

Історичні, філософські, правові й кадрові проблеми фізичної культури та спорту

УДК 37.013:39(477):613

Іван Смолюк,
Smoluk.Ivan@eenu.edu.ua,
Вадим Смолюк
Smoluksvetlana@rambler.ru

Виховання здорової дитини в українській етнопедагогіці

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки (м. Луцьк)

Анотації:

Актуальність. В умовах розбудови демократичної України з ринковою економікою пріоритетним завданням системи освіти є виховання в дитини відповідального ставлення до власного здоров'я й здоров'я інших осіб як до найвищої індивідуальної та суспільної цінності з використанням національних надбань у галузі фізичного виховання. **Мета дослідження** – науковий аналіз і систематизація положень української етнопедагогіки щодо фізичного виховання дітей та розкриття перспективного її застосування в умовах розвитку системи національної освіти й виховання в сучасній Україні. **Методи та методологія дослідження.** У ході дослідження використовували порівняльно-історичний і системно-структурний методи, котрі дали змогу цілісно проаналізувати й з'ясувати суть, форми, засоби фізичного виховання та забезпечення здоров'я дітей в етнопедагогіці; прогностичні методи аналізу історико-педагогічної літератури застосовано для осмислення й окреслення перспектив реалізації ідей скарбниці українського народного виховання в сучасній національній освітньо-виховній практиці.

Іван Смолюк, Вадим Смолюк. Воспитание здорового ребенка в украинской этнопедагогике. Актуальность. В условиях развития демократической Украины с рыночной экономической приоритетной задачей системы образования является воспитание у ребенка ответственного отношения к собственному здоровью и здоровью других лиц как к высшей индивидуальной и общественной ценности с использованием национальных достижений в области физического воспитания. **Цель исследования** – осуществление научного анализа и систематизации положений украинской этнопедагогике по физическому воспитанию детей и раскрытие перспективного ее использования в условиях развития системы национального образования и воспитания в современной Украине. **Методы и методология исследования.** В ходе исследования использовались сравнительно-исторический и системно-структурный методы, которые позволили целостно проанализировать и выяснить суть, формы, средства физического воспитания и обеспечения здоровья детей в этнопедагогике; прогностические методы анализа историко-педагогической литературы используются для осмысления и определения перспектив реализации идей казны украинского народного воспитания в совре-

Ivan Smoliuk, Vadym Smoliuk. Upbringing of a Healthy Child in Ukrainian ethnopedagogics. Topicality. In conditions of building of democratic Ukraine with market economy, the priority tasks of the educational system is upbringing of child's attitude towards own health and health of the others as the highest individual and social value with the use of national heritage in the sphere of physical education. **The objective of the study** is to conduct the scientific analysis and systematization of the principles of Ukrainian ethnopedagogics on physical education of children and revealing its perspective use in conditions of development of the system of national education and upbringing in modern Ukraine. **Methods and methodology of the study.** In the study it was applied comparative-historical and systematic-structural methods which let us completely analyze and understand the notion, forms, means of physical education and providing health to children in ethnopedagogics; prognostic methods of analysis of historical-pedagogical literature were applied for understanding and describing the perspectives of realization of ideas

Результати роботи. Розкрито ідеї здорового способу життя й досвід фізичного виховання дитини в українській етнопедагогіці. Охарактеризовано засоби, фактори та форми фізичного виховання дітей. Досліджено національний спадок, що містить багатотисячлітню систему фізичного виховання, яка ґрунтується на системі загальнолюдських цінностей. Узагальнено можливості цієї скарбниці у формуванні оздоровчого світогляду, основ культури здоров'я, активної оздоровчої життєвої позиції підростаючого покоління. *Висновки.* В Україні впродовж багатьох століть складалася надзвичайно ефективна система оздоровлення, тісно пов'язана зі звичаями, обрядами, світоглядом наших предків. Її використання має велике значення для формування в підростаючого покоління оздоровчого світогляду, основ культури здоров'я, активної оздоровчої життєвої позиції, що передбачає і фізичне вдосконалення, і духовне збагачення, і моральне зростання, і правила поведінки в соціумі.

