

ТІЛОВИХОВАННЯ УКРАЇНСЬКОГО КОЗАЦТВА ЯК ЦІЛІСНА ПЕДАГОГІЧНА СИСТЕМА: ІСТОРИКО-ПЕДАГОГІЧНА РЕКОНСТРУКЦІЯ

Петрикей Ольга,

Глухівський національний педагогічний університет імені Олександра Довженка, м. Глухів, вул. Київська, 24, 41400, Україна;

<https://orcid.org/0000-0003-0432-7484>;

email: petrykey@gnpu.edu.ua

Надкернична Любов,

КЗВО «Вінницький гуманітарно-педагогічний коледж»,
м. Вінниця, вул. Нагорна, 13, 21019, Україна;

<https://orcid.org/0009-0002-3595-9265>;

email: vinkzvo@vgpk.edu.ua

Анотація. Актуальність. Збереження та наукове осмислення історико-педагогічної спадщини українського козацтва є важливим напрямом сучасної педагогічної науки. Незважаючи на значну кількість історичних та історико-педагогічних досліджень, система тіловиховання українського козацтва переважно розглядається фрагментарно, без цілісного аналізу її структури, закономірностей функціонування та педагогічних засад. **Мета дослідження** – здійснити історико-педагогічну реконструкцію системи тіловиховання українського козацтва, обґрунтувати її концептуальні засади, структуру та закономірності функціонування, а також розробити авторські моделі передумов її формування і структурно-функціональної організації. **Матеріал та методи дослідження.** Дослідження має теоретичний історико-педагогічний характер. Джерельну базу становили історичні джерела, праці українських істориків, сучасні дослідження з історії фізичної культури, народної педагогіки та військового виховання. Використано комплекс взаємодоповнювальних методів: аналіз, синтез, систематизацію та узагальнення наукової літератури, історико-порівняльний, історико-генетичний і системний методи, історико-педагогічну реконструкцію та теоретичне моделювання. **Результати дослідження.** Обґрунтовано, що тіловиховання українського козацтва являло собою цілісну педагогічну систему, сформовану під впливом історичних, соціальних, військових, природно-географічних, духовно-культурних і народно-

педагогічних чинників. Визначено її мету, педагогічні принципи, суб'єктів, засоби, методи, форми організації, етапи підготовки та результати виховання. Запропоновано авторську концептуальну модель передумов формування системи тіловиховання, здійснено класифікацію її засобів та розроблено структурно-функціональну модель, що відображає взаємозв'язки основних компонентів і логіку функціонування системи. **Висновки.** Встановлено, що тіловиховання українського козацтва становило цілісну, історично сформовану педагогічну систему, основу якої становила єдність фізичного, морально-вольового, духовного та військово-прикладного виховання. Її характерними ознаками були послідовність, наступність, безперервність і практична спрямованість, а функціонування забезпечувалося взаємодією родини, громади, наставників і військового товариства.

Ключові слова: історія фізичної культури; козацька педагогіка; фізичне виховання; військово-фізична підготовка; історико-педагогічна реконструкція; народна педагогіка.

PHYSICAL EDUCATION OF THE UKRAINIAN COSSACKS AS A HOLISTIC PEDAGOGICAL SYSTEM: A HISTORICAL AND PEDAGOGICAL RECONSTRUCTION

Petrykei Olha, Nadkernychna Lyubov

Abstract. Topicality. Preserving and scientifically interpreting the historical and pedagogical heritage of the Ukrainian Cossacks is an important area of contemporary educational research. Despite the considerable number of historical and historical-pedagogical studies, the system of physical education of the Ukrainian Cossacks has mostly been examined fragmentarily, without a comprehensive analysis of its structure, functional regularities, and pedagogical foundations. **The purpose of the study.** To reconstruct historically and pedagogically the system of physical education of the Ukrainian Cossacks, substantiate its conceptual foundations, structure, and functioning, and develop original models of the prerequisites for its formation and structural-functional organization. **Material and methods of the research.** The study is theoretical and historical-pedagogical in nature. Its source base comprised historical sources, works by Ukrainian historians, and contemporary studies on the history of physical culture, folk pedagogy, and military education. The study employed complementary methods, including analysis, synthesis, systematization and generalization of scientific literature, historical-comparative, historical-genetic and systems methods, historical-pedagogical reconstruction, and theoretical modeling. **Research results.** The findings substantiate that the physical education of the Ukrainian Cossacks constituted an integral pedagogical system formed under the influence of

historical, social, military, natural-geographical, spiritual-cultural, and folk-pedagogical factors. Its purpose, pedagogical principles, subjects, means, methods, organizational forms, stages of training, and educational outcomes were identified. An original conceptual model of the prerequisites for the formation of the system was proposed, its means were classified, and a structural-functional model was developed to illustrate the interrelationships among its main components and the logic of its functioning. **Conclusions.** It has been established that the physical education of Ukrainian Cossacks constituted a coherent, historically developed pedagogical system based on the unity of physical, moral and volitional, spiritual, and military-applied education. Its characteristic features were consistency, continuity, uninterrupted development, and practical orientation, while its functioning was ensured through the interaction of the family, community, mentors, and the military community.

Keywords: history of physical culture; Cossack pedagogy; physical education; military-applied training; historical-pedagogical reconstruction; folk pedagogy.

Постановка проблеми. Історія фізичної культури є важливим джерелом осмислення закономірностей становлення вітчизняних педагогічних систем і розвитку національних традицій фізичного виховання. Особливе місце в цьому контексті посідає тіловиховання українського козацтва, яке сформувалося як цілісна система підготовки, що поєднувала фізичний, моральний, духовний і військово-прикладний компоненти. Його спрямованість на всебічний розвиток особистості та органічний зв'язок із суспільним життям вирізняють козацьке тіловиховання серед історичних моделей фізичного виховання.

У сучасній історико-педагогічній літературі значну увагу приділено окремим аспектам фізичної підготовки українського козацтва, зокрема військово-прикладним вправам, народним іграм, національним єдиноборствам та можливостям використання козацької спадщини в освітній практиці. Водночас більшість праць висвітлює окремі складові цього явища, тоді як фізичного виховання українського козацтва рідко розглядається як цілісна педагогічна система.

