

## ІСТОРИЧНІ ТЕНДЕНЦІЇ СТАНОВЛЕННЯ ТА РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В УКРАЇНІ З НАЙДАВНІШИХ ЧАСІВ ДО ПОЧАТКУ XIX СТ.



**Керівник – Цось Анатолій Васильович**, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, ректор Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, Заслужений діяч науки та техніки України.

Працював у спеціалізованих учених радах для захисту дисертацій Волинського державного університету імені Лесі Українки, Львівського державного університету фізичної культури, Харківської державної академії фізичної культури, Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Працював в експертній комісії з освіти Державної акредитаційної комісії України. З 2018 р. заступник голови експертної ради з фізичного виховання і спорту Вищої атестаційної комісії України, пізніше – Міністерства освіти і науки України. Також є членом секції з фізичної культури і спорту Відділення вищої освіти Національної академії педагогічних наук України.

З 2019 р. – голова громадської організації «Товариство історії фізичного виховання і спорту України». За час науково-педагогічної діяльності опублікував 180 наукових праць, отримано 5 патентів й авторських свідоцтв. Науковий керівник 21 дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата наук. 22 січня 2019 р. Указом Президента України присвоєно почесне звання «Заслужений діяч науки і техніки України».

*Електронна адреса:* [Tsos.Anatoliy@eenu.edu.ua](mailto:Tsos.Anatoliy@eenu.edu.ua)

*orcid.org/0000-0002-7824-9768*

*Researcher ID:* M-3056-2016

*Scopus Author ID:* 56386045400

*Google Scholar:* [scholar.google.com.ua/citations?user=tOcUwEsAAAAJ&hl=ru](https://scholar.google.com.ua/citations?user=tOcUwEsAAAAJ&hl=ru)

**Напрями наукових досліджень:** історичні тенденції становлення та розвитку фізичної культури в Україні з найдавніших часів до початку XIX ст., розробка засобів і методів оптимізації фізичного виховання в загальноосвітніх школах і вищих

зкладах освіти та режимів фізичних навантажень в оздоровчій фізичній культурі.

**Основні наукові роботи:** опубліковано понад 180 наукових робіт, зокрема 7 монографій, навчальних посібників.

1. Цьось А. В. Українські народні ігри та забави : навч. посіб. / А. В. Цьось. – Луцьк : Надстир'я, 1994. – 96 с.

2. Цьось А. В. Фізичне виховання в календарній обрядовості українців : монографія / А. В. Цьось. – Луцьк : Надстир'я, 2000. – 376 с.

3. Деделюк Н. А. Традиції фізичного виховання в Київській Русі : монографія / Н. А. Деделюк, А. В. Цьось. – Луцьк : Волин. обл. друк., 2004. – 192 с.

4. Цьось А. В. Сучасні технології викладання спортивних дисциплін : навч. посіб. / Цьось А. В., Балахнічова Г. В., Заремба Л. В. – Луцьк : ВНУ ім. Лесі Українки, 2010. – 132 с.

5. Оптимізація фізичного виховання дитини у вітчизняній системі освіти : монографія / Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко, А. В. Цьось та ін. – Запоріжжя : ЗОІППО, 2010. – 250 с.

**Наукове керівництво захищеними кандидатськими дисертаціями:**

*Зубанова Н. Ю.* Формування професійно-педагогічної спрямованості особистості майбутнього вчителя фізичної культури : автореф (1998).

*Малімон О. О.* Диференційований підхід у процесі фізичного виховання студентів : автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту (1999).

*Данилко М. Т.* Формування готовності до професійної діяльності майбутніх учителів фізичної культури (2000).

*Кліш І. С.* Фізичне виховання дітей до 3-річного віку засобами (2000).

*Навроцький Е. М.* Програмування засобів і методів фізичного виховання юнаків 16–17 років, які проживають на території радіаційного забруднення (2000).

*Пантік В. В.* Формування мотивації до занять фізичними вправами дівчат 11–15 років, які проживають на території радіаційного забруднення (2000).

*Мацкевич Н. М.* Формування готовності майбутніх учителів початкової школи до роботи з фізичного виховання (2001).

*Митчик О. П.* Індивідуалізація фізичного виховання підлітків у загальноосвітній школі (2002).

*Котов Є. О.* Підготовка студентів вищих закладів освіти до самостійних занять фізичними вправами (2003).

