

УДК 796.41(09)

## СОКІЛЬСЬКА ГІМНАСТИКА – ОСНОВА СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ МОЛОДІ В РОСІЙСЬКІЙ ІМПЕРІЇ НА ПОЧАТКУ ХХ СТОЛІТТЯ

Лях-Породько О.О., викладач

*Національний університет фізичного виховання і спорту України*

У статті здійснена спроба історичного аналізу та виявлення особливостей впровадження сокільської гімнастики у систему фізичного виховання учнівської молоді Російської імперії на початку ХХ століття.

*Ключові слова:* Сокільська гімнастика, фізичне виховання, освіта.

Лях-Породько А.А. СОКОЛЬСКАЯ ГИМНАСТИКА – ОСНОВА СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЕЖИ В РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ В НАЧАЛЕ ХХ ВЕКА / Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, Украина.

В статье совершена попытка исторического анализа и выявления особенностей внедрения сокольской гимнастики в систему физического воспитания ученической молодежи Российской империи в начале ХХ века.

*Ключевые слова:* Сокольская гимнастика, физическое воспитание, образование.

Lyakh-Porodko A.A. SOKOLIAN GYMNASTICS AS A BAS OF THE SYSTEM OF PHYSICAL EDUCATION OF THE YOUTH AT THE RUSSIAN EMPIRE EARLY IN THE 20th CENTURY / National university of physical education and sport of Ukraine, Ukraine.

A historical analysis of sokolian gymnastics has been made. Certain peculiarities of implementation of sokolian gymnastics into the system of physical education of students at the Russian empire early in the 20<sup>th</sup> century are described.

*Key words:* Sokolian gymnastics, physical education, education.

### ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ

На початку ХХ століття в Російській імперії зазнають змін різні сфери життєдіяльності суспільства. Зокрема питання реорганізації системи освіти стає нагальною потребою, у межах якої фізичне виховання молоді посідає одне з найголовніших місць. Невипадково Міністерство народної освіти вживає низку заходів направлених на поліпшення стану викладання гімнастики у закладах освіти. У той же час постає питання, по якій гімнастичній системі займатися – німецькій, шведській, за системою П.Ф. Лесгафта, стройові вправи.

Поряд з цим друга половина ХІХ – початок ХХ століття характеризувалися поширенням сокільської гімнастики, у першу чергу серед слов'янських народів Східної Європи (поляків, сербів, хорватів, чехів, словаків, болгар, словенців), а також і в інших країнах (Франція, Велика Британія, Німеччина, США). Тому, враховуючи популярність сокільської гімнастики Міністерство народної освіти при підтримці державної влади впроваджує її в систему фізичного виховання молоді. Такі дії були спрямовані для того, щоб принципово поліпшити викладання гімнастики, підняти рівень здоров'я молоді, здійснити організаційно-методичне та кадрове забезпечення галузі.

Таким чином, звернення до історії запровадження сокільської гімнастичної системи у сферу освіти Російської імперії на початку ХХ століття являє собою певний науковий інтерес, що підтверджує актуальність обраної теми.

### АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ПУБЛІКАЦІЙ

До розгляду проблеми фізичного виховання молоді у Російській імперії зверталась низка науковців. Переважна більшість з них висвітлювала, здебільшого критикуючи, діяльність Міністерства народної освіти [2, 10], або розповідали про перебіг історичних подій [19]. Однак, у цих працях мало говориться або взагалі відсутня інформація щодо використання сокільської гімнастики у системі фізичного виховання молоді.

**Мета дослідження** – здійснити історичний аналіз та виявити особливості впровадження сокільської гімнастики у систему фізичного виховання молоді у Російській імперії на початку ХХ століття.

**Методи дослідження:** аналіз науково-методичної літератури та архівних фондів, історико-логічний метод.

Наукове дослідження виконане згідно з темою 1.1.4 зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури та спорту на 2006-2010 рр. «Історичні та організаційні напрямки розвитку професійного спорту в Україні».

## РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ

Стан викладання фізичного виховання в закладах освіти в Російській імперії наприкінці XIX – початку XX століття потребував кардинальних змін. Введення гімнастики за німецькою, шведською або системою П.Ф. Лесгафта, а згодом і стройові вправи не вирішили проблеми фізичного виховання молоді. Більше того, постійна зміна гімнастичних систем призводила до дезорганізації навчального процесу, кадрових змін, збідного матеріально-технічного забезпечення. Тому Міністерство народної освіти для покращення фізичного виховання у підвідомчих йому освітніх закладах проводить низку реорганізуючих заходів. По-перше, було вирішено ввести гімнастику і зупинитись тільки на одній системі – сокільській. По-друге, викладання гімнастики довірено чехам-соколам.

Про переваги чехів як вправних викладачів у школах Російської імперії зазначалось, що вони є спорідненим слов'янським народом і швидко вивчають російську мову [6].

Серед переваг сокільської гімнастики, порівняно з іншими гімнастичними системами (шведська, німецька), які пропагувались у Російській імперії, директор Житомирської І-ї гімназії І. Чехлатов виділяв: «...так как гимнастические упражнения этого рода не исключают пользования простейшими снарядами; так как они достигают, как показывает опыт, самых действительных результатов; так как, наконец, по своему разнообразию и красоте приемов упражнения соколов являются весьма интересными для участников и допускают самое широкое развитие всевозможных состязаний и испытаний в ловкости; кроме того, эта система физического развития отнимает сравнительно немного времени для своего выполнения, - то, имея в виду существующий уклад нашей средней школы, следует признать, что, так называемые упражнения соколов, рационально поставленные и руководимые специалистами своего дела, являются наиболее достигающими своей цели и наиболее применимыми в нашей школе, а потому и наиболее желательными в ней» [14].

Директор Астраханського реального училища І. Ленс, зазначає: «...оно влияло и в наши учебные заведения в виде сокольской гимнастики, которая несомненно будет способствовать физическому и нравственному усовершенствованию нашей молодежи, укреплению в ней дисциплины, порядка, долга, чести и патриотизма» [17].

Наведені вище слова підтверджують те, що впровадження та використання сокільської гімнастики в навчальних закладах відбувалося за підтримки самих педагогів, які позитивно її характеризували.

Перші спроби ввести сокільську систему гімнастики в процес фізичного виховання учнівської молоді здійснені наприкінці XIX століття, а саме в 1870-х роках. У цей час сокільська гімнастика практикувалась окремими навчальними закладами Казанського учбового округу. Так, гімнастика за сокільською системою викладалась у Самарському реальному училищі з 1870 року; Самарській гімназії з 1871 року; Сизранській гімназії з 1873 року. Широко використовувалась сокільська гімнастика в Кавказькому навчальному окрузі. Зокрема, викладання гімнастики за сокільською системою було введено в Тифліській І-й чоловічій гімназії з 1889 року, а з 1890 року у ІІ-й чоловічій гімназії [8, 11].

На початку XX століття сокільська система гімнастики набуває все більшої популярності та за підтримки державної влади проникає в навчальні заклади різних регіонів Російської імперії (рис. 1) [1, 22]. Наприклад, за даними журналу «Сокол», станом на 1910 рік у Російській імперії нараховувалось 92 соколи-викладача [18], які викладали в 68 містах держави.

Цього ж року сфера фізичного виховання та спорту збагачується новим науково-методичним журналом «Сокол» (Москва). Серед завдань журналу були такі: по-перше, повне та всебічне висвітлення раціональної побудови системи фізичного розвитку та тілесного виховання; по-друге, з урахуванням наукових досліджень вибудувати систему гімнастики в школі і вдома. Тому в журналі в першу чергу розглядалися питання вдосконалення методики викладання гімнастики. Наводилися приклади систематичних вправ для уроків, які відповідали б навчальним планам і програмам Міністерства Народної освіти. Більше того, журнал «Сокол» рекомендувався ученим комітетом Міністерства Народної освіти як навчальний посібник для середніх закладів освіти [20].

