

УДК 37.091.4Ушин.796

РОЗВИТОК ТІЛА І ВОЛІ ДИТИНИ У ТВОРАХ КОСТЯНТИНА УШИНСЬКОГО

Юрій Черпак, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри дошкільної та початкової освіти, Інститут післядипломної освіти Київського університету імені Бориса Грінченка.

ORCID: 0000-0002-7511-1237

E-mail: y.cherpak@kubg.edu.ua

З нагоди 200-річчя від дня народження видатного українського педагога, фундатора і розробника теоретичних засад вітчизняної педагогіки та психології виховання Костянтина Дмитровича Ушинського (1823–1870) у статті актуалізовано його ідеї щодо значущості фізичного виховання дитини у сув'язі з її вольовою сферою.

Обґрунтовано авторське тлумачення поняття «плекання». Окреслено сучасний стан української ушинськiани. Висвітлено засади, на яких видатний педагог вибудовував педагогіку як наук і мистецтво виховання людини: антропологія (педагогічна), холізм, природовідповідність. Показано роль педагогічної подорожі К. Ушинського до Європи у формуваннях його поглядів на фізичне виховання, гімнастику.

Встановлено перегук ідей К. Ушинського і київського лікаря О. Анохіна (1882–1920) щодо взаємозв'язку волі і фізичних (гімнастичних) вправ, або можливостей психо-фізіологічних рухів.

Ключові слова: Костянтин Ушинський; Олександр Анохін; виховання; педагогічна антропологія; емпатія; воля; гімнастика.

DEVELOPMENT OF THE CHILD'S BODY AND WILL IN KOSTIANTYN USHYNSKYI'S WORKS

Yuriy Cherpak, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Preschool and Primary Education, Institute of Postgraduate Education of the Borys Grinchenko Kyiv University.

ORCID: 0000-0002-7511-1237

E-mail: y.cherpak@kubg.edu.ua

On the occasion of the 200th anniversary of the birth of the outstanding Ukrainian teacher, founder and developer of the theoretical foundations of native pedagogy and psychology of education, Kostyantyn Ushynskiy (1823–1870), the article updates his ideas about the importance of the physical education of a child in connection with his volitional sphere.

The author's interpretation of the concept of "nurturing" is substantiated. The current state of Ukrainian Ushynskiana is covered. The principles on which the outstanding educator built pedagogy as a science and art of human education – anthropology (pedagogical), holism, conformity with nature – are outlined. The role of K. Ushynskiy's pedagogical journey to Europe in the formation of his views on physical education and gymnastics is.

A similarity between the ideas of K. Ushynskiy and the Kyiv doctor O. Anokhin (1882–1920) regarding to the relationship between will and physical (gymnastic) exercises or the possibilities of psychophysiological movements has been established.

He proved that the human body develops in the integral combination of its components and functions, which occurs in daily multifaceted activities (work, play, mental, mental). He also did not reject the

importance of external influences, primarily family and native nature, as well as the environment or society. Therefore, he advocated the creation of such living, working and learning conditions for children that would contribute to their physical development, starting from an early age: normal nutrition and sleep, appropriate regime at home and at school; physical work in the fresh air; medical supervision; gymnastic exercises and games; creation of hygienic living and working conditions; use of natural factors (fresh air, water).

Keywords: Kostiantyn Ushynskyi; Olexander Anokhin; education; pedagogical anthropology; empathy; will; gymnastics.

Цього року минуло два століття від дня народження непересічної особистості світового рівня, українського педагога Костянтина Дмитровича Ушинського (1823/24–1871). Сьогодні, в часи війни російської федерації проти України, коли гинуть сотні її захисників – наших співвітчизників, особливо значущими видаються думки К. Ушинського про цінність ЛЮДИНИ та його принципове шанування свого українського коріння.

Саме К. Ушинський одним з перших серед наших педагогів обґрунтував необхідність залучення усіх наук, що «вивчають тілесну або душевну природу людини» [21, с. 27], тобто інтегрованих наукових знань, до розроблення питань виховання дитини, яке, разом з тим, не може здійснюватися без участі освіченого вихователя. А вихователь за Ушинським має бути здатним до педагогічної творчості і володіти професійною інтуїцією. Особливий акцент Костянтин Дмитрович робив на значущості дбайливого, індивідуалізованого ставлення дорослих і професійних освітян до тендітної особистості дитини у ході її навчання і виховання.

Праці великого педагога сповнені ідей про всебічне плекання дитячої душі і тіла. Оскільки у таких міркуваннях він набагато випередив свій час, то й сьогодні є чого повчитися у велета педагогіки. Водночас, завдяки сучасному звертанню до його ідейної спадщини здійснюється не лише її актуалізація, нове прочитання й оприлюднення, що є внеском в українську педагогічну комеморативну практику, а й відбувається вшанування пам'яті К. Ушинського як великого українця, зберігається і ретранслюється історична пам'ять нації про синів, які складають її гордість.

У контексті нинішнього воєнного стану і пов'язаної з ним сучасної суспільно-політичної ситуації в нашій країні постає потреба плекати сучасних українців як патріотів, вольових і фізично розвинутих людей, здатних зі зброєю в руках відстоювати нашу незалежність. Зважаючи на це, доцільним вважаємо звернення до поглядів К. Ушинського на вольовий і фізичний розвиток дитини / людини.