Недостатньо дослідженими залишаються взаємозв'язки між історичними умовами розвитку українського козацтва та формуванням його системи тіловиховання, а також її внутрішня структура і логіка функціонування. Це зумовлює потребу в комплексному історико-педагогічному аналізі зазначеного педагогічного феномену як самостійного педагогічного феномену та реконструкції його концептуальної моделі.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Проблематика тіловиховання українського козацтва має ґрунтовну історіографічну основу. Відомості про побут, військову організацію, спосіб життя та виховні традиції запорозького

козацтва містяться у працях В. Антоновича (1971), О. Апанович (1991), В. Голобуцького (1994), Д. Яворницького (1990–1992), а також у праці Г. Л. де Боплана (1998). Ці джерела становлять історичну основу для реконструкції фізичної культури та виховних практик українського козацтва.

У галузі історії фізичної культури вагомий внесок у дослідження традиційного тіловиховання українців зробили В. Завацький, А. Цьось, О. Бичук, & Л. Пономаренко (1994), А. Цьось (2000). У їхніх працях розкрито особливості народної фізичної культури, охарактеризовано засоби фізичного вдосконалення, рухливі ігри та військово-прикладні вправи, а також їх роль у підготовці молоді.

Сучасні дослідження переважно присвячені окремим аспектам фізичної культури українського козацтва: традиціям військово-фізичної підготовки, історії національних бойових мистецтв, взаємозв'язку народної педагогіки та козацького виховання, а також можливостям використання історико-культурної спадщини українського козацтва в сучасному фізичному вихованні та освітній практиці (Віцько, 2023; Кузьменко, 2024; Озерова, & Соболев, 2025). Більшість праць зосереджена на окремих складових козацького тіловиховання: засобах фізичної підготовки, військово-прикладних вправах, народних іграх чи бойових мистецтвах. Недостатньо висвітленими залишаються питання системної організації тіловиховання, взаємозв'язків між його метою, принципами, суб'єктами, етапами, засобами, формами організації та результатами виховання.

Отже, попри значний історичний і педагогічний доробок, у сучасній науці недостатньо представлено комплексний аналіз тіловиховання українського козацтва як цілісної педагогічної системи. Це зумовлює необхідність реконструкції її структури, визначення взаємопов'язаних компонентів та обґрунтування концептуальної моделі функціонування.

Мета дослідження – здійснити історико-педагогічну реконструкцію системи тіловиховання українського козацтва, обґрунтувати її концептуальні засади, структуру та закономірності функціонування, а також розробити авторські моделі передумов її формування і структурно-функціональної організації.

Матеріали та методи дослідження. Дослідження має теоретичний історико-педагогічний характер. Джерельну базу становили історичні джерела XVI–XVIII ст., праці українських істориків і педагогів, а також сучасні наукові публікації з історії фізичної культури, історії українського козацтва, військової педагогіки та народної фізичної культури.

Для досягнення поставленої мети застосовано комплекс взаємопов'язаних методів дослідження. Теоретичний аналіз, систематизацію та узагальнення використано для опрацювання наукової літератури й історичних джерел, а також визначення стану розробленості досліджуваної проблеми. Історико-

порівняльний метод дав змогу зіставити різні підходи до інтерпретації тіловиховання українського козацтва та простежити особливості його розвитку в конкретно-історичному контексті. Історико-генетичний метод застосовано для виявлення процесу становлення й розвитку системи тіловиховання під впливом соціально-історичних чинників. Метод історико-педагогічної реконструкції забезпечив відтворення структури, змісту та закономірностей функціонування досліджуваної системи на основі комплексного аналізу історичних і педагогічних джерел. Системний метод сприяв визначенню взаємозв'язків між структурними компонентами та обґрунтуванню логіки функціонування системи фізичного виховання українського козацтва як цілісного педагогічного феномену. Метод теоретичного моделювання використано для розроблення авторської концептуальної моделі передумов формування системи тіловиховання та її структурно-функціональної моделі.

Результати дослідження. Формування системи тіловиховання українського козацтва було зумовлене взаємодією історичних, соціальних, військових, природно-географічних, народно-педагогічних і духовно-культурних чинників, які визначали умови життя українського населення у XV–XVIII ст. На відміну від формалізованих систем військової підготовки, козацьке тіловиховання формувалося передусім як відповідь на практичні потреби прикордонного життя та забезпечувало підготовку людини до військової служби, господарської діяльності й функціонування в складних умовах.

На основі аналізу історичних джерел і сучасних наукових праць розроблено авторську концептуальну модель передумов формування системи тіловиховання українського козацтва (рис. 1).

У ній представлено шість груп передумов – історичні, соціальні, військові, природно-географічні, народно-педагогічні та духовно-культурні. Їх сукупний вплив, за результатами реконструкції, забезпечив становлення системи, спрямованої на формування фізично розвиненої, морально стійкої, духовно зрілої та військово підготовленої особистості козака.

Першу групу становили історичні передумови, пов'язані з виникненням українського козацтва, освоєнням Дикого Поля, прикордонним положенням українських земель і постійною взаємодією з Кримським ханством, Османською імперією та Річчю Посполитою. Такі умови вимагали високої фізичної витривалості, мобільності та готовності до самозахисту (Боплан, 1998; Смолій, 2006). Свідчення Г. Л. де Боплана підтверджують, що фізична підготовленість козаків формувалася насамперед у процесі повсякденної життєдіяльності й військової практики (Боплан, 1998).

Соціальні передумови визначалися потребою захисту населення, формуванням козацького стану, розвитком самоврядування та колективного

способу життя. Фізична готовність окремого козака мала суспільне значення, оскільки забезпечувала безпеку всієї громади. Саме тому фізичне вдосконалення стало невід’ємною складовою соціалізації членів козацького товариства (Смолій, 2006).

