4. Клочко Н. В. Влияние занятий фитбол-аэробикой на организм детей / Н. В. Клочко. // Физическая культура, спорт, наука и образование: материалы I всероссийской научной конференции с международным участием, Чурапча, 29 марта 2017 г. – 2017. – С. 281–285.

5. Клочко Н. В. Детский фитнес в системе физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста / Н. В. Клочко, Т. Ю. Логвина. // Пралеска. – 2019. – №3. – С. 3–7.

6. Лисицкая Т. С. Степ-аэробика / Т. С. Лисицкая. // Спорт в школе. – 2009. – №13. – С. 12–16.

7. Пономарев Е. Г. Комплексное воздействие упражнений фитбол-аэробики на физическое и эмоциональное состояние детей младшего школьного возраста / Е. Г. Пономарев, С. В. Кузьмина. // Ученые записки. – 2011. – №2. – С. 161–164.

8. Сайкина Е. Г. Теоретико-методические основы занятии фитбол-аэробикой / Е. Г. Сайкина, С. В. Кузьмина. – Санкт-Петербург: РГПУ им. А.И. Герцена, 2011. – 114 с.

9. Сайкина Е. Г. Фитнес в физкультурном образовании детей дошкольного и школьного возраста в современных социокультурных условиях / Е. Г. Сайкина. – Санкт-Петербург: РГПУ им. А.И. Герцена, 2008. – 68 с.

10. Статистический ежегодник. // Национальный статистический комитет Республики Беларусь. – 2020. – С. 124.

11. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка / Э. Я. Степаненкова. – М: Академия, 2006. – 368 с.

12. Шишкина В. А. Двигательное развитие дошкольника / В. А. Шишкина. – Мозырь: Белый Ветер, 2014. – 133 с.

References

1. Borisova V. V. Ozdorovitelnyy fitnes v sisteme fizicheskogo vospitaniya doshkolnikov i mladshikh shkolnikov / V. V. Borisova. T. A. Shestakova. – Tula: Tulskiy gosudarstvennyy pedagogicheskiy universitet imeni L.N. Tolstogo, 2011. – 84 p.

2. Viru A. A. Aerobnyye uprazhneniya / A. A. Viru. T. A. Yurimyae. T. A. Smirnova. – Moskva: Fizkultura i sport, 1988. – 142 p.

3. Gortsev G. Nichego lishnego: aerobika. fitnes. sheyping / G. Gortsev. – Rostov na Donu: Feniks, 2004. – 256 p.

4. Klochko N. V. Vliyaniye zanyatiy fitbol-aerobikoy na organizm detey / N. V. Klochko. Fizicheskaya kultura. sport. nauka i obrazovaniye : materialy I vserossiyskoy nauchnoy konferentsii s mezhdunarodnym uchastiyem. Churapcha. 29 marta 2017 g., – 2017. – pp. 281–285.

5. Klochko N. V. Detskiy fitnes v sisteme fizkulturno-ozdorovitelnoy raboty s detmi doshkolnogo vozrasta / N. V. Klochko. T. Yu. Logvina. Praleska, – 2019. – №3. – pp. 3–7.

6. Ponomarev E. G. Kompleksnoye vozdeystviye uprazhneniy fitbol-aerobiki na fizicheskoye i emotsionalnoye sostoyaniye detey mladshego shkolnogo vozrasta / E. G. Ponomarev. S. V. Kuzmina. Uchenyye zapiski, – 2011. – №2. – pp. 161–164.

7. Lisitskaya T. S. Step-aerobika / T. S. Lisitskaya. Sport v shkole, – 2009. – №13. – pp. 12–16.

8. Saykina E. G. Teoretiko-metodicheskiye osnovy zanyatii fitbol-aerobikoy / E. G. Saykina. S. V. Kuzmina. – Sankt-Peterburg: RGPU im. A.I. Gertsena3 2011. – 114 p.

