

 <https://doi.org/10.31651/2524-2660-2025-3-168-174>

 <https://orcid.org/0000-0001-5317-6198>

ПОЛІЩУК Роман

доктор філософії, старший викладач катедри теорії та методики фізичного виховання,
Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького
e-mail: kaflit@ukr.net

УДК 37-091.4Ваш:796.011.3(045)

ФІЗИЧНЕ ЗДОРОВ'Я В СИСТЕМІ ТІЛОВИХОВАННЯ ГРИГОРІЯ ВАЩЕНКА

У статті проаналізовано ту частину педагогічної спадщини видатного українського педагога Григорія Ващенка котра стосується фізичного здоров'я та виховання, що їх учений називає терміном «тіловиховання».

Піддано детальному аналізу Ващенкову студію «Основи української системи тіловиховання» та окремі інші праці педагога, дотичні до проблеми фізичного здоров'я. Відзначено, що аспект фізичного здоров'я й виховання (тіловиховання) є органічним складником сформованого педагогом виховного ідеалу.

Простежено і вказано, що генеза Ващенкої системи тіловиховання «виросла» з відповідних рис світового педагогічного досвіду (античність, Ренесанс, Просвітництво), праць Коменського, Локка, Руссо, а також і досвіду національно-родинного виховання, козацької педагогіки тощо.

Зауважено, що Ващенкова система тіловиховання органічно включала в себе й морально-духовну складову, зокрема і в її релігійному (християнському) вимірі, а також перманентну увагу до психічного здоров'я дитини. Педагог звертав увагу на необхідність уникнення нервових потрясінь жінкою, яка має народжувати, на своєрідну «екологію» утробного життя дитини. За Ващенкою працею «Тіловиховання як засіб виховання волі і характеру» послідовно проаналізовано в студії окремі складові системи тіловиховання: розуміння і значення принципу природовідповідності, роль родини, фізичного гартування дитини, фізичних вправ, зокрема гімнастичних, оздоровчих ігор, гігієни, методик оздоровчої роботи, відповідність матеріальної бази і спортивних технологій тощо.

Зауважено, що в «піраміді цінностей» педагога чи не найбільше акцентовано на ролі оздоровчого виховання в родині.

Ключові слова: Григорій Ващенко; фізичне здоров'я; тіловиховання; педагогічний досвід; гартування; родина; гра; етнопедагогіка; тіло і дух.

Постановка проблеми. Історія педагогічної думки доволі виразно засвідчує практично перманентну увагу до аспекту фізичного здоров'я та фізичного виховання людини (дитини). Природно, кожна з історичних епох розвитку людської цивілізації вносила щось своє до цього аспекту, поступово збагачуючи відповідний досвід, вибираючи найдоцільніше і найоптимальніше. Певно, найбільш концентровано всякий досвід явлений був у працях видатних мислителів-педагогів, від античних часів починаючи. Звісно, схожим чином формувалася й відповідний досвід національний, український. Одним із найвизначніших репрезентантів досвіду фізичного виховання і зміцнення фізичного здоров'я був (є) Григорій Ващенко, педагогічна спадщина якого повернута в Україну тільки в роки незалежності.

Аналіз досліджень. Через фактичну заборону та замовчування імені Г. Ващенка та його педагогічної спадщини протягом багатьох «радянських» десятиліть до активного студіювання його праць в Україні дос-

лідники звернулися тільки з рубежу ХХ-ХХІ століть. Природно, це стосується і реалізованої в його працях проблеми тіло виховання: так педагог частіше іменував аспекти фізичного виховання та фізичного здоров'я. Зокрема аспекти Ващенкої системи тіловиховання знайшли принаймні часткове осмислення в підручниках і посібниках з історії педагогіки (Бойко, 2001; Левківський, Микитюк, 2002; Любар, 2006), у статтях О. Бондаренко (Бондаренко, 2003), О.Свириденка (Свириденко, 2003) та ін. У нашому ж дослідженні проблема Ващенкої системи тіловиховання проаналізована системно: і в структурному сенсі, і як складова виховного ідеалу цього педагога. В цьому вбачаємо *актуальність і новизну* студії.

Мета статті – проаналізувати особливості трактування аспекту фізичного здоров'я та його реалізацію (втілення, досягнення) в системі тіловиховання Григорія Ващенка.

