



УДК 796(07)(4) «04/14»

ІСТОРИКО-КУЛЬТУРНІ ПЕРЕДУМОВИ СТАНОВЛЕННЯ Й РОЗВИТКУ ФІЗКУЛЬТУРНОЇ ОСВІТИ В ЄВРОПІ В СЕРЕДНЬОВІЧНУ ДОБУ

Даріуш Скальські

У статті проаналізовано передумови доби Середньовіччя та Відродження, які визначили характер концепцій фізкультурної освіти сьогодення. Охарактеризовано два основні чинники (релігія та лицарство), які впливали на бачення світу загалом і фізичної культури та її ідеалу зокрема. Значну увагу приділено опису етапів підготовки та становлення майбутніх лицарів. Особливості розвитку фізкультурної освіти в добу Відродження висвітлено на основі аналізу праць передових діячів культурної епохи. Таким чином, порівняно ці епохи.

Ключові слова: розвиток фізичного виховання, ідеал фізичної культури, доба Відродження, Середньовіччя, лицарство.

Для усвідомлення концепцій фізкультурної освіти важливо розглянути передумови, які лежать у історичних підходах до вдосконалення тіла і духу різних періодів європейської цивілізації. Спираючись на римсько-еллінську традицію, фізкультурна освіта в Європі сформувалась як самобутнє явище, яке до останнього часу визначає обличчя сучасної цивілізації.

Вивченню історичних передумов формування фізкультурної освіти присвячені праці польських (Р. Врочиньські), російських (Б. Голощапов, М. Кулінко), угорських (Л. Кун) та інших зарубіжних учених. Глибокий історико-функціональний аналіз розвитку фізкультурної освіти у світі зробив Ф. Леонард у своїй фундаментальній праці «Посібник з історії фізкультурної освіти» (A Guide to the History of Physical Education). Деякі з цих творів (видані до 1990 р.) мають досить глибокий ідеологічний ухил. Крім того, у цих працях немає комплексних теоретичних висновків щодо того, як різні етапи розвитку фізкультурної освіти вплинули на формування сучасних концепції її практичної організації у країнах Європейського Союзу. Зважаючи на це, метою статті є аналіз передумов доби Середньовіччя і Відродження, які визначили характер концепцій фізкультурної освіти сьогодення.

Античний період мав значний вплив на формування концепцій фізичної культури. У Давній Греції і Давньому Римі фізична культура почала набувати класового характеру, оскільки її досягнення переважно стосувалися вільних громадян. Розвиток фізичної культури сягнув досить високого рівня, доказом чого є система виховання в Афінах, Спарті, агоністика, військово-фізична підготовка в Давньому Римі. Фізичне виховання в основному носило військово-прикладний характер. Найвищого рівня воно сягнуло у Стародавній Греції, оскільки там воно було вільним від релігійного впливу. Це може бути пояснено



тим, що міста-поліси за системою устрою були більш демократичними, ніж монархії. Іншим доказом високого рівня розвитку фізичного виховання в античному світі є те, що давньогрецькі агони стали прообразом міжнародного олімпійського руху. В давньому світі фізичне виховання було самоціллю і виконувало функцію підготовки до більш ефективної праці і військової справи. У період античності зародилися і почали функціонувати державні форми організації фізичного виховання, а також з'явилися елементи його наукового обґрунтування.

Другий період, Середньовіччя – охоплює часовий відтинок з 476 до кінця XV ст. Серед головних концепцій розвитку фізичної культури цього періоду постають: фізична культура Раннього Середньовіччя (V–X ст.), фізична культура розквіту Середньовіччя (XI–XIII ст.) і фізична культура Відродження (XIV–XV ст.), яка перейшла у Ранній Новий час (XVI ст.).

У різних частинах Європи народи прийшли до нових форм фізичної культури в різний час. На території колишньої Римської імперії внаслідок суперечностей, що загострилися внаслідок завоювань варварів, фізична культура зазнала різючих змін. Хоча у східній частині імперії варвари з часом асимілювалися, античні підходи до фізичної культури, що існували там, почали суперечити інтересам еліти. У Візантії, навпаки, для зміцнення імператорської влади було відновлено деякі видовищні заходи, які набули нового змісту, у тому числі й деякі атлетичні змагання і перегони на колісницях. Крім того, спостерігалось значне захоплення кінним поло, запозиченим у персів. Слов'яни ж створили фізичну культуру, що відповідала їхнім специфічним рисам. Звісно, вона зазнала зовнішнього впливу з боку народів, які перебували на вищому щаблі розвитку фізичної культури. Так, наприклад, на фізичну культуру угорців і поляків значно вплинули традиції німецького рицарського ордену. У низці випадків на ту частину фізичної культури, яка стосувалася бойової підготовки, вплинули завойовники – монголи, половці, а згодом – турки [2, с. 87–89].

