П. Приступи (1991), присвячених народній фізичній культурі, є цікаві свідчення про те, що важливу роль у вихованні української молоді відігравали парубоцькі громади. Найважливішою соціальною функцією українських молодіжних громад (існували дівочі, юнацькі та підліткові) була організація молоді з метою духовного, морального і тілесного виховання членів громади. Головною умовою вступу у парубоцьку громаду був вік. До громади приймали хлопців 16—18 річного віку, причому громада особливу увагу звертала на зріст та фізичну силу нового товариша. В тому випадку, коли в сім'ї було двоє або більше синів, молодший брат мав право вступу до громади після того, як старший одружується. Виняток робили тоді, коли молодший брат був сильніший за старшого. Отже, фізичні якості вважались одним із найважливіших критеріїв у соціальній оцінці людини. Парубоцькі громади високо цінували в своїх товаришах сміливість, кмітливість, а за порушення загальноприйнятих норм життя (пияцтво, крадіжки) ганебно проганяли з членів громади. Під час народних свят та зібрань

молоді, члени парубоцьких громад використовували різноманітні види народної боротьби, різні змагання, багато різновидів рухливих ігор [7].

У досліджуваний період в Україні дуже поширеними були скачки і прогони, приурочені до Різдвяних свят. Взимку, окрім перегонів, розповсюдженою серед молоді була їзда на санчатах. У весняні та літні дні молодь грала у рухливі ігри з м'ячем та кулями. Особливо поширеними були ігрища, присвячені святам Івана Купала, початку хліборобського сезону та його завершенню, в яких використовувались народні рухливі ігри, танці, різноманітні фізичні вправи [2, 4, 7, 8].

Високий рівень розвитку народної фізичної культури у досліджуваний період в Україні, сприяв вихованню здорового, міцного покоління людей. А це, в свою чергу, великою мірою сприяло підйому військової функції Українського козацтва.

**Висновки.** Аналізуючи народну фізичну культуру в Україні у період з XV по XVIII століття, можна зробити наступні висновки:

1. У той період в Україні функціонувала ефективна система народної фізичної культури, основу якої складали вікові звичаї і традиції українського народу, які в себе поєднували фізичне, моральне і духовне виховання.

2. Фізичне виховання в Українському козацтві з XV по XVIII ст. було досконалою завершеною сис-

темою, у якій можна відокремити: підготовку до вступу у козацтво; безпосередньо відбір до лан козацтва; військово-фізична підготовка козацького війська; дотримання козаками здорового способу життя.

### Список літератури

1. *Апанович О.* Розповіді про запорізьких козаків. — К., 1991.
2. *Голобуцький В.* Запорізьке козацтво. — К., 1994.
3. *Доманицький В.* Козаччина на переломі XVI—XVII ст. // Записки НТШ. Т. 60-64.
4. *Історія України / Керівник авт. Кол. Ю. Зайцев.* — Львів: Світ, 1996. — 488 с.
5. *Історія Русовъ или Малой Россіи.* Сочинение Георгія Конискаго, Архієпископа Белорускаго. МОСКВА. Въ Университетской Типографіи. 1846.
6. *Ковальський Н.* Источниковедение и археография истории Украины XVI — первой половины XVII веков. — Днепропетровск, 1978.
7. *Пілат В.С., Приступа Є.П.* Традиції української національної фізичної культури (Частина 1). — Львів, Троян, 1991.
8. *Яворницький Д.* Історія запорізьких козаків. Т. 1—3. — Л., 1991.

Надійшла до редакції 18.10.2008 р.

**Спицин В.В.** Народная физическая культура в Украине в период с XV по XVIII столетия.

В данной статье речь идет об основных направлениях содержания народной физической культуры в Украине с XV по XVIII ст. и ее составляющих: национальном идеале духовного и телесного совершенства человека, системе народных знаний о физическом развитии и воспитании, народных средств и методов телесного совершенствования человека в те времена.

**Ключевые слова.** Народная физическая культура, украинское казачество, казак, физическое воспитание, физическая подготовка, физические упражнения, XV—XVIII столетие.

**Spitsin V.V.** Folk physical culture in Ukraine in a period from XV to the XVIII centuries.

In the given article the question is basic directions of maintenance of folk physical culture in Ukraine from XV to the XVIII item and its constituents: national ideal of spiritual and corporal perfection of man, to the system of folk knowledge about physical development and education, folk tools and methods of corporal perfection of man in those times.

**Keywords.** Folk physical culture, Ukrainian the Cossacks, Cossack, physical education, physical preparation, physical exercises, XV—XVIII century.