На нашу думку, немає сенсу зупинятися на зазначенні прізвищ авторів, чий численні дослідження побачили світ за останні приблизно 150 років і присвячувалися окресленню науково-педагогічної значущості ідей чи аналізу окремих аспектів творчої спадщини К. Ушинського, оскільки укладено кілька розлогіх біобібліографічних показників, які вважаємо своєрідними накопичувачами таких дослідницьких чи інтерпретаційних студій про постать, діяльність і надбання видатного педагога. До них відносимо ґрунтовні українські бібліографічні показники (здаємо лише показники доби суверенної України), присвячені 185-річчю від дня народження К. Ушинського [7], де всебічно відображено дослідницько-інтерпретаційні студії різного масштабу, а також архівні матеріали державного архіву Чернігівської області [9]. Додамо, що на початку 2023 р., як додаток до першого згаданого видання [7], оприлюднено

електронну версію його продовження з бібліографічним описом праць, оприлюднених 2018–2023 рр. [4].

Оскільки мета статті – висвітлення й аналіз ідей К. Ушинського щодо плекання вольових якостей і природних здібностей вихованця засобами фізичної культури, то з багатої української ушинськiани окреслимо тільки студії, дотичні до цієї теми.

Проведений джерельний історіографічний аналіз засвідчує, що ідеї К. Ушинського про фізичний розвиток дитини у своїх дослідженнях аналізували і висвітлювали: в історико-педагогічному аспекті – О. Винничук (2001, [5]), Е. Дорошенко (2001, [6]), А. Окопний (2001, [16]), у вимірі актуалізації його тіловиховних поглядів – О. Адаменко, О. Догунчак, Р. Подопригора (2018, [1]), А. Цьось, Т. Чирва (2002, [26]), у контексті підготовки майбутніх учителів фізичної культури – Л. Лисенко (2013, [11]), О. Проніков (2013, [19]), у сув'язі з проблемою здійснення вихователями педагогічного впливу на фізичний розвиток дітей – В. Кошель (2002, [10]), Р. Поліщук (2002, [17]). Однак питання плекання вольового складника особистості дитини у сув'язі з фізичним розвитком не були предметом окремого вивчення.

У результаті джерельного пошуку й аналізу праць також встановлено, що серед українських ушинськознавців останніх десятиріч найпліднішим автором слід визнати С. Марчука, який досліджував творчість К. Ушинського не лише під історико-педагогічним кутом зору (дисертація 2015, [13]; 2011, 2012, [15]), а й екстраполював його педагогічні ідеї на розв'язання нагальних проблем виховання сучасної молоді (2013, [12]; 2017), на пошук раціональних практичних способів підготовки вчителів фізичного виховання (2012). Цьому досліднику належать також близько 20 матеріалів з ушинськознавства, включених до збірок матеріалів різних конференцій (починаючи від 2010 р. і включно з 2023 р.).

Перш ніж перейти до викладу основних результатів дослідження, дозволимо розкрити своє тлумачення поняття «плекання», яке розглядаємо як багатогранний поступальний процес взаємодії педагога і дитини, що охоплює спрямовані дії педагога з «виращування» вихованців любов'ю, увагою до їхньої неповторної особистості на основі емпатії, врахування індивідуальних психічних і фізичних характеристик. Особливу увагу вихователь приділяє досягненню дитиною її найкращого фізичного й емоційного стану, у тому числі й зовнішнього вигляду. Така, спрямована на плекання діяльність виховника потребує поміркованості і зваженості дій, сповнених щирої дбайливості, емпатійного й уважного спостереження за дитиною і виявлення її сильних і вразливих особливостей. У результаті пильної уваги до вихованця / вихованки і побудові своїх виховних впливів і дій на розумінні індивідуальних якостей фізичної та психічної сфери, педагог і спроможний домогтися розкриття кожною дитиною своїх індивідуальних якостей, сприяти зміцненню вольової сфери. За такого підходу, як вчив К. Ушинський, учитель розглядає дитину у цілісності її фізико-біологічних рис, психічних характеристик й вікових антропологічних особливостей.

У творчій спадщині К. Ушинського є низка праць, пов'язаних із виховними й загальнорозвитковими питаннями формування дітей. Найповніше його психологічні і педагогічні міркування про наукові засади фізичного складника розвитку дитини / людини представлено у славнозвісній фундаментальній праці «Людина як предмет виховання. Спроба педагогічної антропології» (1868–1869), де вміщено, як окремі, такі підрозділи: «Фізична теорія тілесних рухів», «Фізіологічна теорія тілесних

рухів», «Фізичні причини ліні», «Психічні причини ліні», «Нервова втома і нервове напруження», «Воля як влада душі над тілом». Посутні міркування педагога про значення, роль, кореляцію, зв'язок фізичної сфери людини розкидані також й іншими сторінками цього новаторського наукового твору.

Наголосимо, що фізичну природу людини Костянтин Дмитрович пов'язував з феноменом притаманної їй *волі*, пояснюючи: «...душа, єство нематеріальне, діє на матерію, на нервову систему ... влада душі над тілом дає змогу не лише руйнацьки, й рятівничо діяти на тілесне здоров'я організму» [22, с. 273]. Він вважав, що воля є одним з наймогутніших важелів, здатних змінювати не лише душу, а й тіло людини з його впливом на душу [22, с. 274]. А тому, писав К. Ушинський, виховник має володіти умінням послуговуватися волею дитини / людини.