менної національної освітньо-виховної практики. *Результати роботи.* Раскрываются идеи здорового образа жизни и опыт физического воспитания ребенка в украинской этнопедагогике. Охарактеризованы средства, факторы и формы физического воспитания детей. Исследуется национальное наследие, что включает в себя многовековую систему физического воспитания, основанную на системе общечеловеческих ценностей. Обобщаются возможности формирования оздоровительного мировоззрения, основ культуры здоровья, активной оздоровительной жизненной позиции подрастающего поколения. *Выводы.* В Украине на протяжении многих веков складывалась чрезвычайно эффективная система оздоровления, которая тесно связана с обычаями, обрядами, мировоззрением наших предков. Ее использование имеет большое значение для формирования у подрастающего поколения оздоровительного мировоззрения, основ культуры здоровья, активной оздоровительной жизненной позиции, предусматривает и физическое совершенствование, и духовное обогащение, и моральный рост, и правила поведения в социуме.

of treasury of Ukrainian folk education in modern national educational practice. *Results of the work.* It was revealed the ideas of healthy lifestyle and experience of physical education of a child in Ukrainian ethnopedagogics. It was examined the national heritage that contains centuries-old system of physical education which is based on the system of human values. It was generalized the possibilities of this treasury in formation of recreational world view, basics of health culture, active health-improving life position of the growing generation. *Conclusions.* In Ukraine already for many centuries it has formed a very effective system of health-improvement which is closely connected with customs, traditions, world view of our ancestors. Usage of this treasury has great meaning among the growing generation for formation of health-improving world view, basics of health culture, active health-improving life position that foresees physical improvement, mental enrichment, moral growth and rules of behavior in the society.

Ключові слова:

етнопедагогіка, здоров'я, здорова дитина, здоровий спосіб життя.

етнопедагогіка, здоров'я, здоровий ребенок, здоровий образ жизни.

ethnopedagogics, health, healthy child, healthy lifestyle.

Вступ. Один із важливих напрямів, визначених Національною доктриною розвитку фізичної культури і спорту, Законами України «Про освіту», «Про загальну середню освіту», «Про фізичну культуру і спорт», Концепцією загальнодержавної соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2012–2016 рр., – фізичне виховання як основа для забезпечення здоров'я громадян. У сучасних умовах пріоритетне завдання системи освіти – виховання в дитини відповідального ставлення до власного здоров'я й здоров'я інших осіб як до найвищої індивідуальної та суспільної цінності.

Серед пріоритетів, визначених Національною доктриною розвитку освіти України, домінують є принцип органічного зв'язку освіти з історією, культурою, народними традиціями, етнопедагогікою українців, що забезпечить створення й застосування виховної системи, адекватної потребам українського державотворення та формування високоосвічених духовно багатих і морально стійких особистостей, достойних громадян своєї держави, збагатить сучасну педагогіку зразками виховання фізично здорових патріотичних особистостей.

До актуальних завдань фізичного виховання належить формування особистості з огляду на забезпечення необхідного рівня розвитку життєво важливих рухових навичок і фізичних якостей; прищеплення загальнолюдських цінностей, здоров'я фізичного, соціального та психічного благополуччя; виховання інтересу й звички до самостійних занять фізичною культурою та спортом, набуття навичок здорового способу життя [5].

Виконання окреслених завдань у практиці сучасного національного виховання спонукає педагогів-науковців, діячів освіти, практиків до творчого використання педагогічної спадщини.

Проблему фізичного виховання школярів як важливий науково-педагогічний складник сучасних досліджень відображено в працях Е. Вільчковського, О. Дубогай, Н. Завидівської, Т. Круцевич, Л. Матвєєва, Б. Шияна. Теоретико-практичні аспекти технологій формування здорової особистості в

процесі педагогічної організації національного виховання молодого покоління висвітлено в наукових роботах О. Вишневецького, Ю. Руденка, І. Смолюка, М. Стельмаховича [4; 7; 9; 10].

