

**Потужній О. В., Потужня О. М., Закопайло С. А.
Державний вищий навчальний заклад "Переяслав-Хмельницький
державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди"**

ВПРОВАДЖЕННЯ УКРАЇНСЬКОЇ НАРОДНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНИЙ ПРОЦЕС ДІТЕЙ І МОЛОДІ

У статті висвітлюються напрями оптимізації становлення національної системи фізичного виховання з урахуванням особливостей культурно-історичного середовища і традицій українського народу.

Ключові слова: відродження, національна культура, традиції.

Процеси національного відродження в Україні, необхідність формування та збереження соціального, психічного і фізичного здоров'я нації вимагають посиленої уваги до відродження витоків національної культури, складовою якої є традиції українських народних рухливих ігор. У цьому аспекті одним із напрямів оптимізації становлення національної системи фізичного виховання є адекватне врахування особливостей культурно-історичного середовища і традицій українського народу. Творче використання традицій народної фізичної культури, насамперед в регіонах їх розповсюдження, дає змогу суттєво підвищити масовий характер їх запровадження в побуті народу, особливо молоді. Адже подібні засоби, вироблені самим народом на ґрунті врахування місцевих умов, традицій, особливостей побуту тощо, і відображають світоглядні, культурологічні та етнографічні особливості регіону, і, що дуже важливо, несуть в собі виховні, рекреаційні та оздоровчі функції.

Безпосередній обмін засобами народної фізичної культури, що побутують в регіонах України, дає змогу встановити їх етнологічну спільність та сприяти їх взаємному збагаченню. Отже, педагогічний добір засобів народної фізичної культури повинен здійснюватися згідно із критеріями і принципами доцільності, основними з яких виступають як фактори сучасної життєдіяльності українського народу, так і закономірності, що лягли в основу принципів народної фізичної культури.

Мета: розкрити критерії та закономірності, що лежать в основі принципів народної фізичної культури.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати досвід теорії і практики, що засвідчує розвиток народної фізичної культури в сучасних умовах.
2. Розкрити значення тенденції функціонування українських народних рухливих ігор в сучасних умовах.

Як показують результати узагальнення досвіду практики, серед широкого кола фахівців утвердилась стійка тенденція до розуміння народних рухливих

ігор, у кращому випадку, виключно як набутку минулих віків, у гіршому ж – як до непотрібних архаїзмів, пережитків. Але такі розуміння є сьогодні не визначальними. Свідченням цього можуть слугувати дослідження як зарубіжних [3], так і вітчизняних вчених [1].

Аналіз досвіду теорії і практики переконливо засвідчує, що народна фізична культура і в сучасних умовах розвивається. Є декілька тенденцій її розвитку. По-перше, це збереження у народній пам'яті засобів народної фізичної культури попередніх років, періодів, епох тощо. По-друге, це реконструкція (відтворення) засобів народної фізичної культури в умовах сучасності, особливо в системі релігійних і побутових свят, та в системі навчально-виховного процесу. І, по-третє, виникнення та стійке побутування модерних народних засобів, методів, форм фізичної культури в сучасному народному середовищі. Важливим кроком до наукового вивчення і систематизації всього багатства української народної фізичної культури є дослідження особливостей її функціонування в різноманітних сферах життєдіяльності суспільства, а саме: в системі релігійних та побутових свят, повсякденному побуті і в системі навчально-виховного процесу.

Відродження національної культури останніми роками сприяло певному поштовху в справі популяризації засобів, методів і форм української народної фізичної культури, яка є органічною складовою загальнонаціональної культури. Узагальнення досвіду використання народної фізичної культури в системі сучасних свят набуває непересічного значення, оскільки такий аналіз сприятиме не лише відродженню національних традицій, а й поширенню елементів здорового способу життя, фізичної культури серед найширших верств українського народу.

Як показує аналіз літературних джерел [3], одним із напрямів впровадження масової фізичної культури є проведення культурно-спортивних (побутових) свят “Козацькі забави”, які були започатковані на початку 90-х років на Львівщині та Івано-Франківщині і є сьогодні традиційними (Б. М. Шиян, 1991).

