

**ЗАПОРІЗЬКА ОБЛАСНА ДЕРЖАВНА АДМІНІСТРАЦІЯ
ЗАПОРІЗЬКА ОБЛАСНА РАДА
ВГО «ВСЕУКРАЇНСЬКА ФЕДЕРАЦІЯ «СПАС»
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**МАТЕРІАЛИ МІЖНАРОДНОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
“Національні бойові культури в контексті світової цивілізації. Феномен”**

м. Запоріжжя

2015

УДК:

ББК:

М

Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції “Національні бойові культури в контексті світової цивілізації. Феномен” м. Запоріжжя, 13 серпня 2015 р. – Запоріжжя, 2015.

В матеріалах збірника наукових праць Міжнародної науково-практичної конференції представлено результати наукових досліджень: «Визначення суті понятійного змісту бойових мистецтв. Класифікація бойових і спортивних єдиноборств. Національні види бойових і спортивних єдиноборств. Вплив бойових мистецтв на розвиток суспільства та індивідуальної особистості людини. Теорія, методика і практика бойових мистецтв. Історія розвитку національних видів бойових мистецтв. Філософсько-світоглядні засади бойових мистецтв».

Актуальність дослідження цієї тематики пояснюється необхідністю подальшого розвитку системи підготовки і виховання підростаючого покоління для служби в збройних силах. А також розпрацювання нових науково-теоретичних, науково-методичних та практичних підходів відносно навчально-тренувального процесу у сфері бойових спортивних єдиноборств. Під цим кутом зору роботи представляють інтерес для тренерів, спортсменів, інструкторів і суддів, що спеціалізуються в сфері бойових спортивних єдиноборств.

Статті надруковано в авторській редакції, адже зверстані з електронного матеріалу авторів, тому редакційна колегія за достовірність інформації надрукованої в матеріалах відповідальність не несе. Сподіваємось на подальше співробітництво.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

Академік УМАОІ та ПРА, проф. Ю.О. Шилов, д.п.н. А.П. Конах, В.А. Коломієць (відповідальний редактор), О.Л. Притула (Президент Всеукраїнської громадської організації «Всеукраїнська федерація «Спас»), Ю.В. Москаленко (відповідальний секретар).

ISBN

Координаційна рада з питань козацтва
Запорізької обласної державної адміністрації
www.spas.zp.ua

СПІЛЬНЕ КОРИННЯ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ЦИВІЛІЗАЦІЇ, БОЙОВИХ МИСТЕЦТВ, КОЗАЦТВА

Шилов Ю.О.

професор кафедри українознавства МАУП (м. Київ)

Тільки з Аратти, найдавнішої у світу держави Дунайсько-Дніпровського ареалу 5400-2500 рр. до н. е., могла вийти спорідненість агрокультурних термінологій України, Шумеру та Індії... У 1710 р. із середовища козацьких хранителів общинної державності-цивілізації вийшла двомовна Хартія майбуття: «Pacta et Constituones Iecum libertatumque Exercitus Zaporoviensis» або «Договоръ и Постановление между Гетманомъ Орликом и Войскомъ Запорожскимъ», – Конституція, яка через півстоліття та більше стала взірцем для республіканських законодавств США, Франції та інших націй. Фігурально кажучи, сталося висаджування розсади минулої общинності, збереженої у тепличці української етнокультури, – до грядущого 'комунізму'.

Ключові слова та поняття: Аратта, Україна, Шумер, Індія; цивілізація, общинність, козацтво; культура.

ОБЩИЕ КОРНИ И ПЕРСПЕКТИВЫ ЦИВИЛИЗАЦИИ, БОЕВЫХ ИСКУССТВ, КАЗАЧЕСТВА

Только из Аратты, древнейшего в мире государства Дунайско-Днепровского ареала 5400-2500 гг. до н. э., могло выйти родство агрокультурных терминологий Украины, Шумера да Индии... В 1710 г. из среды казаческих хранителей общинной государственности-цивилизации вышла двуязычная Хартия будущего: «Pacta et Constituones Iecum libertatumque Exercitus Zaporoviensis» или «Договоръ и Постановление между Гетманомъ Орликом и Войскомъ Запорожскимъ», – Конституция, которая через полстолетия и более стала образцом для республиканских законодательств США, Франции и других наций. Фигурально выражаясь, случилось высаживание рассады прошлой общинности, сохранённой в тепличке украинской этнокультуры, – в грядущий 'коммунизм'.

Ключевые слова и понятия: Аратта, Украина, Шумер, Индия; цивилизация, общинность, казачество; культура.

GENERAL ROOTS AND PROSPECTS OF CIVILIZATION, MARTIAL ARTS, THE COSACKS

Only from Aratta, the world's first-ever state of the Danube-Dnipro area 5400-2500 BCE, could the similarity between the agricultural terminology of Ukraine, Sumer and India... In 1710, from the Cossacks environment custodians of communal statehood-civilisation, appeared the forthcoming Charter: «Pacta et Constituones Iecum libertatumque Exercitus Zaporoviensis» and «Договоръ и Постановление между Гетманомъ Орликом и Войскомъ Запорожскимъ», – the Constitution which, after half a century and more, became the model for republican legislations of USA, France and other nations. Figuratively speaking, the seeds from the last communality, preserved in the hothouse of Ukrainian ethnoculture, – were sown into the upcoming 'communism'.

Key words and concepts: Aratta, Ukraine, Sumer, India; civilisation, communality, cossacks; cultura.

Перш за все визначимо поняття, що винесені до заголовку статті. *Цивілізація* – це державність з її містами, із розподілом праці виробників й управлінців, та ін. *Бойове мистецтво* зароджується разом із цивілізацією, але в ній (на стадіях общинності, а згодом тоталітаризму рабовласницької, феодальної, капіталістичної формацій) воно набуває ще й військові відгалуження. *Козацтво* – будучи у основі своїй народним військом – має общинне коріння, виказуючи при цьому й наступні стадії свого формування.

Проблема про спільне коріння зазначеної тріади явищ була вперше намічена (принагідно до козаків-запорожців) Ю.О.Шилівим у 1993 р., а згодом розвинута ним у низці статей та як одна із тем монографій. При цьому дослідник залучав спорідненні розробки археологів-істориків Б. О. Рибаківа та В. О. Софронова, етимолога-мовознавця О. М. Трубачова, шумеролога А. Г. Кифішина та санскритолога В. О. Кобилюха, археолога М. Ю. Відейка, авторитетних популяризаторів індології й історичної науки С. І. та С. С. Наливайка, а у

якості джерел – козацькі Заповітні Карби, «Історію» Геродота та іншу античну літературу, «Велесову книгу», «Ріг-Веду» і «Веду словена», архів Кам'яної Могили [1].

Передусім завдяки зазначеному розширенню джерелознавчої бази, початок земної цивілізації поглиблено Ю. О. Шиловим та ін. з кінця IV до початку VII тис. до н. е. й перенесено з Месопотамсько–Нильського до Дунайсько–Дніпровського регіону. Разом із тим була замінена марксистсько-ленінська теорія „історичного матеріалізму” щодо виникнення цивілізації у тоталітарно-рабовласницьких Шумері й Єгипті; натомість її початок, основу та стрижень було пов'язано із общинною Араттой (яка відображена археологічними культурами Трипільського кола). Із 2001 р. ці відкриття увійшли до підручників України [2 а-с] і знайшли вже міжнародне визнання [1-d; 2 d-e]. Тому обґрунтування походження цивілізації не входить до цілей даної статті; зосередимося на питаннях формування бойового мистецтва, війська та його особливої організації – козацтва.

Рубіж проміж войовничою юрбою мисливців-збирачів 'диких'-дивів та воїнськими загонами цивілізованих скотарів і юрців-'орачів' (→ хліборобське свято *Юри*), – чітко позначений у «Веді словена» [3], у описах нею відповідних зіткнень аборигенів Дунайсько–Дніпровського регіону з його ж Араттой, яка формувалася між приазовською Кам'яною Могилою та малоазійським Чатал-Гуюком.

Священні пісні «Веди словена» описують натовпи дивів з мисливським ще кам'яним знаряддям та луками. А юрці-аратти мали вже металеву зброю; їх піші та кінні загоны при необхідності користувалися також плотами й човнами, ковчегами і кораблями-*курабче*. Ті загоны формувалися переважно із молодих переселенців обох статей, їхній вождь-*краль* (< протошумер. *kára-lal* 'спалення {кинутих старих поселень...} пов'язувати {... із побудовою нових, як у Трипільлі}' > *король*) носив титул «юнак над юнаці». Там же формується уявлення про *дружину*, що пережило навіть Русь. Оскільки «*верні другаре*» (переселенці) *кряля* складалися із юнаків та дівчат, які після заснування «*месту і селу*» на захопленій землі *одружувалися*, то воїнський термін набував і родинного значення. Звідтіля звичай індійських *раджпутів* (≈ *Роджиття* Заповітних Карбів козаків) та українських *запорожців* отримувати шаблю від матері, вважати зброю „дружиною” тощо. Від цієї ж ідейної основи походить фалічна символіка булави, а згодом і меча, – найперших суто воїнських, а не й мисливських також, знарядь; вони, таким чином, акцентували не нищення, а „переродження” ворога... Тут доречно згадати про побутування серед статуток і поховань дунайсько-дніпровської Аратти перших зачісок «оселедців» та ще давнішу й ширшу появу червоної фарби, – які, подібно до булав, береже козацька традиція.

Слід наголосити, що зіткнення юрців-араттів із аборигенами- дивами (носіїв трипільської а/к з носіями дніпро-донецької чи ямково-гребінцевої а/к) мали господарське підґрунтя (хлібороби-скотарі билися за угіддя з мисливцями-збирачами) – тоді як етнокультурна ворожнеча стала характерною вже у вторинній, рабовласницькій і т. д. цивілізації. Навпаки, перекази болгарсько-македонських хранителів «Веди словена» та її тексти свідчать про переважно дружнє цивілізування варварських племен: «(...) ми люди від *Помакського* роду. І тоді, коли у нас були царі {< протошумер. *sar* 'зростати, все'}, завзятіше нас не було – тому що їм допомагали *Юди*. (...) Але згодом діди наші розповсюдилися по усій землі, і тоді-то втратили вони те ім'я *юди*, – тому кожному війську, що складалося із 5-10 тисяч людей та йшло заселяти якесь пусте місце, давалося ім'я його воєводи (...) *Юда*{< слов. *юдоль* 'доля' > тибет. *yi-dam* 'бажаний бог'} – це значить, що все *відає*».

До того ж існували міжетнічні центри (до яких слід віднести святилища-обсерваторії, відомі українцям та індійцям як *майдани*), де навчалася здібна молодь із різних племен: «Всякий цар Край-землі забов'язаний був посилати щорічно по три молодця у гори. Там був палац, і в ньому сидів якийсь цар на ім'я Змій. У нього вони служили три роки; опісля сам (Змій) набирав води із джерела і давав молодцям попити – для того, (...) щоб вони літали як птахи, і на яку рать ходили, там завжди перемагали. (...) Але за минулістю

багатьох років пропав той звичай – і від того почали вірити наші діди, що Змії, та й Юди, не були людьми, а колись-то були безгрішним людством, злітали із неба на землю й допомагали людям» [4].

Про наявність у араттів-юрців бойового мистецтва свідчить, зокрема, ведична термінологія *'битви'-бор(оть)би* з означеннями її потуги (*борба да се боріме*), поразки (*борба борі*) чи перемоги (*борба надборюва*). У «Веді словена» відображено походження *характерництва*, притаманного козакам-запорожцям *Хортиці* та ін. Появу цього *'захисту'* можна пов'язати з ведичним сюжетом про юнака *Харіну* (< *хоро*, ведичний танок-пісня уславлення перемогшастя > *хоровод*) – який, рятуючи Жіву від Мори, поїть отруєну напівбогиню цілющою сумішшю вод Чорного моря та Заре-ріки (де дід-водяник точить Божий меч-ардам). До кола свідчень про витоки бойової культури належить також ведична пісня про *бана чаріна* – 'лучника-чародія', тобто воїна-жерця Слана, який ще й керує розбудовою Ново-града своїх переселенців і описує події у власній *«Белу книга църну пісму»*. До цієї верстви козацьких традицій (найвідомішим представником якої історична пам'ять українців зберегла кошового отамана Івана Сірка) належить спорідненість Спасу-Трійці з характерництвом (символом єдності яких є «народна ікона українців *Козак Мамай*») з фігурами козака, коня та дерева) та індійського Тримурті з йогою... У роботі «Арійська військова доктрина» Ю. О. Шилова [5; див. і 3-с] підкреслено первинність пріоритету військової та ін. влади жерців над воїнами. Аріїв (степових скотарів середньостогівської а/к) з їхньою «Ріг-Ведою» надихнув на таке приклад більш розвинених сусідів – араттів (лісостепових хліборобів трипільської а/к). За араттською «Ведой словена», роз'єднання двоєдиної функція вождя-жерця запанувало вже після Харіни та Слана: у сюжеті про трагічну історію *'віщунки'* Кам'яни – *біларки* *кряля* (→ *царські бояри*), яка не змогла вберегти рідних дивів від нашествия юрців.

Імена, почасти й діяння Слана, Сада та його матері Вялкани з «Веді словена» та ін. не випадково перегукуються із Сосланом, Сата-аною, Вако-наною *«Нартського епосу»* народів Кавказу. Через нього пролягав шлях між I та II, подніпровською та закавказькою Араттами. А до творення «Вед» т. з. індоєвропейських народів (араттів, слов'ян, аріїв, індійців, іранців, греків та ін.) долучилися *'Мужні'* *Нара* та *Нараяна* пенджабської Аратти-III. Тому взаємозв'язки між народно-общинними воїнствами раджпутів, нартів і козаків висходять до основ індоєвропейської цивілізації *Аратти*. Її корінна традиція простежується до *Арти-Арсанії* у складі Тмуроканської Русі, яка стала дідівщиною слов'янських *артів-русів* (за ірано-арабськими свідченнями) Чернігівщини, – і навіть до полтавської річки *Артаплот*, вінницького міста *Оратів* та селян-*орачів* сучасної України (назва якої походить від ведичної Край-земі). Тому Заповітні Карби козаків київсько-волинської Болоховщини разом із легендою про походження від них козаків Запоріжжя досі зберегли спорідненість із давньоруським «Словом о полку і гореві Ігоря Святославлича» і навіть з індоєвропейськими Араттою-«Трипільям» Наддніпрянщини та Араттою-«Хараппою» Пенджабу [6; 3-с].

Слід відрізнити найдавнішу, розглянуту вище обцинну верству первинної традиції козацтва – від вторинної верстви, що склалася у тоталітарних умовах рабовласницької Скіфії та феодальної Русі. Зародження другої губиться у збиранні команди судна «Арго» та передодні Троянської війни кінця II тис. до н. е. – коли від араттського *хоро* відгалужувався козацький *гонак* (> пеласго-грецькі воїни *гонліти*, 'корів захисники'), а від *характерництва* – воїнські жерці-*куріти* русенів-етрусків. Визрівання ж вторинної верстви виразно пройшло через антично-середньовічну історію Тмурокані з її *'бикоподібно-дужими'* *госаками-козаками* і артами-русами, а затвердження цієї ж верстви – через Болоховщину часів нищення її обцинних засад князем-королем Данилом Галицьким, який в умовах ординської навали спробував відродити Київську Русь. Тмуроканську традицію взаємопомочі ведичних аріїв та епічних нартів показано, зокрема, у сюжеті «Велесової книги» про допомогу іронців-осетин русичам у спільній боротьбі проти засилля Хозарії. До тих подій

VII-XIII ст. *болоховці* зберігали (у союзі з дружніми племенами печенігів та половців індоарійського походження) свою спадковість від *сколотів*>слов'ян і навіть араттів-«трипільців», родичів *бахликів*-араттів «Махабгарати». У цих традиційних союзах сусідніх хліборобів та скотарів індоєвропейського походження формувалось середньовічне козацтво з його незмінно народно-общинним корінням. Тому-то після переселення *'косачів'*-*козаків* XII-XIII ст. лісостепової Болоховщини до плавнів Запоріжжя пониззя Дніпра і, можливо, Берладі пониззя Дунаю, – розгорнулася боротьба їхніх січових общин із феодальними державами Русі та Орди, Криму й Туреччини, Польщі та Московії, а наприкінці – з буржуазною й соціалістичною імперіями Росії та СРСР 1709-1922 років... Тоді – найпаче у середовищі вторинного, *реєстрового козацтва* (→ *гусари* та *пластуни* → *спецназівці*) – склалися традиції, відмінні від первинно-корінних засад цивілізації, а тому й більш-менш від них протилежні.

Попри такі негаразди, у 1710 р. із середовища козацьких *хранителів* (див. вище про *Хортицю*) общинної державності-цивілізації вийшла двомовна, міжнародною латинню та російською канцелярщиною, *Хартія* майбуття: «Pacta et **Constituones** lecum libertatumque Exercitus Zaporoviensis» чи «Договоръ и Постановленіе между Гетманомъ Орликом и Войскомъ Запорожскимъ». Ця **«Конституція»** (< книга **Конділє** «Веди словена» > гр. κανὼν 'правило, приписання' > лат. constitutio 'настанова') через півстоліття та більше стала взірцем для *республіканських* законодавств США, Франції та інших країн. Фігурально кажучи, сталося висаджування розсади *минулої общинності* (рос.-укр.) араттського типу, збереженої у тепличці української етнокультури, – до *грядущого 'комунізму'* (лат.-фр.). Одним із провідних творців того **«світлого майбуття всього цивілізованого людства»** став останній отаман козаків-запорожців – Нестор Махно. До здобутків цього славетного воїна та практика й теоретика *общинності- 'комунізму'* слов'янсько-кропоткінського напрямку належить кілька новацій, приписаних пізніше комуністам семітсько-марксистського напрямку. То були не тільки „конармейская тачанка”, але й „неп” – «нова економічна політика» (яку Н. І. Махно впроваджував на території Гуляй-Пільської республіки навіть в умовах Громадянської війни 1918-1920 рр., але авторство якої у 1921-1923 рр. було приписано В. І. Леніну). Тепер *комунізм* прийнято називати *самоврядуванням* – терміном, яким користувався у своїх промовах та публікаціях і Батько Махно [7]...

Підсумуємо висновки та перспективи дослідження:

- 1) козацтво (як народне ополчення на чолі, попервах, із ведичними жерцями і професійними воями) та його бойове мистецтво (у душі ведичних же характерництва, йоги, тощо) формувалося разом зі становленням первинно-общинної, індоєвропейської цивілізації Аратта;
- 2) та основа була в значній мірі збережена вільним козацтвом Край-землі>України навіть у вторинно-тоталітарних цивілізаціях Скіфії й Русі – коли, в умовах переважаючого творення державницьких регулярно-реєстрових військ, розгорнувся другий виток формування козацтва;
- 3) найголовнішу перспективу нинішнього козацтва з його бойовою культурою слід вбачати у „новітньо-весняному поверненні від зими тоталітаризму” до общинно-демократичних засад європейської, індійської, загальнолюдської цивілізації.

Суть бойової культури усіх часів і народів – у найвищій концентрації людської енергії. Будемо сподіватися (та сприяти!), що військові доктрини нищення супротивника біомеханічними засобами – які запанували протягом тоталітарних формацій останніх 3-5 тисячоліть і нині панують – почнуть тепер (в умовах демократизації й самоврядування суспільств та держав), навпаки, все більше витіснятися одвічними пріоритетами природної ієрархії польово-речовинного (духовно-тілесного, «божесько-людського») світу з притаманним їм життям-переродженням, а не смерті-убивства. Таким чином, закономірне

відродження традиції бойової культури українського козацтва, й подібних народних воїв усіх країн, мають глибоку перспективу.

ЛІТЕРАТУРА

1. **1 a,b,c.** Бібліографію та ін. див. у монографіях *Шилова Ю. О.*: Чого ми варті. – Київ: «Аратта», 2006. – 292 с.; Українська національна ідея. – К.: «Аратта», 2007. – 60 с.; Україна у контексті світової цивілізації. – К.: «Аратта», 2012. – 220 с. / Книжкова палата України, МАУП / Авторське редагування, без рецензій.
2. **2 a-d.** *Білоусько О. А.* Україна давня : Євразійський цивілізаційний контекст. Посібник для вчителя / ред. І. Гирич / рек. Міністерством освіти і науки України.– К.: «Генеза», 2002.– 272 с.; *Білоусько О. А., Супруненко О. Б.* Давня історія Полтавщини. Підручник для 6 кл. / рец. Бунятян К.П., Ковальова І.Ф., Телєгін Д.Я., Терпиловський Р.В. / Полтавський Ін-т післядипломної пед. освіти. – Полтава: «Оріяна», 2004. – 168 с.; *Остафійчук В. Ф.* Історія України: сучасне бачення. Навч. посібник / рец. В.Я.Хоменко, Т.А.Стоян / рек. МОН України. – К.: «Знання-Прес», 2006. – 422 с.; *Шілов Ю. А.* Прародина ариєв: обряди, мифи, история. Второе издание / рец. Б. А. Рыбаков, О. Н. Трубочёва и др. / Отдел теоретических проблем РАН. – Москва–Київ–Минск: «Русская Правда», 2013. – 816 с.
3. **3 a-c.** Славянские Веды / пер. и ком. *А.И.Асов.* – Москва: «ФАИР-ПРЕСС», 2003. – 704 с.; Веда Славян. Книги 1 и 2 / пер. и ком. *В.Г.Барсуков.*– М.: «Амрита», 2013-2014.– 240 и 464 с.; *Шілов Ю.О.* Аратта за «Ведою словена» і пам'ятками трипільської культури та іншими науковими джерелами / Книжкова палата України, МАУП. – К.: «Аратта», 2010. – 118 с.
4. Див. 3-а, с. 652-657.
5. Див. 1-а, с. 39-54.
6. Див. 1-с, с. 87-114; *Косуха О.* Вільний спосіб життя. Незнищенна традиція воїнів-охоронців Краю та споконвічних принципів самоорганізації українців / рец. Л. Безклубий. – Київ та Ескада (Іспанія): На правах рукопису, 2005. – 192 с.
7. *Шілов Ю.О.* Махно та Ленін: дві стратегії й тактики розбудови майбутнього // Див. 1-а, с. 161-170; Див. 1-с, с. 168-177.

REFERENCES

1. **1-d.** *Shilov Y.* Ancient History of Aratta – Ukraine / Translator's prefaces by Dr. Tim and Lee Hooker, and Dr. V.Krasnoholovets; Review Prof. N.I.Senchenko / Bath Royal literari and scientific Institution (London). – Amazon.co.uk, ISBN-13: 978-1503076020, 2015. – 469 p.
2. **2-e.** *Ursulescu N., Dergacev V., Shilov Y.* Cucuteni–Trypillia : a Great Civilization of Old Europe. Catalogue / Review A.Iorgulescu and V.Vovkun / Ministry of Culture of Romania, MK of Ukraine. – Rome–Vatican : Palazzo Della Cancelleria, 2008. – 278 p.

УДК: 378. 937: 796

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ З УКРАЇНСЬКОГО РУКОПАШУ “СПАС” У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

Конох А.П.

Завідуючий кафедри теорії та методик фізичної культури і туризму Запорізького національного університету, доктор педагогічних наук, професор

Анотація. У статті подано комплексний науковий аналіз проблеми професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до застосування національних бойових мистецтв у своїй професійній діяльності в контексті подальшої розробки та впровадження цілісної системи професійної підготовки майбутніх фахівців з українського рукопашу “Спас”; розробка й обґрунтування теоретичних і методичних засад професійної підготовки майбутніх фахівців із національних бойових мистецтв у вищих педагогічних навчальних закладах; визначення організаційно-методичних умов реалізації цього процесу.

Ключові слова: *підготовка вчителів фізичної культури, спеціалізація, бойові мистецтва, український рукопаш “Спас”, вищий навчальний заклад.*

Анотация: в статье представлен комплексный научный анализ проблемы профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к применению национальных боевых искусств в своей профессиональной деятельности в контексте дальнейшей разработки и внедрения целостной системы профессиональной подготовки будущих специалистов по украинскому рукопашу «Спас»: разработка и обоснование теоретических и методических основ профессиональной подготовки будущих специалистов по национальным боевым искусствам в высших педагогических учебных заведениях; определение организационно-методических условий реализации этого процесса.

Ключевые слова: *подготовка учителей физической культуры, специализация, боевые искусства, украинский рукопаш «Спас», высшее учебное заведение*

Annotation.The article presents a comprehensive scientific analysis of the subject of training future P.E. teachers how to applicate the national martial arts in their professional activities in the context of the further development and implementation of the integrated system of professional training of future specialists in Ukrainian hand-to-hand fight "Spas; development and justification of theoretical and methodological principles of professional training of future specialists in the national martial arts in higher educational institutions; definition of organizational and methodical conditions of the implementation of this process.

The keywords: *training of the P.E. teachers, specialization, martial arts, Ukrainian national hand-to-hand fight “Spas”, higher educational institution.*

Однією з складових української народної фізичної культури є українські національні бойові мистецтва. На сьогодні в Україні розвивається ціла низка національних бойових мистецтв: спас, бойовий гопак, хрест, триглав, сварга, рукопаш тощо. Саме тому указом Президента України № 1092/2001 від 15.11.2001 року “Про національну програму відродження та розвитку українського козацтва на 2000-2005 роки” було прийнято програму відродження і розвитку українського козацтва [1, 2].

У сучасних умовах проблема ефективної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до застосування національних бойових мистецтв професійній діяльності не вирішується, в першу чергу, з таких причин, як відсутність програм з підготовки фахівців у вищих навчальних закладах, де розглядалися б не тільки особливості техніко-тактичної підготовки і спортивного тренування, а й історія, філософія, етнічні закони національних видів спорту, їх оздоровча спрямованість, особливості використання елементів національних видів спорту у навчальних закладах; відсутність спеціальної науково-методичної літератури [3,4].

Отже, пошук більш гнучких підходів до підвищення рівня професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до роботи з дітьми шкільного віку з використанням національних засобів бойових мистецтв в професійній діяльності, переосмислення організаційно-методичних умов, мети, змісту, функцій і завдань професійної підготовки у вищих навчальних закладах України відповідно до вимог сучасної парадигми освіти.

Незважаючи на наявність достатньої кількості досліджень, проблема підготовки майбутніх учителів фізичної культури до застосування національних бойових мистецтв професійній діяльності залишається актуальною.

Метою статті є комплексний науковий аналіз проблеми професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до застосування національних бойових мистецтв у своїй

професійній діяльності в контексті подальшої розробки та впровадження цілісної системи професійної підготовки майбутніх фахівців з українського рукопашу “Спас”.

Теоретичний аналіз базових понять дослідження щодо професійної підготовки майбутніх фахівців із національних бойових мистецтв надав змогу дійти висновку, що фахівець із українського рукопашу “Спас” має бути людиною, здатною до виконання педагогічної, психологічної, юридичної, геологічної, дослідницької, медичної діяльності, різноманітної змістовно-корисної діяльності, як-то: історико-краєзнавчої, патріотичної, оздоровчої тощо.

Зазначимо, що підготовка і перепідготовка кадрів для національних бойових мистецтв традиційно була пов’язана з підвищенням кваліфікації фахівців фізичної культури та спорту, що, за відсутності базової освіти з українського рукопашу “Спас”, не вирішувало кадрової проблеми підготовки таких фахівців. Вищі педагогічні навчальні заклади України були зорієнтовані на підготовку тільки кваліфікованих учителів фізичного виховання.

Опитування засвідчило, що 98% респондентів – учасників Міжнародної конференції з національних бойових мистецтв, вважають стан провадження національних бойових мистецтв в навчальних закладах незадовільним і причиною цього, на їхню думку, є дефіцит фахівців цього напрямку роботи. Всі респонденти вважають за доцільне запровадження спеціалізації з українського рукопашу “Спас” у вищих педагогічних навчальних закладах.

Для розробки концепції та моделі професійної підготовки фахівців із національних бойових мистецтв, нами було здійснено історико-педагогічний аналіз розвитку національних бойових мистецтв на теренах України й аналіз зарубіжного досвіду підготовки фахівців цього напрямку.

Результати дослідження доводять, що національні бойові види спорту на українських землях пройшли етапи розвитку, аналогічні європейським, тобто від поодиноких секцій до організації федерацій з видів спорту.

Аналіз професійної підготовки фахівців національних бойових мистецтв, у провідних країнах світу дав змогу дійти висновку, що найбільш вагомими ідеями для впровадження у професійну підготовку фахівців із українського рукопашу “Спас” є: широке використання інформаційних технологій; жорсткі критерії відбору абітурієнтів; ухвалення закону, що закріплює прийняття на роботу осіб з фаховою професійною освітою; доцільність функціонування суспільно-кваліфікаційної структури кадрів та активу.

Сформулюємо основні положення розробленої нами концепції професійної підготовки майбутніх фахівців із національних бойових мистецтв, зокрема українського рукопашу “Спас”.

По-перше, професійна підготовка майбутніх фахівців розглядається як цілісна система, що будується на основі органічної єдності загального, особливого й індивідуального. Професійна підготовка майбутніх фахівців із українського рукопашу “Спас”, як загальне, є складовою професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту; як особливе – має свою специфіку, зумовлену особливостями професійної підготовки майбутніх фахівців національних бойових мистецтв; як індивідуальне – відображає залежність ефективності підготовки від особистісних якостей майбутнього фахівця, його психологічної культури, здатності до педагогічної та тренерської діяльності.

Отже, особливості професійної підготовки майбутніх фахівців із українського рукопашу “Спас” полягають у тому, що такий фахівець має володіти професійними вміннями, які притаманні як учителю фізичної культури, так і викладачу-тренеру з українського рукопашу “Спас”.

По-друге, професійну підготовку майбутніх фахівців із українського рукопашу “Спас” доцільно здійснювати в системі професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту. Разом з тим, принциповою специфічною ознакою професійної

підготовки майбутніх фахівців із українського рукопашу “Спас” є необхідність інтегративного підходу до формування її змісту, відбору форм і методів, оскільки вона інтегрує в собі підготовку як фахівців фізичної культури і спорту, так і фахівців національних бойових мистецтв.

По-третє, у професійній підготовці майбутніх фахівців із українського рукопашу “Спас” перевага має віддаватися діяльнісному підходу. Засобами реалізації професійних можливостей майбутніх фахівців із українського рукопашу “Спас” у професійній діяльності є їх фізкультурно-педагогічна та тренерсько-викладацька діяльність. Особливість цієї підготовки полягає також у тому, що фізичний розвиток студента, його спортивна і спеціальна підготовка здійснюються у нерозривній єдності і взаємозумовленості, що дало змогу ввести нову функцію професійної діяльності майбутніх фахівців із українського рукопашу “Спас”, а саме, – національно-фізкультурно-спортивну.

На рівні бакалавра професійна підготовка майбутніх фахівців із українського рукопашу “Спас” спрямовується на поглиблення загальної освіти, формування фундаментальних і професійно орієнтованих знань і вмінь, необхідних для вирішення типових професійних завдань, а також підготовку студентів до подальшого набуття спеціалізації “український рукопаш “Спас””.

На рівні “спеціаліст”, згідно з моделлю, професійна підготовка майбутніх фахівців із українського рукопашу “Спас”” спрямовується на вивчення фундаментальних і професійно-орієнтованих дисциплін (“Теорія і методика викладання українського рукопашу “Спас”, “Психофізичні і оздоровчі системи “Спас”, “Кінна підготовка”, ”Техніка і тактика українського рукопашу “Спас”, “Історія і духовні основи” “Основи виживання”), практико-польовою підготовкою, переддипломною практикою. На цьому етапі акцент робиться на професійну підготовку з набуттям початкового практичного досвіду.

На рівні “магістр”, згідно з моделлю професійна підготовка майбутніх фахівців із українського рукопашу “Спас”, спрямовується на підготовку оволодіння студентами науковою та викладацькою діяльністю у вищих навчальних закладах. У зв’язку з цим до блоку дисциплін освітньо-кваліфікаційного рівня “спеціаліст” додаються такі дисципліни, як “Методи наукових досліджень у фізичній культурі і спорті”, “Фізичне виховання та тренерсько-викладацька робота у вищих навчальних закладах”, “Основи лекторської майстерності”. Після закінчення навчання магістри отримують кваліфікацію: “викладач вищого навчального закладу з фізичної культури та спорту і другу спеціальність – “тренер-викладач з українського рукопашу “Спас””, що дає можливість працювати як в установах і закладах фізичної культури і спорту так і займатися педагогічною, науково-дослідницькою роботою у вищих навчальних закладах.

В процесі дослідження нами розроблено і впроваджено: навчальний план підготовки фахівців фізичної культури і спорту із спеціалізацією “ український рукопаш “Спас””; навчальні плани та робочі програми з усіх спеціальних дисциплін спеціалізації.

Для забезпечення навчального процесу розроблено три в співавторстві і два одноосібних посібники: “Правила змагань з українського рукопашу “Спас””, електронні версії посібників: “Теорія і методика викладання українського рукопашу “Спас”, “Психофізичні і оздоровчі системи “Спас”, “Кінна підготовка”, ”Техніка і тактика українського рукопашу “Спас”, “Історія і духовні основи”, “Основи виживання”. Розроблено і впроваджено програми проведення поетапних педагогічних практик і науково-дослідницької діяльності студентів (літніх польових таборів, зльотів, походів, стажування).

Аналіз результатів дослідно-експериментальної роботи засвідчив, що за всіма критеріями як професійної діяльності викладачів, так і підготовленості студентів, спостерігалася позитивна динаміка. Однак проведене дослідження не вичерпує всіх проблем професійної

підготовки майбутніх фахівців із українського рукопашу “Спас” у вищих навчальних закладах України.

Перспективи подальшої дослідної розробки потребують проблеми теоретико-методологічного обґрунтування педагогіки і психології українського рукопашу “Спас”; посилення уваги до професійної підготовки фахівців за інтегрованими професіями, гнучкого оновлення змісту вищої фізкультурної освіти відповідно до освітньо-кваліфікаційних рівнів на засадах наступності та неперервності; маркетингових досліджень потреби країни у кваліфікованих фахівцях з національних бойових мистецтв.

ЛІТЕРАТУРА

1. Мандзяк А.С. Воинские традиции народов Евразии / Под общей редакцией А.Е. Тараса. – Мн.: Харвест, М.: АСТ, 2002. – 384 с.
2. Приступа Є.Н., Пилат В.С. Традиції української національної фізичної культури / Є.Н. Приступа, В.С. Пилат. – Львів: Троян, 1991. – 275 с.
3. Каляндрук Т.В. Загадки козацьких характерників / Т.В. Каляндрук. – Львів: ЛА «Піраміда», 2006. – 272 с: іл.
4. Андріян Кащенко. Оповідання про Славне Військо Запорозьке Низове / А. Кащенко. – <http://kaschenko.us.org.ua/>.

УДК796.8(477)

УКРАЇНСЬКІ НАЦІОНАЛЬНІ СПОРТИВНІ ЄДИНОБОРСТВА

Притула О. Л.

Запорізький національний університет

Президент ВГО “Всеукраїнська федерація “Спас”

Ця робота присвячена розгляду двох тем. По-перше, розгляду ключових слів і понять теми бойових єдиноборств. По-друге, тематиці розгляду сучасних бойових і спортивних єдиноборств які існують в Україні. Зроблена спроба класифікувати існуючі стилі і види за наступними розділами:

- 1) за напрямком ведення бою
 - 3.1 спортивні види
 - 3.2 бойові єдиноборства
- 2) за характером бою:
 - 1.1 боротьба
 - 1.2 ударні види
 - 1.3 змішані єдиноборства
- 3) за способом ведення бою
 - 2.1 індивідуальне
 - 2.2 групове
 - 2.3 колективне

Ключові слова та поняття: національні, спортивні та бойові єдиноборства, «Спас», гопак, хортинг, козацький двобій, українська боротьба на поясах, «Навхрест».

УКРАИНСКИЕ НАЦИОНАЛЬНЫЕ СПОРТИВНЫЕ ЕДИНОБОРСТВА

Притула О.Л.

Эта работа посвящена рассмотрению двух тем. Во-первых, рассмотрения ключевых слов и понятий темы боевых единоборств. Во-вторых, тематике рассмотрения современных боевых и спортивных единоборств которые существуют в Украине. Сделана попытка классифицировать существующие стили и виды по следующим разделам:

1) по направлению ведения боя

3.1 спортивные виды

3.2 боевые единоборства

2) по характеру боя:

1.1 борьба

1.2 ударные виды

1.3 смешанные единоборства

3) по способу ведения боя

2.1 индивидуальное

2.2 групповое

2.3 коллективное

Ключевые слова и понятия: национальные, спортивные и боевые единоборства, «Спас», гопак, хортинг, казацкий поединок, украинская борьба на поясах, «Крест-накрест».

UKRAINIAN NATIONAL COMBAT SPORTS

Prytyla O.L.

This work is devoted to two topics. First, review the key words and concepts topics martial arts. Second, consider the subject of modern combat and martial arts that exist in Ukraine. The attempt to classify existing styles and types in the following sections:

1) in the direction of engagement

3.1 sporting types

3.2 martial arts

2) the nature of the battle:

1.1 wrestling

1.2 attack types

1.3 Mixed Martial Arts

3) the method of warfare

2.1 Individual

2.2 group

2.3 Collective

Key words and concepts: national, sports and martial arts, "Spas" hopak, hortling, Cossack fight, the Ukrainian struggle on belts, "cross".

За часи незалежності в Україні оформилися та пропагуються як вид спорту бойовий гопак, спас, хортинг, хрест, сварга, козацька вежа, козацький двобій, лава на лаву. Створюються власні авторські стилі (триглав, тощо). Однак у сьогоденних умовах розвиток зазначених видів спорту відбувається дещо хаотично, без системного підходу, часто не враховуючи реалій суспільного життя в Україні. Тому, на наш погляд, необхідно означити найважливіші проблеми, які постають у розвитку національних единоборств як видів спорту, які претендують на представлення українських традицій у цій галузі. Але розгляд лише проблематики, не розглядаючи перспектив розвитку цих видів спорту, на нашу думку, не дасть повного уявлення.

Визначення проблематики розвитку українських національних единоборств було б неповним без визначення самого терміну «українські національні единоборства».

Слід зазначити, що термін единоборство прийшов в спортивну термінологію на території колишнього СРСР в кінці 70-х – початку 80-х років ХХ ст. З приходом і розвитком східних бойових мистецтв.

В академічному тлумачному словнику української мови термін «единоборство» означає:

Бій, боротьба один на один між двома противниками; поєдинок.

Боротьба одного з кількома, з багатьма противниками [1].

Згідно визначення в публічному електронному словнику української мови поняття “національний” означає:

Стосовно до нації, національності, пов’язаний з їх суспільно-політичною діяльністю.

Властивий певній нації, національності; який відображає їх характер, особливості [2].

Згідно цього можна зробити визначення поняття “українське національне єдиноборство”. Українське національне єдиноборство – вид бою, боротьби людини з одним або декількома суперниками з метою перемоги над ними, способами притаманними українській традиції боротьби, бою.

В свою чергу, коли говорити про види єдиноборств, як види спорту, то слід зауважити, що вони передбачають, що учасники змагаються удвох, один на один, без застосування вогнепальної зброї, називаються єдиноборства. Метою єдиноборства є діяти в рамках обумовлених правил, проводити прийоми, які можуть заподіяти суперникові максимальний фізичний збиток або поставити суперника в невідгідне становище, а також, відповідно, захиститися від аналогічних прийомів суперника. Поняття єдиноборство і бойове мистецтво необхідно розділяти. Не всяке бойове мистецтво є єдиноборством, так само як і не всяке єдиноборство може бути визнано бойовим мистецтвом[3].

Отже виходячи з вищесказаного можна зробити визначення терміну “українське національне спортивне єдиноборство”. Українське національне спортивне єдиноборство – вид спорту, який передбачає змагання двох суперників з метою дії в рамках зумовлених правил і способами, притаманними українській національній традиції бою, боротьби, а також які базуються в своїй підготовці на українських національних засобах фізичного виховання. Як вже говорилося вище, в Україні на цей час розвиваються національні єдиноборства, які або мають статус офіційного виду спорту в Україні, або розвиваються на громадських засадах. Слід зазначити, що існують види українських національних єдиноборств традиційні, тобто ті що базуються на збереженій традиції і передавалися в родах, чи від вчителя до учня, а також існують сучасностворені види, створені конкретним автором, але які базуються на національних засобах фізичного виховання.

Спробуємо коротко охарактеризувати основні види українських національних єдиноборств і визначити з них ті види, які є українськими національними спортивними єдиноборствами. Слід одразу зауважити, що така характеристика буде умовною, оскільки будь-який вид єдиноборства вже сам в собі передбачає елемент змагання, а отже і спорту. Сьогодні існують в Україні офіційно визнані національні види спортивних єдиноборств, але офіційне визнання державою не може впливати на визначення спортивне чи неспортивне єдиноборство. Спортивне єдиноборство передбачає в собі визначені правила змагань, систему змагань, систему підготовки спортсмена.

В своїй характеристиці в даному дослідженні ми будемо характеризувати ті єдиноборства, які відомі в Україні на сучасному етапі, заявили про себе хоча б одного разу в різних формах, від проведених заходів, презентацій, змагань, показових виступів, до згадок в засобах масової інформації.

Український рукопаш “Спас”. Вид спортивного єдиноборства, який має національне коріння і має витоки з козацького бойового мистецтва “Спас”. Має характер змішаного єдиноборства. Тимчасово визнаний в Україні, як вид спорту з липня 2008 року. В 2010 році Міністерством у справах сім’ї, молоді та спорту «Український рукопаш «Спас» внесений в перелік видів спорту, що визнані в Україні (наказ міністерства України у справах сім’ї, молоді та спорту №306 від 09.02.2010р.) [4].

В українському рукопаші “Спас” існують офіційно визнані правила змагань Міністерством молоді та спорту України [5], навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл з українського рукопашу “Спас” [6], класифікаційні вимоги та норми для українського рукопашу “Спас” (наказ державної служби молоді та спорту України № 2105 від 22.05.2012).

В Україні працює система дитячо-юнацьких спортивних шкіл з українського рукопашу “Спас”, а також відділення з цього виду спорту в ДЮСШ та спортивних клубах. Розроблені програми підготовки тренерів-інструкторів з українського рукопашу “Спас”, відкрито спеціалізацію “Український рукопаш “Спас” на факультеті фізичного виховання в Запорізькому національному університеті. З 2005 року український рукопаш “Спас” розвиває ВГО “Всеукраїнська федерація “Спас” (президент Притула О.Л.), яка розвиває цей вид спортивного єдиноборства в 13 областях України та в дев’яти країнах світу: Україна, Росія, Білорусь, Естонія, Польща, Швеція, Німеччина, Грузія, Азербайджан. В 2012 проведений перший чемпіонат Європи з українського рукопашу “Спас”, а в 2013 році – перший чемпіонат світу.

Бойове мистецтво “Спас”. Національний вид бойового мистецтва під назвою “Спас” сформований на базі козацького бойового мистецтва “Спас”. В його рамках розпрацьовано кілька напрямків, зокрема, *прикладний, спортивний, показовий та оздоровчо-лікувальний*.

Прикладний напрямок передбачає ведення короткочасного (протягом 1-2 сек.) індивідуального, групового і колективного рукопашного бою з використанням різних видів зброї в тому числі холодної та вогнепальної.

Спортивний напрямок, сформований з 1992 року, пройшов апробацію протягом восьми років і переріс в вид спортивного єдиноборства”український рукопаш “Спас” (див. вище).

Показовий напрямок направлений, перш за все, на популяризацію української бойової культури, а також для розвитку техніко-тактичних можливостей бойового мистецтва “Спас”.

Оздоровчо-лікувальний напрямок направлений на відродження та розвиток в Україні козацької медицини, характерництва [7].

Рукопашний бій «Гопки-Спас». Рукопашний бій “Гопки-Спас” – жорстка наступальна система рукопашного бою, розрахована на групвий і швидкоплинний нічний бій з використанням вогнепальної і олодної зброї. Перший раз про цю систему згадав автор, нащадок український козацьких родів Л.П. Безклубий в журналі “Техніка молоді” № 2 в 1989 році [8].

“Гопки-Спас” є суто військово-прикладною системою і не є спортивним видом єдиноборства, хоча серед прибічників даної системи і існували спроби проведення змагань, які не набули широкого розвитку.

Бойовий гопак. Бойовий гопак — українське бойове мистецтво, відтворене на основі елементів традиційного козацького бою, що збереглися в народних танцях та власного досвіду дослідника бойових мистецтв львів'янина Володимира Пилата. Основними напрямками бойового гопака є: оздоровчий, фольклорно-мистецький, спортивний, бойовий.

Різновидами змагань в бойовому гопакі є: «Однотан», «Ган-Двобій», «Забава», «Борня», «Герць». «Однотан» – це соло-композиція в музичному супроводі з демонстрацією техніки Бойового Гопака. Вид змагань, коли людина використовуючи удари, відходи, сув'язі, уявляє, що б'ється з декількома супротивниками, і намагається здолати їх. У танцювальному варіанті однотану присутній музичний супровід і деякі елементи змінено заради більшої краси. Однотан оцінюється за майстерність у виконанні технічних елементів і різноспрямованість ударів. Однотан ефективно використовується у реальному бою «Ган-

двобій» – попередньо вивчена показова програма з технічних елементів Бойового Гопака, яка виконується одночасно двома учасниками, що імітують двобій у музичному супроводі. «Забава» – різновид двоюбою з обмеженим дотиком. Головним завданням «Забави» є засвоєння технічних елементів Бойового Гопака та вміння входити в бій і виходити із бойової дистанції. «Борня» – різновид двоюбою з легким дотиком. В «Борні» дозволена серійна робота на середній та дальній дистанції. «Герць» – різновид двоюбою із повноцінним дотиком. У «Герці» передбачено кільканадцять видів дотику, які регламентуються правилами змагань згідно з сучасними міжнародними аналогами бойових систем – міжстильового та універсального бою.

У Бойовому Гопаку відпрацьована навчально-виховна система, в якій утверджено сім рівнів майстерності і чотири напрямки розвитку. Перші три рівні майстерності учнівські: «Жовтяк», «Сокіл» і «Яструб» (які відповідають III, II та I спортивним розрядам єдиної кваліфікаційної системи України), проміжний – «Джура» (відповідає кандидату в майстри спорту єдиної кваліфікаційної системи України) та мистецькі – «Козак», «Характерник» і «Волхв» (які відповідають званням майстер спорту, майстер спорту міжнародного класу та заслужений майстер спорту). «Волхв» є найвищим ступенем, де відбувається перехід від чистої фізичної роботи в площину розумової боротьби, духовної та енергетичних практик [9].

Бойовий гопак, як вид спорту в Україні не визнаний офіційно до цього часу, хоча створена Міжнародна федерація бойового гопака (президент Пилат В.С.), яка розвиває цей вид спортивного єдиноборства в Україні і поза її межами. Бойовий гопак за характером відноситься до комплексу спортивних єдиноборств, від показових до змішаних видів, оскільки на кожному рівні майстерності в бойовому гопаку відповідають свої правила змагань.

Український рукопаш гопак. Український рукопаш гопак – цілісна система, що охоплює всі можливі способи знешкодження супротивника (чи імітації знешкодження у навчальних, змагальних, показових та інших варіантах) у безпосередньому зіткненні. Різноманітна техніка українського рукопашу гопак базується на єдиних принципах руху, відповідних українцям. Техніка і методика тренувань базуються перш за все на традиціях української народної фізичної культури, збереженої у гопаку та інших військових танцях, народних ігор тощо. В українському рукопаші гопак враховується досвід загальноєвропейської традиції рукопашу та досягнення сучасної спортивної науки [10, С. 43 - 44].

На даний час створена Федерація українського рукопашу гопак (президент Величкович М.Р.) [10, С. 18], яка зареєстрована рішенням міністерства юстиції України 21 листопада 2003 року, розроблені правила змагань, проводяться регіональні та всеукраїнські змагання з українського рукопашу гопак. Український рукопаш гопак впроваджений в навчальний процес ВНЗ України, як спеціалізація (Львівський державний університет фізичної культури), і як неспеціальні дисципліни (Національний університет “Києво-Могилянська академія”, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича) [10, С. 17 - 18]. Не дивлячись на достатній методичний і організаційний розвиток в Україні український рукопаш гопак не визнаний на сьогодні в Україні, як вид спорту офіційно. Український рукопаш гопак за характером відноситься до змішаних видів єдиноборств.

Боротьба “Хрест”. Боротьба “Хрест” є комплексом, який складається з видів боротьби, характерними для українського народу. Школа боротьби “Хрест” розпочала своє існування в 1992 році, як експериментальна група, а в 1994 році була зареєстрована при Тернопільському Крайовому Коші Українського Козацтва.

В основу школи боротьби “Хрест” покладено один з різновидів давньоукраїнського лицарського бойового вишколу, який був відновлений Ростиславом Дроздом на основі історичних джерел, аналізу етнографічного матеріалу і національного фольклору, а також власних пошуків під час мандрівок теренами України.

Структура “Хреста” багатоступенева, і передбачає поступове і міцне оволодіння різноманітними прийомами боротьби, основні такі:

Пря – боротьба, завдання якої полягає у витисненні супротивника за межі змагального кола, або виведення його із стану рівноваги.

Джунка – боротьба без підніжок і захватів нижче пояса.

Валка – боротьба з підніжками без захватів нижче пояса.

Борня – боротьба з підніжками і з захватами нижче пояса.

Вони можуть проводитись в суворо обумовленому, в обмеженому або довільному захватах. Основу технічних прийомів складають: вергузбивання і утримання. Поєдинки проводять в колі на землі або на спеціальному борцівському килимі [11].

Вперше була презентована на Першому всеукраїнському фестивалі козацьких бойових та традиційних мистецтв в м. Запоріжжя в серпні 1997 року [12]. Представники боротьби “Хрест неодноразово протягом 1998-99 років ставали призерами і чемпіонами на чемпіонатах України з українського національного рукопашу (м. Запоріжжя). З січня 2002 року зареєстровано Тернопільське обласне молодіжне спортивне товариство “Лицарська школа козацької січової боротьби Хрест” (керівник – Дрозд Р.О.). На сьогодні боротьба “Хрест” не має в Україні офіційного визнання, як виду спорту. За характером відноситься до виду єдиноборств – боротьба.

Бойове мистецтво “Триглав”. “Триглав” як бойове мистецтво, має у собі духовно-енергетичні практики, бойові фізичні практики (прийоми) та оздоровчі практики (гімнастика і певні оздоровчі положення тіла). Бойове мистецтво “Триглав” було створене на сучасному етапі, в кінці 90-х - на початку 2000-х років Володимиром Куровським (м. Кам’янець-Подільський). В основу ідеології “Триглава” покладений світогляд дохристиянських вірувань українців про побудову Всесвіту. На думку авторів бойове мистецтво “Триглав” є давньоруським бойовим мистецтвом і було основою бойової підготовки давньоукраїнських жерців-волхвів, потім козаків-характерників. Історичних джерел і підтвердження дане твердження не знайшло. На думку Володимира Куровського: “Голоною метою “Триглаву” виступає перемога-пізнання себе, супротивника, світу, причому взаємодія (удар-кидок) повинна відбуватися у нерозривній єдності зі світом завдяки вірному порозумінню [13, С. 13].