Розлогі судження щодо природи волі, свободи волі К. Ушинський планував викласти у третьому томі своєї фундаментальної праці «Людина як предмет виховання...», який, на жаль, не встиг написати. Однак, у 2-му томі він все ж сформулював часткові, але вагомі пояснення суті волі людини: «воля є результат самосвідомості», а отже це «виключна властивість людини, її духовна особливість» [22, с. 310], «воля як влада душі над нервовим організмом розвивається і формується *досвідом*» [22, с. 276], воля як «особлива сила душі, яка немає ніякого впливу ні на що інше у матеріальному світі, як тільки на спрямування процесу вироблення фізичних сил» [22, с. 238].

Визнаючи, що дати чітке визначення поняттю «воля» не можливо, бо це «нерозкладуваний акт психічного життя» [22, с. 223], педагог пояснював: волю людина відчуває в собі, але «ніхто не може виразити це почуття в словах», тому пропонував вивчати її прояви, які у першу чергу пов'язані «з довільним рухом наших членів», або добровільними тілесними рухами [22, с. 224].

Хоча психолого-педагогічні міркування К. Ушинського багато в чому базовані на притаманному йому релігійному світосприйнятті, а також об'єктивно обмежені рівнем розвитку тогочасних природничих знань, не можна не погодитися з його висновком про те, що воля є могутнім лікувальним засобом [22, с. 273]. До того ж він встановив зв'язок між тілесними рухами у формі гімнастичних вправ, які спеціалізують так чи інакше довільні рухи людини і «вигоюють безліч застарілих хвороб», та волею: «...людина лікується самою лише волею, яка в кожному разі є найближчою причиною всіх довільних рухів, застосовуваних гімнастикою як лікувальний засіб» [22, с. 274].

Зауважимо, що у середині XIX ст. вже згадана в цитуванні гімнастика в Європі вважалася винятково важливим і розмаїтим за функціями способом фізичного розвитку. К. Ушинський поділяв цю думку, але у контексті вольового складника людської психіки, про що зазначено в авторському вступі до 1-го тому: «Гімнастика як система довільних рухів, спрямованих на доцільну зміну фізичного організму, ще тільки починається, і важко бачити межі можливості її впливу не тільки на зміцнення тіла й розвиток певних його органів, але й на запобігання хворобам і навіть лікування їх. Ми гадаємо, що недалеко той час, коли гімнастика стане наймогутнішим медичним засобом навіть при глибоких внутрішніх хворобах. А що ж таке гімнастичне лікування й виховання фізичного організму, як не виховання й лікування його волею людини? Спрямовуючи фізичні сили організму на певний орган, воля переробляє тіло абовиліковує його недуги. Коли ж ми візьмемо до уваги ті чудеса наполегливості волі й

сили звички, що їх так марно розтринькують, наприклад, індійські фокусники та факіри, то побачимо, як ще мало користуємося ми владою нашої волі над тілесним організмом» [21, с. 38].

Нині складно уявити, що у 60-х роках XIX ст. системні заняття науково аргументованими і фахово розробленими фізичними вправами на наших землях лише почали запроваджуватися у навчальних закладах. І саме гімнастика стала тим видом фізичної підготовки дітей і молоді, що поклав початок цілеспрямованому педагогічному впливу на їхній фізичний розвиток. У той час як педагоги Європи належно оцінили можливості гімнастики на зламі XVIII–XIX ст. Варто зауважити, що питомим чинником для запровадження комплексів гімнастичних фізичних вправ ініціативними вчителями у навчальних закладах Німеччини (Й. Гутс-Мутс; Ф. Ян), Франції (Ф. Аморос), Швеції (П. Х. Лінг) стали не стільки гуманістичні ідеї про всебічний розвиток нового покоління громадян, скільки політико-державні потреби у міцних, фізично витривалих солдатах [27]. Узагальнено чинниками актуалізації питань фізичного виховання молоді протягом XIX ст. в Європі стали розвиток і нагромадження знань з психології і педагогіки, фізіології і медицини, критика незадовільного рівня здоров'я молоді, насамперед допризовного віку, потреба «реформування військової сфери і підготовки резервів для армії» [18, с. 15].

Погоджуємося з думкою, яку у своїй дисертації обстоює С. Марчук, про те, що вітчизняна теорія фізичного виховання протягом другої половини XIX – початку XX ст. пройшла складний еволюційний шлях розвитку від повного нерозуміння суспільством значущості фізичного виховання для формування гармонійно розвиненої особистості до суспільного визнання, від обстоювання ідеї про взаємозв'язок фізичного, розумового та морального виховання до гострої полеміки з питань створення системи фізичного виховання на принципах гуманізму, природовідповідності, науковості, індивідуальності та культуровідповідності» [14, с. 35–36].