“Козацькі забави” проводяться з метою ефективного розвитку фізичної культури та спорту і спрямовані на вирішення таких завдань:

- відродження самобутніх національних традицій українців у справі тілесного, духовного і морального виховання;
- залучення різних груп населення до систематичних занять фізичною культурою і спортом;
- формування у широкого суспільного загалу елементів здорового способу життя з використанням національних культурних і педагогічних традицій.

Як правило, “Козацькі забави” проходять у декілька етапів. На першому – відбуваються масові змагання і культурні заходи у виробничих колективах, навчальних закладах, організаціях. Другий етап “Козацьких забав”

проводиться в районних центрах, містах за участю збірних команд виробничих колективів, навчальних закладів та інших організацій. У третьому, що носить характер культурно-спортивного заходу, беруть участь збірні команди області. Всі етапи проводяться протягом року з урахуванням черговості сезонних робіт і кліматичних умов переважно серед сільського населення.

Останнім часом провідні українські діячі культури і спорту все частіше пропагують ідею започаткування всеукраїнського культурно-спортивного фестивалю з використанням народних видів спорту, національних рухливих ігор тощо [2]. Проведення подібної акції на загальнодержавному рівні, на їх думку, сприятиме не лише відродженню багатовікових українських культурних традицій, а й дасть змогу засобами спорту і культури формувати здоровий спосіб життя, відтворювати потенціал здоров'я українського народу. І, нарешті, офіційна державна підтримка широкого кола аматорів сприятиме підвищенню ефективності роботи з відродження традицій української культури [1].

Досвід проведення “Козацьких забав” показує, що найбільшого розголосу і популярності вони набувають у тому випадку, коли проводяться у межах традиційних національних побутових або релігійних свят. Таке органічне поєднання елементів духовної і фізичної культури, а також безпосереднє використання у програмі “Козацьких забав” різноманітних культурних заходів, сприяє їх якнайширшій популярності серед усіх без винятку демографічних груп населення.

Традиційно програма “Козацьких забав”, окрім народних ігор і розваг, містить змагання із сучасних видів спорту, поширених у тому чи іншому регіоні (футболу, волейболу, шахиів тощо). Такий підхід дозволяє органічно поєднати національні традиції із сучасністю, що, звичайно, сприяє поширенню елементів здорового способу життя, зацікавленості великої кількості людей подібними заходами.

Прикладом відродження традиційних засобів української народної фізичної культури можуть слугувати “Дні козацької слави”, що відбуваються на споконвічних козацьких землях на території сучасних Запорізької та Дніпропетровської областей з 1991 року. В їх програмі були такі елементи української народної фізичної культури: боротьба на руках, бойовий гопак, народне веслування, плавання, кінські перегони тощо. Важливо, що поряд із традиційними засобами народної фізичної культури, важливу роль у святі відігравали засади національної культури українців – пісня, танець, весела забава.

Значного розголосу і поширення набули також і тривалі культурно-спортивні походи, приурочені до “Днів козацької слави”. Культурно-спортивні походи відбувалися із використанням різноманітних засобів пересування, а саме: кінні, походи на козацьких чайках (тобто річкові), легкоатлетичні

надмарафонські пробіги, велопробіги тощо.

Значного поширення наприкінці 1990-х – початку 2000-х років в Україні набули також масові культурно-спортивні акції, приурочені до визначних дат в історії України. Будучи за своєю сутністю культурними, такі акції органічно включають в себе елементи народної фізичної культури. Прикладом можуть бути масові сходження на гори Маківку та Ключ (Львівщина), що відбулися у 2000 та 2001 роках. Метою цих культурно-спортивних заходів було відзначення пам'яті українських січових стрільців. До участі в сходженнях зголосилося в кожному випадку більше 10000 учасників, переважно шкільна та студентська молодь.

У цьому випадку є можливість простежити органічне поєднання як духовних (вшанування пам'яті національних героїв), так і суто тілесних елементів, що суттєво сприяє масовому поширенню фізичної культури серед населення.