“Триглав” набув свого розвитку серед сучасного козацького руху, який має назву характерного козацтва. Як вид спортивного єдиноборства в Україні на сьогодні не визнаний. За характером відноситься до змішаних видів єдиноборств.

Бойове мистецтво “Сварга”. Бойове мистецтво “Сварга” є авторським бойовим мистецтвом, яке створив Дмитро Стрельцов (м. Свалява, Закарпаття) на основі окінавського карате ввівши в себе світогляд дохристиянських, язичницьких вірувань українців. Вперше “Сварга”, була представлена в показовому виступі в серпні 1997 року на Першому всеукраїнському фестивалі козацьких бойових та традиційних мистецтв в м. Запоріжжя. На сьогодні бойове мистецтво “Сварга”, як вид спортивного єдиноборства офіційно не визнаний в Україні. Невідомий всеукраїнський розвиток “Сварги”. Технічна база “Сварги” базується на техніці окінавського карате та особистих розробках автора Дмитра Стрельцова. На думку автора “Сварга” – це один з різновидів українського бойового мистецтва, що вбирає в себе елементи дохристиянської бойової виучки, притаманної стародавнім волхвам. Постає у народних легендах, як один із дійових засобів опору татаро-монгольському вторгненню [14]. За характером відноситься до ударних видів єдиноборств.

Бойове мистецтво “Козацька вежа”. “Козацька Вежа” - комплексна система козацько-лицарського мистецтва на засадах козацької родової спадщини. Як система створена істориком, відроджувачем української козацької спадщини Задунайським В.В. (м.

Донецьк). Розвивається з 1997 р. на Донеччині в спортивно-просвітницькому товаристві "Козацька Вежа", котре фактично відновлює бойового вишколу українського козацтва [15].

Вперше "Козацька Вежа", була представлена в показовому виступі в серпні 1998 року на Другому всеукраїнському фестивалі козацьких бойових та традиційних мистецтв в м. Запоріжжя.

Включає в себе прийоми козацького рукопашного бою без зброї та з козацькою традиційною зброєю: шабля, шашка, спис, піка, ніж тощо. Як вид спортивного єдиноборства в Україні на цей час не має офіційного визнання. Має характер прикладного рукопашного бою в поєднанні з історичним фехтуванням.

Боротьба навхрест. Вид боротьби, яка має козацькі витоки. Під час боротьби навхрест два козаки стають один навпроти одного і охоплюють один одного в захват навхрест, так щоб одна рука була зверху, а інша знизу. Козаки починають боротися. Перемагає той, хто покладе суперника на спину і протримає 2 секунди. Також перемога зараховується коли суперник розірвав захват. Боротьба ведеться до однієї, або декількох перемог. Перемагає той, хто переможе більшу кількість разів.

З 2000 року в Україні в мережі шкіл бойового мистецтва «Спас», а з 2005 в мережі ВГО «Всеукраїнська федерація «Спас» проводяться спортивні змагання з боротьби навхрест від регіонального до всеукраїнського рівнів.

На цей час боротьба навхрест, як вид спортивного єдиноборства офіційно не визнаний в Україні. За характером відноситься до спортивного єдиноборства – боротьба. Як вид спорту розвивається ВГО «Всеукраїнська федерація «Спас», розроблені правила змагань, система змагань [16].

Боротьба на поясах. Вид боротьби, який має козацькі витоки. Цей вид боротьби був традиційно властивий в різних варіаціях майже для всіх степових народів. В Україні був дуже поширений серед запорозького козацтва, а пізніше серед українського селянства. Здебільшого правила боротьби на поясах полягали в наступному. Для боротьби на поясах одягають на себе пояси з матерії і обв'язують себе. Козаки беруть захват пояса суперника так, щоб одна рука була зверху, а інша знизу. Козаки починають боротися. Перемагає той, хто покладе суперника на спину і протримає 2 секунди. Також перемога зараховується коли суперник розірвав захват. Боротьба ведеться до однієї, або декількох перемог. Перемагає той, хто переможе більшу кількість разів.

З 2000 року в Україні в мережі шкіл бойового мистецтва «Спас», а з 2005 в мережі ВГО «Всеукраїнська федерація «Спас» проводяться спортивні змагання з боротьби на поясах від регіонального до всеукраїнського рівнів.

За характером боротьба на поясах відноситься до спортивного єдиноборства – боротьба. Як вид спорту розвивається ВГО «Всеукраїнська федерація «Спас», розроблені правила змагань, система змагань [16].

На цей час в Україні офіційно визнаний вид спортивного єдиноборства – українська боротьба на поясах (наказ Держмолодьспорту України від 14.02.2012 №690). Українська боротьба на поясах розвивається в Україні Всеукраїнською федерацією поясних видів боротьби (президент Лахно Дмитро Миколайович).

Кулачний бій "Лава на лаву". "Лава на лаву" є єдиним груповим видом єдиноборств, який притаманний саме слов'янам. Існує різні варіанти назв цього виду єдиноборства в групі: "стінка на стінку", "стіна на стіну" тощо. Сам термін "лава на лаву" безпосередньо був притаманний запорозькому козацтву.

В «лаві на лаву» приймає участь дві команди по двоє і більше козаків. Бій відбувається на полі, яке розмічається трьома лініями: одна по середині, на якій дві команди будуть сходитися в груповому поштовху і дві інші – лінії шиккування розмічаються на відстані 5-7

метрів від серединної лінії. Козаки стають в дві шеренги на лініях шикування щільно притиснувшись один до одного плече до плеча.

За командою «Бій!» обидві шеренги – лави рухаються одна на одну і намагається ударами кулаків в груди або живіт, поштовхами витіснити лаву суперників за їхню лінію шикування. Виграє та лава, яка витиснула іншу на її бік або якщо інша лава розпорошилася по майданчику. Удари в лаві дозволені лише в тулуб – вище пояса і нижче шиї, боротьба в лаві заборонена.

«Лави на лаву» є традиційною забавою козаків. Існує козацьке прислів'я «Той не козак, що в лаві не стояв». Козаки ставали до бою лава на лаву на великі свята – на Різдво, на Водохреща, на Масляну, на Великдень, на Покрову тощо. Вважалося на тих козаків лава яких виграла на свято буде Господне Благословіння, тому козаки завжди залюбки ставали до лави. У кожного в лаві було своє місце, наприклад правий з лівого краю, яке передавалось від діда до батька, і до сина, онука. Ось звідки походить образлива для не знаючих народна поговорка «знати своє місце». В козацьких родах з гордістю коли хотіли похизуватись говорили: «Ми своє місце знаємо!». Це означало, що цей рід знав, що треба робити і як діяти в бою. Ось звідки витікали самоорганізації козацтва в бою. Традиція бою лава на лаву передавалась в козацьких родах – батько або дід навчали молодого козака не лише груповим способам ведення бою, але і індивідуальним. Існували і спеціальні родові техніки, які з великою таємницею передавались тільки серед родичів і заборонялось навчати представників чужих родів. Ця заборона знімалась під час війни. Вважалося, що бойовий побратим, який побував з тобою в реальному бою, є козакові за рідного брата. Ось звідки походить вислів «козацький рід», «козацькому роду нема переводу».

Бій лава на лаву є цілим ритуалом, оскільки для тих хто вперше ставав до такої забави відбувалась умовна посвята у воїни. Перед лавою козаки ставали до кола і співали ритуальних пісень, які надавали певний внутрішній ритм бою і пробуджували войовничий дух у козака. У колі відбувались козацькі танці, відбувалась немов би спеціальна розминка перед боєм. Після цього козаки шикувались у лави. Шикування відбувалось в один, а інколи і в дві чи три ряди. Перед боєм відбувалось, як правило насміхання козаків однієї лави над іншою. Це був один із методів психологічної підготовки, оскільки тут важливо було зберегти душевну рівновагу і войовничий дух перед кулачним боєм. А коли козак не зумів цього зробити, то він міг стати слабкою ланкою в лаві, бо в такому бою дуже важливим було вести бій не вириваючись з групи. Після того як лави були готові до бою, лунала команда «Бій!» і обидві лави сходились в кулачному бою. Сходились, як правило, три рази. Перемагала та лава, яка більше разів перемогла. Між сходками лави відбувались індивідуальні поєдинки «навхрест» чи «на поясах», а також індивідуальні кулачні бої, за дотриманням правил яких уважно слідкували досвідчені козаки. Судили лаву досвідчені козаки, яких козаки вибирали самі, або лаву судили отамани громад. Порушників карали по різному. Наприклад, порушника могли відшмагати лозиною, чи викупати в річці, щоб «остудився» тощо. Але покарання не могло порушувати честь і добре ім'я козака і сприймалось, як правило, як жарт.

Бій лава на лаву – є прекрасним засобом тренування навиків групового бою. Завдяки такій підготовці козаки і нащадки козаків вважались найкращими бійцями в рукопашних боях на війні. Наприклад під час Великої Вітчизняної війни в штикових і рукопашних атаках німецькі війська майже ніколи не перемагали радянські підрозділи, де були бійці, які пройшли школу боїв лава на лаву. Існує думка, що свого часу командуючий повітряно-десантними військами СРСР В.П.Маргелов навіть в 70-80-х роках ХХ ст. сприяв тому, що десантники у своїй підготовці використовували бої лава на лаву. Як вид спорту кулачний бій “лава на лаву” в Україні не визнаний на цей час. З 1994 року в Україні в мережі шкіл бойового мистецтва «Спас», а з 2005 в мережі ВГО «Всеукраїнська федерація «Спас» проводяться, як народні забави та спортивні змагання з бою “лава на лаву” від регіонального до всеукраїнського рівнів.

За характером куачний бій “лава на лаву” відноситься до командного ударного єдиноборства. Як вид спорту розвивається ВГО «Всеукраїнська федерація «Спас», розроблені правила змагань, система змагань [17].

Боротьба штовхач. Боротьба штовхач має українські козацькі корені. Суть даного виду боротьби в тому, що два козаки змагаються в накресленому колі і намагаються витіснити один одного за межі кола. Виграє той хто витіснив суперника за межі кола, або своїми технічними діями змусив суперника торкнутися підлоги коліном або рукою (третьою точкою). Поєдинок ведеться до однієї або більше перемог. Час поєдинку при цьому традиційно не враховується.

Змагання з боротьби штовхач від регіонального до всеукраїнського рівнів проводяться в Україні в мережі шкіл бойового мистецтва «Спас» з 2000 року, а з 2005 в мережі ВГО «Всеукраїнська федерація «Спас».

На цей час боротьба штовхач, як вид спортивного єдиноборства офіційно не визнаний в Україні. За характером відноситься до спортивного єдиноборства – боротьба. Як вид спорту розвивається ВГО «Всеукраїнська федерація «Спас», розроблені правила змагань, система змагань [16].

Костурець. Боротьба українських кобзарів, лірників. Костурець овіяний легендами. Це пояснюється тим, що саме кобзарство в Україні завжди було окутане тасмницями. Єдиною науковою згадкою про бойове мистецтво незрячих українських кобзарів “костурець” є стаття родового кобзаря Костя Черемського (м. Харків) [18]. До цього часу костурець жодного разу не був презентований на загал, не заявлено спроб про його практичне відродження.

Бойовий “Аркан”. Вид бойового мистецтва овіяний легендами. За легендами аркан – це бойове мистецтво карпатських опришків, яке базується на гуцульському танці “Аркан”, звідси і походить назва цього бойового мистецтва. Окрім боротьби голіру в бойовому “Аркані” існують методи бою ножем, палицею, топірцем та іншими традиційними видами зброї карпатських опришків. На сьогодні бойовий “Аркан” не має великого розвитку і розвивається на Івано-Франківщині [19].

Асгарда. Асгарда — один із стилів українських національних бойових мистецтв, створений наприкінці 2003 року. Відмінність від інших стилів і шкіл Асгарди в тому, що це — бойова система суто для жінок. Засновниця стилю Асгарда Катерина Віталіївна Тарновська, учениця президента Міжнародної федерації бойового гопака, засновника бойового гопака Володимира Степановича Пилата.

Система має 4 напрямки: фольклорно-мистецький (елементи народних танців, хореографія, театральне мистецтво), оздоровчий, спортивний (передбачає участь у спортивних змаганнях і має 7 рівнів майстерності: від “зоряниці” до “ волхвині”), бойовий (володіння різними видами зброї та прийомами самозахисту). Методологія і технічний арсенал Асгарди має багато спільного з Бойовим Гопаком [20].

Козацький двобій. Офіційно визнаний в Україні вид спортивного єдиноборства (наказ Державного комітету молодіжної політики, спорту і туризму України від 07.02.2001 №261). Козацький двобій, як систему спортивного єдиноборства розпрацював видатний український майстер бойових мистецтв Анатолій Васильович Попович (президент Всеукраїнської федерації бойових мистецтв, президент ВГО “Всеукраїнська федерація козацького двобою” з 2002 року). Козацький двобій є авторським спортивним єдиноборством. За характером відноситься до змішаних єдиноборств. Розроблені правила і система змагань. На теперішній час в Україні і поза її межами проводяться регіональні, всеукраїнські і міжнародні змагання з козацького двобою).

Хортинг. Спортивне єдиноборство, повноконтактний комплексний вид бойового мистецтва, народжений в Україні, який базується на принципах спортивної підготовки як багаторічний, цілорічний, спеціально організований навчально-тренувальний процес всебічного розвитку, навчання та морально-етичного виховання спортсменів; його назва має історичну основу пов'язану із Козацтвом а саме з Україною [21].

Напрямки хортингу:

Оздоровчий напрямок для дітей, дорослих і людей похилого віку;

Спортивне спрямування;

Професійна ліга хортингу;

Самооборона для чоловіків і жінок;

Прикладний хортинг для силових структур;

Традиційний хортинг: культурна спадщина, філософія, базова техніка і форми хортингу.

Як вид спорту в Україні хортинг розвивається Українською національною федерацією хортингу [22]. Офіційно визнаний в Україні спортивного єдиноборства (наказ Міністерства сім'ї, молоді та спорту України від 09.02.2010 №306). За характером є повноконтактним, комплексним видом спортивного єдиноборства.

В даній статті зроблений аналіз лише тих національних видів єдиноборств, які офіційно себе заявили в Україні своєю діяльністю, науковими дослідженнями, проведеними змаганнями, заходами. Українська бойова традиція наскільки велика і має глибоке історичне коріння, що описати всі українські національні види єдиноборств досить складно. На сьогодні в Україні прибічниками українських єдиноборств іде процес дослідження, вивчення і популяризації української бойової культури, її форм. Відроджуються страті забуті види єдиноборств, створюються на їх основі нові види і стилі. Це є об'єктивним процесом в еволюції національних бойових мистецтв. Виходячи з вищесказаного можна зробити висновки:

Українська бойова культура має досить широкий спектр форм і напрямків.

В Україні існує досить велика кількість національних єдиноборств.

Офіційно визнані в Україні сьогодні чотири види національних єдиноборств: український рукопаш "Спас", українська боротьба на поясах, козацький двобій, хортинг.

На сьогодні в Україні є досить велика кількість національних видів єдиноборств, які не є офіційно визнаними в державі. Це пояснюється з одного боку недостатнім рівнем розвитку національних єдиноборств, не дивлячись на велику їх кількість, з іншого боку певним рівнем консервативності, складності і проблематики самого процесу офіційного визнання, як виду спорту в Україні.

Українські національні єдиноборства можна поділити на традиційні і авторські, новостворені види.

Розвиток українських національних єдиноборств в Україні здійснюється в більшій мірі за рахунок громадських організацій і є недостатнім з боку державних органів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Словник української мови. [Електронний ресурс] / Словник української мови // Академічний тлумачний словник (1970 – 1980)ю Єдиноборство. — Режим доступу : <http://sum.in.ua/s/jedynoborstvo>. - Назва з екрану.
2. Публічний електронний словник української мови. [Електронний ресурс] / Публічний електронний словник української мови // Словник. Національний. —

- Режим доступу :
<http://ukrlit.org/slovnyk/%D0%BD%D0%B0%D1%86%D1%96%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B8%D0%B9>. – Назва з екрану.
3. MegaSite.In.Ua. [Електронний ресурс] / MegaSite.In.Ua. // Статті, поради, інструкції. Єдиноборства. – Режим доступу: <http://megasite.in.ua/113042-ehdinoborstva.html>. - Назва з екрану.
 4. В Україні офіційно визнали сім нових видів спорту [Електронний ресурс] / В Україні офіційно визнали сім нових видів спорту. NEWSru.ua / Спорт / Середа, 10 лютого – Режим доступу : <http://www.newsru.ua/sport/10feb2010/sport.html> - Назва з екрану.
 5. Правила змагань з Українського рукопашу «Спас», укладачі: Притула О.Л., Рижов К.А., Поляков Г.М., Запоріжжя, 2009. – 52 с.
 6. Притула О.Л. Український рукопаш “Спас”: Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл. Український рукопаш “Спас” / Притула О.Л. Рижов К.А., Лукоянова К.В. / Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл / – Запоріжжя – Київ: дизайн-студія “Інтера”, 2012. – 68 с.
 7. Офіційний сайт Всеукраїнської федерації “Спас”. Всеукраїнська федерація “Спас”. [Електронний ресурс] / Офіційний сайт Всеукраїнської федерації “Спас” // Всеукраїнська федерація “Спас”. Напрямки діяльності. - Режим доступу : <http://spas.zp.ua/category/%D0%BD%D0%B0%D0%BF%D1%80%D1%8F%D0%BC%D0%BA%D0%B8-%D0%B4%D1%96%D1%8F%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%96/>. Назва з екрану.
 8. Безклубый Л.П. Интерес моей мысли / Л.П. Безклубый // Техника молодежи.-1989. - № 2. – С. 11.
 9. Вікіпедія. [Електронний ресурс] / Вікіпедія. Вільна енциклопедія. // Бойовий гопак. - Режим доступу : http://uk.wikipedia.org/wiki/Бойовий_гопак. - Назва з екрану.
 10. Величкович М., Мартинюк Л. Український рукопаш гопак: Навч. Посіб. – Л.: Ліга-Прес, 2003. – 152 с.
 11. Фестиваль бойового мистецтва в Запоріжжі [Електронний ресурс] / РУНВІРА wiki // Школа Української Козацької Боротьби “Хрест”. – Режим доступу: http://www.runvira.org/wiki/doku.php?id=sur:issue03:06_festival_boyovoho_mystetstva. Назва з екрану.
 12. Фестиваль “Спас на Хортиці” [Електронний ресурс] / Офіційний сайт Всеукраїнської федерації “Спас”. // Головна. Фестиваль “Спас на Хортиці”. – Режим доступу: <http://spas.zp.ua/ru/фестиваль-спас-на-хортиці/>. - Назва з екрану.
 13. Куровський В. Принципи побудови техніки ДБМ Триглав / В. Куровський // бойові мистецтва України : наук.-практ. зб. за мат. Всеукр. конф. / МАУП. – Київ, 2005. – С. 12 – 22.
 14. Фестиваль бойового мистецтва в Запоріжжі [Електронний ресурс] / РУНВІРА wiki // Українське бойове мистецтво “Сварга”. – Режим доступу: http://www.runvira.org/wiki/doku.php?id=sur:issue03:06_festival_boyovoho_mystetstva. Назва з екрану.
 15. Статут донецького обласного спортивно-просвітницького товариства українських бойових мистецтв "Козацька Вежа". Реєстраційний № 221 від 19.02. 1997. – 9 с.
 16. Офіційний сайт Всеукраїнської федерації “Спас”. Всеукраїнська федерація “Спас”. [Електронний ресурс]. Режим доступу : <http://spas.zp.ua>.

17. Що таке лава на лаву [Електронний ресурс] / Офіційний сайт Запорізької обласної державної телерадіокомпанії // Лава на лаву. Що таке лава на лаву. – Режим доступу: http://zodtrk.zp.ua/lava_na_lavu.html. Назва з екрану.
18. К. Черемський. Бойове мистецтво незрячих співців [Електронний ресурс] / Офіційний сайт козацького братства бойового звичаю Спас “Сокіл” // Бібліотека. Українські бойові традиції. Бойове мистецтво незрячих співців. – Режим доступу: <http://www.spas.net.ua/index.php/library/artinc/kosturec>. - Назва з екрану.
19. Бойовий “Аркан” [Електронний ресурс]. – Точка доступу: <http://h.ua/story/8554/>.
20. Асгарда – арійське жіноче бойове мистецтво. [Електронний ресурс] / Народний оглядач // Україна. Простір боротьби. Асгарда – арійське жіноче бойове мистецтво. – Режим доступу: <http://ar25.org/article/asgarda-ariyske-zhinoche-boyove-mystectvo.html>. Назва з екрану.
21. Вікіпедія. [Електронний ресурс] / Вікіпедія. Вільна енциклопедія. // Хортинг. - Режим доступу : <http://uk.wikipedia.org/wiki/Хортинг>. - Назва з екрану.
22. Українська федерація хортингу. [Електронний ресурс] / Українська федерація хортингу. Офіційний сайт. – Режим доступу: <http://horting.org.ua>. Назва з екрану.

УДК:796.85/.86:001.891

ВИЗНАЧЕННЯ СУТІ ПОНЯТІЙНОГО ЗМІСТУ БОЙОВИХ МИСТЕЦТВ

В.А. Коломієць

Науково-методична рада ВГО «Всеукраїнська федерація «Спас»

Згідно отриманих даних результатів дослідження, було визначено видатну роль БМ для подальшого існування та еволюційного розвитку і вдосконалення окремих народів, цивілізацій і всього людства. Відповідно, було визначено цільову установку БМ, їх функціональну роль для розвитку суспільства та індивідуальної особистості людини, розуміння явища БМ за своєю формою, змістом і сутністю а також найбільш характерні властивості БМ. В підсумковому вигляді було виконано спробу сформулювати три варіанти робочої гіпотези визначення суті понятійного змісту БМ. Зокрема, на метатеоретичному і прикладному рівнях а також в узагальненому, короткому і лаконічному розумінні. До побічних результатів дослідження можливо віднести спробу спростувати цілу низку помилкових поглядів щодо БМ та які отримали своє розповсюдження в середовищі науковців, фахівців цієї галузі і широкої громадськості.

Ключові слова і поняття: БМ, Кемпо, Будо, Будзюцу, спортивні одноборства, бойові системи, рукопашний бій.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ СУЩНОСТИ ПОНЯТИЙНОГО СОДЕРЖАНИЯ БОЕВЫХ ИСКУСТВ

Согласно полученных данных результатов исследования, была определена выдающаяся роль БИ для существования, эволюционного развития и совершенствования отдельных народов, цивилизаций и всего человечества. Соответственно было определено целевую установку БИ, их функциональную роль для развития общества и отдельного человека, понимание явления БИ за своей формой, содержанием и сутью, а также наиболее характерные особенности. В конечном итоге была сделана попытка сформировать три варианта рабочей гипотезы определения сути понятийного содержания БИ. В частности, на метатеоретическом и прикладном уровнях, а также в общем, коротком и лаконичном понимании. До косвенных результатов исследования можно отнести и попытку опровергнуть целый ряд ошибочных представлений относительно БИ, но которые получили свое распространение в среде ученых, специалистов этой сферы и широкой общественности.

Ключевые слова и понятия: БИ, Кемпо, Будо, Будзюцу, спортивные единоборства, боевые системы, рукопашный бой.

DEFINE THE ESSENCE OF CONCEPTUAL CONTENT MARTIAL ARTS

Scientific and Methodological Council "Ukrainian Federation SPAS" According to the findings of a study it was determined the outstanding role of martial arts for the existence of evolutionary development and improvement of individual nations, civilizations and of all humankind. Accordingly, it was determined by setting a target martial arts, their functional role in the development of society and the individual, understanding the phenomenon of martial arts because of its form, content and essence, and the most characteristic features. In the end, an attempt was made to form a working hypothesis of three options determine the essence of the conceptual content of martial arts. In particular, in the meta-theoretical and application levels, and generally short and concise understanding. An attempt to refute a number of misconceptions regarding the martial arts can be attributed to the indirect results, but some of them have received their distribution in the scientists, specialists of this sphere and the general public.

Key words and concepts: Martial Arts, Kempo, Budo Bujutsu, combat sports, combat system, melee.

I Проблема дослідження

Базовою основою наукових досліджень а також методичної і практичної діяльності у сфері бойових мистецтв (далі БМ) ми розглядаємо цілий комплекс прямих і супутніх проблем, пов'язаних з науковою характеристикою і визначенням суті понятійного змісту БМ.

Адже на сьогоднішній день склалась парадоксальна ситуація, коли сам предмет дослідження, тобто БМ, згідно даних довідкової літератури, не визначений [10]. Але, згідно даних результатів власних досліджень, спроби сформувавши визначення суті поняття БМ все таки робились [13][2]. Сюди додаються намагання сформувавши визначення суті понятійного змісту БМ на сайтах в інтернеті, зокрема на сайті федерації «Тхеквондо» і на сайті «Вікіпедія» а також спроби розшифрувати поняття БМ з боку різних фахівців цієї сфери, але які не мають ніякого відношення до наукової постановки цього питання.

Варто зазначити, що поняття БМ в них розглядається по різному і, навіть, з діаметрально-протилежних точок зору, що свідчить про відсутність стандартного і затвердженого більшістю науковців і фахівців визначення суті понятійного змісту БМ. Як наслідок, цей волонтаризм призводить до не точного розуміння сутності БМ, відповідно, здатен негативно впливати на достовірність результатів наукових досліджень, методичну і практичну діяльність цієї галузі. Наприклад, за відсутності точного розуміння сутності явища БМ, їх часто плутають з поняттями бойових систем, бойових спортивних одноборств і навіть спортивних одноборств, рукопашного бою, що приводить до підміни цих понять. Сюди додається не точне розуміння цільової установки БМ, їх функціональної ролі для розвитку суспільства та індивідуальної особистості людини а також не точне знання їх характерних властивостей, інші проблеми.

Тобто, відносно БМ існують численні наукові проблеми, пов'язані з науковою теорією, методикою і практикою.

II Актуальність дослідження

Навіть на основі не прямих а побічних результатів дослідження можливо прийти до висновку, що актуальність наукового вивчення цієї тематики пов'язана з визнанням видатної ролі БМ для процесів подальшого існування і розвитку сучасної цивілізації.

Зокрема, з припущенням того факту, що саме БМ зберегли частину втрачених знань древніх цивілізацій відносно реалізації прихованих резервних можливостей людського організму. Що передбачає виконання БМ функціональної ролі перехідного містка для передачі знань минулих людських спільнот сучасному людству. А також прагненням БМ до виховання і підготовки видатної пасіонарної особистості та «ідеальної воїна». І на цій основі можливістю прогресивного впливу adeptів БМ на сучасне людське суспільство. Відповідно, виконанням БМ функції одного з інструментів для виходу людства з тупикового шляху свого розвитку а також його виживання та еволюційного розвитку і вдосконалення.

Сюди додається майбутній прогресивний вплив БМ на розвиток військової справи, фізичної культури, педагогіки, медицини та інших наукових дисциплін і нарешті з науково-пізнавальної точки зору. А також вирішенням науково-теоретичних, науково-методичних і

практичних проблем власне БМ. Зокрема, визнання БМ, як найвищого рівня педагогічного процесу виховання і підготовки у сфері ведення індивідуального бою і формуванням робочої гіпотези визначення суті понятійного змісту БМ на трьох рівнях. Тобто, на метатеоретичному і прикладному рівнях а також в короткому і лаконічному розумінні. Очевидно, що такий підхід надасть формулі БМ риси еталонного характеру а також дозволить розглядати предмет даного дослідження більш універсально і точно. Як видно, актуальність дослідження БМ, зокрема, формування варіантів робочої гіпотези визначення суті понятійного змісту БМ, ніяких сумнівів не викликає.

III Аналіз даних

Як це не дивно, але така важлива складова бойового досвіду людства, як БМ, своєї наукової характеристики і формули визначення не отримала. І дійсно, згідно аналізу даних довідкової літератури [10] Д. Медведєв стверджує, що наукового визначення суті понятійного змісту БМ не сформовано. Тобто, довідкова література не заперечує той факт, що на період 2003 р наукової характеристики і наукового визначення БМ не існувало. Сюди варто додати, що відносно БМ утворилось таке понятійне тлумачення, де вони ототожнюються з рукопашним боєм [7] і сучасними одноборствами [10], «системами тренувань і традицій» і навіть «Кемпо» [2], що явно заважало сформулювати науково обґрунтоване визначення суті поняття БМ.

Але, на сьогоднішній день, вже існують різні варіанти спроб сформулювати визначення БМ та, які суперечать одне одному, підтверджуючи цим самим понятійну плутанину, що склалась відносно БМ а також відсутність наукових підходів і наукового обґрунтування цього поняття. Тому, перш ніж ми приступимо до аналізу існуючих спроб сформулювати визначення БМ, варто буде виконати понятійний аналіз відносно БМ, і на його основі відокремити поняття БМ від існуючих спроб його підміни. Відповідно, такий підхід дозволить більш точно та аргументовано виконати аналіз існуючих визначень БМ а також сформулювати науково узгоджену робочу гіпотезу визначення суті понятійного змісту БМ.

Отже, згідно даних М. Лепського [7], він ототожнює поняття БМ з різними видами рукопашного бою. Зокрема, «рукопашним боєм», «мистецтвом рукопашного бою», «системами рукопашного бою», «стилями рукопашного бою», «напрямами рукопашного бою», «традиціями рукопашного бою», «трансформаціями рукопашного бою», інш.

Але такий підхід суперечить даним щодо розуміння суті поняття БМ. Зокрема, висновкам Д. Дрегера [4], [5], майстра Обато Тосисиро [7], А. Доліна, Г. Попова [2] і власним даним, де в понятті БМ можливо виділити і навіть умовно відокремити між собою такі складові. Зокрема, бойовий напрямок або шлях (Будо) і бойові системи для воїнів (Будзюцу), останні можливо ототожнювати з різними видами рукопашного бою, що дозволяє розглядати поняття БМ набагато ширше ніж поняття рукопашного бою. Відповідно, включити його в якості одного з засобів підготовки «ідеального воїна». Такий підхід дає всі підстави вважати, що поняття БМ і поняття рукопашного бою різні поняття. А спроби їх ототожнення характеризують помилкове розуміння БМ, зокрема, характеризують підміну понять і цим самим вони впливають на достовірність розуміння поняття БМ.

Ще більшу понятійну плутанину в розуміння БМ вносить довідкова література. Зокрема, згідно класифікації сучасних одноборств А. Тараса [10], БМ віднесено до «традиційних систем рукопашного бою». Де вони ототожнюються з різними сучасними одноборствами, куди віднесено «спортивні одноборства», комплекс прийомів вуличної самооборони, «систему вуличної самооборони і виживання», «базово-кустові системи», «армійські системи рукопашного бою», «поліцейські системи рукопашного бою», «спрощені версії бойових систем» і навіть «псевдонаціональні системи».

Як видно, така класифікація ототожнює БМ із сучасними спортивними одноборствами, бойовими системами і рукопашним боєм. Тобто, такий підхід до розуміння БМ припускає популістську підміну понять.

Подальші ототожнення БМ із «системами тренувань і традицій» а також «Кемпо» ми більш детально розглянемо під час аналізу визначень БМ. Можливо лише зауважити, що поняття БМ не можливо ототожнювати з поняттям рукопашного бою і класифікацією сучасних одноборств довідкової літератури.

Отже, спираючись на результати понятійного аналізу БМ, спробуємо виконати аналіз існуючих визначень суті поняття БМ. Наприклад, на сайті федерації «Тхеквондо» пропонується таке розуміння сутності поняття БМ, а саме:

«Бойові мистецтва – це різноманітні системи одноборств і самозахисту в переважній більшості східно-азіатського походження. Вони розвивались головним чином, як засіб для ведення рукопашного бою. На сьогоднішній день практикуються в багатьох країнах світу у вигляді спортивних вправ, що ставлять собі за мету фізичне і духовне вдосконалення.»

В цьому визначенні відбувається потрійна підміна понять. Адже в ньому, по-перше, БМ ототожнюється з «різноманітними системами одноборств і самозахисту», по-друге, з рукопашним боєм, по-третє, із спортивними одноборствами. Що явно не узгоджується з науковими даними і результатами понятійного аналізу відносно БМ. Зрозуміло, що використовувати ці складові у вигляді БМ – здійснювати підміну понять. Викликає багато запитань і цільова установка цього визначення БМ. Адже в ній відсутній конкретний результат педагогічного процесу виховання і підготовки БМ. Тобто, процес «фізичного і духовного вдосконалення» досить не точно і розмито характеризує наслідки діяльності БМ. Сюди додаються сумніви щодо «східно-азіатського походження БМ». Тому, що згідно даних «Енциклопедії рукопашного бою» М. Лепського [7], «географія походження» рукопашного бою охоплює всі континенти планети. Тому виникають всі підстави щоб заперечувати визначення БМ на сайті федерації «Тхевондо» у якості наукового поняття.

Одночасно, на сайті «Вікіпедія» пропонується зовсім інше розуміння сутності поняття БМ, а саме:

«Бойові мистецтва – це різноманітні системи тренувань і традицій, скерованих на ведення бою у певний спосіб. Хоча набуті в цих мистецтвах вміння та знання використовуються за різним призначенням, усі бойові мистецтва мають єдину спільну мету – перемогти супротивника фізично або захистити себе. Деякі бойові мистецтва тісно пов'язані з духовними або релігійними віруваннями та філософіями, такими, як буддизм, даосизм, або синто, тоді як інші мають власний духовний або моральний кодекс честі».

На наше переконання, визначення БМ на сайті «Вікіпедія» повністю ігнорує «загальнонаукові» і «міжнаукові поняття» [6]. Наприклад, теорія спорту і системи підготовки спортсменів, енциклопедія рукопашного бою а також теорія і методика фіз. виховання в якості тренувальних засобів не знають таких понять, як «система традицій», або «ведення бою у певний спосіб». І навіть таке поняття, як «система тренувань» теорія спорту розглядає як одну з «підсистем» процесу «комплексної системи підготовки спортсменів». Тобто, в даному випадку, використання поняття «системи тренувань» явно не коректне. Таким чином, видно, що визначення БМ на сайті «Вікіпедія» ігнорує загальноприйняті наукові поняття.

Сюди варто додати ще цільову установку БМ, де вона представлена як прагнення «перемогти супротивника фізично або захистити себе». Але на сьогоднішній день рукопашний бій розглядається як «психофізичне зіткнення протидіючих сторін» [7]. Відповідно, сучасне розуміння рукопашного бою передбачає досягнення перемоги не тільки фізично але і психічно. Тому, досягнення перемоги «фізично» не узгоджується із сучасним розумінням наслідків ведення рукопашного бою. Сюди додаються такі факти, що

рукопашне зіткнення з БМ може припустити не тільки «фізичну перемогу і самозахист» але і знищення супротивника або придушення його здатності чинити опір. Зрозуміло, що цільова установка визначення БМ на сайті «Вікіпедія» суперечить «загальнонауковим» підходам у сфері цільової установки ведення рукопашного бою з БМ.

Складається таке враження, що крім ігнорування та не знання загальнонаукових термінів і понять, автор цього визначення ще не знайомий з духовною спадщиною сучасного людства і географією розповсюдження БМ. Адже в ньому зовсім не враховані ті види БМ, де ідеологічна підготовка в них побудована на основах індуїзму, мусульманства, християнства, інш.

Таким чином, на основах результатів аналізу визначення суті поняття БМ на сайті «Вікіпедія», виникають всі підстави щоб заперечувати це визначення в якості наукового поняття.

Але ще 1991р. А. Долін і Г. Попов [2] запропонували своє універсальне розуміння світових БМ під назвою «Кемпо» а також сформуvalи їх визначення у такому вигляді, а саме:

«Кемпо – це вчення, складний комплекс духовної і фізичної культури, це багатовікові традиції боротьби, що знаходяться у постійному розвитку».

«Кемпо – також і шлях з реалізації популярної на Сході концепції єдності мікрокосму людської особистості і макросму, досягнення гармонії зі світом і самим собою».

Це визначення складається з двох частин і тому представляє складності під час його розшифровки. Але спробуємо розглянути його з кількох позицій.

По-перше, сама назва «Кемпо» походить з Японії і характеризує японські види БМ. З цих причин, як складова бойового досвіду людства універсального значення не має. Зокрема, «Кемпо», як назва БМ задовольнити не здатна, адже може відбутись чергова підміна понять.

По-друге, це визначення «Кемпо» суперечить їх розумінню самих японців. Адже вони розглядають «Кемпо», як «любі систематизовані види боротьби, в яких допускається використання зброї». Але в даному випадку саме про таке розуміння «Кемпо» ані слова.

По-третє, це визначення «Кемпо» складається з двох різних частин, які поєднані між собою логікою розвитку східних філософій і релігійних вірувань, але не логікою розвитку БМ.

По-четверте, це визначення характеризує БМ з точки зору їх ідеологічної бази і аж ніяк не характеризує їх прикладного рівня.

Отже спроби сформуvalи універсальне визначення БМ під назвою «Кемпо» досить суперечливі і задовольнити не здатні, відповідно, розглядаються нами, як чергова підміна понять і мають не завершений характер.

У 2010 р. В. Коломієць запропонував робочу гіпотезу науково-теоретичної моделі визначення суті понятійного змісту козацького виду БМ «Спас» [13] у такому вигляді, а саме:

«БМ «Спас» – козацька практика виховання і підготовки для ведення індивідуального, групового і колективного рукопашного бою в будь-яких умовах і проти любого супротивника. Спрямована на виховання і підготовку досконалого воїна, здатного знищити супротивника або придушити його здатність чинити опір.»

Це визначення характеризує розуміння одного з національних видів БМ, адже йдеться про козацький вид БМ «Спас». Очевидно, що ця гіпотеза визначення БМ «Спас» не може мати універсального значення і представляти БМ на метатеоретичному рівні. Зокрема, цей варіант визначення розшифровує розуміння БМ на їх прикладному рівні. Тобто, як комплекс методів і засобів підготовки і виховання «ідеального воїна», або «досконалого

воїна». Варто зазначити, що ця гіпотеза визначення суті поняття БМ діаметрально протилежна визначенню «Кемпо». Адже визначення «Кемпо» представляє розуміння БМ з точки зору їх ідеологічної бази, а визначення БМ «Спас» с позиції їх прикладного рівня. Таким чином, визначення «Кемпо» і визначення БМ «Спас» мають не завершений характер. Можливо вважати, що на основі аналізу існуючих визначень БМ на сайтах федерації «Тхеквондо» і «Вікіпедія» нами визначено, що ці визначення БМ не відповідають науковим вимогам і тому не можуть використовуватись в якості наукових понять. Відповідно, визначення «Кемпо» і БМ «Спас» мають не завершений характер і тому не мають універсального значення.

IV Вихідні дані дослідження

Важливою умовою методики дослідження явища БМ ми розглядаємо поетапний процес використання методу попереднього теоретичного моделювання, методу порівняльного аналізу та узагальнення а також формування робочої гіпотези визначення суті понятійного змісту БМ на трьох рівнях. Зокрема, метатеоретичному і прикладному рівнях а також в узагальненому короткому і лаконічному розумінні БМ.

Таким чином, на першому етапі дослідження нами буде попередньо сформована науково-теоретична модель базових параметрів, що лежить в основі розуміння суті поняття БМ. На другому етапі буде виконана детальна розшифровка кожного з параметрів науково-теоретичної моделі і підтверджена їх наукова відповідність. На третьому етапі буде сформована робоча гіпотеза визначення суті понятійного змісту БМ на метатеоретичному, прикладному а також в узагальненому короткому і лаконічному розумінні. Відповідно на четвертому етапі буде виконано обговорення результатів дослідження, зроблено висновки і внесено пропозиції. Очевидно, що такий підхід надає можливість сформулювати науково обгрунтовану гіпотезу розуміння суті поняття БМ і запропонувати її для свого використання.

Варто зазначити, що ми розглядаємо БМ, як явище, що поєднує в собі два шляхи розвитку бойових одноборств. Зокрема, шляху з виховання і підготовки видатної пасіонарної особистості людини, а також шляху з виховання і підготовки «ідеального воїна». Що поєднує в собі мистецький рівень ведення рукопашного бою а також вміння і навички з основ військової справи.

До базових параметрів, що лежать в основі науково-теоретичної моделі розуміння сутності поняття БМ нами віднесено чотири параметри, а саме:

- 1) Цільова установка БМ;
- 2) Функціональна роль БМ для розвитку суспільства та індивідуальної особистості людини;
- 3) Розуміння БМ за своєю формою, змістом і сутністю;
- 4) Характерні риси БМ.

Такий підхід до побудови науково-теоретичної моделі БМ дозволяє враховувати найбільш важливі параметри в розумінні цього явища і на цій основі достатньо точно та аргументовано сформулювати визначення суті понятійного змісту БМ.

Але для більш точного розуміння явища БМ варто буде виконати детальну розшифровку кожного з цих параметрів та одночасно підтвердити їх наукову відповідність. Що дозволить сформулювати науково обгрунтовану гіпотезу визначення суті поняття БМ.

Розуміння суті діяльності любої системи, зокрема, явища БМ в значній мірі залежить від її цільової установки, куди ми віднесли надзавдання, головну мету і завдання. Адже на основі цих складових можливо точно визначити головне функціональне призначення і кінцевий результат діяльності БМ. З урахуванням закономірностей системного підходу, надзавдання БМ повинно точно характеризувати головне функціональне призначення і майбутній

запланований результат БМ у самому загальному, тобто метатеоретичному значенні. Відповідно, головна мета БМ повинна характеризувати ці параметри у більш вузькому, тобто прикладному значенні. В свою чергу, завдання будуть характеризувати параметри більш дрібних складових БМ. Такий підхід щодо цільової установки дозволить більш точно та аргументовано сформулювати робочу гіпотезу визначення суті поняття БМ.

При визначенні надзавдання БМ варто враховувати три фактора діяльності БМ, що мають загальнолюдське значення. Зокрема, їх спрямування на виховання і підготовку індивідуальної особистості людини, прагнення до виховання і підготовки зверхлюдини, а також прагнення до позитивного впливу окремої людини на процеси виживання і подальшого розвитку людства.

Згідно світогляду БМ, процес розвитку і вдосконалення індивідуу тісно пов'язаний з його прогресивним впливом на своє зовнішнє оточення [2]. Тому, на відміну від військової справи, головним чинником свого впливу БМ розглядає не колектив новобранців, а навпаки, індивідуальну особистість людини. Зрозуміло, що такий підхід викликає певний антагонізм між БМ і військовою справою. Але, як це не дивно, одночасно, БМ виконує функціональну роль головного інструменту з розвитку військової справи. Адже, можливо зазначити, що прагнення сучасних військових до підготовки «ідеального солдата» наближає їх до БМ. Відповідно, сучасні військові все більше і більше використовують досягнення бойового досвіду БМ в процесі підготовки збройних сил. Наприклад, виникнення у ХХ столітті різних бойових систем, зокрема «Армійських систем рукопашного бою» напруга пов'язані з БМ і походять від них.

БМ завжди прагнули до виховання «зверхлюдини», тобто, видатної пасіонарної особистості та «ідеального воїна». Характерною рисою такої людини ми розглядаємо її духовну і морально-етичну досконалість. Що в кінцевому вигляді передбачає здійснення акту «Спасительства» [8], [9] спрямованого на свідому і добровільну самопожертву власним життям заради колективних інтересів суспільства. Саме такий підхід до результатів виховного процесу БМ точно узгоджується з даними «Арійської військової доктрини», започаткованої Ю.О. Шиловим [9] і розшифровкою прихованого змісту давніх переказів, міфів, легенд, казок, пісень, а також згідно [8].

Тому не виникає ніякого сумніву, що виховання БМ видатної пасіонарної особистості припускає її значний прогресивний вплив на розвиток окремих етносів, цивілізацій і навіть всього людства. З цього приводу згадаємо славних запорожців: Д. Вишневецького, К. Гордієнка, П. Орлика, П. Джонса, Т. Шевченка, І. Сірка, П. Сагайдачного, інших, які кожен окремо і всі разом зробили свій внесок у розбудову сучасної європейської цивілізації і всього людства.

Отже, з урахуванням вищезначеного, надзавдання БМ можливо розглядати у такому вигляді, а саме:

Надзавдання БМ – виховання і підготовка «зверхлюдини», здатної позитивно впливати на процеси виживання та еволюційного розвитку і вдосконалення людства.

На наш погляд, саме така формула надзавдання БМ точно характеризує їх головне функціональне призначення, що полягає в тривалому педагогічному процесі виховання і підготовки індивідуальної особистості людини на рівні «зверхлюдини». А також точно характеризує майбутній запланований результат цього педагогічного процесу. Тобто, позитивний вплив індивідуу на процеси виживання і розвитку людського суспільства. Тому, можливо вважати, що вплив БМ зосереджений на індивідуальну особистість людини, а через неї передбачає вплив на процеси виживання, розвитку і вдосконалення людського суспільства.

Але в процесі виховання і підготовки «зверхлюдини» важливо враховувати ще одну складову, адже йдеться про «ідеального воїна». Відповідно педагогічний процес виховання

і підготовки «ідеального воїна» побудований на основі військово-фізичної підготовки [4]. Що передбачає мистецький рівень ведення рукопашного бою, а також володіння комплексом вмінь і навичок з військової справи. В підсумку, такий підхід дозволяє сформулювати воїна, здатного перемагати в будь-яких умовах любого супротивника, тобто, «ідеального воїна». Сюди можливо додати, що кінцевий результат підготовки і виховання «ідеального воїна» підпорядкований головній меті БМ і спрямований на захист духовних і морально – етичних ідеалів людства. Адже відомо, що БМ походять від жерців, згадаймо монахів Шаоліня і Даоських монахів, які духовні ідеали в процесі підготовки і виховання воїна ставили над усе.

З цих позицій, голова мета БМ може бути представленою в такому вигляді:

«Головна мета БМ – виховання і підготовка «ідеального воїна» на захист духовних і морально-етичних ідеалів людства».

Такий підхід, відносно головної мети БМ точно характеризує їх друге функціональне призначення, що пов'язане з педагогічним процесом виховання і підготовки «ідеального воїна» на основі засобів військово-фізичної підготовки. А також точно характеризує кінцевий результат цього процесу, тобто захист духовних і морально-етичних цінностей напрацьованих людством. Варто підкреслити, що визначена нами головна мета БМ зовсім не заперечує, а навпаки поглиблює і конкретизує процес виховання і підготовки «зверхлюдини», адже спирається на процеси виховання і підготовки «ідеального воїна», здатного виступити на захист духовних і морально-етичних ідеалів людства, що має значення для процесів його виживання та еволюційного розвитку.

Враховуючи визначені нами надзавдання і головну мету БМ, завдання БМ будуть характеризувати більш дрібні складові цього явища, а саме:

1. Виховання і підготовка абсолютно здорової людини;
2. Гармонічний і всебічний розвиток особистості;
3. Розвиток вмінь і навичок з ведення переможного рукопашного бою в любых умовах і проти любого супротивника;
4. Володіння на мистецькому рівні технічними і тактичними прийомами ведення рукопашного бою;
5. Розвиток вмінь і навичок з використання під час ведення рукопашного бою резервних можливостей людського організму;
6. Розвиток вмінь і навичок з лікування людини;
7. Духовне, морально-етичне і патріотичне виховання, інш.

Як видно, завдання БМ точно відповідають магістральним напрямкам педагогічного процесу започаткованим надзавданням і головною метою БМ. Можливо вважати, що визначена нами цільова установка БМ, дозволяє досить точно характеризувати їх головне функціональне призначення і кінцевий результат. А також точно представляти, що кінцевий результат БМ спрямований на підготовку і виховання індивідуальної особистості людини. Але це зовсім не означає, що БМ не мають колективних рис, адже їх окремі напрямки та етапи підготовки можуть носити масовий характер. Наприклад, оздоровчо-профілактичний та лікувальний напрямок, показово-видовищний, спортивний, військово-прикладний нараховують мільйони прихильників в усьому світі. Сюди варто додати, що на початковому етапі БМ займається навіть більша кількість людей, ніж олімпійськими видами спорту.

На сьогоднішній день, функціональна роль БМ для розвитку суспільства та індивідуальної особистості людини вивчена явно недостатньо [13] і з цих причин в сучасному суспільстві відбувається їх недооцінка. Тому, спробуємо визначити і характеризувати функціональну роль БМ з двох позицій. По-перше, визначимо функціональні показники БМ на метатеоретичному і прикладному рівнях, що дозволить досить точно визначити рівень

впливу БМ для розвитку індивідуальної особи. Адже на всіх рівнях педагогічний процес БМ спрямований на підготовку і виховання окремої людини. По-друге, окремо визначимо функціональну роль БМ для розвитку суспільства.

Очевидно, що такий підхід дозволить більш точно і послідовно характеризувати рівень впливу БМ спочатку на індивідуальну людину, а через неї на все суспільство.

Отже, на метатеоретичному рівні головне функціональне призначення БМ спрямоване на:

1. Виховання і підготовку видатної пасіонарної особистості людини.
2. Впливу цієї людини на процеси виживання та еволюційного розвитку і вдосконалення людства.
3. Виконання функції збереження і передачі наступним поколінням набутого бойового досвіду.
4. Виконання функціональної ролі найвищого рівня виховання і підготовки у сфері ведення бою.

Але на прикладному рівні функціональні показники БМ дещо відрізняються тому, що в головному спрямовані на підготовку і виховання «ідеального воїна». Відповідно, цей процес передбачає виконання слідуєчих функцій БМ, а саме:

1. Захист духовних і морально-етичних ідеалів людства.
2. Розвиток вмінь і навичок для переможного ведення рукопашного бою в любых умовах і проти любого супротивника.
3. Розвиток вмінь і навичок з використання резервних можливостей людського організму.
4. Розвиток вмінь і навичок для мистецького рівня ведення індивідуального, групового і колективного рукопашного бою без зброї, з використанням підручних засобів, холодної і вогнепальної зброї.
5. Гармонійний і всебічний фізичний розвиток.
6. Виховання абсолютно здорової і загартованої людини.
7. Всебічний інтелектуальний розвиток особистості.
8. Знання основ військової справи.

Знаючи цільову установку БМ, зокрема, її спрямованість на виховання і підготовку індивіда, можливо вважати, що всі перелічені на метатеоретичному і прикладному рівнях функціональні показники спрямовані на індивідуальну особистість. Тобто, функціональні показники власне БМ і кінцевий результат розвитку індивіду – ототожнюється. Зрозуміло, що людина з такою підготовкою і вихованням здатна бути видатною людиною – воїном, відповідно, досягти успіху в багатьох сферах суспільно-громадської діяльності і на цій основі напрацювати шляхи до подальшого виживання, розвитку і вдосконалення людства.

Тому для розвитку суспільства БМ здатні виконувати досить широке коло функцій і тому перерахуємо тільки найважливіші з них, а саме:

1. Функціональна роль інструменту для виховання зверхлюдини.
2. Позитивна участь у процесах виживання та еволюційного розвитку окремих суспільно-економічних формацій, цивілізацій і всього людства.
3. Функція збереження і передачі набутого бойового досвіду наступним поколінням.
4. Сприяння духовному і морально-етичному вдосконаленню людства.
5. Функція захисту світлич духовних ідеалів напрацьованих людством.
6. Розвитку військової справи.
7. Розвитку системи охорони здоров'я.
8. Розвитку системи освіти.
9. Розвитку системи управління і інш.