Далі підкреслимо також, що саме К. Ушинський склав гуманістичний антропоцентричний проєкт подальшого розвитку вітчизняної педагогіки, що у середині XIX ст. безперечно став новаторським кроком у розвитку поглядів на людину в контексті її виховання і розвитку. Так само педагога варто вважати й провісником наукового підходу до розвитку наукових і методичних основ фізичного виховання. Саме його ідеї про невід'ємність тіловиховання від цілісного розвитку дитини спонукали вітчизняних ідейних наступників – П. Лесгафт, І. Бутовський, Г. Дюперрон, В. Крамаренко, О. Гарнич-Гарницький – до творчих пошуків у царині фізичного виховання молоді, насамперед гімнастики [27].

Можемо стверджувати, що творення вітчизняної системи фізичного виховання у другій половині XIX ст. базувалося головним чином на обґрунтованих К. Ушинським принципах антропоцентричності, цілісного або холістичного підходу до плекання дитини у поєднанні з принципом природовідповідності. Останній Костянтин Дмитрович формулював так: «...у процесі фізичного розвитку та навчання потрібно враховувати вікові особливості дітей, їхні природні можливості, вміло добираючи фізичні навантаження, які відповідають природним силам дитини. І цей процес не повинен припинятися, а лише постійно удосконалюватися» [21, с. 38].

Повертаючись до ідейної спадщини К. Ушинського, варто зазначити, що крім узагальнення вищезгаданих норм або вимог до фізичного виховання, український

просвітник став фундатором у вітчизняній педагогіці порівняльно-педагогічного підходу до розроблення проблем навчання і виховання, дав зразки критичного науково-аналітичного опису й осмислення зарубіжного досвіду, зокрема й у галузі фізичного виховання. Маємо на увазі, по-перше, здійснені ним у 1850-х роках для вітчизняних часописів переклади матеріалів педагогічного змісту із зарубіжної преси; по-друге, розлогі звіти (спочатку – щоденникові записи) про спостережену ним особисто протягом педагогічного відрядження (1862–1867) до Європи діяльність народних шкіл, учительських семінарій, різних типів жіночих навчальних закладів у Швейцарії, Німеччині. Його записки й поклали початок опису зарубіжних навчально-виховних практик, у тому числі й вивчення уроків і програм з гімнастики [24, с. 123], і набули поширення серед учительства [14; 15].

На нашу думку саме спостережені в різних освітніх закладах заняття і методичні відомості щодо їх проведення упевнили видатного педагога у доцільності введення подібних вправлянь у практику вітчизняної школи, сприяли формуванню розуміння таких вправ не лише як особливо дієвого засобу підтримання здоров'я дитини, а й як засобу підвищення ефективності її навчання: «Дайте дитині трохи порухатися, і вона знову подарує вам десять хвилин жвавої уваги; якщо ви зуміли їх використати, це дасть вам в результаті більше, ніж цілий тиждень напівсонних занять» [24, с. 58].

У працях про педагогічну мандрівку також віддзеркалене притаманне К. Ушинському глибоке розуміння психологічних якостей осіб, з якими йому довелося зустрічатися, і щире зацікавлення усім, що стосувалося антропологічних аспектів життя людей. Про це свідчать відбиті у його текстах психологічні портрети педагогів, вихованців / вихованок, що містять відомості про їхній фізичний стан, характерну міміку, настрій, темперамент, тобто очевидні ознаки здоров'я чи хворобливості. До прикладу, семінаристів вчительської семінарії в м. Мюнхенбухзеє він описав так: «На сходах стрілося мені кілька семінаристів; одні в селянських тикових пальтах з півпудовими черевиками на ногах, другі в синіх блузах, треті, просто в самих жилетах, як люблять ходити тутешні селяни й наші майстрові, як ходив колись і сам батько новітньої педагогіки Песталоцці. Вигляд молодих людей мужній, веселий, але якийсь мужикуватий, до якого не звикли ми в наших навчальних закладах. Проте молоді люди виявилися досить послужливими й дуже привітно провели мене до начальника семінарії. Пан Рюг – мужчина років під сорок, із вусами, із суворою мужньою фізіономією й войовничими прийомами. В усіх його словах прозирає сувора логіка й методичність» [24, с. 80–81].

А про раціонально побудований у закладі стиль виховання, спрямований на формування здорової молоді, педагог записав: «Безперестанна зміна розумової праці фізичною, робота на свіжому повітрі, в полі, у саду, помірна, але здорова їжа, відсутність усього, що розпещує або подразнює нерви, заняття музикою та гімнастикою – усе підтримує здоров'я цих молодих людей у квітучому стані; і справді, любо на них дивитися: які свіжі, здорові обличчя, які міцні, гнучкі мускули, які мужні юнацькі фізіономії!» [24, с. 94]. Ці свідчення К. Ушинського корелюють з його теоретичним положенням про те, що гармонія м'язового руху тіла створює позитивне насичення в почуттях людини, створює шляхи для можливостей формування позитивного ставлення до життя, що мімічна м'язова активність обличчя людини дає змогу впливати на її суб'єктивні стани, долати депресивні прояви, налаштовуючи активність мозкових

структур до оптимальної діяльності [24, с. 157]. А для сучасних учителів фізичної культури думки Костянтина Дмитровича корисні у сенсі загострення їхньої уваги до емпатійно-плекальної суті їхньої освітньої діяльності, а саме посилення уваги до уваги фіксації загального здорового чи хворобливого стану дитини, її міміки, яка з є джерелом контролю його/її стану і уможливорює корекцію кількості і насичення фізичних навантажень.