У кінцевому рахунку різні суспільні потреби, умови, локальні звичаї і взаємовплив створили в період Середньовіччя досить широкий спектр форм фізичної культури. Однак у цьому різноманітті все більшою мірою виокремлювалися ігри та спортивні змагання еліти й інших прошарків населення (міського й сільського). Класичні сфери культури поступово відмирили, а на зміну їм приходили нові. Так, ідеалом в античному полісі була різнобічно розвинена гармонійна людина. Важливе місце серед рис гармонійної, активної особистості займали фізичні характеристики. Фізична краса і витривалість відігравали таку важливу роль у суспільстві, що їх не могли ігнорувати й політики. Однак ідеал середньовічної людини значно відрізнявся від античного ідеалу.

Значний вплив на усвідомлення фізичного ідеалу людини в Середньовіччі, який певною мірою визначив стан і спрямування фізичної культури в Європі, справила релігія, переважно, християнство. Християни-європейці поклонялися розп'ятому Христу, змученому стражданням в ім'я людства. Таким чином, ідеалом середньовічного світу стала аскетична людина, яка несла



на чолі печатъ стражданъ заради порятунку душі. Походження самого поняття «аскетизм» безпосередньо пов'язане з фізичною культурою, адже це грецьке слово мало своїм першим значенням «фізичні вправи», а слово «аскет» використовували на позначення переможця змагань. У період середньовічного християнства слово «аскет» почало використовуватися на позначення людини, яка, нехтуючи тілом, загартовує лише дух. З іншого боку – лицарство цього періоду теж зробило свій внесок у формування ідеалу, який, навіть якщо так і здається на перший погляд, не вступає в суперечність із викладеним вище: лицар – це людина, яка, маючи фізичну силу, бойовий дух, усвідомлення честі ордену і поводячись згідно з кодексом поведінки, застосовує всі ці чесноти для служіння Богу та Церкві.

Теологічне вчення середньовічної християнської церкви, що визначало європейське просвітництво, проголошувало нехтування фізичними потребами і концентрувало увагу на загробному щасті. Як наслідок, у цей період в навчальних закладах, які діяли під безпосереднім керівництвом церкви, було скасовано заняття з фізичної культури і витіснено гігієнічне виховання на другий план. Це вчення відмовилося від античних принципів виховання і протягом тривалого часу не враховувало вікові особливості дітей. Воно розглядало дітей як маленьких дорослих, не усвідомлювало суті рухливих ігор, необхідних для розвитку особистості, вважаючи їх джерелом гріха, оскільки вони відволікали від роздумів. Проте середньовічна церква у своїй політиці була змушена брати до уваги народи, які вона наvertsала у християнство. Як наслідок, багато з укорінених традицій цих народів, як от: турніри, які германці проводили під час весняних свят, поєдинки, які нормани організовували в різні пори року чи ірландські ігри не було піддано анафемі... Крім того, немає даних про засудження фізичних вправ для бойової підготовки [2, с. 90].

Такі підходи стали підставою для виникнення лицарського фізичного виховання, що домінувало в Західній Європі з XI до XVI століття. Це єднання лицарства і церкви яскраво видно у трьох орденах, що об'єднали солдатів-ченців: Госпітальєрів (Орден кавалерів святого Йоана (лат. *Ordo Equitum Sancti Johannis*)), Тамплієрів (лат. *pauperes commilitones Christi Templique Solomonici* – Бідних Братів-Воїнів Христа та Соломонового Храму) і Тевтонського ордену (лат. *Ordo Teutonicus*, лат. *Ordo domus Sanctae Mariae Theutonicorum Ierosolimitanorum*, «Орден німецького Дому святої Марії Богородиці в Єрусалимі»). Спад лицарства як військової системи почався після хрестового походу 1270 р. і завершився у XV ст., зважаючи на те, що винайдення пороху і використання артилерійської зброї призвели до відсутності необхідності у лицарських обладунках на полі бою. Крім того, зростаюча централізація влади зменшувала незалежність знаті нижчого рангу [1, с. 43].