Активна діяльність з впровадження сокільської системи гімнастики у навчальні заклади Російської імперії упродовж першого десятиріччя XX століття сприяла тому, що у 1912 році Міністерство народної освіти офіційно вводить сокільську гімнастику до навчальних програм [5, 8, 9]. З цього приводу говорилося таке: «...Минист. Народ. Просвещения убедилось в пользе и громадном значении преподавания гимнастики в средней школе по программе сокольской гимнастики и сделало соответствующее распоряжение о ее введении во всех средн. учебных заведениях...» [12].

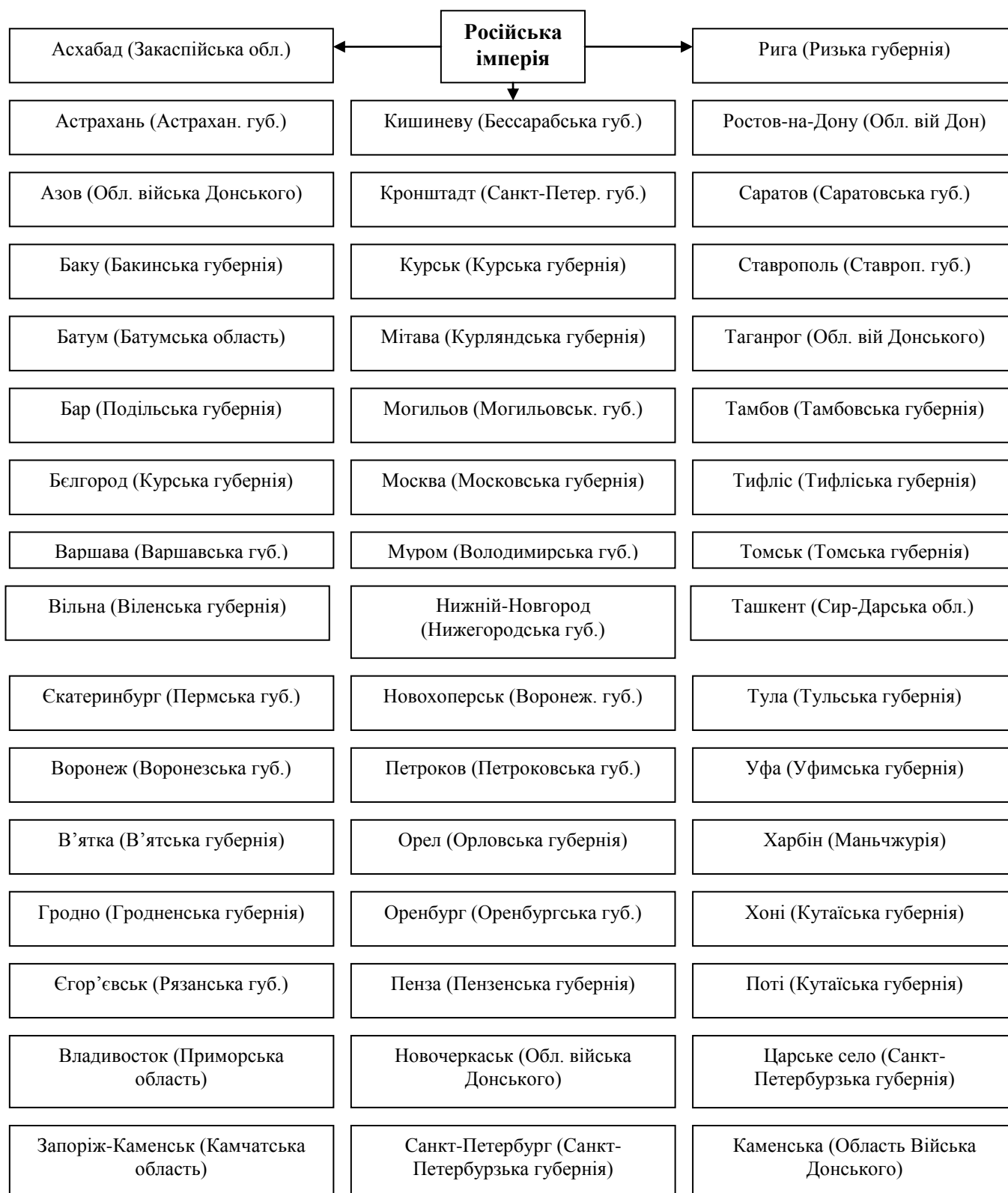


Рис. 1. Адміністративно-територіальне розташування соколів-викладачів у Російській імперії станом на 1910 рік

На рисунку 1 схематично зображено територіальне розташування соколів-викладачів у губерніях та областях Російської імперії. При цьому варто відзначити, що всього в державі було 60 губерній та 21 область, у той час як викладачі «соколи» знаходились у 34 губерніях та 5 областях. Тобто, якщо поглянути (умовно) на карту Російської імперії початку ХХ століття, то впевнено можна стверджувати, що ідея сокілства охопила всю територію країни. Це свідчить про визнання, довіру та популярність сокілського руху в суспільстві.

Окремо слід зупинитись на розвитку сокільства в одному із регіонів Російської імперії – українських землях. Безпосередньо щодо місця знаходження соколів-викладачів на території українських земель, то ці дані представлені у таблиці 1.

Таблиця 1 – Представництво соколів-викладачів у закладах освіти на українських землях Російської імперії

№	Викладач	Місто	Навчальний заклад
1	Бем О.	Ахтирка (Харківська губернія)	
