

Elementary swimming skills include getting used to the water. By doing the preparation exercises in a playing form, kids had learned how to dive, breathe in the water and to be in a right horizontal position while sliding in the water.

We started teaching children the techniques of sport swimming styles only when all of them got used to the water environment and learned to feel and use its' specifications and learned to be in a correct horizontal position on the surface of the water and to exhale into the water.

According to the results of the control practice, it can be concluded that almost all 6-year olds have successfully accomplished all the tasks, which proves the efficiency of the proposed method for teaching children how to swim in the deep swimming pool.

The practical significance of this study lies in the higher efficiency of teaching swimming to elementary school kids, which shortens the learning time span, improves the quality of learning the kinds of sport swimming, improves the swimmers' results if using this proposed method.

So, teaching 6-year olds to swim in the conditions of a deep swimming pool (as opposed to the conditions of a shallow pool) allows to form the habit of swimming without any support at this early stage, and that's why we recommend to start teaching swimming in the deep swimming pool with this age group.

The following investigations are supposed to be conducted in the direction of studying other problems of finding ways to optimize the teaching process of swimmers of different age groups.

Key words: *swimming, 6-year olds, elementary education, deep swimming pool.*

УДК 355.13+796](477)"653"

Сергій Лазоренко

ORCID ID 0000-0001-6493-8514

Дмитро Балашов

ORCID ID 0000-0001-7573-6598

Микола Чхайло

ORCID ID 0000-0002-7368-5202

Сумський державний педагогічний
університет імені А. С. Макаренка

DOI 10.24139/2312-5993/2018.04/303-313

ВІЙСЬКОВІ ТА ФІЗИЧНІ ЗВИТЯГИ СТАРОРУСЬКИХ БОГАТИРІВ

Трохи більше чверті століття тому наша країна отримала незалежний політичний статус і визнання в усьому світі. Лише незалежний статус держави дозволив гостро поставити питання відродження духовної спадщини. Українці повертаються до витоків власної історії, культури, мистецтва, релігійності тощо, як було колись, за часів наймогутнішої держави раннього середньовіччя – Київської Русі. Тож у контексті зазначеного звертають на себе увагу військові та фізичні традиції слов'янського богатирства та ратоборства. Тому, у теоретичному плані, інформація даного дослідження основних суспільних функцій, які виконували військовий вишкіл, народні ігри та розваги в давніх слов'ян, надзвичайно важлива для з'ясування їхніх історичних витоків, впливу на формування українського етносу й

конкретизації розрізаних фактів, відомостей і свідчень у цілісну систему знань про фізичну культуру Київської Русі.

Ключові слова: *фізична культура, військовий вишкіл, Руські ігрища, фізичне виховання, князь, богатир, билини.*

Постановка проблеми. У ХХ столітті, більше семидесяти років, комуністична ідеологія Радянського Союзу методично знищувала духовну самобутність волелюбного українського народу, досягнувши при цьому значних результатів. Лише незалежний статус нашої держави дозволив гостро поставити питання відродження духовної спадщини, про яку свого часу писали Т. Г. Шевченко, І. Я. Франко, Л. П. Косач (Леся Українка) та ін. До цих пір, українці вже не вірили ні в кого, не мали власних ідеалів та героїв, патріотичних почуттів, поваги до самих себе і до власної унікальної країни тощо. Але останнім часом ми констатуємо зворотні процеси: молодь почала цікавитися власною історією, культурою, мистецтвом, відроджувати християнську традицію, формувати патріотичні погляди, адекватно ставитися до рідної мови. Така тенденція дає впевненість стверджувати, що вітчизняна духовна культура буде реанімована й розвиватиметься в серцях майбутніх поколінь.

