

6. Властовский В.Г. Типология физического развития в свете акселерации роста и развития поколений : автореф. дис. ... докт. биол. наук. М., 1971, 21 с.
7. Апанасенко Г.Л. Эволюция биоэнергетики и здоровье человека. СПб : МГП «Петрополис», 1992, 124 с.
8. Арефьев В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання : підр. 4-е вид. К. : вид-во «Міленіум», 2020, 378 с.

References

1. Arefiev V., Mikhailova N. and etc. (2021). Somatometric method to assess the level of high schoolers' physical development. *Acta Balneologica. Journal of the polish balneology and physical medicine association*: T. LXIII, 3 (164)/2021 quarterly July-sept, P. 203-209. (in English).
2. Krotov G.V. (2010). Dyferentsiirovane prohramuvannya rozvytku rukhovykh zdibnostei divchat pochatkovoї shkoly z urakhuvanniam somatotypu [Differential programation of development of motional abilities in the girls of primary school with allowance somatic type]: *Abstracts of Candidate thesis*. Kyiv, Ukraine (in Ukrainian).
3. Volynets Yu.Y., Voronkova V.Y., Dovhaniuk L.M. (2001). Kryterii otsiniuvannya kontrolnykh navchalnykh normatyviv i vymoh uchniv 5-11 klasiv na urokakh fizychnoi kultury. Lutsk, Ukraine. (in Ukrainian).
4. Vovchenko I.I. (2003) The programming recreational walking classes for children of primary school age with different levels of physical condition [Prohramuvannya zaniat z ozdorovchoi khodby dlia ditei molodshoho shkilnoho viku z riznym rivnem fizychnoho stanu] : *Abstracts of Candidate thesis*. Kyiv, Ukraine. (in Ukrainian)
5. Hasiuk I.L. (2003). Programming the health-improving orientation of physical education lessons for girls aged 11-14 years of different somatotypes [Prohramuvannya ozdorovchoi spriamovanosti urokiv fizychnoi kultury dlia divchat 11-14 rokiv riznykh somatotypiv] : *Abstracts of Candidate thesis*. Lviv, c Ukraine. (in Ukrainian).
6. Vlastovskij V.G. (1971). Tipologiya fizicheskogo razvitiya v svete akseleracii rosta i razvitiya pokolenij : *Abstracts of Doctor thesis*. Moscow, Russia (in Russian).
7. Apanasenko G.L. (1992). Evolyuciya bioenergetiki i zdorov'e cheloveka. SPb : MGP «Petropolis». (in Russian).
8. Arefiev V.H. (2020). Osnovy teorii ta metodyky fizychnoho vykhovannia : pidr. 4-e vyd. Kyiv: vyd-vo «Milenium», Ukraine. (in Ukrainian)

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.3K(147).07

УДК 37.0

Архипов О.А.

доктор педагогічних наук, професор,
Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, м. Київ
ORCID: 0000-0002-8439-5833

Краснов В.П.

кандидат педагогічних наук, професор,
професор кафедри фізичного виховання
Національного університету біоресурсів і природокористування України, м. Київ
ORCID: 0000-0002-5758-8909

Отрошко О.В.

викладач кафедри фізичного виховання
Національного університету біоресурсів і природокористування України, м. Київ
ORCID: 0000-0001-7789-467X

ФОРМУВАННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ КУЛЬТУРИ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ НАРОДНИХ РУХЛИВИХ ІГОР ТА ЗАБАВ

