

ГУМАНІТАРНА ОСВІТА В СИСТЕМІ ВИЩОЇ ШКОЛИ

HUMANITARIAN EDUCATION IN HIGHER SCHOOL

УДК 796.011

Бабич А. М., старший викладач, **Приставський Т. Г.**, старший викладач,
Ковбан О. Л., старший викладач, **Якимишин І. Д.**, старший викладач,
Пацевко А. Й., доцент ©

*Львівський національний університет ветеринарної медицини
та біотехнологій імені С. З. Гжицького, Львів, Україна*

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК СУСПІЛЬНЕ ЯВИЩЕ

Людина спромоглася проникнути у глибини атома й вивільнити енергію, що дрімала там, вийти у відкритий простір космосу й побувати на Місяці, побачити процеси, що відбуваються за мільярди кілометрів від Сонячної системи. Проте і нині, як і сотні років тому, людину переслідують хвороби, яких не стає менше, а старість – золота осінь життя людини, яка недоступна більшості людей, чие життя обривається раніше, або яка пов'язана з непосильним тягарем передчасної старості та низки хвороб.

Ключові слова: спорт, фізичний розвиток, фізична підготовленість, фізична підготовка, спеціальна фізична підготовка (СФП), здібності, фізичне вдосконалення, фізичне виховання.

УДК 796.011

Бабич А.М., старший преподаватель, **Приставский Т.Г.**, старший преподаватель,
Ковбан А.Л., старший преподаватель,
Якымышин И.Д., старший преподаватель, **Пацевко А.И.**, доцент
*Львовский национальный университет ветеринарной медицины и биотехнологий
им.С. З. Гжицкого, г. Львов, Украина*

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ОБЩЕСТВЕННОЕ ЯВЛЕНИЕ

Человек смог проникнуть в глубины атома и высвободить энергию, которая дремала там, выйти в открытое пространство космоса и побывать на Луне, увидеть процессы, происходящие за миллиарды километров от Солнечной системы. Однако и ныне, как и сотни лет назад, человека преследуют болезни, которых не становится меньше, а старость - золотая осень жизни человека, которая недоступна большинству людей, чья жизнь обрывается раньше, или которая связана с непосильным бременем преждевременной старости и рядом болезней.

Ключевые слова: спорт, физическое развитие, физическая подготовленность, физическая подготовка, специальная физическая подготовка (СФП), способности, физическое совершенствование, физическое воспитание.

UDC 796.011.

A. Babych, T. Prystavskiy, A. Kovban, I. Yakymyshyn, A. Patsevko
*Lviv National University of Veterinary Medicine and Biotechnologies
named after S. Z. Gzhytskyj, Lviv, Ukraine*

PHYSICAL CULTURE AS A SOCIAL PHENOMENON

The man was able to penetrate into the depths of the atom and releasing energy that had always lived there, out into the open space and to the moon, to see the processes occurring over billions of miles from the Solar system. But now, like hundreds of years ago, a man haunted by the disease, which is smaller, and the age - Golden autumn of life, which is inaccessible to the majority of people, whose life is snuffed out before, or which is associated with an intolerable burden, premature aging and several diseases.

Key words: *sports, physical development, physical fitness, physical training, physical training (CFP), ability, physical training, physical education.*

Вступ. Ще недавно аналіз стану здоров'я призводив до песимістичних висновків. Успіхи медицини, що уможливили виліковування багатьох захворювань завдяки використанню віртуозної хірургічної техніки та ефективних методів фармакологічного лікування, виявились безсилими у зміцненні здоров'я людей, у позбавленні їх від недугів і неспроможними зробити їхнє життя тривалим та активним. Проте нині становище змінилося і з'явилися реальні надії. Встановлення того факту, що дилема залишитися здоровим або хворіти, яка стоїть перед кожною людиною, розв'язується, головним чином, її поведінкою і лише незначною мірою (приблизно на 1/5 – 1/6) залежить від усього комплексу медичних заходів (Лисицин Ю. П., Robbins A. J., Letourmy), тобто людина має реальні можливості здорового, без недуг та страждань, активного й повноцінного життя.