Незважаючи на важливість функціонування елементів народної культури в системі національних побутових свят, аналіз етнографічних матеріалів переконливо засвідчує, що найбільш повно фізична культура представлена в системі християнських релігійних свят. А з-поміж релігійних свят за кількістю елементів фізичної культури провідними є, без сумніву, Великодні свята, під час яких найширше використовуються різноманітні рухливі народні ігри, забави та розваги, що й надалі користуються великою популярністю, особливо серед молоді Західної України.

Основними засобами фізичної культури, які є органічною складовою Великодніх свят, виступають веснянки (гаївки, гагівки, галагівки тощо) [2]. В етнографічній літературі веснянки за певними ознаками належать до елементів фольклору [1, 3]. Першочерговою підставою для розгляду комплексу веснянок і як специфічних засобів української народної фізичної культури виступає наявність в їхньому змісті такого визначального системоутворюючого фактора, як рухова (фізична) активність, яка синкретично поєднується з піснею, елементами танцю тощо.

На думку багатьох вчених [1, 2], визначальною рисою веснянок є, власне, фізичний рух і його ритмічні характеристики, а пісенний супровід відіграє другорядну, підпорядковану роль. Не менш важливою підставою для розгляду веснянок як специфічних засобів народної фізичної культури, є їхня педагогічна спрямованість на вдосконалення як тілесних, так і духовних якостей людини. З огляду на зазначену тезу продуктом діяльності людей, включених у таке специфічне синкретичне дійство, яким, безперечно, є веснянки, виступає насамперед вдосконалення внутрішньої природи людини, її тілесних, духовних і моральних якостей.

Аналіз етнографічного матеріалу і матеріалів публікацій [3] засвідчує, що, крім рухової активності, важливим компонентом веснянок є пісенний супровід. З погляду закономірностей фізичного виховання, пісню, яка виконується в

процесі фізичного руху, слід розглядати як важливий складник, який теж сприяє тілесному вдосконаленню людини. По-перше, пісенний супровід формує певний ритмічний рисунок фізичних рухів, регламентуючи тим самим такі важливі складові навантаження, як його інтенсивність і обсяг. По-друге, виконання пісні в процесі рухової активності супроводжується необхідним напруженням м'язів, які забезпечують дихальні рухи (діафрагма, міжреберні м'язи тощо), що, звичайно, сприяє їх вдосконаленню. Таким чином, пісенний супровід, поєднаний із фізичним рухом, виступає своєрідним комплексом "дихальної гімнастики". Слід зазначити, що подібні своєрідні комплекси "дихальної гімнастики" розповсюджені у багатьох етносах: китайська дихальна гімнастика "Цигун", індійська "Йога" та ін. [2]. Цілком очевидно, українські народні ігри з елементами "дихальної гімнастики" потребують у подальшому окремих педагогічних досліджень і методичних обґрунтувань їх застосування у різноманітних сферах.

Суттєвою ознакою вищенаведених засобів народної фізичної культури є їх ритмічні характеристики. Залежно від змісту пісенного тексту, а також деяких зовнішніх факторів, ритмічні характеристики виконання веснянок можуть бути різними. Таке розмаїття ритмічних варіантів у структурі навіть однієї веснянки робить їх дуже цінним засобом формування відчуття ритму у дітей.

Суттєве місце в структурі Великодніх свят посідають такі засоби народної фізичної культури, як народні фізичні вправи та рухливі ігри з елементами змагальної діяльності. За традицією їх переважно виконують хлопці. Прикладом, зокрема, може слугувати "Вежа". Слід зазначити, що зафіксовано декілька різновидів цієї народної фізичної вправи. Найхарактернішою її ознакою у всіх варіантах виступає необхідність особливої фізичної підготовленості та відповідного розвитку координаційних якостей у всіх учасників. До найпоширеніших в сучасних умовах хлоп'ячих великодніх рухливих ігор з елементами змагальної діяльності слід віднести такі: "Чий батько дужчий", "Шила бити", "Війна". Вони зустрічаються, з деякими регіональними відмінностями, майже по всій Україні.