Норми фізичного виховання визначалися високим рівнем вимог до фізичної форми хлопчиків-майбутніх лицарів, зважаючи на постійні міжусобиці. Підготовка лицаря не зовсім відповідала аскетичному ідеалу, який пропагували в монастирських школах. Хлопчиків, призначених для лицарської кар'єри, до семи років виховували вдома, після чого відправляли в замок, де, разом із іншими нащадками знаті, вони знайомилися з принципами лицарської



честі і готувалися до військових дій. Як пажі, вони були зобов'язані виконувати всі завдання господарів і навіть прислужувати їм за столом. На жіночій половині їх навчали основами читання й письма, правилам ввічливої поведінки, основам латинської і французької мов, гри на арфі, гри в шахи і триктрак, історії, геральдиці, знайомили з піснями і поезією трубадурів. Проте найважливіша частина підготовки хлопчиків – під відкритим небом, де вони імітували дорослих лицарів у їхніх діях і намагалися досягнути рівня, що давав змогу бути переведеними до наступного рангу – зброєносця.

Таке переведення могло бути зроблене після досягнення хлопчиком чотирнадцятиліття. Служба господарю ставала все більш відповідальною, а фізичні вправи, які займали важливе місце, коли хлопчик був пажем, ставали більш важливими зі зміною статусу. Біг, стрибки, боротьба, плавання, лазіння по канату і драбині, метання каміння і списа, стрільба з лука і арбалета, володіння бойовою сокирою і мечем (спочатку дерев'яним) допомагали зміцнити тіло і давали навички, які будуть потрібні в подальшому житті. Одним із найважливіших занять були вправлення у їзді верхи зі щитом і пікою в повному обмундируванні. Вони тренувалися вискакувати верхи на коня без вузди, зіскакувати з коня, підіймати з землі предмети. Крім фізичної підготовки, вони були зобов'язані дотримуватися семи лицарських чеснот. Перш за все, вони повинні були бути вірними церкві і своєму вчителю – королю або суверену; бути хоробрими; дотримуватися правил лицарських поєдинків; свято дотримуватися слова; бути великодушними щодо слабких; із благородством ставитися до дам, крім селянок і городянок [4, с. 35].

Юний зброєносець слідував за своїм господарем на поле бою, де розділяв із ним весь тягар військової служби. Після тривалого періоду учнівства у разі, якщо зброєносець довів свою відповідність, у віці двадцяти одного року він був готовий до останнього кроку – посвяти в лицарі.

Не менш важливими й видовищними, ніж грецькі олімпійські ігри чи римські гладіаторські бої, були лицарські турніри в Європі у XIII–XIV ст. Зі змагань у вільний час лицарів вони переросли у грандіозні події у житті простого народу і знаті, стали школою війни у мирний час. Під час турнірів учасники не лише демонстрували, але й розвивали вправність, сміливість, силу духу, вміння відбити атаку й організувати оборону. Пізніше, після занепаду лицарства, вони втратили своє значення як військові заходи і перетворилися у розважальні, проте продовжували бути популярними до кінця XVI ст. [1, с. 45–46].

По-іншому відбувалося фізичне виховання сільського населення і городян. Так, наприклад, до фізичних вправ сільського населення можна віднести народні ігри, які формувалися під впливом місцевих звичаїв. Найсильніші в селі металники каміння, найвитриваліші танцюристи, найспритніші мисливці і борці отримували загальне визнання, матеріальне заохочення і соціальні привілеї. У змаганнях дівчат простежувалися мотиви можливого вибору чоловіка, оскільки про жінок робили висновки, судячи з того, хто є їхніми чоловіками. Фізичні вправи в той період були різноманітними: боротьба, метання каміння, біг, боротьба з палицями, біг на ковзанах, скачки, танці, різноманітні ігри з битою, лаптою тощо [4, с. 38].