До окремих публікацій К. Ушинського про різні цілі фізичного розвитку особи відносимо статтю «Праця в її психічному і виховному значенні» (1860), де педагог розглядає трудову діяльність або фізичну працю, по-перше, як інваріантний принцип життя і єдино можливий шлях досягнення щастя, або як цільовизначальну ідею буття людини; по-друге, як імперативний принцип здоров'язбереження, оскільки фізична праця необхідна для розвитку і підтримання в тілі людини фізичних сил, здоров'я, фізичних здібностей, разом з цим «розвиток нервової системи розумовою працею дає надзвичайну живучість тілу людини» [23, с. 390]. Якщо ж узагальнити погляди педагога, то метою виховання, і фізичного зокрема, він вважав підготовку людини до вільної трудової діяльності, що є «необхідною умовою фізичного, морального і розумового розвитку» [23, с. 395].

Додамо також, що у наших попередніх дослідженнях з'ясували: одним з дієвих послідовників ідей К. Ушинського про зв'язок волі і тілесних рухів став київський лікар, просвітник, учитель гімнастики Олександр Анохін [27]. Разом з таким самим ентузіастом фізичного виховання, лікарем і просвітником Валентином Крамаренком О. Анохін розвинув, конкретизував і реалізував у спортивних осередках Києва ідеї К. Д. Ушинського про фізичний розвиток молоді. 1909 р. побачив світ підручник-керівництво О. Анохіна «Вольова гімнастика, або психо-фізіологічні рухи» [2], де викладено розроблену ним оригінальну систему фізичних вправ. Ключове гасло книги – «тільки воля, тільки енергія». Автор наголошував, що для виконання пропонованих вправ не потрібно атлетичного та іншого обладнання, не треба багато місця та часу. В основу виконання вправ покладено необхідність (вольовий чинник) свідомо ставитись до виконання будь-яких фізичних рухів, тобто зосереджуючи думки (керування уваженням, увагою) і свідомість на тій групі м'язів, яку вправляють. Такий підхід, на думку просвітника, допомагає особі у майбутньому ефективніше формувати не лише своє тіло, а й «осмислену волю, характер і цінності особистості» [2, с. 4].

Важливо, що О. Анохін обстоював думку про нетотожність фізичного виховання і фізичного розвитку, доводив, що «розвиваючи тіло індивіда, вдосконалюються наявні в нього фізичні якості, а виховуючи – відбувається вплив ще й на духовні» [3, с. 559] Він також підкреслював, що ефективно фізичне виховання має бути «гігієнічним, практичним, національним й індивідуальним».

З вивчення творів К. Ушинського можна висувати, що він був прихильником холістичного напрямку у педагогіці, адже доводив, що організм людини розвивається у цілісній поєднаності своїх складників і функцій, що відбувається у щоденній різнобічній діяльності (трудова, ігрова, розумова, психічна). Він також не відкидав важливість зовнішніх впливів, насамперед родини і рідної природи, а також оточення або соціуму. Тому пропагував створення таких умови життя, праці і навчання дітей, які сприяли б їхньому фізичному розвитку, починаючи з раннього віку: нормальне харчування і сон, відповідний режим дома і в школі; фізична праця на свіжому повітрі;

медичний нагляд; гімнастичні вправи та ігри; створення гігієнічних умов життя і праці; використання природних чинників (свіже повітря, вода). Вважаємо цю сукупність чинників узагальненим виразом зовнішніх чинників, які вихователь має враховувати і забезпечувати у процесі неперервного плекання дитини. А внутрішні чинники – у першу чергу волю особи – вихователь має активізувати і спрямовувати на здоровий розвиток душі і тіла.

На нашу думку, погляди К. Ушинського на важливість для нормального розвитку дитини таких вище окреслених чинників ґрунтувалися не лише на вивченні кращих зразків європейського педагогічного досвіду, а й на власному життєвому досвіді. Від дитинства Костянтин Дмитрович мав слабе здоров'я, що погіршувалося в умовах університетської освіти в місті, поза рідною домівкою. Але, повертаючись на канікули «блідим, худим і з кровохарканням» [20, с. 404] до рідного дому, що стояв на високому березі р. Десни і був оточений садом, де росли вікові дуби, проводячи літо у такому природному середовищі свого маєтку, він знову ставав «зовсім здоровим і міг вільно, скільки завгодно займатися улюбленими справами» [20, с. 404–405].

Відчуваючи себе невід'ємною частиною європейського культурного і наукового простору, К. Ушинського не лише активно вбирав знання, вироблені європейцями, а й на рівних критично оцінював їхні наукові здобутки, закликаючи вітчизняних освітян виважено ставитися до можливості їх використання. Наприклад, аналізуючи погляди Ф. Фр'юбеля на значення гри у розвитку фізичних сил дитини, К. Ушинський, високо поцінував самий підхід німецького педагога до побудови виховного процесу в період дошкільної на ігровій діяльності вихованців [25, с. 202–204], але критично відгукнувся про придумані німецьким педагогом ігри, завважаючи їх штучність. Костянтин Дмитрович надав переваги вивченню і впровадженню народних дитячих ігор, що століттями передаються від покоління до покоління [25, 196–197].