Виклад основного матеріалу. Безперечно й цілком логічно, що Г. Ващенко найповніше і найвиразніше до проблеми фізичного здоров'я, його ролі й місця в системі виховання, підійшов у своїх розмислах про тіловиховання, присвятивши цьому аспектові спеціальну працю «Тіловиховання як засіб виховання волі і характеру». Навіть із її назви можна висновувати, що педагог і зазначену проблему розглядав не відокремлено, не саму собою, а в системі, яка передбачала принцип гармонійності, властивий для педагогічних поглядів ученого. А втім, вважаємо за доцільне ширше з'ясувати семантику ващенківського терміну «тіловиховання». Що розумів педагог за цим терміном, він виклав окремим підрозділом «Основи української системи тіловиховання» в названій вище праці.

Зауважуємо, зокрема, й на національному аспекті. Г. Ващенко визначає шість позицій (Ващенко, 2000, с. 298–299), які включають принципи гармонійності різнобічного виховання, обізнаність із історією тіловиховання в різних народів, неспинний розвиток явища тіловиховання в сукупності з суспільним розвитком, свідоме розуміння дитиною (людиною) важливості тіловиховання тощо. В одній із позицій прямо йдеться про фізичне здоров'я, котре, втім, повинне органічно в'язатися з духовним розвитком: «Завданням тіловиховання є не тільки зміцнення здоров'я, розвиток м'язової сили і спритності, а й розвиток духовних сил людини: зміцнення її волі, вироблення витривалості, здібності керувати своїм тілом як знаряддям духа» (Ващенко, 2000, с. 298). Отака системність у педагогічних розмислах Г. Ващенка прису-

тня практично завжди, як і нерозривна сув'язь понять духу й тіла, в т.ч. в сенсі релігійно-духовному. При цьому категорія «тіла», яка передусім вбирає в себе й аспект фізичного здоров'я, визначається педагогом такою формулою: «Тіло – храм духу» (Ващенко, 2000, с. 278). Дослідник і популяризатор спадщини Г. Ващенка О. Вишневський дає своє тлумачення аналізованої нами проблеми: «Питання тіловиховання у нього трактується широко, ... власне, з трьох точок зору. По-перше, як сфера, що потребує постійного напруження волі самої людини, сфера, яка передбачає долати зовнішні обставини і свою власну слабкість. Спорт у творчості Г. Ващенка – вагомий чинник виховання характеру. По-друге, фізичне тіловиховання – це предмет, від якого залежить сила і здоров'я духу. Йдеться тут, отже, про чисто християнський догляд за тілом, що не є самоціллю, а умовою панування духу над ним, звільнення людини від болячок і примх тіла ... По-третє, тіловиховання Г. Ващенко пов'язує також з вихованням готовності людини до захисту своєї Вітчизни, розбудови її господарства, добробуту власної родини тощо (Вишневський, 2000, с. 23). Вважаємо, що з такими судженнями автора цитованих рядків можна погодитися, тим паче, що нижче спробуємо детальнішим аналізом проблеми тіловиховання ширше аргументувати цитоване. Але до того зауважимо ще на одному важливому моменті «тіловиховних» поглядів Г. Ващенка, а саме та тому, що педагог (додамо – і психолог!) значної ваги надавав проблемі нерозривної, органічної сув'язі фізичного і психічного здоров'я в їх, сказати б, світському розумінні. У цьому легко переконатися, аналізуючи Ващенкову працю про тіловиховання. Відповідні свої розмисли вчений базує на пильному аналізові історичної тягlosti названої проблеми, а відтак – і на перманентній її важливості. Простежуючи розвиток проблеми тіловиховання від найдавніших епох, Г. Ващенко, скажімо, відзначив, що вже «у персів фізичне виховання органічно поєднувалося з вихованням психічним» (Ващенко, 2000, с. 271).

Далі цей же аспект простежується в афінській системі виховання (Ващенко, 2000, с. 273), в педагогіці «нового часу» (Локк, Руссо) і дещо пізніше (Фіт, Гутс-Мутс), особливо ж у системі Лесгафта (Ващенко, 2000, с. 283, 288, 294–295) і т.д. Скажімо, щодо останнього, то Г. Ващенко, який вочевидь вельми високо ставив дослідження цього вченого, зауважував, що «в основу своєї системи Лесгафт поклав ідею органічного зв'язку розвитку психічного і фізичного» (Ващенко, 2000, с. 294).

Певно, можна і треба звернути увагу й на той майже наскрізний аспект у справі забезпечення фізичного здоров'я як складової тіловиховання, що є в аналізованій праці Г. Ващенка. Мовиться про принцип природовідповідності у вихованні, який широко пропагувався і практикувався ще від Коменського, Локка, Руссо і т.д. Оскільки про цей принцип нами вже мовилося (Поліщук, 2015, с. 111–118), не розгортаємо тут його ширше, а лише констатуємо, що і в праці про тіловиховання Г. Ващенко достатньо широко продемонстрував його перманентну актуальність у справі виховання взагалі, і в частині збереження та зміцнення фізичного здоров'я зокрема. До цього хіба що можна додати спостереження О. Вишневського, який, осмислюючи явище природовідповідності (в нього – природосвідомості) взагалі та в Г. Ващенка зокрема, писав: «якщо питання ставлення людини до власної природи – до власного тіла – має вже свою багатомісячну історію, а сьогодні переростає у так зване «валеологічне виховання», то проблеми стосунків людини з довкіллям є порівняно свіжими. Відповідно й у творчості Г. Ващенка обидва ці аспекти стосунків людини і природи репрезентовані неоднаково» (Вишенський, 2000, с. 23).