Відродження й ефективне впровадження в навчально-виховний процес народних ігор розкрито в низці сучасних наукових досліджень Е. Вільчковського, А. Вольчинського, Г. Воробей, Н. Луцан, Н. Лисенко, М. Мельничук, Є. Приступи, Н. Химич, А. Цюся та ін. [3; 6; 7; 13].

Теоретичне обґрунтування етнопедагогіки здоров'я міститься в працях Є. Приступи, у яких обґрунтовано педагогічні, філософські, історичні аспекти становлення й розвитку української народної фізичної культури [7]. Структурні чинники розвитку та педагогічні закономірності її функціонування як системи вчений виявляє на тлі аналізу особливостей умов життя українців із найдавніших часів, тобто використовуючи узагальнюючі можливості категорії «спосіб життя». Розглядаючи народну фізичну культуру як складову частину фізичної культури й етнопедагогіки, Є. Приступа зазначає, що «народна фізична культура, функціонуючи в соціальній психіці і громадському побуті, виконує певне соціальне замовлення: формує той тип індивідуума, який необхідний нації для її успішної життєдіяльності» [7, 12].

Дослідник зауважує, що національна специфіка та змістова своєрідність народної фізичної культури – явище складне й багатогране. Він небезпідставно пропонує вважати національну специфіку народної фізичної культури не сталою, а «похідною від способу життя народу, адаптивною змінною в залежності від історичних обставин, духовних і економічних потреб, естетичних уподобань, особливостей зв'язків з іншими культурами тощо» [7, с. 212]. Розглядаючи педагогічні закономірності функціонування фізичної культури як системи, автор називає основні чинники, які впливають на зміст і форми народної фізичної культури [7, с. 214]. Це дає змогу, спираючись на теоретичні й методологічні положення щодо сутності та структури народної фізичної культури, ширше використовувати ідеї народного оздоровчого досвіду в практиці фізичного виховання дітей і підлітків.

Мета дослідження – здійснення наукового аналізу та систематизація положень української етнопедагогіки щодо фізичного виховання дітей і розкриття перспективного її застосування в умовах розвитку системи національної освіти й виховання в сучасній Україні.

Методами дослідження виступають порівняльно-історичний і системно-структурний, що дають змогу цілісно проаналізувати й з'ясувати суть, форми, засоби фізичного виховання та забезпечення здоров'я дітей в етнопедагогіці; прогностичні методи аналізу історико-педагогічної літератури використано для осмислення й окреслення перспектив реалізації ідей скарбниці українського народного виховання в сучасній національній освітньо-виховній практиці.

Результати дослідження. Дискусія. Із погляду оздоровчих можливостей етнопедагогіки провідне значення в цій структурі належить народній виховній практиці, у якій «родинна педагогіка», «батьківське виховання» – ядро цього виховного досвіду, його серцевина [8, с. 40]. Виховним ідеалом українців завжди була «здорова, культурна, щаслива людина з багатогранними знаннями, високими духовно-моральними й інтелектуальними якостями, патріотичними почуттями й працьовитістю, національною і людською гідністю» [11, с. 52]. Родина, зокрема батьки, завжди піклувалися про здоров'я та фізичний розвиток дітей, створювали належну оздоровчу атмосферу в сімейному спілкуванні. Водночас громада теж надавала належного значення виконанню завдань фізично-оздоровчого виховання, зокрема зміцнення здоров'я різними засобами, сприяла правильному розвитку тіла, пристосуванню до природного середовища, гартуванню організму, підготовці до праці та оборони рідного краю, утвердженню оптимізму й здорового способу життя, дотриманню санітарно-гігієнічних норм поведінки тощо [12, 41].

У народній педагогіці зі скарбниці народної практичної філософії – прислів'їв і приказок – використовували найбільш узагальнені приклади ставлення до фізичного здоров'я та його оцінку: «Здоров'я – найбільше багатство у світі», «Здоров'я – щастя», «Здоров'я – усьому голова», «Від здоров'я залежить добробут людини», «Аби голова здорова, а все тоє буде», «Аби здоров'я, а життя буде», «Аби здоров'я, а гроші будуть», «Без здоров'я нема багатства», «Коби голова здорова, будуть воли та корова», «Коби моя голова здорова, а гаразду дороблюся».