2	Черенський В.	Акерман (Бессарабська губернія)	Чоловіча гімназія
3	Кеіль Р.	Олександрівськ (Катеринославська губернія)	Технічне училище
4	Волек Фр.	Богодухів (Харківська губернія)	Чоловіча гімназія
5	Пахль Фр.	Біла Церква (Київська губернія)	Чоловіча гімназія
6	Браунер І.	Євпаторія (Таврійська губернія)	Чоловіча гімназія
7	Гикль Я.	Катеринослав	Комерційне училище Миколи II
8	Кашак Я.	Катеринослав	I-е реальне училище
9	Кланова А.	Катеринослав	Марійська жіноча гімназія
10	Фреліх М.	Житомир (Волинська губернія)	Чоловіча гімназія
11	Войтишек О.	Ізмаїл (Бессарабська губернія)	Жіноча гімназія
12	Вондра Г.	Кам'янець-Подільський (Подільська губернія)	Товариство «Сокіл»
13	Гонзатко Б.	Київ	Кадетський корпус
14	Котек Ф.	Київ	V-та гімназія
15	Коваржик А.	Київ	Чоловіча гімназія
16	Мали І.	Київ	Гімназія Науменка
17	Орт І.	Київ	V-та гімназія
18	Држевиговський	Луганськ (Харківська губернія)	
19	Валда Я.	Лебедин (Харківська губернія)	Гімназія
20	Чіла А.	Одеса (Херсонська губернія)	II-га чоловіча гімназія
21	Пеліканова А.	Полтава	Ахшарумовська жіноча гімназія
22	Сіорова А.	Полтава	Жіноча гімназія
23	Штайнер Ф.	Полтава	Дворянська гімназія
24	Бенеш К.	Слов'янськ (Харківська губернія)	Реальне училище
25	Карасек І.	Суми (Харківська губернія)	Чоловіча гімназія
26	Вік К.	Харків	II-а чоловіча гімназія
27	Бенеш	Харків	III-я чоловіча гімназія
28	Мали Е.	Харків	Семінарія
29	Інеман	Чернігів	
30	Конар К.	Ялта (Таврійська губернія)	Олексіївська чоловіча гімназія

Результати аналізу співвідношення (у відсотках) кількості соколів-викладачів на українських землях від загальної кількості викладачів «соколів» Російської імперії відображені на рисунку 2.