*Деделюк Н. А.* Традиції фізичного виховання Київської Русі та їх використання в загальноосвітній школі (2004).

*Ніколаєв С. Ю.* Оптимізація рухової активності студенток залежно від психофізичних особливостей (2004).

*Білітюк С. А.* Формування стимулів до занять фізичними вправами в дітей молодшого шкільного віку (на прикладі плавання) (2006).

*Бакіко І. В.* Поєднання базової і варіативної частин програми з фізичної культури школярів (2007).

*Кравчук Я. І.* Методика диференційованого підходу до навчання фізичної культури учнів початкової школи (2010).

*Ольхова-Марчук Н. В.* Формування культури міжособистісних взаємин молодших школярів у процесі фізичного (2010).

*Гац Г. О.* Педагогічна діагностика у процесі навчання фізичної культури учнів загальноосвітніх навчальних закладів (2011).

*Захожий В. В.* Методика формування готовності старшокласників до самостійних занять фізичними вправами (2011).

*Радченко О. В.* Профілактика вживання алкогольних напоїв студентками вищих навчальних закладів у процесі фізичного виховання (2011).

*Сабіров О. С.* Формування рухових умінь і навичок студентів вищих навчальних закладів у процесі позааудиторних занять з регбі (2015).

*Розтока А. В.* Технологія навчання фізичної культури учнів 5–6-х класів в умовах навчально-виховної діяльності основної школи (2018).

## АНОТАЦІЯ

Фізичне виховання як складова частина навчання й виховання впродовж тривалого часу розвивалося залежно від соціальних, культурних, економічних чинників регіону. Тому ключовим моментом у розумінні сучасної системи фізичного виховання школярів є аналіз історичних аспектів її становлення, порівняння з досвідом інших країн, особливо тих, що найближчі до України за традиціями, менталітетом, багатовіковою історією та географічним положенням. Головними науковими проблемами, над якими працюють Анатолій Васильович та його численні учні, є історичні тенденції становлення та розвитку фізичної культури в Україні з найдавніших часів до початку XIX ст.; засоби й методи оптимізації фізичного виховання в загальноосвітніх школах і вищих закладах освіти; режими фізичних навантажень в оздоровчій фізичній культурі.

## ОСНОВНИЙ ДОРОБОК

Результати досліджень дають змогу розробляти не лише адаптовані зміст та дозування фізичних навантажень відповідно до індивідуальних особливостей людини, а й формувати систему заходів для залучення населення до систематичних занять фізичними вправами. Узагальнення значного наукового досвіду відображено в наукових публікаціях та монографіях із цих проблем. Серед них найбільш вагомими такі, як «Фізичне виховання в календарній обрядовості українців», «Традиції фізичного виховання в Київській Русі», «Оптимізація фізичного виховання дитини у вітчизняній системі освіти», «Педагогічна діагностика в системі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів», «Система фізичного виховання учнів загальноосвітніх шкіл Польщі та України (XVI – початок XXI століття): порівняльний аналіз».

## ПРЕДСТАВНИКИ

**Пантік Василь Васильович** – кандидат наук із фізичного виховання та спорту, доцент кафедри

фітнесу та циклічних видів спорту, декан факультету фізичної культури, спорту та здоров'я.

*Електронна адреса:* Pantik.Vasil@eenu.edu.ua

**Напрями наукових досліджень:** фітнес, рухова активність, якість життя.

**Основні наукові роботи:** результати наукової діяльності відображено у понад 80 публікаціях наукового та навчально-методичного характеру, зокрема:

1. Tsos A. Physical and Mental Health Components Condition in The Life Quality of Students Who Regularly Practice Kickboxing and Yoga /A. Tsos, Y. Hylchuk, O. Andreichuk, V. Pantik, S Tymbaliuk // Phys Activ Rev. – 2017. -№ 5. – pp. 37-43. DOI: 10.16926/par.2017.05.06 (Web of Science)

2. Andriychuk O. The quality of life of students who study in Ukraine and Poland/ O. Andriychuk, V. Pantik, V. Kovalchuk, S. Savchuk //Physical Education, Sport and Health in Modern Society: Collected Research Papers of Lesya Ukrainka Eastern European National University / compiled by A. V. Tsos, S. J. Indyka. – Lutsk: Lesya Ukrainka Eastern European National University, 2017. – № 1 (37). – pp. 5-11. DOI: 10.29038/2220-7481-2017-01-05-11. ERIH PLUS ; Index Copernicus International , eLIBRARY (PIHC) Polska Bibliografia Naukowa; Україніка наукова; Ulrich's Periodicals Directory))