Рухливі ігри та забави є не тільки об'єктом повсякденної діяльності в дитячому віці, а й предметом їх культурного розвитку, який має самостійну цінність, естетичний аспект і духовне збагачення. Впровадження в навчальний процес учнів народних рухливих ігор та забав сприяє вивченню культурних надбань народу, формує уяву про навколишній світ, плекає паростки патріотизму. Традиція – це те, що передається від покоління до покоління, як загальноприйняте, загальнообов'язкове, перевірене минулим досвідом, визнаним необхідним для забезпечення подальшого існування людини, спільноти, держави, суспільства. Її метою є закріплення й відтворення в нових поколіннях способів життєдіяльності, мислення і поведінки. Традиції завжди були запорукою існування міцної родини. Родинні традиції згуртовують сім'ю, адже в них закодовано найважливіші психологічні й етнічні аспекти: зерна розумного, доброго, вічного, засвоюючи які ще в дитинстві, людина формує правила поведінки дорослого життя та світогляду. Сімейні традиції, які засновані на національних, зазвичай передавалися наступному поколінню в ігровій діяльності. Активна рухова діяльність ігрового характеру, позитивні емоції підсилюють усі фізіологічні й психологічні процеси в організмі, поліпшують

роботу всіх органів і систем. Використання народних рухливих ігор та забав в освітньому середовищі покликане формувати здорову, всебічно розвинену особистість з високим інтелектом, моральністю та культурою, яка має творчо мислити, ініціативно діяти, сприяти соціально-економічному розвитку держави в якій вона проживає. Народні рухливі ігри та забави сприяють вихованню наймолодших громадян України на національному ґрунті, мають вагомий вплив на особистість школярів та служать основою для формування духовного світогляду дитини. Рухливі ігри та забави є одним з важливих засобів формування у дітей відповідального ставлення до власного здоров'я, інтересів держави та захисту її суверенітету. У статті теоретично обґрунтовано використання народних рухливих ігор та забав в освітньому процесі в дитячому, підлітковому та юнацькому віці з метою формування знань про народні звичаї та традиції, національно-патріотичного виховання молоді, розвитку в них рухових якостей та морально-вольових здібностей.

Ключові слова: освітній процес, культура, рухливі ігри, забави, духовність нації, фізична культура.

Arkhipov O., Krasnov V., Otroshko O. Formation of national culture of student youth by means of folk moving games and fun. Folk moving games and fun are not only the object of daily activities in childhood, but also the subject of their cultural development, which has an independent value, aesthetic aspect and spiritual enrichment. The introduction of folk moving games and fun into the educational process of students contributes to the study of the cultural heritage of the people, forms an idea of the world around, cherishes the germs of patriotism. Tradition is something that is passed down from generation to generation as generally accepted, obligatory, verified by past experience, recognized as necessary to ensure the continued existence of a person, community, state, society. Its purpose is to consolidate and reproduce new generations of ways of life, thinking and behavior. Traditions have always been the key to the existence of a strong family. Family traditions unite the family, because they encode the most important psychological and ethnic aspects: the grains of the reasonable, kind, eternal, assimilating as in childhood, a person forms the rules of adult life and worldview. Family traditions based on national traditions were usually passed on to the next generation through play activities. Active motor activity of a playful nature, positive emotions enhance all physiological and psychological processes in the body, improve the functioning of all organs and systems. The use of folk moving games and fun in the educational environment is designed to form a healthy, comprehensively developed personality with high intelligence, morality and culture, which must think creatively, act proactively, and contribute to the socio-economic development of the state in which it lives. Folk moving games and fun contribute to the education of the youngest citizens of Ukraine on a national basis, have a great influence on the personality of schoolchildren and serve as the basis for the formation of a child's spiritual worldview. Folk moving games and fun are one of the important means of shaping children's responsible attitude to their own health, the interests of the state and the protection of its sovereignty. The article theoretically substantiates the use folk moving games and fun in the educational process in childhood, adolescence and youth in order to form knowledge about folk customs and traditions, the national-patriotic education of young people, the development of their motor qualities and moral and volitional abilities.

Key words: educational process, culture, folk moving games, fun, spirituality of the nation, physical culture.