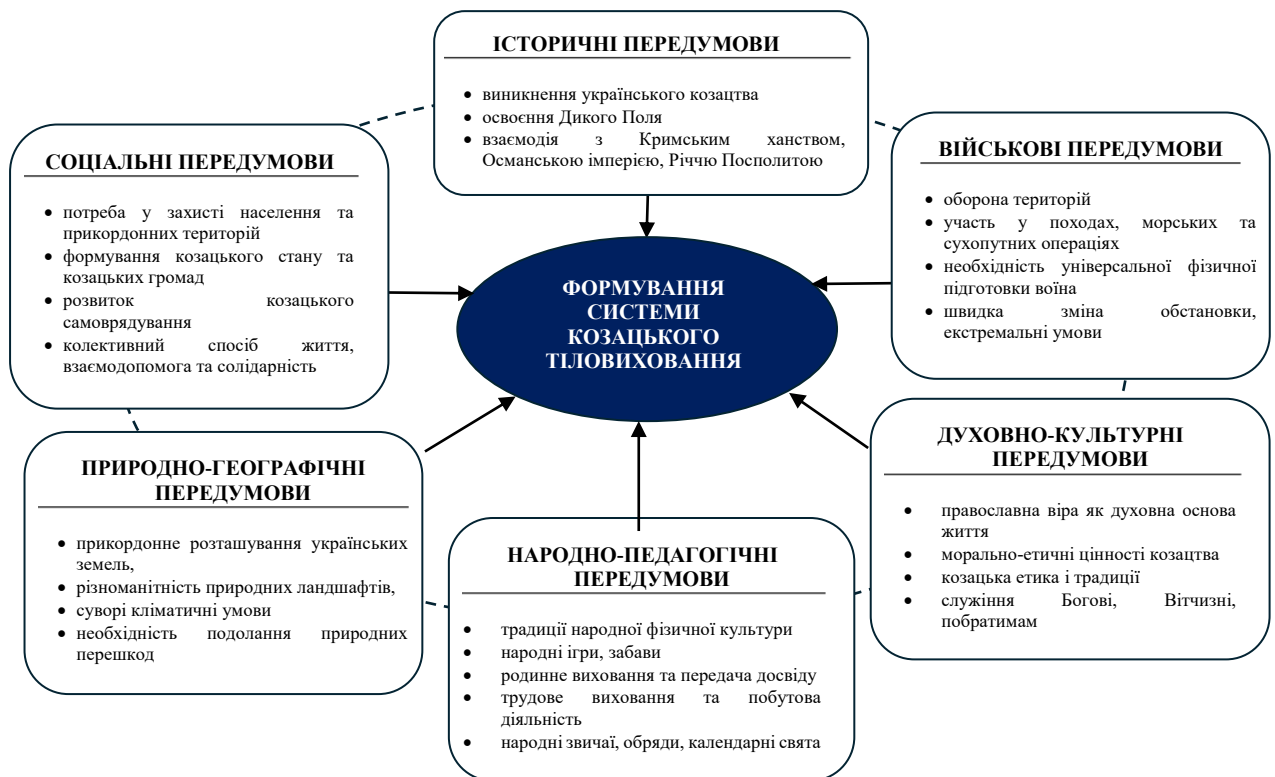


Рис. 1. Передумови формування системи тіловиховання українського козацтва

Джерело: створено автором

Не менш вагомими були військові передумови. Постійна прикордонна служба, участь у походах, обороні фортець вимагали універсальної фізичної підготовленості, володіння різними видами зброї, уміння діяти в мінливій обстановці та швидко пристосовуватися до екстремальних умов. За свідченням Д. Яворницького, саме повсякденна військова практика забезпечувала безперервне фізичне вдосконалення козаків (Яворницький, 1990; 1991; 1992; Toichkin, 2025).

Важливу роль відігравали природно-географічні передумови. Прикордонне розташування українських земель, різноманітність ландшафтів, суворі кліматичні умови та необхідність постійного подолання природних перешкод сприяли розвитку сили, витривалості, спритності й навичок виживання.

Підґрунтям формування козацького тіловиховання стали народно-педагогічні передумови. Традиції народної фізичної культури, рухливі ігри, трудове виховання, родинна передача досвіду, звичаї та календарна обрядовість забезпечували природний фізичний розвиток дітей і молоді. На цій основі

сформувалася більш організована система підготовки, орієнтована на формування воїна, здатного виконувати складні військові завдання (Цьось, 2000; Кузьменко, 2024).

Духовно-культурні передумови, пов'язані з православною вірою, морально-етичними цінностями козацтва, традиціями побратимства та служіння громаді. Фізична досконалість розглядалася не як самоціль, а як необхідна умова виконання громадянського й військового обов'язку. Така єдність фізичного, морального й духовного виховання стала однією з визначальних рис козацької педагогіки (Яворницький, 1990; 1991; 1992; Смолій, 2006; Svitych, 2021).

Запропонована модель демонструє, що жодна із зазначених передумов не мала визначального значення. Саме їхня взаємодія зумовила формування цілісної системи тіловиховання українського козацтва, у якій фізична підготовка поєднувалася із соціальним, моральним, духовним і військовим вихованням, а також визначили її цільову спрямованість. Аналіз історичних джерел дає підстави визначити мету козацького тіловиховання як формування фізично розвиненої, морально стійкої, духовно зрілої та військово підготовленої особистості. Її досягнення забезпечувалося поєднанням фізичної, військово-прикладної, моральної та духовної підготовки (Яворницький, 1990; 1991; 1992; Смолій, 2006).

Досягнення цієї мети передбачало розвиток сили, витривалості, швидкості, спритності, координації та рівноваги, необхідних для виконання військових і господарських завдань. Фізична підготовка мала прикладний характер і була пов'язана з опануванням військово-прикладних умінь: володінням зброєю, верховою їздою, плаванням, веслуванням, орієнтуванням на місцевості та діями в природному середовищі. Свідчення Г. Л. де Боплана та Д. Яворницького дають підстави пов'язувати рівень фізичної підготовленості козаків із постійною практичною діяльністю (Яворницький, 1990; 1991; 1992; Боплан, 1998).

Поряд із фізичною підготовкою важливе місце посідало морально-вольове та духовне виховання. Виховний процес був спрямований на формування мужності, дисциплінованості, відповідальності, готовності до взаємодопомоги, самоконтролю та служіння громаді. Православна традиція визначала світоглядні засади козацької педагогіки, а фізична досконалість розглядалася як умова виконання військового й громадянського обов'язку, а не як самоціль.

Аналіз історичних джерел дає змогу реконструювати педагогічні принципи, на яких ґрунтувалася система тіловиховання українського козацтва. Хоча в історичних документах вони не були сформульовані як окрема педагогічна концепція, їхній зміст простежується в організації виховних практик.