3. Пантік В. В. Зміст фітнес-програми силовій Пантік, В. В. Структура та рівень рухової активності студентів закладів вищої освіти. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, (3 (43), 99-107. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2018-03-99-107>

4. Пантік В.В. Зміст фітнес-програми силовій спрямованості залежно від індивідуальних особливостей будови тіла студентів /Вашук Л.М.// Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, (2(42), 25-32. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2018-02-25-32> (Фахове видання) ERIH PLUS ; Index Copernicus International , eLIBRARY (PIHC) PolskaBibliografia Naukowa; Україніка наукова; Ulrich's Periodicals Directory))

5. Anatolii Tsos, Vasyi Pantik. Physical and mental health conditions of the life quality of combatants under treatment and rehabilitation course. Quality of Life in Interdisiplinary Approach: World Scientific Congress (Kochcice, Poland, 5-7.11.2019), p.57. (Web of Science Core (ESCI), Scopus)

**Мацкевич Нінель Матвіївна** - кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри фітнесу та циклічних видів спорту.

*Електронна*

Matskevych.Ninel@eenu.edu.ua

*дреса:*

**Напрями наукових досліджень:** фізичне виховання, спорт, рекреація, фітнес.

**Основні наукові роботи:** автор більше 70 публікацій, з них 52 статті у фахових виданнях України, 4 – у визнаних зарубіжних виданнях, 2 –

навчальних посібники, 6 – праці навчально-методичного характеру, зокрема:

1. L. Shakhlina, O. Roda, S. Kalytka, O. Romaniuk, N. Matskevych, V. Zakhozhyi. Physical performance during the menstrual cycle of female athletes who specialize in 800 m and 1500 m running. Journal of Physical Education and Sport. 2016. Vol. 16 (4). Art 215. P. 1345-1351. DOI:10.7752/jpes.2016.04215 . Scopus ID: 57192836540

2. Liudmyla Vashchuk, Nina Dedeliuk, Olha Roda, Svitlana Kalytka, Olena Demianchuk, Ninel Matskevych, Venera Krendeleva. The realization of the individual fitness programs in the physical education of high schoolgirls, Phys Activ Rev 2018, 6: 144-150. Scopus ID: 57192836540

3. Basic mesocycle construction specifics of female athletes, who specialize in medium distance running, by taking into account female body peculiarities / O. Roda, S. Kalytka, N. Yevpak, O. Panasiuk, A. Khomych, V. Smoliuk, O. Hrebik, O. Kasarda, N. Matskevych, V. Faidevych, I. Ierko // Journal of Physical Education and Sport. – 2020. – Vol. 20 (3). – P. 1590–1598. DOI:10.7752/jpes.2020.03217.

4. Мацкевич Н.М. Основи менеджменту, маркетингу та адміністрування у сфері фізичного виховання і спорту: [ навч.посіб.] / Мацкевич Н.М., Захожий В.В.. – Луцьк: СНУ ім. Лесі Українки, 2019. – 160 с.

5. 16. Roda, O., Kalytka, S., & Matskevych, N. (2018). Побудова базових мезоциклів бігунів на середні дистанції. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, (4(44), 55-63. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2018-04-55-63>.

**Захожий Володимир Васильович** - кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії спорту та фізичної культури.

*Електронна*

zakhozhyi.volodymyr@eenu.edu.ua

*дреса:*

**Напрями наукових досліджень:** Проблема рухової активності та здорового способу життя; питання виховання потреби, мотивів та інтересу старшокласників до самостійних занять фізичними вправами, організація та проведення спортивно-масових заходів, змагань.

**Основні наукові роботи:** автор 40 публікацій, з них 2 монографії, 3 навчальних посібники, 25 статей у фахових виданнях України, 2 – у визнаних зарубіжних виданнях, 8 праць навчально-методичного характеру, зокрема:

1. Захожий В. В., Козіброцький С. П., Захожа Н. Я., Касарда О. З. Концептуальні основи формування готовності старшокласників до самостійних занять фізичними вправами / В. В. Захожий, С. П. Козіброцький, Н. Я. Захожа, О. З. Касарда // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт: журнал / уклад. А. В. Цьось, А. І. Альошина. – Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2016. – Вип. 22. – С. 28-31. (0,33 друк. арк.)