З цього переліку функціональних показників БМ видно, що в сучасному суспільстві відбувається їх недооцінка. Адже тільки БМ здатні готувати «зверхлюдину», а через неї прогресивно впливати на процеси виживання та еволюційного розвитку і вдосконалення людства. Крім того, тільки БМ зберегли втрачені знання минулих цивілізацій, а за рахунок передачі цих знань можуть прислужитись сучасному людству в процесах його подальшого виживання в умовах зовнішнього оточення. Всі ці функції підтверджують наше попереднє припущення відносно видатної ролі БМ для розвитку суспільства та індивідуальної особистості людини.

Одним з важливих факторів, що здатен пояснити явище БМ а також в значній мірі впливає на практичну діяльність цієї галузі і лежить в основі робочої гіпотези визначення суті понятійного змісту БМ ми розглядаємо їх розуміння за своєю формою, змістом і сутністю.

Отже, за своєю формою БМ повинні характеризувати головні складові своєї зовнішньої і внутрішньої структури побудови. З цих позицій, БМ можливо розглядати, як найвищий рівень педагогічного процесу виховання і підготовки у сфері ведення бою. Зокрема виховання і підготовки видатної пасіонарної особистості та «ідеального воїна», тобто, виховання і підготовки «зверхлюдини».

Але за своїм змістом БМ складаються з тих головних параметрів, які характеризують їх вплив на індивідуальну особистість людини. Сюди варто віднести програму з духовного, морально-етичного і патріотичного виховання, а також всебічної інтелектуальної і теоретичної підготовки. А також програму з військово-фізичної підготовки «ідеального воїна». Ця програма складається з методів і засобів для розвитку вмінь і навичок з використання резервних можливостей людського організму для переможного ведення рукопашного бою. Комплексу методів і засобів підготовки і виховання для мистецького рівня ведення індивідуального, групового і колективного рукопашного бою без зброї, з використанням підручних засобів, холодної і вогнепальної зброї, в любых умовах і проти любого супротивника. До них додається програма з гармонійного і всебічного фізичного розвитку а також програма з оздоровлення і загартування людини.

По своїй суті БМ повинні характеризувати кінцевий результат своєї діяльності. Тобто, захист світлих духовних і морально-етичних ідеалів людства. Прогресивний вплив БМ на процеси виживання та еволюційного розвитку і вдосконалення людства, а також збереження і передачі новим поколінням набутого бойового досвіду.

На наш погляд, такий підхід до розуміння форми, змісту і сутності БМ дозволяє розглядати це явище більш послідовно, достовірно і науково аргументовано. Зокрема, з урахуванням цих складових, можливо сформувавши робочу гіпотезу визначення БМ.

Очевидно, що БМ мають свої характерні риси, які досить переконливо відрізняють їх від всіх інших засобів військово-фізичної підготовки у сфері ведення бою. Точне знання цих особливостей дозволяє більш точно та обґрунтовано сформувавши робочу гіпотезу визначення суті поняття БМ а також характеризувати ієрархічні відносини між БМ і бойовими системами, бойовими спортивними одноборствами і спортивними одноборствами. До цих характерних особливостей БМ нами віднесено:

1. Прагнення до виховання видатної пасіонарної особистості та «ідеального воїна».
2. Високий рівень духовного, морально-етичного і патріотичного виховання.
3. Вміння використовувати під час ведення рукопашного бою резервні можливості людського організму.
4. Ведення рукопашного бою на мистецькому рівні.
5. Найвищий рівень підготовки і виховання у сфері ведення рукопашного бою.
6. Ведення рукопашного бою в любых умовах і проти любого супротивника.

7. Здатність до позитивного впливу на процеси еволюційного розвитку людства.

Варто розглянути кожну з перелічених характерних рис БМ більш детально і докладніше. Отже, візьмемо таку характерну властивість БМ, як:

1. Прагнення до виховання видатної пасіонарної особистості та «ідеального воїна».

І дійсно, не один з перерахованих видів військово-фізичної підготовки не має такої цільової установки. Адже спортивні одноборства спрямовані на підготовку спортсменів та їх перемоги на змаганнях. Приблизно таку ж мету ставлять собі і бойові спортивні одноборства, але їх технічна база набагато ширша за обсягом і вони більш наближені до БМ. Відповідно, бойові системи ставлять собі різні завдання, зокрема, армійські системи рукопашного бою сформовані для ведення короточасного рукопашного зіткнення в умовах ведення військових дій. Або поліцейські системи рукопашного бою сформовані для затримки злочинців. Тобто, між цільовою установкою БМ і цільовою установкою інших видів рукопашного бою існує значна розбіжність. Зрозуміло, що ця різниця має свій вплив на підбір засобів підготовки, манеру ведення бою і його результативність та одночасно підкреслює цю важливу рису БМ.

2. Високий рівень духовного, морально-етичного і патріотичного виховання.

Довідкова література [10] не заперечує наявність у БМ певної світоглядної основи, яка в підсумковому вигляді і характеризує процес виховання видатної пасіонарної особистості. До ідеологічної бази БМ ми відносимо засоби духовного, морально-етичного і патріотичного виховання. Варто підкреслити, що світоглядні основи БМ зберігаються і передаються наступним поколінням. Тому можливо вважати, що світоглядна основа є характерною рисою БМ, що відрізняє її від всіх існуючих засобів військово-фізичної підготовки у сфері ведення рукопашного бою.

3. Вміння використовувати під час ведення рукопашного бою резервні можливості людського організму.

Ці вміння і навички ми відносимо до однієї з найбільш характерних властивостей БМ. Адже у сфері ведення рукопашного бою саме БМ є родоначальником цього напрямку. І дійсно, згідно даних [10], в надрах китайських і японських видів БМ цей напрямок сформувався в період XV-XVII ст. н.е. В межах цього періоду існують дані щодо козацьких «характерників». Але ще раніше існують дані про «берсерків» у варягів, «вохвування» київського князя Олега, інш. Тобто, цей напрямок БМ має древнє походження і тому існують всі підстави віднести його до найбільш характерних рис БМ. Відповідно, цей напрямок спрямований на підготовку до ведення енергетичного бою, входження в стан «ідеального воїна» [10], збільшення резервних можливостей дихального апарату людини [14], використання гіпнозу, розвиток телепатичних здібностей. Можливо зазначити, що цей напрямок у сфері ведення рукопашного бою на протязі віків пройшов свою практичну апробацію, а його результати викликають повагу.

4. Ведення рукопашного бою на мистецькому рівні.

БМ можливо розглядати, як мистецтво ведення рукопашного бою. В цьому понятті можливо виділяти три важливих складових. По-перше, досконале володіння засобами ведення рукопашного бою. По-друге, ефективне і результативне використання вмінь і навичок під час ведення рукопашного бою. По-третє, переможний результат під час рукопашного зіткнення. Мається на увазі або знищення супротивника, або придушення його здатності чинити опір. Зрозуміло, що ці складові дозволяють припустити процес ведення рукопашного бою на мистецькому рівні. Мистецтво ведення рукопашного бою ми розглядаємо однією з характерних рис підготовки і виховання з БМ і тому зовсім не випадково виникла сама назва «бойові мистецтва».

5. Найвищий рівень підготовки і виховання у сфері ведення бою.

Відносно інших видів військово-фізичної підготовки у сфері ведення бою БМ можливо характеризувати як найвищий рівень підготовки воїна. Такий підхід пояснюється кількома факторами, зокрема, їх цільовою установкою, набагато ширшим арсеналом засобів підготовки і виховання, мистецьким рівнем ведення рукопашного бою та їх результативністю під час рукопашних зіткнень. Очевидно, що ці риси БМ характеризують найвищий рівень підготовки і виховання у сфері ведення бою, зокрема, їх можливо віднести до характерних властивостей БМ.

6. Ведення бою в любых умовах і проти любого супротивника.

Розуміння суті «ідеального воїна» припускає його вміння вести переможний бій в любых умовах і проти любого супротивника. В свою чергу, поняття «любих умов» передбачає розвиток вмінь і навичок для ведення переможного бою в умовах різних кліматичних і географічних зон, а також на воді, під водою, під землею, в повітрі. Відповідно, поняття «проти любого супротивника» передбачає переможне ведення бою проти любых представників людського оточення і тваринного світу [12]. Очевидно, що наявність арсеналу для розвитку цих вмінь і навичок відрізняє БМ від всіх інших видів військово-фізичної підготовки у сфері ведення рукопашного бою і тому його можливо віднести до характерних властивостей БМ.

7. Позитивний вплив на процеси еволюційного розвитку людства.

Така можливість з боку БМ закономірно пов'язана з їх цільовою установкою та їх прагненням до загальної досконалості педагогічного процесу виховання і підготовки своїх adeptів. Сюди ми відносимо педагогічний процес виховання і підготовки досконалості у духовному, морально-етичному та інтелектуальному відношенні людини. Що саме по собі припускає позитивне втручання в процеси еволюційного розвитку людства. А також педагогічний процес військово-фізичної підготовки і виховання «ідеального воїна», який на мистецькому рівні володіє прийомами переможного ведення рукопашного бою в любых умовах і проти любого супротивника. Що теж припускає можливість позитивного втручання в процеси еволюційного розвитку людства. Таким чином, властивість БМ до виховання і підготовки видатних, пасіонарних особистостей, здатних позитивно впливати на процеси еволюційного розвитку людства сумнівам не підлягає та одночасно характеризує ще одну рису БМ. Адже не один з видів військово-фізичної підготовки у сфері ведення рукопашного бою такої цільової установки не має і тому не здатен виконувати таку функціональну роль.

Отже, на основі методу теоретичного моделювання нами було сформовано науково-теоретичну модель базових параметрів, що можуть лежати в основі розуміння явища БМ. Для цього, з урахуванням закономірностей системного підходу, нами було вибрано чотири базових параметри, зокрема, цільова установка БМ, функціональна роль БМ для розвитку суспільства та індивідуальної особистості людини, розуміння БМ за своєю формою, змістом і сутністю, а також характерні риси БМ, які дозволяють науково обґрунтовано характеризувати явище БМ. Додатково було виконано детальне висвітлення кожного з параметрів та їх складових а також підтверджено їх наукову відповідність. В підсумковому вигляді такий підхід дозволяє досить точно та аргументовано розглядати явище БМ, зокрема, дозволяє сформулювати робочу гіпотезу визначення суті понятійного змісту БМ.

V Результати дослідження

Для того, щоб сформулювати робочу гіпотезу визначення суті понятійного змісту БМ варто спиратись не тільки на базові параметри, що лежать в основі попередньо сформованої науково-теоретичної моделі явища БМ та які ми розглянули в попередній главі дослідження. Але і враховувати завдання дослідження, що передбачали процес формування робочої гіпотези визначення суті поняття БМ на трьох рівнях. Зокрема, на метатеоретичному і прикладному рівнях а також у завершальному, тобто, у короткому і

лаконічному розумінні явища БМ. На наше переконання, такий спосіб розшифровки БМ дозволить більш точно та обґрунтовано розглядати це складне і суперечливе явище.

Отже, запропонована нами на метатеоретичному рівні робоча гіпотеза визначення суті поняття БМ повинна у найбільш узагальненому вигляді характеризувати надзавдання БМ, де визначено головне функціональне призначення і кінцевий результат діяльності БМ, їх розуміння за своєю формою, змістом і сутністю і найбільш характерні риси БМ. В підсумковому вигляді, на метатеоретичному рівні робоча гіпотеза визначення суті понятійного змісту БМ нам представляється такою, а саме:

«БМ – древня практика педагогічного процесу виховання і підготовки видатної пасіонарної особистості. Що включає в себе програму духовного і морально-етичного виховання, а також всебічної інтелектуальної і теоретичної підготовки. Сюди додається програма розвитку вмінь і навичок з використання резервних можливостей людського організму. З метою прогресивного впливу індивідуальної особистості на процеси виживання та еволюційного розвитку і вдосконалення людства».

Як видно, в цьому варіанті визначення викладені найбільш важливі складові БМ, що враховують їх надзавдання, яке характеризує головне функціональне призначення і кінцевий результат діяльності БМ. А також враховано розуміння БМ за своєю формою, змістом і сутністю. Таким чином, запропоноване визначення характеризує БМ, як педагогічний процес спрямований на виховання духовних і морально-етичних чеснот особистості, її всебічної інтелектуальної і теоретичної підготовки. Тобто, це визначення БМ характеризує процес виховання і підготовки «зверхлюдини», здатної позитивно впливати на еволюційні процеси розвитку людства. Це дає підстави запропонувати робочу гіпотезу визначення суті поняття БМ на метатеоретичному рівні на розгляд науковців з подальшим затвердженням його в якості наукового поняття.

Але на прикладному рівні визначення суті поняття БМ відрізняється від попереднього. Адже буде характеризувати процес військово-фізичної підготовки і виховання «ідеального воїна». Де необхідним буде враховувати цільову установку підготовки «ідеального воїна», його розуміння за своєю формою, змістом і сутністю а також характерні риси цього процесу. Тому на прикладному рівні явище БМ можливо розглядати у такому вигляді, а саме:

«БМ – комплекс методів і засобів військово-фізичної підготовки і виховання «ідеального воїна». Що складається з програми основ військової справи а також методів і засобів з розвитку вмінь і навичок для мистецького рівня ведення індивідуального, групового і колективного рукопашного бою без зброї, з використанням підручних засобів, холодної і вогнепальної зброї. Сюди додаються вміння і навички з переможного ведення рукопашного бою в любых умовах і проти любого супротивника. З метою захисту духовних і морально-етичних ідеалів людства.»

На відміну від попереднього, це визначення характеризує процес військово-фізичної підготовки і виховання «ідеального воїна», головне функціональне призначення якого – захист духовних і морально-етичних ідеалів людства. Зокрема, в цьому визначенні врахована цільова установка «ідеального воїна», його розуміння за своєю формою, змістом і сутністю, а також його характерні риси. Варто зазначити, що цей варіант робочої гіпотези визначення БМ зовсім не заперечує, а лише доповнює і деталізує попереднє та одночасно дозволяє розглядати явище БМ у більш широкому аспекті. Цей варіант робочої гіпотези визначення суті понятійного змісту БМ пропонується на розгляд науковців, а в разі його затвердження пропонується для свого використання в якості наукового поняття. Робоча гіпотеза визначення суті понятійного змісту БМ в узагальненому короткому і лаконічному розумінні має підсумковий характер і тому повинна враховувати найбільш важливі складові

визначення БМ на метатеоретичному і прикладних рівнях. С цих позицій нами пропонується наступне визначення суті поняття БМ, а саме:

«БМ – древня практика педагогічного процесу виховання і підготовки «зверхлюдини». Що включає в себе програму виховання і підготовки видатної пасіонарної особистості та «ідеального воїна». З метою прогресивного впливу індивідуальної особистості на процеси виживання та еволюційного розвитку і вдосконалення людства».

На наш погляд, така формула визначення суті понятійного змісту БМ має підсумковий і завершальний вигляд. Адже поєднує в собі розуміння БМ на метатеоретичному і прикладному рівнях. Відповідно, здатне представляти розуміння суті поняття БМ в середовищі науковців і фахівців цієї сфери. А в разі його затвердження пропонується для свого використання в якості наукового поняття.

Отже, наш підхід відносно розділу поняття БМ на два рівні, зокрема на метатеоретичний і прикладний рівні знаходить своє підтвердження у Д.Дрегера [4], [5], який розділяв і відокремлював поняття БМ двома категоріями «Будо» і «Будзюцу». Причому перші характеризуються, як більш широке поняття. Тому наш розділ розуміння БМ на метатеоретичний і прикладний рівні а також узагальнене розуміння цілком узгоджується з науковими підходами. На цій основі можливо вважати, що наша спроба розділити поняття БМ на складові науково підтверджується і має право на своє існування.

Варто зазначити, що сам по собі метод теоретичного моделювання досить точний, але не відноситься до прямих методів наукового доказу. З цих причин, запропоновані нами варіанти визначень БМ вимагають свого додаткового підтвердження і перевірки.

VI Обговорення результатів дослідження

В результаті дослідження було визначено цільову установку БМ, функціональну роль для розвитку суспільства та індивідуальної особистості, розуміння БМ за своєю формою, змістом і сутністю а також їх характерні риси. Відповідно, на основі методу теоретичного моделювання була виконана спроба сформулювати три варіанти робочих гіпотез визначення суті понятійного змісту БМ. Зокрема, на метатеоретичному і прикладному рівнях а також узагальнююче визначення в короткому і лаконічному розумінні БМ. Підтверджено наукове обґрунтування цих визначень, що дає підстави запропонувати ці робочі гіпотези визначень в якості наукових понять.

Але супутні результати досліджень дозволили визначити і характеризувати чотири головних фактори, що підтверджують видатну роль БМ для сучасної цивілізації. По-перше, БМ виконують функціональну роль інструменту з виховання і підготовки «зверхлюдини». Тобто, видатної пасіонарної особистості та «ідеального воїна». По-друге, БМ здатні виконувати функцію перехідного містка між знаннями минулих цивілізацій і сучасним людством. Адже багато знань минулих цивілізацій безповоротно втрачено і лише БМ зберегли їх. По-третє, БМ здатні виконувати функцію захисту духовних і морально-етичних ідеалів людства. По-четверте, БМ здатні впливати на процеси подальшого виживання та еволюційного розвитку і вдосконалення людства. І дійсно, функціональні можливості «зверхлюдини» дозволяють сподіватись на виконання цієї функціональної ролі.

Таким чином, у сучасному суспільстві відбувається недооцінка БМ, але визначені нами функціональні можливості БМ спростовують такі підходи з боку громадськості і підтверджують їх видатну роль для сучасної цивілізації. Зокрема, спростовують цілу мережу помилкових уявлень щодо розуміння явища БМ та які отримали досить широке розповсюдження в колі громадськості і навіть фахівців цієї сфери.

Варто враховувати, що сам по собі метод теоретичного моделювання досить точний, але не відноситься до прямих методів наукового доказу. З цих причин, запропоновані робочі

гіпотези визначень БМ вимагають своїх додаткових підтверджень і практичної апробації, що припускає аргументовані зміни і доповнення. Але також варто враховувати, що навколо розуміння БМ вже сформувалась ціла плутанина щодо ключових понять та яка здатна впливати на достовірність результатів наукових досліджень. Як приклад, можливо привести результати попереднього аналізу визначень БМ на сайті федерації «Тхеквондо» де БМ ототожнюється із «системами одноборств» і самозахисту, або емпіричні і валюнтаристські розуміння БМ надані «Вікіпедією». Сюди додаються помилкові намагання віднести БМ до «мистецтва рукопашного бою», інш. Що підтверджує складну і запутану ситуацію навколо БМ та одночасно вимагає серйозних наукових досліджень цієї галузі людської діяльності.

Зрозуміло, що в обмежених рамках наукової статті не можливо розглянути весь комплекс наукових проблем стосовно явища БМ. Тому ця тематика ще чекає своїх дослідників. Але той факт, що БМ здатні відігравати видатну роль в процесах розвитку і вдосконалення людства сумнівів не викликає.

VII Висновки і пропозиції

На основі даних результатів дослідження можливо зробити наступні висновки і внести пропозиції, а саме.

Висновки:

1. В результаті дослідження було визначено:

- а) цільову установку БМ;
- в) функціональну роль БМ для розвитку суспільства та індивідуальної особистості людини;
- с) розуміння БМ за своєю формою, змістом і сутністю;
- д) характерні риси БМ.

2. Сформовано три варіанти робочих гіпотез визначення суті понятійного змісту БМ, зокрема:

- а) на метатеоретичному рівні;
- в) на прикладному рівні;
- с) в узагальненому короткому і лаконічному розумінні.

3. Визначено, що БМ спрямовані на виховання і підготовку видатної пасіонарної особистості та «ідеального воїна».

4. Визначено, що БМ здатні виконувати функцію передачі втрачених знань минулих цивілізацій сучасному людству.

5. Визначено, що БМ здатні впливати на процеси виживання та еволюційного розвитку і вдосконалення людства.

6. Визначено, що БМ виконують функцію захисту духовних і морально-етичних ідеалів людства.

Пропозиції:

1. Для свого використання в якості наукового поняття пропонується сформоване нами визначення БМ на метатеоретичному рівні.

2. Для свого використання в якості наукового поняття пропонується сформоване нами визначення БМ на прикладному рівні.

3. Для свого використання в якості наукового поняття пропонується сформоване нами узагальнене визначення БМ в короткому і лаконічному розумінні.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бака М.М., Корж В.П. – «Фізичне і військово-патріотичне виховання молоді», - Київ. Науково-видавниче агентство «Книга пам'яті України», - 2004 р., 464 с.
2. Долин А.А., Попов Г.В. – «Кемпо – традиция воинских искусств», - Москва. Издательско - полиграфическая фирма «Аис – Принт», Асоциация «Новый стиль», 1991 г., 406 с.
3. Гумилев Л.П. – «Древняя Русь и Великая Степь», - АСП – Москва. 2008 г., 656 с.
4. Дрегер Д.Ф. – «Классическое Будзюцу. Боевые искусства и боевые пути Японии», - пер. с англ. С.Ю. Гупало – М. Франс – Пресс, 2000 г.
5. Дрегер Д.Ф. – «Современные Будзюцу и Будо», М. – «Фаир», 1999 г.
6. Матвеев Л.П. – «Основы общей теории спорта и системы підготовки спортсменов», - Киев. «Олимпийская література», 1999 г., 331 с.
7. Лепский М.А. – «Энциклопедия рукопашного боя», - Научно – популярное издание, Киев: МП Леєя», - 2003 г., 540 с.
8. Шилов Ю.О. – «Ноосфера і Спас», - Київ: «Аратта». 2013 – 46 с., іл.
9. Притула О.Л., Шилов Ю.О. – «Світогляд в Українському рукопаші «Спас», «Акцент», Запоріжжя, 2013 р., 124 с.
10. Тарас А.Є. – «Боевые и спортивные Единоборства», Справочник, Минск, «Харвест», 2003 г., 634 с.
11. Пашник С.Д. – «Бойовий дух воїна», Запоріжжя, Руське Православне Коло, 2013 р., 36 с.
12. Збірник наукових праць. Випуск 1. «Основи теорії військової справи та бойових мистецтв», Київ – Запоріжжя, 2003 р., 56 с.
13. Вісник Запорізького національного університету «Фізичне виховання та спорт», №2 (4), Запоріжжя, 2010 р., 195 с.
14. «Адаптаційні можливості дітей та молоді». – III Науково-практична міжнародна конференція (Матеріали конференції). Одеса, 2000 р., 130 с.

УДК:796.85:351.862.21;355.426(477)

НАЦІОНАЛЬНІ УКРАЇНСЬКІ БОЙОВІ МИСТЕЦТВА, ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ ДО ДІЙ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

Шаповалов Б. Б.

Віце-президент Міжнародної федерації Спас, Президент Міжнародної федерації поліцейського хортингу, доктор філософії, академік Української технологічної академії

Стаття присвячена національним бойовим мистецтвам як засобу формування готовності до протидії правопорушникам в екстремальних ситуаціях. Актуальність дослідження обумовлена змінами в суспільно-політичному житті країни та важливістю забезпечення виживання людини в екстремальних умовах. Матеріал дослідження створює базу для визначення форм і методів формування готовності до дій в екстремальних умовах.

Ключові слова: екстремальна ситуація, формування готовності, національні українські бойові мистецтва, готовність, формування.

НАЦИОНАЛЬНЫЕ УКРАИНСКИЕ БОЕВЫЕ ИСКУССТВА КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ К ДЕЙСТВИЯМ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ

Статья посвящена национальным украинским боевым искусствам как средству готовности к противодействию правонарушителям в экстремальных ситуациях. Актуальность исследований обусловлена изменениями в общественно-политической жизни страны и важностью обеспечения выживания человека в экстремальных условиях. Материал исследования создает базу для дальнейших исследований, направленных на определение форм и методов формирования готовности к действиям в экстремальных условиях.

Ключевые слова: экстремальные ситуации, формирование готовности, национальные украинские боевые искусства, готовность, формирование.

NATIONAL UKRAINIAN MARTIAL ARTS AS A MEANS OF FORMATION OF READINESS FOR ACTIVITY IN EXTREME SITUATIONS

The article is dedicated to the National Ukrainian martial arts as a means of formation readiness for activity in extreme situations. The research is relevant due to changes in social-politic life in the country and importance of guarantee of surviving in extreme situations. The results of the research can be used as a base for the study of forms and methods of formation readiness for activity in extreme situations.

Key words: extreme situations, formation of readiness, national Ukrainian martial arts, readiness, formation.

Актуальність. Бойове мистецтво будь-якого народу є частиною його культури та засобом забезпечення виживання як окремих осіб так і населення певних країн в цілому. Українські національні бойові мистецтва мають багаторічну історію та відігравали значну роль в історії держави. Із здобуттям Україною незалежності національні єдиноборства, як спортивні, так і прикладні вийшли на новий етап свого розвитку. Однак виклики сучасності, які постали перед нашою країною потребують переосмислення ролі та значення в сучасному житті та пошуку шляхів їх ефективного застосування в різних сферах життя, зокрема в підготовці підростаючого покоління до дій в екстремальних ситуаціях.

Метою статті є дослідження національних українських бойових мистецтв як засобу формування готовності старшокласників до дій в екстремальних умовах.

Національні українські бойові мистецтва почали відроджуватися на початку 90-х років минулого століття. Стали масово відкриватися секції та клуби, проводилися фестивалі, конкурси, змагання. Одним з найперших масових заходів став Фестиваль козацьких традиційних та бойових мистецтв, який проводився у Запоріжжі та згодом став традиційним. З'являються наукові дослідження з даної тематики. Серед фундаментальних творів слід виділити роботи Е. Єрмоєнко, М. Зубалія, В. Івашковського, О. Остапенка, (хортинг), В. Пилата (бойовий гопак), О. Притули (спас), З. Дегтяренко, Ю. Радченка, І. Рогози, М. Хасанова (поліцейський хортинг).

Незважаючи на серйозну кількість науково-практичних конференцій, семінарів, круглих столів, фестивалів, при проведенні яких основна увага приділялась історії, техніці національних українських бойових мистецтв, а також їх ролі у військово-патріотичному вихованні молоді, багато питань залишилися недослідженими. Серед них – одне з найважливіших – роль та значення зазначених бойових мистецтв у підготовці українців, особливо підростаючого покоління до дій в екстремальних умовах. Питання є нагальним та складним.

Нагальним це питання є тому, що в останні роки екстремальні ситуації перестали бути чимось надзвичайним в усіх країнах світу. Розробка нових технологій з одного боку полегшує життя людини, а з іншого є причиною збільшення техногенних катастроф, транспортних аварій тощо. Природа не витримує навантажень, які пропонує їй людина і відповідає природними катаклізмами: ураганами, снігопадами, повенями, зсувами, землетрусами. Невпинно збільшується кількість екстремальних ситуацій соціального характеру, більшість яких є небезпечними для життя та (або) здоров'я людини або цілих груп населення. Останні події в нашій країні ще більше висвітлили необхідність нових

підходів до формування готовності до дій в екстремальних ситуаціях не тільки військових, правоохоронців, пожежних, рятувальників, але й всіх категорій громадян.

Складним це питання є хоча б тому, що на сьогодні, не зважаючи на прискорений розвиток психологічної науки, немає єдиного розуміння екстремальних ситуацій. Так, на думку М.М. Козяра, екстремальні ситуації – це ситуації, які для людини незвичайні, фізично і психологічно важкі, а часто пов'язані з ризиком для життя і вимагають від неї неймовірно великого напруження внутрішніх сил, емоційно-вольової стійкості та оптимального використання особистих можливостей для досягнення успіху безпеки [5, с. 8].

Окрім того, екстремальні ситуації розглядаються також як:

несприятливі для життєдіяльності умови, що вимагають мобілізації прихованих можливостей організму;

об'єктивно складні умови діяльності, які сприймаються й оцінюються як напружені чи небезпечні;

несприятливий, складний стан умов життєдіяльності людини, що набув для окремої особи або групи осіб особливої значущості;

нестандартні, нештатні, загрожуючі, аварійні або катастрофічні [1, с. 71].

Так, на думку М.М. Козяра, екстремальні ситуації – це ситуації, які для людини незвичайні, фізично і психологічно важкі, а часто пов'язані з ризиком для життя і вимагають від неї неймовірно великого напруження внутрішніх сил, емоційно-вольової стійкості та оптимального використання особистих можливостей для досягнення успіху безпеки [4, с. 8].

Окрім того, екстремальні ситуації розглядаються також як:

несприятливі для життєдіяльності умови, що вимагають мобілізації прихованих можливостей організму;

об'єктивно складні умови діяльності, які сприймаються й оцінюються як напружені чи небезпечні;

несприятливий, складний стан умов життєдіяльності людини, що набув для окремої особи або групи осіб особливої значущості;

нестандартні, нештатні, загрожуючі, аварійні або катастрофічні [6, с. 71].

Для ефективної діяльності у зазначених умовах не в останню чергу необхідно мати резерви організму людини та мотивацію їх використання. Національні українські бойові мистецтва створюють необхідні умови для розвитку як одного так і іншого. Серед широкого спектру українських бойових мистецтв найбільшої уваги, на нашу думку, заслуговують спас, хортинг та поліцейський хортинг.

Аналіз джерел інтернету дозволяє стверджувати, що національний вид бойового мистецтва під назвою “Спас” сформований на базі козацького бойового мистецтва “Спас”. Сьогодення спасу у великій мірі зобов'язано діяльності ентузіастів на чолі з О.Л. Притулою. В рамках цього бойового мистецтва розпрацьовано кілька напрямків, зокрема, **прикладний, спортивний, показовий та оздоровчо-лікувальний.**

Прикладний напрямок передбачає ведення короткочасного (протягом 1-2 сек.) індивідуального, групового і колективного рукопашного бою з використанням різних видів зброї в тому числі холодної та вогнепальної.

Спортивний напрямок представляє собою поєднання різновидів змагальної діяльності у сфері ведення індивідуального рукопашного бою, де під час поєдинку спортсмени використовують ударну техніку руками і ногами, кидкову техніку а також силову боротьбу,

больові і задушливі прийоми. Змагання відбуваються згідно визначеними правилами, що пройшли свою практичну апробацію на численних змаганнях протязі 8 років. Для підготовки та участі у змаганнях відбувається постійний і цілорічний навчально-тренувальний процес, на базі затвердженої навчальної програми. В рамках спортивного напрямку розпрацьовано показовий та оздоровчо-лікувальний напрямки, що в подальшому можуть стати окремими спортивними дисциплінами, зокрема показовий напрямок.

Створення групою ентузіастів на чолі Е.А. Єрьоменко національного виду спорту України – **хортинг** - стало визначною подією в українському спорті. За короткий період часу були розроблені правила проведення та суддівства змагань, методичні рекомендації, надані пропозиції щодо спортивної класифікації. В різних регіонах країни були проведені навчально-тренувальні семінари з хортингу, регулярно проводяться чемпіонати України з хортингу, міжнародні змагання. Науковці розглядають хортинг не лише як спортивне єдиноборство, але як сучасну дитячо-юнацьку оздоровчу систему [1, с. 44], засіб військово-патріотичного виховання [2, с. 10 – 19; 3, с. 20 – 26], систему вдосконалення особистості, філософію і спосіб життя [5, с. 75 – 81].

Важливим є те, що хортинг створено учасниками бойових дій в Афганістані х використанням бойового досвіду виживання в небезпечних, критичних ситуаціях.

У 2015 році оформилось в цілісну систему принципово нове прикладне українське національне бойове мистецтво – поліцейський хортинг. 30 березня цього року в установленому законом порядку було зареєстровано Федерацію поліцейського хортингу України та Міжнародну федерацію поліцейського хортингу.

Поліцейський хортинг є національним прикладним видом спорту, в якому акумульовано бойові традиції українського народу та напрацювання в галузі національного бойового мистецтва «хортинг». Поліцейський хортинг являє собою систему окремих розділів спортивних єдиноборств, притаманних лише цьому виду спорту, що надає йому характеру яскравої індивідуальності та неповторності.

Поліцейський хортинг створений з урахуванням потреб правоохоронної діяльності та є важливою складовою військово-патріотичного виховання молоді і засобом формування готовності людини до поведінки в екстремальних ситуаціях шляхом залучення правоохоронців та інших груп населення до тренувальної та змагальної діяльності. Завданнями поліцейського хортингу є пропаганда здорового способу життя, розвиток фізичних, морально-вольових, інтелектуальних здібностей, технічна, тактична та психологічна підготовка працівників міліції (поліції) та інших правоохоронних органів.

Правила змагань з поліцейського хортингу розроблені на основі досвіду проведення змагань з різних видів єдиноборств, аналізу правоохоронної діяльності та розраховані на спортсменів різного віку і статі. У правилах вписані загальні положення та детально регламентовано проведення змагань з п'яти розділів поліцейського хортингу: техніка самозахисту; поліцейський самозахист; показові виступи без зброї; показові виступи зі зброєю; поліцейська боротьба.

Розділ «**Техніка самозахисту**» (англійською мовою – Self-defense Technick) - це командні змагання серед спортивних пар, зміст яких полягає у виявленні спортсменів, технічна підготовка яких є найбільш якісною. Техніка має бути позбавленою складних рухів та дозволяти спортсмену поставити агресивну поведінку нападника під контроль. Для участі в змаганнях пари обираються саме тому, що більшість практичних завдань виконуються парними нарядами поліції. Напарники повинні відчувати один одного, працювати як єдине ціле, чому сприяють командні виступи на змаганнях з поліцейського хортингу.

В розділі «**Поліцейський самозахист**» (англійською мовою – Police Self-Defense), оцінюється ефективність реагування на раптовий напад. Спортсмен, дії якого оцінюється не знає, яким саме чином буде здійснено на нього напад (завдання відомо лише особі, яка буде

такий напад імітувати). Перед початком нападу спортсмени стоять спиною один до одного на визначеній відстані і повертаються один до одного обличчям за командою рефері «прийом». Звісно, якість техніки самозахисту буде нижчою, ніж при демонстрації відбиття задалегідь обговореного нападу, але такі дії є більш реалістичними.

На відміну від розділу «Техніка самозахисту», де перемога здобувається простими та практичними рухами, в розділі «*Показові виступи без зброї*» (англійською мовою – Self-defense Demonstration) найбільш високі оцінки отримують спортсмени, які демонструють амплітудні технічні дії самозахисту. Цей розділ є найбільш сприятливим для занять наймолодших вікових груп. Подальше спортивне вдосконалення спортсменів може йти у двох напрямках: перший - подальше ускладнення техніки і виступ в даному розділі, або навпаки, спрощення – і виступи в перших двох розділах. Окрім того, можна, застосовуючи спеціальні засоби і зброю, освоювати розділ «*Показові виступи зі зброєю*».

В розділі «*Показові виступи зі зброєю*» (англійською мовою - Weapons), перемога присуджується за майстерне володіння спеціальними засобами, макетами зброї, а саме: палицею, тонфою, пістолетом, помповою рушницею (без виконання пострілів).

Розділ «*Поліцейська боротьба*» (англійською мовою – Police Wrestling) створений в результаті аналізу різноманітних видів спортивних єдиноборств та бойових мистецтв. Основою поліцейської боротьби є техніка хортингу, збагачена модифікованими елементами різних видів бойових мистецтв та спортивних єдиноборств: боротьби самбо, бойового самбо, дзюдо, джиу-джитсу, рукопашного бою, бойового спасу, кікбоксінгу тощо. В першу чергу це кидкова техніка, техніка затримання та конвоювання, удари руками та ногами. Специфікою цього розділу є те, що чиста перемога присуджується не лише за вдало проведені удари, кидки, больові прийоми. Її здобуде також спортсмен, який підняв опонента з партеру у стійку, утримуючи його в контрольованому положенні (положенні конвоювання).

Таким чином можна стверджувати, що порівняно короткий період часу в Україні створено низку бойових мистецтв, які є дієвим засобом формування готовності особи до дій в екстремальних ситуаціях. Проводяться змагання, наукові, науково-практичні конференції, семінари, фестивалі, майстер-класи тощо.

З метою збільшення ролі національних бойових мистецтв в процесі формування готовності особи до дій в екстремальних ситуаціях, на нашу думку, необхідно:

1. Розробити комплексну програму розвитку національних українських бойових мистецтв.
2. Створити координаційний комітет з розвитку національних українських бойових мистецтв.
3. Налагодити координацію федерацій, які розвивають національні українські бойові мистецтва.
4. Продовжити наукові дослідження національних українських бойових мистецтв з позицій різних наук: теорія і методика фізичної культури і спорту, психології, філософії, біології, педагогіки, тактики і стратегії, юридичних наук тощо.
5. Федераціям, які розвивають національні українські бойові мистецтва встановити робочі стосунки з МО України, МВС України, іншими правоохоронними відомствами з метою впровадження методик підготовки військових та правоохоронців в практику діяльності силових структур.

ЛІТЕРАТУРА

1. Белан В. Хортинг – історія становлення та розвитку національного виду спорту України / Владислав Белан // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць. Вип. 1. – К. : Паливода А. В., 2014. – С. 44 – 52

2. Єрмоєнко Е.А. Військово-патріотична програма та прикладний хортинг / Едуард Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць. Вип.1. – К : Поливода А.В., 2014. – С. 10 – 19
3. Зелений В. Військово-патріотичне виховання учнів 10-11 класів засобами хортингу / Василь Зелений // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць. Вип.1. – К : Поливода А.В., 2014. – С. 20 – 26
4. Козяр М.М. Професійна підготовка до діяльності в екстремальних умовах : навч. посіб / М.М. Козяр. – Львів: ЛДУ БЖД, 2009. – 220 с.
5. Кукушкін К. Хортинг як система вдосконалення особистості, як філософія і спосіб життя / Костянтин Кукушкін // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць. Вип.1. – К : Поливода А.В., 2014. – С. 75 – 81
6. Шаповалов Б.Б. Психологічні основи екстремальних ситуацій у діяльності працівників практичних ОВС /Борис Шаповалов, Вадим Бабенко // Вісник Академії управління МВС. – 2009. – № 1. – С. 69 – 81

ВНЕЗАПНАЯ СМЕРТЬ В СПОРТЕ: ПРИЧИНЫ, МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ (ОБЗОР ЛИТЕРАТУРЫ)

Михалюк Е.Л.

Запорожский государственный медицинский университет

Завідуючий кафедрою, професор д.м.н.

В статье приведен литературный обзор случаев внезапной смерти в спорте, причины и меры профилактики. Проведен анализ более 40 литературных источников. Определены факторы риска, предрасполагающие виды спорта и половая характеристика внезапной смерти.

Ключевые слова: внезапная смерть в спорте, спортивное сердце, сотрясение сердца, гипертрофия миокарда, травмы, профилактика.

РАПТОВА СМЕРТЬ У СПОРТИ: ПРИЧИНИ, ЗАХОДИ ПРОФІЛАКТИКИ (ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ)

В даній статті приведений літературний огляд випадків раптової смерті в спорті, причини та профілактичні заходи. Проведений аналіз більш ніж 40 літературних джерел. Визначені фактори ризиків, супутні види спорту та статева характеристика раптової смерті.

Ключові слова: раптова смерть у спорті, спортивне серце, струсок серця, гіпертрофія міокарда, травми, профілактика.

SUDDEN DEATH OF ATHLETES: REASONS AND PREVENTION (REVIEW OF LITERATURE)

The review of literature about cases of sudden death of athletes, its reasons and prevention is given in the article. The analysis of more than 40 literary sources is represented. Risk factors, predisposing kinds of sport and sexual characteristic of sudden death are defined.

Key words: sudden death of athletes, athletes' heart syndrome, commotion cordis, cardiac hypertrophy, trauma, prevention.

Спортсмены относятся к группе повышенного риска по внезапной смерти, частота которой во многом превышает показатели внезапной смерти в популяции [11,23,42].

Внезапная смерть молодого и очевидно здорового человека становится настоящей трагедией для общества и семьи, особенно если это происходит со спортсменами, которые всегда были символом здоровья и силы. Известно, что занятия физическими упражнениями оказывают положительное влияние на аэробную мощность организма человека, укрепляют

мышцы, увеличивают подвижность тела. Несмотря на то, что существует ряд исследований, в которых предполагается положительный эффект физических нагрузок на состояние сердца, все-таки до сих пор не существует доказательств того, что физические нагрузки могут предотвратить заболевания сердца или продлить жизнь [33].

Проблема внезапной смерти при физических нагрузках по своему возрасту древнее христианства, – ей две с половиной тысячи лет. Впервые внезапная смерть (ВС) во время физической нагрузки была зафиксирована еще в 490 году до нашей эры, когда молодой греческий солдат Фидипид умер сразу после преодоления бегом расстояния от Марафона до Афин (42 км 195 м), чтобы сообщить о победе греков над персами.

В последнее десятилетие частота ВС в спорте в большинстве стран выросла, кроме того, “помолодел” возраст скончавшихся спортсменов.

Сегодня под внезапной смертью в спорте понимают смерть, наступившую непосредственно во время нагрузок, а также в течение 24-х часов с момента появления первых симптомов, заставивших атлета изменить или прекратить спортивную деятельность. Это определение было впервые предложено P.L.Fridman с соавт. в 1973 г., и в дальнейшем принято в разных странах. Е.А.Гаврилова [3] считает, что правильнее внезапную смерть в спорте считать как неожиданную, скоропостижную смерть без предшествующих явных признаков болезни при исключении всех причинных факторов кроме спортивной деятельности.

Особую остроту эта проблема приобрела в 2005 году, когда в один сезон прямо на поле умерло три игрока: игрок сборной Венгрии (Миклош Фехер), полузащитник сборной Камеруна (Марк Вивьен Фоз), словенский голкипер (Неждад Ботоньич) [3].

Согласно D.Corrado с соавт.[23] частота ВС у спортсменов составляет 2,6 у мужчин и 1,1 у женщин на 100000 спортсменов в год, что в 2,4 раза выше, чем в популяции. А по данным проспективного исследования, проведенного во Франции, эта цифра оказалась значительно выше – 6,5 на 100000 [24]. Анализ 1866 случаев ВС юных спортсменов США с 1980 по 2006 год [36] показал, что с 1980 по 1993 год было зарегистрировано 576 случаев ВС, а с 1994 по 2006 год – уже 1290 случаев, то есть на 123 % выше с высокой степенью достоверности различий. Авторы данного исследования приходят к выводу, что ежегодно число случаев ВС в спорте в США увеличивается на 6 %. При этом национальный регистр ВС молодых спортсменов США регистрирует до 115 случаев ВС в год. То есть, каждые три дня в США внезапно умирает молодой спортсмен, вовлеченный в организованный спорт.

Внезапная смерть чаще всего встречается среди спортсменов, занимающихся видами спорта, требующими или продолжительной выносливости, например, марафонский бег или внезапных переходов от отдыха к физической перенапряжению, или же такой физической активности, которая вызывает повышенное давление внутри грудной клетки. Например, большой теннис может рассматриваться как вид спорта, требующий внезапных переходов от отдыха к сильным нагрузкам [6].

Одной из основных причин ВС у лиц молодого возраста, не имеющих органических и структурных заболеваний сердца, являются такие биологические факторы как каналопатии – первичные электрические заболевания сердца, к которым в настоящее время относят: синдром удлиненного QT, синдром Бругада, полиморфные катехоламинергические желудочковые тахикардии, синдром короткого QT, аритмогенную дисплазию (кардиомиопатию) правого желудочка [10,17]. Ишемическая болезнь сердца, как главная причина ВС, выявляется в несколько старшем возрасте: у мужчин после 40 лет, у женщин – после 50 лет [12].

В практике клинической медицины известно более 200 факторов риска развития сердечно-сосудистых заболеваний (ССЗ). Факторы риска ССЗ у спортсменов практически те же самые, что и у людей, не занимающихся большим спортом: наследственные заболевания, вредные привычки (курение и алкоголь), нарушение липидного обмена, избыточная масса

тела, повышенное артериальное давление. Важной причиной развития хронического физического перенапряжения сердца (ХФПС) служит наследственная отягощенность по вегетососудистой дистонии, вегетативная дисфункция. Генетический фактор является определяющим среди внутренних факторов развития кардиомиопатии у спортсменов, что выражается в детерминации типа кровообращения. Между частотой гиперкинетического типа кровообращения и кардиомиопатией выявлена достоверная корреляционная зависимость у молодых спортсменов, организм которых подвергался физическим перегрузкам [7].

Согласно статистическим данным, треть спортсменов является курящими. Анонимный опрос, проведенный среди спортсменов высокого класса, показал, что активными курильщиками среди них являются 31 % мужчин и 18 % женщин; 52 % мужчин и 33 % женщин курят эпизодически. У курящих спортсменов показатель ЖЕЛ на 15 % ниже, чем у спортсменов, которые не являются курящими, что при длительной физической нагрузке приводит к снижению максимальной вентиляции легких.

Наблюдаются изменения и в ЦНС. В частности, миастения (частые жалобы на неприятные ощущения в мышцах и симптомы перетренированности) отмечается у 46 % спортсменов, не говоря уже о психических отклонениях: “трудный характер”, частое возникновение таких явлений, как головная боль, слабость, раздражительность, повышенная утомляемость. Многие люди остаются в плену мифов и заблуждений, считая, что сигареты помогают расслабиться после тяжелых физических нагрузок. Никотину достаточно всего 7 секунд после затяжки, чтобы проникнуть в головной мозг и вызвать выброс дофамина – гормона удовольствия. Однако действие гормонального выброса быстро закончится, и потребуются новая затяжка. Проблема в том, что никотин – наркотик, разрушающий естественный процесс выработки дофамина. Так сигареты наносят вред и психическому здоровью, поскольку никотиновой зависимости может сопутствовать более высокий риск появления психических проблем – например, депрессии. Таким образом, все спортсмены должны избегать курения. Мало того, что курение является фактором риска болезни коронарных артерий, оно также вызывает увеличение свободных жирных кислот в сыворотке крови и увеличивает продукцию катехоламинов, которые могут вызвать аритмии, особенно непосредственно после тренировки. В настоящее время разрабатывается предложение о включении никотина в список запрещенных препаратов для спортсменов [15].

Алкоголь, оказывая вредное действие на организм, в значительной мере снижает эффективность тренировочных занятий и уровень физической подготовленности спортсмена. По данным зарубежной литературы, снижение скоростных показателей на 20 % отмечено у конькобежцев и пловцов, выпивших 1 л пива в течение дня; у гребцов, выпивших 100 г водки, спортивные результаты ухудшились на 20-30 %. Известно, что алкоголь снижает скорость двигательной реакции. Так, у футболистов после выпитой кружки пива скорость сложной двигательной реакции снижалась в среднем на 12-16 %, точность реакции на движущийся объект – на 17-21 %, точность мышечных усилий – на 14-19 %. В ходе исследования, проведенного украинскими специалистами в 25 городах Украины, было определено, что из 65 велосипедистов-шоссейников, среди которых около 80 % высокого класса, 30 % – употребляют алкоголь систематически 1-2 раза в неделю, в эквиваленте 1-2 л. пива с содержанием алкоголя от 5 %. Отсюда следует, что такие профессиональные заболевания атлетов как печеночно-болевого синдром или гастрит могут быть спровоцированными употреблением алкоголя, а не спецификой занятий велосипедным спортом.

Проведенный социологический опрос 16-ти летних школьников-спортсменов г. Санкт-Петербурга, показал, что 10,7 % респондентов употребляли или употребляют наркотики, в том числе марихуану – 7,1 %, по 1,8 % – синтетические наркотики (экстази) и амфетамины и “белый китаец”. Основной способ употребления – курение. За легализацию легких

наркотиков высказались 21,5 % юных спортсменов, и только 44,6 % – ответили на вопрос отрицательно.

Кроме наследственности и вредных привычек, фактором риска ССЗ у спортсменов является нарушение липидного обмена. Установлено, что влияние физических нагрузок на липидный обмен зависит от специфики тренировочного процесса, его интенсивности и объема выполняемой работы. Причиной атерогенных сдвигов могут стать силовые нагрузки. Неблагоприятное влияние на липидный обмен, проявляющееся в повышенном уровне триацилглицеридов, отмечается при тренировках циклическими видами спорта на выносливость. Выявлена достоверная положительная корреляция между содержанием холестерина в сыворотке крови и объемом тренировок почти всех зон интенсивности (пульс до 200 ударов в 1 мин.), что указывает на усугубление нарушений липидного обмена с возрастанием нагрузок у высококвалифицированных спортсменов.

Фактором риска развития ССЗ у спортсменов, также как и у лиц, не занимающихся спортом, является повышенное артериальное давление. При обследовании у 75-83 % спортсменов обнаруживаются гипертонические кризы, сопровождающиеся изменением мелких и крупных сосудов. В частности, к нарушению регуляции АД у боксеров приводят удары в голову, особенно состояния грогги, нокаута и нокадауна; у футболистов приемы мяча головой, при которых в головном мозге могут появляться мелкие точечные деструктивные изменения. У спортсменов в основном встречается I стадия гипертонической болезни, реже II стадия. Повышение АД чаще отмечается у спортсменов, тренирующих ловкость и силу (26,7 %); синдром артериальной гипертензии в 10 % случаев наблюдается у спортсменов, развивающих выносливость. Наиболее подвержены синдрому АГ штангисты; у гимнастов же, напротив, артериальная гипертензия встречается редко. В значительном числе спортивных дисциплин, процент лиц с повышенным АД выше, чем у людей, активно не занимающихся спортом. В целом же, у спортсменов, средний уровень АД на 20 % ниже, чем в популяции.

Реально существующая система медицинского контроля спортсменов позволяет только с большей или меньшей степенью надежности исключить возможность допуска к занятиям спортом лиц с патологией ССС. Стандартного скринингового обследования недостаточно для распознавания этих заболеваний, приводящих к смерти. Отсутствует четкая схема, позволяющая заподозрить у спортсмена наличие той или иной патологии и прогнозировать состояние его здоровья с учетом напряженной мышечной деятельности. Возрастает число случаев, когда врач под давлением различных факторов идет на определенные компромиссы при допуске к занятиям спортом. В подавляющем большинстве врачебно-физкультурных диспансеров недостаточная диагностическая база. Отсутствуют унифицированные комплексы обследования спортсменов после перенесенных заболеваний. Каждое последующее поколение спортсменов имеет все большее количество эндогенных факторов риска в виде патологической наследственной предрасположенности, малых аномалий развития, функциональной неполноценности соединительной ткани, последствий перенесенных заболеваний и травм, которые протекают у спортсменов на фоне отсутствия жалоб и нетипичной клинической картины.

На сегодняшний день наиболее опасным видом спорта с точки зрения ВС является футбол. На этот вид спорта приходится 30 % всех случаев ВС в США, 33,3 % – в Испании, 40 % – в Италии. На втором месте по частоте случаев ВС в спорте стоит баскетбол, на третьем – велогонки, на четвертом – контактные виды спорта. Футбол является видом спорта, требующим достаточной выносливости, что приводит к развитию гипертрофии миокарда. Кроме того, футбол – один из самых эмоциональных и агрессивных видов спорта, что является определенным аритмогенным фоном. Баскетбол стоит на втором месте по частоте случаев ВС не случайно. Отбор в этот вид спорта проводится с учетом высокорослости, длинных конечностей, что приводит к сосредоточению в баскетболе лиц с “марфаноподобным” типом. Отсюда и высокая сердечная смертность. Велогонки – один из

самых тяжелых в плане выносливости видов спорта и именно в этом виде спорта чаще всего встречается гипертрофия миокарда. Контактные виды спорта связаны с таким механизмом ВС как commotio cordis (сотрясение сердца) – фибрилляция желудочков после удара в область сердца.