Як бачимо, українці здавна високо цінували здоров'я, що ставилося вище від багатства, оскільки «все можна купити, а здоров'я – ні», «здоров'я – над масток», воно «найдорожчий скарб». У народу існували переконання, що здорова людина завжди зможе заробити собі на прожиття, а тому оптимістично стверджували: «Як будемо живі, то будемо й ситі». Поважаючи здоров'я не лише як підґрунтя матеріального благополуччя, але і як джерела життєрадісного настрою, краси людини,

відзначили, що «в здоровому тілі – здоровий дух», «поки здоров'я служить, то чоловік не тужить». Усі люди хочуть бути здоровими й щасливими, а тому справедливо вважають, що «без здоров'я нема щастя», «хто здоровий, той багатий, а хто недужий, той бідний». Здоровому все йде в смак: «як я здоров, то в мене хрін за цукор», а «хворому й мед гіркий» і взагалі – «хворому нічого не миле». Хвора людина не відчуває повної життєвої радості («Без здоров'я нічого чоловікові не миле», «Що ми по життю, як здоров'я немає»), а здорова – бадьора, життєрадісна («Кожний знає, що в здоровім тілі сильний дух буває»).

У цих і подібних народних афоризмах як квінтесенції мудрості відображені народні звичаї й традиції щодо фізично-оздоровчого виховання молоді. Їх етнопедагоги розглядають як могутній засіб передачі та розвитку прогресивного народного досвіду й забезпечення єдності, наступності та спадкоємності поколінь, надійний заслін бездуховності, важливий змістовий чинник виховання дітей. «Народна традиція своє виховне завдання розв'язує через регулювання духовних якостей індивіда, необхідних для правильної його поведінки. Звичай виводить поведінку кожної підростаючої особистості на життєву стежу, прокладену старшими поколінням, через детальну регламентацію дій у кожній конкретній ситуації без особливої мотивації чи яких-небудь духовних приписів, оскільки норми поведінки людини цього не потребують, бо виконуються майже автоматично, ставши звичкою» [11, с. 54].

Зросло зацікавлення педагогів і широкої громадськості викликає активізація діяльності вітчизняних учених щодо відродження ідей народного тіловиховання, реалізації на практиці принципів фізично-оздоровчої культури українського козацтва, становлення національної системи фізичного виховання. Теоретичне обґрунтування доцільності використання ідей народного тіловиховання з метою прищеплення учням навичок здорового способу життя є важливим завданням етнопедагогіки. Ідеться про цілеспрямоване формування фізично-оздоровчої культури сучасних школярів як компонента їхнього здорового способу життя на основі нагромаджених у соціально-культурному досвіді народу різноманітних за своїм характером, змістом, складністю оздоровчих впливів. Дослідники цього напрямку пропонують загальні показники здорового способу життя в їх зв'язку із сутністю та основними компонентами фізично-оздоровчої культури як конструктивної активності особистості щодо збереження й зміцнення власного здоров'я. Тому особливу увагу приділено саме проблемам формування фізично-оздоровчої культури школярів засобами українського народознавства.

Кожна нація, кожен народ, навіть кожна соціальна група, у тому числі й сім'я, мають свої традиції, звичаї, обряди, культуру, духовно-моральний досвід та власну історію. Національний спадок містить у собі багатовікову систему виховання, що ґрунтується на національній системі цінностей і спроможна сформувати національний характер, удачу людини, звички та специфічний спосіб життя, притаманний тій чи іншій національній спільноті. Людина, як дерево, не може жити без коріння, тому вивчення національних надбань, історії духовної національної культури є першоосновою для виховання менталітету й духовності в наймолодшого покоління [1].

Народні традиції зберігають досвід народу, що формувався тисячоліттями та віддзеркалюють специфіку світорозуміння українського народу, його духовність та морально-етичні норми співжиття.