2. Shakhlina L., Roda O., Kalytka S., Romaniuk O., Matskevych N., Zakhozhyi V. Physical performance during the menstrual cycle of female athletes who specialize in 800 m and 1500 m running / L. Shakhlina, O. Roda, S. Kalytka, O. Romaniuk, N. Matskevych, V. Zakhozhyi // Journal of Physical Education and Sport. 2016. Vol. 16 (4). Art 215. P. 1345-1351. DOI:10.7752/jpes.2016.04215.

3. Захожий В. В., Дикий О. Ю. Стан здоров'я та функціональних можливостей організму старшокласників / В. В. Захожий, О. Ю. Дикий // 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, 2016. – № 4(36). – С. 60-66.

4. Zakhozha N., Kasarda O., Zakhozhiy V., Usova O., Gavrilyuk A. Фактори патології органів зору в студентів та їх профілактика / N. Zakhozha, O. Kasarda, V. Zakhozhiy, O. Usova, A. Gavrilyuk // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, (2(42), 111-116. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2018-02-111-116>. (2018).

5. Усова О. В., Сологуб О. В., Захожий В. В., Сологуб Т. В. Проблеми обсягу рухової активності дітей та підлітків у позаурочний час / О. В. Усова, О. В. Сологуб, В. В. Захожий, Т. В. Сологуб // Knowledge. Education. Law. Management. 2018.

**Николаев Сергей Юрійович** – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри теорії фізичного виховання та рекреації.  
*Електронна адреса:* Nikolaiev.Serhii@eenu.edu.ua  
**Напрями наукових досліджень:** педагогіка вищої школи, фізична активність, здоров'язбереження, якість життя.

**Основні наукові роботи:** автор близько 36 статей у фахових виданнях України, 3 – у визнаних зарубіжних виданнях, 10 праць навчально-методичного характеру (в т. ч. 2 посібника), зокрема:

1. Bakiko Igor, Savchuk Sergey, Dmitruk Vitali, Radchenko Oleksandr, Nikolaev Sergey. Assessment of the physical health of students of middle and upper grades. Journal of Physical Education and Sport, suppl.supplement issue 1; Pitesti Vol.20, (Feb 2020 286-290. DOI: 10.7752/jpes.2020.s1039

2. Николаев С.Ю. Атлетична гімнастика: теорія та аналізатора до просторової орієнтації, параметрів часу й зусиль / С. Ю. Николаев, Ю. Николаев // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету ім. Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт / Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2017. – Вип. 25. – С. 64-67. – Бібілогр.: 10 назв.

3. Teenage Crime and Prevention Through Physical Culture and Sports/I.V. Bakiko, V.V. Fidevich, V.I. Smolyuk, S.Yu. Nykolaiv, A.B. Shevchuk// Science and Education Studies, No. 1 (29) (Janury – March). Volume VIII. Stanford University Press. – p. 358-364. (The edition materials are posted in Scopus and Web of

Science). Nikolayev S. Level of development of psychophysiological indicators of female students of 1–4 years of study / S. Nikolayev, Y. Nikolayev // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. / Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки / уклад.: А. В. Цьось, С. Я. Індика. – Луцьк, 2017. – № 2(38). – С. 117-120. DOI: 10.29038/2220-7481-2017-02-117-120

4. Nikolaev S. The Level of Development of Psycho-Physiological Features of the Students of Higher Educational Institutions / S. Nikolaev, Y. Nikolaev, O. Grebik // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. / Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки / уклад. А. В. Цьось, С. Я. Індика. – Луцьк, 2019. – № 3(47). – С. 48-53. DOI: <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2019-03-48-53>

5. Бакіко І., Ніколаєв С.Ю., Дмитрук В.С., Ковальчук В.Я., Гребік О.В. Формування ставлення підлітків до предмету "Фізична культура" // Актуальні проблеми і перспективи розвитку фізичного виховання, спорту і туризму: колек. моногр./за ред. Н.Є. Пангелової.- Переяслов. (Київ. обл.), 2020. С. 21-32.