До таких принципів належали:

- природовідповідність – розвиток фізичних здібностей відповідно до віку, природних можливостей та умов життя через працю, народні ігри, військові вправи й повсякденну рухову активність;
- поступовість і наступність – послідовне ускладнення змісту підготовки від родинного виховання до повноправної участі у військовій службі;
- практична спрямованість – підпорядкування змісту тіловиховання реальним потребам військової та повсякденної діяльності;
- безперервність – підтримання належного рівня фізичної підготовленості протягом усього життя;
- єдність фізичного, морального й духовного розвитку – одночасне формування фізичних якостей, моральних чеснот і світоглядних цінностей;
- особистий приклад наставника – передача знань, практичного досвіду та виховних традицій у процесі безпосередньої взаємодії молодших і старших козаків.

Реконструкція свідчить, що педагогічні принципи визначали не лише зміст фізичної підготовки, а й логіку функціонування системи тіловиховання. Вони забезпечували узгодженість її цілей, засобів, форм організації та результатів, поєднуючи окремі виховні практики в цілісну педагогічну систему.

Мета та педагогічні принципи козацького тіловиховання реалізовувалися через взаємодію суб'єктів, кожен із яких виконував специфічні функції на різних етапах становлення особистості. Система мала багатосуб'єктний соціально-педагогічний характер: виховання здійснювалося спільними зусиллями родини, громади, наставників, старших козаків і військового товариства. Їхня взаємодія забезпечувала безперервність і цілісність виховного процесу (Яворницький, 1990; 1991; 1992; Смолій, 2006).

Початковим суб'єктом тіловиховання була родина, у якій закладалися основи фізичного розвитку, моральних якостей і трудових навичок. Через повсякденну працю, рухливі ігри та побутову діяльність діти природно розвивали силу, витривалість, координацію рухів і працелюбність. Батько переважно передавав практичні вміння, необхідні для майбутньої козацької служби, тоді як мати формувала моральні цінності, повагу до традицій і родини. Така організація відповідала принципу природовідповідності та забезпечувала гармонійний розвиток дитини (Цьось, 2000).

Подальший розвиток особистості відбувався у територіальній громаді, яка забезпечувала соціалізацію молоді. Участь у громадських роботах, народних святах, колективних іграх та обрядах сприяла розвитку фізичних якостей, дисциплінованості, відповідальності й навичок взаємодії. Водночас громада виконувала функцію соціального контролю, формуючи у молоді розуміння суспільних норм і колективної відповідальності (Смолій, 2006; Спіцин, 2008).

Важливу роль у професійному становленні майбутнього козака відігравали наставники та старші козаки, які забезпечували індивідуальну передачу військового досвіду, практичних умінь і моральних традицій. Навчання здійснювалося переважно шляхом спільної діяльності, наслідування й особистого прикладу. Молоді козаки поступово залучалися до виконання військових і господарських обов'язків, опановуючи не лише військово-прикладні навички, а й етичні норми козацького товариства. Старші козаки водночас оцінювали готовність молоді до самостійного виконання військових обов'язків, поєднуючи функції наставників, вихователів і носіїв традицій (Яворницький, 1990; 1991; 1992; Кузьменко, 2024).

Інтегруючим суб'єктом виступало військове товариство Запорозької Січі, яке створювало цілісний виховний простір і забезпечувало узгодженість діяльності всіх інших суб'єктів. Через участь у військових походах, господарській діяльності, колективному прийнятті рішень і дотриманні звичаєвого права молодь включалася до реального життя козацької спільноти. За таких умов виховання не відокремлювалося від повсякденної діяльності, а здійснювалося безперервно в процесі життя й служби.

Таким чином, проведений аналіз дає підстави розглядати систему тіловиховання українського козацтва як багатосуб'єктну педагогічну систему, у якій кожен суб'єкт виконував самостійну, але взаємопов'язану функцію. Саме така організація забезпечувала реалізацію визначених раніше педагогічних принципів.

Фізичний розвиток українських козаків забезпечувався не окремими вправами, а взаємопов'язаними видами діяльності, інтегрованими в повсякденне життя, господарську працю та військову службу. На основі узагальнення історичних джерел і сучасних історико-педагогічних досліджень запропоновано авторську класифікацію засобів тіловиховання українського козацтва, що охоплює шість взаємопов'язаних груп:

- 1) ігрові (народні рухливі ігри, забави, змагання);
- 2) фізичні (боротьба, біг, стрибки, лазіння, силові вправи);
- 3) військово-прикладні (верхова їзда, володіння холодною та вогнепальною зброєю, стрільба, вправи зі зброєю);
- 4) природно-прикладні (плавання, веслування, орієнтування, подолання природних перешкод);
- 5) трудові (господарська діяльність, полювання, рибальство, будівництво, догляд за кіньми);
- 6) комплексні (військові походи, бойова практика, таборове життя).

Ігрові засоби були основою початкового фізичного розвитку дітей і молоді. Народні рухливі ігри поєднували біг, боротьбу, стрибки, лазіння, метання та

командне суперництво, сприяючи розвитку основних фізичних якостей, координації рухів і навичок взаємодії. Водночас вони формували дисциплінованість, чесність і відповідальність, поєднуючи фізичне та моральне виховання (Цьось, 2000).

Фізичні засоби забезпечували цілеспрямований розвиток сили, витривалості, швидкості, спритності й координації. Провідне місце серед них посідали боротьба, біг, силові вправи, стрибки, лазіння та вправи на рівновагу, які готували молодь до складніших військово-прикладних дій.

Військово-прикладні засоби становили ядро системи тіловиховання, оскільки безпосередньо забезпечували готовність до військової служби. Вони охоплювали верхову їзду, володіння шаблею, списом, луком і вогнепальною зброєю, стрільбу, індивідуальні й групові бойові вправи. Їх застосування сприяло одночасному розвитку фізичних якостей, технічної майстерності та психологічної готовності до бойових дій (Голобуцький, 1994; Боплан, 1998).