Кожна відома цивілізація, європейського континенту і не тільки, залишила після себе в історії великий пласт інформації про свою культуру, архітектуру, науку, виробництво, медицину тощо. А також у контексті загальної культури – відомості про фізичну культуру, ініціативні заходи та спортивні фестивалі. Так, до наших днів, із сивої давнини, надійшли факти про давньогрецьку агоністику, про гладіаторський вишкіл невольників та перегони квадриг у стародавньому Римі, про японську систему військової підготовки самураїв, про ритуальні ігри з м'ячем народів мезоамерики, про скіфські ініціативно-спортивні фестивалі, про ритуальні бої рабів на мечях під час поховання видатних етрусків, про галльські лицарські поєдинки тощо. Усі перераховані народи посіли своє почесне місце узагальній історії людства. І прикрим виглядає той факт, що один із наймогутніших народів раннього середньовіччя – слов'яни – не має своєї ніші в зазначеному підрозділі історичної науки. Пояснення такої ситуації можна знайти в засновника історичної науки та слов'янознавства в південних слов'ян Мавро Орбіні (1563–1614), який у своїй роботі «Славянское царство» пише про великий народ (мовою оригіналу): «Имея в избытке мужей воинственных и доблестных, не нашлось у него мужей учёных образованных, которые своими писаниями обессмертили его имя. Другие племена, намного уступающие ему в своём величии, лишь потому пользуются ныне такой известностью, что имели учёных мужей, прославлявших их своими писаниями».

Що стосується слов'ян, то до сьогодення дожили лише опосередковані факти про них, із давньогрецьких і давньоримських

хронологій, записок арабських мандрівників та ін. Більш детальну інформацію можна знайти у волхвовниках, повістях: «Повісті дочасних літ» (XI ст.), «Повість про розорення Рязані Батиєм» (XIII ст.); літописах: Лаврентіївському (1116), Іпатіївському (1118 р.), Никонівському (XVI ст.), давньоруському народному епосі – билинах, казках, переказах тощо [8].

Не збереглися до наших днів і артефакти, які б демонстрували військовий і фізичний вишколи наших давніх пращурів. Тож перераховані аргументи і є саме тими причинами, через які більшість науковців із історії фізичної культури у своїх роботах лишають чисті сторінки для опису військових традицій, фізичного вишколу, ініціативних заходів та спортивних фестивалів славетного народу раннього середньовіччя – слов'ян.

Аналіз актуальних досліджень. Для вивчення питань, пов'язаних із розвитком фізичної культури Київської Русі, усна народна творчість, як джерело, використовувалася дотепер недостатньо. Із тем, які досі розроблені, можна виділити історію шахів, боротьби, вправне вміння управляти конем, силові та металеві вправи, кулачні поєдинки – інформація про які деталізована археологічними матеріалами, даними лінгвістики, етнікону, збирачів фольклору та вивченням билинних сюжетів. Окремим аспектам давньоруської фізичної культури присвячені статті В. А. Старкова, у яких автор розглядає усну народну творчість (билинні сюжети) як джерело історико-фізкультурної інформації [10]. Р. С. Липець у своїй праці «Епос і Давня Русь», побудованій на билинній тематиці, у розділі «Змагання та інші розваги на бенкетах» розглянула кінні перегони, згадала боротьбу, шахи, полювання та інші види суперництва староруських звитязців [6]. Історію княжого війська досліджували І. Крип'якевич, Б. Гнатевич, З. Стефанів, О. Думін та С. Шрамченко [4]. Таємницям бойових мистецтв українського народу присвячена монографія Т. Каляндрука [2]. Але не завжди кількість відповідає якості. Існує цілий пласт відомостей про різнобічні аспекти ритуалів, ініціацій, військового вишколу, спортивних фестивалів Київської Русі, та немає цілісної системи загальної інформації про фізичну культуру й ратоборські вміння слов'ян, яка б дійсно і по праву зайняла своє місце поряд із ранньосередньовічними системами фізичного виховання народів, зазначеного періоду.

Мета даного дослідження полягає в систематизації авторським колективом розрізненої інформації на основі аналізу науково-методичної літератури та узагальнення відомостей про прикладне, військове та ініціативне значення фізичної культури слов'ян часів Київської Русі.

Методи дослідження: аналіз науково-методичних та історичних джерел, узагальнення думок дослідників даної теми.