Результати численних досліджень із вивчення духовної спадщини українського народу – Є. Приступи, С. Маринчак, С. Мудрика, А. Цюся, Г. Маковій, О. Воропая, Л. Калуської – свідчать про піклування та надання великого значення збереженню власного здоров'я. Здоров'я потрібне людині для повноцінної й активної праці («Щоб працювати, треба силу мати») та боротьби з ворогами. Про необхідність збереження здоров'я, його формування з раннього віку йдеться в народних прислів'ях: «Бережи здоров'я змолоду, а честь – під старість», «Бережи одяг – поки новий, а здоров'я – поки молодий». У віншуваннях і щедруваннях бажали один одному щастя й здоров'я. Під час розписування писанок на Великдень урахували символічне значення кольорів: для маленьких дітей – червоні, щоб були веселі та здорові, дорослим юнакам і дівчатам додавали більше зеленого, щоб силу мали більшу.

Задля фізичного здоров'я потрібно було дотримуватися певного способу життя. Наші прадіди мали міцніше здоров'я, ніж сучасне покоління. Насамперед це пов'язано з тим способом життя, яке вони вели: жили серед природи, багато часу перебували на свіжому повітрі, працювали фізично, повноцінно харчувалися, споживаючи корисну й здорову їжу.

У системі народних знань ми знаходимо різноманітні засоби фізичного виховання, зокрема сили природи. Людина завжди усвідомлювала цілющі сили сонця, води й повітря. У народі вода була у великій пошані, що підтверджується багатьма казками, повір'ями, приказками, прислів'ями про «живу»

та «мертву» воду. Воду називали «кров'ю землі», вона вважалася цілющою животворною силою, основою всього життя, – відзначає у своїх дослідженнях Любомира Калуська.

У народі цінували цілющі сили сонця, до нього виносили важкохворих, щоб вони могли одужати. Ще Гіппократ твердив, що сонячні промені дуже корисні, вони поліпшують обмінні процеси, кровообіг, дихання, тонус нервової системи. Народні прислів'я підкреслюють важливе значення сонця: «Сонце гріє, сонце сяє, вся природа воскресає», «Коли сонечко пригріє, то й трава зазеленіє». Від літнього пекучого сонця люди захищалися світлим одягом, хустинками, чоловіки одягали брилі [2].

Оздоровчою силою наші прадіди наділяли й землю. Ходіння влітку босоніж як дорослих, так і дітей було звичайною справою, адже вважалось, що земля надає організму велику силу та енергію: «Земля здоров'я дає». Це була профілактика плоскостопості та хвороб ніг, адже ходіння босими ногами по землі, стерні, піску, дрібному камінні, воді, деревах розвиває стопу, зміцнює м'язи ніг: це й точковий масаж, що підвищує тонус м'язів стопи, ніг, усього організму. Крім цього, на стопі розташовані рецептори «задоволення», недарма з давніх часів у наших краях батраки щовечора чухали п'яти панам. Сучасні фізіологічні дослідження відзначають, що стопи ніг – найбільш рефлексогенна зона людського організму, на них – десятки тисяч нервових закінчень, через які можна впливати на різні частини тіла. Загартувальний вплив ходіння босими ногами по землі пояснюється й тим, що на підшві стопи, порівняно з іншими частинами тіла, міститься значно більше терморекторів, рефлекторно пов'язаних із носовою частиною гортані. Крім того, ходіння босоніж сприяє поглинанню землею електричних зарядів, що накопичуються в нашому організмі [2].

Важливий фактор оздоровлення – свіже повітря. На свіжому повітрі дорослі вдень працювали, а діти грались або допомагали дорослим і відчували на собі його позитивний оздоровчий вплив. Особливо ефективно холодне повітря, яке сприяє загартуванню організму. На свято Стрітіння існував такий звичай: діти робили із соломи опудало зими, а з ним, роздягнені й босі, вибігали з хати та співали, потім спалювали «зиму» й лише тоді бігли в хату зігрітися.