Природно-прикладні засоби формувалися під впливом природного середовища, у якому функціонувало українське козацтво. Плавання, веслування, пересування пересіченою місцевістю, орієнтування та подолання природних перешкод забезпечували розвиток витривалості, координації, просторової орієнтації й адаптації до складних умов діяльності (Боплан, 1998).

Трудові засоби були органічною складовою повсякденного життя козаків. Будівництво укріплень, догляд за кіньми, обробіток землі, рибальство, полювання та інші види господарської діяльності забезпечували природний фізичний розвиток, формували працездатність, самостійність і практичні навички, необхідні для військової служби.

Найбільш інтегрованою групою були комплексні засоби, до яких належали військові походи, бойова практика й таборове життя. Саме в них поєднувалися всі інші групи засобів: фізичні вправи, військові навички, природно-прикладна діяльність, господарська праця та колективна взаємодія. Практична діяльність у реальних умовах забезпечувала формування інтегральної готовності до виконання військових завдань.

Запропонована класифікація засвідчує, що засоби тіловиховання українського козацтва утворювали цілісну систему, у якій фізичні вправи були лише одним із компонентів. Їхня ефективність забезпечувалася поєднанням із трудовою діяльністю, природним середовищем та військовою практикою.

В українському козацтві не існувало формалізованої методики навчання в сучасному розумінні, однак у повсякденній і військовій діяльності сформувався комплекс способів передавання досвіду, заснованих на практичній спрямованості, особистому прикладі, взаємодії та безперервності виховання. На основі узагальнення історико-педагогічних джерел (Яворницький, 1990; 1991;

1992; Боплан, 1998) виокремлено шість основних методів тіловиховання українських козаків: наслідування, вправлення, змагання, випробування, практична діяльність і колективне навчання.

Провідним методом був метод наслідування, характерний для народної педагогіки та військової традиції. Передача знань і досвіду здійснювалася через безпосереднє спостереження за діяльністю досвідчених козаків. Молодші члени товариства поступово відтворювали рухові дії, військові навички, норми поведінки та моральні установки наставників. Особливого значення цей метод набував у період навчання джур, коли особистий контакт із наставником забезпечував спадкоємність військових і виховних традицій.

Формування рухових умінь і військово-прикладних навичок забезпечував метод вправлення. Багаторазове повторення прийомів боротьби, стрільби, володіння шаблею, верхової їзди, плавання чи веслування сприяло розвитку сили, координації, швидкості реакції та витривалості. Характерною особливістю було те, що вправлення здійснювалося переважно в умовах, максимально наближених до реальної військової діяльності, що забезпечувало його високу практичну ефективність (Боплан, 1998; Коннова, 2020).

Важливу педагогічну функцію виконував метод змагання. Народні свята, військові вправи, боротьба, стрільба, кінні перегони та інші змагальні форми стимулювали самовдосконалення, розвиток наполегливості, витримки та здатності діяти в умовах психологічного напруження. Вони також дозволяли оцінити рівень фізичної підготовленості та готовність до виконання складніших завдань (Цьось, 2000; Товстоп'ятко, Притула, Філатов, & Парій, 2025).

Однією з характерних особливостей козацької педагогіки був метод випробування, що здійснювався у реальних або наближених до бойових умовах. Юнаки повинні були долати значні фізичні навантаження, переправлятися через водні перешкоди, орієнтуватися на місцевості, витримувати тривалі переходи. Такі випробування дозволяли оцінити не лише фізичну підготовленість, а й психологічну стійкість, рішучість і відповідальність (Кузьменко, 2024).

Центральним методом козацького тіловиховання доцільно вважати практичну діяльність. Необхідні якості формувалися безпосередньо під час господарської праці, військових походів, охорони кордонів, полювання, рибальства, будівництва укріплень та інших видів діяльності. За таких умов фізичні вправи не були самоціллю, а виконували функцію засобу підготовки до конкретних життєвих і військових завдань.

Важливим доповненням виступало колективне навчання, що здійснювалося під час військових вправ, походів, громадських робіт і повсякденного життя Запорозької Січі. Спільна діяльність формувала дисциплінованість, взаємну відповідальність, уміння діяти узгоджено та

підтримувати товаришів у складних ситуаціях, а колектив ставав не лише середовищем навчання, а й важливим виховним чинником.

Розглянуті методи реалізовувалися через різноманітні форми організації фізичного виховання, зумовлені соціальним устроєм, військовим способом життя та традиційною культурою українського козацтва. Їхньою характерною ознакою була інтеграція навчання, виховання і практичної діяльності в безперервний процес (Яворницький, 1990; 1991; 1992).

На основі аналізу історичних джерел виокремлено шість основних форм організації тіловиховання: сімейне виховання, навчання джур, військові вправи, військові походи, народні свята й змагання, повсякденну побутову діяльність.

Початковою формою було сімейне виховання, у межах якого відбувався первинний фізичний розвиток дитини, формування рухових умінь, трудових навичок і моральних цінностей. Фізичне виховання здійснювалося через участь у домашній праці, народних іграх і повсякденній господарській діяльності.

Найбільш розвиненою формою підготовки було навчання джур, що поєднувало наставництво з безпосередньою участю у військовому житті. Джура постійно перебував поруч із наставником, навчався через спостереження, вправління та практичну діяльність, що забезпечувало високий рівень індивідуалізації навчання й безперервність педагогічного впливу.

Важливе місце посідали військові вправи, які проводилися індивідуально й у складі групи та охоплювали навчання володінню зброєю, боротьбі, верховій їзді, стрільбі, плаванню, веслуванню й подоланню природних перешкод. Саме вони забезпечували вдосконалення спеціальної фізичної підготовленості, необхідної для виконання бойових завдань.

Найефективнішою формою практичного навчання були військові походи, у яких поєднувалися фізичне навантаження, військова діяльність, розвиток психологічної стійкості та колективної взаємодії. Діяльність у реальних або наближених до бойових умовах забезпечувала формування інтегральної готовності до військової служби.

У системі масового фізичного виховання значну роль відігравали народні свята, ігри та змагання. Вони поєднували фізичну активність із відпочинком, соціалізацією та підтриманням народних традицій, формуючи позитивну мотивацію до самовдосконалення й інтерес до фізичної діяльності.

Особливою формою організації тіловиховання була повсякденна побутова діяльність. Завдяки цьому фізична підготовка не обмежувалася спеціально організованими заняттями, а було органічно інтегроване в життєвий простір людини.