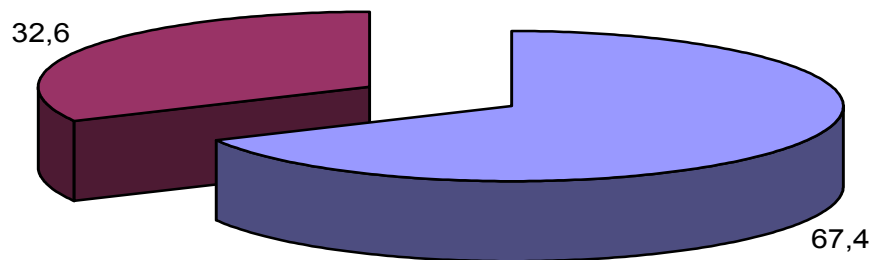
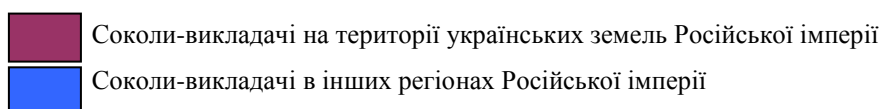


Рис. 2. Кількісні показники наявності соколів-викладачів у Російській імперії у 1910 році



Дані рисунка 2 свідчать про те, що із загальної кількості (92 сокола-викладача), а це 67,4 %, частка представників з українських земель складає – 30 осіб, тобто 32,6 %. Отже, підсумовуючи вище зазначене виявляється, що третина викладачів гімнастики які практикували сокільську гімнастику знаходилася на території українських земель. Враховуючи це, можна зробити висновок, що сокільський рух посідав чільне місце в системі фізичного виховання української молоді.

Варто також відзначити участь київських та чернігівських учнів у Першій Російській Олімпіаді [13, 15, 21]. 1913 року Київ зібрав фізкультурно-спортивний актив Російської імперії для проведення перших масштабних Всеросійських спортивних змагань, до програми яких входили й гімнастичні виступи, за сокільською системою.

За офіційними даними Міністерства народної освіти в 1912 році із 1566 середніх навчальних закладів у 855 викладалась сокільська гімнастика (рис. 3) [4, 8]. Цікаво, що з кожним наступним роком кількість освітніх закладів лише тільки зростала. Наприклад, за даними сучасного дослідника історії фізичної культури та спорту О. Суніка, у 1913 році розподіл мав такий вигляд: сокільська – 439, частково сокільська – 416 (у сумі це становить 855); шведська – 82, частково шведська – 214; військовий стрій – 136, стрій та військова гімнастика – 141; система П. Лесгафта – 66; німецька – 11; інші системи – 61 [19]. За свідченням пропагандиста фізичного виховання та науковця Д. Крадмана у 1914 році з 1556 освітніх закладів співвідношення було таким: сокільська – 885; шведська – 296; система П. Лесгафта, ритмічна, військова та інші види гімнастики – 405 [10]. Отже, при аналізі лише 1912-1914 роки виявляється значна перевага сокільської системи гімнастики в порівнянні з іншими. Це підтверджує доцільність обраної Міністерством народної освіти гімнастичної системи для покращення стану фізичного виховання в цілому і викладання цієї дисципліни зокрема, а також підняття рівня здоров'я учнівської молоді.

Наслідуючи приклад Міністерства Народної освіти та використовуючи його досвід, того ж року навчальним відділом Міністерства торгівлі та промисловості завершена розробка програми з фізичного виховання для навчальних закладів зазначеного відомства, основу якої склала сокільська система гімнастики [8]. Також сокільська гімнастика використовується і в сільських школах [7].