Актуальність. Розвиток національної системи освіти в Україні не можливий без опори на народні традиції виховання. Виховання підростаючого покоління для кожного суспільства – це найважливіший складник національної культури. Урок фізичної культури є складовою цілісного освітнього процесу, в ньому неможливо уникати національного виховання майбутнього покоління через народний досвід, звичаї, традиції та рухливі ігри зокрема. У «Концепції розвитку щоденного спорту в закладах освіти» (наказ Міністерства освіти і науки України та Міністерства молоді та спорту України від 27.10.2021 № 141/4088) вказано: «Вагомим елементом щоденно рухової активності в закладах освіти усіх типів та форм власності має стати формування та розвиток у здобувачів освіти фізичних якостей, відповідального становлення до власного здоров'я, інтересів України, захисту її суверенітету та територіальної цілісності, забезпечення безпеки та усвідомлення спільності інтересів людини та держави, розвиток національної ідентичності, що полягає в опанування знаннями, практичними вміннями і навичками».

Мета дослідження: аналіз, систематизація та узагальнення даних науково-методичної літератури щодо доцільності використання національних рухливих ігор та забав в процесі фізичного виховання школярів для формування високоосвічених, духовно багатих, фізично розвинених і морально стійких особистостей, гідних громадян своєї держави.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати навчально-методичну та наукову літературу з питань використання народних рухливих ігор та забав в освітньому процесі підростаючого покоління.
2. Сформулювати загальні положення про культуру, побут та традиції народу України для використання народних рухливих ігор та забав у національно-патріотичному вихованні учнів.
3. Систематизувати впровадження народних рухливих ігор та забав в процес фізичного виховання школярів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Рухливі ігри та забави сприяють вихованню наймолодших громадян України на національному ґрунті. Вони мають величезний емоційний вплив на особистість і служать благодатною основою для формування духовного світу дитини [1]. Отже, народні рухливі ігри та забави є насамперед явищем культури. Це пам'ять етносу, нації, народу, людства про своє історичне та доісторичне минуле. Важко переоцінити ту величезну роль, яку відіграють національні рухливі ігри у фізичному та моральному вихованні дітей. З давніх-давен ігри були не лише формою проведення дозвілля та розваг, а й частиною культури суспільства. Завдяки їм формуються такі здібності і якості, як: стриманість, кмітливість, наполегливість, організованість, розвивається сила, спритність, швидкість, витривалість, гнучкість.

Протягом віків в рухливих іграх використовувався педагогічний досвід народу, втілений в його мудрості, звичаях і навичках виховання наступних поколінь. Кожна нація, кожен народ і навіть кожна соціальна група мають свої традиції, звичаї, обряди та свята, становлення яких відбувалося протягом багатьох століть. Через них розпізнається народ в його сучасному існуванні та історичному минулому, вони об'єднують окремих людей в одну націю.

Сьогодні ми можемо спостерігати, як наша Держава всіма силами сприяє тому, щоб молодь вивчала історію свого народу, народні звичаї, ігри, культуру та духовно розвивалася. Прославляються народні духовні та моральні цінності. Одним з культурних надбань України є народна гра, яка як ніхто, дозволяє проникнути у культурне життя наших пращурів і самим відчувти той шалений азарт української гри.

Народні рухливі ігри – неоціненний виховний скарб, який залишили нам наші прадіди. У результаті життя й побуту мільйонів людей протягом віків в Україні сформувалися самобутні народні ігри, які шліфувались і перевірялись досвідом людей багатьох поколінь. У них, як у дзеркалі, відображаються звичаї нашого народу, їх побут й увлечення про світ. Кожна гра, кожна забава має свої специфічні функції та розвиває фізичні й моральні якості [6].

Наукові дослідження в галузі педагогіки виявили, що найсильніше бажання в дитини – це бажання рухатись. А з цього можна зробити висновок, що виховуючи дитину активною та жвавою, у майбутньому, вона буде фізично активна, вихована та сильна духом [1, 7, 9].