Виклад основного матеріалу. Теоретично, проаналізувавши історичні документи і врахувавши інформацію усної народної творчості, можна зазначити, що система військового та фізичного вишколу давніх слов'ян була

синтетичною. Вона ввібрала в себе найкращі традиції народів, які населяли територію нинішньої України в докиєворуський період, і етносів, із якими межували наші пращури. Фізична культура, до початку Київської держави, одержала свій розвиток у надрах скіфської державності [3]. Цю теорію обстоюють А. М. Хазанов та Б. А. Рибаків, які вбачали розвиток слов'янського елемента у глибинах скіфського етносу. Уся система ритуально-ініціативних заходів мешканців стародавнього Києва збігається із скіфською, яку описав батько історії Геродот. Змагальний елемент, у який визначалися найкращі богатирі (слов'яни вважали, що богатирі – це люди напівбоги, яким Бог дав силу захищати бідних та знедолених), наші пращури запозичили у греків та візантіївців. У давньослов'янському літописі ми можемо знайти рядки, у яких описуються кінні перегони в Царгороді, за участю візантійського імператора Михайла: «...сам колесничая уристания всегда творяше и некогда четверицу добро управив...». Було відомо давнім слов'янам і про Олімпійські ігри. У давньоруському перекладі трактату грецького філософа Діонісія Ареопігита можна знайти такі рядки: «Олимпиада нариються п'ять удаления на горбе бываема, 1-е мустнями битися, 2-е боритися, 3-е теши и пеши и на колесницах, 4-е скакати, 5-е камык метаху, и сия яко праздник имуще». І таких прикладів в аналах історії можна знайти велику кількість. Виходячи з вище зазначеного, ми можемо говорити про фізичну культуру слов'ян як про систему, що ввібрала в себе надбання фізичного вишколу багатьох народів тогочасної Європи.

Власну волелюбність і жагу до незалежності давнім проукраїнцям приходилося відстоювати в постійній боротьбі з оточуючими народами і кочовими племенами. Саме в цій боротьбі і міцнів народ, якому судилося створити наймогутнішу державу раннього середньовіччя – Київську Русь. Невідомий Візантійський історик Псевдо-Маврикій (VI–VII ст.) у своєму «Стратегіконі» так оцінював військово-вміння давніх праукраїнців: «Племена слов'ян чисельні, витривалі, легко переносять жару, холод, дощ, відсутність теплого одягу, нестаток їжі. Битися зі своїми ворогами вони люблять у місцях, порослих густим лісом, у тіснинах, на обривах, з вигодою для себе користуються раптовими атаками та хитрощами. Досвідчені вони також і в переправі через річки, перевершуючи в цьому всіх людей. Мужньо витримують тривале перебування у воді... пірнаючи в товщу та тримаючи в роті порожнистий очерет, що знаходиться над водою та через який дихають, лежачи на дні горілиць. Під водою вони можуть перебувати годинами, так що важко дізнатися про їхню присутність... Кожний озброєний двома невеликими списами, деякі мають міцні щити, які важко переносити з місця на місце. Вони також користуються дерев'яними луками з невеличкими стрілами, кінці яких змащені особливою для стріл отрутою. Отрута сильно діюча, якщо поранений вчасно не вип'є протиотруту, або не використає інші допоміжні засоби, відомі досвідченим

лікарям, чи не обпалить поранення навколо для того, щоб отрута швидко не розповсюджувалася тілом, то він швидко загине». Арабський мандрівник і письменник Абу Алі Ахмед ібн Фадлан у своїй роботі «Мандрівка Ібн Фадлана на Волгу» (930) звертає увагу на тілесність і прихильність до гігієни слов'ян: «Зростом вони високі, гарні собою і сміливі в нападах. Люблять охайність в одязі, навіть чоловіки носять золоті браслети, я бачив русів, як вони прибули у своїх торгових справах і розташувалися коло річки Атіль. Я не бачив більш довершених тілом, ніж вони. Вони подібні пальмам – біляві, гарні лицем, білі тілом». Візантійський письменник та історик, автор 10-ти томної «Історії» Лев Діакон (950–бл.1000) пише про воїнів Святослава Ігоревича (935–972): «Цей народ відважний до нестями, хоробрий, сильний».