Неабиякий вплив на здоров'я людини справляють гігієнічні фактори (особиста гігієна, режим харчування). Дотримання особистої гігієни українцями – одна з умов збереження здоров'я. Про це свідчать пісні, колядки, віншування, щедрівки, народні прислів'я, казки, що дійшли до нас. Саме в них ми бачимо, як цінували «чепурність», охайність, чистоту. Цей культ традиційно формувався в Україні («Чистенько коло посуду ходить»). Люди осуджували неохайність: «На неохайній людині всяка одежа погана», «Невмиванка – попова собака». Перед святами все повинно бути випране, не можна одягати нечистого одягу, не можна виходити на вулицю не вмившись, щоб «не зустріти відьми», не можна витиратись одним рушником, щоб «не посваритися». На Зелену Неділю стіл мав бути акуратний, а на ньому – чистий рушничок. Ці народні звичаї, обряди містили в собі компоненти гігієни. [2]

Належну увагу приділяли дотриманню режиму праці та відпочинку. Заборона працювати в неділю давала змогу людині відпочити, набратися сил для робочого тижня. Суботу присвячували дому: жінки купали дітей, прибирали, прали білизну. Робочий день завжди починався вдосвіта. Про це свідчать певні звичаї: на свято першої борозни, Юрія, потрібно було зустрічати схід сонця на своєму полі («Хто рано встає, тому Бог дає»).

Не залишалося поза увагою харчування. Народна мораль завжди засуджувала надмірність у харчуванні, споживання алкоголю («Сласна їда – животу біда», «П'яний, що дурний»). Для забезпечення здорового способу життя дотримувалися постів, щоб очистити тіло й душу.

Ми знаємо, що малорухливий спосіб життя згубний, особливо для дитини, у якої природна потреба в рухах, тому зниження рухової активності призводить до низки відхилень у стані здоров'я. Це відзначає й народна мудрість: «Якщо дитина бігає і грається, то їй здоров'я усміхається». Для повноцінного фізичного розвитку виконувалися фізичні вправи. Серед них Є. Приступа виділяє ігри, забави та розваги (біг, стрибки, метання, лазіння, плавання, катання на санчатах, різноманітні змагання), боротьбу, «борюкання» (жартівлива боротьба, у якій брали участь і дівчата), народні танці, які були повсякденними, а також супроводжували різноманітні традиційні та звичаєві дії, у їхньому змісті відбито національну психологію українського народу. Молодь змагалась у перестрибуванні через струмки на Зелену Неділю, на Івана Купала – через вогнище, хто далі перекине щось через дерево, залізе на дерево тощо.

Вивчаючи традиції українського народу, неможливо не відзначити його духовність, що була невід'ємною частиною здорового способу життя. Це те, до чого ми повинні зараз повернутися, урахо-

вучачи багатовіковий досвід нашого народу. Злагоженість буття людини з природою, Усесвітом була першоосновою духовної культури. Наші прадіди вірили, що кожне дерево, кожна травинка і навіть вода – живі. Вони не ламали гілок (навіть на пасовище брали прутик — мертву гілку із сухого дерева), не рвали даремно квіток, бо вони теж хочуть жити.

Надзвичайно емоційними є й народні ігри, серед яких можна виокремити дві групи. Перша – це спонтанні ігри, вони виникли стихійно або як наслідування дій дорослих. Друга група – суто розважальні ігри з готовими правилами [13].

Ігри створювалися народом упродовж багатьох століть, вони сприяють розвитку фізичних якостей дитини: спритності, швидкості, витривалості й сили, розвитку самостійності, рішучості, організованості, кмітливості, чесності, доброзичливого та турботливого ставлення одне до одного. Народні рухливі ігри є дієвим засобом усебічного виховання дітей, вони сприяють розширенню уявлень про навколишній світ, повноцінному розумовому розвитку, прискорюють психічні процеси, забезпечують естетичну насолоду від виконання рухових дій, поєднаних із примовками, приспівками, створюють передумови для закріплення рухових навичок та розвитку фізичних якостей. Як активний вид дозвілля, гра сприяє розвитку кмітливості, логічного мислення, загартовуванню волі, витримки. Народна гра – соціальне й педагогічне явище. Вона розглядається як джерело радощів та насолоди [14].

Народні ігри – це історія народу, оскільки вони відображають соціальне життя кожної епохи, залишаючись ефективним засобом фізичного виховання дітей.