Народна гра є величезним скарбом, як нашої, так і будь-якої іншої культури. І ми повинні розповідати про неї підростаючому поколінню, розширювати кругозір сучасної молоді та суспільства у цілому. Граючись, дитина зосереджує увагу, а це вже є основами морально-вольового виховання. Захоплена грою дитина загартовується, вона не буде скаржитися на біль, якщо впаде чи вдариться ненароком. Від такого болю за інших обставин вона би пролила чимало сліз. Граючись, дитина легко схоплює, розуміє та запам'ятовує гру, а ці якості, постійно розвиваючись, у свою чергу полегшують виконання більш складніших завдань.

Гра формує наш характер. Яким би насиченим не було все наступне життя, спогади дитинства та ігри з ровесниками не можна порівняти ні з чим. Усі ми так чи інакше повертаємось у дитячі роки, намагаємось відновити моральні джерела для іншого життя. Граючись діти пізнають культуру свого народу та духовно розвиваються.

Так, перед початком української народної гри «Кривий танець» учнів молодшого шкільного віку можна ознайомити з деякими історичними відомостями, цим самим збагачуючи їх знання про історичні події, традиції та звичаї нашої держави в ігровій формі. За однією з версій, гра виникла дуже давно, у ті часи, коли на нашу країну нападали татари. Батьки тоді вчили дітей остерігатись ворога й у разі небезпеки заплутувати свої сліди, щоб чужинці по ним не потрапили в село. У танку імітується саме такий рух – по кривій. Діти водили «кривий» хоровод по обіді біля церкви на свято «Благовіщення». Люди з особливою шановністю ставились до цього свята, коли «Бог благословляє всі рослини». Тому працювати в цей день вважалося завеликим гріхом. Існувало повір'я, що на «Благовіщення» навіть птах не в'є собі гнізда. А на свято вранці діти виходили в поле до бузька (лелеки), показували йому освячений хліб і промовляли:

« - Бусень, бусень, на тобі хлібця, а ти нам - жита копу!»

У грі «А ми просо сіяли, сіяли!» діти середнього шкільного віку знайомляться з сільськогосподарськими традиціями українського народу. Вигукуючи слова та виконуючи певні рухові дії, вони збагачуються відомостями про побут наших предків, розвивають спритність та швидкісні якості:

« - А ми просо сіяли, сіяли,

- А ми просо витовчем, витовчем!

- А ми коні випустим, випустим!...» [4].

Українська народна гра «Подольнячка» - це гра-веснянка, яку виконують дівчата біля церкви, на лузі чи іншому відповідному місці, закликаючи весну та звеселяючи себе та оточуючих. Вони беруться за руки та водять хоровод, співаючи пісню. Головна героїня, Подольнячка, уособлює українську землю, яка прокидається після зими:

- « - Ой встань, Ой встань, Подоляночко,
- Ой встань, ой встань, молодесенька!
- Умий своє личко, як ту скляночку,
- Біжи до Дунаю, візьми ту, що скраю» [7].

Гра «Подоляночка» розвиває в дітей уяву, відчуття ритму, збагачує відомостями про українську культуру. Її можна проводити з учнями різних вікових груп.

З метою патріотичного виховання, розширення знань з історії України, розвитку фізичних якостей та морально-вольових здібностей в учнів старших класів використовують українську народну гру «Козаки-розбійники». Дітей розділяють на дві групи, козаків та розбійників. За сигналом «Розбійники» втікають та ховаються, а «Козаки» повинні їх знайти та ув'язнити у «штабі». Головною метою гри є захопити всіх розбійників та дізнатися їх «пароль».

Традиція – це те, що передається від покоління до покоління, як загальноприйняте, загальнообов'язкове, перевірене минулим досвідом, визнаним необхідним для забезпечення подальшого існування людини, спільноти, держави, суспільства. Її метою є закріплення й відтворення в нових поколіннях способів життєдіяльності, мислення і поведінки [5].