Фізична культура – це частина загальної культури, сукупність досягнень суспільства у створенні і використанні спеціальних засобів вдосконалення фізичного стану людей. Суттєвими показниками щодо цього є рівень здоров'я, всебічний розвиток фізичних здібностей, спортивна майстерність і проникнення засобів фізичного виховання в повсякденний побут людей. Досягнення певного рівня фізичної культури характеризують також рівень наукової думки, оснащення фізичного виховання технічними засобами тощо.

Спорт є органічною частиною фізичної культури, особливою сферою виявлення та уніфікованого порівняння досягнень людей у певних видах фізичних вправ, технічної, інтелектуальної та іншої підготовки шляхом змагальної діяльності (стаття 1 Закону України «Про фізичну культуру і спорт»).

Фізичний розвиток – це процес становлення і змін біологічних форм та функцій організму людини. Він залежить від природних життєвих сил організму та його будови. Проте напрям фізичного розвитку визначається в основному умовами життя і виховання.

Фізична підготовленість досягається розвитком рухових навичок, умінь та фізичних якостей. Рівень цього розвитку науково обґрунтовано в державних документах: навчальних програмах дитячих дошкільних закладів, середніх загальноосвітніх шкіл, вищих навчальних закладів, Державних тестах і нормативах оцінки фізичної підготовленості населення України, Державних стандартах та Єдиній спортивній класифікації України.

Фізична підготовка - це спеціалізований педагогічний процес фізичного виховання, спрямований на покращення фізичної підготовленості. Фізичну підготовку поділяють на загальну та спеціальну.

Загальна фізична підготовка (ЗФП) спрямована на такий розвиток фізичних якостей, форм тіла та оволодіння руховими навичками, які стануть передумовою успішного виконання різних видів роботи. ЗФП студентів, які не вдосконалюються у вибраному виді спорту, передбачає розвиток достатньої для життєдіяльності загальної витривалості, сили основних м'язових груп, швидкісних якостей, гнучкості, постави, координації рухів, формування та вдосконалення життєво необхідних рухових умінь і навичок.

Спеціальна фізична підготовка (СФП) спрямована на такий розвиток фізичних якостей, форм тіла та оволодіння руховими навичками, які стануть передумовою успішного виконання конкретної роботи. Наприклад, для конкретної професійної діяльності чи занять будь-яким видом спорту. Загальна та спеціальна фізична підготовка перебуває у тісному взаємозв'язку. Перша з них завжди є фундаментом для другої. Необхідно зазначити, що ЗФП та СФП студентів, які займаються у спортивних секціях, мають свої відмінності порівняно зі студентами, які відвідують тільки навчальні заняття з фізичного виховання.

Здібності – це індивідуально-психологічні особливості індивіда, які є умовою успішного виконання тієї чи іншої продуктивної діяльності.

Фізичне вдосконалення – це історично обумовлений рівень всебічного фізичного розвитку і рухової підготовленості людини, який забезпечує можливість оптимального пристосування до умов виробництва, військової справи, побуту, високу дієздатність і довголітній нормальний перебіг життєво важливих функцій.

Фізичне виховання – це педагогічний процес, спрямований на морфологічне і функціональне вдосконалення організму людини, формування і поліпшення її основних життєво важливих рухових навичок, умінь та пов'язаних з ними знань.

Фізичне виховання має дві сторони: суто виховання, власне фізичний розвиток, зміцнення здоров'я, вдосконалення фізичних якостей, а також вплив на духовний розвиток людини, і навчання – озброєння вихованців спеціальними навичками, уміннями і знаннями, тобто фізкультурна освіта. Ще П. Ф. Лесгафт, відомий педагог у галузі фізичного виховання та анатом, ввів цей термін, вважаючи, що фізичне виховання як педагогічний процес має на меті не лише зміцнення фізичних сил людини, а й накопичення нею спеціальних знань, навичок та умінь.

Фізична культура є продуктом суспільного життя людства. За своєю цілеспрямованістю і змістом вона історично змінюється відповідно до змін засобів виробництва. У кожній історичній формації фізична культура пов'язана з різними сферами життя суспільства – його економікою, політикою, науками та мистецтвом.

З давніх часів прогресивні ідеї використання фізичних вправ, у тому числі і гімнастики, для зміцнення здоров'я і протидії хворобам надихало людство. У Давньому Китаї за 3000 років до н.е. виникла система гімнастичних вправ «Конг-фу» (умілець-чоловік). У енциклопедичній книзі з однойменною назвою описана велика кількість дихальних та загальнорозвиваючих гімнастичних вправ, які використовувались з метою позитивного впливу на окремі функції організму.