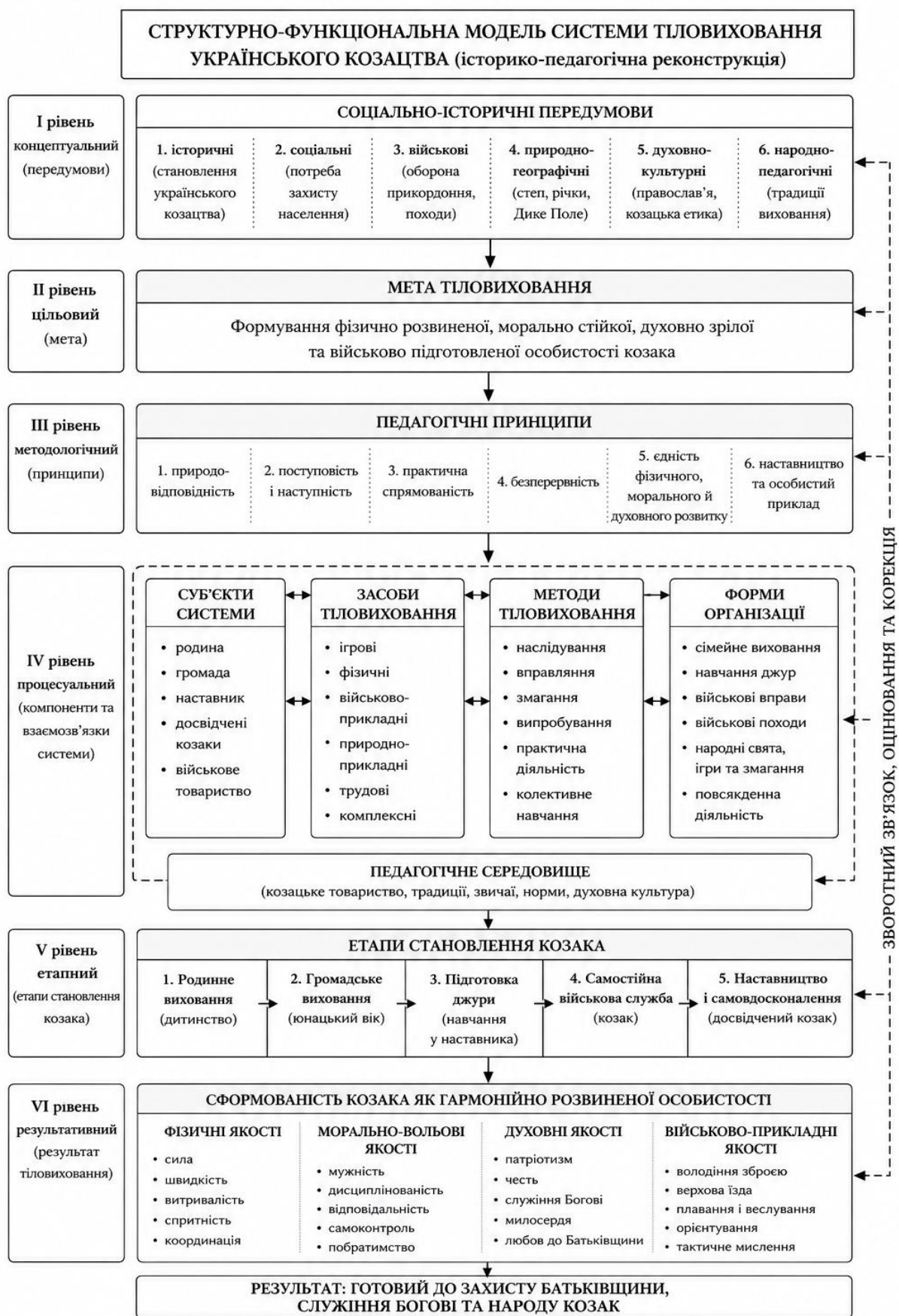


Рис. 2. Структурно-функціональна модель системи тіловиховання українського козацтва (історико-педагогічна реконструкція)

Джерело: створено автором

Узагальнення історичних джерел дає підстави розглядати форми організації тіловиховання козацтва як багаторівневу педагогічну систему, що функціонувала в родині, громаді та військовому товаристві. На відміну від сучасної освітньої практики, фізичне виховання не було локалізоване в межах спеціально організованих занять, а охоплювало значну частину життєдіяльності людини.

Отже, методи й форми організації тіловиховання українського козацтва утворювали взаємопов'язану педагогічну систему, у якій навчання здійснювалося переважно через практичну діяльність, особистий приклад і колективну взаємодію. Їх поєднання забезпечувало реалізацію визначених педагогічних принципів і зумовлювало цілісний, безперервний та практикоорієнтований характер системи. Узагальнення результатів історико-педагогічного аналізу дало змогу реконструювати систему тіловиховання українського козацтва як цілісний педагогічний феномен. Запропонована авторська структурно-функціональна модель інтегрує соціально-історичні передумови, мету, педагогічні принципи, суб'єктів, засоби, методи, форми організації, етапи підготовки та результати тіловиховання в єдину взаємопов'язану систему (рис. 2).

Її принциповою особливістю є не лінійність, а взаємозалежність компонентів. Історичні та соціальні умови визначали мету й зміст підготовки; мета зумовлювала вибір засобів і форм; практична діяльність забезпечувала набуття необхідних фізичних і військово-прикладних умінь; соціальне середовище підтримувало їхнє закріплення.

Модель відображає логіку функціонування козацького тіловиховання, взаємозв'язки між його структурними компонентами та механізми формування фізично розвиненої, морально стійкої, духовно зрілої та військово підготовленої особистості козака.

Дискусія. Отримані результати узгоджуються з висновками сучасних історико-педагогічних досліджень щодо комплексного характеру тіловиховання українського козацтва. У працях А. Цьося (2000) фізична культура українців розглядається як складова традиційної народної педагогіки, у межах якої фізичний розвиток поєднувався з трудовим, моральним і духовним вихованням. Результати цього дослідження конкретизують зазначений підхід щодо козацького середовища через виокремлення структурних компонентів та функціональних зв'язків системи.