Традиції завжди були запорукою існування міцної родини. Родинні традиції згуртовують сім'ю, адже в них закодовано найважливіші психологічні й етнічні аспекти: зерна розумного, доброго, вічного, засвоюючи які ще в дитинстві, людина формує правила поведінки дорослого життя та світогляду [2]. Сімейні традиції, які засновані на національних, зазвичай передавалися наступному поколінню в ігровій діяльності. Активна рухова діяльність ігрового характеру, позитивні емоції підсилюють усі фізіологічні й психологічні процеси в організмі, поліпшують роботу всіх органів і систем.

Народна педагогіка вимагає, щоб батьки, вчителі та вихователі піклувались про фізичний розвиток дитини, всяко заохочували її до рухової діяльності. «Як дитина бігає і грається, так її здоров'я усміхається» – стверджує прислів'я.

Чим більше дитина рухається, тим краще росте і розвивається. Гіподинамія (обмеження рухової активності) веде до порушення обміну речовин, діяльності серцево-судинної та дихальної систем, вегетативного впливу опорно-рухового апарату.

Так, у «Концепції розвитку щоденного спорту в закладах освіти» (наказ Міністерства освіти і науки України та Міністерства молоді та спорту України від 27.10.2021 № 141/4088) вказано: «Рухова і фізична активність є важливим чинником формування, збереження, зміцнення здоров'я і розвитку людини, особливо в дитячому, підлітковому та юнацькому віці. Завдяки здатності організму до саморегуляції відбувається його адаптація до змін зовнішнього середовища організм стає стійкішим і життєздатнішим.

Науковці відмічають оздоровче, освітнє і виховне значення рухливих ігор [1, 3, 6, 8, 9].

Рухливі ігри сприяють (оздоровче значення):

- гармонійному розвитку форм і функцій організму дитини;
- розвитку фізичних якостей;
- формування правильної постави;
- загартовуванню організму;
- підвищенню працездатності.

Під час рухливих ігор у дитини формуються (освітнє значення):

- рухові вміння і навички з бігу, стрибків, метання;
- основи знань фізичної культури і спорту, валеології, здорового способу життя, народознавства, історії рідного краю.

Рухливі ігри виховують у дитини (виховне значення):

- моральні та вольові якості;
- любов до рідного краю, звичаїв і традицій українського народу;
- інтерес до переконання до щоденних занять фізичними вправами.

Висновки: 1. Таким чином, використання народних рухливих ігор та забав в освітньому середовищі покликане формувати здорову, всебічно розвинену особистість з високим інтелектом, моральністю та культурою, яка має творчо мислити, ініціативно діяти, сприяти соціально-економічному розвитку держави в якій вона проживає. 2. Народні рухливі ігри та забави сприяють вихованню наймолодших громадян України на національному ґрунті, мають вагомий вплив на особистість школярів та служать основою для формування духовного світогляду дитини. 3. Рухливі ігри та забави є одним з важливих засобів формування у дітей відповідального ставлення до власного здоров'я, інтересів держави та захисту її суверенітету.

Перспективи подальших досліджень. Подальші дослідження будуть спрямованні на проведення педагогічного експерименту з метою доведення, що народні рухливі ігри та забави позитивно впливають на гармонійний розвиток форм і функцій організму дитини, розвиток

рухових якостей, формування правильної постави, підвищення працездатності, загартовування організму школяра.