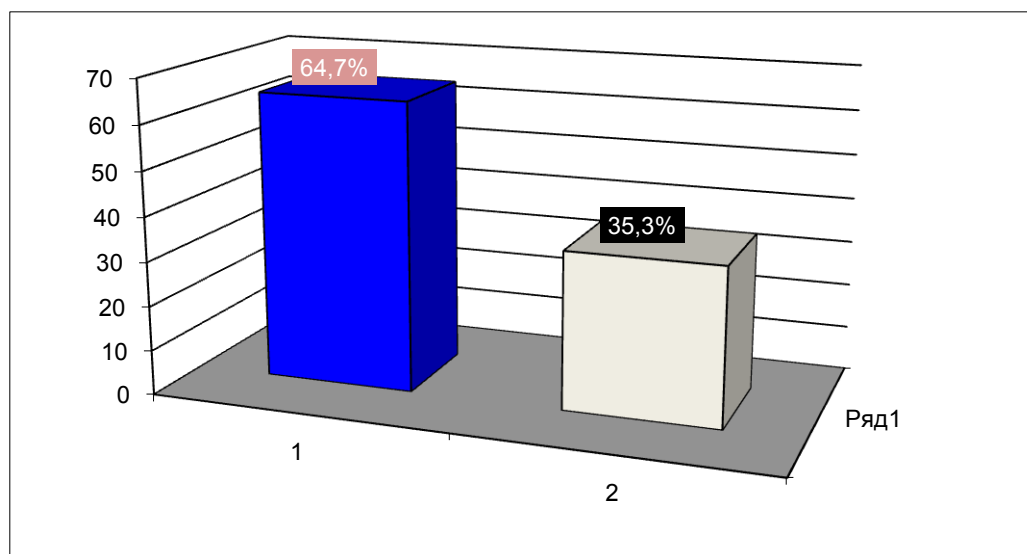


Рис. 3. Сокільська гімнастика в закладах освіти Російської імперії у 1912 році

- Заклади освіти, у яких викладались різні види гімнастики
- Навчальні заклади викладання гімнастики, у яких здійснювалось за сокільською системою

Дані рисунку 3 підтверджують зазначене вище щодо популярності сокільської гімнастичної системи у сфері освіти Російської імперії на початку ХХ століття. Більше того, аналізуючи показники рисунку 3, слід звернути увагу на те, що частка навчальних закладів, де викладалася сокільська гімнастика, становить більшу половину (855), тобто – 35,3 %, у той час як у 711 закладах освіти заняття з гімнастики проводилися за різними системами (шведська, німецька, військова), що в сумі складає – 64,7 %.

Для підвищення кваліфікації викладачів гімнастики та кадрового забезпечення галузі Міністерством народної освіти при навчальних округах організуються короткострокові гімнастичні курси, до програми яких входили теоретичні та практичні дисципліни: по-перше, анатомія, фізіологія, гігієна, педагогіка, методика та історія фізичного виховання; по-друге, сокільська та шведська гімнастика, легка атлетика, ігри [16]. До цієї ініціативи долучилися такі навчальні округи: Кавказький (1909-1914)\*, Київський (1912-1916), Казанський (1912-1916), Харківський (1912-1916), Варшавський (1913-1914), Віленський (1913-1914), Оренбурзький (1913-1915), Одеський (1913-1916), Ризький (1913-1916),

Московський (1914-1916), Петроградський (1915-1916). Слід зазначити, що в розробці програми короткострокових курсів гімнастики Київського навчального округу брали участь представники гімнастичного товариства «Русский Сокол» (Київ) [3].

Традиційним у виховній діяльності навчальних закладів та округів стає практика організації сокільських гімнастичних виступів. Зокрема, упродовж 1909-1915 років такі заходи відбувалися в різних куточках Російської імперії. Наприклад, у таких містах: Київ, Санкт-Петербург, Москва, В'ятка, Астрахань, Баку, Акерман, Катеринослав, Луганськ, Одеса, Вінниця, Тобольськ, Нолінськ, Челябінськ, Псков, Харків та інші.