Більше ніж 2000 років до н. е. виникла і давньоіндуська гімнастика йогів. Вперше розповідається про гімнастику йогів у філософському трактаті «Аюрведа» (мистецтво лікування). У наші дні гімнастика йогів знайшла багато послідовників на всіх континентах земної кулі.

Оригінальні форми гімнастики були розвинуті у Давньому Єгипті. Давньоєгипетська гімнастика включала елементи ігор і танців, розповсюджених у народі, популярну вправу «поза лотоса», різні прийоми з боротьби, стійок на руках

і голові, переворотів, вправ на рівновагу, акробатичні піраміди тощо. Популярними були також масові вистави гімнастичного спрямування, що використовувалися для підвищення авторитету та зміцнення влади фараонів і жерців. Прообраз єгипетської гри «Перетягування канату» згадується в «Іліаді» Гомера. Вчені, які вивчають історію фізичної культури, знаходять зв'язок давньоєгипетської гімнастики з китайською, а також з гімнастикою йогів.

Сам термін «гімнастика» (від грецького слова «гімнос» – оголений) виник дещо пізніше – в період розквіту культури у Давній Греції у VIII – VII вв. до н. е. Гімнастикою у ті часи вимагалось займатися в оголеному вигляді. Інше тлумачення цього слова наводиться у Великій Радянській Енциклопедії від грецького слова «гімнаццо» – тренуюсь, вправляюсь (ВРЕ, Т.6, 1971, С. 1568). Обидві версії вважаються правдоподібними.

У Давній Греції гімнастика стала чіткою системою. Виникнення її спричинилося необхідністю виховання здорових людей для служби в армії. Одночасно у греків виник культ гармонічно розвиненого і красивого тіла. Цей ідеал і допомогла впровадити у життя гімнастика. Скульптури, що дійшли до нас з тих часів, вражають завершеністю форм, гармонійністю. Справедливе твердження Гегеля: «Греки самі себе перетворили у чудові форми».

В Афінах дітей навчали фізичним вправам у гімнастичних школах-палестрах. Юнаки з незадовільною фізичною підготовленістю не мали права займатися у гімназіях – навчальних закладах, що давали найбільш високу на ті часи освіту. Учні у гімназіях називали гімнастами, викладання гімнастики вели спеціальні вчителі – педотриби і гімнасти. Про одного із таких вчителів гімнастики Геродіка розповідається у творах Платона. Якось сам Геродік важко захворів і лікарі не могли вилікувати його традиційними для того часу засобами. Тоді Геродік вирішив використати гімнастичні вправи для свого лікування. Наслідки виявились успішними для нього самого та багатьох його співгромадян, які таким оригінальним засобом позбавлялись хронічних захворювань.

Молодий лікар Гіппократ з інтересом ознайомився з досвідом Геродіка і став у подальшому його з успіхом використовувати. Між іншим, сам Гіппократ був переможцем на Олімпійських іграх з боротьби. У книзі канадського фізіолога У. Пенфілда, присвяченій життю Гіппократа, розповідається про те, як Сосандр, брат Гіппократа, за його призначенням лікував хворих гімнастикою та масажем.

Популярні були заняття гімнастикою серед давньогрецьких філософів та вчених. Так до нас дійшли відомості, що Сократ, Аристотель, Демосфен та інші до глибокої старості займалися гімнастикою. Відомий письменник і філософ Плутарх називав гімнастику «коморою життя», а Платон вважав її цілющою частиною медицини.

Із утворенням у Давній Греції чіткої системи фізичного виховання ті вправи, які використовувались з метою загального фізичного розвитку, об'єднувались під назвою «гімнастика», а вправи, які використовувались для підготовки до змагань, – «агностика». Ще довго, до XIX століття і навіть пізніше, поки гімнастика не визначилась як специфічний засіб фізичного виховання, в неї включались усі відомі види фізичних вправ – ходьба, біг, плавання, боротьба, метання тощо.