Список використаних джерел

1. Арефьев В.Г. Дифференциация развлекательно-оздоровчих занятий с физической культуры учнів основної школи. Теорія і практика: монографія. Київ: Центр навчальної літератури, 2014. 197 с.
2. Берлаг О.П., Лесік Бондарчук О.О. Традиційна народна ігранка – Код духовності нації. *The IV International Scientific and Practical Conference "Science? Practice and theory"?* February 1-4, 2022, Tokyo, С. 54-57.
3. Демчишин А.П., Артюх В.М., Демчишин В.А., Фалес Й.Г. Рухливі і спортивні ігри в школі : посіб. для вчителя. Київ : Освіта, 1992. 175 с.
4. Кругляк О.Я. Рухливі ігри та естафети в школі. Посібник для вчителя. Тернопіль: Підручники і посібники, 2017. 112 с.
5. Махов В.Я. Теорія і методика навчання рухливих і спортивних ігор: Навчально-методичний посібник. К.: ІЗМН, 1996. 160 с.
6. Носко М.О., Архипов О.А., Омельчук О.В. Систематизація загальнопатогенних та внутрішньошкільних факторів, що здійснюють несприятливий вплив на здоров'я учнів. *Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2021. Випуск 3К(131)21. С. 297-302. DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2021.3K(131).72
7. Приступа Е., Сілмаковський О., Лук'яненко М. Українські народні ігри, розваги та забави: методологія, теорія і практика. Дрогобич: Вимір, 1999. 448 с.
8. Цось А.В. Українські народні ігри та забави. Луцьк: Надстир'я, 1994 96 с.
9. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 2. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан, 2002. 248 с.

References

1. Arefiev V.H. (2014). Dyferentsiatsiia rozvazhalno-ozdorovchikh zaniat z fizychnoi kultury uchniv osnovnoi shkoly. Teoriia i praktyka: monohrafiia [Differentiation of entertaining and health-improving classes on physical culture of primary school students]. Kyiv: Tsentri navchalnoi literatury, 197.
2. Berlah O.P. Bondarchuk Lesik O. (2022). Tradytiina narodna ihranka – Kod dukhovnosti natsii. [Traditional folk dance – Code of spirituality of the nation] *The IV International Scientific and Practical Conference "Science? Practice and theory"?* Tokyo, Japon, 54-57.
3. Demchishin A.P., Artiukh V. M., Demchishyn V. A., Fales Y. H. (1992). Rukhlyvi i sportyvni ihry v shkoli [Moving and sports games at school]: Kyiv: Osvita, 175.
4. Kruhliak O.Ia. (2017). Rukhlyvi ihry ta estafety v shkoli [Moving games and relay races at school]. Ternopil: Pidruchnyky i posibnyky, 112.
5. Makhov V.Ia. (1996) Teoriia i metodyka navchannia rukhlyvykh i sportyvnykh ihor [Theory and methods of teaching moving and sports games]: Navchalno-metodychnyi posibnyk. K.: IZMN, 160.
6. Nosko N.A., Arkhipov O.A., Omelchuk E.V. (2021). Systematization of general pathogenic factors that have an adverse effect on the health of students. *Scientific journal National Pedagogical Dragomanov University*, 3K(131)2021, 297-302. DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2021.3K(131).72 (in Ukrainian).
7. Prystupa E. Silmakovskyi O., Lukianchenko M.(1999). Ukrainski narodni ihry, rozvahy ta zabavy: metodolohiia, teoriia i praktyka. [Ukrainian folk games, entertainment and fun: methodology, theory and practice]. Drohobych: Vymir, 448.
8. Tsos A.V. (1994). Ukrainski narodni ihry ta zabavy [Ukrainian folk games and entertainment]. Lutsk: Nadstiria, 96.
9. Shyian B.M. (2002) Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia shkoliariv [Theory and methods of physical education of schoolchildren]. Ternopil: Navchalna knyha: Bohdan, 248.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.3K(147).08

УДК 37. 091.33-027.22:796.81–053.66

Базилевич Н.О.

кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту
Університету Григорія Сковороди в Переяславі, м. Переяслав
ORCID: 0000-0002-2470-5107

Божко С.А.

кандидат педагогічних наук,
викладач циклової комісії фізичного виховання та захисту України
Київського фахового коледжу туризму та готельного господарства, м. Київ
ORCID: 0000-0003-0268-5552

Волківський М.В.

старший викладач кафедри спортивних дисциплін і туризму
Університету Григорія Сковороди в Переяславі, м. Переяслав