Власне, задумуючи свій капітальний твір [21–22], видатний педагог ставив за мету дати тогочасним учителям-співвітчизникам першу на той час книгу, де б системно було викладено початки психології у контексті виховання і навчання, аргументовані критичним аналізом праць численних європейських учених. У своєму творі К. Ушинський довів й необхідність науково обґрунтованого вивчення тих явищ природи й людської душі, на результатах яких слід ґрунтувати методичні підходи до розроблення і програм фізичного виховання.

І досі ми, освітяни, керуємося думкою К. Ушинського про те, що у досягненні мети виховання у цілому, і фізичного зокрема, вирішальну роль відіграє доцільна організація життя й діяльності дітей, яка впливає на їхній розвиток ефективніше, ніж моральні напучування, заохочування й покарання. І ще важливо пам'ятати, що почуття, які виникають в дитини у процесі фізичного вправлення це – потужний стимул розвитку її подальших зусиль (вольова діяльність) у досягненні гармонійної психомоторної активності.

Саме тому сучасні педагоги мають поцінувати фізичне виховання не як засіб розваги, а насамперед як потужний інструмент природного розвитку здібностей кожної дитини, незалежно від її інклюзивних особливостей.

Перспективами подальших досліджень є шляхи імплементації кращого педагогічного досвіду у сучасну теорію і практику освіти.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Адаменко О., Догунчак О., Подопрігора Р. Фізичне виховання і формування здорового способу життя у спадщині К. Д. Ушинського. *Молодий вчений*. 2018. № 12. С. 70–73.
2. Анохін О. К. (Б. Росс). Вольова гімнастика. Психо-фізіологічні рухи / пер. І. Снігірьова. Харків: Пролетарій, 1930. 44 с.
3. Анохін О. К. Гімнастика, спорт та ігри у середній школі та організація фізичних вправ як чинник морального виховання. *Праці Київського педагогічного з'їзду. 12–19 квітня 1916 року*. Київ: Тип. Т-ва І. Кушнарєв і К., 1916. С. 558–564 (рос. мовою).
4. Бібліографія публікацій про життя та діяльність К. Д. Ушинського 2018–2023 рр. <https://dnpb.gov.ua/ua/informatsiyno-bibliohrafichni-resursy/vydatni-pedahohy/ushynskyy-k-d/publikatsiyi-pro-zhyttya-ta-diyal%CA%B9nist%CA%B9/> (дата звернення: 25.07.2023).
5. Винничук Олег. Історико-педагогічні аспекти розвитку фізичної культури. Тернопіль: АСТОН, 2001. 441 с.
6. Дорошенко Е. Ю. Теорія і практика фізичного виховання молоді у вітчизняній педагогіці другої половини ХІХ – початку ХХ століття): дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01. Київ: [б. в.], 2001. 223 с.
7. Ідеї К. Д. Ушинського в контексті сучасної педагогічної науки та освіти: 1991–2009 рр. (до 185-річчя від дня народження): біобібліогр. покажч. / НАПН України, ДНПБ України ім. В. О. Сухомлинського, Південноукр. нац. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського; [уклад.: Доркєну А. М., Іванова І. О., Лога Т. В.]. Одеса: [б. в.], 2010. (Сер. «Видатні педагогіки світу»; вип. 5).
8. Калита Н. Проблема фізичного виховання особистості у педагогічній спадщині К. Д. Ушинського. *Молодь і ринок*. 2011. № 6. С. 101–104.
9. К. Д. Ушинський – основоположник вітчизняної педагогіки: біобібліографічний покажчик / уклад. Т. І. Тітова, гол. ред. Г. Г. Макарова, відп. за вип. Л. А. Іполітова. Чернігів, 2010.
10. Кошель В. М. К. Д. Ушинський про фізичне виховання дітей дошкільного віку. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки*. 2010. Вип. 79. С. 84–86.
11. Лисенко Л. Л. Пріоритетні напрямки в підготовці майбутніх учителів фізичної культури в світлі ідей К. Д. Ушинського. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки*. 2013. Вип. 110. С. 243–246.
12. Марчук С. С., Цьось А. В. Засоби фізичного виховання школярів у педагогіці К. Д. Ушинського. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки*. 2013. Вип. 110. С. 67–71.
13. Марчук С. С. Ідеї фізичного виховання школярів у педагогічній спадщині К. Д. Ушинського: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01. Луцьк, 2015. URL: http://pc-dspace.org.ua/bitstream/123456789/319/1/disertaciya_marchuka_s.pdf (дата звернення: 5.10.2023).
14. Марчук С. Зарубіжний досвід фізичного виховання школярів у педагогічній спадщині К. Д. Ушинського. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2011. № 4. С. 216–224.
15. Марчук С. Костянтин Ушинський про науково-практичні підходи підготовки вчителів до фізичного виховання школярів (за матеріалами «Програми педагогіки для жіночих навчальних закладів»). *Проблеми підготовки сучасного вчителя*. Умань, 2012. № 5, ч. 1. С. 213–219.
16. Окопний А. М. Фізичне виховання в спадщині українських педагогів (друга пол. ХІХ – перша пол. ХХ століття): автореф. дис. ... канд. фіз. вих. і спорту. Львів, 2001. 20 с.
17. Поліщук Р. Формування фізичного здоров'я в педагогічній спадщині Костянтина Ушинського. *Педагогічні науки*. Полтава, 2014. Вип. 60. С. 164–168. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/pena_2014_60_27 (дата звернення: 25.05.2018).
18. Приходько Г. І. Проблема фізичного виховання особистості у вітчизняній педагогічній журналістиці (друга половина ХІХ – початок ХХ ст.): автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01. Харків, 1999. 20 с.
19. Проніков О. К. Використання ідей К. Д. Ушинського в процесі підготовки майбутніх учителів фізичної культури у педагогічних ВНЗ України (друга половина ХХ – початок ХХІ століття). *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки*. Чернігів, 2013. Вип. 110. С. 89–91
20. Рехневський Ю. С. Костянтин Дмитрович Ушинський (некролог). *Вісник Європи*. 1871. № 2. У: Ушинський К. Д. *Збір. творів*: у 11 т. Т. 11. М. – Л.: Вид-во АПН, 1871. С. 402–429. (рос. мовою).