9. Saykina E. G. Fitnes v fizkulturnom obrazovanii detey doshkolnogo i shkolnogo vozrasta v sovremennykh sotsiokulturnykh usloviyakh / E. G. Saykina. – Sankt-Peterburg: RGPU im. A.I. Gertsena, 2008. – 68 p.

10. Statisticheskiy ezhegodnik. Natsionalnyy statisticheskiy komitet Respubliki Belarus, – 2020. – p. 124.

11. Stepanenkova E. Ya. Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya i razvitiya rebenka / E. Ya. Stepanenkova. – M: Akademiya, 2006. – 368 p.

12. Shishkina V. A. Dvigatelnoye razvitiye doshkolnika / V. A. Shishkina. – Mozyr: Belyy Veter, 2014. – 133 p.

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2021.3K(131).44
УДК 796.41:3798

Ковальчук Н.М., доцент,
Санюк В. І, старший викладач,
Деделюк Н. А., канд. фіз. вих., доцент
Волинського національний університет ім. Лесі Українки, м. Луцьк

ГІМНАСТИКА ДЛЯ ВСІХ – ДОСТУПНИЙ ВИД МАСОВОГО СПОРТУ

Мета дослідження полягає у розкритті сутності гімнастики для всіх та світової Гімнастради як ефективного та доступного виду масового спорту. З давніх-давен люди використовували гімнастику для довголіття, зміцнення здоров'я, удосконалення фізичних здібностей. Ніколас Куперус, який у 1881 році заснував Гімнастику для всіх", вважав, що гімнастика позитивно впливає на тіло та душу людини, і запропонував ідею незмагальної гімнастики для широкої аудиторії. Ідея про гімнастику для великої маси людей не втратила свою актуальність і на сучасному етапі. Про це свідчить світова Гімнастрада, в якій беруть участь команди 33,8% країн світу. З кожною наступною Гімнастрадою кількість її учасників збільшується. В Україні є можливості для проведення масової гімнастики з різними верствами населення. Але такі заходи потрібно організовувати не епізодично, а налагодити їх систему. Особливо слід звернути увагу на пропагування даного заходу та просвітництво населення країни.

***Ключові слова**: виступи команд, Гімнастрада, гімнастичні вправи,Міжнародна федерація гімнастики, фестиваль.*

Ковальчук Н.Н., Санюк В. И., Деделюк Н. А. Гимнастика для всех – доступный вид массового спорта.

Цель исследования состоит в раскрытии сущности гимнастики для всех, а также всемирной Гимнастрады как эфективного и доступного вида массового спорта. С древних времен люди использовали гимнастику для долголетия, укреплания здоровья, усовершенствования физичних способностей. Николас Куперус, который в 1881 году основал Гимнастику для всех", считал, что гимнастика позитивно влияет на тело и душу человека, а также предложил идею несоревновательной гимнастики для широкой аудитории. Эта идея актуальна и на современном этапе. Об этом свидетельствует всемирная Гимнастрада, в которой участвуют команды 33,8% стран мира. В каждой следующей Гимнастраде количество участников прибавляется. В Украине есть возможности для проведения массовой гимнастики с разными слоями населения. Но такие мероприятия нужно организовывать не эпизодически, а систематически. Особое внимание следует уделить рекламе поднятой проблемы и просветительству населения страны.

Ключевые слова: *выступление команд, Гимнастрада, гимнастические упражнения, Международная федерация гимнастики,фестиваль.*