Таким чином, сокільська гімнастика поширювалась по всій території Російської імперії і впроваджувалась в освітні програми навчальних закладів.

**Перспективи подальших досліджень.** У статті постає низка актуальних питань щодо поширення сокільської гімнастики по всій території Російської імперії і в окремих її регіонах, які потребують подальших досліджень.

## ВИСНОВОК

Криза системи освіти в Російській імперії кінця XIX – початку XX століття потребувала негайних змін. Звичайно це ж стосувалося і фізичного виховання учнівської молоді. Для поліпшення такого становища Міністерством Народної освіти було ініційовано низку організаційних заходів: впровадження сокільської гімнастики; запрошення з Чехії соколів-викладачів; відкриття курсів з гімнастики при навчальних округах. Не випадково була обрана саме сокільська система гімнастики, тому що в цей час вона стає основою фізичного та патріотичного виховання слов'янських народів (чехів, болгар, поляків, хорватів, сербів, українців, росіян, словенців).

## ЛІТЕРАТУРА

1. Бондарь А.С. Физическое воспитание в гимназиях Слободжанщины во второй XIX – начале XX вв. / А.С. Бондарь, А.И. Приходько // Олімпійський спорт і спорт для всіх: IX Міжнар. наук. конгрес: Тези допов... – К., Олімпійська літ., 2005. – С. 41.
2. Геворкян Р.А. Физическое воспитание в средней школе России в период развития капитализма (с 80-х годов XIX века по 1917 год): автореф. дисс. ...канд. пед. наук. / Р.А. Геворкян. – Л., 1975. – 20 с.
3. Гимнастическое общество «Русский Сокол» в Киеве в 1910 году. – Киев.: Товарищество. «Печатня С.Н. Яковлева», Золотоворотская ул., №11, 1911. – 44 с.
4. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта / Б. Р. Голощапов. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 312 с.
5. Григорьев А.Е. Физическое воспитание и Олимпийские игры: Краткий исторический очерк / А. Е. Григорьев. – СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2000. – 140 с.
6. Гриневский А. Физическое воспитание в школе. – Одесса.: Типография Е.И. Фесенко, Ришел. ул. соб. дом, №47., 1894. – 32 с.
7. «Деревенские соколы» // Новое время. – 1910. – №12315. – С. 9.
8. Зеликсон Е.Ю. Очерки по истории физической культуры в СССР. От отмены крепостного права и развития промышленного капитализма до Великой октябрьской социалистической революции (1861-1917) / Е. Ю. Зеликсон. – М. – Л.: Физкультура и спорт, 1940. – 176 с.
9. Качулина Н.Н. Традиции сокольских организаций России / Н. Н. Качулина // ТИПФК. – 2007. - №4. – С. 46.
10. Крадман Д.А. Из истории физического воспитания учащихся в дореволюционной России / Д. А. Крадман // ТИПФК. – 1945. - №6-7. – С. 60-67.
11. Курсы гимнастики на Кавказе // Сокол. – 1910. - №2. – С. 30.
12. Лукеш А. Гимнастика в средних учебных заведениях // Сокол. – 1912-13. - №2. – С. 24-26.
13. Лях-Породько Олексій. Значення Першої Російської Олімпіади у розвитку олімпійського та спортивного руху на українських землях Російської імперії / Олексій Лях-Породько // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2007. - №3. – С. 103-108.
14. По вопросу о физическом воспитании в средней школе. Доклад директора Житомирской 1-й гимназии И.О. Чехлатова на съезде начальников средних учебных заведений Киевского учебного округа, происходившем 9-14 февраля 1909 года. – 8 с.