Уважний до віковичного різнобічного педагогічного досвіду людства Г. Ващенко і до осмислення проблеми тіловиховання, а в ній – до аспекту фізичного здоров'я (фізичного виховання), поставився вельми відповідально, скориставшись відповідним досвідом тисячоліть. Педагог дуже компетентно проаналізував проблему в її історичній тягlostі від найдавніших цивілізацій до свого сьогодення. Показово, що педагог, звісно, з урахуванням власних педагогічних поглядів і позицій, достатньо об'єктивно, в т.ч. і критично, осмислив відповідні й цікаві нам педагогічні надбання людства. Саме такий об'єктивістський підхід у поцінуванні явищ і проблем надає поглядам українського педагога ваги й важливості.

З урахуванням вищезазначеного спробуємо проаналізувати, яким чином Г. Ващенко пропонує реалізувати аспект фізичного здоров'я в його ж системі тіловиховання. Цей аналіз, на наш погляд, можна звести до низки позицій, які достатньо очевидно простежуються передовсім у праці «Тіловиховання як засіб виховання волі і характеру». Доволі природно, що окремі з позицій «перегукуються» з семантично такими ж у контексті ващенківського виховного ідеалу, про який мовилося в нашій монографії (Поліщук, 2015, с. 83–93).

Певна логіка є в тому, що перш за все ми вкажемо – услід за Г. Ващенком – на ключову *роль родини* у зміцненні здоров'я дитини. У ващенківській «піраміді цінностей» (О. Вишневський) родинності взагалі відводиться одна з ключових ролей у вихованні. Можна з вірогідністю припускати, що увага вченого до цього виховного сегменту формувалася і під впливом світової історії тіловиховання. Зокрема, цей аспект Г. Ващенко знаходить у давніх персів, здоров'я яких формувалося й тим, що «вони харчувалися простою їжею, вправлялись у пусканні стріл, у їзді верхи і киданні списів» (Ващенко, 2000, с. 271). Позитивно оцінював український педагог і досвід тіловиховання (оздоровлення) в давніх римлян, які «довго зберігали здоров'я родини» (Ващенко, 2000, с. 276), і відповідний досвід співпраці родини і школи в Англії (Ващенко, 2000, с. 292) тощо. Звісно, не забуваємо, що Г. Ващенко високо ставив роль традиційної української родини в питанні збереження і зміцнення фізичного здоров'я, як і відповідні традиції козацької педагогіки.

Зовсім близько сюди слід поставити і проблему *гартування* фізичного здоров'я дитини. Ясна річ, що наш етнопедагогічний досвід у цьому передовсім привертав увагу вченого, але й тут він розширював фактологічну базу відповідних своїх міркувань, прихильно чи критично беручи до уваги системи гартування тіла, скажімо, у тих же персів, у спартанців. Скажімо, пишучи про гартування тіла (власне, – здоров'я) в античній Спарті, Г. Ващенко віддавав належне їхній практиці («Спартанське виховання досягало своєї мети»), хоч і не без критичних зауважень, оскільки спартанська система виховання таки ж була доволі однобокою, в бік «тіла». Схожі тенденції відзначаємо в судженнях українського педагога щодо тіловиховної, оздоровлювальної практики Джона Локка, досвід якого Г. Ващенко цінував. «Основним завданням фізичного виховання, за Локком, є виховання тіла здорового, витривалого на холод і спеку, голод і спрагу» (Ващенко, 2000, с. 283). Водночас Г. Ващенко застерігав від «безоглядного загартування тіла дитини» (Ващенко, 2000, с. 284), яке він знаходив у педагога англійського. Цікаво, що наш педагог звертав увагу й оцінював такий спосіб гартування тіла, як аскеза, але не пропагував його поширення.