Послідовники культури Еллади давні римляни майже повністю ігнорували естетичну сторону гімнастики, використовуючи вправи для фізичної підготовки воїнів. З цією метою у Давньому Римі були сконструйовані такі гімнастичні прилади як дерев'яний кінь (його використовували для навчання прийомам верхової їзди), стінка, драбини та інші обладнання для лазіння. Широко

використовувались і різні акробатичні вправи. Вони на той час досягли значного рівня складності завдяки подорожуючим артистам-акробатам.

Подальший розвиток у давніх римлян отримала лікувальна гімнастика. Один із найбільш відомих лікарів Давнього Риму Цельз успішно лікував хворих за допомогою гімнастичних вправ, знаючи їх вплив на різні органи. Зокрема Цельз вмів лікувати за допомогою гімнастики складні шлункові захворювання. Він пише: «Гімнастичні вправи повинні спочатку використовуватись легкі, потім дещо сильніші і особливо такі, які б приводили у рух верхні частини тіла, що є корисним при всіх шлункових захворюваннях. Після гімнастичних вправ потрібно змащувати тіло маслом оливи і розтирати».

Інший відомий давньоримський лікар Гален також вважав гімнастику ефективним засобом лікування хвороб, особливо наслідків травм та ожиріння.

В епоху Відродження деяку популярність знову починають набувати погляди давніх греків на фізичне виховання. Ці ідеї пробували розвивати гуманісти. Вони збирали розрізнені відомості про вправи античної гімнастики, систематизували їх, пристосовували до діючої практики виховання. Так, венеціанський лікар Ієронім Меркуріаліс (XVI ст.) написав 6-томний трактат «Мистецтво гімнастики», в якому гімнастика поділялась на три види: військову, лікувальну та атлетичну. Відомий швейцарський педагог Йоган Песталоцці розглядав фізичне виховання як складову частину шкільної освіти. Він створив теорію «елементарної» гімнастики, суть якої була у навчанні різним «суглобним» рухам, тобто рухам у суглобах, що виконуються з різною амплітудою і напрямком. Основою фізичного виховання школярів Песталоцці вважав свідоме оволодіння елементарною гімнастикою, що крім зміцнення здоров'я, на його погляд, допоможе з успіхом оволодіти будь-якими навичками праці. Іншими словами, він закладав основи сучасної професійно-прикладної фізичної підготовки.

Ідеї Песталоцці наприкінці XVIII і початку XIX ст. активно розповсюджувалися у Західній Європі. Один із засновників німецької гімнастики Антон Фіт прагнув ввести фізичне виховання в усіх школах. Фітом на досить високій технічній основі були розроблені вправи у вольтижировці на дерев'яному коні, а також на двох дерев'яних паралельних брусах. Ці прилади стали прообразом гімнастичного коня та брус.

Одним із засновників німецької гімнастики вважається також і Йоган Гутс-Мутс. Він написав ряд теоретичних праць, в яких закликав зробити гімнастику складовою частиною системи виховання Німеччини.

На початку XIX ст. в Німеччині були організовані вперше громадські майданчики для занять гімнастикою. Ініціаторами їх були поборники ідеї об'єднання розділеної території у єдину державу.

Думка про можливість за допомогою гімнастики прискорити об'єднання Німеччини підхопив Фрідріх Людвіг Ян. Він разом із своїм однодумцем Ейзеленом створили по країні численні турнплаци для занять гімнастикою (турнен). Фрідріх Ян намагався гімнастичні прилади роботи привабливими для молоді і використовувати їх у подальшому для фізичної підготовки солдатів, що володіють необхідними у війні навичками. Велике значення в турнені Яна надавалось вихованню у гімнастів волі, честюлюбства, намагання бути першим, патріотизму.

Подальший розвиток німецької гімнастики належить Адольфу Шписсу. Для розвитку гімнастики на приладах в школі Шписс розробив обладнання для групових занять на перекладині та брусах. Одночасно гімнастичні вправи на цих приладах могли виконувати 5–6 учнів.

Шведський вчений Петер Лінг виступив з ідеєю виховання молоді в дусі гармонійного фізичного вдосконалення давніх греків. Він вперше класифікував усі відомі йому гімнастичні вправи за анатомофізіологічними ознаками відповідно до їх впливу на організм та окремі ланцюги тіла. Лінг виділив такі види гімнастики як педагогічна, військова, лікувальна, естетична. На уроках шведської гімнастики Лінга вперше була введена фізіологічна пульсова крива фізичного навантаження.