Під час Зелених свят найуживанішим засобом народної фізичної культури є народна фізична вправа "Лазіння на стовп". Один із варіантів цієї народної фізичної вправи полягає у наступному. На майдані вкопується стовп. Зверху до нього прикріплюється колесо від воза, на яке підвішують ковбасу, а стовп натирають воском. Охочий повинен вилізти на стовп і відкусити від кільця ковбаси шматок. Тоді вважається, що цю ковбасу він виграв. Надавалася лише одна спроба. За кожну спробу треба було заплатити грошима.

Одним з найбагатших за кількістю виконуваних народних рухливих ігор, розваг, забав та фізичних вправ сьогодні, безперечно, залишається свято Івана Купала. Кульмінаційною народною фізичною вправою цього свята у всіх

випадках виступають стрибки через запалене вогнище. Значну частину купальського свята складають також різноманітні рухливі ігри, переважно хороводного характеру, які відбуваються навколо купальського вогнища. В деяких регіонах в сценарій купальського свята включають змагання з плавання і веслування.

У системі зимових релігійних свят спостерігається аналогічне відродження традицій української народної фізичної культури. Слід зазначити, що переважна більшість народних засобів, які використовуються в період зимових свят, відрізняється драматично-імпровізаційним характером. Наприклад, найяскравіше проявляються традиційні елементи народної фізичної культури в змісті різдвяних вертепів, де першочергову роль відіграють драматизовано рухливі забави “Коза”, “Ведмідь” тощо.

Узагальнення особливостей рухливих ігор, забав, розваг показує, що характерною ознакою цих народних засобів виховання, які збереглися і побутують в сучасних умовах народних і релігійних свят є передусім їх своєрідна трансформація. Вона відбувається за напрямом послаблення давнього магічного значення і більш суттєвого розвитку рекреаційного, змагального та ігрового елементів. Вплив засобів народних ігор, розваг та забав спрямовується вже не на середовище (наприклад, заклинання врожаю), а безпосередньо на природний розвиток людини, вдосконалення її духовних і тілесних складових, задоволення життєвої потреби у фізичному русі, рекреації, змагальній діяльності тощо.

У зв'язку з цим суттєво зростають як виховні, так і оздоровчі функції засобів народної фізичної культури, які використовуються під час релігійних та побутових свят у сучасних умовах.

Порівняльний аналіз засвідчує, що репертуар народних рухливих ігор, розваг та забав, які використовуються під час релігійних та побутових свят, є доволі різноманітним. Особливого значення в плані відродження традицій української народної фізичної культури, їх трансформації до умов сьогодення набувають такі форми культурно-спортивної роботи, як “Козацькі забави”, “Свята козацької слави” та ін. Не менш важливу роль в адекватному відродженні традицій української народної фізичної культури відіграють релігійні свята, важливою складовою яких є народні рухливі ігри, забави та розваги.

Народні рухливі ігри в сучасному побуті виконують різноманітні функції, залежно від особливостей їх використання. Найважливішою із них є зображення, відтворення і передача національних традицій у галузі фізичного виховання. Аналіз зібраних та розглянутих народних рухливих ігор, які побутують в сучасному культурному середовищі українців, вказує, що головні складові національної культури нашого народу притаманні їй засобам народної фізичної культури.

Водночас порівняльний аналіз зафіксованих українських народних ігор в

центральної і східних регіонах України свідчить, що українська мова не є мовою спілкування в процесі ігрової діяльності. Таким чином, спостерігається досить своєрідний процес трансформації народних засобів фізичного виховання. Суть цього процесу полягає у тому, що народний засіб (рухлива гра, розвага, забава), за біомеханічними характеристиками залишаючись традиційним, за ознаками інших складових народної фізичної культури своєрідно денационалізується, втрачаючи століттями притаманне йому мовне середовище, світоглядні орієнтації тощо.

Отже, в народних рухливих іграх віддзеркалились загальні тенденції денационалізації української культури, притаманні в цілому всьому культурному середовищу сучасної України.