Цілком природно, що для фізичного оздоровлення дитини, в т.ч. через гартування, потрібна певна система *фізичних вправ*. Цей аспект у системі тіловиховання Г. Ващенка теж достатньо помітний, а сам педагог виявив глибоку компетентність у

його осмисленні. Знову ж доводиться вести мову про те, що і в цьому питанні український учений спирався на світовий педагогічний досвід. Зовсім не виключено, що й авторитет П. Лесгафта, глибоко шанованого Г. Ващенком, став тут у пригоді, адже цей педагог дуже пильну увагу приділив вивченню різних систем фізичних вправ у різних народів, особливо ж в античній добі. Так само і Г. Ващенко свою аналітику щодо структури фізичних вправ і їхньої ролі в процесі оздоровлення та гармонійного виховання розпочав із тої ж пори античної Греції. Він відзначив, що «фізичні вправи в атенців поділились на *палестрику*, *орхестрику* і *гру*» (курсив Г. Ващенка. – Р.П.) (Ващенко, 2000, с. 273), а далі проаналізував кожне з цих понять, особливо акцентуючи на палестриці, бо саме вона передбачала певну системність вправ, спрямованих на зміцнення й розвиток власне фізичного здоров'я (пентагон, або п'ятиборство – боротьба, біг, стрибки, кидання диска і дротика), та вправи, спрямовані на військовий вишкіл, але такі, що теж вимагали доброго фізичного здоров'я, – кидання списа, пускання стріл, верхова їзда, плавання та ін. Окремо – в контексті ігрового вияву – розглядалися Г. Ващенком фізичні вправи, які входили до програми олімпійських ігор, хоча ці вправи були фактично ті ж самі, що і в палестриці.

Послідовно аналізуючи історичний рух цієї проблеми – формування фізичного здоров'я через фізичні вправи, Г. Ващенко пише про відповідну практику римлян, відзначає відповідні ренесансні особливості, явлені передовсім у знаменитому творі Ф. Рабле («... Гаргантюа займався фізичними вправами і фехтуванням» (Ващенко, 2000, с. 282), акцентує на античному досвіді в поглядах Ж.-Ж. Руссо («Для того, щоб дитина розвинулась гармонійно, стала фізично міцною і спритною, для цього ще потрібні вправи. І це дуже добре зрозуміли стародавні греки» (Ващенко, 2000, с. 286) із його ідеями природовідповідності виховання.

Та особливо уважно й аналітично до практики застосування фізичних вправ у навчально-виховному процесі Г. Ващенко підійшов, осмислюючи відповідний досвід німецької системи виховання, зокрема, шкіл-філантропів. Можна припускати, що український педагог із неабиякою повагою ставився до ідей педагогів-філантропів Б. Базедова, Г. Фіта, Й. Гутса-Мутса та ін., які особливої ваги в оздоровленні та фізичному вихованні молоді надавали вправам гімнастичним, ставши таким чином «основниками німецької гімнастичної системи». Більше того, можливо,

саме названі педагоги «підказали» Г. Ващенку й термін «тіловиховання», бо, скажімо, Г. Фіт у своїх судженнях про фізичне виховання часто оперував категорією «тіла»: «Мета тілесних вправ, – писав німецький педагог, – виховувати всякі рухи і виявляти в організмі людини сили, що служать для його удосконалення, а саме – для формування свого власного тіла», – цит. за (Вишенський, 2000, с. 287). Цілком очевидно, що Г. Ващенко розумів і поділяв саме науковість підходу передовсім Г. Фіта, а також Й. Гутса-Мутса до проблеми формування фізичного здоров'я через вправи, насамперед гімнастичні, через активний фізичний рух дитини, апелював у своїй праці до відповідних суджень німецьких педагогів. «Рухи, – цитує Г. Ващенко Г. Фіта, – являють собою головне джерело здоров'я, а бездіяльність є могила здоров'я; рухи можуть замінити собою ліки, тим часом, як різні ліки, взяті вкупі, ніколи не замінять рухів» (Вишенський, 2000, с. 287). Будучи не тільки педагогом, але і фаховим психологом, Г. Ващенко поділяв і ту думку філантропів (передовсім Й. Гутса-Мутса), що якісне формування тіла (власне – фізичного здоров'я), безсумнівно, впливатиме й на психічне здоров'я дитини. «Фізичні вправи, – цитує Г. Ващенко німецького вченого, – мають вплив головним чином на здоров'я тіла і разом з тим на веселий настрій душі, на загартування тіла і розвиток мужності, на силу і спритність, що сприяють більшій витривалості духа і хоробрості, ... на гарний розвиток тіла і красу душі, на більш тонку сприймальну діяльність органів зовнішніх відчуттів, а разом з тим і на піднесення розумових сил» (Вишенський, 2000, с. 288–289). Тут, власне, мовиться вже про гармонійне виховання. Не випадково досвід шкіл-філантропів останнім часом доволі помітно актуалізується в українському педагогічному дискурсі. У публікаціях відповідної тематики наголошується, що у філантропіях підкреслювалася велика роль «фізичних вправ під час процесу навчання, наполягали на важливості загартування дітей, спілкуванні з природою» (Москаленко, 2013, с. 59), а також на включенні до розкладу різних фізичних занять, зокрема й танців, фехтування, спортивних ігор.