Kovalchuk Nadiya, Saniuk Volodymyr, Dedeliuk Nina. Gymnastics for all – an accessible type of mass sport*. Gymnastics for all is accessible for the wide layers of population due to the variety of facilities and forms of its realization. It is very popular in different countries of our planet, but not in Ukraine. The purpose of the study is to reveal the essence of gymnastics for all and also World Gymnastrada, as an effective and accessible type of mass sport. Since ancient times, people have used gymnastics for longevity, health promotion, and improvement of physical abilities. Nicholas Kuperus, who founded 'Gymnastics for All' in 1881, believed that gymnastics had a positive effect on the body and soul of a person, and also proposed an idea of non-competitive gymnastics for wide audience. This idea is still relevant today. It has been testified by the World Gymnastrada, in which teams from 33.8% of the countries of the world participate. In each next Gymnastrada the number of its participants increases. The main means of gymnastics for all are general developmental exercises, exercises on standard and non-standard gymnastic equipment, acrobatics, rhythmic gymnastics, fitness exercises, as well as staging theatrical, sports and dance performances, participating with these exercises in mass gymnastic festivals and competitions as part of national teams. Of the 116 interviewed specialists of physical culture and sport, no one could explain what the program of "Gymnastics for All" motor activity was. Only 4.3% of those respondents had a vague idea of the World Gymnastrada. In Ukraine it has been received a little information about Gymnastrada because of 'the iron curtain' between the Soviet Union, of which it was a part, and other Western Coutries. Today in Ukraine there are opportunities for mass gymnastics with different layers of population. But such events need to be organized not episodically, but systematically. Particular attention should be paid to advertising the raised problem and educating the population of the country.*

Key words: *performance of commands, Gymnaestrada, gymnastic exercises, International Gymnastics Federation, festival.*

Постановка наукової проблеми, аналіз останніх досліджень та публікацій. Гімнастика – це один із найпопулярніших напрямків масового спорту у світі. Головною її перевагою є доступність для широких верств населення. Гімнастика є базовим спрямуванням фізичної культури у закладах освіти, а також основою рухів під час дозвілля, занять спортом та фізичною культурою осіб різного віку, статі та фізичної підготовленості. Гімнастичні вправи ефективні як за переважною цільовою спрямованістю, так і за їх переважним впливом на різні рухові здібності людини. Результатом занять гімнастикою може бути як оздоровлення, гармонійний розвиток, фізична досконаліть, так і початкова спортивна підготовка.

Зародившись ще до нашої ери [8, с. 57], гімнастика не переставала бути популярною. Про її значення в житті людини залишилось достатньо крилатих висловлювань відомих осіб протягом тисячоліть: "Для соразмерности, красоты и здоровья требуется не только образование в области наук и искусства, но и занятия всю жизнь физическими упражнениями, гимнастикой " (Платон, 429 (427)- 347 рр. до н. е.) [12]; " С гимнастикой дружи, всегда веселым будь, и проживешь сто лет, а может быть, и более " (Авиценна, 980 — 1037рр.) [1]; "Гимнастика удлиняет молодость человека" (Джон Локк, 1632 - 1704 рр.); " Счастливые поколения занимаются шведской гимнастикой, несчастные — переоценкой цінностей " (Дон-Аминадо, 1888 – 1957рр.) [13].

Гімнастика для всіх не має відношення до художньої або спортивної гімнастики, яка доступна лише для молодих обдарованих спортсменів. Якщо розглядати її з точки зору класифікації видів гімнастики, то за спрямуванням це загальноосвітні та оздоровчі види, головними перевагами яких є доступність для широких верств населення, різноманітність засобів і форм, естетичність, динамічність та видовищність. Тому прихильність до масової гімнастики зараз така популярна в різних країнах нашої планети. Але Україна не входить до цієї спільноти, ця проблеми залишились поза увагою науковців і практиків галузі фізичної культури та спорту.

Мета дослідження полягає у розкритті сутності гімнастики для всіх та світової Гімнастради як ефективного та доступного виду масового спорту.

Методи дослідження. Теоретичний аналіз науково-методичної літератури та відеоматеріалів, анкетування, бесіда.