21. Ушинський К. Д. Людина як предмет виховання (Спроба педагогічної антропології. Ч. 1). *Твори*: в 6 т. Київ: Рад. школа, 1952. Т. 5. С. 25–384.
22. Ушинський К. Д. Людина як предмет виховання (Спроба педагогічної антропології. Ч. 2). *Твори*: в 6 т. Київ: Рад. школа, 1952. Т. 5. С. 25–384.
23. Ушинський К. Д. Праця в її психічному і виховному значенні. *Твори*: в 6 т. Київ: Рад. школа, 1860. Т. 5. С. 387–395.
24. Ушинський К. Д. Педагогічні замітки про Швейцарію. *Твори*: в 6 т. К.: Рад. школа, 1954. Т. 2. С. 123–173.
25. Ушинський К. Д. Звіт про відрядження за кордон. *Твори*: в 6 т. К.: Рад. школа, 1954. Т. 2. С. 174–260.
26. Цьось А. В., Чирва Т. К. Актуальні питання фізичного виховання дітей: за працями К. Д. Ушинського. *Педагогіка і психологія*. 2002. № 12. С. 198–203.
27. Черпак Ю. В. Вітчизняний громадсько-педагогічний рух за розвиток фізичного виховання дітей і молоді (остання чверть XIX ст. – 1917 р.): дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01. Київ, 2018. 172 с. URL: <https://cutt.ly/8MnDpkB>

REFERENCES

1. Adamenko, O., Dohunchak, O., Podopryhora, R. (2018). Fizychnе vykhovannia i formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia u spadshchyni K. D. Ushynskoho. *Molodyi vchenyi*, 12, 70–73 [in Ukrainian].
2. Anokhin, O. K. (B. Ross). (1930). Volova himnastyka. Psykho-fiziologichni rukhy / per. I. Snihirova. Kharkiv: Proletarii [in Ukrainian].
3. Anokhin, O. K. (1916). Himnastyka, sport ta ihry u serednii shkoli ta orhanizatsiia fizychnykh vprav yak chynnyk moralnoho vykhovannia. *Pratsi Kyivskoho pedahohichnoho z'izdu. 12–19 kvitnia 1916 roku*. Kyiv: Typ. T-va I. Kushnarev i K., 558–564 (ros. movoiu) [in Ukrainian].
4. Bibliohrafiia publikatsii pro zhyttia ta diialnist K. D. Ushynskoho 2018–2023 rr. URL: <https://dnpb.gov.ua/ua/informatsiyno-bibliohrafichni-resursy/vydatni-pedahohy/ushynskyy-k-d/publikatsiyi-pro-zhyttya-ta-diyal%CA%B9nist%CA%B9/> [in Ukrainian].
5. Vynnychuk, Oleh. (2001). Istoryko-pedahohichni aspekty rozvytku fizychnoi kultury. Ternopil: ASTON [in Ukrainian].
6. Doroshenko, E. Yu. (2001). Teoriia i praktyka fizychnoho vykhovannia molodi u vitchyzniani pedahohitsi druhoi polovyny XIX – pochatku XX stolittia). *Candidate's thesis*. Kyiv [in Ukrainian].
7. Idei K. D. Ushynskoho v konteksti suchasnoi pedahohichnoi nauky ta osvity: 1991–2009 rr. (do 185-richchia vid dnia narodzhennia) (2010): biobibliohr. pokazhch. / NAPN Ukrainy, DNPB Ukrainy im. V. O. Sukhomlynskoho, Pivdenoukr. nats. ped. un-t im. K. D. Ushynskoho; [uklad.: Dorkenu A. M., Ivanova I. O., Loha T. V.]. Odesa: [b. v.]. (Ser. “Vydatni pedahohy svitu”; issue 5) [in Ukrainian].
8. Kalyta, N. (2011). Problema fizychnoho vykhovannia osobystosti u pedahohichnii spadshchyni K. D. Ushynskoho. *Molod i rynek*, 6, 101–104 [in Ukrainian].
9. K. D. Ushynskiy – osnovopolozhnyk vitchyznianoї pedahohiky: biobibliohrafichni pokazhchyk (2010). T. I. Titova, H. H. Makarova, L. A. Ipolitova. (Eds). Chernihiv, 104 [in Ukrainian].
10. Koshel, V. M. (2010). K. D. Ushynskiy pro fizychnе vykhovannia ditei doshkilnoho viku. *Visnyk Chernihivskoho derzhavnoho pedahohichnoho universytetu. Serii: Pedahohichni nauky, issue 79, 84–86* [in Ukrainian].
11. Lysenko, L. L. (2013). Priorytetni napriamky v pidhotovtsi maibutnykh uchyteliv fizychnoi kultury v svitli idei K. D. Ushynskoho. *Visnyk Chernihivskoho derzhavnoho pedahohichnoho universytetu. Serii: Pedahohichni nauky, issue 110, 243–246* [in Ukrainian].
12. Marchuk, S. S., Tsos, A. V. (2013). Zasoby fizychnoho vykhovannia shkolariv u pedahohitsi K. D. Ushynskoho. *Visnyk Chernihivskoho derzhavnoho pedahohichnoho universytetu. Serii: Pedahohichni nauky, issue 110, 67–71* [in Ukrainian].
13. Marchuk, S. S. (2015). Idei fizychnoho vykhovannia shkolariv u pedahohichnii spadshchyni K. D. Ushynskoho. *Candidate's thesis*. Lutsk. URL: http://ipc-dspace.org.ua/bitstream/123456789/319/1/disertaciya_marchuka_s.pdf [in Ukrainian].
14. Marchuk, S. (2011). Zarubizhnyi dosvid fizychnoho vykhovannia shkolariv u pedahohichnii spadshchyni K. D. Ushynskoho. *Pedahohika i psykholohiia profesiinoї osvity*, 4, 216–224 [in Ukrainian].
15. Marchuk, S. (2012). Kostiantyn Ushynskiy pro naukovo-praktychni pidkhody pidhotovky vchyteliv do fizychnoho vykhovannia shkolariv (za materialamy “Prohramy pedahohiky dlia zhinochykh navchalnykh