Водночас маємо зауважити, що Г. Ващенко відзначав і певні вразливі місця у пропонованій німецькими педагогами системі фізичних (передовсім гімнастичних) вправ, зокрема вказував на можливу певну односторонність «виховання тіла», коли верхня його частина активно зміцнюється, а нижня «відстає», на певне перевантаження молодого організму дитини, «що може шкід-

ливо відбитися на серці» і т.д. Український педагог, посилаючись і на авторитет П. Лесгафта як фізіолога, схиляється до застосування якнайширшого спектру фізичних вправ, які б урахували й вікову диференціацію, й будову тіла дитини тощо. Що ж до досвіду П. Лесгафта в царині застосування фізичних вправ задля гармонійного розвитку дитини, то Г. Ващенко практично повністю з ним солідаризується, зокрема, і тому, що «Найхарактернішою рисою системи Лесгафта є те, що вона твердо стоїть на засадах органічного поєднання виховання фізичного і духовного» (Ващенко, 2000, с. 296). Таке ж поєднання було одним зі світоглядних принципів українського педагога.

У своїй праці про тіловиховання Григорій Ващенко одним із важливих засобів зміцнення фізичного здоров'я дитини називає *гру*. Нам уже доводилося писати про значимість гри в житті дитини, як її розумів і тлумачив педагог у контексті його виховного ідеалу (Поліщук, 2015, с. 90–92). Там увага зверталася передовсім на різносемантичні мотивації дитячої гри та її – гри – виховні потенції й наслідки.

У праці ж про тіловиховання Г. Ващенко і поширює, й конкретизує значеннєвість гри як одної з форм фізичного оздоровлення. Як і щодо інших аналізованих вище позицій, педагог простежує історичну тяглість явища гри у виховних системах різних народів і різних епох. Але в кожен з історичних періодів культивована та чи інша форма гри включала в себе більший чи менший ефект фізичного оздоровлення. Чи це були різні (олімпійські, пітійські, істмійські, немейські) ігри в античному світі, чи лицарські турніри або т.зв. каруселі в епоху середньовіччя, чи руссоїстське розуміння гри, за яким «дитина має велику потребу в рухові: вона бігає, стрибає, кричить і т.ін.» (Ващенко, 2000, с. 285) тощо. Особливо ж детально Г. Ващенко вивчив і проаналізував «ігровий» досвід у школах-філантропіях, де згадувані вище німецькі педагоги, особливо Й. Гутс-Мутс, систематизували й охарактеризували різні види ігор з урахуванням їхнього оздоровчого ефекту й можливостей (Ващенко, 2000, с. 289). Скажімо, Й. Гутс-Мутс розрізняв ігри рухливі й нерухливі, кваліфікував їхні потенції. Г. Ващенко загалом позитивно ставився до таких розмислів і висновків.

Сам же український педагог проблемі оздоровчої гри присвятив окремий підрозділ праці про тіловиховання – «Руханка, гра і спорт». Щодо власне гри, то він радив українцям брати приклад із давніх греків із їхньою любов'ю до ігор і різних змагань. Хіба що Г. Ващенко, актуалізуючи і важли-

вість психологічного потенціалу ігор, і певні національні (українські) цінності, додавав: «Культивувати гру слід ще з раннього дитинства. Гра є природною властивістю дитини і разом з тим головним джерелом її радощів... Особливо корисні ігри, до складу яких включають танці та пісні. Із танців особливо слід культивувати козачок, гопак і аркан» (Ващенко, 2000, с. 312).