Співставлення зібраних багатьох народних рухливих ігор дає змогу здійснити їх порівняльний аналіз. Так, найбільшу їх групу (95%) складають рухливі ігри, розваги та забави, які побутують в середовищі молоді від 2–3 до 17–18 років. Лише 5% із зафіксованих народних рухливих ігор використовують дорослі. Цей факт свідчить, що головним суб'єктом збереження, відтворення і оволодіння багатством засобів народної фізичної культури виступають діти і молодь.

Наступною важливою рисою народних рухливих ігор сучасності є та, що 70,2% народних ігор, які використовуються молоддю, характеризуються наявністю змагальної діяльності, у 26,3% спостерігається наявність ігрової діяльності, що відбувається за регламентованим сюжетом, і в 3,5% сюжет здійснюється імпровізаційно.

Дані власних досліджень свідчать, що у співвідношенні рухливих ігор, розподілених за ознаками наявності або відсутності у них сюжетно організованої або змагальної діяльності, переважну частину складають ті народні ігри, які здійснюються у формі змагання. Цей факт є дуже важливим і його необхідно враховувати як в організації навчально-виховного процесу в навчальних закладах, так і в позаурочних та позашкільних спортивно-виховних заходах з використанням народних ігор.

Аналіз народних рухливих ігор дозволяє констатувати, що їх використання в побуті характеризується певними тенденціями. Однією з них є збереження і відтворення відомих з попередніх поколінь народних рухливих ігор. Тобто певна частина засобів народної фізичної культури відзначається сталістю, консервативністю. Іншою тенденцією є постійне новоутворення народних ігор, розваг та забав, в яких яскраво прослідковується вплив як еволюційних, так і більш глобальних технічних, економічних, культурних змін в життєдіяльності суспільства. В українську народну фізичну культуру привнесено й певні іншоетнічні запозичення, якими переважно є російські народні рухливі ігри.

Слід зазначити, що важливим фактором, який сприяє популярності народних рухливих ігор, є надзвичайно невибагливе і просте обладнання та

спорядження, необхідне для їх виконання. Найчастіше використовуються предмети, що не вимагають суттєвих матеріальних затрат на їх виготовлення і придбання (палиці, камінчики, нитки, м'ячики тощо).

Більшість народних рухливих ігор легко пристосовується до природного середовища, кліматичних умов.

Важливою ознакою народних рухливих ігор є сезонність їх використання. Понад 90% рухливих ігор припадає на теплі пори року, переважно весну, літо й осінь. Лише незначна частина народних ігор використовується взимку. Це переважно їзда на санчатах, рухливі ігри-змагання "В сніжки", ковзання на льоду тощо. Отже, враховуючи незначний репертуар народних рухливих ігор, які використовуються взимку, можливо констатувати, що молодь, яка завантажена навчальною роботою, недостатньо використовує все багатство народних засобів тіловиховання. Водночас аналіз етнографічних публікацій показує, що лише поверхневий перелік народних рухливих ігор, які використовувались українською молоддю взимку в минулому, нараховує більше 70 різновидів, кожен з яких має декілька варіантів застосування [1].

Суттєвого поштовху у відродженні традицій української народної фізичної культури останніми роками набула і така сфера, як навчально-виховний процес у закладах освіти.

Узагальнення досвіду практики з проблем використання українських народних рухливих ігор засвідчує, що, незважаючи на відсутність повновартісної державної політики в цій галузі, подекуди, хоча і стихійно, відбуваються і певні позитивні зрушення. Педагоги намагаються в тій чи іншій мірі застосувати українські народні рухливі ігри в системі занять з фізичної культури, а також і в інших культурно-спортивних заходах [4]. Розроблені навчальні програми з фізичної культури, в яких обґрунтовано використання народних засобів і методів фізичного виховання [3]. Фахівці зазначають, що це сприяє підвищенню ефективності навчально-виховного процесу з фізичної культури [2].

Значного інтересу набуває проблема планування навчального матеріалу з фізичної культури. На думку фахівців [4], його в навчальному процесі доцільно розподіляти, беручи за основу традиції народного і релігійного календарів. У цьому випадку специфічні освітні, виховні та оздоровчі завдання будуть вирішуватися поряд із світоглядними, водночас сприяючи розв'язанню проблеми міжпредметних зв'язків.