Анализ ВС среди спортсменов с 1995 по 2001 год, проведенный М.Р.Суарес-Мьер в Испании [43], показал, что 97 % умерших спортсменов оказались лицами мужского пола. По данным немецких авторов при анализе ВС с 1972 по 2001 годы эта цифра составила 95 % [21]. А по данным американского регистра – 91 % [36]. Таким образом, от 91 до 97 % внезапно умерших спортсменов – это мужчины.

Анализ 1435 случаев ВС в Америке показал, что 93 % всех причин ВС составляет сердечная смертность. Из них 20 % связано с commotio cordis – фибрилляция желудочков после удара тупым предметом в область сердца (мячом, конечностью в контактных видах спорта и др.).

Высокая внезапная сердечная смерть спортсменов не случайна. У спортсменов значительно чаще, чем у лиц, не занимающихся спортом, встречается патология на электрокардиограмме [39], нарушения ритма сердца (НРС) [5,13,39], нарушение сократительной способности и морфологии миокарда [27,39]. Есть данные о том, что чем выше стаж занятий спортом, тем вероятнее возможность кардиальной патологии у спортсменов [13,28].

По данным Э.В.Земцовского [5] из 1293 обследованных им спортсменов у 42,2 % имелись НРС. Наиболее распространенными НРС многие авторы считают выраженную брадикардию, экстрасистолию, атриовентрикулярные и синоатриальные блокады, полифокусный водитель ритма. Экстрасистолия, по данным многих авторов [1,5,8,18] отмечается в пределах 7,5-11 %. В то же время у лиц, не занимающихся спортом, процент экстрасистолий составляет лишь 2,7 % [5].

При тяжелых, а порой с клинических позиций несовместимых с жизнью метаболических изменениях спортсмены часто не предъявляют никаких жалоб, демонстрируют высокую работоспособность и спортивные результаты. Нередко секционными находками у умерших спортсменов являются признаки некроза, которые сочетались с очагами заместительного фиброза миокарда без каких-либо клинических признаков при жизни [2]. В большинстве случаев у внезапно умерших спортсменов диагноз патологии сердца не был поставлен при жизни [32].

В то же время после прекращения занятиями спортом у спортсменов нередко отмечается уменьшение и даже исчезновение ряда клинических проявлений патологии миокарда: обратное развитие гипертрофии миокарда, нормализация ритма и проводимости сердца, гемодинамических показателей и процессов реполяризации на ЭКГ [5,20,35].

Таким образом, наиболее частой причиной внезапной смерти в спорте является гипертрофическая кардиомиопатия (ГКМП). Следует отметить, ГКМП у спортсменов по В.Д.Марон [36] – это гипертрофия миокарда с толщиной стенок левого желудочка более 13 мм, симметричная, без нарушения путей оттока, с возможностью обратного развития после прекращения занятиями спортом. То есть, этим термином сегодня в ряде школ США и Европы именуют не только ГКМП в ее традиционном понимании (наследственное заболевание, характеризующееся утолщением в основном межжелудочковой перегородки), но и симметричную гипертрофию миокарда, возникшую в процессе занятий спортом.

Следует подробнее остановиться на проблеме гипертрофии миокарда (ГМ) у спортсменов. Мнение о том, что гипертрофия миокарда есть признак тренированного сердца, на сегодняшний день опровергнуто многочисленными научными исследованиями. До появления ультразвуковых методов исследования сердца, гипертрофия миокарда ставилась спортсменам по амплитудным характеристикам ЭКГ, которые, как теперь известно, отражают дилатацию левого желудочка у спортсменов, а не гипертрофию. Использование

ультразвукового метода исследования сердца у спортсменов поставило под сомнение существование, так называемой, физиологической спортивной ГМ, на что впервые указал H.Perrault [41].

V.J.Maron [36] сообщает, что ГМ в общей популяции встречается всего в 0,2 % случаев, то есть в 10 раз реже, чем у спортсменов. Но даже в этом случае, можно говорить о том, что выраженная ГМ достаточно редкое явление для спортсменов и вовсе не является признаком тренированности.

В то же время, как было показано выше, удельный вес ГМ в структуре внезапной смерти спортсменов составляет уже 44 % [36]. Таким образом, ГМ свыше 12-13 мм у умерших спортсменов встречается в 22 раза чаще, чем у живых спортсменов! Это служит неоспоримым доказательством того, что ГМ является несомненной причиной внезапной смерти спортсменов. При этом, у спортсменов женского пола ГМ свыше 13 мм вообще не встречается. По-видимому, это служит объяснением того факта, что 91-97 % умерших внезапно спортсменов – это мужчины [21,36,43].

В 2002 году совместными усилиями НИИ спорта Италии (Рим) и Центра гипертрофической кардиомиопатии США (Миннеаполис) были разработаны нормы эхокардиографических параметров для спортсменов:

- у мужчин толщина миокарда не должна превышать 13 мм, конечный диастолический размер левого желудочка – не более 65 мм;
- у женщин – 11 мм и 60 мм;
- у подростков 15-17 лет мужского пола – 12 мм и 60 мм;
- у подростков 15-17 лет женского пола – 11 мм и 55 мм.

Все, что укладывается в данные величины и не сопровождается клиническими признаками патологии миокарда, большинство авторов рассматривает как вариант спортивного сердца и именует “athlete’s heart” [27].

Как следует из этих норм, спортсменам свойственна не столько ГМ левого желудочка, сколько его дилатация, которая во многом превышает популяционные параметры. Именно дилатация левого желудочка определяет сердечный выброс, который обеспечивает объем кровотока и работоспособность спортсмена.

Поскольку ГМ у спортсменов явление довольно редкое, должны быть причины ее развития помимо занятий спортом. В частности на сегодняшний день доказана генетическая предрасположенность.

G.Hart [31] рассматривает гипертрофию миокарда как реакцию на стресс.

Резюмируя полученные данные можно отметить, что гипертрофия миокарда у спортсменов есть следствие и, в тоже время, доказательство неполноценности адаптационных механизмов кардиомиоцитов к предъявляемым повышенным требованиям условий спортивной деятельности. Гипертрофия является если не самостоятельной патологией, то, по крайней мере, – условием для развития нарушений морфологии и функций миокарда.

На втором месте по частоте среди кардиальных причин ВС в спорте стоят коронарные причины [21,22,29,35]. К 40 годам коронарные причины составляют более 80 % всех причин ВС в спорте. В последние годы значительное внимание уделяется коронарному атеросклерозу у спортсменов. Сегодня считается доказанным тот факт, что высокие и чрезмерные, а также анаэробные физические нагрузки не только не изменяют липидный обмен спортсменов в положительную сторону, но и могут стать причиной атерогенных сдвигов [14,19,26,34,38]. В частности S. Mohlenkamp [38] обследовал 108 мужчин-марафонцев, регулярно тренирующихся, и 424 мужчины, не занимающихся спортом, того же возраста. По данным спиральной компьютерной томографии у спортсменов коронарный

атеросклероз был выявлен в 36,2 случаев против 22,2 % в контрольной группе с высокой степенью достоверности различий.

На третьем месте среди кардиальных причин ВС в спорте стоят миокардиты. G.Friman [30] полагает, что у спортсменов миокардиты встречаются гораздо чаще, чем диагностируются, особенно у спортсменов, имеющих очаги хронической инфекции. Золотой стандарт в диагностике миокардита у спортсмена – эндомиокардиальная биопсия [25]. При подтверждении у спортсмена диагноза миокардит – требуется его отстранение от спортивной деятельности на 6 месяцев до регрессии всех клинических и морфологических проявлений, включая дилатацию и гипертрофию сердца. Только после этого решается вопрос о возобновлении занятиями спортом.

На четвертом месте стоит такая причина как “диагноз не установлен”. Даже при наличии у спортсменов на секции ГМ более 14-15 мм, диагноз зачастую не выносится.

Что касается пролапса митрального клапана (4 %), то особое внимание он должен привлекать при наличии в анамнезе синкопальных состояний, внезапной смерти у родственников, сложных над- и желудочковых аритмий, удлинении интервала QT, а также тяжелой митральной регургитации.

В настоящее время в мире предложено несколько протоколов для профилактики ВС в спорте (американский, европейский и итальянский).

Рекомендации группы экспертов American Heart Association “12 шагов” для предупреждения ВС у спортсменов (2007) включают в себя сбор анамнеза, в том числе семейного, и физикальное исследование:

1. Боли в груди/дискомфорт на нагрузке;
2. Внезапные обмороки/предобмороки;
3. Головокружения на фоне нагрузки;
4. Шумы сердца;
5. Высокое АД (>140/90 более, чем при одном измерении).
6. Внезапная смерть родственников до 50 лет;
7. Близкие родственники до 50 лет, страдающие кардиоваскулярными заболеваниями;
8. Наличие у родственников КМП, синдрома удлинённого интервала QT, синдрома Марфана, аритмогенной дисплазии правого желудочка (АДПЖ) и др. заболеваний с риском опасных аритмий или поражения артерий сердца.
9. Пульс на бедренных артериях;
10. Проявление синдрома Марфана;
11. Измерение АД (в положении сидя).

Однако профилактика усложняется тем, что 80% умерших спортсменов не предъявляли жалоб накануне смерти и не имели семейного анамнеза высокого риска ВС.

Резюмируя представленные данные, касающиеся причин внезапной смерти, особенно юных спортсменов, следует сказать, что они четко определены и сводятся преимущественно к врожденным кардиомиопатиям, врожденным аномалиям коронарных артерий и миокардитам. Иными словами, внезапная сердечная смерть однозначно ассоциируется с органическим субстратом. Физические нагрузки выступают в роли провоцирующего фактора, но у здоровых людей не могут привести к значимому патологическому процессу в миокарде, ограничиваясь развитием функциональной гипертрофии. Представления об

остром перенапряжении спортивного сердца, стрессорной кардиомиопатии, дистрофии сердца и т.д. уходят в прошлое [16].

Европейский протокол кардиологического обследования молодых спортсменов включает помимо сбора анамнеза и физикального исследования также проведение электрокардиографии с последующим дополнительным кардиологическим обследованием в случае выявления на ЭКГ патологии. По результатам дополнительного обследования выносят заключение о годности спортсмена.

Итальянский протокол [40] включает также проведение эхокардиографии. Введение этого протокола в 1980 году привело к резкому снижению ВС спортсменов в Италии с 4,0 до 0,5 на 100000, в результате чего смертность спортсменов стала даже ниже, чем в популяции, которая за эти годы не изменилась и осталась на уровне 1980 года 1,0 на 100000 человек.

Следует отметить, что прерывание тренировок рекомендовано при:

значимой синусовой брадикардии (менее 40 ударов в минуту) и/или синусовых паузах более 3 секунд, сопровождающихся клинической симптоматикой;

✓ тяжелых нарушениях ритма сердца.

После прерывания тренировок спортсмены направляются на дообследование. При отсутствии органической патологии им рекомендуются нагрузки динамического и статического характера низкой и умеренной интенсивности по J.Mitchell et al.[37], кроме травматичных и сопровождающихся высоким риском видов спорта, а именно: боулинг, крикет, гольф, стрельба, настольный теннис, большой теннис, волейбол/софтбол, гимнастика, карате/дзюдо, лучной спорт, спринт.

Среди причин ВС травмы также занимают особое место [9]. Чаще всего смерть наступает по причине тяжелых травм следующих частей тела: головы, шеи, груди, брюшной полости.

Так черепно-мозговые травмы весьма распространены в видах спорта, где часто встречаются столкновения. Они могут быть диффузными или очаговыми. Диффузные: легкие – нет потери сознания и периода амнезии, средние – есть определенная потеря сознания и тяжелые – аксональные повреждения, потеря сознания больше 6 часов с остаточными неврологическими и психологическими нарушениями. Очаговые – это внутричерепные гематомы (ушиб мозга, внутримозговые экстрадуральные /субдуральные гематомы), которые диагностируются по компьютерной томограмме головы.

Внечерепные травмы распространены в контактных видах спорта и во время соревнований, проходящих на высокой скорости (футбол, горные лыжи и др.). Хотя и низкая, но существует вероятность нарушения дыхательных путей и повреждения лица. Травмы включают переломы лицевого скелета, лицевые размозжения и зубные травмы. Капы и шлемы могут предотвратить такие травмы. Возможны переломы как нижней, так и верхней челюсти (скуловая кость и глазницы).

Травмы груди несут непосредственную угрозу жизни: обструкция дыхательных путей, напряженный/открытый пневмоторакс, массивный гемоторакс, “болтающаяся” грудная клетка (при переломах грудины или ребер) и тампонада сердца. Потенциально опасными для жизни являются миокардиальный ушиб (commotio cordis), легочной ушиб, разрушение аорты/дыхательных путей/пищевода и большая грыжа. По данным американской организации Consumer Product Safety Commission, с 1973 по 1995 г. вследствие попадания бейсбольного мяча в грудь в США отмечено 38 случаев ВС. Погибшими были преимущественно дети 5-15 лет без ранее отмечаемых болезней сердца. Описаны случаи ВС от удара в область сердца кулаком при единоборствах, попадании шайбы и при других обстоятельствах. Commotio cordis является причиной ВС у юных спортсменов до 3 % случаев [36].

Брюшные травмы – обычно это тупые травмы живота, которые сочетаются в комплексе со многими другими травмами. Для диагностики могут быть необходимы компьютерная томография брюшной полости и промывание брюшной полости.

Существует возможность проследить связь между ВС и приемом допинга, уже упоминавшихся, алкоголя, никотина, неизвестных лекарственных средств и их передозировка. Также рекомендуется избегать перегрева организма. Поскольку высокая температура увеличивает ЧСС и может вызвать аритмию, то следует избегать горячих ванн и душа сразу после тренировок. Следует избегать высокоинтенсивных нагрузок при высокой температуре окружающей среды, так как потеря жидкости и микроэлементов (Na, K) могут сыграть роковую роль. В соревнованиях на выносливость, таких как марафон, потери жидкости и электролитов должны восполняться спортсменами в максимально возможной степени. Несмотря на то, что “питательные пункты” на дистанции доступны на соревнованиях по марафонскому бегу, не все атлеты используют их в должной мере [9].

Таким образом, осуществление комплексной оценки структурно-функционального состояния сердечно-сосудистой системы в динамике позволяет выявлять факторы риска у спортсменов, знание и учет которых способен обеспечить оптимизацию профилактики сердечно-сосудистых заболеваний и снижение кардиоваскулярного риска. Профилактика ВС включает в себя не только медицинские методы, но и педагогические. В первую очередь, это относится к первичной профилактике вредных привычек и нарушений антидопинговых правил, исключение которых позволит существенно минимизировать риск развития ВС.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бутченко Л.А. Реабилитация спортсменов с экстрасистолическими аритмиями сердца / Л.А.Бутченко, Р.Г. Сукиасьян // Вестник спортивной медицины России. - 1999. –Т.24. -№3. –С.13.
2. Валанчюте А.Л. Внезапная смерть молодых спортсменов: данные посмертной коронарографии / А.Л.Валанчюте, В.В.Лясаускайте //Архив патологии. -1994. –Т.26. -№2. –С.42-44.
3. Гаврилова Е.А. Внезапная смерть в спорте / Е.А.Гаврилова // Межд. научн-практ.конф. государств-участников СНГ по проблемам ФК и спорта: доклады пленарных заседаний. –Минск, 2010. –С.91-96.
4. Земцовский Э.В. Спортивная кардиология / Э.В.Земцовский. –СПб.: Гиппократ, 1995. -448 с.
5. Земцовский Э.В. Нарушения ритма у спортсменов: методические рекомендации /Э.В.Земцовский –М., 1990. -33 с.
6. Кару Т. Повреждения и заболевания при нерациональных занятиях спортом /Т.Кару //Азбука физкультурника. –Тарту, 1976. –С.153-160.
7. Корнеева И.Т. Факторы риска развития хронического физического перенапряжения сердца у спортсменов / И.Т.Корнеева, С.Д.Поляков //Теория и практика физической культуры. -2001. -№11. –С.50-52.
8. Крыжановский С.А. Ночные нарушения ритма сердца у спортсменов высших градаций и пути фармакологической коррекции / С.А.Крыжановский, А.С.Лосев, М.Б.Вититнова // Вестник спортивной медицины России. -1999. –Т.24. -№3. –С.35.
9. Криворученко Е.В. Внезапная смерть в спорте / Е.В.Криворученко, О.В.Красницкая // Физическое воспитание студентов. -2011. -№1. –С. 81-84.
10. Кучеренко О.Д. Современные подходы к диагностике и лечению каналопатий / О.Д.Кучеренко //Експериментальна і клінічна медицина. -2009. -№1. –С.111-115.

11. Макарова Г.А. Проблема риска внезапной смерти при занятиях физической культурой и спортом (обзор литературы) / Г.А.Макарова // Вестник спортивной медицины России. -1992. -№1. –С.18-22.
12. Мазур Н.А. Факторы риска внезапной кардиальной смерти у больных молодого возраста и меры по профилактике /Н.А.Мазур //Русский медицинский журнал. - 2003. –Т.11. -№19. –С.1077-1082.
13. Меерсон И.С. О диагностике предпатологических состояний и патологических изменений сердечно-сосудистой системы у спортсменов / И.С.Меерсон // Актуальные проблемы спортивной медицины, лечебной физкультуры и физической терапии. Тезисы докл.научно-практ.конф. –СПб., 1999. –С.31.
14. Нкамуа Т.А. Динамика гемодинамических и биохимических характеристик спортсменов высоких достижений в условиях субмаксимальной физической нагрузки /Т.А.Нкамуа. Автореферат дисс.канд.мед.наук. –СПб, 2007. -18 с.
15. Новгородская Т. Курение спортсменов приравнивают к допингу? / Т.Новгородская . – Газета “Наш Мир”. -27 сентября 2010 г.
16. Носков С.М. Кардиомиопатии и внезапная сердечная смерть у молодых спортсменов / С.М.Носков, В.А.Маргазин // Лечебная физкультура и спортивная медицина. -2010. -№4 (76). –С.18-25.
17. Резван В.В. Внезапная сердечная смерть у военнослужащих, проходящих службу по контракту: этиология, факторы риска, прогнозирование, профилактика / В.В. Резван. Автореферат дисс. ...докт.мед.наук. –М.: ГИУВ МО РФ, 2010. -49 с.
18. Сандул С.К. Изменения некоторых электрокардиографических показателей / С.К.Сандул // Вестник спортивной медицины России. -1997. –Т.15. -№2. –С.51.
19. Шеренков А.О.Холестериновый обмен спортсменов и особенности адаптации аппарата кровообращения к условиям спортивной деятельности при дислипидемиях / А.О.Шеренков / Автореф. дисс.канд.мед.наук. –СПб, 2008. –20 с.
20. Basavarajaiah S. Physiological left ventricular hypertrophy or hypertrophic cardiomyopathy in an elite adolescent athlete: role of detraining in resolving the clinical dilemma / S.Basavarajaiah, M.Wilson, S.Junagde et al. // Br. J. Sports. Med. -2006. -V.40. -№8. –P.727-729.
21. Bux R. Vorzeichen und Ursachen des plötzlichen Todes im Zusammenhang mit sportlicher Betätigung / R.Bux, M.Parzeller, C.Raschka C. et al. //Dtsch. Med. Wochenschr. -2004. – V.129. -№18. –S.997-1001.
22. Byard R.W. Childhood sporting deaths / R.W.Byard, R.A.James, J.D.Gilbert // Am. J. Forensic. Med.Pathol. -2002. –V.23. -№4. –P.364-367.
23. Corrado D. Trends in sudden cardiovascular death in young competitive athletes after implementation of a preparticipation screening / D.Corrado, C.Basso, A.Pavei et al. // JAMA. -2006. –V.296. -№13. –P.1593-1601.
24. Chevalier L. Sudden unexpected death in young athletes: reconsidering “hypertrophic cardiomyopathy” / L.Chevalier //Eur. J. Cardiovasc. Prev. Rehabil. -2009. -№3. –P.23.
25. Chimenti C. Myocarditis: when to suspect and how to diagnose it in athletes / C.Chimenti, M.Pieroni, A.Frustaci // J. Cardiovasc. Med. -2006. –V.7. -№4. –P.301-306.
26. Chizynski K. Czy hiperurykemia jest czynnikiem ryzyka chorob układu krążenia? / K.Chizynski, M.Rozycka // Wiad. Lek. -2006. –V.59. -№5-6. –P.364-367.

27. D'Andrea A. Prognostic value of intra-left ventricular electromechanical asynchrony in patients with mild hyper-trophic cardiomyopathy compared with power athletes / A.D'Andrea, P.Caso, S. Cuomo et al. // Br. J. Sports. Med. - 2006. -V.40. -№ 3. -P.244-250.
28. Doumbia A.S. Coeur du sportif: etude echocardiographique cas-temoins portant sur des sportifs senegalais / A.S.Doumbia, T.A.Diallo, A.Kane et al. // Dakar. Med. -2003. -V.48. -№2. -P.92-94.
29. Fornes P. Pathology of sudden death during recreational sports activity: an autopsy study of 31 cases / P.Fornes, D.Lekomte // Am. J. Forensic.Med.Pathol. -2003. -V.24. -№1. -P.9-16.
30. Friman G. Special feature for the Olympics: effects of exercise on the immune system: infections and exercise in high-performance athletes / G. Friman, L.Wesslen // Immunol. Cell.Biol. -2000. -V.78. -№5. -P.510-522.
31. Hart G. Exercise-induced cardiac hypertrophy: a substrate for sudden death in athletes? / G.Hart // Exp. Physiol. -2003. -V.88. -№5. -P.639-644.
32. Kenny A. Sudden cardiac death in athletes / A.Kenny, L.M.Shapiro // Br. Med. Bull. - 1992. -V.48(3). -№7. -P.534-545.
33. Keren G. Внезапная смерть и физическое перенапряжение / G. Keren, Y. Shoenfeld // Зарубежные научные исследования. Вып. 10. -М., 1983. -С.3-8, 9-11.
34. Margeli A. Dramatic elevations of interleukin-6 and acute-phase reactants in athletes participating in the ultradistance foot race spartathlon: severe systemic inflammation and lipid and lipoprotein changes in protracted exercise / Margeli A., Skenderi K., Tsironi M. et al. // J.Clin. Endocrinol. Mefab. - 2005. -V.90. -№7. -P.3914-3918.
35. Maron B.J. Relationship of race to sudden cardiac death in competitive athletes with hypertrophic cardiomyopathy / B.J.Maron, K.P.Carney, H.M.Lever et al. // J. Am. Coll. Cardiol. -2003. -V.41. -№ 6. -P. 974-980.
36. Maron B.J. Sudden deaths in young competitive athletes: analysis of 1866 deaths in the United States, 1980-2006 / B.J.Maron, J.J.Doerer, T.S.Haas // Circulation. -2009. -V.8. -№3. -P.1085-1092.
37. Mitchell J. Classification of sports / J. Mitchell, W.L.Haskell, H.B.Raven // J. Am. Coll. Cardiol. -1994. -№24. -P.864-866.
38. Mohlenkamp S. Advanced-age marathon runners have a reduced Framingham risk score but their extent of coronary atherosclerosis is underestimated / S.Mohlenkamp // Ex.Card. Reh. -2006. -№11. -P.138-142.
39. Moustaghfir A. Coeur du sportif: modifications electriques et echocardiographiques au repos. Etude de 75 sportifs et de 45 temoins / A.Moustaghfir, A.Hda, A.Benyass et al. // Ann. Cardiol Angeiol. -2002. -V.51. -№ 4. -P.188-192.
40. Pelliccia A. Absence of left ventricular wall thickening in athletes engaged in intense power training / A.Pelliccia, A.Spataro, G. Castelli et al. // Am. J. Cardiol. -1994. -V.72 (14). -№11. -P.1048-1054.
41. Perrault H. Exercise-induced cardiac hypertrophy. Fact or fallacy? / H.Perrault, R.A.Turcotte // Sports. Med. -1994. -V.17. -№5. -P.288-308.
42. Rowland T. Sudden unexpected death in young athletes: reconsidering "hypertrophic cardiomyopathy" / T.Rowland // Pediatrics. -2009. -V.123(4).-P.1217-1222.

43. Suarez-Mier M.P. Causas de muerte subita asociada al deporte en Espana / M.P.Suarez-Mier, B.Aguilera // Rev. Esp. Cardiol. -2002. -V.55. -№4. -P.347-358.

УДК 355.48 «1794/1914»

БОЙОВЕ МИСТЕЦТВО ЧОРНОМОРСЬКИХ І КУБАНСЬКИХ КОЗАКІВ-ПІХОТИНЦІВ

Задунайський В.В.

Український католицький університет (УКУ)

Професор, доктор історичних наук

В Чорноморському й Кубанському козацьких військах за звичаєм запорожців існувала чисельна козацька піхота. Перебування на Кубані призвело до зміни пріоритетів військової діяльності чорноморської піхоти. Головну увагу було спрямовано на несення прикордонної служби вздовж правого берега річки Кубань, що обумовило її значну чисельність. Нові реалії військової діяльності призвели до зміни холодної зброї. Спис було замінено на багнет. Важливу роль у забезпеченні «кордонної лінії» відіграли й козаки-пластуни. Після утворення Кубанського козацького війська відбулись зміни у структурі піхоти, в її озброєнні та бойовому використанні. Все це обумовило й зміни як вишколу, так і змісту військово-прикладного бойового мистецтва. Зміст цього мистецтва було зафіксовано в кінці XIX – на початку XX ст., і він виявлявся у володінні холодною зброєю.

Ключові слова: Чорноморське козацтво, Кубанське козацтво, піхота, пластуни, холодна зброя, бойове мистецтво.

БОЕВОЕ ИСКУССТВО ЧЕРНОМОРСКИХ И КУБАНСКИХ КАЗАКОВ- ПЕХОТИНЦЕВ

В Черноморском и Кубанском казачьих войсках по обычаю запорожцев существовала многочисленная казацкая пехота. Пребывание на Кубани привело к изменению приоритетов военной деятельности черноморской пехоты. Главное внимание было направлено на несение пограничной службы вдоль правого берега реки Кубань, что обусловило ее значительную численность. Новые реалии военной деятельности привели к изменению холодного оружия. Копье было заменено на штык. Важную роль в обеспечении «пограничной линии» сыграли и казаки-пластуны. После образования Кубанского казачьего войска произошли изменения в структуре пехоты, в ее вооружении и боевом использовании. Все это обусловило и изменения как подготовки, так и содержания военно-прикладного боевого искусства. Содержание этого искусства было зафиксировано в конце XIX - начале XX в. Основой данного искусства стало владение холодным оружием.

Ключевые слова: Черноморское казачество, Кубанское казачество, пехота, пластуны, холодное оружие, боевое искусство.

MARTIAL ARTS BLACK SEA AND KUBAN COSSACK INFANTRY

The infantry is always present in the Ukrainian Cossack units. Such approach will continue after moving to the North Caucasus. In the early nineteenth century Number of Number of Cossack cavalry infantry equal. Military Service in the North Caucasus has led to a change in the priorities of fighting infantry. The main focus was on the protection of the borders along the right bank of the Kuban River. Such circumstances have led to a further increase in the Cossack infantry battalions. The new realities of military activities led to a change knives. The spear was replaced with a bayonet. An important role in the "border line", and played hide and scouts. After the formation of the Kuban Cossacks have been new changes in the structure of the infantry, in her arms and military use. All this led to changes and as a military application preparation and content of the martial art. The content of this art was recorded in the late XIX - early XX century. The basis of the Cossack martial art was the art of fencing with a bayonet.

Keywords: Black Sea Cossacks, Kuban Cossacks, infantry, plastuni, edged weapons, martial arts.

В історії українських козацьких формувань окреме місце займають Чорноморське і Кубанське козацькі війська, в яких упродовж XIX – початку XX століть зберігались і розвивались надбання запорожців. До того ж, згадані формування були одними з найбільших козацьких утворень відповідної доби. При цьому, Чорноморське козацьке

військо є прямим спадкоємцем Запорозької Січі та Гетьманщини, яке в 1792-1794 рр. переселилось на правий берег р. Кубань, а в 1860 р. на його основі було створено Кубанське козацьке військо [1, с. 367, 395]. Це формування проіснувало до 1920 р., а останні служиві кубанські козаки дожили до кінця ХХ ст.

Серед чорноморських, а згодом кубанських козаків значна частина перебувала в піхотних формуваннях, що вирізнялись специфічними військово-прикладними навичками, які за сприятливих обставин набули ознак самобутнього бойового мистецтва – індивідуального мистецтва володіння зброєю. При цьому, між чорноморською та кубанською піхотою поряд із спільними рисами були й певні відмінності, що стали наслідком змін у військовій системі відповідних козацьких формувань. Огляд цих тенденцій є доволі цікавим, бо дозволить краще зрозуміти зміст, причини й наслідки трансформації військово-козацького середовища на Кубані впродовж ХІХ – початку ХХ ст., що сприятиме подальшому розвитку відповідної галузі історичної науки.

Отже, комплексний аналіз розвитку піхотних козацьких формувань Чорноморського і Кубанського козацтва та визначення відповідних тенденцій у їх військово-прикладному бойовому мистецтві є досить ваговою науковою проблемою, яка досі залишається недостатньо дослідженою в історіографії.

Серед вчених, що заклали основи «козакознавства» Кубані першорядну роль відіграв Ф.Щербина, який підготував перший узагальнений огляд історії Чорноморського і Кубанського козацьких військ [2]. За таких пріоритетів він не заглиблювався в царину бойового вишколу й відповідного мистецтва козаків.

Досить вагомими є й праці І.Попка [3], П.Короленка [4], Я.Кухаренка та А.Туренка [5] присвячені історії Чорноморського козацтва. Слушно звернути увагу й на те, що ці автори були генералами й офіцерами Чорноморського й Кубанського козацьких військ, а тому їх матеріали мають і ознаки своєрідного джерела.

Щодо сучасних дослідників військової системи чорноморських і кубанських козаків, то тут відзначу узагальнюючу працю А.Авраменка, Б.Фролова та В.Чумаченка «Козацьке військо на Кубані» [1], в якій здійснено спробу подати комплексний огляд історії Чорноморського й Кубанського козацьких військ з урахуванням останніх досягнень історичної науки. Поряд із цим, Б.Фролов та О.Матвеев проаналізували розвиток військового одягу козаків Кубані [6], а А.Шахторін представив огляд козацького військового вишколу [7]. Питання бойового мистецтва чорноморської й кубанської козацької піхоти окремо ними не розглядалось.

Автор тривалий час досліджує військову історію Кубанського і Чорноморського козацтва, але досі не зосереджував увагу на спільних і відмінних рисах військово-прикладного бойового мистецтва чорноморських і кубанських козаків-піхотинців [8; 9; 10].

Отже, в історіографії досі відсутній аналіз спільних і відмінних рис військово-прикладного бойового мистецтва чорноморських і кубанських піхотинців. З огляду на це, метою представленої статті буде комплексне дослідження цієї проблеми, що є достатньо актуальною складовою відповідної галузі вітчизняної військової історії.

Джерельною базою статті стали різноманітні матеріали, серед яких особливо цінними є ті, що було почерпнуто в Державному архіві Краснодарського Краю Росії (далі ДАКК).

На початку нашого огляду треба наголосити, що у структурі Чорноморського козацького війська завершився поділ на піхоту й кінноту, чисельність яких була більш-менш рівною. Спочатку формувалось 10 кінних і 10 піших полків, а в 1842 р. було вже 12 кавалерійських полків і 9 піхотних батальйонів [1, с. 387-388]. При цьому, чисельність батальйону сягала 1.082 козаків, а полку – лише 905 козаків [11, с. 9-15]. Наприкінці існування Чорноморського козацтва чисельність піхоти вже переважала кінноту за рахунок переведення кількох кавалерійських полків у статус піхотних батальйонів. Все це

засвідчило вагомість піхотних формувань відповідно до потреб забезпечення специфічної чорноморської «кордонної лінії» в умовах Кавказької війни.

Щодо Кубанського козацтва, то в ньому теж існувала потужна піхота, проте, в силу низки факторів її було на третину менше ніж кінноти. Зокрема, напередодні Першої світової війни існувало 33 кавалерійські полки і 18 пластунських (піхотних) батальйонів [8, с. 97]. Термін «пластуни» тут був свідченням не стільки збереження реальних надбань чорноморських пластунів, як виявом поваги до відповідної чорноморської спадщини.

Отже, в Чорноморському й Кубанському козацьких військах існувала чисельна козацька піхота, що відігравала важливу роль у забезпеченні боєздатності цих формувань, зберігаючи й розвиваючи відповідні запорозькі військово-прикладні традиції.

Слід звернути увагу на те, що в Чорноморському козацтві піхотні формування були зорієнтовані на несення свосередньої прикордонної служби, забезпечуючи функціонування чорноморської «кордонної лінії» на правому березі Кубані, що розтягнулась на 260 км. [3, с. 142]. Ця служба виявлялась у здійсненні постійного контролю за відповідними ділянками прикордонної території, що покладалась на крупні, середні й дрібні залоги та мережу таємних засідок у найбільш небезпечних місцях.

Зазначені особливості військової дійсності посприяли остаточному виокремленню в Чорноморському козацтві й специфічних піхотних загонів пластунів, що, вочевидь, були започатковані ще у запорозькому середовищі. Не даремно ж існував на Січі курінь «Пластунівський», збережений нащадками запорожців і на Кубані [8, с. 100].

До речі, загони пластунів діяли не лише у складі піхотних батальйонів (нараховували до 96 чоловік), але й були додані до кінних полків (до 60 чоловік). На думку генерала Чорноморського козацького війська І.Д.Попка, пластуни найкраще виконували функції передової військової розвідки та сторожі, ще й вирізнялись ініціативністю та витривалістю й мали славу неперевершених стрільців [3, с. 156-165].

Зрозуміло, що за таких обставин піхота співпрацювала з кіннотою та артилерією, напрацьовуючи відповідні індивідуальні й колективні навички і прийоми ведення бою. Зазначені особливості військової націленості чорноморської піхоти обумовили й пріоритети її військово-прикладного вишколу та певних виявів відповідного бойового мистецтва. Мається на увазі вагомість вогневої підготовки, що доповнювалась застосуванням холодної зброї. Інакше кажучи, володіння холодною зброєю мало другорядний характер. Попри це, козаки мусили опановувати найдієвіше - прийоми бойового застосування цієї зброї. До речі, серед холодної зброї чорноморської піхоти спочатку домінували короткі списи [3, с.127]. Згодом на зміну списам приходять багнет, що мав уніфіковані параметри, як і відповідна рушниця. Щодо кинджалів і тесаків, то вони відігравали допоміжну роль.

За часів Кубанського козацького війська відповідні піхотні формування певний час зберігали основи військово-прикладної підготовки та відповідного мистецтва за взірцем Чорноморського козацтва. Причинами цього було не лише продовження Кавказької війни до 1864 р., але й збереження на початку 60-х рр. XIX ст. попереднього складу та принципів поповнення піхотних батальйонів за рахунок колишніх чорноморців. Саме таким був склад I Кубанського піхотного батальйону в 1862 р. [12, арк. 17-19].

В подальші часи ситуація змінюється й наприкінці XIX – на початку XX ст. піхотні частини Кубанського козацтва (іменувались кубанськими пластунськими батальйонами) вже формувались інакше. Мається на увазі залучення козаків до відповідних батальйонів з різних відділів Кубанської області, включно з тими, в яких домінували колишні лінійні козаки (приєднані до Чорноморського козацького війська в 1860 р.). За таких обставин з 18 батальйонів лише у 12 домінували нащадки чорноморців [1, с. 395-397; 13].

Певний вплив мав і новий підхід стосовно спрямування молодого козака на військову службу. Тут важливе значення стало відігравати матеріальне становище конкретної козацької родини. Йдеться про значно менші витрати щодо забезпечення військовою амуніцією козака-пластуна на відміну від козака-кіннотника, що мав йти на службу не лише з комплектом уніформи, але й з власним конем та відповідним спорядженням. Все це суттєво ускладнило можливості для збереження й розвитку спадкових навичок бойового й військового мистецтва козаків-піхотинців.

Вагоме значення відігравав і факт поширення одноманітного озброєння, що вплинуло як на бойову підготовку, так і на зміст відповідного бойового мистецтва кубанських козаків-пластунів. Гвинтівка Мосіна зразка 1891 р. з чотиригранним багнетом завершила уніфікацію основної вогнепальної й холодної зброї козака-піхотинця [9, с. 22]. Щодо кинджалу, то він для кубанців (як і для чорноморців) відігравав допоміжне значення.

Вишкіл кубанських пластунів передбачав прилаштування до актуальних на той час вимог ймовірного військового протистояння, а тому перевага віддавалась влучному вогневому бою, який підкріплювався вмільм застосуванням багнету. У порівнянні з досвідом чорноморців помічається зміна пріоритетів з прикордонно-сторожових дій невеликими групами – на дії крупними підрозділами й частинами під час бою на значній території.

Отже, відбулась зміна пріоритетів бойового застосування козацької піхоти, що мусило вплинути на зміст військової тактики та позначитись на відповідній військово-прикладній підготовці козаків. Враховуючи тогочасні реалії ведення бою, дедалі більшу увагу було приділено вдосконаленню стрільби та опануванню різноманітних навичок пересування. Щодо вишколу з володіння холодною зброєю, то він зберігав основний зміст попередніх часів, хоча й зазнавав змін відповідно до параметрів основної табельної зброї.

Переходячи до аналізу основних параметрів військово-прикладного вишколу козацької піхоти з бойового мистецтва наголошу на тому, що під ним варто розуміти саме володіння холодною зброєю, бо стрілецька підготовка козака-піхотинця була занадто уніфікованою й спрощеною, ще й часто змінювалась відповідно до вдосконалення рушниць.

Необхідно мати на увазі, що специфіка існування Чорноморського козацького війська обумовила відсутність належної фіксації змісту бойової підготовки козаків. При цьому, на початках існування згаданого війська зберігалась запорозька традиція навчання молодих воїнів за прикладом досвідчених козаків, що забезпечувало збереження певного розмаїття прийомів бою за допомогою різноманітної холодної зброї.

В подальшому через поступову уніфікацію озброєння відбувається й поширення подібних прийомів її застосування, проте й надалі зберігалась певна самотність індивідуального мистецтва бою. Сприяло цьому й те, що відповідно до реалій «кордонної служби» козаки постійно перебували у невеликих загонах, які діяли автономно й перебували поза щільним контролем імперського військового командування.

Утворення Кубанського козацького війська, завершення Кавказької війни та реформування козацької військової системи в 60-80 рр. XIX ст. призвели до певних змін в організації бойового вишколу кубанських козаків-піхотинців. Зокрема, розпочалась фіксація окремих аспектів початкового рівня їх бойового й військового мистецтва, що супроводжувалось й уніфікацією відповідного військово-прикладного навчання козаків. До речі, такі підходи в той час виявились стосовно усіх козацьких утворень Російської імперії.

Все це позначилось і на вишколі кубанських піхотних контингентів. Загалом в II половині XIX ст. військова підготовка козаків відбувалась не лише у стройових частинах, але й під час перебування на пільзі вдома (на рівні станиці). Згодом почалось поширення більш централізованого вишколу в окружних навчальних таборах, що стали універсальними центрами бойової підготовки напередодні Першої світової війни [8, с. 88-90]. Тим не менше, найбільш змістовна військово-прикладна підготовка відбувалась саме у стройових

частинах. Такий принцип стосувався не лише козацьких піхотних формувань, але й кавалерії та артилерії.

До речі, відповідний вишкіл мав чітке військово-прикладне спрямування й відбувався щоденно впродовж усіх років служби у відповідних пластунських батальйонах. Важливе значення тут відігравала не лише тривалість, але й спрямованість військової підготовки. Зокрема, заняття були досить інтенсивними й щоденно (окрім святкових днів) тривали від 4,5 – до 6 годин [14, арк. 6; 15, арк. 19-20]. Щодо змісту занять, то тут домінувала стрілецька підготовка, а потім йшло володіння холодною зброєю, дії в полі та вивчення військових статутів.

Отже, військово-прикладна підготовка кубанських пластунів як під час служби у частинах І-ї черги, так і в умовах вишколу на пільзі закладала основи для розвитку самобутнього військово-прикладного мистецтва володіння холодною зброєю.

Окреме значення у бойовому навчанні козаків (у тому числі й щодо опанування бойового мистецтва) відігравали й архаїчні навички настроювання на бій. Йдеться про різноманітні замовляння й специфічні пісні, що були поширені серед чорноморських козаків. Зокрема, досить втаємниченою була підготовка чорноморських пластунів, які виявляли запорозькі звичаї релігійного синкретизму [3, с. 163]. В подальші часи такі підходи хоча суттєво й ослабли, але зберігались до кінця існування Кубанського козацького війська.

Враховуючи багаторівневий вишкіл козацької спільноти як до стройової служби, так і після неї, маємо підстави стверджувати, що у відповідному середовищі розвинулось самобутнє бойове мистецтво володіння холодною зброєю, що мало військово-прикладний характер. З огляду на це, кубанські пластуні на основі спадщини чорноморської піхоти й частково чорноморських пластунів, витворили своєрідне бойове мистецтво військово-прикладного характеру.

Окремо слід привернути увагу до того факту, що серед козаків перш за все поширювався початковий рівень володіння холодною зброєю, зафіксований у тогочасних настановах і звітній документації. Тоді як вищий рівень цього мистецтва, вочевидь, зберігав індивідуальну й регіональну самобутність, дозволяючи майстрам не обмежуватись наявними приписами.

Варто наголосити й на тому, що нові реалії соціально-економічного розвитку, вимоги ймовірного військового протистояння, посилення уніфікації буття козацької спільноти й впровадження єдиних імперських стандартів озброєння та вишколу призвели не лише до ослаблення запорозької (згодом чорноморської) спадщини, але й до трансформації дієвих військово-прикладних винаходів козаків. Все це обумовило й кристалізацію самобутнього козацького бойового мистецтва, яке у привілейованому козацькому середовищі розвинулось до прийняттого рівня.

До речі, саме військово-привілейований статус козацької спільноти й воєнізоване повсякдення її представників не дозволили трансформуватись козацьким різновидам військово-прикладного бойового мистецтва у спортивно-мистецькі єдиноборства чи види спорту, як це мало місце з європейськими школами фехтування.

Таким чином, у середовищі чорноморських і кубанських козаків-піхотинців завершилось оформлення військово-прикладного бойового мистецтва, що виявилось у досконалому володінні холодною зброєю. При цьому, помітний вплив на цей процес справила як самобутність козацької спільноти, так і поширення подібних взірців холодної зброї. Певне значення відіграла й уніфікація козацького вишколу в II половині XIX – на початку XX ст. під тиском імперського військового керівництва. Спільною ознакою згаданого мистецтва було його військово-прикладне спрямування та другорядне значення під час ведення бойових дій. Серед відмінностей першорядне значення відіграло використання уніфікованої зброї, що почалося наприкінці існування Чорноморського козацтва й стало нормою в

Кубанському козацькому війську. Також важливим є й те, що розмаїтість бойових навичок, притаманна чорноморцям з огляду на збереження значної самобутності їх вишколу та функціонування, зазнала певної уніфікації й спрощення серед кубанців.

Представлена стаття не вичерпує огляду військово-прикладного вишколу чорноморської та кубанської козацької піхоти, заохочуючи до відповідних досліджень вітчизняних і зарубіжних науковців.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Авраменко А. Козацьке військо на Кубані [Текст] / А.М.Авраменко, Б.Є.Фролов, В.К.Чумаченко // Історія Українського Козацтва. Нариси: У 2 т. / Редкол.: В.А.Смолій (відп. ред.) та ін.. – К.: Вид. дім «Києво-Могилянська академія», 2007. – Т. II. – С. 364-414.
2. Щербина Ф. История Кубанского Казачьего Войска. [Текст] В 2-х т. / Ф.Щербина. – Краснодар: Советская Кубань, 1992.
3. Попко И.Д. Черноморские казаки в их гражданском и военном быту [Текст] / И.Д. Попко // Черноморские казаки. – М.: Вече, 2009. – С. 3-188.
4. Короленко П.П. Черноморцы [Текст] / П.П. Короленко // Черноморские казаки. – М.: Вече 2009. – С. 189-438.
5. Кухаренко Я.Г. Исторические записки о Войске Черноморском [Электронный ресурс] / Я.Г. Кухаренко, А.М. Туренко. Режим доступа: <http://www.gipanis.ru/?level=310&type=page>. – Назва з екрана.
6. Матвеев О.В. Очерки истории форменной одежды кубанских казаков (конец XVIII в. – 1917 г.) [Текст] / О.В. Матвеев, Б.Е. Фролов. – Краснодар: Изд-во «Крайбибколлектор», 2000. – 236 с.
7. Шахторин А.А. Подготовка казаков Кубанского казачьего войска во второй половине XIX – начале XX веков [Текст] / А.А. Шахторин. – Краснодар: КВВАУЛ, 2008. – 213 с.
8. Задунайський В. Бойове мистецтво та військова спадщина українських козаків в кінці XIX – на початку XX ст. [Текст] / В. Задунайський. – Донецьк : Норд-Прес – ДонНУ, 2006. – 335 с.
9. Задунайський В. Володіння холодною зброєю у військових формуваннях України, Росії та Польщі (кінець XIX – 30-ті рр. XX ст.) [Текст] / В.Задунайський. – Донецьк: Норд-Прес – ДонНУ, 2008. – 204 с.
10. Задунайський В. Основи військово-прикладної системи Чорноморського козацького війська за «Положенням 1842 р.» [Текст] / В.Задунайський // Наукові праці: Науково-методичний журнал. Т. 115. Вип. 102. Історичні науки. – Миколаїв: Вид-во ЧДУ ім. П. Могили, 2009. – С. 131-136.
11. Приложение // Положение о Черноморском казачьем войске. – Спб, 1842.
12. ДАКК. Ф. 760, оп. 1, спр. 2.
13. Кириченко Ю. Пластунские батальоны и станица Уманская (Ленинградская) [Текст] / Ю. Кириченко. – Режим доступа: http://samlib.ru/k/kirichenko_j_n/publicistika.shtml . – Назва з екрана.
14. ДАКК. Ф. 404, оп. 1, спр. 46.
15. ДАКК. Ф. 443, оп. 1, спр. 22.

REFERENCES

1. Avramenko A. Kuban Cossack army / A.Avramenko, B.Frolov, V.Chumachenko // History of Ukrainian Cossacks: V 2 vol. – Kyiv: Vyd. Dim “Kyevo-Mogylanska academia”, 2007. – Vol. 2. – Pp. 364-414
2. Shcherbina F. The history of the Kuban Cossack Army. V 2 vol. – Krasnodar: Sovetskaya Kuban, 1992.
3. Popko I.D. Chernomorskie kazaki v ih grazdanskom i voennom bytu // Chernomorskie kazaki. – M.: Veche, 2009. – Pp. 3-188.
4. Korolenko P.P. Chernomortsy // Chernomorskie kazaki. – M.: Veche, 2009. – Pp. 189-438.
5. Kuharenko IA.G. Istoricheskie zapiski o Voiske Chernomorskom / IA.G. Kuharenko, A.M. Turenko. available at: <http://www.gipanis.ru/?level=310&type=page> (05.07.2015)
6. Matveev O.V. Ocherki istorii formennoi odezdy kubanskich kazakov (konets XVIII v. – 1917 g.) / O.V. Matveev, B.E. Frolov. – Krasnodar: Szd-vo «Kraibibkolektor», 2000. – 236 p.
7. Shakhatorin A. A. Podgotovka kazakov Kubanskogo kazachego voyska vo vtoroy polovine XIX – nachale XX vekov, Krasnodar: KVVAVL, 2008. – 213 p.
8. Zadunaiskyi V. Boyove mystetstvo ta viiskova spadshchyna ukrainskykh kozakiv v kintsy XIX – na pochatku XXI st. – Donetsk: Nord-Pres – DonNU, 2006. – 335 p.
9. Zadunaiskyi V. Volodinnia kholodnoiu zbroeiu u viyskovykh formuvanniakh Ukrainy, Rosii ta Polshi (kinets XIX – 30-ti rr. XX st.) – Donetsk: Nord-Pres – DonNU, 2008. – 204 p.
10. Zadunaiskyi V. Osnovy viyskovo-prykladnoi systemy Chornomorskogo kozatskogo viiska za “Polozenniam 1842 r.” // Naukovi pratsi: Naukovo-metodychnyi zurnal. Vol. 115. Vyp. 102. Istorychni nauki. – Mykolaiv: Vyd-vo ChDU im. P. Mogyly, 2009. – Pp. 131-136.
11. Prilozenie // Polozenie o Chernomorskom kazachem voiske. – Spb, 1842.
12. State Archive of Krasnodar region (Rossiia), fond 760, opis 1, delo 2.
13. Kirichenko IU, Plastunskie bataliony I stanitsa Umanskaia (Leningradskaia), available at: http://samlib.ru/k/kirichenko_j_n/publicistika.shtml (10.08.15).
14. State Archive of Krasnodar region (Rossiia), fond 404, opis 1, delo 46.
15. State Archive of Krasnodar region (Rossiia), fond 443, opis 1, delo 22.

ПРОБЛЕМА АРІЇЗМУ В СУСПІЛЬСТВОЗНАВЧІЙ ЛІТЕРАТУРІ

Хлистун О.

Запорізький національний університет

На сучасному етапі розвитку суспільства все більше знаходиться артефактів на підтвердження існування арійського впливу на формування культури і свідомості індоєвропейських та інших етносів. Проте процеси національно-культурної самоідентифікації у слов'янських країнах, зокрема Україні, Росії, Польщі, іноді набувають гострого й суперечливого характеру. Метою дослідження, представленого у статті «Проблема аріїзму в суспільствознавчій літературі», є з'ясування істинного внутрішнього змісту явища аріїзму, його світоглядної системи, виявлення матеріального носія арійського світогляду та сутності його впливу на формування менталітету сучасних індоєвропейських етносів, а також розвінчання безпідставних міфів щодо існування «вищої раси», на базі яких створюються різного роду ідеологічні інсинуації та виникають антисоціальні угруповання (неофашистські, анархістські тощо).

Ключові слова: арії, аріїзм, нордизм, раса, расологія, індоєвропейці, система цінностей, арійське мислення, самоідентифікація, біосоціогенез, рід, природа, конструктивний та деструктивний аріїзм.

ПРОБЛЕМА АРИИЗМА В ОБЩЕСТВЕННОВЕДЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЕ

На современном этапе развития общества все больше находим артефактов для подтверждения арийского влияния на формирование культуры и мировоззрения индоевропейских и других этносов. Однако процессы национально-культурной самоидентификации в славянских странах, особенно в Украине, России, Польше, иногда носят острый и противоречивый характер. Целью исследования, представленного в статье «Проблема ариизма в обществоведческой литературе», является выяснение истинного внутреннего смысла явления ариизма, его мировоззренческой системы, выявление материального носителя арийского мировоззрения и сути его влияния на формирование менталитета современных индоевропейских этносов, а также развенчание безосновательных мифов о существовании «высшей расы», на основании которых возникают разного рода идеологические инсинуации и антисоциальные группировки (неофашистские, анархистские и пр.).