Виклад основних матеріалів дослідження. Сьогодні нам добре відомий "Спорт для всіх". Ми знаємо, що у 1966 році було прийнято довгострокову програму рухової активності міжнародного розвитку спорту, фітнесу і рекреації на природі під гаслом " Спорт для всіх". Це гасло стало назвою міжнародного руху. Але нам мало відомо про іншу програму рухової активності з подібною назвою. На питання: "Що Ви знаєте про "Гімнастику для всіх" ? " ми не отримали змістовної відповіді від 116 опитаних фахівців нашої галузі. Витоки масової гімнастики починаються ще у Стародавній Греції, де її вважали основою фізичного виховання. Раніше користувалися терміном "загальна гімнастика", сьогоденні ж її називають "масовою гімнастикою". Але офіційно цей вид занять спортом за назвою " Гімнастика для всіх " був затверджений 23 липня 1881 року (в цей день було засновано Європейську гімнастичну федерацію (президент бельгієць Ніколас Куперус), яка у 1921 році переродилася у Міжнародну федерацію гімнастики (FIG). Ніколас Куперус уявляв гімнастику як масовий спорт і

передбачав, що нею із задоволенням будуть займатись абсолютно всі люди без обмежень [3]. І вже у 1882 році відбулися масові гімнастичні виступи в Чехії під назвою Всесокільский злет (1572 учасника) [7, с. 10]. З кожним роком все більше країн підключається до цього міжнародного гімнастичного руху, серед них країни Скандинавії, США, Швейцарія, Німеччина, Китай, ПАР та інші. Основні засоби цієї гімнастики – загальнорозвивальні вправи, вправи на стандартному та нестандартному гімнастичному обладнанні, акробатика,вправи художньої гімнастики та фітнесу, а також постановка театралізованих спортивних і танцювальних виступів, і участь з цими номерами в масових гімнастичних фестивалях та змаганнях у складі національних команд [2]. Міжнародні фестивалі з масової гімнастики проходять один раз у два роки, але, крім цього, багато країн організовують свої власні подібні заходи. Серед них, наприклад, фестиваль для юніорів " Eurogym " , мета якого об'єднання молоді Європи. Фестиваль гімнастики " Golden Age ", що об'єднує людей віком 50 років і старших, підкреслює важливість фізичних вправ у повсякденному житті. Фестиваль " Gym for Life Challenge " для дітей і дорослих проводиться один раз на чотири роки. Виступи учасників оцінюються на основі факторів творчого підходу та оригінальності [9]. Однак між групами учасників прослідковуються більш дружні стосунки, ніж під час напруженої атмосфери змагань. Особи з різних країн, які захоплюються гімнастикою, незалежно від віку і фізичної підготовленості, об'єднуються в масовий гімнастичний рух, подорожують по всій планеті, діляться творчим досвідом, беруть участь у світових фестивалях у складі національних збірних, які організовує FIG.

Кульмінаційним пунктом цієї діяльності є світові Гімнастради. Опитування 116 фахівців фізичної культури виявило, що 95,7% з них не володіють інформацією про світові Гімнастради, інші 4,3% осіб пам'ятають, що під час навчання у виші їх ознайомили з цією назвою, але докладніше про зміст заходу нічого не знають. Про таку відому подію, як світова Гімнастрада в Україні було мало відомо через те, що між Радянським Союзом, у склад якого вона входила, та іншими західними країнами існувала "залізна завіса". Можливо це сталося ще й через те, що на Гімнастраді ніхто не бореться за медалі та призові місця, адже це варіант лише масового спорту і тому українці не беруть участі у цьому всесвітньо відомому фестивалі гімнастики. Хоча у 1961 році на Гімнастраді в Штутгарті була проведена демонстрація художньої гімнастики всім національним федераціям. Це була доповідь і показові виступи найсильніших гімнасток СРСР. Результатом стало рішення провести перші офіційні змагання з художньої гімнастики під егідой FIG в 1963 році в Будапешті за правилами, прийнятими в СРСР, але тільки по довільній програмі. За рік до розпаду СРСР у 1991 році радянських гімнастів з успіхом приймали в Амстердамі на IX Гімнастраді. У шоу-програмі брала участь легендарна Наталія Юрченко — володарка найвищих титулів у світовій гімнастиці. За твердженням В. Заглади, це був крок до спасіння гімнастики в системі, яка почала розпадатися [4, с. 57].