Праці Г. Л. де Боплана (1998), В. Голобуцького (1994), В. Смолія (2006) та Д. Яворницького (1990–1992) містять відомості про фізичну підготовку запорозьких козаків, їхній побут, військову організацію та виховні традиції. Водночас ці джерела мають переважно історичний характер і не ставили за мету

реконструкцію педагогічної системи тіловиховання. Окремі елементи виховного процесу в них розглядаються переважно через опис військової підготовки, способу життя або моральних засад козацького товариства.

Сучасні дослідження І. Кузьменко (2024) акцентують увагу на військово-фізичній підготовці козаків як важливому чиннику формування їхньої боєздатності. Водночас основну увагу в них приділено змісту військово-прикладної підготовки, тоді як педагогічні механізми функціонування системи тіловиховання розкрито меншою мірою. У цьому дослідженні військово-фізична підготовка розглядається як один із компонентів ширшої педагогічної системи, що охоплює соціально-історичні передумови, педагогічні принципи, суб'єктів, засоби, методи, форми організації, етапи підготовки та результати.

Науковий результат дослідження полягає у розробленні авторської структурно-функціональної моделі, яка поєднує передумови формування, мету, принципи, суб'єктів, засоби, способи, форми, етапи та результати тіловиховання. Водночас модель має реконструктивний характер, вона не відтворює формалізовану педагогічну систему, свідомо створену козацькими інституціями, а систематизує педагогічний зміст, який можна виявити в історичних джерелах.

Висновки. Проведене дослідження дало змогу здійснити історико-педагогічну реконструкцію системи тіловиховання українського козацтва та сформулювати такі висновки:

1. Встановлено, що система тіловиховання українського козацтва сформувалася під впливом взаємопов'язаних соціально-історичних передумов, серед яких визначальними були історичні, соціальні, військові, природно-географічні, духовно-культурні та народно-педагогічні чинники. Їхня взаємодія зумовила становлення самобутньої педагогічної системи, інтегрованої в повсякденне життя, військову діяльність і традиційну культуру українського козацтва.

2. Доведено, що концептуальною основою козацького тіловиховання була єдність фізичного, морально-вольового, духовного та військово-прикладного виховання. Його метою було формування гармонійно розвиненої особистості козака, здатної до захисту Батьківщини, виконання громадянського обов'язку та дотримання морально-етичних норм.

3. З'ясовано, що система тіловиховання українського козацтва характеризувалася послідовністю, наступністю, безперервністю та практичною спрямованістю. Її функціонування забезпечувалося взаємодією родини, громади, наставників, старших козаків і військового товариства, використанням взаємопов'язаних засобів, методів і форм організації виховання та поетапним залученням молоді до козацького життя.

4. Узагальнення історичних джерел і сучасних наукових праць дало змогу реконструювати структуру системи тіловиховання українського козацтва та визначити її основні компоненти: соціально-історичні передумови, мету, педагогічні принципи, суб'єктів, засоби, методи, форми організації, етапи становлення особистості козака та результати. Обґрунтовано їхню функціональну взаємозалежність, що підтверджує системний характер реконструйованої козацької педагогіки.

5. Наукову новизну дослідження становить розроблення двох взаємопов'язаних авторських моделей: концептуальної моделі передумов формування системи тіловиховання та структурно-функціональної моделі цієї системи. Вони відображають логіку її становлення, структуру, внутрішні взаємозв'язки та механізми функціонування.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у вивченні регіональних особливостей тіловиховання українського козацтва, реконструкції змісту фізичної підготовки джур на різних історичних етапах.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

ДЖЕРЕЛА ТА ЛІТЕРАТУРА

1. Антонович, В. (1971). *Коротка історія козаччини* (3-тє вид.). Українська вільна академія наук.
2. Апанович, О. (1991). *Розповіді про запорозьких козаків*. Дніпро.
3. Боплан, Г. (1998). *Опис України* (В. Косик, пер.). Мета.
4. Віцько, С. М. (2023). *Теоретичні та методичні основи застосування традиційних народних ігор у фізичному вихованні молоді*. ДВНЗ «ДДПУ».
5. Голобуцький, В. О. (1994). *Запорозьке козацтво*. Вища школа.
6. Смолій, В. А. (Ред.). (2006). *Історія українського козацтва: Нариси* (Т. 1). Вид. дім «Києво-Могилянська академія».
7. Завацький, В. І., Цьось, А. В., Бичук, О. І., & Пономаренко, Л. І. (1994). *Козацькі забави*. Надстир'я.
8. Коннова, М. (2020). Фізичне виховання запорозьких козаків: історичний вимір. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць*, 9(28), 359–364. <https://dspace.vspu.edu.ua/items/ee1f1b5e-7bb4-419d-a917-6646c990c44e>
9. Кузьменко, І. (2024). Традиції військово-фізичної підготовки козаків як фундамент національної системи фізичного виховання. *Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення*, 101–111. <https://journals.uran.ua/hdafk-tmfv/article/view/312435/303446>
10. Озерова, О. А., & Соболев, О. (2025). Відродження та застосування козацьких традицій в програмі фізичного виховання в закладах освіти України. В *Актуальні проблеми освітнього процесу в контексті європейського вибору*

України: матеріали VII Міжнародної конференції (с. 317–320).
<https://repository.knuba.edu.ua/server/api/core/bitstreams/97912011-4713-4ad9-b260-3b11791e5db3/content>

11. Спіцин, В. В. (2008). Народна фізична культура в Україні у період з XV по XVIII століття. *Теорія та методика фізичного виховання*, (11), 30–32.
<https://tmfv.com.ua/journal/article/view/472>

12. Товстоп'ятко, Ф., Притула, О., Філатов, М., & Парій, С. (2025). Становлення фізичної культури в добу козацтва: значення національних козацьких ігор у фізичній підготовці. *Актуальні питання у сучасній науці*, (2[32]), 1228–1237. [https://doi.org/10.52058/2786-6300-2025-2\(32\)-1228-1237](https://doi.org/10.52058/2786-6300-2025-2(32)-1228-1237)

13. Цьось, А. В. (2000). *Фізичне виховання в календарній обрядовості українців*. Надстир'я.

14. Яворницький, Д. І. (1990). *Історія запорізьких козаків* (Т. 1) (І. Сварник, пер.). Світ.