У виховній системі слов'ян особливе місце посідали ігрища, пов'язані з культовими обрядами. Вони присвячувалися матері-землі (веснянки), богам грому і блискавки – Перуну, богам сонця – Ярилу, богам родючості – Даждьбогу, богам вогню – Сварожичу. Ігрища склалися з танців, пісень, хороводів, різноманітних ігор і фізичних вправ, що носять змагальний характер. На цих іграх молодь прагнула показати своє вміння у стрільбі з луку, метанні каміння в ціль і на дальність, в іграх (городки, бабки тощо).

Про велич, могутність та хоробрість київських дружинників написано велику кількість літератури, яка по суті є переказом давньоруських епічних оповідань, літописів, казок та письмен давніх волхвів. Серед славних імен, які назавжди залишили свій слід в історії нашої прадавньої держави, ми зустрічаємо знані кожному українцеві імена богатирів-борців з монголо-татарською навалою Іллі Муромця, Добрині Микитовича, Олешки Поповича, Євпатія Коловрата, молодого воїна – Кирила Кожум'яки, древлянського волхва – Доброгоста, князівського ратника – Межибора та ін.

Як розповідає одна з легенд, влітку 982 року, після виснажливого походу на в'ятичів, на річці Трубіж, військо князя Володимира зустріло величезну армію печенігів. Виїхав наперед головний печеніг і запропонував Володимирі на ранок бій між печенізьким та київським воїнами. Якщо переможе мій, мовив головний печеніг, будемо воювати три роки на твоїй землі, а якщо переможе твій, то три роки воювати взагалі не будемо. І наступного ранку відбулося дужання між воїном Кирилом Кожум'якою і могутнім кочівником. Як свідчать літописи Воскресенський, Лаврентіївський та Софіївський, молодий Кожум'яка «удави печенежина в руки до смерті». Налякані печеніги кинулися тікати, князівська дружина їх наздогнавши, почала сікти на смерть. І наказав Володимир закласти місто біля того броду, і назвати те місто Переяславом (від слов'янського «перейал» – здужав), де Кирило Кожум'яка здолав могутнього печеніга. Через сімдесят років у такий самий спосіб вирішилося протистояння русів та печенігів. Але зараз продемонстрував свою вправність у боротьбі київський дружинник Ян

Усмарь: «И выступил муж Владимира, и увидел его печенег... И размерили место между обоими войсками и пустили их друг против друга, и удавил муж печенежина руками досмерти». Нерідко боротьба вирішувала питання скінчення війн поміж князів. Так, літописи зберегли для нащадків опис поєдинку між Мстиславом (князем Тмутаракані) і Редедею (князем черкесів): «Не оружием будем биться, но борьбою. И схватились борьбою крепко...». Переміг Мстислав, і відтоді черкеси платили йому данину й допомагали у військових походах. Лінгвістичні дослідження щодо розповсюдження в давньоруському діалекті слів боротися, борець, одноборець, ратиборець, боралище (місце проведення поєдинків) указує на те, що цей вид спорту займав провідне місце у фізичній культурі Давньої Русі.

Письмена волхвів розповідають нам про іншого київського дружинника Межибора, який відзначився в печенізьких кампаніях. «Прийшов Межибор і сказав Межибор: Рука – блискавка, нога – грім. Рука – меч, нога – молот. Неправді за правду – смерть! І вдарив Межибор печенізького князя в обличчя... І вдарив печеніга кулаком під серце. І впав мертвим князь. Не для раті це, а для чистого шляху, котрим правда йде – сказав Межибор і вдарив кулаком по дубові. І захитався дуб, і впало з нього листя з жолудями... І закричав у лісі Дів, і вибіг із лісу Тур. І впав у ноги Межибору. І з великим жахом кинулися навіть печеніги, здивовані силою Межибора...».

Ще одну історію описано у «Волхвовнику», яка розповідає про древлянського волхва Доброгоста, якого образив київський князь Ігор. Розгніваний Доброгост пішов без зброї на три десятки князівських дружинників, озброєних мечами. «Чи то блискавки засвіркали... Доброгост розкидав могутніх дружинників, декількох покалічив, а одного вбив. Зброєю йому слугували його руки і ноги».