Висновки й перспективи подальших досліджень. Могутній здобуток народу, який століттями збагачувався, потрібно широко використовувати в системі виховання дітей, залучаючи їх до витоків національної культури та духовності. Вивчення народних традицій свідчить, що в Україні впродовж багатьох століть складалася надзвичайно ефективна система оздоровлення, яка тісно пов'язана зі звичаями, обрядами, світоглядом наших предків. Застосування цієї скарбниці має велике значення для формування в підростаючого покоління оздоровчого світогляду, основ культури здоров'я, активної оздоровчої життєвої позиції, що передбачає і фізичне удосконалення, і духовне збагачення, і моральне зростання, і правила поведінки в соціумі. Уся мудрість народного спадку полягає в його багатовекторності, тобто не пройшов повз увагу народу жоден аспект феномену здоров'я людини, визначені всі передумови комфортного, гуманного та життєтворчого існування людської спільноти.

Джерела та література

1. Алексєєнко Т. Ціннісні орієнтації сімейного виховання: концепція реалізації / Т. Алексєєнко // Рідна школа. – 1997. – № 10. – С. 69–72.
2. Беленька Г. В. Здоров'я дитини від родини: як виховувати в сім'ї здорову дитину від народження до повноліття / Г. В. Беленька [та ін.] ; Національний пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. Інститут педагогіки і психології. Каф. дошк. педагогіки. Відкрита пед. шк. – К. : СПД Богданова А. М., 2006. – 220 с.
3. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський. – Львів : ВНТЛ, 1998. – 334 с.
4. Вишневський О. Сучасне українське виховання : пед. нариси / О. Вишневський. – Львів : Львівський обл. наук.-метод. ін-т освіти ; Львівське обл. пед. т-во ім. Г. Ващенко, 1996. – 238 с.
5. Коментар до Базового компонента дошкільної освіти в Україні : наук.-метод. посіб. / наук. ред. О. Л. Кононко. – К. : Ред. журн. «Дошкільне виховання», 2003. – 243 с.
6. Організація оздоровчої роботи в ДНЗ / уклад. Л. А. Швайка. – Х. : Вид. група «Основа», 2008. – 253 с.
7. Приступа С. Н. Народна фізична культура українців / С. Н. Приступа. – Львів : УСА, 1995. – 254 с.

References

1. Alyeksyeyenko, T. (1997). Tsinnisni oriyentatsii simeynoho vykhovannia: kontseptsiya realizatsii [Value orientations of family upbringing: concept of realization]. *Ridna shkola*, 10, 69–72.
2. Byelyenka, H. V. (2006). *Zdorovya dytyny vid rodyny: yak vykhovuvaty v simyi zdorovu dytynu vid narodzhennia do povnolittia* [Health of a child from a family: how to upbringing a healthy child in a family from birth until legal age]. (2006). Kyiv: SPD Bohdanova.
3. Vilchkovskyi, E. S. (1998). *Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannia ditey doshkilnoho viku* [Theory and methodology of physical education of children of preschool age]. Lviv: VNTL.
4. Vyshnevskiy, O. (1996). *Suchasne ukrainske vykhovannia* [Modern Ukrainian education]. Lviv: Lvivskiy oblasnyi naukovo-metodolohichniy instytut osvity: Lvivske oblasne pedahohichne tovarystvo imeni H. Vashchenko.
5. Kononenko, O. L. (2003). *Komentar do Bazovoho komponenta doshkilnoi osvity v Ukraini* [Comment on the Basic component of preschool education in Ukraine]. Kyiv: Doshkilne vykhovannia.
6. Shvayko, L. A. (2008). *Orhanizatsiya ozdorovchoi roboty v DNZ* [Organization of health-improving work in preschool educational establishments]. Kharkiv: Osнова.
7. Prystupa, Y. N. (1995). *Narodna fizychna kultura ukrainsiv* [Popular physical culture of Ukrainians]. Lviv: USA.