Система гімнастики, створена у 20-х роках XIX ст. у Франції Амофосом, виділяла такі види гімнастики як суспільну та індустріальну, військову, медичну, сценічну або «акробатичну». Своєрідними були теоретичні погляди Амороса. Гімнастика, на його погляд, – це наука про рухи у поєднанні зі свідомістю, розумом та моральним станом людини. Урок гімнастики Амороса розпочинався з вільних вправ. Потім йшли вправи на приладах. Під час виконання вільних вправ учні повинні були співати. Педагог намагався підбирати пісні відповідно до змісту рухів.

На розвиток гімнастики впливали і ряд інших систем. Ритмічна гімнастика, розроблена французьким професором консерваторії Далькрозом наприкінці XIX ст., включала підготовку гармонійно розвинутої людини за допомогою вправ, що виконувались під музику певного ритму. Велике значення надавалось імпровізації, самостійному виконанню рухів під музику. Далькроз вважав, що таким чином можна успішно зміцнювати нервову систему. Однак ритмічна гімнастика не вирішувала завдань всебічного фізичного розвитку людини.

У середині XIX ст. виникла сокольська система гімнастики (сокіл – символ спритності, сміливості, розуму), одним із творців якої був чеський професор естетики М. Тирш. Його система була споріднена із системою німецької гімнастики. Сокольські організації розповсюджувалися надзвичайно швидко не тільки у Чехії, але і в сусідніх слов'янських країнах. Соколи-гімнасти активно вели пропаганду своїх ідей. Суть їх складалася у національному визволенні і зміцненні буржуазної національної культури.

Сокольська гімнастика зробила великий вплив на розвиток гімнастики у Росії та в Україні. Значний вплив на розвиток гімнастики виявив російський анатом, фізіолог і педагог П. Ф. Лесгафт, який став засновником наукової системи фізичного виховання в Росії. П. Ф. Лесгафт надзвичайно високо оцінював фізичні вправи, стверджуючи, що регулярні заняття необхідні для розумового та естетичного виховання людини починаючи з дитячого віку.

Крім сокольських організацій, у Росії діяли й різні оздоровчі системи гімнастики для самостійних занять – гімнастика І. Мюллера, «волева» гімнастика А. Анохіна, Е. Сандова та ін.

У 1920 році в Москві на Хотинському полі за ініціативи Всевобуча (Всевобуч – рос.) було організовано масове гімнастичне свято (демонстрація вільних вправ, фігурна хода).

З введенням обов'язкових занять фізичною культурою в школах Радянського Союзу (1922 р.), а потім у вищих навчальних закладах (1929 р.) гімнастика посіла належне місце у навчальних планах з фізичного виховання. Поступово відбувається становлення різних видів гімнастики – спортивної, художньої, спортивної акробатики, лікувальної, атлетичної та виробничої гімнастики тощо.

Наприкінці XX і на початку XXI ст. фізична культура набуває подальшого розвитку. Виникають нові форми занять фізичними вправами, широко використовуються спеціальні вправи у медицині, виник новий напрям медицини – фізична реабілітація, психофізична реабілітація, психофізіологічна реабілітація.

Відбувається подальший розвиток професійно-прикладної фізичної підготовки, виникають нові види спорту. Фізична культура і спорт все більше відходять від олімпійських ідеалів, все більшого значення набувають вони на політичній арені світу.

Із зміною умов життя людини, що характеризуються погіршенням соціально-економічного рівня, екологічного стану, значення масової фізичної культури набуває великого значення. Науково-технічний та соціальний прогрес сприяє зміні не тільки оточуючого середовища, але й способу життя людини.

У середині XIX ст. з усієї енергії, що вироблялась і використовувалась на Землі, 94 % припадало на м'язову силу людини та домашніх тварин, 6 % виробляли водяні колеса, повітряні млини та невелика кількість парових машин. У 1952 р. лише 1 % енергії вироблявся за допомогою м'язової сили (Берг А. І., 1964), у 1975-му – лише 0,5 % енергії було пов'язано з безпосередньою м'язовою діяльністю людини (Муравов І.В., 1978).