Вперше Гімнастрада (тоді називали "Лінгвіада") була проведена в 1939 році в Стокгольмі (Швеція). В ній взяли участь 7399 осіб із 12 країн. Цей захід був присвячений пам'яті засновника шведської гімнастики Генриха Лінга (1776-1839 рр.), який 100 років тому відійшов у вічність. Адже шведська система відіграла велику роль у розвитку " Гімнастики для всех". Переваги цієї системи над іншими полягали в тому, що вона була заснована на наукових принципах. В 1813р. в результаті роботи Генриха Лінга був заснований інститут гімнастики. У 1949 році Міжнародна федерація гімнастики вирішила змінити назву "Лінгвіада" на термін "Гімнастрада". Перша його частина "гімна" походить від слова "гімнастика" (грецька "gimnastike" – тренування, вправляння, рухи); друга частина –"страда" (італійська "strada " – вулиця), тобто "вправи на вулиці". Але ці рухи обов'язково виконуються під музичний супровід.

Ідея проведення всесвітнього свята руху та музики зацікавила багатьох шанувальників гімнастики. За ініціативою голови Королівської федерації гімнастики Нідерландів Йохана Зоммера, починаючи з 1953 року, FIG включила світову Гімнастраду в офіційну програму своїх заходів [3]. Проводиться Гімнастрада через кожні чотири роки, як і Олімпійські ігри (за рік до них). Участь у ній відкрита для всіх, незалежно від віку,статі, раси, культури,релігії, здібностей, соціального статусу. У цього фестивалю гімнастики немає вікового цензу. Наприклад, найстарший учасник Гімнастради-2019 народився в 1929 році, а наймолодші – це немовлята, яким ще не виповнилось і року[10].

Гімнастрада вирішує низку завдань:сприяє зростанню інтересу до гімнастики у всіх людей світу; демонструє необмежені можливості різних ідей для масової гімнастики; демонструє останні відкриття та розробки гімнастики для всіх; сприяє дружбі народів шляхом збору гімнастів усього світу; забезпечує стимул для змістовної роботи у федераціях – членах FIG. Починаючи з 1953 року цей могутній форум гімнастики проводився 16 разів і з кожним разом кількість країн-учасників збільшувалась (таб.1). Девіз Гімнастрад: "Come together. Be one " – "Зберемось разом. Будемо єдині". І якщо перефразувати гасло світового пролетаріату, то звучатиме "Гімнасти всіх країн – єднайтесь!". В Гімнастрадах беруть участь представники всіх п'яти континентів, але особливою популярністю вона користується у європейських країнах, серед яких постійні учасники:Австрія, Бельгія, Данія, Фінляндія, Великобританія, Німеччина, Нідерланди і Швеція. А такі країни, як Бєларусь, Болгарія, Домініканська Республіка, Мозамбік, Перу, Пуерто-Ріко, Зімбабве вперше виступили на світовому гімнастичному шоу у 2019 році[3; 5]. Загалом в останній Гімнастраді взяло участь 65 країн (всього на планеті 192країни) – це третя частина світу (33,8%).

Таблиця 1.

	Рік проведення	Місто, країна проведення	Кількість країн/ учасників
1	1953	Роттердам, Голландія	14/5000
2	1957	Загреб, Югославія	16/6000
3	1961	Штутгарт, ФРН	16/1000
4	1965	Відень, Австрія	28/15600
5	1969	Базель, Швейцарія	29/9600
6	1975	Берлін, НДР	23/10500
7	1982	Цюріх, Швейцарія	23/14200

8	1987	Хернінг, Данія	25/17300
9	1991	Амстердам, Голландія	28/19500
10	1995	Берлін, Німеччина	34/19300
11	1999	Гетеборг, Швеція	39/22000
12	2003	Лісабон, Португалія	46/23000
13	2007	Дорнбірн, Австрія	53/22000
14	2011	Лозанна, Швейцарія	55/19100
15	2015	Хельсінки, Фінляндія	55/21000
16	2019	Дорнбірн, Австрія	65/18000

