

ВИКОРИСТАННЯ ПРЕДМЕТІВ ТА ЗАСОБІВ ПЕРЕСУВАННЯ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДІТЕЙ ПЕРІОДУ КИЇВСЬКОЇ РУСІ.

Тетяна ОКОЛЬНИЧА

В статті автором характеризуються такі засоби фізичного виховання в Київській Русі, як вправи з предметами (палицями, зброєю, арканом, стрільба з лука), вправи з використанням засобів пересування (верхова їзда, веслування, пересування на лижах, катання на ковзанах, санках).

Ключові слова: фізичне виховання, засіб фізичного виховання, вправи з предметами, вправи з використанням засобів пересування.

Фізичне виховання в навчальних закладах нашої держави виконує важливі завдання. Відповідно до законів України “Про освіту”, “Про фізичну культуру і спорт”, “Концепції національної системи фізичного виховання дітей, учнівської та студентської молоді України”, Державної програми розвитку фізичної культури і спорту та інших документів визначено головним завданням постійне підвищення рівня здоров’я, фізичного та духовного розвитку населення, профілактику захворювань, забезпечення нормального вікового розвитку дітей, підлітків і молоді, формування основ здорового способу життя.

Сьогодні постає нагальна потреба у практичному засвоєнні молоддю традицій тіловиховання, вивченні універсальної теорії національного

психофізичного розвитку, осмисленні їх у контексті національної культури. Традиції, на яких базується культура українського народу, вказують на цінності і шляхи, які допоможуть активізувати здоровий спосіб життя дітей та молоді.

Упровадження народних методів фізичного традиційного виховання в сучасний виховний процес дасть, безперечно, позитивний результат у процесі розв'язання оздоровчих питань.

Висока ефективність дії форм та засобів тіловиховання сприяє збагаченню не тільки етнічних знань молоді та формуванню духовності, а й підвищенню рівня фізичного самовдосконалення. Автентичність засобів і форм фізичного виховання часів Київської Русі, які застосовувалися в освітньому процесі загальноосвітніх шкіл, підтверджується дослідженнями В.Г. Балушка, С. Килимника, Б.А. Рібакова, І.І. Срезневського.

З питань традицій фізичного виховання опубліковані наукові праці Є.Пристапи, В.Старкова, А.Цьося та інші; захищені кандидатські дисертації О.Вацеби, А.Вольчинського, Г.Воробей.

Завданням нашого дослідження є аналіз предметів та засобів пересування у фізичному вихованні дітей періоду київської Русі.

В Київській Русі для фізичного виховання дитини широко використовувались різноманітні засоби пересування. До цих засобів фізичної підготовки можна віднести фізичні вправи з використанням засобів пересування (коні, човни, лижі тощо).

Київська Русь мала густу мережу рік. Дніпро, разом зі своїми великими притоками, Дністер, Буг були основними водними артеріями і природними шляхами, біля яких найбільше вирувало людське життя. Вигідне географічне розміщення давньоруської держави на історично сформованих шляхах між Північчю і Півднем, Сходом і Заходом підсилило значення водних шляхів сполучення. Широко відомий шлях “із варяг у греки”, який проходив Дніпром через Київ, з'єднував Балтійське море з Константинополем. По Дністру транспортували сіль із Прикарпаття.

Треба зазначити, що на території України здавна були відомі різноманітні засоби пересування по воді. Найбільш давнім є пліт, який формували з кількох колод, з'єднуючи їх канатами, гужвою (запареними в гарячій воді молодими стовбурцями дерева), мотузками з лика або поперечними брусками-планками. Розміри такого плоту залежали від призначення. Для індивідуального перевезення його зв'язували з п'яти-шести невеликих кругляків, для транспортування вантажів – з більшої кількості масивніших і довших колод. Пліт як засіб транспорту був практичним, насамперед на неповноводних артеріях.

Людей, підводи й різні вантажі через широкі ріки перевозили паромами. Основу парома становили два-три плоскодонні човни (басейни Дніпра, Десни, Прип'яті) або вже згаданий пліт (басейн Дністра), на який ставили балки й робили поміст із дощок. Останній обносився з двох сторін перилами. Паром рухався за допомогою блоків по натягнутому між берегами ріки канату, а управлявся довгою жердиною. На великих ріках (Дністрі, Десні, Дніпрі та ін.) застосовувалися також весла [9].

Великого поширення набув довбаний човен. Він мав різні народні назви: “дуб”, “душогубка”, “довбанка”. Робили такий човен із липи, сосни, осики, верби, дуба та інших порід дерев. Стінки його розвертали над вогнем у спеціальній ямі або ж у видовбану колоду наливали воду й кидали гаряче каміння.

На жаль, кораблів, якими користувалися наші пращури за княжих часів, не збереглося. Про морські походи воїнів Київської Русі та про типи суден збереглися відомості тільки у письмових джерелах, зокрема в літописах.