8. Руденко Ю. Основи сучасного українського виховання / Ю. Руденко. – К. : Вид-во ім. О. Теліги, 2003. – 328 с.
9. Сухомлинський В. О. Піклування про здоров'я молодого покоління, фізичне виховання / В. О. Сухомлинський // Вибрані твори : у 5 т. – Т. 1. – К. : Рад. шк., 1976. – 654 с.
10. Смолюк І. Фізичне виховання і духовний розвиток особистості / І. Смолюк // Педагогічний пошук. – № 3. – Наук.-метод. вісник. – Луцьк : Волин. ін-т післядипломної освіти, 2006. – С. 72–73
11. Стельмахович М. Г. Теорія і практика українського національного виховання : посіб. для вчителів початкових класів та студ. пед. ф-в / М. Г. Стельмахович. – Івано-Франківськ : Лілея НВ, 1996. – 180 с.
12. Стельмахович М. Г. Гуцульська родина: батьки і діти (орієнтовна програма педагогічної освіти батьків учнів гуцульської школи) / М. Г. Стельмахович // Гуцульська школа : регіон. наук.-пед. і літ.-красн. журн. гуцульської освітньої ради. – Яворів, 1996. – № 1. – С. 39–46.
13. Цьось А. В. Фізичне виховання в календарній обрядовості українців : монографія / А. В. Цьось. – Луцьк : Надстир'я, 2000. – 376 с.
14. Шейко М. К. Рухливі ігри дошкільників / М. К. Шейко. – 3-тє вид. – К. : Рад. шк., 1972. – 256 с.
8. Rudenko, Y. (2003). *Osnovy suchasnoho ukrainskoho vykhovannia* [Basics of modern Ukrainian upbringing]. Kyiv: Vydavnytstvo imeni O. Telihy.
9. Sukhomlynskyi, V. O. (1976). *Pikluvannia pro zdorovya molodoho pokolinnia, fizychnе vykhovannia* [Caring for health of young generation, physical education]. Kyiv: Radianska shkola.
10. Smoliuk, I. (2006). *Fizychnе vykhovannia i dukhovnyi rozvytok osobystosti* [Physical education and spiritual development of a personality]. *Pedahohichnyi poshuk*, 3, 72-73
11. Stelmakhovych, M. H. (1996). *Teoriya i praktyka ukrainskoho natsionalnoho vykhovannia : posibnyk dlia vchyteliv pochatkovykh klasiv ta studentiv pedahohichnykh fakultetiv* [Theory and practice of Ukrainian national upbringing : manual for teachers of junior classes and students of pedagogical faculties]. Ivano-Frankivsk: Lileya NV.
12. Stelmakhovych, M. H. (1996). *Hutsulska rodyna : Batky i dity (orientovna prohrama pedahohichnoi osvity batkiv uchniv hutsulskoi shkoly)* [Hutsul family : Parents and children (oriented program of pedagogical education of parents of pupils of hutsul school)]. *Hutsulska shkola : rehionalnyi naukovo-pedahohichnyi i literaturno-krajeznavchyi zhurnal hutsulskoi osvitiianskoi rady*, 1, 39–46.
13. Tsos, A. V. (2000). *Fizychnе vykhovannia v kalendarniy obriadovosti ukrainsiv* [Physical education in calendar ritualism of Ukrainians]. Lutsk: Nadstyrya.
14. Sheyko, M. K. (1972). *Rukhlyvi ihry doshkilnykiv* [Outdoor games of preschoolers]. Kyiv: Radianska shkola.

Інформація про авторів:

Смолюк Іван; <http://orcid.org/0000-0002-5929-247X>; Smoluk@gmail.com; Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки; вул. Винниченка, 30, м. Луцьк, Україна.

Смолюк Вадим; <http://orcid.org/0000-0002-7724-5423>; Smoluksvetlana@rambler.ru; Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки; вул. Винниченка, 30, м. Луцьк, Україна.

Information about the Authors:

Smoliuk Ivan; <http://orcid.org/0000-0002-5929-247X>; Smoluk@gmail.com; Lesya Ukrainka Eastern European National University; 30 Vynnychenka Street, Lutsk, 43025, Ukraine.

Smoliuk Vadym; <http://orcid.org/0000-0002-7724-5423>; Smoluksvetlana@rambler.ru; Lesya Ukrainka Eastern European National University; 30 Vynnychenka Street, Lutsk, 43025, Ukraine.

Стаття надійшла до редакції 29.02.2016 р.