

**Міністерство освіти і науки України
Державний вищий навчальний заклад
«Донбаський державний педагогічний університет**

Кафедра методики викладання спортивно-педагогічних дисциплін

**ТЕОРЕТИЧНІ ТА МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ЗАСТОСУВАННЯ
ТРАДИЦІЙНИХ НАРОДНИХ ІГОР У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ
МОЛОДІ**

Навчально-методичний посібник

Слов'янськ-Дніпро – 2023

УДК 37.015.31:796.817:394.3(075.8)

ТЗЗ

Рецензенти:

Федь І.А. – доктор філософських наук, професор, завідувач кафедри теоретичних, методичних основ фізичного виховання і реабілітації Державного вищого навчального закладу «Донбаський державний педагогічний університет».

Григоренко Г.В. - кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри методики викладання спортивно-педагогічних дисциплін Державного вищого навчального закладу «Донбаський державний педагогічний університет».

Теоретичні та методичні основи застосування традиційних народних ігор у фізичному вихованні молоді: навчально-методичний посібник / ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет» ; уклад. С. М. Віцько. – Слов'янськ, 2023. – 113 с.

У посібнику подано матеріал, що вивчається за програмою університетського курсу «Національні традиції ігрової культури у фізичному вихованні молоді». Зазначений матеріал рекомендовано для навчальної та самостійної роботи студентів спеціальностей: фізичне виховання, олімпійський та професійний спорт, фізична реабілітація тощо з метою розвитку професійних навичок, необхідних для проведення занять з фізичного виховання із застосуванням народних ігор та забав.

Для педагогів-організаторів центрів «Спорт для всіх», учителів та викладачів фізичного виховання, студентів ВНЗ фізкультурного профілю. Матеріали посібника можуть бути використані в процесі самостійних занять дітей та батьків для забезпечення здорового дозвілля.

Друкується за рішенням Вченої
ради Державного вищого
навчального закладу
«Донбаський державний педагогічний університет»
(протокол № 9 від 29.06.2023 р.)

© ДДПУ, 2023

ЗМІСТ

Вступ	3
РОЗДІЛ I Витоки та розвиток традиційної народної фізичної культури в Україні	4
1.1. Витоки та розвиток традиційної народної фізичної культури.....	4
1.2. Народна педагогіка про фізичний розвиток та фізичне виховання.....	11
РОЗДІЛ II Теоретико-методичні основи засобів народної фізичної культури. Фізичне виховання у творчій спадщині українських педагогів та просвітителів	16
2.1. Теоретико-методичні основи засобів народної фізичної культури.....	16
2.2. Фізичне виховання у творчій спадщині українських педагогів та просвітителів.....	25
РОЗДІЛ III Українські національні засоби фізичного виховання. Народні традиції та засоби фізичного виховання молоді Київської Русі та Запорізької Січі	34
3.1. Українські національні засоби фізичного виховання.....	34
3.2. Народні традиції та засоби фізичного виховання молоді Київської Русі та Запорізької Січі.....	46
РОЗДІЛ IV Народна ігрова фізична культура (джерела формування, зміст та структура). Народні ігри та забави у фізичному вихованні сучасної молоді	71
4.1. Народна ігрова фізична культура (джерела формування, зміст та структура).....	71
4.2. Народні ігри та забави у фізичному вихованні сучасної молоді.....	75
РОЗДІЛ V Методика проведення військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура») та зміст і напрямки діяльності української організації «Пласт»	79
5.1. Методика проведення військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура»)...	79
5.2. Зміст і напрямки діяльності української організації «Пласт».....	92
Список використаних джерел	110

Вступ.

Активізація демократичних процесів, звільнення від тоталітарних впливів в усіх сферах суспільного життя спонукає нас до самоусвідомлення й об'єктивного осмислення національної історії, пізнання й осягнення глибини української культури, в тому числі і фізичної культури.

Фізична культура – фундаментальна складова національної культури. Висока ідея квітучої, сильної, здорової, незалежної України вимагає адекватної реалізації в стилі чи способі життя. Цей спосіб і формується нині – сучасний і водночас заснований на традиціях. Роль народних традицій особлива й визначна: саме народна рухова культура дозволяє безпосередньо прилучитися до глибоких, сакральних пластів національної культури. Це відкритий шлях самопізнання, тобто самовдосконалення. Це етнічна філософія, народна етика гуманізму в дії, що породжує нові переживання та відчуття, відновлює втрачені зв'язки з рідною землею, мовою, культурою. Це безперечний, найдійовіший інструмент зміцнення духовності й здоров'я молодого покоління.

Упродовж багатьох століть український народ безупинно творив своє, тільки йому властиве духовне середовище, наповнюючи його своєрідними обрядами, ритуалами, іграми. Фактично формувався внутрішній світ українців, осягався весь навколишній простір, закладалися світові засади.

Народна фізична культура, як і вся культура суспільства, є продуктом творчої діяльності нації. На кожному історичному етапі вона змінюється залежно від особливостей суспільного розвитку кожного народу. В той же час народна фізична культура успадковує характерні національні цінності завдяки збереженню народних традицій і звичаїв, а також збагачується адаптованими чужинецькими запозиченнями. Паралельно з головним своїм завданням – вдосконаленням тіла людини, народна фізична культура суттєво впливає і на духовний світ – світ емоцій, естетичних смаків, етичних і світоуявних складових особистості.