Серед плавучих засобів княжої доби знаємо два невеликі типи рибальських суден – повозок і учан [9]. За способом виготовлення судна називалися струг (з видовбаної колоди) та насад (збудований із різних частин). Літопис подає нам, очевидно, різні типи суден – човен, суд, які відрізнялися одне від одного своєю величиною. Найбільше цінувалося судно, призначене для переходів через море.

Про величину суден можна здогадуватися тільки з того, яку кількість людей вони вміщували. Є дані про те, що по 40 осіб, як це сказано в описі походу Олега у Константинополь; у поході на Каспій, певно, користувалися більшими човнами, тому що них вміщалося по 100 осіб. Під час походу Олега на Константинополь зібрано, як це засвідчує літопис, люду з усіх руських племен, території, яка називалася “Велика Скфія”, а кораблів було дві тисячі. Для керування судна користувалися кермом, яке називалося ключ. Човни звичайно обладнувалися веслами, але більші з них мали вітрила, які шилися або з грубого полотна, або з дорогої тканини – паволоки [3].

Конструкція суден Київської Русі була, очевидно, різною. У літописі є розповідь про те, що коли в 1151 році на Київ напав разом із половцями Юрій Довгорукий, то битва відбувалася на човнах на Дніпрі. Київський князь Ізяслав “хитро спорядив був човни: гребці ж у них були невидимі. Тільки весла [було] видно, а людей не було видіти, бо човни були покриті дошками, і борці стояли в бронях наверху, стріляли, а керманичів було два: один на носі, а другий на кормі; куди вони хотіли, туди йшли, не обертаючи човнів” [5, с. 241].

Перші кораблі з'явилися на Чорному морі на зламі VIII і IX ст. Близько 800 року князь Бравлин напав на побережжя Криму, зруйнував міста від Херсонесу аж до Керчі, після десятиденної облоги здобув Сурож (Судак). Великий похід під проводом київських князів Аскольда й Дира на Константинополь відбувся у 860 році. За різними джерелами, у ньому взяло участь від 200 до 360 кораблів[5].

Князь Олег здійснив похід на Константинополь. Літопис дає нам ще народний переказ, що київський князь наказав приробити до човнів колеса, і, напнувши вітрила, човни помчали на місто. Це змусило греків укласти з русами мир. Морські походи на Візантію мали для Київської Русі велике політичне значення. Договори, укладені київськими князями, закладали основи торговельного й морського права, сприяли розвитку торгівлі, збагачували державу [10].

У зв'язку з великим поширенням кораблів дуже великого значення набуло веслування і керування кораблем. Святослав у болгарському поході сам веслував, переїжджаючи Дунай [6, с.8].

Цікаво, що подекуди цією чоловічою справою володіли й жінки. У деяких переказах княгиня Ольга зображена сміливою і сильною дівчиною (Ігор уперше побачив її, коли вона упевнено керувала човном) [8]. Отже вправи із використанням засобів пересування були досить розповсюдженими і виконували як побутову, так і військово-прикладну функції.

Значне місце у фізичному вихованні займала верхова їзда. Загалом верхова їзда, кінні перегони були розповсюдженими і в середовищі княжої дружини, і серед широких верств населення.

Археологи припускають, що на Старокиївській горі був і "кінний двір", тобто не тільки конюшні, а й невеликий іподром. Серед кінних вправ особливо цінилося вміння легко стрибати на коня, через коня і взагалі джигітувати в найширшому розумінні цього слова. Тому майже всі княжі дружинники "скакали через гривы лошадиные, на скаку коня имали, а вои меньшие луки крепки гнули" [1, с.56].

Серед кінних вправ у ті часи цінувалося вміння легко стрибати на коня, через коня, джигітувати, вправлятися з різними видами зброї. Стрільба з лука особливо була поширеною серед усіх верств населення. Звичайно стріляли по нерухомих і рухомих мішенях (найчастіше по щиту, який піднімали й опускали на палицях). Юнаки вправлялися в боях у відділах легкої кінноти, вчилися ходити на стежі й під'їздити до ворога, маскуватися. Немалу роль у фізичній підготовці молоді мало вміння пересуватися на лижах. Особливого значення це вміння набувало в зимовий час як на полюванні, так і у військових походах [8].

Значного поширення в Київській Русі набуло катання на санках, крижинах, ковзанах.

Цікавими знахідками є ковзани, знайдені в трьох екземплярах на городищі Вал у Настир'ї. Вони мають прямокутну форму в перерізі із загостреним клиноподібним, загнутим вгору переднім кінцем. Нижня частина горизонтально зрізана й добре відполірована, очевидно, від застосування. Довжина ковзана 19,5 см, ширина – 3,5 см, товщина – 2 см. Ззаду і спереду виробу були просвердлені дірки для прив'язування до взуття [4; с.96].

Одне з найвагоміших місць серед засобів фізичного виховання в період Київської Русі займали фізичні вправи із використанням предметів, насамперед різноманітної зброї (списів, луків, мечів, бойових палиць та сокир, ножів, щитів та ін.), а також предметів, які можуть використовуватись як зброя (каміння, палиці, мотузки, аркани тощо).