Організм людини з великими труднощами пристосовується до сучасних умов життя, хоча адаптивні можливості його дуже великі. Однак вони залежать від цілого ряду чинників, у тому числі спадковості, виховання, умов праці та побуту, способу життя, рухової активності. Коли ж пристосувальні можливості людини вичерпуються, починають розвиватись так звані хвороби цивілізації: ішемічна хвороба серця, неврози, вегето-судинна дистонія, рак, ожиріння тощо.

Вина у виникненні багатьох хвороб полягає на саму ж людину, оскільки їх поява обумовлена нерозумним впливом людини на природу, а також впливом на організм людини різних хімічних і біологічних препаратів, які вона сама і виробляє.

Чим же пояснити загрозливе зростання кількості серцево-судинних захворювань у високорозвинених країнах і в Україні зокрема? Перш за все в цьому винні інформаційні перевантаження та нервово-емоційні стреси. А може, причина ховається в іншому? Адже сучасна людина у своїй більшості недостатньо тренує багато закладених у ній самій природою механізми, не стимулює найважливіші фізіологічні процеси. Американський вчений В. Рааб, який вивчав проблему атеросклерозу, ще на початку 60-х років XX ст. назвав серце сучасної людини «серцем діяльного нероба».

Здоров'я – це результат сукупного впливу багатьох чинників (економічних, соціальних, біологічних, педагогічних та ін.). Безумовно, у комплексі цих чинників фізичній культурі відведено одне з ведучих місць. Основне положення медичної етики є «Не нашкодь!», а гасло фізичної культури – «Розвивати, покращувати, зміцнювати, постійно вдосконалювати!».

Нині, як ніколи, гостро стоїть проблема зміцнення здоров'я населення за допомогою засобів фізичної культури. Фізична культура і масовий спорт набувають першочергового значення у загальному комплексі умов, які визначають оптимальний рівень життєдіяльності організму людини.

Всякий рух, будь-яка м'язова активність – це не тільки витрати енергії, але і її накопичення. Коли людина іде, біжить, стрибає, виконує вправи з гантелями чи займається на тренажерах, її дихання стає прискореним, швидше б'ється серце, інтенсивніше рухається по судинах кров, організм більше споживає кисню і насичується поживними речовинами, тобто сам собі повертає витрачену енергію, але уже з надлишком, з відсотками. Утворюється деякий енергетичний капітал, що забезпечує у кожен наступний момент ще більше витрачання енергії.

Рухаючись, людина сама якби заводить годинник свого життя. «Якби не робота м'язів, – говорив професор І. А. Варшавський, – енергетичні потенціали не

накопичувалися б, не створювалась би протоплазма – жива речовина клітки, а це означає, що сам процес росту і розвитку був би неможливим».

Ті, хто активно займається фізичною культурою, мають більш високий рівень працездатності і менше мають шансів захворіти. Працездатність у них на 5–10 % вище, ніж у тих, хто не займається фізичними вправами. Завдяки підвищеному опору організму захворюванням фізкультурники втрачають протягом року у тричотири рази менше робочого часу через хвороби, ніж не фізкультурники.

Фізична культура дає можливість зберігати тілесне здоров'я, робити своє тіло красивим, вміти керувати ним і, що особливо важливо, значно розширювати діапазон пристосувальних механізмів організму, підвищувати його стійкість до впливу несприятливих чинників: гіпоксії, переохолодження, проникаючої радіації, інфекції, дії токсичних речовин, а також розвитку злоякісних новоутворень тощо.

Науково-технічний прогрес і комп'ютерні технології, які позбавляють людство від багатьох видів фізичної праці, значення фізичної культури не тільки не зменшують, а, навпаки, у зв'язку з гіпокінезією та гіподинамією ще більше зростає і є основною складовою здорового способу життя.