15. Яворницький, Д. І. (1991). *Історія запорізьких козаків* (Т. 2) (І. Сварник, пер.). Світ.

16. Яворницький, Д. І. (1992). *Історія запорізьких козаків* (Т. 3) (І. Сварник, пер.). Світ.

17. Svitych, A. (2021). Northeast Asian modern martial arts: An embodied synthesis of virtue ethics and deontology. *The International Journal of the History of Sport*, 38(7), 751–767. <https://doi.org/10.1080/09523367.2021.1887143>

18. Toichkin, D. (2025). The bored Cossack: The way of a Ukrainian warrior. *Faces of War*, (2). <https://doi.org/10.18778/3071-7779.2025.2.02>

REFERENCES

1. Antonovych, V. (1971). *Korotka istoriia kozachchyny* [A brief history of the Cossacks] (3rd ed.). Ukrainska vilna akademiia nauk.

2. Apanovych, O. (1991). *Rozpovidi pro zaporozkykh kozakiv* [Stories about the Zaporozhian Cossacks]. Dnipro.

3. Beauplan, G. (1998). *Opys Ukrainy* [Description of Ukraine] (V. Kosyk, Trans.). Meta. (Original work published 1660)

4. Vitsko, S. M. (2023). *Teoretychni ta metodychni osnovy zastosuvannia tradytsiinykh narodnykh ihor u fizychnomu vykhovanni molodi* [Theoretical and methodological foundations of using traditional folk games in the physical education of youth]. DVNZ "DDPU".

5. Holobutskyi, V. O. (1994). *Zaporozke kozatstvo* [The Zaporozhian Cossacks]. Vyshcha shkola.

6. Smolii, V. A. (Ed.). (2006). *Istoriia ukrainskoho kozatstva: Narysy* [History of the Ukrainian Cossacks: Essays] (Vol. 1). Vyd. dim "Kyievo-Mohylianska akademiia".

7. Zavatskyi, V. I., Tsos, A. V., Bychuk, O. I., & Ponomarenko, L. I. (1994). *Kozatski zabavy* [Cossack games]. Nadstyria.

8. Konnova, M. (2020). Fizychnе vykhovannia zaporozkykh kozakiv: istorychnyi vymir [Physical education of the Zaporozhian Cossacks: A historical dimension]. *Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii: zbirnyk naukovykh prats* [Physical Culture, Sport and Health of the Nation: Collection of Scientific Papers], 9(28), 359–364. <https://dspace.vspu.edu.ua/items/ee1f1b5e-7bb4-419d-a917-6646c990c44e>

9. Kuzmenko, I. (2024). Tradytsii viiskovo-fizychnoi pidhotovky kozakiv yak fundament natsionalnoi systemy fizychnoho vykhovannia [Traditions of military-physical training of Cossacks as the foundation of the national system of physical education]. *Aktualni problemy fizychnoho vykhovannia riznykh verstv naselennia* [Current Problems of Physical Education of Different Population Groups], 101–111. <https://journals.uran.ua/hdafk-tmfv/article/view/312435/303446>

10. Ozerova, O. A., & Sobol, O. (2025). Vidrozhennia ta zastosuvannia kozatskykh tradytsii v prohrami fizychnoho vykhovannia v zakladakh osvity Ukrainy [Revival and application of Cossack traditions in the physical education program in educational institutions of Ukraine]. In *Aktualni problemy osvitnoho protsesu v konteksti yevropeiskoho vyboru Ukrainy: materialy VII Mizhnarodnoi konferentsii* [Current problems of the educational process in the context of Ukraine's European choice: Proceedings of the 7th International Conference] (pp. 317–320). <https://repository.knuba.edu.ua/server/api/core/bitstreams/97912011-4713-4ad9-b260-3b11791e5db3/content>

11. Spitsyn, V. V. (2008). Narodna fizychna kultura v Ukraini u period z XV po XVIII stolittia [Folk physical culture in Ukraine during the 15th–18th centuries]. *Teoriia ta metodyka fizychnoho vykhovannia* [Theory and Methods of Physical Education], (11), 30–32. <https://tmfv.com.ua/journal/article/view/472>

12. Tovstopiatko, F., Prytula, O., Filatov, M., & Parii, S. (2025). Stanovlennia fizychnoi kultury v dobu kozatstva: znachennia natsionalnykh kozatskykh ihor u fizychnii pidhotovtsi [The formation of physical culture in the Cossack era: The significance of national Cossack games in physical training]. *Aktualni pytannia u suchasni nautsi* [Current Issues in Modern Science], (2[32]), 1228–1237. [https://doi.org/10.52058/2786-6300-2025-2\(32\)-1228-1237](https://doi.org/10.52058/2786-6300-2025-2(32)-1228-1237)

13. Tsos, A. V. (2000). *Fizychnе vykhovannia v kalendarnii obriadovosti ukrainsiv* [Physical education in the calendar rituals of Ukrainians]. Nadstyria.

14. Yavornytskyi, D. I. (1990). *Istoriia zaporizkykh kozakiv* [History of the Zaporozhian Cossacks] (Vol. 1) (I. Svarnyk, Trans.). Svit.
15. Yavornytskyi, D. I. (1991). *Istoriia zaporizkykh kozakiv* [History of the Zaporozhian Cossacks] (Vol. 2) (I. Svarnyk, Trans.). Svit.
16. Yavornytskyi, D. I. (1992). *Istoriia zaporizkykh kozakiv* [History of the Zaporozhian Cossacks] (Vol. 3) (I. Svarnyk, Trans.). Svit.
17. Svitych, A. (2021). Northeast Asian modern martial arts: An embodied synthesis of virtue ethics and deontology. *The International Journal of the History of Sport*, 38(7), 751–767. <https://doi.org/10.1080/09523367.2021.1887143>
18. Toichkin, D. (2025). The bored Cossack: The way of a Ukrainian warrior. *Faces of War*, (2). <https://doi.org/10.18778/3071-7779.2025.2.02>

Статтю надіслано до редколегії 24.08.2026 р.
Статтю рекомендовано до друку 10.09.2026 р.
Статтю опубліковано 14.10.2026 р.

Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу
Creative Commons Attribution License