Проведення фестивалю складається з трьох частин і багато в чому подібне до Олімпійських ігор. Церемонія відкриття світової Гімнастради починається з параду учасників – вони презентують національну збірну своєї країни. Після цього їх вітають перші особи Міжнародної федерації гімнастики та міста, в якому проводиться фестиваль, а закінчується перший день заходу театралізованою виставою. Гімнастрада проводиться

протягом семи днів, зазвичай у липні, у спортивних залах, на сценах, стадіонах та відкритих майданчиках міста. Групові презентації в приміщеннях включають виступи команд, у склад яких входить приблизно 10 осіб. На вулиці виступають колективи чисельністю до 150 учасників.

Виступи спортсменів організовуються у вигляді невеликої шоу-програми і розраховані на 15 хвилин. Команди за допомогою гімнастики, вправ на приладах і танців намагаються показати глядачам різні оригінальні номери з неповторними ідеями, образами, костюмами та героями. Наприклад, це може бути демонстрація національної культури та мистецтва своєї країни, епізоду з фільму або книги. Кожна команда демонструє свою програму три рази протягом тижня перед великою глядацькою аудиторією [11]. Цікаво, що в рамках однієї програми можуть виступати відразу всі вікові категорії гімнастів, котрі готують свої власні показові номери. Таким чином, на гімнастичному помості розгортається театралізоване видовище, яке завжди заслуговує тривалих овацій та захоплених вигуків у публіки. Аплодисменти є неписаним правилом для визначення успішності виступу. У перервах між виступами для спортсменів організовують розважальну частину – презентації, національні вечори, майстер-класи. Захоплююче видовище Гімнастради – загальний танок, у якому беруть участь гімнасти та танцюристи всього світу. А в кінці – урочиста церемонія закриття.

Гімнастрада приймає великі і малі колективи учасників, які займаються будь-якими видами гімнастики, танцями (брейк-данс, джаз-модерн та ін.), єдиноборствами (у-шу, таеквондо), а також акробатикою. Вона вирішує гедоністичні та апернаційні функції. Адже метою цього фестивалю є не змагання, а демонстрація своїх можливостей серед глядачів і отримання від цього задоволення. Учасники цього форуму розширюють кордони спілкування, заводять нових друзів і їх об'єднує любов до гімнастики. Сам президент Міжнародної федерації гімнастики 81-річний Бруно Гранді та її секретар Андре Гуісбухлер брали участь у виступах. Таким чином, Гімнастрада вирішує своє основне призначення: створивши головне свято гімнастики, знизивши до мінімуму напружену змагальну обстановку, вона розкриває багатогранність і красоту даного виду спорту, що дозволяє залучати до занять гімнастикою різні верстви населення всього світу.

З кожним роком все більше країн підключається до міжнародного гімнастичного руху. Багато з них надають перевагу розвитку масової гімнастики серед населення, ніж олімпійським дисциплінам. Скандинавські країни, США, Швейцарія, Німеччина, Китай, ПАР та інші намагаються зробити масову гімнастику основним видом спорту в країні. Нажаль в Україні не популяризується масовий гімнастичний рух. Діяльність національної федерації гімнастики спрямована тільки на розвиток власних видів спорту. Відповідно, Україна не бере участі і у світовому фестивалі гімнастики. Ми вважаємо, що перш за все для популяризації гімнастики для всіх необхідно включити Гімнастраду в календарний план всеукраїнських, міжрегіональних, міських фізкультурних та спортивних заходів. Почати проводити фестивалі «Гімнастики для всіх» різних масштабів у межах села, району, міста. Залучати до участі дошкільнят і пенсіонерів, здорових і осіб з обмеженими можливостями, новачків у спорті і колишніх спортсменів. Такий захід масової гімнастики вже започатковано у Волинському національному університеті імені Лесі Українки. На факультеті фізичної культури, спорту та здоров'я студентів спонукають до прояву творчості у підготовці як окремих номерів, так і гімнастичних композицій, до виконання яких залучено значну кількість осіб [6]. На нашу думку в плани роботи центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» також слід включити масові гімнастичні заходи. В українських любителів гімнастики високий руховий та творчий потенціал.