Певної узгодженості зазначеній роботі надала державна національна програма "Освіта. Україна XXI століття" [1], в якій підкреслюється необхідність відродження і подальшого використання у навчально-виховному процесі традицій української народної педагогіки і, зокрема, української народної фізичної культури. Особливо в програмі наголошується на важливості формування національного світобачення в дошкільному віці.

Таким чином, результати узагальнення досвіду практики ще раз

підтверджують тезу про те, що проблему впровадження українських народних рухливих ігор у практику фізичного виховання необхідно вирішувати на рівні педагогічної систематизації засобів народної фізичної культури та наукового обґрунтування методик їх використання у навчально-виховному процесі з подальшим вдосконаленням навчальних програм та самої системи підготовки педагогічних кадрів.

Узагальнення досвіду функціонування українських народних рухливих ігор в сучасних умовах засвідчує, що ідея національного відродження разом з розбудовою державності охопила значні верстви населення і створила певні передумови для повноцінного розвитку культури. Наявність багатьох складових народної фізичної культури практично у всіх сферах життєдіяльності нації засвідчує пробудження значного інтересу до національних традицій у галузі тілесного виховання серед найширших верств людей.

Нова політична і соціокультурна ситуація змінює умови розвитку української народної фізичної культури. На її базі складається специфічна культурологічна ситуація, яка активно і суперечливо породжує нову культурну реальність, в яку, в свою чергу, певним чином входить і нова реальність статусу української народної фізичної культури. Він зумовлюється такими чинниками: зміною соціальної орієнтації та ідеалів; переоцінкою культурологічних і педагогічних цінностей і формуванням її нової ієрархії; зростанням кількості ступенів свободи, багатоманітності та строкатості напрямів відродження і застосування народних рухливих ігор; зняттям жорсткого ієрархічного управління цими сферами в регіонах держави; зміною статусу, а відповідно ролі і функцій народної фізичної культури, яка стає одним із важливих чинників підвищення ефективності національно-культурного відродження і оптимізації навчально-виховного процесу.

Отже, одним із важливих аспектів національного відродження є адекватне відтворення української народної фізичної культури як динамічної, цілісної культурно-педагогічної системи. А це стане можливим лише тоді, коли традиції народної фізичної культури стануть надбанням найширших верств населення. Адже культура є лише тоді, коли її розпредмечують, коли нею користуються, коли її адекватно споживають. У зв'язку з цим традиційні елементи української народної фізичної культури, а саме – рухливі народні ігри, розваги, забави тощо, необхідно розглядати як специфічний “тест” на тлі реальної соціокультурної ситуації.

Народні рухливі ігри та інші засоби народної фізичної культури постійно видозмінюються, адаптуючись до конкретних соціокультурних умов. Один із засновників соціокультурної кінантропології – науки про людину в стані руху, Роланд Ренсон зазначає, що завдяки зазначеним змінам народних засобів фізичного виховання є необхідними їх постійні реадаптації та реінтерпритації до конкретних соціокультурних умов. У протилежному випадку народні

рухливі ігри стають “реліктовими”, і їх життя продовжується лише штучно [2]. На думку багатьох фахівців [3, 1], найкращим способом зберегти все багатство народної фізичної культури, або точніше, – продовжити народним рухливим іграм життя – це грати в них. Таким чином, окрім наукового опису і аналізу народних рухливих ігор, необхідно активізувати діяльність із активного їх впровадження у різноманітні сфери життєдіяльності етносу – побут, систему народних і релігійних свят, навчально-виховну практику.

Культурне багатство засобів, методів, форм української народної фізичної культури, нагромаджене протягом тисячолітньої історії, особливо у предметній формі не може бути гарантом процвітання національної культури. Якщо з тих чи інших причин індивіди не оволодівають ними рівномірно, народна культура втрачає тим самим свої традиційні надбання. Розриви у спадковості національних традицій в галузі фізичного виховання не сприяють повноцінному функціонуванню і більш широкого педагогічного утворення, а саме – національної системи фізичного виховання.