Важливим засобом фізичної підготовки воїнів були двобої на палицях. Вміння володіти палицею використовувалося як попередній засіб навчання з подальшим удосконаленням у володінні різними видами зброї. Так, залежно від довжини й ваги палиці, молодь могла відпрацьовувати певні специфічні прийоми, характерні для таких видів зброї, як меч та спис, сокира та бойова палиця. Більшість таких вправ входили в основу повсякденної підготовки слов'ян. Бої на киях та палицях були розповсюджені по всій території Київської Русі і являли собою основу для розвитку одного з найстаріших видів спорту – фехтування. У подальшому застосовувалася справжня, але притуплена зброя, щоб запобігти травматизму.

Для розвитку фізичних якостей використовувалися вправи із застосуванням каміння, зокрема метання округлого каміння в ціль і на відстань, піднімання важких кам'яних брил. Застосування каміння знайшло своє відображення в такому давньоруському виді зброї, як праща. Воїнові доводилося тривалий час систематично вправлятися для того, щоб камінь, випущений із пращі, влучав у ціль.

Фізичні вправи з використанням предметів були в основі військової підготовки як народних воєнізованих формувань, так і професійних воїнів-дружинників. Тому “молодий” воїн мусив пізнати всякі роди зброї, різні способи боротьби та лицарських вправ, мусив навчитися кидати списом, стріляти з лука, володіти мечем і шаблею, рубати сокирою, їздити верхи конем, ходити на лови, веслувати, боротися рукопаш.

Дуже поширеними вправами у воїнів Київської Русі були стрільба з лука та списометання. Ці види зброї широко застосовувалися і на війні, і на полюванні.

На думку В. Старкова [7], розвитку стрільби з лука в Давній Русі сприяли як воєнні, так і господарські фактори. Знахідки дитячих луків свідчать про те, що техніку стрільби засвоювали з дитинства. Для мішені використовувалися невеликі кільця, ножі. Цікаво, що в період Київської Русі з'явився новий різновид лука – рожанець. У 1251 р. у військо князя Данила “стрільці йшли з обох боків, тримаючи в руках свої рожанці й накладали на них стріли на ворогів” [2, с.159].

Поширеним видом зброї, особливо серед дружинників, стали мечі. Певною мірою меч був ознакою приналежності воїна до дружинного середовища. Оволодіння цим видом зброї потребувало від людини значних зусиль. Меч був важкий і, щоб ним вправно орудувати, треба було мати вироблену силу в руці. Легша вже була шабля, але її вживали рідко. Серед дружинників були розповсюджені бої (фехтування) на палицях, які мали як тренувально-підготовче, так і військово-прикладне значення.

Серед засобів фізичної підготовки визначне місце займали вправи із використанням аркана. Його використовували з метою полонення ворога, стягнення вершника із сідла тощо.

Певний вплив і тренувальне значення для фізичної і військової підготовки мав захисний обладунок (кольчуга чи панцир, лати або броня, щит, шолом, налікотники та нагомільники та ін.), який важив близько 40 кілограмів. Тому кожен важкоозброєний дружинник повинен був певний час звикати до цього обладунку – ходити в ньому, їздити верхи, вправлятися у володінні різними видами зброї.

Як бачимо різноманітні предмети та засоби пересування широко використовувались у фізичному вихованні дітей Київської Русі. Вміле їх використання потребувало адаптації і тренувань протягом тривалого часу.

БІБЛІОГРАФІЯ:

1. Архангельские былины и исторические песни, собранные А.Д.Григорьевым. – СПб., 1910. – № 348. – Т. 3.- 120 с.
2. Археология Украинської РСР: У 3 т. – К.: Наук. думка, 1971. – Т. 2. – 504 с.
3. Богдан Я. Збройні сили України. – Львів: Ін-т укр-ва ім. І. Крип'якевича, 1996.
4. Кучінко М.М. Давньоруське городище Вал в Надтир'ї. – Луцьк: Вежа, 1996.
5. Літопис руський / Пер. з давньорус. Л.Є. Махновця; Відп. ред. О.В. Мишанич. – К.: Дніпро, 1990.
6. Пам'ятники літератури Древней Руси. XII в. – М.: Худ. л-ра, 1988.
7. Старков В. У здоровому тілі й дух здоровий, або до витоків української фізичної культури за Київської Русі // Берегиня. – 1997. – № 1–2
8. Тимчак Я.В. Військово-фізична підготовка в Україні (IX – XVIII ст.): Автореф. дис. ...канд. наук. з фіз. вих. і спорту. – Луцьк, 1998.
9. Українознавство: Посібник / Уклад.: В.Я. Мацюк, В.Г. Пугач, - К.: Зодіак–ЕКО, 1994.
10. Успенский сборник XII – XIII вв. – М., 1975.



ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРА

Окольніча Тетяна Володимирівна – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри педагогіки та освітнього менеджменту КДПУ ім. В. Винниченка.

Коло наукових інтересів: дослідження історико-педагогічних процесів України.