Никонівський літопис розповідає про ратні подвиги Олешки Поповича, який розпочав свою службу ратоборця у князя Всеволода Велике Гніздо (1154–1212). А потім воював під проводом його сина Костянтина Ростовського (1185–1218). Як свідчить історичний документ: «А тогда нападали на нашу землю татары. Он и позвался на татаров. Одного татарина за ноги схватил, да этим человеком двести тысяч перебил... А потом воевал много тут. Смелый Алёшенька Попович много воевал». Інший літопис розповідає, як у битві між двома князями Юрієм Всеволодовичем і Костянтином Всеволодовичем 1217 року, останньому допомогли одержати перемогу два храбра Добриня Золотий Пасок (Добриня Микитович) та Олешко Попович зі своїм слугою Торопом. Після смерті Костянтина Ростовського Добриня, Олешко та Ілля Муромець відправилися до Києва на службу до князя Мстислава (1156 або 1162–1223).

Євпатій Коловрат, як зазначає літопис, не був видатним політиком, не був боярином, але його видатні військові таланти не підлягають сумніву. Монголо-татарським воякам довелося випробувати їх особисто. 21 грудня

1237 року Батийські тумени спалили Рязань. Євпатія з малою дружиною, Юрій Ігорович Рязанський (загинув 1237) у цей час відрядив за поміччю до Чернігова. Звістка про загибель рідного міста змусила рязанців швидко повернутися додому. Але було вже запізно, Рязань він узрів згорівшу і зруйновану. «Євпатий закричал в горести души своей и разгораясь сердцем. И собрал небольшую дружину – тысячу семьсот человек, которые Богом сохранены были вне города», – розповідає «Повість про розорення Рязані». З невеликою дружиною Коловрат наздогнав ординців на кордоні Рязанських і Суздальських земель та напав на передові війська монголо-татар. Рязанці на чолі зі своїм воєводою билися так хоробро й мужньо, доки в їхніх руках не ламалася зброя, після чого вони вихоплювали мечі татар і ними ж сікли кочовиків. Серед загарбників почалася паніка й поширилися чутки, що це не люди, а духи згублених русичів. Племінник Батия Хостоврул виголосився привести до хана Євпатія живим. З великим загоном він напав на рязанську дружину й викликав Коловрата на поєдинок, який закінчився досить швидко – Євпатій розсік монгола навпіл – від плеча до сідла. У «Повісті...» рязанський богатир змальований як великої сили і великого зросту воїн, що приніс великого клопоту загарбникам. Тому для його вбивства монголи задіяли камнеметальну зброю. Чи насправді отак закінчилися останні дні храбра ми не знаємо, більш за все, середньовічний автор удався до метафори, що звеличити силу й міць героя, проти якого була безсилою тогочасна зброя.

У битві з монголо-татарськими туменами майже кожне Київське місто проявило величний героїзм, але такий героїзм був розрізненим, не об'єднаним навколо стольного міста. Тому майже двісті років Київська Русь виплачувала данину монголо-татарам. У цих війнах відзначився і смоленський богатир – Меркурій. Родом він був із західних моравських слов'ян і приїхав на службу до князя Смоленського, як розповідає «Слово про Меркурія Смоленського». Однієї ночі 1239 року, коли Батий став табором навколо стін Смоленська, одному з ченців явилася сама Богородиця, яка попрохала привести Меркурія в храм. Коли богатир прийшов, Богородиця мовила йому: «Посылаю тебя, чтобы ты отразил врагов от града сего и защитил храм сей... В сей битве ты победишь врагов и сам получишь от Господа венец победы и вечного блаженства». У цю ж ніч, натхненний почутим, Меркурій самотужки кинувся в бій із ворогами, убиваючи їх наліво і направо. У розпал бою Меркурій зійшовся з монгольським батиром і переміг його. Але втомленість вдалася взнаки і молодий спритний монгол – син переможеного батира – убив Меркурія.

Неабиякі фізичні здібності й відвагу руські храбри демонстрували не тільки в битвах із загарбниками. Вони мірялися силою і в міжосібних конфліктах. 1147 року син Юрія Долгорукого Гліб, разом із половецьким ханом, сіли облогою навколо Переяслава. І не спромоглися його завойовати

через богатиря Дем'яна Куденевича. На Переяслав, дружина Гліба і половецького хана, напали рано-вранці. І отримали таку відсіч, що вояки коаліції почали втікати. Їх довго переслідували переяславці, а Дем'ян Куденевич ще переміг і суздальського богатиря Волослава.