Нарешті, одною з ключових проблем у справі зміцнення фізичного здоров'я дитини Г. Ващенко ставить проблему *гігієни*, про яку в праці про тіловиховання мовлено широко. Педагог стверджує, що основний сенс тіловиховання полягає в тому «щоб виховати людину міцну духом і тілом, але водночас таку, щоб у неї дух панував над тілом». А для цього, за висновком Г. Ващенко, мають бути задіяні принаймні дві основні ділянки: «гігієнічне виховання і гімнастичні вправи» (Ващенко, 2000, с. 301). Певно, не варто повторюватись, що й цю проблему педагог осмислює в діахронній площині: віковичний досвід людства засвідчував її важливість. Той же світовий педагогічний досвід виробив і певним чином унормував, скажімо, такі поняття, як особиста гігієна (миття рук, чищення зубів, чиста білизна і т.д.), гігієна харчування, гігієна праці (режим праці й відпочинку, тепловий і світловий режим тощо) і т.ін. Григорій Ващенко відстежує й аналізує, як ця проблема реалізувалася, наприклад, у поглядах Рабле, Локка чи Руссо. Той же Джон Локк «радить з наймолодших років не вдягати дітей занадто тепло навіть зимою, більше тримати їх на свіжому повітрі, привчати ходити без шапки і босоніж (пізніше до такої практики активно вдасться В. Сухомлинський – Р.П.), їжа дитини мусить бути простою і здоровою. Локк не радить давати дітям цукор, вино, всякі гострі страви. З овочів він радить суніці, яблука, груші. Одежа дитини не мусить бути вузькою, а взуття мусить бути м'яким, щоб воно могло пропускати вологу...» (Ващенко, 2000, с. 283). Г. Ващенко так широко цитує «гігієнічні» поради Д. Локка тому, що, певно ж, сам повністю їх поділяє й рекламує. У практиці шкіл-філантропів увагу українського педагога привертала вікова гігієна (Ващенко, 2000, с. 290).

Але Г. Ващенко пропонує і свої власні бачення гігієни як здоров'яформувального і здоров'язберігального чинників, про що він і пише в окремому підрозділі «тіловиховної» праці – «Гігієна виховання». Український учений, по-перше, помітно розширює мотиваційну складову й оздоровчі можливості, сказати б, традиційних, здавна відомих форм гігієни – тих же гігієни харчування (особливо широко й диференційовано за

віком людини), гігієни одягу, гігієни (режиму) праці тощо. Г. Ващенко достатньо детально пише про гігієну харчування новонароджених і дорослих людей, щодо останніх, то особливо наголошує на згубності вживання алкоголю, на помірності в харчуванні. Оцей аспект диференціації, який промовляє про поглиблену науковість підходів, загалом показовий для суджень педагога. «А взагалі їжа людини, – висновує Г. Ващенко, – мусить бути простою і здоровою, відповідною до віку людини, кліматичних умов, у яких вона живе, і праці, яку вона виконує. Людина... мусить їсти стільки, скільки потребує її організм» (Ващенко, 2000, с. 305). Але мовалячи про гігієну харчування та, власне, і про «інші гігієни», учений акцентує увагу на їхньому значенні не тільки для фізичного здоров'я, а й для психічного: згадуємо в цьому зв'язку і про гармонійність виховання, і про ващенківський постулат про дух і тіло, в якому перше повинне домінувати над другим. Ці його рекомендації спираються на науку й лікарську практику («Тому-то лікарі надають такого великого значення харчуванню дитини в розвитку фізичному і психічному» (Ващенко, 2000, с. 304). Площина психіки дитини Г. Ващенко брала до уваги перманентно. Педагог звертав увагу навіть на необхідність уникнення нервових потрясінь жінкою, яка має народжувати. І взагалі вчений надавав великого значення, сказати б, «екології» утробного життя дитини – до її народження. Фактори здорового зачаття, дбайливого виношування, віковий чинник батьків, уникнення надмірних переживань, лікарський контроль – усе це, за Г. Ващенко, запорука фізичного і психічного здоров'я дитини до й після її народження.

Увагу педагога до сфери психіки (в сенсі гігієнічного), думається, можна назвати й певним новаційним підходом. Г. Ващенко зважає й на цивілізаційний поступ людства, на домінуючу урбанізацію буття людини, а тому диференціює гігієнічне оздоровлення дітей – мешканців села й міста. Міські умови, на думку вченого, далеко не завжди сприяють здоров'ю молоді (мається на увазі й чистота повітря, шум, підвищений ритм життя тощо). «Тому доцільно, – пише педагог, – щоб молодь періодично, особливо під час літніх ферій, виїздила за місто і якийсь час жила серед природи» (Ващенко, 2000, с. 307). Цікаві й конструктивні міркування Г. Ващенка і щодо «розумної організації праці», щодо втоми та її подолання, а особливо – щодо потреби післяобіднього сну дитини (людини). Педагог не радить вдаватися до такої форми відпочинку тим, чия конституція тіла схильна до швидкого набирання ваги.

Останню тезу можна сприймати і як певну методичну пораду, а *методику оздоровчої роботи* теж можна спостерегти в праці Г. Ващенка про тіловиховання. Педагог відстежував і цей сегмент в історичному розвитку, одні форми роботи засуджував (скажімо, підготовку гладіаторів і їхні бої на загибель), до інших ставився із прихильністю й цікавістю (система лицарського виховання й «сім шляхетних пристрастей», своєрідні методичні здобутки Фельтре, Локка, Руссо, філантропів і німецької школи гімнастики тощо), радив скористатися кращими здобутками.