- zakladiv”). *Problemy pidhotovky suchasnoho vchytelia*. Uman, 5, part 1, 213–219 [in Ukrainian].
16. Okopnyi, A. M. (2001). Fizychnе vykhovannia v spadshchyni ukrainskykh pedahohiv (druha pol. XIX – persha pol. XX stolittia). *Extended abstract of candidate’s thesis*. Lviv [in Ukrainian].
 17. Polishchuk, R. (2014). Formuvannia fizychnoho zdorov’ia v pedahohichnii spadshchyni Kostiantyna Ushynskoho. *Pedahohichni nauky*. Poltava, issue 60, 164–168. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/pena_2014_60_27 [in Ukrainian].
 18. Prykhodko, H. I. (1999). Problema fizychnoho vykhovannia osobystosti u vitchyznianiі pedahohichnii zhurnalistytsi (druha polovyna XIX – pochatok XX st.). *Extended abstract of candidate’s thesis*. Kharkiv [in Ukrainian].
 19. Pronikov, O. K. (2013). Vykorystannia idei K. D. Ushynskoho v protsesi pidhotovky maibutnikh uchyteliv fizychnoi kultury u pedahohichnykh VNZ Ukrainy (druha polovyna XX – pochatok XXI stolittia). *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu. Seriya: Pedahohichni nauky*. Ser.: Pedahohichni nauky. Chernihiv, issue 110, 89–91 [in Ukrainian].
 20. Rekhnevskiy, Yu. S. (1871). Kostiantyn Dmytrovych Ushynskiy (nekroloh). *Visnyk Yevropy*, 2. *Zibr. tvoriv* (Vols 11); Vol. 11. M. – L.: Vyd-vo APN, 402–429 (ros. movoiu) [in Ukrainian].
 21. Ushynskiy, K. D. (1952). Liudyna yak predmet vykhovannia (Sproba pedahohichnoi antropolohii). Part 1. *Tvory* (Vols. 6). Kyiv: Rad. shkola, Vol. 5, 25–384 [in Ukrainian].
 22. Ushynskiy, K. D. (1952). Liudyna yak predmet vykhovannia (Sproba pedahohichnoi antropolohii). Part 2. *Tvory* (Vols. 6). Kyiv: Rad. shkola, Vol. 5, 25–384 [in Ukrainian].
 23. Ushynskiy, K. D. Pratsia v yii psykhihichnomu i vykhovnomu znachenni (1860). *Tvory* (Vols. 6). Kyiv: Rad. shkola, Vol. 5, 387–395 [in Ukrainian].
 24. Ushynskiy, K. D. (1954). Pedahohichni zamitky pro Shveitsariiu. *Tvory* (Vols. 6). K.: Rad. shkola, Vol. 2, 123–173 [in Ukrainian].
 25. Ushynskiy, K. D. (1954). Zvit pro vidriadzhennia za kordon. *Tvory* (Vols. 6). K.: Rad. shkola, Vol. 2, 174–260 [in Ukrainian].
 26. Tsos, A. V., Chyrva, T. K. (2002). Aktualni pytannia fizychnoho vykhovannia ditei: za pratsiamy K. D. Ushynskoho. *Pedahohika i psykholohiia*, 12, 198–203 [in Ukrainian].
 27. Cherpak, Yu. V. (2018). Vitchyznianiі hromadsko-pedahohichni rukh za rozvytok fizychnoho vykhovannia ditei i molodi (ostannia chvert XIX st. – 1917 r.). *Candidate’s thesis*. Kyiv. URL: <https://cutt.ly/8MnDpkB> [in Ukrainian].