15. Рибаків М. Перша всеросійська // Старт. – 1983. - №8. – С. 24-25.
16. Скворцов А.Е. Подготовка кадров по физическому воспитанию в России для учебных заведений (1905-1917 гг.) / А. Е. Скворцов // ТИПФК. – 1980. - №10. – С. 49-51.
17. Сокольский слет в Праге в июне 1912 года. Составил И.А. Ленс. – Астрахань.: Паровая новая русская типография, 1913. – 22 с.
18. Список преподавателей гимнастики – соколов в России // Сокол. – 1910. - №2. – С. 30-31.
19. Суник А.Б. Российский спорт и олимпийское движение на рубеже XIX – XX веков / А. Б. Суник. Изд. 2-е, исправл. и дополн. – М.: Советский спорт, 2004. – 764 с.
20. ЦДІА України в м. Києві Ф. №707, Оп №294, Спр. №25 Ар. 368.
21. ЦДІА України в м. Києві Ф. №707, Оп №256, Спр. №172 Ар. 93а.
22. Цуркан К.В. Физическое воспитание и спорт в Москве во II половине XIX – начале XX вв. (исторический очерк): дисс. ... канд. пед. наук: / Цуркан Клавдия. – Калинин, 1965. – 254 с.

УДК 376:611.1:616.12 (477+571.1)

## **ОСОБЕННОСТИ ДИНАМИКИ ИНТЕГРАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ РАБОТНИЦ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА 26-30 ЛЕТ ПОД ВЛИЯНИЕМ КОМПЛЕКСНОЙ ПРОГРАММЫ РЕАБИЛИТАЦИОННЫХ МЕРОПРИЯТИЙ**

Маликова А.Н., соискатель, Кузнецов А.А., к.б.н, доцент,  
Маликов Н.В., д.б.н, профессор

*Запорожский национальный университет*

Исучены особенности изменения интегральных показателей системы кровообращения женщин 26-30 лет, работающих в условиях промышленного производства и прошедших в течение 10 месяцев курс реабилитации по разработанной нами программе. Показано, что применение данной программы способствовало существенному снижению степеней функционального напряжения организма работающих женщин, повышению уровня функционирования сердечно-сосудистой системы и, как следствие росту функционального состояния данной системы и ее адаптивных возможностей.

*Ключевые слова: функциональное состояние, адаптивные возможности, сердечно-сосудистая система, женщины 26-30 лет, промышленное производство, физическая реабилитация.*

Малікова А.М., Кузнецов А.О., Маликов М.В. ОСОБЛИВОСТІ ДИНАМІКИ ІНТЕГРАЛЬНИХ ПОКАЗНИКІВ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ РОБІТНИЦЬ ПРОМИСЛОВОГО ПІДПРИЄМСТВА 26-30 РОКІВ ПІД ВПЛИВОМ КОМПЛЕКСНОЇ ПРОГРАМИ РЕАБІЛІТАЦІЙНИХ ЗАХОДІВ / Запорізький національний університет, Україна.

Вивчені особливості зміни інтегральних показників системи кровообігу жінок 26-30 років, які працюють в умовах промислового виробництва і пройшли протягом 10 місяців курс реабілітації за розробленою нами програмою. Показано, що застосування цієї програми сприяло істотному зниженню ступеня функціональної напруги організму працюючих жінок, підвищенню рівня функціонування серцево-судинної системи і, як наслідок, зростанню функціонального стану даної системи і її адаптивних можливостей.

*Ключові слова: функціональний стан, адаптивні можливості, серцево-судинна система, жінки 26-30 років, промислове виробництво, фізична реабілітація.*

Malikova A.N., Kuznietsov A.A., Malikov N.V. FEATURES THE DYNAMICS OF THE CARDIOVASCULAR SYSTEM'S INTEGRAL INDEXES ON WORKWOMEN OF INDUSTRIAL PRODUCTION ARE 26-30 YEARS UNDER INFLUENCE OF THE COMPLEX PROGRAM OF REHABILITATION MEASURES / Zaporozhia national university, Ukraine.

The study of features of change of integral indexes of the system of circulation of blood of women is conducted 26-30 years, workings in the conditions of industrial production and completing a