Висновки та перспективи подальших наукових розвідок.

"Гімнастика для всіх", — це форма фізичної культури, яка доступна для осіб будь-якого віку і фізичних можливостей. Головні її функції — оздоровлення, відновлення, активний відпочинок. Метою фестивалів "масової гімнастики є не змагання, а демонстрація своїх можливостей на публіці і отримання від цього задоволення.

В Україні є можливості для проведення масової гімнастики з різними верствами населення. Але такі заходи потрібно проводити не епізодично, а налагодити їх систему. Особливо слід звернути увагу на пропагування даного виду рухової діяльності та просвітництво населення і тоді, можливо, на світовій Гімнастраді-2023 аплодуватимуть і національній команді України.

У майбутньому наші наукові дослідження будуть стосуватися проблем підвищення рухової активності засобами масової гімнастики осіб, які відвідують приміщення "Спорт для всіх".

Література

1. Абу Али Хусейн ибн Абдаллах ибн Сина (Авиценна). URL:https://ru.citaty.net/tsitaty/635178-abu-ali-khusein-ibn-abdallakh-ibn-sina-avitsenna-s-gimnastikoi-druzhi-vsegda-veselym-bud-i-prozhiv/
2. Гимнастика для всех. URL: https://agf.az/ru/disciplines/gym4all/
3. Гімнастрада. URL: https://es.wikipedia.org/wiki/Gymnaestrada#Lugares_y_participantes.

4. Заглада В. С гимнастикой по жизни…: Годы, События, Люди / В. Заглада. – USA: AuthorHouse, 2011. – 421 с.
5. История Всемирных Гимнастрад. URL: http://xn--b1albqql.xn--p1ai/istoriya-vsemirnyih-gimnastrad/
6. Ковальчук Н. Розвиток творчих здібностей студентів спеціальності 014 " Середня освіта (Фізична культура) ": з досвіду роботи / Н. Ковальчук, Н. Деделюк // Науковий часопис Національного педагогічного університету ім.. М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. – Київ: Видавництво НПУ ім.. М. П. Драгоманова, 2020. – Випуск 3К (123) 20. – С. 206 – 210.
7. Ковальчук Н., Санюк В., ГнівецькаТ., Дедюлюк Н., Калитка С.,Рода О.,Ткачук І., Еволюція масових гімнастичних виступів (кінець XIX століття - початок XXІст.) Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. праць Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки / уклад. А. В. Цьось, С. Я. Індика. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2020. − № 1(49). С. 9 – 20.
8. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта / Л. Кун / Под. общ. ред. В. В Столбова.– М: Радуга, 1982. – С. 57.
9. Массовая гимнастика – спорт в удовольствие. URL: https://www.gazeta.ru/sport/2015/11/20/a_7904327.shtml?updated;
10. Световна Гимнастрада, Австрия 2019 URL: https://fbgr.org/8-novinite/807-svetovna-gimnastrada-avstriya-2019g
11. Тренери «Европейского гимнастического центра» приняли участие во всемирной Гимнастраде. URL: https://www.europegym.ru/news/26.html
12. Цитаты о физической культуре. URL: https://sherbakova.com/citaty-o-fizicheskoj-kulture/
13. Цитаты о гимнастике: URL: https://ru.citaty.net/temy/gimnastika/