Слов'янські ратоборці відточували свою майстерність і у спортивно-змагальній практиці. З IX ст. розпочинаються датування «Руських ігрищ», на яких проводилися лицарські турніри, боротьба, кулачні бої, змагання стрільців, верхогони, різноманітні ігри тощо. Про змагання вони не забували й під час військових походів. Так, князь Ростислав 1249 року, під час походу в південно-західні землі, перед штурмом одного з міст біля його стін організував ігрища: «...Красуясь, ... устроил турнир перед городом, и сразился с Воршем, и упал под ним конь, и он вывихнул себе плечо...». Але все ж таки, найголовнішими засобами фізичної підготовки в цей період залишалися різноманітні народні рухливі ігри та фізичні вправи, пов'язані з трудовою і військовою діяльністю.

Багато письмових згадок, датованих IX–XIII століттям, указують на велику популярність серед слов'ян мисливства й рибальства, різні види яких вимагали неабияких фізичних якостей: «Иде Ольга к Новгороду и уставе по мсте погосты и дани и ловичищася по всеи земли» (946), «Лов деюще... Лют ишедис Киева гна по звери в лес» (975). Розповідають літописи і про популярність серед давніх праукраїнців полювання з ловчими птахами: «Сокольници же цареви пришед ловища лебеди», «И на ловы ездяше с ястребы и с соколы и с кречеты...» (1283). Історичні архіви зберегли для нащадків письмові відомості про екстремальні ситуації, у яких праукраїнці демонстрували надлюдські здібності, піднімали камені непомірної ваги, перепливали широкі річки, здійснювали довгі переходи тощо. «И со града метяху на татар камение со стен за полтора перестрела, а камение якоже можаху четыре человека силнии подъяти, и сице взъимающе метяху на них» (1239), або здолати річку в плав чи вброд: «Изяслав же...бродишася по нем за Десну» (1159).

У світогляді населення Київської Русі існувала система категорій, що характеризувала фізичні й духовні якості наших давніх пращурів. Ці категорії – здоров'я, сила, швидкість, спритність, витривалість, людяність, гуманізм, духовність тощо. Зазначені дефініції ми можемо відслідкувати, звернувшись до усної народної творчості як до джерела інформації з великим потенціалом. Билини свідчать про широке розповсюдження елементів фізичної культури на теренах Давньої Русі. Насамперед, не тільки неслуханною силою володіли слов'янські велетні, вони були ще вправними атлетами, борцями, інтелектуальними гравцями, мисливцями та вершниками тощо. Билини, що розповідають нам про види фізичної культури, розповсюджені за часів Київської Русі: кінні види та верхогони – практично всі сюжети; види з програми легкої атлетики – стрибки – Ілля

Муромець і Калін-цар, Добриня та Василь Казимирович, Василь Буслаєвич; стрибки з жердиною – Каліка-богатыр; метання ваги – Ілля Муромець і син, Михайло Потик; тривала хода – Сорок калік, Ілля Муромець та Ідолище, Михайло Потик; стрільба з луку – Ілля Муромець та Соловей-розбійник, Три поїздки Іллі Муромця, Ілля Муромець та розбійники, Добриня та Василь Казимирович та ін.; боротьба – Добриня та Василь Казимирович, Ілля Муромець і син, Ілля Муромець та Ідолище, Ілля Муромець та ін.; підняття ваги – Три поїздки Іллі Муромця, Ілля Муромець у сварці з князем Володимиром, Михайло Потик, Вольга та Микула, Святогор; шахи – Добриня та Василь Казимирович, Чурило, Ставр, Михайло Потик, Садко, Дюк, Соловей Будимирович; кулачний бій – Дунай, Хотен Блудович, Василь Буслаєвич, Ілля Муромець і Калін-цар; полювання та рибальство – Ілля Муромець, Добриня Микитич, Добриня та Василь Казимирович, Дунай, Чурило, Дюк та ін.; плавання – Добриня і Змій.