Необхідно звернути увагу й на той нюанс аналізованої ващенківської системи, який передбачав необхідність відповідної матеріальної бази і, як би нині сказали, *спортивних технологій*, без яких організувати якісну оздоровчу роботу в освітньо-виховному процесі, тим паче сучасному (для часів Г. Ващенка, а нині – й поготів), дуже проблематично. «Для фізичних вправ, – нотував педагог, – потрібні місця для бігання, майданчик для вправ у скоках, для їзди верхи, лазіння і для ігор, а також басейн для плавання» (Ващенко, 2000, с. 288). Звичайно, час диктував і диктує необхідні зміни і в цій сфері забезпечення фізичного здоров'я.

Висновки. Отже, узагальнюючи все означене, можемо виснувати, що педагогічна спадщина Григорія Ващенка є важливим і цінним здобутком української педагогічної думки ХХ століття, зокрема, і в частині, яка стосується сфери тіловиховання, фізичного здоров'я, формування і збереження його в дітей і молоді. А сам педагог постає «як творець нового курсу української національної педагогіки, яка відповідає духові українського народу» (Свириденко, 2003, с. 86).

Проблема збереження та зміцнення фізичного здоров'я дітей і молоді розглядалася Г. Ващенко як одна з ключових і в системі його виховного ідеалу (передовсім у праці «Виховний ідеал»), і в розробленій педагогом системі тіловиховання, реалізований у праці «Тіловиховання як засіб виховання волі і характеру».

Плекання фізичного здоров'я (фізичного виховання) принципово розглядалося Г. Ващенко складовою частиною всебічного та гармонійного розвитку дитини (людини), а також у нерозривній сув'язі фізичного і духовного здоров'я, «тіла» і «духу», причому визначальним Г. Ващенко ставив духовний первень. У системі тіловиховання педагог брав за опору принаймні кілька важливих позицій: оздоровлення в родині, гартування через фізичні вправи, ігровий чинник, гігієна в різних її проявах, опти-

мальна (розумна) організація оздоровчої роботи і т.д. Практично всі названі чинники зберігають свою актуальність і педагогічних ідей сьогодні.

Список бібліографічних посилань

- Бойко, 2001 – Бойко, А.М. (2001). «... Служба Богові і Батьківщині» (Григорій Ващенко: альтернатива поглядів і оцінок): науково-методичний посібник. Київ. 428 с.
- Бондаренко, 2003 – Бондаренко, О. (2003). Актуальність ідей Григорія Ващенко в організації пропаганди здорового способу життя в сучасних умовах. *Г.Г. Ващенко – видатний педагог національного відродження України: збірник наукових праць*. Черкаси: Вид-во ЧДУ. 161–165.
- Ващенко, 2000 – Ващенко, Г. (2000). Твори: Т.4. Праці з педагогіки та психології. Київ: Школяр-Фода. 416 с.
- Вишневський, 2000 – Вишневський, О. (2000). Григорій Ващенко на тлі актуальних завдань сучасної української педагогіки (Етюди до системного аналізу). *Ващенко Григорій. Твори: Т.4. Праці з педагогіки та психології*. Київ: Школяр-Фода. С. 3–29.
- Жевага, 1997 – Жевага, С.І. (1997). Фізичне виховання в школах Заходу. *Педагогіка толерантності*, 1–2: 102–104.
- Левківський, Микитюк, 2002 – Левківський, М.В., Микитюк, О.М. (2002). Історія педагогіки: навчальний посібник. Харків: ОВС. 240 с.
- Любар, 2006 – Любар, О.О. Стельмахович, М.Г., Федоренко, Д.Т. та ін. (2006). Історія української школи і педагогіки: навчальний посібник. Київ: Знання. 447 с.
- Москаленко, 2013 – Москаленко, О. (2013). Ідея гармонійного виховання дитини у школах нового типу – філантропіях. *Вісник Черкаського університету. Серія «Педагогічні науки»*, 28(281): 54–59.
- Поліщук, 2016 – Поліщук, Р.В. (2015). Здоров'я. Гармонія. Особистість. Фізичне здоров'я як чинник формування особистості у спадщині видатних українських педагогів ХХ століття: монографія. Черкаси: Видавець Ю. А. Чабаненко. 220 с.
- Поліщук, 2016 – Поліщук, Р. (2016). Фізичне виховання та здоров'я у працях мислителів європейського Просвітництва. *Вісник Черкаського університету. Серія «Педагогічні науки»*, 6: 111–118.
- Свириденко, 2003 – Свириденко, О. (2003). Проблеми морального виховання у творах Григорія Ващенко. *Г.Г. Ващенко – видатний педагог національного відродження України: Збірник наукових праць*. Черкаси: Вид-во ЧДУ. С. 86–88.