References

1. Abu Aly Khusejn ybn Abdallakh ybn Syna (Avycenna): URL: https://ru.citaty.net/tsitaty/635178-abu-ali-khusein-ibn-abdallakh-ibn-sina-avitsenna-s-gimnastikoi-druzhi-vsegda-veselym-bud-i-prozhiv/
2. Ghymnastyka dlja vsekh: URL:https://agf.az/ru/disciplines/gym4all/
3.Ghimnastyka URL: https://es.wikipedia.org/wiki/Gymnaestrada#Lugares_y_participantes.
4. Zaghlada V. (2011). S ghymnastykoj po zhyzny…: Ghody, Sobytyja, Ljudy / V. Zaghlada. – USA: AuthorHouse. – 421 c.
5. Ystoryja Vsemyrnykh Ghymnastrad. URL: http://xn--b1albqql.xn--p1ai/istoriya-vsemirnyih-gimnastrad/
6. Kovaljchuk N. (2020). Rozvytok tvorchykh zdibnostej studentiv specialjnosti 014 "Serednja osvita (Fizychna kuljtura) ": z dosvidu roboty / N. Kovaljchuk, N. Dedeljuk // Naukovyj chasopys Nacionaljnogho pedaghoghichnogho universytetu im. M. P. Draghomanova. Serija N 15. Naukovo-pedaghoghichni problemy fizychnoji kuljtury (fizychna kuljtura i sport): zb. naukovykh pracj / Za red. O. V. Tymoshenka. – Kyjiv: Vydavnyctvo NPU im. M. P. Draghomanova. Vypusk 3K (123) 20. – S. 206 – 210.
7. Kovaljchuk N. (2020). Evoljucija masovykh ghimnastychnykh vystupiv (kinecj KhIKh stolittja - pochatok KhKhI st.) / N. Kovaljchuk, V. Sanjuk, T. Ghnitecjka, N. Dedeljuk, O. Roda, S. Kalytka, I. Tkachuk // Fizychne vykhovannja, sport i kuljtura zdorov'ja u suchasnomu suspiljstvi: zb. nauk. pracj Skhidnojevrop. nac. un-tu im. Lesi Ukrajinky / uklad. A. V. Cjosj, S. Ja. Indyka. – Lucjk: Skhidnojevrop. nac. un-t im. Lesi Ukrajinky. − N 1(49). – S. 9 – 20.
8. Kun L. (1982). Vseobshhaja ystoryja fyzycheskoj kuljtury y sporta / L. Kun / Pod. obshh. red. V. V Stolbova.– M: Radugha. S. 57.
9. Massovaja ghymnastyka – sport v udovoljstvye. URL: https://www.gazeta.ru/sport/2015/11/20/a_7904327.shtml?updated;
10. Svetovna Ghymnastrada, Avstryja 2019 URL: https://fbgr.org/8-novinite/807-svetovna-gimnastrada-avstriya-2019g.
11. Trenery "Evropejskogho ghymnastycheskogho centra" prynjaly uchastye vo vsemyrnoj Ghymnastrade. URL: https://www.europegym.ru/news/26.html
12. Cytaty o fyzycheskoj kuljture. URL:https://sherbakova.com/citaty-o-fizicheskoj-kulture/
13. Cytaty o ghymnastyke: URL: https://ru.citaty.net/temy/gimnastika/

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2021.3K(131).45
УДК 373.3/5.015.31:[355.01:172.15] (477)

Козак Є.П. , Остапенко О.І. , Тимчик М. В.
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,
Інститут проблем виховання НАПН України,
Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова
м. Кам'янець-Подільський, м. Київ

ВІЙСЬКОВО-ПАТРІОТИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ В ПРОЦЕСІ ВІЙСЬКОВО-СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Стаття присвячена актуальній проблемі військово-патріотичне виховання старших підлітків в процесі військово-спортивної діяльності в умовах збройної та інформаційної агресії з боку Російської Федерації проти України, яка потребує підготовки учнівської молоді до майбутньої військової служби та захисту територіальної цілісності України. На основі аналізу психологічної-педагогічної літератури, було визначено сутність поняття «військово-патріотичне виховання старших підлітків в процесі військово-спортивної діяльності», що виявляється як система методологічних підходів, педагогічних цілей, форм, методів, способів та прийомів, виконання яких забезпечує формування у старших підлітків високої патріотичної свідомості, почуття вірності, любові до Батьківщини, готовності до захисту України. За