Ключевые слова: арии, ариизм, нордизм, раса, расология, индоевропейцы, система ценностей, арийское мышление, самоидентификация, биосоциогенез, род, природа, конструктивный и деструктивный ариизм.

More and more artifacts prove the Aryan influence on the formation of the culture and world view of Indo-European and other groups. But the processes of national-cultural identifications in Slavic countries, specifically in Ukraine, Russia, Poland, sometimes acquire contradictory character. The study presented in the article "The problem of ariizm in social science literature" is aimed to clarify content of ariizm phenomenon, its system of world view, identify the bearers of Aryan philosophy and the nature of its influence on shaping the mentality of modern Indo-European ethnic groups, as well as dispelling unfounded myths about existence of a "superior race", which are based on various ideological insinuations and form the ideology of different antisocial groups (neo-fascist, anarchist etc.).

Keywords: Arias, Ariizm, Nordicism, Race, Racology, Indo-European, System of values, Aryan thinking, Identity, Biosociogenesis, Nature, Constructive and Destructive Ariizm.

Метою дослідження аріїзму на сучасному етапі розвитку суспільства стає з'ясування його істинного внутрішнього змісту, світоглядної системи, виявлення матеріального носія арийського світогляду та сутності його впливу на формування менталітету сучасних індоевропейських етнічних груп, а також розвінчання безпідставних міфів щодо існування «вищої раси», на базі яких створюються різного роду ідеологічні інсинуації та антисоціальні угруповання (неофашистські, анархістські тощо).

Поняття аріїзм набуло свого теоретичного розвитку спочатку в працях антропологів та расологів (Й.Денікер, Г.Гюнтер та інші). Лише в останні десятиліття, після довгих років мовчання та фактичної заборони на тематику, що за часів Радянського Союзу асоціювалася з фашизмом, отримало продовження вивчення витоків європейської цивілізації. Теоретичні засади явища аріїзму продовжують розвиватися в дослідженнях з усної народної творчості, етнічної міфології, письмових релігійних джерел, порівняльно-лінгвістичного аналізу різних мовних родин (індоевропейських та неарійських), і все більше знаходиться артефактів на підтвердження існування арийського впливу на формування культури і свідомості індоевропейських та інших етносів (В.Абаєв, Г.Бонгард-Левін, Е.Грантовський, П.Рау, М.Лисенко, Г.Зданович, В.Сафронов, Л.Залізник, Г.Казакевич).

Вивчення аріїзму та виявлення матеріального носія цієї системи світогляду передбачає багатоаспектний аналіз (расологічного, лінгвістичного, аксіологічного, ономаціологічного, мовно-літературного, міфологічного, історико-археологічного, геологічного, філогенетичного, антропологічного, ностратичного та атрибутивного аспектів), у ході якого кристалізується зміст і сутність явища.

Розглядаючи аріїзм як соціокультурний феномен, треба виділити й усвідомити спільне та відмінне між такими поняттями як аріїзм та нордизм. З теорією нордичної раси як носія арийської ідеї зустрічаємося в роботах з расології (Г. Гюнтера, В. Авдєєва та ін.). Поняття аріїзм у сучасному соціально-філософському розумінні є більш широким по відношенню до нордизму. Аріїзм відображає ставлення особистості, групи або цілого етносу (будь-якої індоевропейської нації) до власної національно-расової приналежності, власну самоідентифікацію. Нордизм самою назвою вказує на суто північно-європейське походження етносів, які складають білу расу як носіїв певної ідеології та етнокультури. Причому кожен ідеолог осмислює межі цієї спільноти на власний розсуд та співвідносно до тих цілей і завдань, які має на меті.

З поняттям аріїзму тісно пов'язане також поняття раси. На думку Г.Гюнтера та інших расологів, саме нордична раса колись сформувала основні етноси серед індоевропейців Європи (греки, римляни) та Азії (індійці, іранці, белуджі та афганці, перси, таджики, вірмени та інші народності), а також зумовила певний вплив на формування їх держав та культур.

Слово «раса» вперше зустрічається у ведичній літературі («[Натья-шастра](#)», «[Веданта-сутра](#)», «Бхагават-гіта») як богословське поняття, у європейській практиці – у роботах зі скотарства Ф.Грізоне (1552) і Г.Вінтера (1672), агронома О. де Серра (1660) та оксфордському санскриту-англійському словнику за редакцією М.Моньєра-Вільямса. Французький етнограф та мандрівник Ф.Берньє (1672) вперше використав поняття для визначення відмінностей серед людських племен. На рівні філософії історії відомі німецькі вчені – філософи Г.Лейбніц (1700), І. Кант (1775) та історик Й.Гердер (1784) – ввели термін «раса» у філософську науку й обґрунтували як категорію філософії. Шведський природознавець К.Лінней у 1735 р. почав використовувати терміни homo europaeus (людина європейська) та homo albus (людина біла), а у 1746 р. створив першу расову класифікацію. Й.Блюменбах у 1776 р. в інтересах класифікації почав використовувати краніометричні дослідження черепів різних етнічних груп. Зміст терміна «раса» розвивали у своїх роботах Ж.Ламарк (1809) та Ж.Кювье (1800), перші расові класифікації належать А.Ретціусу (1842), Ч.Дарвіну (1859), Т.Гекслі (1870), Й.Денікеру (1900) та іншим антропологам і природознавцям.

Поняття «арії» почали використовувати лінгвісти (першим - М. Мюллер у 60-х рр. XIX ст.) та антропологи. Так Л.Крживицький у монографії «Антропология» (1896) висунув припущення, що «В епоху курганів, від Олонецька до Києва та Курська, від Москви до Польщі жив довгоголовий та чистий у расовому відношенні народ, швидше за все – білявий».

Після обґрунтування Ж.Ламарком ідеї спадковості, П.Топінар, О.Еккер, А.Богданов, Т.Ельзенханс, Л.Вільзер, Л.Вольтман, О.Аммон, Р.Вірхов, журнал «Політико-антропологічний огляд» (1902-1922 р.) своїми дослідженнями стимулювали інтерес науковців до расової ідеї та вивчення її ролі в соціально-історичному та політичному розвитку цивілізацій. Радянський антрополог Г.Дебєц виявив розповсюдженість явища метопічних швів (внаслідок швидкого росту мозку) на черепах серед народів Європи та Росії, а також у похованнях американських індіанців – 24 % та етрусків - 26. Г.Ретціус, К.Джиакоміні, А.Вейсбах, П.Топінар, Д.Зернов та інші зробили висновок, що народи, які називаються арійськими, здатні до наук, зокрема вирізняються математичними здібностями. Сучасний дослідник Ю.Беневоленська у статті «Расові варіації ознак черепного склепіння» констатувала факт, що за показниками лобно-сагітального індексу (ЛСІ) європеїди найбільш консолідована раса, значні розбіжності спостерігаються в межах монголоїдної раси.

Расові теоретики єврейського походження В.Ратенау («Роздуми», 1908), С.Рейнах («Походження аріїв, історія суперечок», 1892), І.Цольшан («Расова проблема», 1914) «спробували пояснити існування білявих євреїв домішкою крові аморитян, а також свідчили про розповсюдження білявих типів серед інків, мешканців Північної Америки, Яви, островів Тихого океану та Малійського архіпелагу».

Антропология стала тим підґрунтям, на якому утворився цілий напрямок нової ідеології – расової теорії, у витоків якої стояли француз А. де Гобіно, німець Ф.Клемм та російський вчений С.Єшевський, які підкреслювали значення європеїдної раси в житті народів, що говорять індоевропейськими мовами.

Далі Х.Чемберлен у творі «Основи XIX століття» (1899) представив результати проведеного ним аналізу історії світової цивілізації з точки зору внесків у неї певних расових типів. Дехто невинувачував Х.Чемберлена, як потім і Г.Гюнтера, у

створенні підвалин нацистської ідеології. Проте сам він писав, що «...мир у Європі задля блага усієї білої раси може бути досягнутий лише на основі кельто-германо-слов'янського союзу».

Ідеї попередників у Німеччині на початку ХХ століття популяризували також Л.Вольтман, К.Штрац, Л.Шеман, О.Рехе, О.Фішер, В.Грьонбек, Г.Шютте, створюючи певні уявлення про арійський світ.

Й.Денікер («Людські раси», 1900) ввів у використання термін «нордична раса» та дав визначення «антропологічного типу». Історично складена комбінація антропологічних типів, на думку автора, являє собою продукт соціального розвитку – етнос, і той тип, який домінує в ньому, потім формує фізичний та духовний вигляд кожної національної спільноти. Проте сам Й.Денікер писав: «Не може бути й мови про арійську расу, можна лише говорити про сім'ю арійських мов та, мабуть, про первісну арійську цивілізацію».

На цій основі наприкінці ХІХ століття в галузі філософії виникає новий напрям – антропосоціологія. Польський вчений Л.Крживицький висловив новизну підходу так: «...на думку расової історіософії, якщо б не було даної раси, то не існувало б і відповідних цивілізацій».

Так поняття «раса» стає поряд з поняттями «етнос», «народ», «нація» сферою компетенції соціально-філософського дослідження. Виникає принципово нова гілка філософії, яка починає тлумачити буття через призму фізично-аксіологічних реалій раси. Це відгалуження набуває стрімкої популярності й починає претендувати - в умовах європейської кризи часів двох світових війн - на роль нового світогляду.

На противагу іншим науковцям, публікації таких німецьких пропагандистів як Е.Крік, Л.Вільзер та Л.Вольтман, які претендували на роль ідеологів нордичної раси, саме й визначили потім деградацію усієї західноєвропейської демократії, яка переросла в нацизм.

Проте на базі расових досліджень спочатку вимальовується арійська ідея та її зміст, і саме в цьому розділі вперше була накопичена найбільша кількість фактів, які відображають сутність ідеалів і прагнення народів, які сьогодні розмовляють індоєвропейськими мовами та мають особливу, притаманну цій групі систему цінностей і духовних орієнтирів.

Так народилася «мрія про надлюдину», яка в сучасному світі набула трансформації й отримала гіперболізацію в ідеях кінематографістів, деяких ідеологів, зокрема В.Авдєєва, неонацистських течіях, а також реалізується в різного роду військових проєктах. Треба зазначити, що майже нічого спільного зі справжньою ідеєю вдосконалення й звеличення людини, ці проєкти насправді не мають, бо керуються певною метою і завданнями щодо досягнення окремими угрупованнями провладних інтересів.

Свого роду трансформацією ідеї «досконалої людини» можна вважати неослов'янство, неоязичництво, а також характерництво. Тут ідея реалізується зовсім іншими шляхами і методами – через повернення до першоджерел людства, зокрема власного роду, до життя у гармонії з природою та її законами, досягнення тілесного і психічного здоров'я, а також розвиток надможливостей через самовдосконалення людини.

З точки зору змісту арійської ідеї надзвичайно цікавими є дослідження расового теоретика Г.Гюнтера – «Расологія Європи» (1925), «Нордична ідея» (1927), «Расологія німецького народу» (1942) та інші. У період духовного і фізичного занепаду європейських народів (між двома світовими війнами) у своїх книгах автор висловлював занепокоєння й застерігав щодо можливості зникнення цієї «вищої» раси, яку автор розумів як носія європейської культури та ідеології. Митець ратував за арійське мислення – цілісну світоглядну систему, на противагу східній свідомості, яка пропагувала відірваність душі від тіла. Природною формою арійського мислення, за твердженням автора, є язичництво з його обумовленістю реаліями життя Півночі континенту, відчуттям батьківщини, прагненням до шляхетності,

відсутністю догм та безпосереднім зв'язком з богами, яких арійці вважали своїми пращурами, піклуванням про тіло та несприйняттям вчення про його гріховність, а більш за все – зв'язком з вічними законами природи у звичаях та традиціях, думках та поведінці.

Поряд з цим у французькому словнику імені П.Ларусса (1932) вперше з'являється термін «расизм» як негативна оцінка досліджень людських рас. Після Другої світової війни окремі питання расології (термін «расологія» не вживався) розглядалися на шпальтах журналів «Вопросы антропологии», «Советская этнография», «Генетика», а також у працях В.Авдієва («История Древнего Востока», 1948), Т.Тота і Б.Фірштейна («Антропологические данные к вопросу о великом переселении народов. Авары и Сарматы», 1970). «Велике переселення», на думку авторів, було лише черговою хвилею міграції білої раси на просторах Євразії. Вчені В.Гінзбург та Т.Трофимова у труді «Палеоантропология Средней Азии» (1972) писали: «Вивчення динаміки расогенезу може віднайти ключ до розуміння етногенезу».

На підставі расологічних досліджень виникає напрям антропоестетики (Ф.Тернер, Е.Пеппель та інші). На цій основі німецький філософ, засновник характерології Л.Клагес робить висновок, що дух людини може виражати історичні реалії епохи, у той час як душа, закладена пращурами, є вираженням позачасової расової сутності. Своїми роботами з різних напрямів расології спеціалісти, зокрема Г.Хіть та В.Авдєєв, стверджують можливість дослідити на новому рівні процеси формування та взаємодії расово-етнічних спільнот. Проте суттєвим недоліком концепцій расових філософів є відсутність філогенетичного аспекту розвитку расових груп, недооцінка значення попередніх доарійських цивілізацій та впливу духовного чинника на формування свідомості особистості.

Термін «арійці» вже на початку минулого століття расологи, філологи та антропологи (Б.Грозний, Г.Гюнтер та інші) намагалися вилучити з расових класифікацій. Так поняття поступово відійшло до галузі лінгвістики, культурології та порівняльного релігієзнавства. А для назви антропологічного типу представників північноєвропейської раси став застосовуватися термін «нордичний», внаслідок чого відбулося остаточне звуження поняття та викривлення сутності арійського носія.

На межі століть XX-XXI знову расові питання постають доволі гостро. Проблема сучасної расології полягає в тому, як саме сприймати расову теорію. Як об'єктивну точку зору, яку можна застосувати під час вивчення історичних процесів та цивілізацій, у медичному спрямуванні тощо, або як пошук та виправдання переваги однієї «панівної» раси над іншими?

Автор статті «Про наших предків замовте словечко, або «Від “Психології українського народу” до “Арійського стандарту”» Г.Бердник також задається питанням «звідки пішли індоєвропейські народи, а з ними й загальноєвропейська цивілізація». Так, М.Гімбутас була впевнена, що європейська цивілізація починалася з території нинішньої України. Проте звідки тут узялися арії, мова не йде.

Нова книга І.Каганця «Арійський стандарт» – претендує на працю з сучасної расології українців. Її автор робить спробу створити теорію рас та етнічну історіографію Русі-України і слов'янського етносу. Але виходить дуже абстрактний аналіз, заснований швидше на здогадках та асоціаціях, ніж на конкретних фактах. Ю.Канигін, у свою чергу, в публіцистичному творі «Шлях аріїв: Україна в духовній історії людства» пропонує «альтернативний» варіант розвитку історії.

Треба також зауважити, що у «Слові о полку Ігоревім» згадується звернення, яке було титулом сміливого воїна: буй-тур, яр-тур. І це, вочевидь, не нордична культурна традиція, а індоіранська, як і сама приналежність слов'янських мов до східної групи сатем (напротывагу кентум). Тож ототожнювати слов'янську, нордичну та індоіранську культури

неможливо, бо навіть за часовими показниками арійська, нордична та слов'янська етнічні групи були сформовані в різні часи, хоча витoki усіх названих етнокультурних груп єдині – протоіндоєвропейські. Ще скіфи та греки усвідомлювали відмінність між їхніми етносами, між їхніми мовами, і разом з тим мали багато спільних культурних рис та тісні зв'язки. Це може пояснюватися тим, що їх пращури йшли до Європи різними шляхами та в різні часи, покинувши колись єдине етнічне ядро.

Інший сучасний дослідник О.Губко теж порушує тему «своїх коренів, походження пращурів» тощо, але, на протипагу І.Каганцю, надає перевагу духовно-культурним цінностям і вважає, що «любов повинна нею (національною ідеєю) керувати, а не бажання «стандарту». Питаннями походження українського етносу сьогодні займаються Л.Залізник та Г.Казакевич, відомі як учасники проекту «ДНК-портрет нації». Г.Казакевич арійський елемент пов'язує винятково з появою на цих територіях кельтів.

Таким чином, расологи, визнаючи расу як першооснову та намагаючись її обмежити певними рамками, не звертали увагу на те, що протягом історії розвитку людських типів «*homo sapiens*» мали відбуватися певні зміни і в зовнішньому вигляді племен (на що вказують сучасні антропологічні реконструкції та генетичні дослідження), які розповсюджувалися на теренах континентів углиб і вишир, усе далі відходячи від основного ядра та набуваючи нових індивідуальних ознак. Використовуючи лише верхівку айсберга, яким на сучасному етапі розвитку суспільства є сама расологія, дехто користується її висновками в суто ідеологічному напрямі. Сьогодні треба визнати факт «вимирання» Європи, тобто зменшення її корінної раси внаслідок різного роду причин. При цьому не останнє місце належить ідеології самої білої раси, а саме – демократичних свобод для сексуальних меншин, підвищення дітородного віку та повної свободи сексуальних відносин, які, насправді, несуть у собі неабияку загрозу здоров'ю та репродуктивній функції людини.

Позитивними моментами расологічних досліджень є такі результати: расологи виокремили в різних прадавніх цивілізаціях культурного носія – людину європеїдного типу, визначили кілька хвиль міграцій протоєвропейського населення на територіях Євразії та інших континентів, спробували відтворити психологічний образ цього носія. Але пов'язали його лише з останньою великою хвилею індоєвропейських мігрантів – аріями, як носіями певного світогляду та загальної системи знань пращурів, що була вже сформована та зафіксована ними в письмових джерелах. Проте дослідники обмежили «арійського носія» рамками нордичного типу.

Треба наголосити, що протягом десятків тисячоліть неодноразово відбувалися культурні переселення на теренах континенту (що підтверджують останні генетичні дослідження). І хвиля переселенців з Півночі була далеко не єдиною в історії людства. Майже всі дослідники пишуть про прийдешні арійські народи, але далеко не всі згадують про автохтонні культури, які могли знаходитися на нижчих сходинках загального розвитку цивілізації. Проте їх вплив не міг бути непомітним. На кожній окремій території створювалися свої неповторні культурні осередки. Історії також відомі високорозвинені доарійські цивілізації – Хараппа, Елам інші.

Більш того, сама арійська культура та світогляд увібрали в себе спільні надбання пращурів і стали концентрованим продуктом спільного соціогенезу - соціального розвитку та взаємодії різних рас, тобто організмом вищого щабля організації. З цього приводу у своїй рецензії до другого видання книги Г.Гюнтера «Вибрані роботи з расології» («Избранные труды по Расологии») професор Г.Дерягін зауважив, що «людина за своєю сутністю є не просто біологічною істотою – це біосоціальний феномен... Соціальне середовище, суспільні ідеології та прийнятий більшістю стиль життя завжди визначали й будуть визначати те, що ми називаємо соціогенезом». Тож, головним чинником розвитку цивілізації та культури

можна вважати біосоціогенез. І арійський вплив відіграв важливу роль у становленні історичних та сучасних культур євразійського континенту.

Ідеологи ж нордичної раси постійно намагалися обґрунтувати теорію механічного відбору для «покращення» своєї раси, і таким чином принизили саму расову ідею розвитку соціуму до рівня суто біологічного. Але в питаннях ідеології треба бути обережними, бо ними можуть скористатися як науковці, так і різного роду політичні сили, які прагнуть провести «корегування расового складу» країн. Однак, у результаті попередніх досліджень расологів, антропологів та інших фахівців стає можливим виділити головні положення арійської ідеї.

Аріїзм – цілісна світоглядна система знань та цінностей, характеризується спільними рисами, у яких арійський дух намагається досягти вищого щабля розвитку відповідно до усвідомлення гармонійного взаємозв'язку елементів парадигми «Рід – Природа», і має вираження в певних символах та атрибутах. Для індоарійської спільноти (як східної, так і нордичної), є характерною загальна біосоціокультурна програма, яка виражається у спільних моральних цінностях та орієнтована на: соціальний аристократизм, гуманізм, героїзм, волелюбність, встановлення світового ладу; фізичне і моральне здоров'я, прагнення гармонії та досконалості в собі і навколо себе; активну життєву позицію, здатність діяти, боротися, творити й розвиватися, змінювати світ навколо себе, відповідно до власних знань та уявлень; відповідальність за власні думки, слова та дії; розвиток і життя в гармонії з природою.

Арійська культурна спільнота характеризується здатністю до наук, зокрема точних математичних та орієнтацією усієї культури і мистецтва на створення фізичного ідеалу краси в собі і форм досконалості навколо себе. До того ж у кожній національній спільноті індоєвропейської сім'ї ця програма набувала й набуває конкретних етнічних рис й реалізовується по-своєму.

Тож расові мислителі періоду XIX-XX століть не змогли побачити рівність ідей аристократизму, які перегукуються зі спадковими цінностями усіх нащадків індоарійської спільноти. Цей арійський дух не має нічого спільного з навіженою охлократією або анархізмом та уособлюються в ідеї державності. При цьому арійське мислення проявляється як у середовищі інтелігенції, так і в середовищі селянства, які вважаються найбільш стабільними верствами у своїх ціннісних орієнтирах.

Треба також зауважити, що всі відомі расологи та філософи розглядали расову ідею лише в рамках власної національної приналежності. Нордизм характерний для ідеологів германських та російських. Українські дослідники трипільської спадщини вбачають найбільшу концентрованість духовного європейського потенціалу саме на цій території. Казахи визначають свій аріїзм у спадщині великого Чингісхана. Більшими реалістами сьогодні виявилися індійці, які розуміють значення впливу спільних соціокультурних надбань на державотворчі процеси та розвиток науки на теренах Бхарати.

У генезисі арійської ідеї також спостерігаються два протилежні процеси. Залежно від цілей, спрямування та результатів аріїзм може характеризуватися як: конструктивний та деструктивний. Спираючись на спільні базові принципи, мета цих напрямів діаметрально протилежна: у першому випадку – це виховання і створення досконалої людини, в іншому – «мрія про надлюдину», яка панує над усім світом.

Конструктивний аріїзм може реалізовуватися у формі національної самосвідомості, ідентифікації цілого етносу, або окремого його представника, через усвідомлення власних досягнень у різних галузях суспільної та науково-технічної діяльності, можливості пишати приналежністю до своєї нації (таким є неослов'янський, індуїстський аріїзм, новоказахські течії).

Деструктивний аріїзм спостерігається у проявах нацистської ідеології, починаючи від німецького фашистського націонал-соціалізму, до сучасних течій неонацизму – скінхедів,

анархістів тощо. Він ґрунтується на засадах пошуку доказів переваги однієї раси над іншими, приниженні інших етносів, ствердженні їх неповноцінності та неохильності до розвитку. Зазвичай деструктивний аріїзм будується на нестачі власних знань або їх приховуванні.

Сьогодні в суспільстві спостерігаються прояви обох напрямків. Ідеї прогресивного аріїзму виявляються на рівні національної самоідентифікації слов'яно-арійських та індоарійських етносів, у широкому сенсі – носіїв європейської культури та ідеології. Формою втілення деструктивного аріїзму є відродження течій неофашизму.

ЛІТЕРАТУРА

1. Авдеев В. Б. Расология. Наука о наследственных качествах людей / Владимир Борисович Авдеев. – [2-е изд., доп.]. – М.: [Белые альвы](#), 2007. – 672 с.
2. Гюнтер Г. Ф. К. Избранные работы по расологии / Ганс Ф. К. Гюнтер. – [2-е изд., доп. и проиллюстр.]. – М.: Белые альвы, 2005. – 576 с.
3. Бонгард-Левин Г. М. От Скифии до Индии. Древние арии: мифы и история / Г. М. Бонгард-Левин, Э. А. Грантовский. – [2-е изд., испр. и доп.]. – М.: Мысль, 1983. – 206 с.
4. Залізник Л. Л. Від склавинів до української нації / Леонід Леонідович Залізник. – [2-е вид., доп.]. – К.: Бібліотека українця, 2004. – 256 с.
5. Лысенко Н. Н. Асы-Аланы в Центральной Азии: Центральноеазиатский аспект раннего этногенеза алан: [Автореферат диссертации кандидата исторических наук Северо-Осетинского государственного университета им. К. Л. Хетагурова] / Николай Николаевич Лысенко. – Владикавказ, 2001. – 346 с.
6. Столепестковий лотос: антологія древнеіндійської літератури / [Пер. с санскрита и древнетамильского; сост., вступит. статья Серебрякова И. Д.]. – М.: Восточная литература, РАН, 1996. – 415 с.
7. Русская расовая теория до 1917 года: сборник оригинальных работ русских классиков / [Ред. В. Б. Авдеев]. – М.: ФЭРИ-В, 2004. – 720 с.
8. Ламарк Ж. Б. Философия зоологи / Жан Батист Ламарк; [пер. с франц. С.В. Сапожникова; ред. и биографический очерк В. П. Карпова; вступ. статья В. Л. Комарова]. – М.-Л.: Биомедгиз, 1935. – 330 с.
9. Крживицкий Л. Антропология / Людвиг Крживицкий; [пер. с польск. С.Д. Романовского-Романько; ред. Р.И. Сементковский]. – СПб, 1896. – 350 с.
10. Богдановъ А. П. Материалы для антропологии курганного периода в Московской губернии / Анатолий Петрович Богдановъ. – М., 1867. – 177с.
11. Расово-антропологическая школа (или Антропосоциология) // Философский словарь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.philosophydic.ru/rasovo-antropologicheskaya-shkola-ili-antroposociologiya>
12. Беневоленская Ю.Д. Проблема выявления сапиентной и неандертальской линий на ранних стадиях эволюции // Курьер Петровской Кунсткамеры. — Вып. 8-9. – СПб, 1999. – С. 62-77.
13. Вольтман Л. Политическая антропология. Исследование о влиянии эволюционной теории на учение о политическом развитии народов / Людвиг Вольтман; [пер. с нем. Г.Г. Оршанского]. – СПб, 1905. – 268с.
14. Крживицкий Л. Физическая антропология / Людвиг Крживицкий; [пер. с польского]. – СПб: Изд-е О.Н. Поповой, 1900. – 168с.

15. Бердник Г. Про наших предків замовте словечко, або Від «Психології українського народу» до «Арійського стандарту» / Громоваця Бердник // Книжковий огляд. – 2004. – №7-8. – С. 56-60.
16. Гимбутас М. Славяне. Сыны Перуна / Мария Гимбутас; [пер. с англ. Ф. С. Капицы]. – М.: ЗАО «Центрполиграф», 2003. – 216 с.
17. Каганець І. В. Арійський Стандарт: українська ідея епохи великого переходу / Ігор Каганець. – К.: А.С.К., 2004. – 357 с.
18. Губко О. Психологія українського народу / Олексій Губко. - К.: ПВП «Задруга», 2003. – 400 с.
19. Казакевич Г. Відгомін карниксів: Військові традиції давніх кельтів на землях України, IV-I ст. до н. е. [Електронний ресурс] / Геннадій Казакевич. - К.: Темпора. – 2008. – 112 с. – Режим доступу до книги: <http://nestor-ua.org/publish/carnix/carnix-ua.html>
20. Малярчук Б.А. Филогеографические аспекты изменчивости митохондриального генома человека / Б. А. Малярчук, М. В. Деренко // Вестник ВОГиС. – 2006. – Т.10, №1. – С. 41-56.

УДК 4.394

УКРАЇНСЬКІ НАЦІОНАЛЬНІ ЄДИНОБОРСТВА: ЕТНОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ ВІДРОДЖЕННЯ БОЙОВОЇ КУЛЬТУРИ УКРАЇНЦІВ

Перегінчук Т. М.,

Аспірант Інституту мистецтвознавства, фольклористики та етнології ім. М. Т. Рильського НАН України

УКРАЇНСЬКІ НАЦІОНАЛЬНІ ЄДИНОБОРСТВА: ЕТНОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ ВІДРОДЖЕННЯ БОЙОВОЇ КУЛЬТУРИ

У статті розглянуто козацькі традиції бойової культури, бойове мистецтво “Бойовий гопак” та український рукопаш «Спас», етнологічний аспект відродження бойової культури українців.

Ключові слова: козацькі традиції бойової культури, бойове мистецтво “Бойовий гопак”, український рукопаш «Спас».

УКРАИНСКИЕ НАЦИОНАЛЬНЫЕ ЕДИНОБОРСТВА: ЭТНОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ ВОЗРОЖДЕНИЯ БОЕВОЙ КУЛЬТУРЫ УКРАИНЦЕВ

В статье рассматриваются казацкие традиции боевой культуры, боевое искусство “Бойовий гопак” и украинский рукопашный бой «Спас», этнологический аспект возрождения боевой культуры украинцев.

Ключевые слова: казацкие традиции боевой культуры, боевое искусство “Бойовий гопак”, украинский рукопашный бой «Спас».

UKRAINIAN NATIONAL MARTIAL ARTS: THE ETHNOLOGICAL ASPECT OF RENAISSANCE MILITARY CULTURE OF UKRAINIANS

Graduate Rylskiy’s Institute of Art Studies, Folklore and Ethnology NAN of Ukraine. The article discusses the cossack traditions of military culture, a martial art “Boyoviy hopak” and Ukrainian dogfight “Spas”, the ethnological aspect of Renaissance military culture of Ukrainians.

Keywords: the cossack traditions of military culture, a martial art “Boyowy hopak”, Ukrainian dogfight “Spas”.

Бойові мистецтва становлять невід’ємну частину традиційних культур майже всіх народів світу. Проте сфера слов’янських бойових культур досі мало вивчена. Хоча, у сучасних слов’янських державах можна знайти безліч фахівців із східних бойових систем, а от тільки

одиниці займаються відродженням своєї національної бойової традиції. У світі останні три десятиліття спостерігається прискіпливий пошук і відродження самотніх національних бойових практик: «сават» у Франції, «капоейра» у Бразилії, «крав-мага» в Ізраїлі, «панкратіон» у Греції, «йоро до пау» у Португалії, список можна і далі продовжувати. Не стала винятком і Україна, де найвідомішими є такі національні бойові мистецтва як спас і бойовий гопак.

За чверть віку свого існування школа бойового гопака пройшла непростий шлях від відродження (заснована 1985 р.) до міжнародного визнання (в 2001 р. створено Міжнародну федерацію) і сьогодні нараховує близько 10 тис. послідовників в Україні та в світі.

Актуальність та наукова новизна обраної нами теми полягає саме у виборі раніше малодослідженої, цікавої та повчальної ділянки з історії української культури – «Українські національні єдиноборства: етнологічний аспект відродження бойової культури українців». Традиційно у лекційних курсах з історії української культури виділяються такі розділи: матеріальна культура, поселення і житло, національний костюм, система харчування, світоглядні уявлення, свята та обряди. Але в історії китайської культури окремий розділ займає кунг-фу, а в історії японської культури розділ «Національні єдиноборства» складається з детальних описів карате-до, дзюдо і сумо.

Мета даної роботи – на основі історичних, наукових, літературних та практичних джерел максимально вивчити і розкрити сутність бойових мистецтв як явища культури, історію, їхню роль та вплив на відродження української бойової культури. Отож, **завдання цієї роботи** полягає в тому, щоб науково об'єктивно вивчити бойові мистецтва як чинник бойової культури, розкрити його суть та терміново ввести такий розділ як «Національні єдиноборства: Бойовий гопак, Аркан, Спас, бій навкулачки, боротьба навхрест, на поясах і рукоборство (армреслінг)» у лекційний курс з історії української культури.

Об'єкт і предмет дослідження як категорії наукового процесу співвідносяться між собою як загальне і часткове. В даній роботі **об'єктом дослідження** виступає вся багатогранна бойова культура українського народу, а вже в об'єкті виділяється та його частина, яка є **предметом дослідження**, тобто – це розгляд Бойового гопака та Спаса як явищ мистецтва та їх роль і вплив на відродження української бойової культури.

Методика дослідження у цій роботі охоплює такі загальновідомі **методи дослідження**, як **опрацювання бібліографії**, тобто **вивчення критичної літератури** з даного питання, а також **порівняльно-історичний метод**, **біографічний метод** життя та діяльності засновників бойових мистецтв та **детальний аналіз** впливу бойових мистецтв на відродження української бойової культури.

Історіографія питання. Історії українського козацтва та його бойовій культурі присвячено багато праць: Г.Боплана (1990), Г.-Ф.Міллера (1760), О.Рігельмана (1847), С.Мишецького (1847), А.Скальковського (1885, 1994), П.Куліша (1856-1857, 1868), В.Антоновича (1912), Д.Яворницького (1888, 1892, 1894, 1895, 1897, 1898, 1903), М.Грушевського (1912), Н.Полонської-Василенко (1926), І.Крип'якевича (1954), В.Голобуцького (1957, 1961, 1994), О.Апанович (1961, 1969), Ю.Мицика, С.Плохія, І.Стороженка (1990), В.Сергійчука (1991, 1996), І.Кононенко, Н.Яковенко (1993), В.Кузя, Ю.Руденка, О.Губка (1995) тощо. Значно менше праць присвячено пошукам витоків архаїчних елементів козацької культури. До їх числа належать дослідження Л.Залізняка (1994), В.Балушка (1998) та ін. Джерельно-етнографічну базу дослідження становлять польові дослідження даних респондентів та їхні інтерв'ю, електронні ресурси.

Бойовий гопак: виникнення та розвиток.

Володимир Степанович Пилат народився у Львові 15 вересня 1955 року. Дід по батьківській лінії Михайло Пилат походить із лицарського роду. Дід пройшов Першу світову, громадянську і Другу світову війну. Дід Володимира Степановича по матері,

Андрій Гідей, за часів панування Австро-Угорщини служив в особистій охороні австрійського цісаря Франца-Йосифа. У 1968 році Володимир Пилат почав вивчати кіокушин карате. Подолавши за 9 років шлях від новачка до майстра, у 1977 році він успішно склав іспити на I дан карате і отримав чорний пояс. Володимир Пилат відкриває власну школу кіокушин карате. На початку 80-х років школа сенсея В. С. Пилата перемогла всі школи бойових мистецтв, що існували на той час у Львові та в Україні, і вийшла на загальносоюзний рівень.

Разом з тим Володимир Пилат ні на мить не забував свого коріння. Він завжди пишався своїм походженням, тож перспектива присвятити все своє життя прославленню бойового мистецтва і культури далекої і чужої Японії суперечила його поглядам і переконанням. Свій вільний час Володимир Степанович все частіше присвячував ґрунтовному дослідженню бойової спадщини нашого народу. В 1985 році, коли з'явилася найменша можливість говорити вголос про відродження української культури, він відмовився від блискучих перспектив, що відкривалися перед ним в карате і створив експериментальну школу з дослідження і вивчення бойової культури українського народу. Два роки дослідницької роботи дали позитивний результат і вже з 1987 року, остаточно покинувши карате, Володимир Степанович почав відновлювати і розвивати Бойовий Гопак [1, с.6].

У 1990 році з метою легалізації діяльності з відродження українського козацтва та козацьких бойових мистецтв Володимир Степанович Пилат створив громадську організацію "Фольклорно-спортивна асоціація "Галицька Січ"", на базі якої Бойовий Гопак розвивався протягом наступних семи років. До числа співзасновників "Галицької Січі" входили Євген Приступа (нині доктор педагогічних наук, професор), Олесь Нога (нині кандидат наук, українознавець), Марія Шунь (відома поетеса). "Галицька Січ" стала великою творчою лабораторією, в якій відновлювався штучно обірваний чужинцями зв'язок між спортом та культурою, тілесним вишколом та духовністю.

Здобуття Незалежності у 1991 році дає новий поштовх праці Володимира Степановича. Зараз важко навіть просто перелічити всі поїздки Учителя по Україні, організовані ним в різних містах показові виступи, фестивалі, навчальні семінари. В 1991 році вже виходить друком перша книга, яка містить відомості про відроджене бойове мистецтво українців - "Традиції Української Національної Фізичної Культури", (у співавторстві із к.пед.наук Євгеном Приступою). Трохи згодом, у 1994 р., В. С. Пилат видав книгу "Бойовий Гопак", яка стала справжнім одкровенням для багатьох тисяч українців [1, с.7].

Завдяки постійній подвижницькій праці Учителя осередки Бойового Гопака створюються в різних регіонах України. З його подачі та за його сприяння починають відроджуватися і інші стилі національних бойових мистецтв, такі як Хрест, Собор та інші. В 1997 році рішенням Установчих Зборів Центральної Школи Бойового Гопака Володимиру Степановичу Пилату, як засновнику стилю, присвоєно пожиттєве звання Верховного Учителя Бойового Гопака. У зв'язку зі зростанням зацікавлення лицарським мистецтвом українців у світі, в серпні 2001 року створено Міжнародну Федерацію Бойового Гопака, Президентом якої також було обрано Володимира Пилата [1, с.9].

На сьогоднішній день Володимир Пилат очолює Правління та Раду Вчителів ЦШБГ, Міжнародну Федерацію Бойового Гопака. Найважчі роки становлення стилю вже позаду, але попереду - напружена праця для утвердження здобутого, створення Всесвітнього вишкільного центру, поширення лицарської культури на різні сфери життя українців, піднесення Бойового Гопака до Олімпійських вершин.

Український рукопаш "Спас": історичний та етнографічний аспекти.

Сучасне відродження козацького бойового мистецтва «Спас» в Україні розпочалось на початку 90-х років ХХ ст. В м. Запоріжжя виникла ініціативна група під керівництвом Олександра Притули, яка розпочала процес пошуку, вивчення і апробації козацьких

методів ведення бою, зокрема розпочався пошук носіїв, які зберегли козацьке бойове мистецтво “Спас”.

З метою відродження і впровадження бойового мистецтва в козацький рух в 1992 році при горомадській організації “Запорозьке військо низове “Запорізька Січ” було засновано окрему козацьку сотню бойових мистецтв, сотником цієї сотні було обрано Олександра Леонтійовича Притулу. Того ж року при товаристві з обмеженою відповідальністю “Бурштин” (м. Запоріжжя) під керівництвом Миколи Олексійовича Нікіфорова було створено клуб бойових мистецтв і засновано відділ українських національних бойових мистецтв. Керівником відділу був призначений О. Л. Притула. Відділ почав системну роботу по збору українських національних прийомів і методів бойового мистецтва. В 1992 році було відкрито експериментальну групу українського національного бойового мистецтва “Спас”. Учні цієї групи стали першими тренерами-інструкторами бойового мистецтва “Спас” в Україні.

З 1992 року по 1996 рік проводились експедиції по пошуку носіїв козацьких прийомів бойового мистецтва по селах України, Кубані. Упродовж 1994 – 98 років Олександр Притула опановував бойове мистецтво “Спас” у Леоніда Безклубого з Одеси в режимі виїзних семінарів. На цих семінарах надавалися знання не лише прийомів бою козацтва, але і історія козацького бойового звичаю, основи характерницької науки, виживання, організаційні основи козацтва, методи козацької медицини, передавалися козацькі перекази та карби, які збереглися в роду Леоніда Петровича Безклубого. З 1995 по 2003 рік Олександр Притула опановував козацький бойовий звичай під вчителюванням Анатолія Петровича Бондаренка, старійшини українського козацтва,. Під час навчання окрім бойових прийомів велось навчання козацьким пісням, розтлумачувався зміст козацьких ігор, танців, козацьких карбів – споконвічних козацьких мудростей, які передавалися в козацьких родах, передавалися козацькі характерні молитви та змовляння тощо.

Перша експериментальна група козацького бойового мистецтва “Спас” була відкрита в 1993 році в палаці культури “Металург” комбінату “Запоріжсталь” в м. Запоріжжя. Група налічувала вісім спортсменів. Почалось експериментальне вивчення і апробація козацького бойового мистецтва “Спас”.

В 1994 році при Запорізькому електротехнічному технікумі-коледжі було засновано історико-патріотичний клуб “Січ”, основним завданням якого стало навчання студентів козацькому бойовому мистецтву “Спас”. Історико-патріотичний клуб “Січ” став на довгі роки всеукраїнським центром відродження та розвитку українського національного бойового мистецтва “Спас”. На базі клубу було проведено низку семінарів з метою підготовки інструкторсько-тренерського складу та суддівського корпусу. В листопаді 1994 року на базі Запорізького електротехнічного технікуму-коледжу було вперше проведено відкриту першість м. Запоріжжя з українського рукопашу “Спас” на честь дня народження Нестора Махна. З того часу цей турнір проводиться щорічно і на сьогодні має статус кубку України з українського рукопашу “Спас” імені Нестора Махна [2].

У вересні 1994 року при Міжнародному інституті державного і муніципального управління м. Запоріжжя (зараз Класичний приватний університет м. Запоріжжя) на кафедрі фізичного виховання і військово-прикладних мистецтв вперше було відкрито секцію козацького бойового мистецтва “Спас” для студентів цього вищого навчального закладу.

В 1996 році в м. Запоріжжя було засновано громадську організацію “Школу традиційного козацького бойового мистецтва “Спас”, яка поставила за мету відродження і розвиток козацького бойового мистецтва “Спас” в Україні. Школа традиційного козацького бойового мистецтва “Спас” заснувала ряд осередків у Запоріжжі, Бердянську, Вільнянську, Гуляйполі, Токмаці, Мелітополі Запорізької обл., в Олександрії Кіровоградської обл., у Києві та Рівному. 2-3 серпня 1997 року в м. Запоріжжя було проведено Перший Всеукраїнський фестиваль козацьких бойових та традиційних мистецтв. [3].

У травні 1998 року за ініціативою керівника громадської організації “Школа традиційного козацького бойового мистецтва “Спас” Олександра Притули, за підтримки міського голови м. Запоріжжя Олександра Головка було відкрито першу школу українського національного бойового мистецтва – Запорізьку міську козацьку дитячо-юнацьку спортивну школу бойового мистецтва “Спас”. Першим директором цієї школи було призначено Олександра Притулу.

В 2010 році Міністерством у справах сім’ї, молоді та спорту «Український рукопаш «Спас» внесений в перелік видів спорту, що визнані в Україні (наказ №306 від 09.02.2010р.) [4].

В 2012 році на 16-ому Міжнародному фестивалі козацьких бойових та традиційних мистецтв “Спас на Хортиці” імені Анатолія Єрмака було засновано Міжнародну федерацію «Спас». Президентом федерації було обрано Олександра Притулу. На фестивалі було проведено перший в історії розвитку українського рукопашу “Спас” чемпіонат Європи з бойового мистецтва “Спас”. Участь в чемпіонаті Європи прийняли збірні команди України, Росії, Білорусі, Молдови, Азербайджану, Грузії [5].

В жовтні 2013 року в м. Дніпропетровськ в рамках 17 Міжнародного фестивалю козацьких бойових та традиційних мистецтв “Спас на Хортиці” імені Анатолія Єрмака пройшов перший чемпіонат світу з бойового мистецтва “Спас”. В чемпіонаті світу прийняли участь збірні команди і делегації України, Росії, Білорусі, Молдови, Азербайджану, Грузії, Латвії [6]. Український рукопаш “Спас” отримав міжнародне визнання і зацікавленість у розвитку в інших країнах.

Важливу роль у вихованні учнів відіграє національно-патріотичне виховання під час спортивних занять із бойових мистецтв. **Національні бойові мистецтва — це потужний чинник національно-патріотичного виховання, який формує активного чоловіка-лицаря своєї Держави. На рідній лицарській культурі дуже легко відродити військо таке, яке стане гарантом цілісності і збереженості української національної Держави.**

Кодокан для Японії і Шаолінь для Китаю у всі віки були джерелами духовного натхнення, незнищеними потоками (із збереженими у чистоті храмів) звичаїв, традицій, мовою, філософією, лікуванням, науками державоуправління і державобудівництва.

В Україні з XIV до XVIII ст. джерелом духовного натхнення була Запорізька Січ. Саме там, на Січі, черпали наші пращури насагу до боротьби за волю. Саме там, на Запорожжі, бував дух вольності, який щоразу піднімав народ на визвольні війни. Такі екскурси в історію України під час тренувань мають виховний вплив та відіграють роль чинника національно-патріотичного виховання.

Кожне тренування з Бойового гопака та Спасу починається з урочистого шиккування та прославляння своєї держави «Слава Україні!», а учні вшановують пам’ять загиблих за нашу Батьківщину словами «Героям слава!». Крім того, на тренуванні з Бойового гопака існує відновлений древній ритуал висловлення поваги до старших, наприклад, до засновника стилю Бойового гопака – В. С. Пилата. Тренер говорить: «Верховному учителю Бойового гопака – тричі!», а вихованці відповідають: «Слава! Слава! Слава!» На противагу цьому, опираючись на демократичні принципи існування Запорізької Січі, на заняттях Міжнародної федерації «Спас» запроваджена ритуаліка, пов’язана з історією козацтва. Тренер виголошує вітання: «Слава Запорізькому козацтву!», на яке учні відповідають: «Слава! Слава! Слава!» Такі, дуже цінні з точки зору етнографічних досліджень, вигуки і заклики мають значення не лише поваги до батьківщини та козацтва, виконують глибинні магічну та енергетичну функції, а й відіграють роль підвищення рівня етносамосвідомості та утвердження бойового духу учасників таких занять.

Ще один, постійно присутній на початку та в кінці тренування, елемент вишколу спасівців та гопаківців – це молитва. З покон-віків у козаків була традиція молитися вранці після сну, молитися увечері перед сном, перед сніданком, обідом, вечерею та після них, обов’язково

молитися перед боєм та після бою. Звернення до Бога наповнювало духовність козаків відчуттям священності війни (а сьогодні – тренування) та постійним заступництвом творця перед небезпекою. У Федерації Бойового гопака заведено молитися мовчки, адже серед учнів можуть бути не лише християни, а й мусульмани, буддисти та інші. А в середовищі послідовників Міжнародної федерації «Спас» широко застосовується молитва «Отче наш» та старовинні козацькі молитви. Ось, наприклад, одна з них **«СЛОВО СТОСОВЕ»**:

«До тих пір, доки молодь з молоком матері та від старшини буде всотувати несприйняття зверхності над собою і в собі, в Роду, до тих пір рій Родів скупи Вкраїнської буде взмозі захистити мазкою братчіковою землю свою на користь свою».

Або, наприклад, вживається також **«Козацька заповідь»**:
«Козак – лицар духу і честі, охоронець рідної землі, історичної пам'яті народу і національної культури. Все навколо його, всьому він дає лад і оберег. Мрія козака – показачити всю Україну, щоб горіла земля під ногами тих, хто зазіхне на її волю» (ПОЛ).

Невід'ємним елементом кожного тренування також виступає козацька пісня. Наш народ у всі віки славився співучістю. Будь-яка сільськогосподарська робота починалася, супроводжувалася і закінчувалася піснею [1, с.214]. Пісня – це віброкосмічний код нашого народу. Пісня – це словесно-музичний спосіб медитації. З правіку пісні виконувалися сидячи, або стоячи в колі. Щоби відродити стародавній звичай, з'єднатися у пісні з ергрегором нашої нації, злитися із душами загиблих за Україну, підсилити власну внутрішню енергію і збільшити енергетику школи учні стають у коло і виконують пісню. Члени Федерації Бойового гопака частіше всього співають пісні: «Ой, збиралися орли...», «Хтось та й вродиться...», марш «Україна», «В Чорне море кров Дніпром тече...», «Нас питають, якого ми роду...» та ін. А серед учнів Міжнародної федерації «Спас» найбільшого поширення набули такі пісні: «Гей, не дивуйтеся добрії люди...», «Ой, на горі та й жінці жнуть...», «Розпрягайте, хлопці, коней...», «Любо, братці, любо...», Про Батька-отамана, а також «В Чорне море кров Дніпром тече...». Пісня та молитва – це потужні чинники національно-патріотичного виховання, підняття морального духу та вияву національної свідомості учнів.

Обов'язково потрібно зазначити, що президент Міжнародної федерації «Спас» О. Л. Притула, опираючись на історичні джерела (Г.Боплана, А.Скальковського, Д.Яворницького), ввів таке нововведення, як проведення бігу, руханки і заминки під народну пісню у виконанні самих учнів («Туман яром...», «Не студи мене, мороз...» тощо), чого немає у Федерації Бойового гопака. Окремим елементом мілітарного виховання дітей є використання під час тренування народних ігор. У Міжнародній федерації «Спас» учні грають у такі ігри: смалений вовк, гони, збережи отамана, тягни бука, цурки-палки та ін. Учні Міжнародної федерації Бойового гопака використовують на своїх тренуваннях натупні народні ігри: запорожець на Січі, в козака-характерника, у річку «Гоп», журавель, переправа, у бондаря тощо.

Основи специфічної мілітарності будь-яких етносів ґрунтуються на ігровому елементі архаїчної культури. Цю теорію докладно розробив нідерландський учений-культуролог Й.Гейзінга в праці „Гомо Луденс". Він зазначає, що саме через гру людська спільнота підіймається до вищих щаблів організації життя. Одним з основних елементів суспільного життя є поняття змагання. Адже будь-яка фізична, суспільна чи моральна перевага становить основу для честі й слави. Це джерела престижу й влади. Гра є живим принципом будь-якої культури. І у витоках культури суперництво заради здобуття першості було чинником її формування та ошляхетнення. У змаганнях розгортається структура суспільства [7, с.11].

Саме народна дитяча гра, яка з часом переростає у елемент боротьби, пізніше – у показовий виступ, а згодом – перетворюється у повноцінні безконтактні чи повноконтактні змагання знову ж таки як частину гри, постає тими ритуальними

змаганнями юнаків, що тепер виконують функцію ініціації, або посвячення, суть яких – перевірити готовність юнака до військового життя, випробувати його чоловічі якості. У вихованні почуття національної гідності велике значення має правдиве висвітлення історії культури та освіти народу повернення до культурних надбань минулого, відкриття невідомих сторінок нашої історії, що є невід’ємним елементом тренування як спасівців, так і гопаківців. Під час тренування це триває недовго – від 3 до 5 хвилин. Проведення свят та вечорів на козацьку тематику постійно виступає як елемент виховання гопаківців та спасівців. Учні, які займаються Бойовим гопаком та Спасом, люблять робити показові виступи, а особливо зі зброєю (шаблі, палиці, коси, серпи, сокири, булава), брати участь у різноманітних святах, приурочених визначним історичним подіям. Це, як правило, різноманітні фестивалі, День села або День міста [8, с.61], День незалежності України [9, с.33], День козацтва і св. Покрови [10, с.25], св. Миколай, Новий рік, Різдво, Водохреща [11, с.11], День матері [12, с.20], свято Купала, а також різні заходи, присвячені пам’яті Тараса Шевченка, Івана Мазепи, Петра Сагайдачного [13, с.104], Байди Вишневецького, Богдана Хмельницького, Івана Сірка, Максима Залізняка [14, с.11] та інших. Участь у таких заходах сприяє не лише розкриттю душі дитини, її талановитості, артистичності, але це ще й виступає потужним чинником як національно-патріотичного виховання, так і вияву національної свідомості учнів.

Опитування інформантів.

Для того щоб у нашій уяві виникла повноцінна етнологічна картина сучасної реставрації бойової культури козацької доби, ми провели анкетування та взяли інтерв’ю у тих інформантів, що мають чималий досвід діяльності або навчання у своїй федерації.