References

- Boiko, A.M. (2001). "... Service to God and Homeland" (Hryhorii Vashchenko: The Alternative of Views and Evaluations). Kyiv. 428 p. [in Ukr.].
- Bondarenko, O. (2003). The Relevance of Hryhorii Vashchenko's Ideas in Promoting the Healthy Lifestyle in Modern Conditions. In *H. H. Vaschenko is the Outstanding Educator of Ukraine's National Revival: Collection of Scientific Works*. Cherkasy: ChSU Publishing. Pp. 161–165. [in Ukr.].
- Vashchenko, H. (2000). Works: Vol. 4. Works on Pedagogy and Psychology. Kyiv: Shkoliar-Foda. 416 p. [in Ukr.].
- Vyshnevskiy, O. (2000). Hryhorii Vashchenko in the Context of Current Tasks of the Modern Ukrainian Pedagogy (Studies in System Analysis). In: *Vashchenko, H. Works: Vol. 4. Works on Pedagogy and Psychology*. Kyiv: Shkoliar-Foda. Pp. 3–29. [in Ukr.].
- Zhevaha, S.I. (1997). Physical Education in Western Schools. *Pedagogy of Tolerance*, 1–2: 102–104.
- Levkivsky, M.V., Mykytiuk, O.M. (2002). History of Pedagogy: a Textbook. Kharkiv: OVS. 240 p.
- Liubar, O.O., Stelmakhovich, M.H., Fedorenko, D.T. (2006). History of the Ukrainian School and Pedagogy: textbook. Kyiv: Znannia (Knowledge). 447 p.
- Moskalenko, O. (2013). The Idea of Harmonious Upbringing of a Child in New-Type Schools known as Philanthropiums. *Bulletin of Cherkasy University. Series: Pedagogical Sciences*, 28(281): 54–59.
- Polishchuk, R.V. (2015). Health. Harmony. Personality. Physical Health as a Factor in Personality Formation in the Legacy of Prominent Ukrainian Educators of the 20th Century: monograph. Cherkasy: Publisher Yu. A. Chabanenko. 220 p.
- Polishchuk, R. (2016). Physical Education and Health in the Works of European Enlightenment Thinkers. *Bulletin of Cherkasy University. Series: Pedagogical Sciences*, 6: 111–118.
- Svyrydenko, O. (2003). Problems of Moral Education in the Works by Hryhorii Vashchenko. In: *H. H. Vaschenko is the Outstanding Educator of the National Revival of Ukraine: Collection of Scientific Papers*. Cherkasy: ChDU Publishing. Pp. 86–88.

POLISHCHUK Roman

Doctor of Philosophy, Senior Lecturer, Chair of Physical Education Theory and Methods,
Bohdan Khmelnytskyi National University of Cherkasy

PHYSICAL HEALTH IN THE PHYSICAL EDUCATION SYSTEM OF HRYHORII VASHCHENKO

Summary. The article analyzes that part of the pedagogical heritage of the outstanding Ukrainian teacher Hryhorii Vashchenko that concerns physical health and education, which the scientist calls the "physical education" term. Vashchenko's study "Fundamentals of the Ukrainian System of Physical Education" and some other works of the teacher related to the problem of physical health are subjected to a detailed analysis.

It is noted that the aspect of physical health and education (physical education) is an organic component of the educational ideal formed by the teacher. It is traced and indicated that the genesis of Vashchenko's system of physical education "grew" from the corresponding features of world pedagogical experience (antiquity, Renaissance, Enlightenment), the works of Comenius, Locke, Rousseau, as well as the experience of national and family education, Cossack pedagogy, etc.

It is noted that Vashchenko's system of physical education organically included a moral and spiritual component, in particular in its religious (Christian) dimension, as well as permanent attention to the mental health of a

child. The teacher drew attention to the need to avoid nervous shocks by a woman who is about to give birth, to a kind of "ecology" of the child's intrauterine life. Based on Vashchenko's work "Physical Education as a Means of Educating Will and Character", the studio consistently analyzed individual components of the physical education system: understanding and meaning of the principle of conformity to nature, the role of the family, physical hardening of the child, physical exercises, in particular gymnastic, health-improving games, hygiene, methods of health-improving work, correspondence of the material base and sports technologies, etc.

It was noted that in the "pyramid of values" of a teacher, perhaps the most emphasis is placed on the role of health-improving education in the family.

Keywords: Hryhorii Vashchenko; physical health; physical education; pedagogical experience; tempering, family; game; ethnopedagogy; body and spirit.

Одержано редакцією 28.06.2025
Прийнято до публікації 15.07.2025