Українські народні рухливі ігри, незважаючи на низку негативних зовнішніх факторів, у певній мірі зберегли свої історичні набутки. Свідченням цього є аналіз їх функціонування практично у всіх сферах життєдіяльності сучасного суспільства. Однак, негативні зовнішні чинники не сприяли адекватному розвитку народної фізичної культури, не розроблялися науково-обґрунтовані методики використання народних рухливих ігор в навчально-виховному процесі, здійснювались цілеспрямовані заходи з метою денаціоналізації української культури тощо.

Сучасну українську народну фізичну культуру як реальну культурно-педагогічну культуру можна подати у формі зміни взаємовідносин трьох базових складових:

- а) надбань українського народу у галузі цілеспрямованого використання народних засобів, методів, форм з метою фізичного виховання;
- б) потреб сучасного суспільства у використанні традицій народної фізичної культури;
- в) творчого засвоєння традицій народної фізичної культури.

З огляду на зазначені тенденції функціонування українських народних рухливих ігор в сучасних умовах, визначальною домінантою, змістовною реальністю стає національно-культурна спрямованість, яка відтворює практично весь спектр явищ традиційної національної життєдіяльності, повновартісне відродження якої потребує у майбутньому значних зусиль держави і суспільства.

Сам фактичний матеріал про функціонування елементів українських народних рухливих ігор в системі сучасних побутових і релігійних свят, побуті і навчально-виховному процесі засвідчує, що культуротворчі традиції на етнічних українських землях не переривались, хоч під впливом історичних, політичних, релігійних, економічних та інших чинників розвиток українських

рухливих ігор або поглиблювався, або спинявся, а то й руйнувався. Аналіз тенденцій розвитку українських народних рухливих ігор в сучасних умовах засвідчує незаперечне поживлення культуротворчого процесу у цій галузі національної культури.

Характерною ознакою зазначеної тенденції певного поживлення відродження традиційних елементів української народної фізичної культури є та, що воно відбувається у контексті етнічної ідентифікації українців. Як зазначає Роланд Ренсон, в періоди соціокультурної та економічної нестабільності людське суспільство часто шукає порятунку в минулому. В подібному русі “назад до витоків” прослідковується своєрідний екологічний і етнічний рефлекс [2]. Саме тому розповсюдження традиційних народних рухливих ігор, розваг та забав в значній мірі сприяє утвердженню національної самосвідомості. Адже міжособистісні взаємозв'язки в традиційних народних іграх забезпечуються не лише формальним застосуванням української мови. Сам культурний контекст традиційних українських народних ігор, їх взаємозв'язок із середовищем існування етносу сприяють національно-культурному відродженню.

Використана література:

1. Антонович В. Р. Про козацькі часи на Україні / В. Р. Антонович. – К. : Дніпро, 1991. – 257 с.
2. Барский К. М. Уроки китайской гимнастики / К. М. Барский. – Вып. 2. – М. : Просвещение, 2007. – 187 с.
3. Братисюк М. Відродження української культури, як проблема оновлення культурних цінностей / М. Братисюк // Культурне відродження в Україні: зб. наук. праць. – Львів : Астериск, 1993. – С. 141-154.
4. Вільчковський Е. С. Критерії оцінювання стану здоров'я, фізичного розвитку та рухової підготовленості дітей дошкільного віку: навч. посібник / Е. С. Вільчковський. – К. : ІЗМН, 1998. – 64 с.

Потужний А. В., Потужня Е. М., Закопайло С. А. Внедрение украинской народной физической культуры в учебно-воспитательный процесс детей и молодежи.

В статье освещаются направления оптимизации становления национальной системы физического воспитания с учетом особенностей культурно-исторической среды и традиций украинского народа.

Ключевые слова: *возрождение, национальная культура, традиции.*

POTUZHNIY A. V., POTUZHNYAYA H. M., ZAKOPAYLO S. A. Introduction of the Ukrainian folk physical culture in the educational process of children and young people.

In the article light up directions optimization of becoming of the national system of physical education taking into account the features of cultural and historical environment and traditions of the Ukrainian people.

Keywords: *revival, national culture, traditions.*