Ми отримали найрізноманітніші мотиви вибору секції саме українського рукопашу «Спас» під час відповіді на запитання: «Чому ти почав займатися саме Спасом, а не іншим видом спорту?»

«Цікавлюсь бойовою культурою українських воїнів, а також оздоровчими системами» (ГСВ). «Тому що це цікаво і це спортивний спосіб життя українського народу» (ЛБП). «Перепробував всі основні бойові мистецтва та зробив висновок: більш практичного та рідного ніж Спас – немає» (СВВ). «Тому що Спас – це український вид, треба розвивати свою країну» (ШДС). «Тому що мені подобається цей вид спорту» (ГСО). «Бо Спас – це український народний вид бойових мистецтв» (ЗМА). «Я почув про Спас, що він відроджує козацтво» (ДМВ). «Тому що це український вид спорту» (ФМЕ). «Тому, що цей вид спорту допомагає здоров’ю» (ЄЮ). «Спас» являється давнім козацьким боєм, який вивчає не тільки рукопашний бій, але і культуру давнього козацтва» (НСО). «Спас» - давнє козацьке мистецтво, яке виховує повагу до історії, і має досить сувору дисципліну» (НАВ). «Не хотів сидіти вдома без діла» (КОВ). «Сподобалась ідея цього виду спорту» (ССО). «Сподобалась ідеологія» (СДО). «Рядом була секція «Спас», і про «Спас» перший дізнався, ніж про інші секції» (КВО). «Сподобалося» (ЄПА). «Було багато вільного часу» (СМС). «Багато складових впливало на це рішення» (ГОІ). «Відродження козацького бойового звичаю» (РКА). «Спас» – моє родове бойове мистецтво» (ПОЛ).

Де в чому схожі мотиви вибору секції Бойового гопака знаходимо у членів Міжнародної федерації Бойового гопака та у їхніх відповідях на запитання: «Чому ти почав займатися саме Бойовим гопаком, а не іншим видом спорту?»

«Бо він мені більше сподобався» (КМО), (КМЮ). «Через те, що сподобалась техніка» (ВРА). «Бо сподобалась система тренувань» (БЮА). «Я ніколи не чула про таке мистецтво, як Бойовий гопак. Мені стало цікаво, я спробувала і сподобалось» (АЮЮ). «Тому, що інші види спорту мають лише одну точку зору» (ЧАС). «Тому що він мені подобається, і тому, що це – українське» (СМЯ). «Мені це ближче» (ГВМ). «Бо це наше рідне бойове мистецтво і його заснував українець» (БМВ). «Тому що це рідне бойове

мистецтво, яке виховує патріота своєї країни, має свою філософію і вивчає народні звичаї, культуру, традиції, історію» (ДРВ).

Трапляються доволі оригінальні та нестандартні висловлювання інформантів, що займаються в Міжнародній федерації «Спас», у процесі відповіді на запитання: «Чого ти очікуєш від занять Спасом?», «Чого ти хочеш досягти в цьому виді спорту?»

«Виховати багато чемпіонів» (ГСВ). «Навчитися самому і навчити інших традиціям «Спасу», «Я хочу досягти уміння і ефективності» (ЛБП). «Вдосконалення духовного та фізичного стану» (СВВ). «Більше розвиватися та навчати молоде покоління дітей» (ШДС). «Стати Президентом Всеукраїнської федерації українського рукопашу «Спас» (ГСО). «Найвищих висот у цьому спорті» (ЗМА). «Я очікую, що я стану справжнім козаком», «Я хочу досягнути, щоб я став чемпіоном світу» (ДМВ). «Очікую розвитку як фізичного, так і духовно-морального» (ФМЕ). «Стати кращим ніж був» (ЄПО). «Силу і швидкість, щоб можна захистити свою родину», «Я хочу досягти вищого мистецтва» (БДО). «Здобути нових навичок, сили духу і так далі» (НСО). «Найвищих результатів» (НАВ). «Самоконтролю» (КОВ). «Навчитися навиків володіння зброєю і акробатики» (ССО). «Маю бажання досягти спортивних вершин» (СДО). «Нові враження, навички» (КВО). «Стати воєнним» (ЄПА). «Бойових навичок» (СМС). «Виховання спортсменів, воїнів-патріотів» (ГОІ). «Всебічний розвиток» (РКА).

На аналогічне запитання: «Чого ти очікуєш від занять Бойовим гопаком?», «Чого ти хочеш досягти в цьому виді спорту?»,— поставлене членам Міжнародної федерації Бойового гопака, чуємо несподівані, життєствердні, а, іноді, доволі мрійливі роздуми.

«Хочу стати сильною і доброю людиною», «Досягти сьомого рівня (поясу)» (КМО). «Виховувати патріотів України» (ВРА). «Стати тренером, щоб патріотично виховувати населення» (БЮА). «Хотілось би стати тренером Бойового гопака і досягнути вищих рівнів» (АЮЮ). «Покращити свою фізичну форму, розвиватись духовно і розумово» (ЧАС). «Очікую стати здоровим, сильним, свідомим українцем» (СМЯ). «Досягти того, до чого зможу дотягнути» (ГВМ). «Хочу стати сильним і розвинути федерацію Бойового гопака» (БМВ). «Стати кращим, завжди вчитися і працювати над собою на фізичному, психологічному та духовному рівні» (ДРВ). «Стати учителем та виховати дуже багато Українців-воїнів-патріотів» (КМЮ).

Етнічну свідомість розглядають як сукупність уявлень, знань, установок і схильностей, виявлених та засвоєних у процесі онтогенезу, накопичених за допомогою життєвого досвіду людини й етнічної групи. У структурі етнічної свідомості виокремлюються такі складові: ідеологічні й психологічні, раціональні й емоційні, буденні й наукові, статичні й динамічні. У межах етнічної свідомості з'являється і розвивається етнічна самосвідомість. Поняття етнічної самосвідомості визначається на індивідуальному та груповому рівнях, а з метою детальнішого розуміння означення етнічної самосвідомості учасники Міжнародної федерації Бойового гопака намагались дати відповідь на запитання: «Чим для тебе є Бойовий гопак, що він означає для тебе?»

«Це для мене мистецтво, яким можна досягти висот» (КМО). «Це гармонійна система розвитку особистості» (ВРА). «Це гармонійний розвиток тіла і душі» (БЮА). «Бойовий гопак це, можна сказати, – все моє життя. З того часу, як я займаюсь, жити стало легше і краще» (АЮЮ). «Бойовий гопак є невід'ємною частиною мого життя» (ЧАС). «Для мене це мистецтво виживання та культурного розвитку» (СМЯ). «Бойовий гопак дає змогу доторкнутися до пам'яті пращурів» (ГВМ). «Бойовий гопак для мене є основним видом діяльності, моє життя» (БМВ). «Бойовий гопак, для мене, – стиль життя. Означає для мене, що треба жити по принципам і настановам Бойового гопака і постійно працювати над собою» (ДРВ). «Це моє життя» (КМЮ).

Етнічна самосвідомість виступає формою усвідомлення особистістю чи народом своєї належності до певного етносу, що базується на спільності мови, культури, історичної долі й визнанні особливих специфічно-історичних рис свого народу. Однією із складових етнічної самосвідомості виступають світоглядні уявлення особистості на тему: «Чим для тебе є Спас, що він означає для тебе?» Наведемо відповіді членів Міжнародної федерації «Спас»:

«Спас мене захищає і оздоровлює» (ГСВ). *«Спас для мене є святим тому, що він мені дуже подобається»* (ЛБП). *«Спосіб життя»* (СВВ). *«Спас – це Україна, стиль життя»* (ШДС). *«Це стиль життя»* (ЗМА), (ДМВ), (КОВ). *«Це моя сутність, те – чим потрібно жити»* (ФМЕ). *«Спас означає для мене покращення своїх знань»* (ЄЮ). *«Спас означає для мене те, що від нього можна стати сильнішим»* (БДО). *«Останні три роки Спас став для мене всім життям»* (НСО). *«Для мене це віра у спортивне майбуття»* (НАВ). *«Вид спорту, традиція»* (СОО). *«Бойове мистецтво, вдосконалення духа і тіла»* (КВО). *«Робота, стан душі, образ життя»* (ГОІ). *«Спас для мене – це життя»* (ГСО), (ЄПА), (РКА), (ПОЛ).

Добрим знавцем фольклору, особливо козацьких прислів'їв та приказок, виявився президент Міжнародної федерації «Спас» Притула О. Л., який багато з них пам'ятає від свого дідуся:

Бог і Україна! Воля і честь! Без волі і честі щастя не буває, без волі і честі життя не життя. Власну свободу захищай, рідну землю охороняй. Волі не чекай, сам її бери і оберігай. Козаку нема верховода крім Бога і народу. Воля світ береже, неволя в яму веде. Дарма смерті не шукай, а як зустрінеш – нетікай. Духу войовничого не втрачай, тіло гартуй. Збережемо край свій Звичаєм, один-одного – обичаєм. Знехтуєш Бога і волю – сам рабом станеш.

На чужу волю не зазіхай, щоб свою не втратить. Не зазіхай на чуже, зроби своє. Немає з ким порадитися – в совісті своєї спитай. Не роби зла другому, бо вернеться два. Страх і воля несумісні, страх за життя – риса раба (ПОЛ).

Сьогодні завдання етнографа – зберегти, занотувати і донести до наступних поколінь народні звичаї та обряди. Нас, зокрема цікавлять військові обряди, або ті, в яких беруть участь воїни, козаки, спортсмени, та як вони їх відроджують у сучасних умовах. Один із таких обрядів, а саме, – тризна або поминки, часто проводять учасники та прихильники Міжнародної федерації «Спас».

Більш ніж двадцять років традиція вшанування пам'яті великих подвигів українських козаків існує в Запоріжжі, присвячена пам'яті загиблих козаків. Обряд нагадує про те, як козаки Запорозької Січі боронили рідний край та як підступно багатотисячна армія Катерини II захопила та зруйнувала укріплення козаків. Цю традицію повернули з небуття нащадки козаків та щорічно відзначають на овіяній легендами та славою фортеці, яка не одне століття стояла на Дніпрі, на острові Хортиця. Під час обряду тривають розповіді про давні звичаї наших пращурів [15, с.227], що століттями жили на цій території, але любов до сім'ї, роду, рідної землі, сила духу, звитяга, бойове мистецтво мали одне, спільне, глибоке й сильне коріння. Заслугове на уважне вивчення етнологами заключна частина цього обряду, а саме покладання великого вінка на горизонтально розташований рівнораменний хрест, запалювання свічки всередині нього та спуск його на води Дніпра [16].

Висновки

Провідною культурною ідеєю для більшості європейських народів є образ чоловіка-воїна, богатиря, лицаря, ідальго, козака, об'єднаний поняттям „культурного Героя". Саме він є постійною дійовою особою усної народної творчості (епосу, героїчного міфу). З Галичини походять звістки про лицарські турніри – ігри. Василько робить таку гру з якимось угорським боярином. Під мурами Ярославля Ростислав „затівав гру" з лицарем угрином Воршем: „... і зігнувся він... І впав під ним кінь, і вивихнув він плече..." [17, с.4]. У цих турнірах із значною ймовірністю можна вбачати західний

вплив [18, с.254]. Якщо говорити про танцювальне мистецтво, то візитною картою України споконвіку є гопак. У нашій країні важко знайти ансамбль народної творчості, в репертуарі якого не було б гопака. Але далеко не всі знають, що гопак - це не тільки танець, який захоплює нас своєю красою і міццю, але і вид бойового мистецтва.

Бойовий гопак – це бойове мистецтво, яке об'єднує ударну і кидкову техніку з пластикою танцю гопак. Для бойового гопака властиве використання захоплень і блоків, а також нанесення ударів руками і ногами.

Національний вид бойового мистецтва під назвою “Спас” сформований на базі козацького бойового мистецтва “Спас”. В його рамках розпрацьовано кілька напрямків, зокрема,прикладний, спортивний, показовий та оздоровчо-лікувальний.

Прикладний напрямок передбачає ведення короткочасного (протягом 1-2 сек.) індивідуального, групового і колективного рукопашного бою з використанням різних видів зброї в тому числі холодної та вогнепальної. Спортивний напрямок представляє собою поєднання різновидів змагальної діяльності у сфері ведення індивідуального рукопашного бою. Де під час поєдинку спортсмени використовують ударну техніку руками і ногами, кидкову техніку а також силову боротьбу.

У лекційних курсах з історії української культури виділяються такі розділи: матеріальна культура, поселення і житло, національний костюм, система харчування, світоглядні уявлення, свята та обряди. Але в історії китайської культури окремий розділ займає кунг-фу, а в історії японської культури розділ «Національні єдиноборства» складається з детальних описів карате-до, дзюдо і сумо. Потрібно наголосити, що у лекційний курс з історії української культури треба терміново ввести такий розділ як «Національні єдиноборства: бойовий гопак, аркан, спас, бій навулачки, боротьба навхрест, на поясах і рукоборство (армреслінг)».

Наше покоління має бути вдячним предкам, які зберегли танець гопак та козацький рукопаш «Спас», що вносять у наше життя козацький дух і лицарську культуру тих часів.

Література

- a. Пилат В. Бойовий гопак/ Володимир Пилат. - Львів: Галицька вид. спілка, 1999.— 336с.
- b. Історія ВГО “Спас” [Електронний ресурс] / Історія ВГО “Спас” Офіційний сайт ВГО “Всеукраїнська федерація “Спас” — Режим доступу : <http://spas.zp.ua/ru/vgo-spas/history/> – Назва з екрану.
2. Фестиваль “Спас на Хортиці” [Електронний ресурс] / Фестиваль “Спас на Хортиці”. Офіційний сайт ВГО “Всеукраїнська федерація “Спас” — Режим доступу : <http://spas.zp.ua/ru/фестиваль-спас-на-хортиці/> – Назва з екрану.
3. В Україні офіційно визнали сім нових видів спорту [Електронний ресурс] / В Україні офіційно визнали сім нових видів спорту. NEWSru.ua / Спорт / Серед, 10 лютого – Режим доступу : <http://www.newsru.ua/sport/10feb2010/sport.html> – Назва з екрану.
4. В Запорозжє состоялся Первый Чемпионат Европы по рукопашному бою [Електронний ресурс] / В Запорозжє состоялся Первый Чемпионат Европы по рукопашному бою. Коментарии : Запорозжє – Режим доступу : <http://zp.comments.ua/news/2012/10/19/132315.html> – Назва з екрану.
5. Чемпіонат світу з українського рукопашу “Спас” [Електронний ресурс] / Чемпіонат світу з українського рукопашу “Спас”. Громадська рада при Дніпропетровській обласній державній адміністрації. Офіційний сайт. Режим доступу :

<http://www.gromrada.org/10-новини/190-запрошуємо-на-чемпіонат-світу-з-бойового-мистецтва-«спас».html> – Назва з екрану.

6. Гейзінга Й. „Гомо Луденс“. – К., 1994. – С.11 (9).
7. Коркішко О. Становлення патріотичного виховання в 19–20 ст.: (Історичний аспект) // Рідна школа. – 2004. – № 2.– С. 60-62.
8. Національна символіка: Бесіда-пам'ятка для учнів 5–9 кл. / Державна б-ка України для дітей; Склад. В. Красножон. – К., 1992. – 9 с.
9. Бех І., Чорна К. Програма патріотичного виховання дітей та учнівської молоді // Світ виховання. – 2007. – №1 (20). – С. 23-34.
10. Крижанівська Г. Нічого в світі кращого нема – як захищати рідну Батьківщину // Шкільний світ. – 2002. – № 29- 32. – С. 11-12.
11. Пояркова Г. Національна символіка: Розробка гри-вікторини // Позакласний час. – 2001. – №1. – С. 20.
12. Лемешенко Н. Славетні імена країни // Позакласний час. – 2006. – №1-2. – С. 102-105.
13. Пашенко Д. Патріотичне і національне виховання – складові становлення громадянина // Шлях освіти. – 2002. – № 1. – С. 9-14.
14. Павлюк. С. Українське народознавство (похоронна і поминальна обрядовість, стор. 226-229). К., Знання, 2004.
15. У Запоріжжі відбулась козацька тризна [Електронний ресурс] / У Запоріжжі відбулась козацька тризна. Громадське телебачення / Суспільство / Неділя, 31 травня 2015 – Режим доступу : <http://www.hromadske.tv/society/u-zaporizhzhzhi-vidbulas-kozatska-trizna/.html> – Назва з екрану.
16. Денисюк Ж. Військове виховання в етнокультурі українців: традиції і новації. / Військово-історичний альманах – №2, 2001 // www.uarmy.com.ua /Almanah/ Almanah02
17. Грушевський М. Історія України-Руси. – К., 1995. – Т. VII. – С. 296.

Список інформантів від Міжнародної федерації «Спас»

БДО – Белогубцев Денис Олександрович, 2001 р. н. Записав Т. Перегінчук 17 липня 2015 р. в м. Запоріжжя.

ГОІ – Грицай Олександр Іванович, 1970 р. н. Записав Т. Перегінчук 17 липня 2015 р. в м. Запоріжжя.

ГСВ – Гаврилюк Сергій Валерійович, 1982 р. н. Записав Т. Перегінчук 17 липня 2015 р. в м. Запоріжжя.

ГСО – Грицай Сергій Олександрович, 1998 р. н. Записав Т. Перегінчук 17 липня 2015 р. в м. Запоріжжя.

ДМВ – Доновський Микита Сергійович, 2001 р. н. Записав Т. Перегінчук 17 липня 2015 р. в м. Запоріжжя.

ЄЮ – Ємельянов Ілля Юрійович, 2005 р. н. Записав Т. Перегінчук 17 липня 2015 р. в м. Запоріжжя.

ЄПА – Єрмоленко Павло Андрійович, 1998 р. н. Записав Т. Перегінчук 17 липня 2015 р. в м. Запоріжжя.

ЗМА – Завдський Микита Андрійович, 2001 р. н. Записав Т. Перегінчук 17 липня 2015 р. в м. Запоріжжя.

КВО – Кирилов Владислав Олексійович, 2000 р. н. Записав Т. Перегінчук 17 липня 2015 р. в м. Запоріжжя.

КОВ – Караченков Олексій Володимирович, 1995 р. н. Записав Т. Перегінчук 17 липня 2015 р. в м. Запоріжжя.

ЛБП – Лешак Богдан Павлович, 1995 р. н. Записав Т. Перегінчук 17 липня 2015 р. в м. Запоріжжя.

НАВ – Недря Аліна Віталіївна, 2000 р. н. Записав Т. Перегінчук 17 липня 2015 р. в м. Запоріжжя.

НСО – Нападайло Євген Олександрович, 1997 р. н. Записав Т. Перегінчук 17 липня 2015 р. в м. Запоріжжя.

ПОЛ – Притула Олександр Леонтійович, 1970 р. н. Записав Т. Перегінчук 17 липня 2015 р. в м. Запоріжжя.

РКА – Рижов Костянтин Анатолійович, 1964 р. н. Записав Т. Перегінчук 17 липня 2015 р. в м. Запоріжжя.

СВВ – Солодовник Володимир Васильович, 1976 р. н. Записав Т. Перегінчук 17 липня 2015 р. в м. Запоріжжя.

СДО – Серков Дмитро Олександрович, 1999 р. н. Записав Т. Перегінчук 17 липня 2015 р. в м. Запоріжжя.

СЄО – Серков Євген Олександрович, 1991 р. н. Записав Т. Перегінчук 17 липня 2015 р. в м. Запоріжжя.

СМС – Степовий Михайло Сергійович, 1996 р. н. Записав Т. Перегінчук 17 липня 2015 р. в м. Запоріжжя.

ФМЕ – Фісаюк Микола Єдуардович, 1993 р. н. Записав Т. Перегінчук 17 липня 2015 р. в м. Запоріжжя.

ШДС – Швед Дмитро Сергійович, 1995 р. н. Записав Т. Перегінчук 17 липня 2015 р. в м. Запоріжжя.

Список інформантів від Міжнародної федерації Бойового гопака

АЮЮ – Альтман Юлія Юріївна, 2001 р. н. Записав Т. Перегінчук 7 липня 2015 р. в с. Ільниця Іршавського р-ну Закарпатської обл.

БМВ – Басистий Микола Васильович, 1994 р. н. Записав Т. Перегінчук 7 липня 2015 р. в с. Ільниця Іршавського р-ну Закарпатської обл.

БЮА – Бляховський Юрій Анатолійович, 1996 р. н. Записав Т. Перегінчук 7 липня 2015 р. в с. Ільниця Іршавського р-ну Закарпатської обл.

ВРА – Войтович Роман Андрійович, 1996 р. н. Записав Т. Перегінчук 7 липня 2015 р. в с. Ільниця Іршавського р-ну Закарпатської обл.

ГВМ – Гривнак Володимир Мирославович, 1979 р. н. Записав Т. Перегінчук 7 липня 2015 р. в с. Ільниця Іршавського р-ну Закарпатської обл.

ДРВ – Дмитренко Руслан Віталійович, 1980 р. н. Записав Т. Перегінчук 7 липня 2015 р. в с. Ільниця Іршавського р-ну Закарпатської обл.

КМО – Кондратюк Микита Олегович, 2005 р. н. Записав Т. Перегінчук 7 липня 2015 р. в с. Ільниця Іршавського р-ну Закарпатської обл.

КМЮ – Колінько Микола Юрійович, 1987 р. н. Записав Т. Перегінчук 7 липня 2015 р. в с. Льниця Іршавського р-ну Закарпатської обл.

СМЯ – Сурак Михайло Ярославович, 1981 р. н. Записав Т. Перегінчук 7 липня 2015 р. в с. Льниця Іршавського р-ну Закарпатської обл.

ЧАС – Чуміра Андрій Сергійович, 2000 р. н. Записав Т. Перегінчук 7 липня 2015 р. в с. Льниця Іршавського р-ну Закарпатської обл.

УДК 796.814:796.0121'2 – 057.875

БОРТЬБА САМБО ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ ТА КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ СТУДЕНТІВ

Лях М.В., Хоменко С.В.

Сумський національний аграрний університет

У науковій статті розглядаються питання розвитку головних фізичних та морально-вольових бійцівських якостей, необхідних для оволодіння прийомами самозахисту та нападу. Висвітлюються питання фізичної підготовки студентів у процесі занять національною боротьбою самбо. Розкриваються такі фізичні якості борця як швидкість, спритність, витривалість, сила, гнучкість. Зосереджується увага на їх значенні, тлумаченні та впливі на досягнення високої майстерності при виконанні технічних прийомів. На основі наукових джерел розкриваються сутнісні характеристики фізичних якостей самбіста, а також наводяться вправи, що сприяють розвитку цих якостей у процесі тренувальних занять. Зосереджується увага на значимості координаційних здібностей при виконанні технічних прийомів.

Автори уперше рекомендують складні козацькі вправи, що сприяють розвитку сили, сміливості, спритності, швидкості та вміння самбіста миттєво розраховувати час і блискавично діяти в неочікуваних ситуаціях, а також подають детальний опис вправ «Коник» і «Стрибунець».

Розглядають самбо як засіб, найбільш сприятливий мотив і потужний спонукальний імпульс до вдосконалення фізичних і морально-вольових якостей. Пропонують вирішувати проблеми фізичної підготовки та розвитку координаційних здібностей студентів шляхом їх залучення до факультативних занять боротьбою «Самбо».

Ключові слова: *боротьба самбо, фізична підготовка, фізичні якості борця, вольові якості самбіста, координаційні здібності, швидкість, спритність, витривалість, сила, гнучкість.*

БОРЬБА САМБО КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ

В научной статье рассматриваются вопросы развития главных физических и морально-волевых бойцовских качеств, необходимых для овладения приемами самозащиты и нападения. Освещаются вопросы физической подготовки студентов в процессе занятий национальной борьбой самбо. Раскрываются такие физические качества борца как скорость, ловкость, выносливость, сила, гибкость. Сосредоточивается внимание на их значении, толковании и влиянии на достижение высокого мастерства при выполнении технических приемов. На основе научных источников раскрываются существенные характеристики физических качеств самбиста, а также приводятся упражнения, способствующие развитию этих качеств в процессе тренировочных занятий. Сосредоточивается внимание на значимости координационных способностей при выполнении технических приемов.

Авторы впервые рекомендуют сложные казацкие упражнения, способствующие развитию силы, смелости, ловкости, скорости и умения самбиста мгновенно рассчитывать время и молниеносно действовать в неожиданных ситуациях, а также представляют детальное описание упражнений «Конек» и «Попрыгунчик».

Рассматривают самбо как средство, наиболее благоприятный мотив и мощный побудительный импульс к совершенствованию физических и морально-волевых качеств. Предлагают решать проблемы физической

підготовки і розвитку координаційних способностей студентів путем їх привлечення к факультативним заняттям боротьбою «Самбо».

Ключевые слова: борьба самбо, физическая подготовка, физические качества борца, волевые качества самбиста, координационные способности, скорость, ловкость, выносливость, сила, гибкость.

SAMBO AS A MEANS OF DEVELOPMENT OF STUDENTS' PHYSICAL QUALITIES AND COORDINATION

In the scientific article the main issues of physical, moral and volitional fighting qualities needed for mastering the techniques of self-defense and attack are examined. The issues of physical training of students during national samboclasses are covered. There have been disclosed such physical qualities as a fighter's speed, agility, endurance, strength, flexibility. Special attention is focused on their meaning, interpretation and impact on achieving excellence in the performance of techniques. Essential characteristics of the physical qualities of an unarmed self-defence sportsman based on scientific sources are disclosed. Some exercises are given as an example to develop these qualities during training sessions. The attention is focused on the importance of coordinating skills when performing the techniques.

The authors for the first time recommend complex cossack's exercises that can promote strength, courage, agility, speed and the ability of an unarmed self-defense sportsman to instantly calculate the time and quickly act in unexpected situations, and submit detailed description of the exercises "Grasshopper" and "Skipjack".

They consider sambo as a means, the most favorable occasion and a powerful incentive for improving physical, moral and volitional qualities. They offer to solve problems of students' physical training and coordinating abilities through their involvement in extracurricular sambo activities.

Key words: sambo, physical training, fighter's physical qualities, volitional qualities of an unarmed self-defence sportsman, coordinating abilities, speed, agility, endurance, strength, flexibility.

Постановка проблеми. Актуальність дослідження проблеми розвитку фізичних якостей та координаційних здібностей студентів у процесі занять бойовими мистецтвами зумовлена часом ведення бойових дій у зоні АТО, потребою належної підготовки студентів до захисту Вітчизни, її кордонів і цілісності України. Слід зазначити, що розвиток фізичних якостей, координаційних здібностей, формування характеру бійця та його волі успішно й непримусово здійснюється при оволодінні ефективними прийомами самозахисту й нападу як під час тренувальних, так і змагальних боїв. Боротьба самбо є досить популярним серед молоді національним видом спорту, а отже й гарним мотиваційним чинником до потужної самореалізації з поліпшення та вдосконалення здоров'я. Є важливим засобом, що викликає у студентів необхідну потребу у фізичному розвитку. Вивчення літературних джерел засвідчує вищезазначене.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. А. Харлампієв, В. Спиридонов, В. Волков, В. Ощепков першими збагнули, що людина, яка досконало володіє прийомами самбо, має значну перевагу в несподіваному нападі за всяких обставин, навіть якщо на неї нападуть із холодною зброєю – ножом, кастетом, каменем, штиком, тощо.

Вагомий внесок у досягнення самбо, зростання його авторитету зробили В. Саунін, С. Новиков, В. Биченок, М. Юнак.

Значний внесок у розвиток теорії і методики тренувань самбістів зробив А. Пістун. Його навчальний посібник «Спортивна боротьба» містить такі основні питання: теорія й методика тренування; методика викладання і спортивно-педагогічна майстерність; медико-біологічні і психологічні особливості спортивної боротьби; спортивні споруди і матеріально-технічне забезпечення навчально-тренувального процесу.

Виділення невирішених раніше частин проблеми. Зважаючи на те, що до аграрних вишів приходить молодь із сільської місцевості, де мало можливостей для якісних занять боротьбою самбо, у студентів цих вузів виникають проблеми щодо їх прискореної спеціальної фізичної підготовки. Отже серед невирішених проблем є брак методичної підготовки студентів аграрних вишів до занять самбо.

Потребує свого вдосконалення й реабілітація самбістів після важкої тренувальної та змагальної діяльності.

На наш погляд мало уваги у навчально-методичній літературі приділяється профілактиці травматизму.

Потребує також поліпшення навчально-методичного забезпечення розвитку фізичних якостей та координаційних здібностей, відродження та осучаснення давніх і створення нових вправ для їх вдосконалення.

Формулювання цілей статті На основі аналізу літературних джерел дослідити вплив занять боротьбою самбо на розвиток фізичних якостей і координаційних здібностей студентів. Розглянути доцільність використання самбо на факультативних заняттях студентів аграрних вишів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Серед багатьох видів самозахисту, що практикуються народами світу, боротьба Самбо займає особливе місце. Справа не лише у великій кількості різноманітних прийомів, а їх понад десяти тисяч, але і в тому, що боротьба Самбо не пригнічуючи національної своєрідності багатьох видів боротьби змогла включити їх техніку у свій арсенал. Саме це дає можливість бійцям різних національних шкіл, об'єднаних зрозумілими загальнодоступними правилами, зустрічатися у бойових і спортивних поєдинках.

Школа спортивного самбо поєднує вивчення технічних прийомів та освоєння навичок самостраховки при паданні на спину, на бік і на живіт, а також страховки партнера при проведенні прийомів. В арсенал технічних прийомів і спеціальних навичок входять: 1) захвати за руки, за ноги, за куртку, за пояс; 2) пересування, які створюють контрольований контакт з опорою і вибір стійкої позиції для проведення атакуючих дій; 3) прийоми боротьби у стійці, що виводять суперника з рівноваги; 4) підсічки, підніжки, зацепи – прийоми боротьби ногами, які націлені на виграшні очки і розвиток атакуючих комбінацій.

Кидки в самбо вимагають акробатичної спритності і сміливості, виконуються у всіх напрямках: через стегно, голову, спину, груди.

Використання в самбо різноманітних технічних прийомів пред'являє високі вимоги до психомоторної здібності: необхідно швидко і точно координувати роботу багатьох ланок руху при виконанні підсічок, підніжок, кидків, підхватів, зацепів, вертушок і інших атакуючих дій та котрприйомів, що у свою чергу також потребує гарної фізичної підготовки.

Розрізняють загальну, допоміжну і спеціальну фізичну підготовку. Загальна фізична підготовка вирішує завдання розвитку рухових якостей, які сприяють досягненням в самбо. Допоміжна фізична підготовка створює функціональний фундамент для розвитку спеціальних рухових якостей борців. Спеціальна фізична підготовка дозволяє розвивати рухові якості відповідно до специфіки боротьби самбо.

Фізична підготовка борця відіграє велику роль в успішному виконанні багатьох прийомів. Так, наприклад, кидок через стегно захватом пояса ззаду може виконувати лише самбіст з доброю фізичною підготовкою [4, 298].

Гарно тренований самбіст краще сприймає значні навантаження, швидше до них пристосовується і досягає більш високого рівня розвитку рухових якостей. Важливу роль у загальній фізичній підготовці займають вправи, які тотально впливають на весь організм і змушують активно працювати всі органи і системи (наприклад, тривалий біг, їзда на велосипеді та інше). Самбістам також необхідні тривалі заняття такими вправами, які зміцнюють серцево-судинну систему, покращують функціональні можливості органів дихання, підвищують загальний обмін речовин в організмі, дозволяють витримувати великі навантаження, швидше протікати процесам відновлення після них. [5, 11-13]

Заняття боротьбою самбо у поєднанні з загальною фізичною підготовкою забезпечує розвиток у борців таких якостей як швидкість, спритність, витривалість, сила, гнучкість.

Швидкість проявляється у сукупності функціональних властивостей, завдяки яким рухові дії виконуються за мінімальний час. Існує дві форми їх прояву – елементарні (латентний час простих і складних рухових реакцій; швидкість і частота окремого руху) і комплексні (прояв швидкісних можливостей у складних рухових діях). Прикладом комплексних форм прояву цих властивостей в самбо є кидки, виведення з рівноваги та інше, що досягається багаторазовими повтореннями прийомів боротьби й довершеною високою майстерністю їх виконання.

Отже, високий рівень виконання прийомів забезпечується розвитком елементарних форм швидкості в сукупності з іншими фізичними якостями і техніко-тактичною підготовленістю [5, 12].

Виходячи з вищезазначеного, швидкість є важливою якістю самбіста, адже вивчені прийоми стають ефективними лише тоді, коли виконуються чітко й майже блискавично, адже часто борець не встигає виконати прийом у відповідь на атаку не тому, що не знає його чи не володіє ним, а лише тому, що супротивник швидко проводить свій атакуючий прийом чи комбінацію.

Сергій Матвеев радить прави для розвитку швидкості виконувати наприкінці розминки або вранці одразу після зарядки. До таких вправ він відносить біг (3 серії по 20 – 30 м), біг по сходам (5 серій по 8–10м), плавання (2 – 3 старту по 25 м), відбивання ручного м'яча у «воротах» тощо [2, 10].

Спритність проявляється у здатності швидко, точно, цілеспрямовано і економічно вирішувати складні рухові завдання, які виникають на килимі. Отже, посідає особливе місце серед рухових дій самбіста і тісно пов'язана з усіма іншими фізичними якостями. Вона є базою для опанування техніки й набуття високої спортивної майстерності. Адже сучасний борцівський поєдинок характерний швидкою зміною динамічних ситуацій і вимагає від спортсменів вміння добре орієнтуватися в часі і просторі, а також своєчасно реагувати на ті чи інші дії суперника. Що спритніший борець, то більше переваг має він над суперником, а звідси й шансів на перемогу.

До важливих чинників, які визначають рівень спритності самбіста, відносяться оперативний контроль параметрів рухів, виконуваних на килимі, і його аналіз. Ефективність цих операцій на пряму залежить від рівня м'язово-суглобової чутливості. Підвищенню останньої сприяє різноманітність тренувальних вправ, які підбираються в строгій відповідності до специфіки самбо: кидки зі зміною напрямку руху; стрибки з нестандартних вихідних положень, які виконуються одночасно з імітацією окремих техніко-тактичних дій та інше [5, 11].

Для вдосконалення спритності у борців виробляють уміння цілеспрямовано й точно керувати складними рухами, зберігати просторове орієнтування та рівновагу при різних положеннях тіла, застосовувати координаційні дії. Для розвитку спритності застосовують акробатичні вправи, біг, стрибки зі скакалкою, вправи з партнером, спортивні та рухливі ігри, естафети тощо [4, 509 – 510].

Витривалість самбіста проявляється у здатності ефективно виконувати вправи, переборюючи втоми. Рівень розвитку цієї якості обумовлюється енергетичним потенціалом організму спортсмена відповідно до специфіки самбо, ефективністю техніки і тактики, психічними можливостями спортсмена, що забезпечують не лише високий рівень м'язової активності у тренувальній і змагальній діяльності, але й віддалення втоми і протидію процесу її розвитку [4, 483].

Рівень розвитку спеціальної витривалості самбіста пов'язаний з багатьма чинниками. До ведучих слід віднести загальну витривалість, швидкісно-силові можливості, технічну підготовленість та ін. Виходячи із сучасних уявлень, поняття «Спеціальна витривалість» можна охарактеризувати як здатність з високою ефективністю і надійністю реалізувати свій техніко-тактичний потенціал впродовж всіх сутичок турніру.

З підвищенням спортивної кваліфікації все більшого значення в забезпеченні спеціальної витривалості набуває анаеробна продуктивність.

Слід зазначити, що найбільший ефект дає інтервально-кругове тренування: у групах з чотирьох чоловік кожен бореться 6 хв безперервно, а потім 3х2 хв з 4-хвилинним відпочинком. Всього у одному крузі спортсмен має боротися 12 хв. Таких кругів, залежно від завдань заняття, може бути до 5 – 6. У цьому ЧСС підвищується до 174 – 192 за 1 хв, наближаючись до ЧСС змагальної сутички [4, 488]. Існує багато й інших спеціальних засобів для розвитку витривалості самбіста .

Силова підготовка самбіста вирішує наступні завдання: розвиток основних силових якостей (максимальної і швидкісної сили, силовой витривалості); збільшення активної м'язової маси; зміцнення тканин (сполучних і опорних); гармонізації форми тіла. Рівень розвитку сили є передумовою розвитку вдосконалення швидкості, спритності і гнучкості самбіста. Методи розвитку силових якостей в самбо: ізометричний (в основі - напруга без зміни довжини м'язів); плиометрическом (створює в м'язах потенціал напруги); ізокинетический (робота з великою напругою); змінних опор (з використанням тренажерів) [5, 11].

У боротьбі самбо захвати мають бути міцні, швидкі й точні у застосуванні. Для цього спортсмени систематично тренуються й удосконалюють техніку, а для розвитку сили захвату регулярно виконують спеціальні вправи: згинання й розгинання рук в упорі лежачи на пальцях (5 – 8 серій по 6 – 10 разів): згинання й розгинання рук в упорі лежачи на кистях (5 серій по 10 – 20 разів): стискування тенісного м'яча (5 серій по 30 с для кожної руки) [4, 274].

Для інтегративного розвитку вищезазначених якостей, Віктор Лях радить самбістам використовувати козацькі вправи: «Коник» і «Стрибунець».

При виконанні вправи «Коник» самбісту необхідно з упору лежачи різко відштовхнутися руками й ногами від килиму та в безопорному горизонтальному положенні (у повітрі) зробити за спиною досить чутний хлопок долоньями; на якусь мить приземлитися на напівзігнуті руки та повторити вправу до 10 разів. Вправа «Стрибунець» вимагає від самбіста наступного: тримаючи правою рукою за стопу ліву ногу, швидко й почергово перестрибувати її правою ногою вперед, назад немов через скакалку [1, 58 – 59].

Вищеописані козацькі вправи розвивають у самбістів такі життєвонеобхідні якості як силу, швидкість, спритність, витривалість, сміливість, упевненість, уміння концентрувати увагу на певній дії, розраховувати час і вміння миттєво й блискавично діяти в неочікуваних ситуаціях.

Гнучкість у самбо - це функціональні якості опорно-рухової системи організму, які лімітують амплітуду руху самбіста. Для того, щоб визначити амплітуду рухів в окремих суглобах, використовують поняття «рухливість». Гнучкість самбіста суттєво впливає на рівень його досягнень. Специфіка рухів в самбо вимагає від спортсмена комплексного прояву фізичних і психічних якостей і здібностей, непередбачених по своїй складності і динаміці поз і положень. Недостатня гнучкість нерідко буває причиною втрати якості навчання техніко-тактичним діям, зниження рівня внутрішньом'язової і міжм'язової координації, економічності рухів, що часто призводить до травм і порушень опорно-рухового апарату самбіста. Ступінь гнучкості залежить від статі спортсмена, вікових показників і навколишнього середовища. У хлопчиків і чоловіків вона нижче ніж у дівчаток

і жінок. З віком її рівень знижується. Слід зазначити, що спеціальна інтенсивна розминка підвищує гнучкість самбіста до 20% [5, 11].

Боротьба самбо потребує також і наполегливого розвитку координаційних здібностей, завдяки яким спортсмен здатний зберігати рівновагу при виконанні прийомів і різноманітних тактичних дій.

Спираючись на результати спеціальних досліджень, можна виділити такі відносно самостійні види координаційних здібностей: здатність оцінювати і регулювати динамічні і просторово-часові параметри рухів; здатність зберігати стійку позу (рівновагу); відчуття ритму; здатність довільно розслаблювати м'язи; здатність кординувати рухи.

Удосконалення техніки, координації, механізмів управління рухами самбіста поєднуються з тренуванням вибухових зусиль, статичної та динамічної сили і швидко-силової витривалості.

Самбісти повинні володіти високою вестибулярною стійкістю, вміти зберігати рівновагу при несподіваних порушеннях контакту ніг з опорою (килимом) під час кидків, ривків, поштовхів.

Отже, координаційні здібності самбіста багато в чому обумовлюються умінням об'єктивно приймати і оперативно переробляти інформацію під час поєдинків. Ефективність управління своїми рухами тісно пов'язане з рівнем вдосконалення спеціалізованих сприйнять: відчуття килиму, супротивника, куртки, часу, простору, розвитку зусиль тощо.

На практиці широко використовуються вправи, що ставлять підвищені вимоги до м'язового відчуття за рахунок включення або обмеження зорового і слухового контролю за руховими діями.

Рівновага як здатність до збереження стійкої пози може проявлятися як у статичних, так і в динамічних умовах за наявності опори чи без неї[4, 500].

Удосконалення базових координаційних здібностей передбачає використання кількох відносно самостійних груп рухових дій: збереження рівноваги на одній нозі, з різноманітними положеннями і рухами рук, тулуба і вільної ноги; різноманітні різкі повороти, нахили і оберотання голови стоячи на одній або на двох ногах; різноманітні обертання тулуба стоячи на одній або на двох ногах; різноманітні рухи стоячи на обмеженій опорі (колода, трос тощо); виконання завдань (за сигналом) на різке припинення рухів (при збереженні заданої пози) або різка зміна напрямку чи характеру рухів; виконання різноманітних рухових дій із заплющеними очима.

Спеціальне спрямування пов'язане із використанням найбільшої кількості вправ, що вимагають збереження рівноваги самбіста.

Координованість рухів, як здатність до раціонального прояву і перебудови рухових дій в конкретних умовах на основі наявного запасу рухових умінь і навичок, має особливо велике значення для досягнення високих результатів у спортивних єдиноборствах [4, 502].

Спритність і координацію рухів необхідно розвивати та вдосконалювати на кожному тренувальному занятті. Засобами для виховання цих важливих якостей можуть бути вправи для загального розвитку, які готують організм спортсмена до основного навантаження. Це насамперед імітаційні вправи, ігри – спортивні за спрощеними правилами (ручний м'яч, баскетбол, регбі, бій «півнів»), рухливі, з набивними м'ячами, естафети тощо [2, 10]. Успішне виконання прийомів самбо потребує як розвитку координаційних здібностей, так і вдосконалення фізичних якостей борця. Так, наприклад, зачеплення залежить від сили й координації, швидкості й спритності, рішучості й настирливості спортсмена. Цей перелік ціннісних якостей спортсмена не випадковий. Застосування окремих прийомів вимагає цілеспрямованого розвитку певних якостей, над якими треба працювати на тренуваннях [4, 296].

Л. Матвеев, Ю. Верхошанський, В. Панков, А. Акопян і багато інших науковців відмічають, що фізичні якості настільки тісно пов'язані між собою, що розвинути одну з них до високого рівня неможливо без оптимального розвитку інших. У реальній практиці борців мають місце комплексні форми прояву фізичних якостей [3].

Отже, займаючись самбо, юнак проходить всебічний розвиток і багатократне випробування своєї волі, витримки, працьовитості, розвиває наполегливість у досягненні поставлених цілей, самодисципліну, самоконтроль почуттів та емоцій. Стає зрілим і мужнім, готовим до захисту Вітчизни.

Наукове дослідження показало, що заняття боротьбою самбо впливають не лише на загальний розвиток фізичних якостей та координаційних здібностей студентів, а й сприяють їх всебічній досконалості та зміцненню здоров'я. У той же час заняття самбо є найбільш сприятливим мотивом і потужним спонукальним імпульсом до вдосконалення фізичних і морально-вольових якостей, чим і обумовлена необхідність залучення студентів до цього національного виду спорту.

Висновки з даного дослідження і перспективи. У процесі дослідження ми дійшли висновку, що для перемоги суперника, який також прагне перемогти необхідно прикладати багато фізичних зусиль. Отже у борця виникає природна потреба у фізичному самовдосконаленні.

Але зустрівшись із фізично сильним суперником, однією силою з ним не впоратися, потрібна неабияка спритність. Для стримування натиску супротивника, його необхідно весь час атакувати, виявляючи настирливість і витривалість. Для прийняття рішень у бурхливому поєдинку є лише долі секунд у які потрібно проявити миттєву реакцію, неабияку кмітливість і точність мислення.

Однак, фізична підготовка самбіста відіграє важливе значення. Вона має бути спрямованою на зміцнення його органів і систем, підвищення їх функціональних можливостей, на розвиток рухових якостей, поліпшення здатності координувати рухи і проявляти вольові якості. Фізична підготовка борця впливає на техніку виконання прийомів, що у свою чергу сприяє вдосконаленню фізичних якостей. Таким чином заняття боротьбою самбо спрямовується на загальний розвиток і зміцнення організму студента в цілому. У процесі боротьби у юнаків поліпшуються координаційні здібності, виправляються дефекти статури і постави, а розвиток фізичних якостей наряду впливає на поліпшення стану здоров'я та працездатності, що необхідно як механізатору, агроному, ветеринару й будівельнику, так і економісту, юристу, менеджеру та технологу.

Вищезазначене вказує на доцільність використання самбо на секційних і факультативних заняттях студентів аграрних вишів.

До того ж боротьба самбо сприяє якісній фізичній підготовці студентів до служби у Збройних Силах України, де вимагається бути врівноваженим і завжди знаходити правильні рішення у складній обстановці сучасного бою.

ЛІТЕРАТУРА

1. Лях В.В. Благословіть мене, брати, в дорогу. Навчально-методичний посібник / В.В. Лях – Суми: «Ярославна», 2008. – 114 с.: іл.
2. Матвеев С.Ф. Боротьба самбо / С.Ф. Матвеев. – К.: «Здоров'я», 1977. – 152 с.: іл.
3. Панков В.А. Специальная физическая подготовка в видах спортивных единоборств / В.А. Панков, А.О. Акопян // Теория и практика физической культуры. – М.: Научно-издательский центр, 2004. – № 4.
4. Пістун А.І. Спортивна боротьба. Навчальний посібник / А.І. Пістун – Львів: «Тріада плюс», 2008. – 864 с.

5. <http://vipreferat.net/page,11,226766-Operativnyi-tekushiiy-ta-etapnyi-kontrol-za-urovнем-fizicheskoiy-podgotovki-sportsmena-na-primere.html>

ВИЗНАННЯ УКРАЇНСЬКОЇ БОРОТЬБИ НА ПОЯСАХ У СВІТІ

Арзютов Г.М., Лахно Д.М., Рябчун Л. Я., Арзютов Г.Г., Квартич В.В.

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

У статті висвітлюються питання розвитку національних видів єдиноборств в Україні та світі, а саме такого виду національного бойового мистецтва, як – українська боротьба на поясах.

Ключові слова: єдиноборства, бойове мистецтво, боротьба на поясах, національний вид єдиноборства, українська боротьба на поясах.

ПРИЗНАНИЕ УКРАИНСКОЙ БОРЬБЫ НА ПОЯСАХ В МИРЕ

В статье освещены вопросы развития национальных видов единоборств в Украине, а именно такого вида национального боевого мастерства, как – Украинская борьба на поясах.

Ключевые слова: единоборства, боевое мастерство, борьба на поясах, национальный вид единоборства, украинская борьба на поясах.

UKRAINIAN WRESTLING ON BELTS SN THE WORLD

The article deals with the development of national martial arts in Ukraine, namely, those type of national military skills as - Ukrainian belt wrestling.

Key words: combat, combat skills, belt wrestling, the national martial art, the Ukrainian struggle on belts.

Мірятися силою та визначити найсильнішого – один з древніх звичаїв людства по всьому світі. Для слов'ян споконвіку – це був спосіб здобути в чесному поєдинку повагу серед своїх одноплемінників, а також спосіб довести свою правоту у вирішенні спірних питань.

Серед багатьох єдиноборств, які на сьогоднішній день існують в Україні та запроваджуються, пропонуються нашому населенню різними спортивними федераціями, клубами, гуртками, вагоме місце мають посідати традиційні (національні) види бойових мистецтв, тобто ті, що залишились нам у спадок нашими пращурами, славетними богатырями Київської Русі та Запорізьким козацтвом.

В останній час, громадськість почала виявляти певну зацікавленість питанню розвитку національних видів єдиноборств в країні та з ініціативи де яких громадських організацій, в Україні почав набирати свій розвиток такий вид національного бойового мистецтва, як – Українська національна боротьба на поясах.

Для багатьох даний вид боротьби взагалі не знайомий або мало знайомий. Тому, з метою пізнання сутті української національної боротьби на поясах, її національно-історичного коріння, пропонуємо здійснити короткий історичний екскурс по етапам становлення та розвитку такого національного єдиноборства на теренах нашої країни.

Перше згадування про боротьбу на Русі датується 993 року. В літописі 993 року зазначається, що сильніший борець Київської Русі Ян Усмарь вийшов на без оружье єдиноборство з велетнем – печенігом перед битвою русичів з степняками. Як свідчить літописець «Ян удавив печеніга в руках до смерті та вдарив ним об землю».

Епізоди боротьби також часто зустрічаються в билинах, що повістують про подвиги захисників Древньої Русі – богатырів.

В ті часи існувало три різновиду боротьби: «на поясах», «в хватку», «не в хватку».

В будь-якому з трьох видів боротьби борці змагались в своєму щоденному одязі, елементом якої завжди був пояс. При боротьбі на поясах борці робили захват за пояс та починали боротися.

Про те, що в Київській Русі боротьба на поясах була важливим елементом тодішнього життя русичів, має свідчити і білокам'яна різьба Дмитрівського собору в столиці Володимиро-Суздальського князівства місті Володимирі, на березі річки Клязьми.

Ряд фактів дає основу вважати, що боротьба на поясах запозичена росіянами і іншими східними слов'янами у тюркських народів. Так, академік І.І.Лепехин, що подорожував по Росії в XVIII столітті, відмічав у своїх спостереженнях, що в змаганнях борців "не беруть один одного за комір(мається на увазі російська народна боротьба "за комірчик"), як російські борці, але за пояси, і вживають звичайні при боротьбі манери". В.І.Даль, розглядаючи у своєму "Словнику живої великоруської мови" традиційні види боротьби, що існували у росіян, відмічав, що на відміну від них "татари і башкири закидають один одному пояс за попереk, не хапаючись за одяг і упершись лівим плечем один в одного, а перехоплювати руками і підставляти шкарпеток не дозволяється".

На запозичення вказує і та обставина, що боротьба на поясах була поширена в основному на півдні Росії, в Поволжі, на Південному Уралі, в Західному Сибіру і на півдні України. В той же час вона не відома на російській Півночі, де стійко існували древні російські традиції.

У середньовіччі, на думку угорського історика Л.Куна, боротьба на поясах була типовим елементом військово-фізичної підготовки кочівників. "В ході змагань в поясній боротьбі, - відмічав він, - вчилися тому, щоб у разі потреби твердою рукою стягнути з сідла супротивника", що рятується втечею. У деяких тюркських народів, наприклад у киргизів, і сьогодні існують змагання безбройних вершників (эроодарыш), де переможцем визнається той, хто першим скине супротивника з сідла на землю, захопивши його за пояс.

Боротьба на поясах згадується в мемуарах орловського поміщика М. І. Толубеева (кінець XVIII століття). В тому ж столітті англійський художник Джон-Августин Аткинсон, який перебував в Росії, а в XIX – його російський колега І. С. Щедровський зобразили на полотнах селян, які борються за тими ж правилами, що і борці з барельєфу Дмитрівського собору.