За часів централізації влади навколо столярного граду, великі київські князі починають створювати навчальні заклади, у яких юнаки отримували фізичний і військовий вишкіл. Починаючи з Володимира Великого (960–1015), виховання юнаків здійснювалось і у спеціально для цього організованих «домах молоді», або «чоловічих домах». Відомо, що серед громадських утворень існували «лісові школи», які діяли в межах чоловічих військових союзів. Там відбувались ініціативні «посвяти» молоді, під час яких основна увага приділялася військово-фізичній підготовці. Є підстави вважати, що військово-фізичному вихованню надавалося значення в монастирях, церквах та навчальних закладах, що активно розбудовувалися з часів Ярослава Мудрого. Ці заклади, крім культового, носили ще й оборонний характер. Але першою освітньою ланкою традиційних народно-побутових форм військово-фізичної підготовки були сім'я та рід, де відповідальність за виховання майбутнього воїна покладалася на батька, чоловіків – членів родини (старших братів тощо), старійшин роду. Як засвідчує І. Крип'якевич зі співавторами: «... молодий воїн мусив: пізнати всякі види зброї, різні способи боротьби та лицарських вправ, навчитися кидати списа, стріляти з лука, володіти мечем, шаблею, рубати сокирою, їздити верхи, ходити на лови (на полювання), веслувати, боротися рукопаш... це було тоді і спортом, і підготовкою до війни».

Висновки. Таким чином, за свідченням письмових та джерел усної народної творчості, ми можемо стверджувати, що на момент створення Київської державності та в подальшому, слов'янський люд мав свою високо-розвинену систему фізичного виховання – спочатку як синтетичний елемент, а згодом як самостійний пласт загальноруської культури, що сприяв розвитку давньоруського етносу, виконував різноманітні виробничі і прикладні функції, вирішував завдання військового характеру та допоміг самоідентифікуватись у майбутньому українцям незалежною та вольнолюбивою нацією.

Перспективою подальшого наукового пошуку має стати дослідження взаємозв'язку та впливу фізичної й військової культури слов'ян на систему військового вишколу війська Запорізького.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бака, М. М., Корж, В. П. (2004). *Фізичне і військово-патріотичне виховання молоді*. Київ: ПВА «Книга пам'яті України» (Baka, M. M., Korzh, V. P. (2004). *Physical and military-patriotic upbringing of youth*. Kyiv: PVA «Book of Memory of Ukraine»).
2. Каляндрук, Т. Б. (2013). *Таємниці бойових мистецтв України*. Львів: ЛА «Піраміда» (Kaliandruk, T. B. (2013). *Mysteries of martial arts of Ukraine*. Lviv: LA «Pyramid»).
3. Климов, А. А., Соломадина, Н. А. (2008). *Мир древних цивилизаций*. Харьков (Klimov, A. A., Solomadina, N. A. (2008). *The world of ancient civilizations*. Kharkiv).
4. Крип'якевич, І., Гнатевич, Б., Стефанів, З. (1992). *Історія Українського війська (від княжих часів до 20-х років ХХ ст.)*. Львів: вид-во «Світ» (Крип'якевич, І., Гнатевич, Б., Стефанів, З. (1992). *History of the Ukrainian Army (from the princely times to the 20-ies of the XX century)*. Lviv: «World»).
5. Лазоренко, С. А., Чхайло, М. Б., Балашов, Д. І. (2016). Фізична культура народів, що населяли територію України до слов'янської доби. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка*, 140, 364–368 (Lazorenko, S. A., Chkhailo, M. B., Balashov, D. I. (2016). Physical culture of peoples inhabiting the territory of Ukraine to the Slavic age. *Bulletin of Chernihiv National Pedagogical University named after T. H. Shevchenko*, 140, 364–368).
6. Липец, Р. С. (1969). *Эпос и Древняя Русь*. Москва: «Наука» (Lypets, R. S. (1969). *Epic and Ancient Russia*. Moscow: «Science»).
7. Орбіні Мавро (Orbini Mavro). Retrieved from: http://www.razumei.ru/files/others/pdf/Mavro_Orbini_Slavyanskoe_tsarstvo_1722.pdf
8. Сірик, А. С. (2012). *Чуднів на самій бистрині історії*. Житомир (Siryk, A. S. (2012). *Chudniv on the very edge of history*. Zhytomyr).
9. Скржинська, М. В. (2011). *Античні свята в містах Північного Причорномор'я*, (сс. 299–301). Київ: Наш час (Skrzhynska, M. V. (2011). *Ancient holidays in the cities of the Northern Black Sea Coast*, (pp. 299–301). Kyiv: Our time).
10. Старков, В. (2009). *Традиційна ігрова культура населення України*. Київ (Starkov, V. (2009). *Traditional play culture of Ukrainian population*. Kiev).