Література

1. Герцик М. С. Вступ до спеціальностей галузі «фізичне виховання і спорт»: Підручник / М. С. Герцик, О. М. Вацеба. – Харків: «ОВС», 2005. – С. 6–10.
2. Сергієнко Л. П. Практикум з теорії і методики фізичного виховання: Навч. Посібник / Л. П. Сергієнко. – Харків: «ОВС», 2007. – С. 8–35.
3. Худолій О. М. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання: Навч. Посібник / О. М. Худолій. – Харків: «ОВС», 2007. – С. 36–47.
4. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. – Ч. 1. / Б. М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – 21–40.
5. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів.- Частина 2. / Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2002. – 248 с.
6. Актуальні проблеми теорії і методики фізичного виховання: Колективна монографія / [О. М. Вацеба, Ю. В. Петришин, Є. Н. Приступа, І. Р. Боднар]. – Л.: Українські технології, 2005. – 296 с.
7. Ведмеденко Б. Ф. Вибрані лекції з фізичного виховання / Б. Ф. Ведмеденко, К.К. Жукотинський. – Чернівці: Прут, 2002. – 221 с.
8. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України / за ред. М. Д. Зубалія. – [2-е вид., перероб. і доповн.] – К., 1997. – 36 с.
9. «Про фізичну культуру і спорт» Закон України за № 3808-ХІІ від 24.12.1993 // Відомості Верховної Ради–Режим доступу : <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>.
10. Короткий спортивний словник-довідник / [М. Д. Зубалій, В. В. Сіркизюк]. – Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2003. – 216 с.
11. Лубышева Л. И. Социология физической культуры и спорта: Учеб. пособие. – [2-е изд.] / Л. И. Лубышева – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 240 с.
12. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет: Учебн. для высших специальных физкультурных учебных заведений. – [3-е изд.] / Л. П. Матвеев. – СПб.: Лань, 2003. – 160 с.
13. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту. – К., 2004.– 16 с.

14. Олійник М. О. Правові основи організації та управління фізичною культурою, спортом і туризмом в Україні – [Вид. 3-є, перероб. і доповн.] / М. О. Олійник, А. П. Скрипник. – Харків: ХаДІФК, 2000. – 292 с.

15. Сутула В. А. Основы физкультурологии / В.А. Сутула. – Харьков, 2002.– 56 с.

16. Теория и методика физического воспитания/ [под ред. Т. Ю. Круцевич] .- К.: Олимпийская литература, 2003. – 814 с.

Стаття надійшла до редакції 4.03.2015

УДК 357.055.2

Бежук О., доцент кафедри історії України та економічної теорії ©

E-mail: omkostiv@ukr.net

Львівський національний університет ветеринарної медицини та біотехнологій імені С. З. Гжицького, Львів, Україна

ОЛЬГА ТА ЄВГЕН КОНОВАЛЕЦЬ: ВЗАЄМОЗУМОВЛЕНІСТЬ ФЕМІННОГО ТА МАСКУЛІННОГО

Розглядається подружжя Коновальців (союз «гегемонної маскулінності» та «акцентованої жіночності»), котрі впродовж сумісного життя проявили багатий арсенал та гнучкість гендерно-рольових поведінок, високі соціально-адаптивні здібності, зумовлені нелегкими умовами життя в еміграції.

Ключові слова: націоналізм, гендер, Ольга, Євген, Коновалець, родинне виховання, характер, відносини, сім'я.

УДК 357.055.2

Бежук О.

Львовский национальный университет ветеринарной медицины биотехнологий имени С. З. Гжицького

ОЛЬГА И ЭВГЕНИЙ КОНОВАЛЕЦ: ВЗАИМОУСЛОВЛЕННОСТЬ ФЕМИННОГО И МАСКУЛИННОГО

Рассматриваются супруги Коновалец (союз «гегемонной маскулінности» и «акцентированной женственности»), которые в совместной жизни проявили богатый арсенал и гибкость гендерно-ролевых поведений, высокие социально-адаптационные способности, обусловленные нелегкими условиями жизни в эмиграции.

Ключевые слова: национализм, гендер, Ольга, Евгений Коновалец, семейное воспитание, характер, отношения, семья.

UDC 357.055.2

Olha Bezhuik

*Lviv National University of Veterinary Medicine and Biotechnologies
named after S. Z. Gzhyskyj*

OLHA AND YEVHEN KONOVALETS: INTERDEPENDENCE OF FEMININITY AND MASCULINITY

The annotation presents the Konovalets married couple (the alliance of hegemonic masculinity and accented femininity), who displayed a large arsenal and flexibility of gender and role behavior in their common life as well as high social and adaptive skills stipulated by difficult life conditions in the emigration. The article first represents the memoirs of Konovalets' wife Olha reconstructing the image of Yevhen Konovalets as a

© Бежук О., 2015