А ось як зображає боротьбу на поясах Олексій Максимович Горький у своєму романі «Справа Артамонових» (мовою оригіналу):

«Схватив друг друга за кушаки (пояса), они долго топтались на одном месте. Илья смотрел через плечо Вялова на женщин, бесстыдно подмигивая им. Он был выше землекопа, но тоньше и несколько складнее его. Вялов, упираясь плечом в грудь ему, пытался приподнять соперника и перебросить через себя. Илья, понимая это, вскрикивал:

- Не хитер ты, брат, не хитер!

И вдруг, ухнув, сам перебросил Тихона через голову свою с такой силою, что тот, ударом о землю, отбил себе ноги. Сидя на траве, стирая пот с лица, землекоп сконфуженно заявил:

- Силен».

Боротьба на поясах була широко розповсюджена на території сучасної України, особливо – в південній та східній частинах країни. На півдні виникнення цього явища обумовлене близьким сусідством з татарами та турками, на сході – розвитком боротьби на кушаках українськими запорозькими козаками. Для обох поясна боротьба була однією з прикладних дисциплін бойового мистецтва.

Боротьба на поясах завоювала популярність серед народу і широко застосовувалась як розвага на ярмарках та святах, а подекуди, навіть як спосіб довести свою правоту у вирішенні спірних питань цивілізованих шляхом (боротьба мала ознаки спортивної – метою було не нанесення ушкодження, а доведення своєї переваги).

Протягом, як найменш, останніх двох-трьох століть боротьба практикувалась у двох основних різновидах: менш популярній «близькій» та більш розповсюдженій «віддаленій». В першому випадку боротьба велась майже у повністю вертикальній стійці, борці стояли рівно та міцно притискались один до одного, а в іншому випадку – доволі сильно нахилились, що, безумовно, ускладнювало поєдинок [2, с. 344].

Обидва різновиди боротьби локально варіювались, що є характерним і для інших східнослов'янських народів: в різних місцях традиційними правилами дозволяються або, навпаки, забороняються підніжки, підсічки та кидки за допомоги ніг. Іноді на прийоми ногами взагалі не звертали уваги – кожен із борців робив те, що вмів, або вважав за необхідне, головним було утримувати передбачений правилами захват.

Сутичка розпочиналась з того, що суперники сходились, трохи нахилились та робили взаємний захват обома руками навхрест за пояса з боків або за спиною, охоплюючи руками спину суперника. В сільській місцевості пояс або ремінь іноді замінювались мотузкою.

Схопившись, борці за допомогою різноманітних кидків (через себе з прогином, через стегно та інші), заломів спини та інших прийомів намагались один одного «від землі відірвати, щоб покласти на лопатки» [1, с. 11], як це було прийнято в селах Полтавщини, або змусити суперника доторкнутись землі коліном або іншою будь-якою частиною тіла вище колін, що зустрічалось в південних районах України. При цьому, протягом усієї сутички було категорично заборонено випускати пояс з рук. Разом з тим, в окремих селах, наприклад, на Західній Україні, для виконання кидка одну руху все ж дозволялось відривати від пояса або ременя, і лише тоді, коли суперник знаходився у повітрі і торкався землі ногами.

Сьогодні поясна боротьба є неодмінним елементом тренувального процесу цілого ряду напрямків і шкіл сучасних українських бойових мистецтв.

Так, Міжнародна громадська організація «Міжнародна федерація української національної боротьби на поясах» створена 11 грудня 2009 року активістами Громадської організації «Всеукраїнська федерація традиційних видів боротьби» та ізраїльськими фахівцями з метою сприяння розвитку та популяризації української боротьби на поясах в Україні та світі (рис.1).

Розвиток української боротьби на поясах в Україні забезпечується Громадською організацією «Всеукраїнська федерація традиційних видів боротьби» (та до створення міжнародної федерації забезпечувався нею в світі), представники якої вже котрий рік поспіль займають перші командні місця на чемпіонатах світу з боротьби на поясах. На Всесвітніх іграх 2010 року в Пекіні, спортсмен федерації здобув срібну медаль в абсолютній ваговій категорії серед 8 кращих спортсменів світу. Федерація має фахівців з української боротьби на поясах більш ніж у 16 регіонах України, за підтримки федерації цим видом спорту займаються близько 1000 спортсменів в Україні.

Така перспектива поширення української боротьби в Україні та світі обумовлена наступними факторами.



Рис.1. Демонстрація української боротьби на поясах в м. Мешхед (Іран)

Багатьма країнами світу розвиваються національні види поясної боротьби. Змагання національного рівня з них проводяться урочисто, як національні свята, а переможці вшановуються як національні герої. Зазвичай, поряд із міжнародними змаганнями за об'єднаними правилами поясної боротьби країни, що приймає змагання. Відтак, відбувається взаємозбагачення спортивної техніки учасників змагань та популяризація національних культур на світовій арені.

Крім того, Міжнародна громадська організація «Міжнародна федерація української національної боротьби на поясах» є асоційованим членом FILA (UWW), що відкриває перспективи включення української боротьби на поясах до програми Всесвітніх ігор, Всесвітніх ігор з єдиноборств тощо (рис.2).



Рис.2. Загальний вигляд сучасної української боротьби на поясах

Також, перспективним шляхом розвитку української національної боротьби на поясах є залучення до участі українського козацтва (як в Україні, так і в світі) та української діаспори у світі взагалі.

Найголовніше, що було зроблено ГО «Міжнародна федерація української національної боротьби на поясах» для подальшого розвитку цього виду боротьби, це те, що Наказом Державної служби молоді та спорту України від 04 березня 2013 року № 617 «Про визнання видів спорту та внесення доповнень до наказу Держмолодьспорту від 14 лютого 2012 року № 690 «Про затвердження Реєстру визнаних видів спорту в Україні» видом спорту в Україні було визнано Українську боротьбу на поясах (рис.3).



Рис.3. Виступ Української федерації на Мамаєвої слободі (літо 2013 року)

Підтримка та розвиток саме національних видів єдиноборств державою та самим суспільством, будуть свідчити про збереження народом своїх національних традицій, зміцнення національної свідомості, гарантовану можливість передати свої традиції майбутньому поколінню України.

ВИСНОВОК. Відтак, українська боротьба на поясах представляє історико-культурну цінність для української нації, є колоском відродження і популяризації українських національних традицій, профілактики негативних явищ у молодіжному середовищі та популяризації України на світовій спортивній та політичній арені.

ЛІТЕРАТУРА

- a. Піддубний М. М. Богатир з Красенівки: спогади про Івана Піддубного. – Черкаси, 1961.
- b. Энциклопедия традиционных видов борьбы народов мира/ А. С. Мандзяк, О. Л. Артеменко. – Минск, 2010.
2. Каляндрук Т. Таємниці бойових мистецтв України. Львів: ЛА "ПІРАМІДА" 2003. С. 257.
3. Деметр Г. С., Никитенко Н. Н. Фрески Софійського собору в Києві як одне з джерел вивчення фізичної культури Древньої Русі // Теорія і практика фізичної культури. Москва, 1988. № 6. С. 45.
4. Мандзяк А. С. Військові традиції народів Євразії. Мінськ: "Харвест"; Москва: "АСТ". 2002. С. 38.
5. 6. Чернова Е. М. Фізична підготовка українського козацтва часів Визвольної війни (1648-1654 рр.) // Теорія і практика фізичної культури. Москва, 1955. № 9. С. 681.
6. Онишкевич М. Й. Словарь бойківських говоров. Часть первая: А - Н. Киев, 1984. С. 238.
7. Гнатюк В. Народные рассказы об опришкив //Этнографический сборник. Львов, 1910. Т. 26. С. 338.
8. Дымов Я.М. От боли голос хрипнет. - К.: Логос, 2006, - 320 с.
9. Гнатюк В. Этнографические материалы из Венгерской Руси. Т. 2 // Этнографический сборник. Львов, 1898. Т. IV. С. 235, 244, 247.

УКРАЇНСЬКІ НАЦІОНАЛЬНІ ЗАСОБИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Притула О. Л., Потапова Л.В.

Запорізький національний університет

В цій роботі зроблена спроба характеризувати і класифікувати українські національні засоби фізичного виховання. Адже ці засоби лежать в основі української національної культури. Вони розділяються на основні і допоміжні, а також традиційні і запозичені. Українські національні засоби фізичного виховання мають досить широкий спектр обширності видів і форм, вони постійно змінюються, деякі зникають, деякі знов випливають під впливом змін у житті українського суспільства.

Ключові слова і поняття: засоби фізичного виховання, національні єдиноборства, українські національні види

УКРАИНСКИЕ НАЦИОНАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Притула О.Л.

В этой работе сделана попытка охарактеризовать и классифицировать украинские национальные средства физического воспитания. Ведь эти средства лежат в основе украинской национальной культуры. Они разделяются на основные и вспомогательные, а также традиционные и заимствованные. Украинские национальные средства физического воспитания имеют достаточно широкий спектр обширности видов и форм, они постоянно меняются, некоторые исчезают, некоторые вновь следуют под влиянием изменений в жизни украинского общества.

Ключевые слова и понятия: средства физического воспитания, национальные единоборства, украинские национальные виды

UKRAINIAN NATIONAL MEANS OF PHYSICAL EDUCATION

Prytyla O.L.

This paper attempts to characterize and classify Ukrainian national means of physical education. Because these tools are the basis of Ukrainian national culture. They are divided into main and auxiliary, as well as traditional and borrowed. Ukrainian national means of physical education with a wide range of types and forms of vastness, they are constantly changing, some disappear, some newly arising under the influence of changes in the life of Ukrainian society.

Key words and concepts: physical education facilities, national arts, Ukrainian national types

Останні двадцять три роки незалежної України певною мірою змінили національну систему фізичного виховання. З початку 90 – х років ХХ ст. в Україні починають свій розвиток національні бойові мистецтва: Спас, бойовий гопак, козацька боротьба Хрест, Сварга тощо. Починають своє відродження українські національні (народні) види спорту, козацькі забави, які створені на основі українських народних ігор і забав: силові – підіймання вантажів і переміщення їх на певну відстань, командні – лава на лаву тощо.

Але поряд з достатньо системним розвитком національної фізичної культури є проблема системного впровадження і розвитку в ній національного стрижня системи фізичного виховання. Важливою умовою цього має бути теоретико-методична база національної складової системи фізичного виховання в Україні.

Теорія фізичної культури оперує певними поняттями, які узагальнено віддзеркалюють суть явищ, що вивчаються нею. Саме основні поняття, якщо вони істинні і глибоко відбивають суттєві ознаки і відношення явищ до дійсності, утворюють систему наукових знань. З розвитком знань поняття уточнюються, поглиблюються і можуть навіть переходити в інші поняття з ширшим змістом.

Концентрованим (лаконічним, коротким), логічно оформленим виразом змісту понять є визначення, які формулюються в науці на порівняно високому ступені й розвитку. Визначення передає найсуттєвіші ознаки, сторони, риси, призначення явища або предмета, його зв'язки з іншими явищами, закони розвитку[1, С. 12].

Для вирішення завдань фізичного виховання на основі теорії будується методика навчально-виховної роботи з фізичного виховання, її методи, прийоми, засоби є суто

специфічними, що зумовлено особливостями предмета її викладання, в основі якого лежить рухова діяльність, і що відрізняє її від методик інших напрямків.

Одним з найважливіших понять в теорії і методиці фізичної культури є засоби фізичного виховання.

Засобами фізичного виховання в теорії фізичного виховання є рухова активність людини. Причому засоби фізичного виховання, як правило, розділяють на основні і допоміжні. Основними засобами фізичного виховання є фізичні вправи, народні ігри та забави, військові та побутові дії, які виконуються за відповідною програмою. Допоміжними засобами фізичного виховання є оздоровчі сили природи (сонце, повітря, вода, земля) та гігієнічні фактори (режим дня і харчування, дотримання правил особистої та громадської гігієни тощо) [2].

В публічному електронному словнику української мови слово “засіб” означає:

1. Прийом, якась спеціальна дія, що дає можливість здійснити що-небудь, досягти чогось; спосіб.
2. Те, що служить знаряддям у якій-небудь дії, справі.
3. Гроші, матеріальні цінності, достатки [3].

В одному з найдавніших словників української мови за редакцією Б. Грінченка слово “засіб” означає – “Средства матеріальныя, силы” [4].

Отже, згідно визначень, саме поняття “засіб” означає дії, які ведуть до визначеного результату.

Розглядаючи визначення поняття національних засобів фізичного виховання слід проаналізувати, що саме входить до поняття “національний”

Згідно визначення в публічному електронному словнику української мови поняття “національний” означає:

1. Стосовно до нації, національності, пов’язаний з їх суспільно-політичною діяльністю.
2. Властивий певній нації, національності; який відображає їх характер, особливості [5].

Отже виходячи з аналізу даних понять можна зробити визначення поняття “національні засоби фізичного виховання”.

Національні засоби фізичного виховання – дії, які ведуть до реалізації мети та завдань фізичного виховання, властиві певній нації національності і відображає характер і особливості фізичного виховання нації, національності.

Згідно цього можна зробити визначення поняття “українські національні засоби фізичного виховання”.

Українськими національними засобами фізичного виховання є дії, що ведуть до здійснення мети і завдань фізичного виховання, які властиві українському народу, мають українське історичне коріння, відповідають характеру і особливостям фізичного виховання українського народу.

Враховуючи з вищесказаного, що засобами фізичного виховання є рухальна активність, можна зробити визначення, що українськими національними засобами фізичного виховання – є рухальна активність, властива українському народу, його традиціям і яка відображає характер і особливості українського національного фізичного виховання.

Згідно цього українськими національними засобами фізичного виховання, або засобами фізичного виховання українського народу є традиційні фізичні вправи системи, які склалися в історичному існуванні української нації, українські народні ігри та забави, традиційні українські військові дії та побутові вправи, традиційні методи загартування стихіями природи, традиційна українська культура гігієни тіла тощо.

Система українських національних засобів фізичного виховання є достатньо обширною, яка постійно змінюється протягом певних історичних процесів. Деякі засоби зникають у зв'язку з історичною неактуальністю, деякі з'являються у зв'язку з тим що сама система фізичного виховання постійно удосконалюється, наповнюючись новими засобами, як традиційними для України, так і запозиченими, але які пройшли адаптацію до національної системи фізичного виховання.

Отже національні засоби фізичного виховання можуть бути основними і допоміжними, а також їх можна розділити на традиційні і запозичені у інших народів, але адаптованих до специфіки української національної системи фізичного виховання. Прикладом традиційності національних засобів фізичного виховання можуть бути народні ігри та забави, українські народні танці. Прикладом запозичених національних засобів фізичного виховання можуть бути ігри запозичені у інших народів, але які протягом часу стали вже народними. Таким засобом, наприклад, є дворовий або вуличний футбол – вид гри, створений англійцями, але який адаптований до реалій національних особливостей фізичного виховання в Україні. Прикладом того, як запозичена гра стала національним засобом фізичного виховання в інших народів може бути бразильський пляжний футбол, чи бразильське джиу-джитсу. Види фізичного виховання, які створені не в Бразилії, але стали по суті національними видами спорту в даній державі і користуються всенародним інтересом і популярністю.

Основними українськими національними засобами фізичного виховання є фізичні вправи, які традиційно властиві рухальній активності українців. Прикладом цього можуть бути українські народні танці, види традиційної української боротьби: навхрест, на поясах, штовхач тощо. Український народ в своїй культурі зберіг чимало народних танців.

Танець — один із найдавніших видів народної творчості, що виявляється в ритмічних рухах під музику чи спів. Існує наукова думка, що перші танці виникли як прояв емоційних вражень від навколишнього світу. Танцювальні рухи розвивалися також і внаслідок імітації рухів тварин, птахів, а пізніше — жестів, що відображали певні трудові процеси (наприклад, деякі хороводи).

Найдавнішими слідами танцювального мистецтва в Україні можна вважати малюнки трипільської доби, де зображені фігури людей, які одну руку кладуть на талію, а другу заводять за голову. Такі рухи зустрічаються і в сучасних танцях. Зображення танцюристів і музикантів є на фресках Софійського собору в Києві (XI ст.). На думку деяких дослідників, срібні фігурки чоловічків з Мартинівського скарбу (IV ст.) передають один із танцювальних рухів: напівпирисядку з розставленими широко ногами і покладеними на стегна руками. Зараження танців знаходимо і в багатьох мініатюрах зі стародавніх літописів. Писемні повідомлення про давні танці дають нам літописці, які називають їх "скакание и топтание". "гульба и плясание", "хребтом вихляние". "плясание и плескание". Літописці - християни називають такі танці "бісівськими", або "поганськими". Це дає певні підстави вважати, що первісні танці були тісно пов'язані з прадавнім богослужінням [6].

Серед дослідників українського народного танцю в ХХ ст. можна назвати Василя Верховинця, Андрія Гуменюка, Андрія Нагачевського (Канада), Романа Гарасимчука, Анатолія Богорода, Вадима Купленика та ін. Класифікації українських танців, запропоновані дослідниками, ще не можуть вважатися досконалими. Першу класифікацію запропонував В. Верховинець, поділивши всі українські танці на масові, парні й сольні. Музикознавці класифікують їх за характером музичного супроводу: гопакі, козачки, польки, мазурки, кадрили тощо. Між хореографами побутує класифікація і за назвами танців: "Рибка", "Коваль", "Швець", "Горлиця". А. Гуменюк у книжці "Українські народні танці" поділяє їх на хороводи, сюжетні й побутові [6].

У сучасній теорії українського народного танцю [7, 8] виділяються три основні жанри: хороводи, побутові та сюжетні танці. У побутових танцях зображаються історичні риси

народу: волелюбність, героїзм, завзяття, винахідливість, дотепність тощо. Одним із структурних підрозділів побутових танців українців є так звані військові танці. Військові танці виконуються без зброї, і зі зброєю (шаблі, списи, бойові топірці тощо) в руках. Орнаментальний малюнок танців створюється на основі відшліфованих віками танцювальних рухів. В основі танцювальних рухів лежить той чи інший момент трудового процесу або імітація якоїсь дії чи уявлення людини [9, С. 14].

Проте народний танець, як засіб фізичного виховання не набув в науці широкого дослідження. Це пояснюється тим, що офіційно танець завжди розглядався в якості танцювальної культури народу, а не в якості фізичної культури. Проте оскільки танець – є рух під музику, то його розгляд в якості засобу фізичного виховання, і більш детально в якості національного фізичного виховання є сенс.

Достатньо глибокі історичні корені, як національний засіб фізичного виховання мають національні види боротьби. Майже у кожного народу світу прослідковується традиція боротьби. Причому в народній традиції боротьба є одним з видів єдиноборств за спрощеними правилами, хоча в деяких випадках може привести і до ускладнення їх.

Дослідник єдиноборств світу, у тому числі українських і слов'янських, О. Мандзяк свідчить, що в українців, як і в інших численних народів світу, були поширені різноманітні види єдиноборств за спрощеними правилами, а також доволі цікаві та оригінальні дитячі ігрові борювання. Загалом вони являють собою звичайні полегшені та спрощені єдиноборства, дужання, виключають важкі й травмонебезпечні технічні і тактичні дії, водночас доповнені яким –небудь ігровим, а деколи й ритуально-обрядовим змістом [10, С. 51].

Український народ зберіг досить велику кількість видів народної боротьби: боротьба навхрест, боротьба на поясах, штовхач, на ручку, боротьба ногами, боротьба лежачи тощо. Багато сучасних тренерів з видів спортивної боротьби використовують ті чи інші види народної боротьби в своїх методиках навчально-тренувального процесу [11], багато національних видів боротьби стали основою для створення в 30-х роках ХХ ст. в СРСР нового виду спортивного єдиноборства – боротьби самбо [12].

Одним із основних національних засобів фізичного виховання були і інші види єдиноборств: кулачні бої, палочні бої, різні види змагань з предметами. Кулачні бої несуть в собі історичне коріння ще з часів давньої Русі. З історичних джерел відомо, що не тільки воїни володіли мистецтвом кулачного бою, але і простолюдини, і давньоруські волхви. Візантійський історик Лев Диакон (VI ст.) у своїй праці “Хроніки” згадує: “Ті з волхвів, які живуть у лісах, а не у містах, владіють руками своїми і ногами з таким успіхом, що можуть самотужки протистояти голими кінцівками мачам і списам десятків озброєних аплітів (візантійських піхотинців)” [9, С. 13]. Кулачні бої зберігалися в українському народі, як традиція і ритуал протягом усієї історії, не дивлячись на соціально-політичні зміни устрою суспільства, державних розпадів і новоутворень. Так кулачні бої зберігалися і в часи Київської Русі, в часи існування козацької держави – Запорозької Січі, в часи існування України у складі Російської імперії. Дійшла традиція кулачних боїв і до наших часів.

В “Очерках истории Запорожья (Александровска до 1921 года)” говориться: “Затем в зимние праздники общим развлечением были кулачки. Бывало, входят чиновники, купцы, мещане, поселяне – занимают улицу во всю длину города и кулачатся на славу... Если прибьют кого, - суда не было: на то кулачки. Заигрывали (начинали) всегда мальчишки, а за ними поднимали кулаки батьки, - и пошла лава на лаву”[13, С.23 - 24].

Як видно з описання кулачних боїв цей вид фізичного виховання народу знімав соціальну нерівність у суспільстві – в кулачних боях приймали участь мало не всі соціальні верстви населення, мав достатньо широкий віковий спектр учасників, в кулачних боях існували свої

закони, своє “звичаєве право”, яке сприймалось в суспільстві було навіть вище загально прийнятих законів.

До наших часів збереглася традиція кулачного бою і вона відроджується на сучасному етапі. Вже традиційно на великі народні свята проводяться бої лава на лаву. Особливого розвитку цей вид національної фізичного виховання набув в Запорізькій області завдяки діяльності всеукраїнської громадської організації “Всеукраїнська федерація “Спас” [14].

Одним з основних українських національних засобів фізичного виховання є українські народні ігри та забави. Видатний український педагог К.Ушинський розглядав рухливу народну гру як «вікно», через яке можна показати дітям той чи інший бік життя народу. Він чудово усвідомлював його виховуючи силу. Адже з покоління в покоління завдяки народній творчості передавались морально-етичні норми поведінки. Педагог пропонував використання скарбів народної творчості для навчання дітей, оскільки він вважав, що навчання має бути виховуючим [15, С. 26].

Історія походження ігор, як засобу фізичного виховання налічує мабуть скільки часу, скільки соціально існує людство. Українські вчені А. Цьось і Е. Навроцький, розглядаючи тегденції розвитку фізичного виховання на території України в епоху міді та бронзи, зазначають, що вже у ті часи ігри були поширені в трудовому, фізичному і військовому вихованні: “У фізичному вихованні дітей провідну роль відігравали різноманітні рухливі ігри і забави. Більшість із них проводилися на вулицях, майданчиках, у лісі, біля озер і річок. Водночас, окремі з них відбувалися на дерев’яних токах, які мостили з дубових дощок, щільно притискаючи одна до одної. За формою тік був круглий. Ігри були досить суворі. Н. Денісюк подає зміст ігор “Коло бито”. За умовою діти розташовувалися на току. Інші сідали зі спеціальними киями навколо току і били навкоси по його поверхні. Учасники гри повинні були бігати доти, доки кий не зіб’ють їх. Діти досить сильно потерпали від тих кийів. Тому, щоб уникнути ударів, вони мусили швидко бігати, високо підстрибувати на одній і двох ногах, швидко котитися чи крутитися”[16].

На думку автора статті такий опис стародавньої гри для дітей є досить сумнівним, що торкається жорстокості проведення ігор для дітей в стародавній період. Оскільки традиція ігор може змінювати форму тієї чи іншої гри, але не змінює сутності. В українській традиції не існує жодної жорстокої, чи травмонебезпечної гри для дітей, а тому можна передбачити, що протягом часу пройшла певна еволюція ігор в бік зменшення травматизму і небезпечності, або автори дослідження просто суб’єктивно уявили собі жорстокість стародавнього періоду і описали дану жорстокість дитячої гри на основі власних уявлень. Не викликає суперечок лише той факт, що традиція ігор в українській національній фізичній культурі має глибоке історичне коріння і дійшла до наших часів, зберігши чільне місце серед українських національних засобів фізичного виховання.

Важливими національними засобами фізичного виховання є військові вправи та побутові дії, які специфічні для українського народу. Дані засоби змінювалися протягом історії, оскільки суспільство розвивалося технологічно, поряд з цим розвивалася і військова справа і побутові дії. Військово-фізична підготовка, як засіб фізичного виховання відомий на території сучасної України ще з часів існування трипільців, пізніше скіфів, скілотів (біля 4000 р. до н.е.). Дослідник історії української військово-фізичної підготовки Я.Тимчак вважає, що “ВФП (військово-фізична підготовка) давніх українців була суттєво збагачена традиціями попередніх епох. “Духовна культура дохристиянської Русі, філософською основою якої був язичницький світогляд, відзначалася стійким традиціоналізмом. Складові компоненти цієї культури ґрунтувалися на стійкій основі глибоких історичних традицій, що значною мірою цементували тодішнє суспільство та державне життя”. Скіфо-Сарматський період історії України залишив вагому культурну спадщину, зокрема і військову, елементи якої знаходимо ще у період Давньоруської держави. Наприклад, і так званий “звіриний стиль” скіфського мистецтва, і окремі зразки озброєння воїнів. Цю спадковість традицій

можемо пояснити тим, що занепад скіфських союзів племен, а згодом і сарматів збігається в часі з розвитком слов'янства. Фактично, певний час частина слов'янських племен перебувала або входила у ранньодержавне утворення - Велика Скіфія. Як зазначають історики: "Скіфію оточували численні народи, етнічно не споріднені з нею. В лісостеповій і поліській зонах, за Геродотом, жили скоти, неври, меланхлени, андрофаги, гелони, будини та ін.". "Як і раніше, лісостепове межиріччя Дніпра і Дністра заселяли численні племена, генетично пов'язані з населенням чорноліської доби. За мовою це були праслов'яни". Сучасні науковці, зокрема Б.О. Рибаків, вважають, що скоти мають пряме відношення до слов'ян. Це положення він обґрунтовує у своїй монографії "Язычество Древней Руси" [17].

Маючи глибокі історичні корені військово-фізична підготовка і побутові дії змінювались протягом часу, але деякі традиції збереглись в фізичній культурі українського народу і донині. Прикладом цього може слугувати їзда на коні, козацьке гарцювання на коні (вправи джигітування), фехтування і володіння шаблею. Побутові вправи, хоча і змінювались з науково-технічним розвитком суспільства, все ж деяким рухальним діям можна надати по декілька тисяч років. Прикладом цього може бути косіння трави серпом чи косою, копання лопатою, обробка землі під посів тощо. Протягом багатьох століть деякі предмети побуту і знаряддя праці українців принципово не потерпали змін, такі як коса, лопата тощо. Цим зумовлюється незмінність побутових рухальних дій, як засобу фізичного виховання, хоча нові знаряддя праці, предмети побуту формували нові види рухальних дій.

Допоміжними українськими національними засобами фізичного виховання є традиційні форми загартування організму силами природи, а також гігієнічні процедури, притаманні українцям. Перелік цих засобів досить обширний. Найвідомішими є: обливання холодною водою, купання в ополонці взимку, особливо на свято Водохреща, ігри на свіжому повітрі тощо. Однією з найвідоміших гігієнічних процедур, традиційно притаманних українцям є процедури в лазні. Культура лазень відома ще з часів скіфів, Київської Русі.

Після вищесказаного можна зробити наступні **висновки**:

1. Україна має свої національні засоби фізичного виховання, які мають велике історичне коріння.
2. Українські національні засоби фізичного виховання є частиною культури українського народу.
3. Українські національні засоби фізичного виховання можна розподілити на основні і допоміжні, традиційні і запозичені.
4. Українські національні засоби фізичного виховання мають досить великий спектр обширності, видів і форм, вони постійно змінюються, деякі зникають, деякі з'являються під впливом змін у житті українського суспільства.
5. Українські національні засоби фізичного виховання є базисом української національної фізичної культури.

ЛІТЕРАТУРА

1. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2008. – 272 с.
2. Богдан Шаян, Олександр Скалій. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. [Електронний ресурс] / Богдан Шаян, Олександр Скалій // Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. Засоби фізичного виховання. Визначення поняття. - Режим доступу : <http://www.tnpu.edu.ua/kurs/242/3-1.htm> - Назва з екрану.
3. Публічний електронний словник української мови. [Електронний ресурс] / Публічний електронний словник української мови // Словник. Засіб. - Режим доступу : <http://ukrlit.org/slovnyk/%D0%B7%D0%B0%D1%81%D1%96%D0%B1> - Назва з екрану.

4. [Словарь української мови: в 4-х тт. / За ред. Б. Грінченка. — К., 1907—1909. — Т. 2. — С. 95.](#)
5. Публічний електронний словник української мови. [Електронний ресурс] / Публічний електронний словник української мови // Словник. Національний. — Режим доступу : <http://ukrlit.org/slovnyk/%D0%BD%D0%B0%D1%86%D1%96%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B8%D0%B9> – Назва з екрану.
6. Навчальні матеріали онлайн [Електронний ресурс] / Навчальні матеріали онлайн. // Головна. Культурологія. Українське народознавство. Народний танець. - Режим доступу : http://pidruchniki.com/kulturologiya/narodniy_tanets - Назва з екрану.
7. Василенко К. Лексика українського народно-сценічного танцю. – 3-є вид. – К.: Мистецтво, 1996. – 496 с.
8. Верховинець В.М. Теорія українського народного танцю. – 5-е вид., доп. – К.: Муз. Україна, 1990. – 150 с.
9. Величкович М., Мартинюк Л. Український рукопаш гопак: Навч. посіб. – Л.: Ліга-Прес, 2003. – 152 с.
10. Мандзяк О.С. Військово-фізичне виховання аріїв: Народні ігри в практиці українських бойових мистецтв. – Тернопіль: Мандрівець, 2007. – 208 с.
11. Крупник Е.Я. Боевые слоны, или игровой способ изучения приемов самозащиты. Методическое пособие для преподавателей и спортсменов. – Москва, 1997. – 82 с.
12. Харлампиев А.А. Борьба самбо. – Издание 4-е, дополненное. – Москва: ФиС, 1959. – С. 42 – 46.
13. Очерки истории Запорожья (Александровска до 1921 г.) – Запорожье: РИП «Выдавэць», 1992. – 128 с.
14. Всеукраїнська федерація “Спас” [Електронний ресурс] / Всеукраїнська федерація “Спас”. - Режим доступу : <http://spas.zp.ua> - Назва з екрану.
15. Ушинський К. Вибрані педагогічні твори у 2-х томах: т.1. / К. Ушинський. — К., 1983. — 488 с.
16. Цьось А.В., Навроцький Е.М. Тенденції розвитку фізичного виховання на території України в епоху міді і бронзи // Педагогіка, психологія та мед.-біолог. Пробл. Фіз. Виховання і спорту. - № 24. – С. 47 – 53.
17. Дутчак Я.В. Військово-фізична підготовка в Україні (IX – XVIII ст.): Дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.02. / Тимчак Ярослав Володимирович. – Львів, 1998. – С. 12 – 13.

УДК 37. 033:82-193:808.54(072)

СУТНІСТЬ ВИКОРИСТАННЯ ХОРОВИХ ВИГУКІВ У КОЗАЦЬКИХ БОЯХ «ЛАВА НА ЛАВУ»

Лях В.В.

Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка

СУТНІСТЬ ВИКОРИСТАННЯ ХОРОВИХ ВИГУКІВ У КОЗАЦЬКИХ БОЯХ «ЛАВА НА ЛАВУ»

У статті висвітлюється проблема впровадження у навчально-виховний процес початкової школи групової козацької боротьби «Лави на лаву», інноваційні підходи до її осучаснення й використання як однієї з форм військово-патріотичного виховання молодших школярів. Розкривається сутність використання у боротьбі хорових бойових вигуків і закликів, зосереджується увага на їх значущості, сучасному тлумаченні. Висвітлено вплив хорових вигуків і декламацій на емоційний стан бійців, згуртованість і злагодженість їх дій, розвиток вольових якостей. Уперше на науковому підґрунті розкривається осучаснений зміст бойових козацьких гасел. Подано детальний опис правил і методики підготовки, організації та проведення ритуалу ведення бою «Лави на лаву». Розкривається суть і значення сходження лав, заповнення проміжків часу між боями показовими виступами зі спортивних і бойових мистецтв та номерами художньої самодіяльності. Зосереджується увага на облаштуванні місця проведення бою. Разом з цим розкрито один із шляхів вирішення проблеми впровадження боротьби «Лави на лаву» в навчально-виховний процес початкової школи. Описано досвід проведення козацької групової боротьби з учнями козацьких класів комунальної установи Сумська спеціалізована школа I-III ступенів №25, м. Суми Сумської області.

***Ключові слова:** козацький клас, боротьба «Лави на лаву», ритуал бою, хорові вигуки, братання, сучасне тлумачення, розвиток фізичних і вольових якостей, виховання козачат.*

СУЩНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ХОРОВЫХ ВОЗГЛАСОВ В КАЗАЦКИХ БОЯХ «ЛАВА НА ЛАВУ»

В статье высвечивается проблема внедрения в учебно-воспитательный процесс начальной школы групповой казацкой борьбы «Лави на лаву», инновационные подходы к ее осовремениванию и использованию как одной из форм военно-патриотического воспитания младших школьников. Раскрывается сущность использования в борьбе хоровых боевых возгласов и призывов, сосредотачивается внимание на их значимости, современном толковании. Освещено влияние хорвых возгласов и декламаций на эмоциональное состояние бойцов, сгруппированность и согласованность их действий, развитие волевых качеств. Впервые на научной основе раскрывается современное содержание боевых казацких лозунгов. Наводится детальное описание правил и методики подготовки, организации и проведения ритуала ведения боя «Лави на лаву». Раскрывается сущность и значение сходжения лав, заполнение промежутков времени между боями показательными выступлениями со спортивных и боевых искусств, а также номерами художественной самодеятельности. Сосредотачивается внимание на обустройстве места проведения боя. Вместе с этим раскрыто один с путей решения проблемы внедрения борьбы «Лави на лаву» в учебно-воспитательный процесс начальной школы. Описано опыт проведения казацкой групповой борьбы с учащимися казацких классов коммунального предприятия Сумская специализированная школа I-III ступеней №25, г. Сумы Сумской области.

***Ключовые слова:** казацкий класс, борьба «Лави на лаву», ритуал боя, хоровые возгласы, братание, современное толкование, развитие физических и волевых качеств, воспитание казачат.*

SUBSTANCE OF THE USE OF CHORAL SHOUTS IN COSSACK'S FIGHTS "LAVA NA LAVU"

The article highlights the problem of implementation of a team Cossack's fight "lava na lavu" into the educational process of a primary school, some innovative approaches to its modernizing and use as a form of military-patriotic education of the younger students. The essence of use of choral martial exclamations and appeals in the fight is revealed. A special attention is given to their value and modern interpretation. The influence of choral exclamations and declamations on emotional state of fighters, bunching and consistency of their actions, the development of volitional qualities are covered. For the first time in a scientific manner the content of the current fighting Cossack's slogans has been disclosed. One can find a detailed description of the rules and methods of preparation, organization and conducting of the ritual of the fight "lava na lavu". The essence and significance of the convergence of lavas, filling the gaps of time between fights with demonstration performances of martial arts and sport competitions, as well as the items of amateur performances are revealed. Much attention is given to the arrangement of the venue of the fight. At the same time there is a solution to the problem of introduction of the struggle "lava na lavu" into the educational process of an elementary school. There is a description of the experience of conducting of the team Cossack's fight among the students of Sumy specialized school of I-III stages №25, Sumy, Sumy region.

***Key words:** Cossack's class, fight "lava na lavu", battle ritual, choral exclamations, fraternization, modern interpretation, development of physical and volitional qualities, education of little Cossacks.*

Постанова проблеми.

Довготривалий час роботи в загальноосвітніх і позашкільних закладах Сумщини переконує нас в необхідності переосмислення й оновлення змісту та форм національного виховання учнівської молоді на основі багатовікового досвіду козацької педагогіки. При цьому особливої уваги з боку вихователів потребують діти молодшого шкільного віку. Вони, як правило, уже з першого класу хочуть і намагаються бути поміченими, захоплено наслідують досконало розвиненого наставника. За належних педагогічних умов виявляють зацікавлення життям славних козаків Запорозької Січі, охоче вигукують різноманітні бойові гасла.

У той же час діти не можуть пояснити сутність бойових вигуків, намагаються діяти уособлено, вирізнятися серед інших, мірятися силою, битися. Природно виникає проблема гуртування учнівського козацького колективу. На нашу думку, серед найбільш дієвих і пріоритетних форм вирішення поставленої проблеми у козацькому класі є навчання груповому бою «Лави на лаву», де правила та норми засвоюються в реальних злагоджених колективних діях, підсилені козацькими бойовими хоровими вигуками, що у свою чергу позитивно впливає й на якість національного виховання молодших школярів.

Однак учням у школі часто забороняється займатися таким видом групової боротьби, як травмонебезпечним видом бойових мистецтв. Отже, виникає нагальна потреба в адаптуванні козацької боротьби «Лави на лаву» до її використання у початковій школі.

Водночас така форма вирішення проблеми гуртування козачат є новою, не має належного теоретичного і методичного обґрунтування, ефективної практичної реалізації в загальноосвітніх навчальних закладах України.

Тому є досить актуальним не тільки дослідження сутності використання хорових вигуків у боротьбі «Лави на лаву», а її осучаснення, належне апробування й підготовка науково-мотиваційного підґрунтя для використання козацької бойової спадщини у національному вихованні учнівської молоді.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Козацькі бойові мистецтва описані у багатьох монографіях, навчальних посібниках і художніх творах. Серед них заслуговує на особливу увагу монографія кандидата економічних наук Тараса Каляндрука «Таємниці бойових мистецтв», що видана у 2007 році. В ній зібрані відомості про бойові мистецтва українців, військові традиції, козацькі звичаї, а також зосереджена увага на вихованні дітей на Січі засобами козацької педагогіки.

Ця книга є спробою дослідити джерела і розвиток військових мистецтв в Україні, у тому числі й бойового крику та боротьби «Лави на лаву».

Одним із дослідників козацьких видів боротьби є Олександр Притула. Осучаснений ним козацький рукопаш визнаний у всьому світі. Олександр Леонтійович, демонструючи свої бойові мистецтва в Атлантик-Сіті, штат Нью-Джерсі, США, став володарем бойового "Оскару". Своїми наробками він щедро ділиться на сторінках інтернет-видань.

Посилено працює над розвитком бойових мистецтв Костянтин Рижов. До незаперечних заслуг цих особистостей відноситься і розробка та популяризація цієї, тепер вже відомої у світі, групової козацької боротьби.

На сьогодні в багатьох регіонах України боротьба «Лави на лаву» є традиційною забавою козаків і козачат поза школою.

Виділення невирішених раніше частин проблеми.

На сьогодні ще недостатньо вирішена проблема використання козацьких групових боїв, як одної з дієвих форм гуртування й національного виховання учнів загальноосвітніх закладів України. Не розроблені спрощені привабливі детально-розроблені й адаптовані для учнів початкової школи ритуали групового козацького бою «Лави на лаву», а також методичні

поради щодо його вдосконалення та впровадження у навчально-виховний процес козацьких класів. Ще й досі не осучаснені тлумачення багатьох хороших вигуків, що використовуються у боях «Лава на лаву». Мало хто з учнів і дорослих може пояснити сутність змісту бойових вигуків.

Мета статті – зосередити увагу науковців і педагогів-практиків на проблемі використання козацької бойової спадщини у гуртуванні та національному вихованні учнівської молоді; показати один із шляхів її вирішення на прикладі впровадження осучасненого інноваційного ритуалу групового козацького бою «Лава на лаву» у навчально-виховний процес козацьких класів початкової школи; розкрити сутність використання хороших вигуків у боях «Лава на лаву».

Виклад основного матеріалу.

Козацька групова боротьба «Лава на лаву» користується великою популярністю серед українського народу й часто використовується у святкових дійствах. Як правило, перед такою чоловічою боротьбою вони проводять специфічну розминку: шикуються в коло, співають спеціально підібрані пісні, які налаштовують їх на заданий ритм і темп ведення бою, пробуджують войовничий дух. Цьому сприяють різноманітні танцювальні вправи з напівприсідами, присіданнями, обертливими рухами тощо. Серед такої розминки є й надскладні, що вражають та пригнічують супротивників. Тільки після гарного розігріву козаки стають до бою. Правила досить прості: у бойовій забаві приймає участь дві команди по 20-25 козаків. Боротьба відбувається на полі, яке розмічається трьома лініями: одна посередині, на якій дві команди будуть сходитися в груповому поштовху, а дві інші – лінії шиккування лав – розмічаються на відстані 5-7 метрів від середньої лінії. Лави шикуються на них у дві чи три шеренги і стають одна навпроти одної. Бійці щільно притискаються один до одного плече до плеча.

Зазвичай перед боєм практикується випробування на силу духу: насміхання козаків однієї лави над іншою. Козак, у котрого здають нерви чи закипає обурення, може стати слабкою ланкою згуртованої лави, адже в такому бою не можна ні розслабитися, ні вириватися вперед. Після того як козаки набувають готовності до ведення бою, лунає команда «Бій!» і тоді обидві лави рухаються одна на одну і намагається ударами кулаків в груди або живіт, поштовхами витіснити лаву суперників за їхню лінію шиккування. Виграє та лави, яка витиснула іншу на її бік, або якщо інша лави розпорошилася по майданчику. Удари в лаві дозволені лише в тулуб – вище пояса і нижче шиї, боротьба в лаві заборонена.

Лави сходяться тричі. Між сходами відбуваються два індивідуальні поєдинки: боротьба «Навхрест» чи «На поясах», а також індивідуальні кулачні бої, за дотриманням правил яких уважно слідкують досвідчені козаки. Загалом боротьбу лав судять обрані козаки, або отамани громад. Перемагає та лави, яка більше разів витиснула лаву суперників за їх кордон – лінію шиккування. Наприкінці змагань проходить братання.

Слід зазначити, що за порушення правил учасник вилучається зі змагань, а за порушення більше трьох разів може бути вилучена й сама команда.

Ні в кого не виникає сумнівів, що бій «Лава на лаву» може стати одним з основних засобів формування у молоді кращих бійцівських якостей та підготовки її до захисту Вітчизни. Однак в описаному вигляді такий бій, не схвалюється і не може бути схвалений освітянами, оскільки є травмонебезпечним, а отже не може використовуватися у навчально-виховному процесі загальноосвітніх закладів України.

До того ж без козацьких криків й хороших бойових гасел така боротьба не викликає особливої зацікавленості в учителів і вихователів загальноосвітніх навчальних закладів.

Отже зовсім не випадково у наш час передові педагоги України великого значення надають дослідженню змісту бойових гасел, закликів, вигуків при проведенні козацьких боїв. Вони

витрачають немало часу як на їх пошук, дослідження, так і для тлумачення окремих слів, речень, їх переосмислення, перекладу на сучасну мову тощо. Збережені народні традиції переконливо доводять, що ще й досі козацькі хорові вигуки застосовуються при проведенні народних гулянь і багатьох масових заходів, на яких демонструються бойові мистецтва воїнів Запорозької Січі. Такі вигуки значно збагачують показові й спортивні дійства сучасних козацьких громад. Вони підтримують, пробуджують та гартують бойовий дух дорослих і юних козаків, закладають необхідні підвалини формування національної свідомості у маленьких козачат. Хорові вигуки заповнюють прогалини й паузи козацьких урочистостей, залишають приємні відчуття в учасників боїв і вболівальників.

Без бойових хорових вигуків навіть боротьба «Лава на лаву» є менш приваблива; здається жорстокою й непотрібною для гартування підрастаючого покоління. І навпаки – насичена різноманітними хоровими вигуками ця боротьба набуває емоційно-забарвленого бойового дійства й за своїм змістовним наповненням перетворюється на масове театралізоване мистецьке видовище, що вражає й полонить глядачів.

Незаперечно, вигуки підсилюють емоційні очікування вболівальників, пробуджують позитивний святковий настрій бійців, позбавляють їх від зайвих переживань, відчуття страху, налаштовують на перемогу.

Тривала практика роботи з учнями козацьких класів переконує, що хорові вигуки є гарним, а часто й незамінним змістовним наповненням церемоніалу урочистого бойового дійства. Слід також зазначити, що на святкових масових заходах молодші школярі з великим задоволенням декламують та викрикують різноманітні вигуки, заклики та гасла, насичені народним бойовим змістом.

Кричати для козачат – завжди в радість. Їх нефорсований, керований крик – гарний засіб релаксації, остаточного звільнення душі від накипу повсякдення. Під час бадьорого хорового крику діти забувають про всі свої негаразди: депресію, сум, непорозуміння один з одним тощо. Бойові вигуки, насамперед, сприяють налаштуванню маленьких козачат на перемогу. Для багатьох із них є самонавіюванням і потужним імпульсом на подолання внутрішнього супротиву – невпевненості й страху.

Таким чином, бойові гасла стають важливими чинниками формування в юних захисників Вітчизни таких основних якостей молодого воїна як хоробрість, наполегливість та воля.

Опираючись на вищезазначене, ми приділяємо багато уваги складанню, розучуванню й виразному декламуванню нових сучасних бойових вигуків, а також шанобливо ставимося до давно забутих народних і козацьких гасел, вигуків, закликів, намагаємося тлумачити та перекладати їх на сучасну мову, занурюватися у їх зміст, пояснювати маленьким козачатам значення кожного виголошеного слова.

Такий інноваційний підхід до формування бійцівських якостей молодших школярів сприяє, насамперед, поліпшенню їх військово-патріотичного виховання в цілому; пробуджує інтерес до вивчення історії рідного краю, виховує шанобливе ставлення до традицій і звичаїв козацького товариства.

Вважаємо за доцільне представити на розгляд осучаснений варіант ритуалу проведення групового бою «Лава на лаву», розроблений працівниками Приватного благодійного оздоровчо-освітнього центру «Мурашка», козаками Сумської паланки Міжнародної громадської організації «Козацтво Запорозьке», учителями козацьких класів Комунальної установи Сумська спеціалізована школа I-III ступенів № 25.

Запропонований сумський ритуал ведення групового бою «Лава на лаву» базується на методичних матеріалах Всеукраїнської громадської організації «Всеукраїнська федерація «Спас» і спрямований насамперед на виховання у маленьких козачат поваги до супротивника, дотримання належної дисципліни, зосередження уваги малюків на

правильному виконанні команд, чітке й бадьоре виголошення хорових вигуків, закликів і гасел. Ритуал злагоджених командних дій малюків нагадує скоріше показовий виступ майстрів краси бойових мистецтв – театралізовану виставу, а не битву за перемогу над суперником, хоча сходження лав вимагає від кожного козача великих фізичних зусиль, прояву сили волі й хоробрості. У глядачів такий бій асоціюється з виступом маленьких акторів, привабливою грою, що у свою чергу згладжує гостроту суперечливих поглядів освітян, переконує їх у можливості використання боротьби у запропонованому ритуалі в начальньо-виховному процесі.

Для надання бойовому дійству ознак краси, ми відповідально ставимося й до художнього оформлення місця його проведення, підбору козацьких маршів і пісень, серед яких і «Лави на лаву». Створюємо захоплюючий сценарій розминки дитячих лав з виконанням складних вправ і демонстрацією бойових рухів, що полонять вболівальників. Територія змагань прикрашається банерами й козацькими прапорами. Тут демонструється справжня вогнепальна й холодна зброя. Проводяться показові виступи майстрів козацького бою.

Слід зазначити, що напередодні групового бою козачата багато тренуються. Намагаються швидко, правильно й чітко виконувати команди, чим викликають захоплення дорослих і однолітків.

Боротьба розпочинається з шикуння лав у шеренги одна навпроти іншої на відстані десяти метрів. Між ними збоку на середній лінії стоїть отаман обличчям до козачат і глядачів. Він з'ясовує готовність до бою та подає команди у такій послідовності: «Перша й друга лави! Шикуйсь! Рівняйсь! Струнко! Вільно! Приготуватися до бою!» (Виконуючи команду козачата беруть один другого під руки і зчіплюють зведені до купи пальці у замок долоня до долоні).

Звертаючись до першої лави, отаман з'ясовує її готовність до бою: «Козачата першої лави! До бою готові?»

Козачата гучно й бадьоро відповідають: «Готові!»

Аналогічно отаман звертається й до другої лави.

Наступна команда отамана: «Проявити готовність до бою!»

Під час такої команди козачата першої й другої лави після слів «до бою» вдихають повітря, піднімають ліву ногу й вигукують, притопуючи: «Гей-гоп! Гей-гоп! Гей-гоп!..» (При цьому обов'язково дотримуються виконання незаперечних правил: притопуючи лівою ногою, вигукують слово «Гей!», правою – «Гоп!»).

Наступна команда отамана: «Наше бойове гасло ..!».

За цієї команди всі козачата першої й другої лави вигукують, притопуючи ногами: «Гей, гай-гай, гур-ра-га! Штовхай, тисни ворога!» (Розпочинається перший вигук «Гей!» з притопування лівою ногою, «гай» – правою, «гай» – лівою, правою ногою притопуємо мовчки. Далі слово «гур» вимовляється під притопування лівою ногою, склад «ра» – правою, склад «га» – лівою, правою ногою притопуємо мовчки. Наступне речення виголошуємо з послідовним притопуванням ногами кожного складу слова).

Наступна команда отамана: «Наш бойовий вигук..!»

Всі козачата першої й другої лави вигукують: «Гей!».

За командою: «До бою руш!», козачата з гучними вигуками: «Гей-гоп!», «Гей-гоп!», «Гей-гоп!», «Гей-гоп!»... йдуть щільними шеренгами назустріч одна одній упевненою ходою до середньої лінії, починаючи з лівої ноги, з ледь-помітним напівприсідом під кожне слово «Гей!» і приставним кроком правою під слово «Гоп!»

Тільки-но лави з'єднуються, отаман подає команду: «Гоп!» (тобто штовхати й тиснути умовного «ворога»).

За такої команди всі козачата першої й другої лави, не розриваючи рук, починають дружно штовхати (витискати) супротивників грудьми на кожне гучно вимовлене слово: «Гоп! Гоп! Гоп! Гоп! Гоп! Гоп! Гоп! Гоп! Гоп! Гоп! Гоп!..», аж доки не витіснять лаву суперників за їхню лінію

шикування. Поразка лави признається їй тоді, коли хтось з козачат роз'єднав руки, або не втримався на ногах – упав. Лави сходяться до бою два рази, а за необхідності – три.

Між сходами відбуваються змагання на силу, спритність, витривалість, виступи кращих колективів художньої самодіяльності, солістів. При гарній підготовці маленьких козачат, допускається боротьба на колінах. За дотриманням правил змагань уважно слідкують досвідчені козаки.

Після кожного сходження лави шикуються й продовжують боротьбу за вище описаним порядком.

На завершення бою проходить заключне шикування, на якому керівник змагань (або головний суддя) підбиває підсумки: «Лави першого рою отримала перемогу над лавою третього рою з рахунком 2:1». Після такої команди отаман лави-переможниці робить крок вперед, повертається ліворуч й тричі вигукує: «Будьмо..!», по завершенню першого й другого вигуків всі гучно й бадьоро відповідають «Гей!», а після третього – «Гей!», «Гей!», «Гей!».