РЕЗЮМЕ

Лазоренко Сергей, Балашов Дмитрий, Чхайло Николай. Военные и физические победы древнерусских богатырей.

Чуть более четверти века назад наша страна получила независимый политический статус и признание во всём мире. Только независимый политический статус разрешил остро поставить вопрос возрождения духовного наследия. Украинцы возвращаются к истокам собственной истории, культуры, искусства, религии и т.д., как было когда-то, во времена мощнейшего государства раннего средневековья – Киевской Руси. Поэтому в контексте перечисленного обращают на себя внимание военные и физические традиции славянского богатырства и ратоборства. В теоретическом плане, информация данного исследования, главных общественных функций, которые исполняли народные игры и развлечения у древних славян, является чрезвычайно важной для выяснения их исторических корней,

влияния на формирование украинского этноса и конкретизации разрозненных фактов, ведомостей и свидетельств в целостную систему знаний о физической культуре Древней Руси.

Ключевые слова: физическая культура, военная подготовка, Русские игрища, физическое воспитание, князь, богатырь, былины.

SUMMARY

Lazorenko Serhii, Balashov Dmytro, Chkhailo Mykola. Military and physical victories of the ancient Russian heroes.

A little more than a quarter of a century ago, our country gained an independent political status and recognition all over the world. Only the independent status of the state allowed raising sharply the issue of the revival of the spiritual heritage. Ukrainians return to the origins of their own history, culture, art, religion, etc., as it once was, during the most powerful state of the early Middle Ages –Kievan Rus. Therefore, in the context of the above mentioned, the military and physical traditions of Slavic heroism and warfare are attracting attention. Therefore, in theoretical aspect, the information of this study of the main social functions that served for military training, folk games and entertainment from the ancient Slavs is extremely important for identification of their historical origins, influence on the formation of the Ukrainian ethnos and concretization of fragmentary facts, data and evidence in a holistic system of knowledge about the physical culture of Kievan Rus.

Theoretically, having analyzed historical documents and taken into account the information of oral folk art, it can be noted that the system of military and physical training of ancient Slavs was synthetic. It absorbed the best traditions of the peoples inhabited the territory of present-day Ukraine in the Kiev-era period and traditions of the ethnic groups that bordered with our ancestors. Physical culture, before the beginning of the Kievan state, had developed in the depths of the Scythian state.

According to the written testimony and sources of oral folk art, we can state that at the time of the establishment of the Kiev statehood and in the future, the Slavic people had their highly developed system of physical education. Initially as a synthetic element, and later as an independent stratum of All-Rus culture, which contributed to the development of the ancient Rus ethnicity, performed a variety of industrial and applied functions, solved the military problem and helped Ukrainians to self-identify in the future as an independent and freedom-loving nation.

Key words: physical training, military training, Rus merrymaking, physical education, prince, hero, Rus epic.

УДК 373.1.036

Лі Жуйцін

Національний педагогічний університет

імені М. П. Драгоманова

ORCID ID 0000-0002-8049-3209

DOI 10.24139/2312-5993/2018.04/313-324

МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ РОЗВИТКУ МУЗИЧНО-ЕСТЕТИЧНОГО СМАКУ ПІДЛІТКІВ

У статті зазначено, що одним із основних завдань методичного забезпечення розвитку музично-естетичного смаку підлітків на сучасному етапі є реалізація самостійно-оцінювальних підходів у процесі емоційно-естетичного ставлення до