Після емоційних радісних і схвальних вигуків «Гей!», отаман висловлює вдячність усім учасникам лав за злагодженість дій та волю до перемоги й подає останню команду: «Лави, братаймося!» (Після цієї команди козачата двох лав біжать назустріч один одному, обіймаються, тиснуть руки, говорять добрі слова й обмінюються враженнями).

Назріває питання розкриття значущості запропонованого нами ритуалу козацького бою «Лави на лаву» – детально розписаного сценарію, приємливого для початкової школи, його ведення з наступним поясненням будь-якої дитячої дії, доцільності й сутності кожного з використаних бойових хорів вигуків.

Так, наприклад, не заради красивого дійства ми просимо козачат перед боєм узяти один другого під руки, зчепити пальці у замок, притиснутися плечем до плеча. У лаві діти миттєво опановують собою: вгамовують своє хвилювання, страх, відчувають впевненість в собі, надійну підтримку друзів з обох боків й водночас їх страховку (яка запобігає падінню).

Як тільки козачата складають пальці рук в замок, вони швидко зосереджують увагу на тактичних діях, виражають готовність до бою й налаштовують себе на перемогу.

Досвід роботи з шестирічними козачатами показав, що вони потребують підготовчих вправ щодо виконання команд, вигуків і, на перших порах, кожного з елементів групової козацької боротьби «Лави на лаву». Зважаючи на недосконалу координацію рухів, недостатню сформованість просторової уяви, дітям цього віку необхідно ретельно пояснювати виконання будь-якої з дій: команди, елементу боротьби, вигуків, супроводжувати їх повільною й чіткою демонстрацією. Оскільки в шестирічних школярів переважає мимовільне запам'ятовування, то кожна вправа, команда має повторюватися багато разів.

Слід зазначити, що багато уваги ми приділяємо навчанню гучному хоровому вигуку й бойового крику. Адже більшість вчених переконані в тому, що в людському організмі таяться приховані надзвичайно потужні резерви фізичних і духовних сил. Каталізаторами пробудження цих сил можуть бути приниження, страх смерті, музика, любов до батьківщини, своєї дитини, друзів, воля до перемоги, бойовий крик тощо.

У часи минулого за допомогою бойового крику козакам вдавалося спонукати до втечі навіть цілі ворожі армії, що не звикли до такого галасу. У тяжких умовах війни бойовий крик деморалізовував ворогів і лякав їхніх коней.

Не випадково при виборі кошового отамана, січовики бажали йому «лебединого віку та журавлиного крику», тобто сильного командирського голосу, бо, як відомо, крик журавля на весні дуже сильний і його далеко чути.

Зі стародавньої легенди про запорожців довідуємося, що під час змагань серед хлопчаків на посаду отамана, переможець мав крикнути так гучно, щоб усі жаби в озері замовкли [2,14 – 19].

Гучні декламації, які козачата із задоволенням учать перед боєм, допомагають осмисленню значущості боротьби «лава на лаву» у їх подальшому житті: «Я дідів своїх достоїн: І один у полі воїн – В лаві ж, де за брата брат, Я – сильніший у сто крат!» (А. Удод). Вони також сприяють засвоєнню правил групової бойової дії, як, наприклад: «Сила духу в нас нетлінна – Не впаду я на коліна, Бо козак немає права Впасти, випасти із лави!» (А. Удод).

Багато хороших декламацій сприяють формуванню бойового духу: «Нас єдиний дух, порив В моноліт перетворив: Дієм сміло, хвацько – Лава ми, козацька!» (А. Удод).

Дорослі повинні усвідомлювати, що діти хочуть бачити кінцевий результат тренувальної діяльності. Тож, на кожному занятті потрібно давати їм можливість відчувати силу групової дії при сходженні лав під пильним наглядом наставника та з вчасною корекцією неправильно виконуваних дій. Слід також зазначити, що діти в цьому віці нізащо не хочуть поступатися супротивникові, докладають максимум зусиль для виявлення особистої переваги. Не стримують пориву до перемоги й прояву емоцій.

Нестримне бажання шестирічних дітей позмагатися в силі може бути використане мудрим наставником як мотивацію до розучування й дотримання незаперечного порядку та правил ведення бою «Лава на лаву».

Ні в якому випадку не можна допускати будь-якої невпорядкованої «штотуханини», а навпаки зосереджувати увагу дітей на злагоджених діях з витиснення умовного ворога за його кордон – лінію шикування. Злагоджене виштовхування супротивників грудьми за командою «гоп» без будь-якого розгону, як це роблять дорослі, виховує у шестирічних козачат повагу один до одного, згуртованість, сміливість, наполегливість, витривалість й відчуття ліктя. З цією метою не допускається також роз'єднання рук і падіння, які караються поразкою команди.

Шестирічні козачата залюбки оволодівають мистецтвом ведення бою тоді, коли навчання здійснюється в ігровій діяльності. Не слід забувати, що діти здатні виконувати лише ті команди і вправи, які добре вивчили. З готовністю відтворюють дії у чітко заданій послідовності.

Батьки схвально відносяться до участі своїх дітей у гарно організованих групових козацьких боях.

Учителі ж йдуть на такий експеримент дуже обережно, боязко й, на превеликий жаль, з досить відчутною неохотою. Багато з них негативно ставляться до проведення бою з великою кількістю дітей, остерігаються травматизму, а отже й унеможливають його організацію у багатьох загальноосвітніх закладах Сумщини.

12 лютого 2014 року на базі Сумського державного педагогічного університету імені А.С.Макаренка було проведено семінар-практикум з актуальних проблем розвитку козацьких бойових мистецтв для учителів шкіл, козаків і студентів-практикантів. На цьому семінарі були розкриті сутнісні основи ведення бою «Лава на лаву», розглянуті його розвивальні й виховні можливості. У практичних заняттях взяли участь всі без винятку. Козаки та студенти-практиканти виявили бажання провести такі змагання у ЗОШ №5, №8, №17, №22, №23, №24, №25, №29 м. Суми.

Багато хто з учасників семінару-практикуму проникнулися виховними та розвивальними можливостями масового козацького бою, що свідчить про можливість упровадження його в навчально-виховний процес не тільки початкової, а й середньої та старшої школи.

Однак на сьогодні боротьба «Лава на лаву» залишається пріоритетною лише у школах, де створені й активно діють дитячі козацькі громади зі справжніми козацькими класами. Заняття маленьких козаків таким видом боротьби із серпня 2013 по червень 2015 років дають досить швидкі й вагомні позитивні зрушення у вихованні майбутніх захисників Вітчизни: вони на практиці починають усвідомлювати значення згуртованої, злагодженої діяльності у перемозі над умовним ворогом, разом аналізувати групові й індивідуальні дії

під час ведення бою, обговорювати наступні. Таким чином, групова боротьба сприяє прискореному процесу ранньої соціалізації, що має велике значення в системі національного виховання молодших школярів.

Тож, незаперечно виникає нагальна необхідність популяризації боротьби «Лава на лаву», її теоретичного обґрунтування та змістовного наповнення козацькими хоровими вигуками, закликами, криками з одночасним сучасним тлумаченням кожного з них.

Проникнення дітей в сутнісне значення козацьких вигуків, бойових закликів і криків значно підсилюють пробудження незадіяних прихованих резервів фізичних і духовних сил, їх загальну енергетику та вплив на формування національної свідомості молоді.

Тож, козачатам (і, навіть, дорослим) необхідно пояснювати, що вигук «Гей!» може виражати волевиявлення, ствердження сили волі й незламного козацького духу, готовності до захисту Вітчизни, боротьби з умовним ворогом (супротивником), захоплення відважним вчинком чи дією побратима. Цей вигук використовується при урочистому ствердженні козацького здоров'я, зверненні («Гей, брати!»), оклику («Гей, Іване»), відданні наказу («Гей, всі на коней!»), заклику до бою («Гей, козаки, – в атаку!») [3, 19].

Використовується вигук «Гей!» і в повсякденному домашньому житті при схваленні добре виконаної роботи («Сьогодні ти, мамочка, зварила такий смачний борщ, що аж гей!» – дух перехоплює).

Отже, непідробний і ширий вигук «Гей!» може бути незаперечним спонукальним імпульсом до поліпшення якості трудової й ратної звитяги, самовдосконалення, самоствердження, що в свою чергу підсилює гідність і значущість особистої діяльності.

У боротьбі «Лава на лаву» урочистий, бадьорий вигук «Гей!» завжди виражає рішучість, сміливість, впевненість і непохитність бійця, твердість його характеру й віру в перемогу над супротивниками.

Слід також зосередити увагу й на тому, що мало хто із сучасних дорослих козаків розуміє й може пояснити значення слова «гоп» – найбільш вживаного у боях «Лава на лаву».

Це також відноситься й до викладачів і вчителів, які займаються військово-патріотичним вихованням студентської й учнівської молоді на кращих зразках козацької педагогіки.

Не випадково ми приділяємо багато уваги трактуванню кожного з козацьких вигуків, адже в бою осмислене слово має значно більшу силу.

У великому тлумачному словнику сучасної української мови «гоп» трактується як вигук, звуконаслідування, яким супроводжується стрибок, притупування в танці тощо. [1, 191].

Інші словники підводять нас до більш ширшого трактування значення слова «гоп». Так, у новому тлумачному словнику української мови ми знаходимо цікаві для нас доповнення й приклади, що дозволяють нам проникнути в сутнісне розуміння часто вживаного серед народу вигуку «гоп». *Сліпий по базару Оддирає постолами, Додає словами «Ой гоп гопака! Полюбила козака»* (Шевч.). 2. *Розм. Уживається як присудок за знач. Гопати. А той (баран) тільки вгору гоп! Як тріснув рогами, – Так старого [Вовка] й покотив Догори ногами!* (Рудан.). [4, 637]. Сучасною мовою це може означати, що сліпий бадьоро йде по базару. Співає і в такт пісні захоплено танцює, підсилюючи кожен притоп вигуком «Гоп!».

Ми також бачимо, що у розмовній мові слово «Гоп!» вживається і в значенні «гопати» (як присудок, що називає дію).

Звідси витікає, що слова «гоп» і «гопати» можуть бути близькими за значенням, означати одне й те ж.

У той же час дієслово «гопати» означає стрибати і тупати, скачучи або танцюючи [4, 637].

Виходячи з вищезазначеного, ми можемо трактувати «Гоп!» як заохочувальний і схвальний вигук, що виринає із вуст людей, вражених силою й технікою виконання бойового прийому, танцювального трюку, стрибку у висоту. Не випадково воно

використовується у багатьох українських прислів'ях, як, наприклад, «Не кажи гоп, доки не перескочиш».

Володимир Даль тлумачить слово «гоп» як стрибок або удар. Гопнути – все одно, що стрибнути чи вдарити. Гоп та гопни – слова наказові: стрибни, удар. [5, 375].

Отже, слово «Гоп!» може трактуватися нами як спонукання козака до виконання певної бойової дії: вдарити або штовхнути супротивника, стрибнути на нього, заскочити за спину, підскочити тощо.

Тривала практика роботи з шестирічними козачатами переконує в необхідності осучасненого тлумачення кожного народного бойового вигуку. Пояснення дитині походження й значення вигуку сприяє його осмисленому використанню; підсилює значущість бойового дійства у національному вихованні наймолодшої генерації нашого суспільства.

Гучні, чіткі, бадьорі, впевнені, багаторазові вигуки «Гей-гоп!», «Гей-гоп!», «Гей-гоп!», що хором виголошуються перед боєм з одночасним тупанням ногами позбавляють козачат від страху, гуртують лаву й налаштовують усіх на перемогу.

Виникає також необхідність тлумачення давнього бойового козацького гасла: «Гей, гай-гай, гур-ра-га! Штовхай, тисни ворога!»

Вважаємо також за доцільне пояснювати й карбувати давні бойові козацькі гасла у пам'яті дітей у римованій формі. Як, наприклад: «Чуєш гасло бойове, Що у пам'яті живе ... **«Гей! Гай-гай! Гур-ра-га! Рубай, коли ворога!»** Знову Схід вогнем палає, А Земля нас закликає: **Гей! Гай-гай!** – гонить навалу, Як діди учили змалу: **Гур** – людина зла зі Сходу, **Ра** – то знищення народу, **Га** – обурення і гнів – Ось де смисл почутих слів (А. Удод).

У такій формі бойові гасла легше засвоюються, емоційно забарвлюються, надовго запам'ятовуються, вриваються в пам'ять та залишаються у ній на довгі роки, передаються нашими вихованцями своїм дітям онукам і правнукам.

Звичайно ж для якісного осмислення римованих рядочків необхідно надавати дітям більш розширені тлумачення кожного короткого слова чи складу вищенаведеного козацького бойового гасла. Так, наприклад, якщо слово «Гай» тлумачити як невелику дубову рощу, то тоді «Гей!» може вважатися зверненням до козаків як до кремезних молодців, що в році дуби. Дуже старинне словосполучення «Гур-ра-га» може трактуватися як гучне гурчання чи шум, що виголошується з метою привернути увагу. У бойовому гаслі слово «Гур» тлумачиться як азіатський завойовник, людина зі злими намірами, схильна до скоєння лиха. «Ра» – знищення, захоплення (для ясиру) або покарання людства «Га» – уживається для вираження обурення та невдоволення незалежно від інтонації вислову.

Пояснені вчителем й осмислені козачатами слова бойових гасел (які вигукували перед боєм наші далекі пращури) підсилюють значущість хороших вигуків, пробуджують в козачат упевненість у перемозі над умовним ворогом і перетворюють дитячий гурт у лаву, котра спроможна змести на своєму шляху будь-яких супротивників.

Слід зазначити, що бойові гасла, крики та гучні декламації в описаному ритуалі ведення бою є для маленьких козачат алгоритмом для виконання певних дій групової боротьби «Лаву на лаву», самонаказом й снукальним імпульсом до дотримання чіткого й злагодженого ритму та дисципліни у міцній козацькій лаві.

Висновки та перспективи подальших наукових розвідок.

Оновлений, удосконалений, адаптований для учнів молодшого шкільного віку, змістовно збагачений народними хорошими вигуками й науково обґрунтований інноваційний ритуал ведення бою «Лаву на лаву» пройшов успішну апробацію в Інституті фізичної культури Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка, Приватному

благодійному оздоровчо-освітньому центрі «Мурашка», Комунальній установі Сумська спеціалізована школа I-III ступенів № 25.

Інноваційний ритуал ведення бою «Лави на лаву» викликає захоплення шестирічних козачат, задовольняє їх природні потреби, має багато чинників, що позитивно впливають на якість національного виховання молодших школярів, а сама боротьба в описаному вигляді відноситься до безпечного виду бойового мистецтва.

Її доцільно використовувати для вдосконалення військово-патріотичного виховання, гуртування, розвитку фізичних і вольових якостей учнів козацьких класів загальноосвітніх закладів України.

Отже виникає необхідність як популяризації, так і подальших наукових розвідок, теоретичного обґрунтування й удосконалення групового бойового мистецтва «Лави на лаву».

ЛІТЕРАТУРА

1. Великий тлумачний словник сучасної української мови / Уклад. і голов. ред. В.Т. Бусел. – К.; Ірпінь: ВТФ «Перун», 2004. – 1440 с.
2. Каляндрук Т. Таємниці бойових мистецтв України / Тарас Каляндрук – Львів: ЛА «Піраміда», 2007. – 304 с.: іл.
3. Лях В.В. Використання козацьких вигуків як чинників зміцнення здоров'я у процесі творчої самореалізації / В.Лях, М. Лях // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – Суми: СумДПУ ім. А.С.Макаренка, 2012, № 1.
4. Новий тлумачний словник української мови у чотирьох томах. Том I / Укладачі В.В. Яременко, О.М. Сліпушко. – К.; «Аконіт», 1998. – 912 с.
5. Толковый словарь живого великорусского языка / Владимир Даль Т. 1 – 4. – М: Рус. яз., 1989 – Т. 1: А – З. – 1989. – 699 с.

УДК 37.016:796] – 057.874

ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ З КОРЕКЦІЇ СТАНУ СТАТУРИ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ У ШКОЛЯРІВ В.А. Коломієць

Науково-методична рада ВГО «Всеукраїнська Федерація «Спас»

В результаті дослідження визначено факт масових відхилень від норми стану хребта школярів України. Також визначено досить обмежені можливості і нездатність системи ЛФК впливати на наслідки цієї епідемії. Одночасно, Науково-методична рада ВГО «Всеукраїнська федерація «Спас» пропонує об'єднати можливості системи ЛФК і системи педагогічного процесу фізвиховання закладів освіти щоб загальними зусиллями подолати наслідки цієї епідемії. Для цього нами була сформована програма з корекції стану статури і консервативного лікування викривлень хребта засобами фізичних вправ у школярів. Відповідно, було виконано наукове обґрунтування даної програми а також приведені результати попередніх даних з практичної апробації запропонованої програми у шкільних умовах. Аналіз даних попередньої апробації можливостей програми дає всі підстави для оптимістичних прогнозів щодо її подальшого використання. Але вимагають подальших досліджень і практичної апробації можливостей програми в різних умовах.

Ключові слова і поняття: ЛФК, корекція стану статури, консервативне лікування викривлень хребта, критерії базових основ, що лежать в основі програми.

ПРОГРАММА УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО КОРРЕКЦИИ СОСТОЯНИЯ ОСАНКИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ У ШКОЛЬНИКОВ

В результате исследования нами был определен факт массовых отклонений от нормы в состоянии позвоночника школьников Украины. Так же были определены достаточно ограниченные возможности и

нездатність системи ЛФК впливати на наслідки цієї епідемії. Одночасно Научно-методический совет ВОО «Всеукраїнська федерація «Спас» пропонує об'єднати можливості системи ЛФК і системи педагогічного процесу фізвиховання закладів освіти, щоб загальними зусиллями подолати наслідки цієї епідемії. Для цього нами була сформована програма з корекції стану осанки і консервативного лікування позвоника методами фізичних вправ у школярів. Відповідно було виконано наукове обґрунтування даної програми, а також наведено результати попередніх даних практичної апробації запропонованої програми в умовах школи. Аналіз даних попередньої апробації можливостей програми дає всі підстави для оптимістических прогнозів щодо її майбутнього використання. Але потребують подальших досліджень і практичної апробації можливостей програми в різних умовах.

Ключові слова і поняття: ЛФК, корекція стану осанки, консервативне лікування викривлень позвоника, критерії базових основ, які лежать в основі програми.

PROGRAM OF EDUCATIONAL STUDIES OF CORRECTION OF PHYSIQUE OF PHYSICAL EXERCISE IN SCHOOL CHILDREN

As a result of research we determined the fact of mass deviations of the spine in Ukrainian students. Also, rather restricted possibilities have been identified and exercise therapy systems not able to influence of the epidemic. At the same time Scientific and Methodological Council SBI "Ukrainian Federation "Spas" offers to combine the opportunity physical therapy system and the system of the pedagogical process physical education, that common strengthening to overcome the consequences of the epidemic. For this, we formed a program for correction of carriage and conservative treatment of the spine by means of physical exercise in students. Accordingly, scientific reasons of the program was carry out, as well as the results of preliminary information of practical testing were present in the school. Preliminary testing information this program gives all reasons for optimistic forecasts in the future. But further research and practical testing is require the program in different conditions.

Key words and concepts: the exercise therapy system, correction of the carriage, conservative treatment of the spine, criteria of bases, which is the foundation of the program.

І Проблема дослідження

Сам факт появи даної програми свідчить про наявність кількох масштабних проблем загально національного рівня і кількох супутніх проблем цієї галузі. Відповідно, сутність проблеми даної тематики полягає в тому, що згідно статистичних даних різних джерел, 70-95% школярів мають відхилення від норми у стані статури, з них 40% мають викривлення хребта, а 10% - страждають від хронічних захворювань хребта [8][]. Що свідчить про масовий характер цих відхилень у стані хребта, особливо у містах і загально національний масштаб цієї проблеми. Адаже вона тісно переплітається з різким погіршенням стану здоров'я підрастаючого покоління.

Друга масштабна проблема підтверджує досить обмежені можливості національної системи ЛФК та її нездатність ліквідувати наслідки цієї епідемії. Варто зазначити, що йдеться не про лікувальні можливості, а про стан матеріально-технічного забезпечення та організаційно-практичні можливостей національної системи ЛФК.

Сутність третьої проблеми загально національного рівня пов'язана з цілою низкою організаційних заходів, щодо педагогічного процесу фізвиховання освітніх закладів України. Адаже єдиним виходом із цієї ситуації Науково-методична рада ВГО «Всеукраїнська федерація «Спас» розглядає об'єднання зусиль закладів ЛФК і системи фізвиховання закладів освіти України, щоб загальними зусиллями подолати наслідки цієї епідемії.

І нарешті, четверта проблеми пов'язана з відсутністю в системі фізвиховання закладів освіти України науково-аргументованої, передбаченої і результативної програми з корекції стану статури і, навіть, викривлень хребта у школярів засобами фізичних вправ. Зрозуміло, що з урахуванням передового досвіду ЛФК і педагогічного процесу фізвиховання закладів освіти.

Сюди додаються науково-теоретичні, науково-методичні і практичні проблеми з формування та апробації у шкільних умовах програми з корекції стану статури і навіть викривлень хребта засобами фізичних вправ у школярів. Науково-теоретичні проблеми

пов'язані з процесом наукового обґрунтування критеріїв [5], що лежать в основі програми а також всієї програми в цілому.

Науково-методичні проблеми пов'язані з методикою використання запропонованої програми в шкільних умовах а також методикою ефективного використання засобів фізичних вправ з метою корекції стану хребта.

Практичні проблеми будуть пов'язані з впровадженням та апробацією даної програми.

Таким чином, відносно корекції стану статури у школярів засобами фізичних вправ, існують проблеми загально національного масштабу і проблеми з впровадженням в систему освіти України програми з корекції стану статури школярів. Навіть часткове вирішення цих проблем дозволить позитивним чином вплинути на ситуацію щодо відхилень від норми у стані статури школярів і цим самим позитивно впливати на стан здоров'я підростаючого покоління.

II Вихідні дані дослідження

Повинні передбачити аналіз наукового обґрунтування запропонованої нами навчальної програми з корекції відхилень від норми стану статури і корекції викривлень хребта у школярів. Але перш ніж запропонувати на розгляд фахівців сформовану нами програму, варто врахувати кілька концептуальних складових, а саме:

По перше, класифікація комплексу методів і засобів запропонованої програми не буде ототожнювати класифікацію ЛФК. Відповідно, буде більш наближеною для свого використання у шкільних умовах. Адже, крім засобів фізичних вправ, ЛФК у своєму арсеналі має досить широке коло лікувальних засобів та які не можливо використовувати у шкільних умовах. Сюди ми відносимо масаж, вправи на воді, засоби мануальної терапії, використання механічних етнокоректорів, тощо.

По-друге, головним чином ця програма буде побудована на основі використання засобів фізичних вправ.

По-третьє, у своєму використанні запропонована програма повинна бути простою і передбаченою. Тобто, арсенал методів і засобів фізичних вправ повинен бути зрозумілим і викладачам і учням. А також ця програма повинна бути досить результативною, що означає 50% і більше лікувального ефекту на протязі навчального року.

Головним чинником оздоровчо-лікувального впливу запропонованої програми ми розглядаємо 70-95% школярів, які мають відхилення від норми в стані статури і 40% викривлень хребта [8]. Відповідно, програма повинна спиратись на певні критерії, що лежать в її основі, зокрема [5]:

1. Цільова установка програми.
2. Зміст навчального матеріалу програми.
3. Методичні основи навчального матеріалу програми.
4. Організаційна структура побудови навчального процесу.

Для наукової достовірності, спробуємо розглянути кожен з критеріїв окремо і підтвердимо його наукову відповідність. Що в подальшому дозволить виконати загальну характеристику всієї програми в цілому.

Отже, цільова установка повинна виконувати функцію орієнтиру для запропонованої нами програми, відповідно, впливає на всі без винятку параметри, що лежать в її основі. А також точно вказує і характеризує головне функціональне призначення програми і майбутній запланований результат внаслідок її діяльності. Включає в себе надзавдання, головну мету і завдання програми [1][3][5].

Відповідно, визначена нами формула надзавдання програми буде мати такий вигляд, а саме:

Надзавдання – оздоровлення школярів системи освітніх закладів України.

Як видно, сформоване надзавдання програми у самому широкому, тобто, метатеоретичному розумінні характеризує головне функціональне призначення а також майбутній запланований результат діяльності програми, як «оздоровлення школярів».

Але головна мета програми буде мати більш конкретний характер та одночасно буде доповнювати надзавдання. Зокрема, формула головної мети нам представляється такою, а саме:

Головна мета – корекція засобами фізичних вправ відхилень від норми в стані статури школярів.

Тобто, головна мета програми характеризує її функціональне призначення, як «корекція хребта засобами фізичних вправ» але запланований результат розглядається ,як вихід на норму в стані статури школярів.

Завдання програми будуть характеризувати більш дрібні складові оздоровчого процесу програми, зокрема:

1. Обов'язковий медичний огляд і діагностика стану хребта школярів.
2. Підвищення рівня загальної фізичної підготовки.
3. Корекція стану статури школярів.
4. Експрес-діагностика і контроль стану статури, інш.

Стає очевидним, що цільова установка програми науково - обґрунтована, зокрема, здатна виконувати функціональну роль орієнтиру програми з визначенням її головного функціонального призначення і майбутнього запланованого результату.

Зміст навчального матеріалу програми представляє собою класифікацію її навчального матеріалу, тобто, попередньо відібраних і певним чином систематизованих методів і засобів фізичних вправ. Сюди нами віднесені коригуючі гімнастичні вправи, вправи на рівновагу, контрольно діагностичні вправи, вправи на гнучкість, вправи на розслаблення м'язів, вправи з предметами і на снарядах ,інш. А також гімнастичні вправи загального фізичного розвитку для м'язів спини, черевного проесу, бокових м'язів тулуба, м'язів ніг, інш. Ігри спортивні і рухливі, плавання [2], дихальні вправи [9], інш. Тобто, арсенал засобів фізичних вправ програми точно відповідає сучасним науковим підходам цієї сфери.

Методичні складові програми представляють собою весь арсенал методів педагогічного процесу фізвиховання, які використовуються для реалізації цільової установки програми. Відповідно, всі педагогічні методи програми можливо розділяти на три групи, тобто, мовні, наочні і практичні. До першої групи відносяться: розмова, розповідь, бесіда, пояснення, лекція, аналіз та обговорення. До другої – показ і допоміжні засоби демонстрації (навчальні фільми, відеозаписи, схеми, інш). Перші дві групи методів в головному побудовані на основі педагогічних дидактичних принципів. Але третя група поєднує в собі методи педагогічного процесу фізвиховання, зокрема метод суворо-регламентованої вправи [1][3] а також ігровий і змагальний методи. Головні методи педагогічного процесу фізвиховання досить детально описані в джерелах спеціальної літератури і тому їх наукова достовірність сумнівам не підлягає.

Організаційна структура побудови педагогічного процесу фізвиховання закладів освіти представляє собою досить струнку і практично перевірену систему. В рамках якої можливо здійснювати багаторічний і систематизований процес корекції стану статури і консервативного лікування викривлень хребта а також оздоровлення підростаючого покоління, зокрема, за рахунок проведення 3-х разових занять на тиждень. Цей критерій програми має своє наукове обґрунтування в джерелах спеціальної літератури [3], пройшов досить тривалий період своєї практичної апробації. Відповідно, має стандартний і

документальний характер, з цих причин, розглядається нами, як цілком науково достовірний параметр програми. Цей критерій має взаємно-зворотній зв'язок з усіма іншими критеріями програми.

Згідно закономірностей системного підходу, після детального розгляду кожного з критеріїв, що лежать в основі програми і підтвердження їх наукової достовірності, варто виконати загальну характеристику функціональних можливостей програми. На наше переконання, такий підхід, надасть можливість завершити процес наукового обґрунтування запропонованої програми з корекції стану статури і консервативного лікування викривлень хребта засобами фізичних вправ у школярів закладів освіти України.

Отже, за своїми функціональними характеристиками запропонована програма здатна виконувати кілька важливих функцій, а саме: 1) функцію корекції стану статури і консервативного лікування викривлень хребта засобами фізичних вправ; 2) функціональну роль однієї із складових педагогічного процесу фізвиховання закладів освіти; 3) функцію класифікації педагогічного процесу з фізвиховання; 4) функцію орієнтуру педагогічного процесу фізвиховання; 5) функцію методичного посібника процесу фізвиховання; 6) функцію організаційної основи педагогічного процесу фізвиховання; 7) функцію контрольної-діагностичної основи процесу фізвиховання; 8) функцію накопичення і передачі набутого досвіду з корекції стану статури і викривлень хребта на основі фізичних вправ.

Можливо вважати, що запропонована нами навчальна програма педагогічного процесу фізвиховання закладів освіти науково-обґрунтована і навіть має риси стандартного і документального характеру. Запропонована програма здатна виконувати функцію корекції стану статури і консервативного лікування засобами фізичних вправ в педагогічному процесі фізвиховання закладів освіти України. Але запропонована програма вимагає свої ґрунтовної практичної апробації.

III Попередні результати дослідження

Процес практичної апробації результативності впливу запропонованої програми має відбуватись поетапно. Зокрема, на першому етапі дослідження відбувалось в умовах процесу фізвиховання на базі ЗНЗ №3 м. Запоріжжя з учнями 1а класу кількістю 13 чоловік з 01.12.2012 р. по 25.05.2013 р. – всього 6 місяців.

На початковому етапі дослідження адміністрацією школи було проведено батьківські збори. Де на основі результатів медичного обстеження учнів, батькам було запропоновано дати свій дозвіл на участь їх дітей у дослідженні з корекції стану статури і консервативного лікування викривлень хребта засобами фізичних вправ. В результаті один з батьків учениці своєї згоди на участь в дослідженні не дав, але батьки 12 чоловік учнів погодились прийняти участь в дослідженні. Таким чином, у дослідженні прийняло участь 12 чоловік учнів 1а класу.

Сюди варто додати, що з вчителями фізвиховання цієї школи було проведено кілька ознайомчо-методичних занять відносно правильного використання засобів фізичних вправ програми. Відповідно, рухальний режим процесу фізвиховання передбачав проведення 3р х 1 тижд. навчальних занять а також участь учнів на добровільній основі у танцювальному гуртку або спортивних секціях східних одноборств. Перед початком дослідження крім обстеження стану хребта учнів з боку медиків, учителями було виконано і зафіксовано в журналах результати експрес-діагностики засобами фізвиховання стану хребта на основі педагогічних методів спостереження.

В результаті, після медичного обстеження учнів на кінець навчального року 25.05.2013 р. діагностична картина дещо змінилась.

Так, згідно даних «Акту медико-біологічного обстеження учнів 1а класу ЗНЗ №3 за період 01.09.2012 р.» видно, що з 13 чоловік обстежених учнів, 12 чоловік мають відхилення від норми у стані статури або викривлень хребта. Ці показники відповідають середньо статистичним даним, і становлять – 92%.

Але, згідно даних за період 25.05.2013 року, діагностичні показники дещо змінились у бік покращення. Зокрема, з 12 чоловік учнів у 7 чоловік відбулось покращення стану хребта, а саме у 5 чоловік відбулось покращення стану статури, а у 2 чоловік відбулось покращення сколіозу. Але у 5 чоловік учнів показники стану хребта залишились без змін. Тобто, покращення діагностичних показників складає 58%. Варто додати, що у Яворської Діани, показники якої були у нормі і батьки якої заборонили їй приймати участь у дослідженні, весною 2013 року було виявлено прав. сколіоз. Таким чином, можливо прийти до висновку, що у 58% школярів 6-7 років відбулись позитивні зміни щодо стану хребта. Підтверджено можливість здійснювати у шкільних умовах корекцію стану статури і навіть консервативне лікування викривлень стану хребта. З метою підвищення рівня статистичної достовірності результатів обстеження необхідно збільшити кількість учасників дослідження.

IV Обговорення результатів дослідження

В результаті дослідження було визначено, що відхилення від норми в стані хребта школярів навчальних закладів України набули масового характеру і мають риси епідемічного характеру. Адже 70-95% школярів мають відхилення від норми в стані статури, з них 40% мають викривлення хребта, що явно впливає на стан здоров'я підростаючого покоління. Такий стан свідчить про повну безпорадність системи ЛФК щодо ліквідації наслідків цієї епідемії.

З цих причин, Науково-методична рада ВГО «Всеукраїнська федерація «Спас» пропонує об'єднати можливості системи ЛФК і педагогічного процесу фізвиховання закладів освіти щоб загальними зусиллями подолати наслідки масових захворювань у стані хребта. З цією метою нами була сформована і запропонована для практичної апробації в шкільних умовах «Програма навчальних занять з корекції стану статури засобами фізичних вправ у школярів України».

В результаті дослідження, було виконано науково-теоретичне обґрунтування програми і підтверджено її статус, як складової педагогічного процесу фізвиховання освітніх закладів. Попередні результати дослідження дають всі підстави для оптимістичних прогнозів щодо її використання у шкільних умовах для ліквідації епідемічного стану хребта у школярів навчальних закладів.

Але варто зазначити, що попередні дані дослідження ще не мають статусу наукової достовірності, відповідно, вимагають додаткової низки досліджень і практичної апробації запропонованої програми в різних умовах. Відповідно, дають всі підстави для попередніх висновків і внесення пропозицій.

Висновки:

- 1) Наукове обґрунтування запропонованої програми підтвердило її статус складової педагогічного процесу фізвиховання;
- 2) Підтверджено позитивну динаміку впливу програми з поліпшення стану статури і викривлення хребта у школярів;

Пропозиція: Пропонується продовжити дослідження даної тематики, зокрема, практичної апробації даної програми в шкільних умовах.

ЛІТЕРАТУРА

1. Матвеев Л.П. – «Основы ошей теории спорта и системы подготовки спртсменов», - Киев, 1999 г, «Олимпийская литература», 313 с.

2. Мимонова И.В., Т.А. Евдокимова – «Большая энциклопедия оздоровительных гимнастик», - под общей редакцией проф., доктора мед. наук Т.А. Евдокимовой, - М. АСТ; СПб Сова, 2007, 991 с.
3. Новиков Л.Д., Матвеев Л.П. – «Теория и методика физического воспитания», том I – «Общие основы теории и методики физического воспитания», - Москва, 1976 г, издательство «Физкультура и спорт», 303 с.
4. Новиков Л.Д., Матвеев Л.П. – «Теория и методика физического воспитания», - Москва, 1967 г, издательство «Физкультура и спорт», 379 с.
5. Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції – «Слов'янські бойові мистецтва – перспективи розвитку», Запоріжжя 2012 р, 166 с.
6. Саркизов-Серазим И.М. – «Лечебная физическая культура», - Москва, 1960 г, Государственное издательство «Физкультура и спорт», 400 с.
7. Акт медико-биологического обследования учеников 1а класса ЗНЗ №3.
8. Сайт www.pozvonochnik.org (Портал здоровья позвоночника).
9. Сайт www.nadmed.ru (консультації лікарів організація «Надмед» Росія).
10. Сайт www.vashaibolit (консультації лікарів Росія)
11. Сайт www.piluikco.com.ua («Клініка здоров'я», м. Хмельницький)
12. Сайт www.fizkultura-vsem.ru (Фізкультура для всіх)
13. Сайт www.spinet.ru (о здоровье позвоночника)
14. Сайт www.det-dieta.ru

МЕХАНИЗМЫ, УРОВНИ И ПРИНЦИПЫ УПОРЯДОЧЕНИЯ ПРОИЗВОДСТВА НЕГЭНТРОПИИ В ОРГАНИЗМЕ ЧЕЛОВЕКА

Арзютов Г.Н., Гаврилук В.А.

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

В статье представлены механизмы, уровни и принципы упорядочения производства негэнтропии в организме человека по концепции термодинамического подхода И.А. Аршавского.

Ключевые слова: *концепция, термодинамический подход, негэнтропия, упорядочение, принципы, подходы.*

МЕХАНИЗМИ, РІВНІ І ПРИНЦИПИ ВПОРЯДКУВАННЯ ВИРОБНИЦТВА НЕГЕНТРОПІЇ В ОРГАНІЗМІ ЛЮДИНИ

У статті представлені механізми, рівні і принципи впорядкування виробництва негэнтропії в організмі людини по концепції термодинамічного підходу І.А. Аршавського.

Ключові слова: *концепція, термодинамічний підхід, негэнтропія, впорядкування, принципи, підходи.*

MECHANISMS. LEVEL AND PRICIPLES OF ORGANIZATION OF NEGENTROPY. ARE IN THE ORGANISM OF MAN

In the article the presented mechanisms, levels and principles of organization of production of negentropy, are in the organism of man for conceptions of thermodynamics approach of I.A. Аршавского.

Key words: *conception, thermodynamics approach, negentropy, organization, principles, approaches.*

Еще до появления научного подхода в изучении «живого» и «не живого» делались попытки найти общее и отличительное между предметами, явлениями и событиями. На этом фоне были позже сформированы все известные нам на сегодня науки, законы, правила и принципы материального мира.

Даже имея неглубокие знания можно выявить то, что любая система в природе состоит из подсистем, частей, частиц, микрочастиц и т.д.

Для любого естествоиспытателя является важным максимально объективно и правильно выявить не только из чего состоит тот или иной объект, но и установить максимальное количество всех возможных взаимосвязей между его структурными компонентами на каком бы абиссальном (глубоком) уровне они не находились от поверхности самого объекта.

Выявленные механизмы, уровни и принципы упорядочения позволяют максимально эффективно использовать полученную информацию для практического использования в различных отраслях науки и техники, теории и практики.

Стремление к упорядочиванию и упорядочению лежит в основе всех процессов живой и не живой материи. В общей теории систем и информационной физике упорядоченность является объективной и определяющей категорией. В нашей работе упорядочение является базовой категорией.

Упорядочение – наведение порядка в чём-нибудь. Способность к упорядочению – это одно с основных свойств живых систем. Оно необходимо для создания оптимальных условий взаимодействия всех элементов, составляющих организм, обеспечения его целостности и создания (образования) новых.

Сверхообратимость, то есть обратимость, с образованием нового качества предполагает возможность превращений – резких, скачкообразных, порой революционных переходов системы в новое качество. Такие переходы и соответствующие им превращения становятся возможными в результате особых состояний, так называемых бифуркаций, в которых ослабление порядка и организации функционирования системы обуславливает чрезвычайно высокий эффект изменения качества при относительно низких количественных изменениях.

В этом смысле эволюцию можно определить как: прогресс и регресс; развитие и деградация; порядок и хаос, включающий превращение хаоса в порядок и порядка в хаос, образование нового порядка путем упорядочения хаоса и смену одних порядков другими, более высокоорганизованными или примитивнее организованными.

Как происходит упорядочение процессов в живом организме?

Любой живой организм как система имеет определенную структуру, состоящую из элементов и связей между ними. Механизмы его упорядочения

(функционирования) обусловлены генетически детерминированной программой его развития в онтогенезе и обусловлены свойствами самой структуры.

Больцман установил важнейшую связь между термодинамической функцией-энтропией и микроскопической неупорядоченностью физической системы. Наиболее совершенной, упорядоченной системой, которую можно себе представить во Вселенной, является идеальный кристалл при абсолютном нуле температур. Всякая иная система характеризуется большей неупорядоченностью и поэтому обладает положительной энтропией. Чем больше энтропия системы, тем больше ее неупорядоченность. Устойчивость любой системы определяется соотношением энтальпийного и энтропийного факторов. Первый из них характеризует стремление системы к агрегации, упорядочению и, поскольку этот процесс сопровождается уменьшением внутренней энергии, устойчивость системы возрастает. Второй фактор отражает тенденцию к разупорядочению, так как такое состояние термодинамически более вероятно.

Новизна рождающихся в результате статистико-детерминистических процессов структурных образований заключается в макроскопических организациях его элементов с упорядоченной системой связей. Качественные изменения, происходящие при спонтанном

переходе системы от хаоса к порядку, возникают благодаря **кооперативному эффекту**, проявляющемуся в процессе реализации возможностей микроскопических элементов.

Мы выделяем восемь основных принципов упорядочения:

1. Принцип устойчивого неравновесия. Этот принцип, отличающий живую систему от неживой, был сформулирован Э.С. Бауэр (1935). Биологическая сущность жизни заключается в способности живых организмов поддерживать динамическое неравновесное состояние относительно окружающей среды. Например, температура тела человека выше или ниже окружающей среды. В клетке больше катионов калия, а вне ее – натрия и т.д. Поддержание необходимого уровня асимметрии относительно среды обеспечивают процессы регуляции.

Мы видим, что устойчивость неравновесия нарастает в ходе эволюции. Согласно этому принципу, биосистема в ответ на изменение внешней среды совершает работу, в зависимости, от особенностей которой выравнивается по отношению к окружающей среде соответствующий потенциал (концентрационный, электрохимический, энергетический и т.д.). В ответ на это в биосистеме запускаются процессы, восстанавливающие этот потенциал до прежнего уровня. Источником энергии, обеспечивающим восстановление данного потенциала и находящимся в самой биосистеме, является, как считает Э.С.Бауэр, изменение величины свободной энергии химических соединений. В состоянии устойчивого неравновесия биосистема может находиться до тех пор, пока она еще способна извлекать свободную энергию из химических соединений и превращать ее в полезную работу.

Механизмы, связанные с извлечением свободной энергии химических соединений и трансформацией ее в различные виды „физиологической работы“, сложны и разнообразны. Весь процесс эволюции жизни на Земле связан с их совершенствованием (в частности, переходом от автономных внутриклеточных, филогенетически более древних механизмов регуляции энергообмена к эволюционно более поздним и совершенным нейроэндокринным механизмам). Они способны дифференцировать и изменять состояние энергообмена в клетках высокоспециализированных структур, обеспечивая реализацию энергоемких процессов на уровне целостного организма. Взаимодействием двух компонентов, входящих в любую биосистему (нейроэндокринной регуляции метаболизма и собственно энергетического субстрата), определяется гибкая связь организма с окружающей средой. Эта организация и составляет суть развития и основу адаптивного поведения биосистемы [Панин, 1978]. Очевидно, успешность развития организма может характеризоваться тем энергетическим потенциалом, который может быть извлечен из энергии химических соединений.

Развитие живой системы как в фило, так и онтогенетическом аспекте всегда приводит к повышению её функциональной надежности. Однако, чем сложнее функция системы, тем больше должно быть элементов в её конструкции. В то же время, чем больше элементов, тем больше вероятность нарушений в действии самой системы.

В основе ощущения особой упорядоченности биологических структур лежит то обстоятельство, что она имеет смысл. Осмысленно то, что имеет цель.

2. Принцип замкнутости контура регулирования. Каждая живая система не просто отвечает на раздражение, но и оценивает соответствие ответной реакции действующему раздражению. Т.е. чем сильнее раздражение, тем больше ответная реакция и наоборот. Эта саморегуляция осуществляется за счет обратных положительных и отрицательных обратных связей в нервной и гуморальной регуляции. Т.е. контур регуляции замкнут в кольцо. Пример такой связи – нейрон обратной афферентации в двигательных рефлекторных дугах.

3. Принцип прогнозирования. Биологические системы способны предвидеть результаты ответных реакций на основе прошлого опыта. Пример – избегание болевых раздражений после предыдущих.

4. Принцип целостности. Для нормального функционирования и упорядочения живой системы требуется ее структурная целостность на протяжении всего онтогенеза.

5. Принцип максимума. Упорядочение живой системы осуществляется механизмами управления всеми элементами системы, обеспечивающих максимум или минимум заданной совокупности критериев функционирования системы. Принцип максимума информации (Голицын, Петров, 1990,1991) означает, что по мере адаптации к среде признаки и реакции организма с все большей полнотой и точностью отражают условия среды. [1;2;3].

Система оптимального управления, способная накапливать опыт и улучшать на этой основе свою работу, называется обучающейся системой оптимального управления [4].

6. Принцип индукции. Индукция (от лат. *inductio* – наведение, побуждение) в физиологии, динамическое взаимодействие нервных процессов – возбуждения и торможения, выражающееся в том, что торможение в группе нервных клеток вызывает (индуцирует) возбуждение (положительная И.), и наоборот, первично вызванный процесс возбуждения индуцирует торможение (отрицательная И.). Как положительная, так и отрицательная И. могут иметь две формы: 1) одновременную (симультанную) – возбуждение в одном участке индуцирует и усиливает одновременное торможение в окружающих участках, а очаг торможения индуцирует процесс возбуждения; 2) последовательную (сукцессивную), при которой смена отношений протекает во времени – возбуждение в пункте его развития сменяется торможением после прекращения действия раздражителя, и наоборот. Степень выраженности и длительность И. зависят от силы возбуждения или торможения, от расстояния фокуса первичной активности до индуцируемого пункта и других условий. Оно ограничивает распространение (иррадиацию) нервных процессов и способствует их концентрации.

7. Синергичный принцип (греч. *συνεργία* — сотрудничество, содействие, помощь, соучастие, сообщничество; от греч. *σύν* — вместе, греч. *ἔργον* — дело, труд, работа, (воз)действие). Выражает суммирующий эффект взаимодействия двух или более факторов, характеризующийся тем, что их действие существенно превосходит эффект каждого отдельного компонента.

8. Информационный принцип. Процессы, обеспечивающие целостность биологического объекта, направлены на сборку компонентов клетки. Тех компонентов клетки, которые должны "родиться" или подвергнуться замене. Все остальные процессы, которые объединяют понятием "жизнедеятельность", являются энтропийными. К ним можно отнести работу мышц, работу системы кровообращения, работу по поддержанию ионных и электрохимических градиентов и т.д.

В 1947 г. И. Пригожин доказал теорему о минимуме производства энтропии в стационарном неравновесном состоянии. Общим признаком стабильности открытой неравновесной системы является отношение, выраженное формулой $dP/dt \leq 0$, где P - энтропия, t - время.

Одной из систем обеспечивающей уменьшение «производства энтропии» является упорядочение. Упорядочение невозможно без получения информации при обработке которой и достигается целостность, саморегуляция, управление живой системой. Получение информации происходит за счёт реализации адаптационных, преодоленческих (поведенческих) алгоритмов.

Выявляемые реакции человека носят дискретный характер. Объединяя их в непрерывное протекание, на базе ответов ВНД, усиливается восприятие и контроль этих процессов. Это

способствует упорядочиванию дискретных реакций, переводя их в разряд психического волевого акта.

Рост - лишь одно из проявлений процесса развития. Определяя весовые или линейные характеристики индивида, и тем самым количественно характеризуя процесс развития, мы не можем судить о состоянии системогенеза - сумме процессов формирования тех или иных функциональных систем, которые необходимы для обеспечения выживаемости организма в среде его обитания (Анохин П.К., 1975).

Следовательно, мы, своим воздействием, упорядочиваем данные процессы. Упорядоченность, как мы уже отмечали, способствует снижению производств энтропии и производства негэнтропии в организме человека.

ВЫВОД. Исследования Аршавского И.А. (1967) установили, что производство негэнтропии в организме человека является единственной формой здоровья, жизни и развития.

ЛИТЕРАТУРА

1. Голицын Г.А., Петров В.М. Гармония и алгебра живого. В поисках биологических принципов оптимальности. - М.: Знание. 1990. 128 с.
2. Голицын Г.А., Петров В.М. Информация - поведение - творчество.- М.: Наука. 1991. 224с
3. Самойленко В. И., Пузырев В. А., Грубрин И. В. «Техническая кибернетика», учеб. пособие, М., изд-во МАИ, 1994, 280 с. ил., ISBN 5-7035-0489-9, гл. 4 «Оптимальные системы управления динамическими объектами и процессами», с. 63-113.
4. Цыпкин Я. З. Основы теории обучающихся систем. — М.: Наука, 1970. — С. 252.
5. Дмитриев С.В. Биомеханика и дидактика: в поисках взаимодействия. – Н. Новгород, Изд-во СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2004
6. . Дмитриев С.В. Учитесь читать движения, чтобы строить действия. – Н. Новгород, Изд-во НГПУ, 2003. – 178 с.
7. . Источник: <http://www.tiensmed.ru/news/kineziologiya1.html#nov6>
8. . Источник <https://ru.wikipedia.org/wiki/Кинезиология>.

ЗМІСТ

ШИЛОВ Ю.О.

*СПІЛЬНЕ КОРИННЯ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ЦИВІЛІЗАЦІЇ, БОЙОВИХ МИСТЕЦТВ,
КОЗАЦТВА*

КОНОХ А.П.

*ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ З
УКРАЇНСЬКОГО РУКОПАШУ “СПАС” У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ*

ПРИТУЛА О. Л.

УКРАЇНСЬКІ НАЦІОНАЛЬНІ СПОРТИВНІ ЄДИНОБОРСТВА

КОЛОМІЄЦЬ В.А.

ВИЗНАЧЕННЯ СУТІ ПОНЯТІЙНОГО ЗМІСТУ БОЙОВИХ МИСТЕЦТВ

ШАПОВАЛОВ Б. Б.

*НАЦІОНАЛЬНІ УКРАЇНСЬКІ БОЙОВІ МИСТЕЦТВА, ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ
ГОТОВНОСТІ ДО ДІЙ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ*

МИХАЛЮК Е.Л.

*ВНЕЗАПНА СМЕРТЬ В СПОРТЕ: ПРИЧИНИ, МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ (ОБЗОР
ЛИТЕРАТУРЫ)*

ЗАДУНАЙСЬКИЙ В.В.

*БОЙОВЕ МИСТЕЦТВО ЧОРНОМОРСЬКИХ І КУБАНСЬКИХ КОЗАКІВ-
ПІХОТИНЦІВ*

ХЛИСТУН О.

ПРОБЛЕМА АРІЇЗМУ В СУСПІЛЬСТВОЗНАВЧІЙ ЛІТЕРАТУРІ

ПЕРЕГІНЧУК Т. М.

*УКРАЇНСЬКІ НАЦІОНАЛЬНІ ЄДИНОБОРСТВА: ЕТНОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ
ВІДРОДЖЕННЯ БОЙОВОЇ КУЛЬТУРИ УКРАЇНЦІВ*

ЛЯХ М.В., ХОМЕНКО С.В.

*БОРОТЬБА САМБО ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ ТА
КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ СТУДЕНТІВ*

АРЗЮТОВ Г.М., ЛАХНО Д.М., РЯБЧУН Л. Я., АРЗЮТОВ Г.Г., КВАРТИЧ В.В.

ВИЗНАННЯ УКРАЇНСЬКОЇ БОРОТЬБИ НА ПОЯСАХ У СВІТІ

ПРИТУЛА О. Л., ПОТАПОВА Л.В.

УКРАЇНСЬКІ НАЦІОНАЛЬНІ ЗАСОБИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

ЛЯХ В.В.

*СУТНІСТЬ ВИКОРИСТАННЯ ХОРОВИХ ВИГУКІВ У КОЗАЦЬКИХ БОЯХ «ЛАВА
НА ЛАВУ»*

КОЛОМІЄЦЬ В.А.

*ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ З КОРЕКЦІЇ СТАНУ СТАТУРИ ЗАСОБАМИ
ФІЗИЧНИХ ВПРАВ У ШКОЛЯРІВ*

АРЗЮТОВ Г.Н., ГАВРИЛЮК В.А.

*МЕХАНИЗМИ, УРОВНИ И ПРИНЦИПЫ УПОРЯДОЧЕНИЯ ПРОИЗВОДСТВА
НЕГЭНТРОПИИ В ОРГАНИЗМЕ ЧЕЛОВЕКА*