У загальних рисах фізична культура міських жителів не відрізнялася значно від фізичної культури мешканців сіл. Основні відмінності спричинялися необхідністю міст брати участь у самообороні від набігів і поборів лицарів-власників інших міст. Відтак міське населення мусило брати участь у народному ополченні, до чого їх готували специфічні фізичні вправи. Як наслідок, для тренувань формувалися організовані товариства стрільців з лука і фехтувальні школи. Герб першого міського фехтувального товариства був освячений в соборі Гепта в 1042 р., а на змаганнях лучників 1399 р. у Турнуа були представлені 30 міст і 16 сіл. У Венеції й інших прирічкових містах проводилися змагання «джуоко дель понте» «гра на мосту», у яких імітували символічне захоплення мосту [4, с. 38]. Особливо городяни захоплювалися змаганнями з okazji свята весни, обжинків, проводів зими та інших обрядів. Продовжувалися також (особливо в Іспанії і Південній Франції) бої биків, які зародилися ще в давні часи. Серед ремісників були популярні ігри з м'ячем, з яких згодом розвинулися сучасні спортивні ігри: футбол, теніс, гольф, крикет, поло тощо. Саме в середньовічних містах почали досить активно будувати спеціальні приміщення і майданчики для гри з м'ячем. Усі ці елементи згодом лягли в основу сучасних концепцій фізкультурної освіти.

Відродження – період в історії європейської культури з XIV до XVII ст., котрий характеризувався бурхливим розвитком мистецтва, літератури, філософії, природничих наук, педагогічної думки, в тому числі і в галузі фізичної культури. Відбувається повернення до античного ідеалу людини – всебічно розвиненої особистості. Це наклало свій відбиток на фізичне виховання. У ці століття у працях гуманістів приверталася значна увага до місця фізичної підготовки у вихованні молодого покоління, і цих науковців і практиків можна вважати між минулим і сучасними концепціями європейської фізкультурної освіти. Виразниками прогресивних ідей були гуманісти, лікарі, соціалісти-утопісти, педагоги, серед яких англійський гуманіст і письменник Т. Мор (1478–1535), італійський гуманіст В. де Фельтре (1378–1466), італійський утопіст Т. Кампанелла (1568–1639), італійський лікар І. Меркуріаліс (1530–1606), французький гуманіст Ф. Рабле (1483–1553), бельгійський професор медицини А. Везалій (1514–1564), чеський педагог-гуманіст Я.-А. Коменський (1592–1670), англійський лікар У. Гарвей (1578–1657).

Так, Вікторіно де Фельтре, який був представником раннього італійського гуманізму, у Мантуї відкрив школу, яка називалася Домом радості, у якій застосовував нові методи виховання, що базувалися на принципах гуманізму. Великого значення у цій школі надавали поєднанню розумового, естетичного і фізичного виховання. Діти займалися верховою їздою, боротьбою, різноманітними іграми й танцями. На відміну від інших середньовічних шкіл, заняття з фізичного виховання проводилися на свіжому повітрі. Фельтре не допускав тілесних покарань [4, с. 40].

Деякі дослідники вважають, що В. де Фельтре запровадив у практику педагогічні принципи, визначені іншим італійським гуманістом – П. Верджеріо (1349–1428), у короткому трактаті, відправленому в Падую його учневі Убертіно де Каррара. Цей лист, який згодом був надрукований і зазнав багатьох



перевидань, постійно звертається до античної спадщини фізичного виховання. Мафео Веджіо (1407–1458), який був ученим і поетом, а пізніше став монахом, присвятив низку визначних педагогічних праць питанням фізичного виховання, опираючись на класичні підходи. До цієї ж категорії належить і Енца Сільвіо Пікколіні (1405–1464), більше відомий як Папа Пінс II, який, будучи секретарем при дворі імператора Фредерика III, близько 1450 р. написав трактат про придворне виховання. Певний вплив на формування сучасних концепцій фізкультурної освіти справили Франческо Фіельфо (1398–1481) з його листом до герцогині міланської з питань виховання її сина (бл. 1475), Джакопо Садолето (1477–1547), який у 1530 р. написав книгу про освіту, яка пропагувала повернення до античних ідеалів. Крім того, не можна оминати увагою італійського науковця Жіроламо Кардано (1501–1576). Подорожуючи по Франції, Англії, Шотландії й Нідерландам, він узагальнював спостереження й дослідження у літературних і філософських працях, низка з яких присвячена питанням фізичного виховання. Так, в автобіографії він розповів про свій дитячий досвід бігу, стрибків, їзди верхи, фехтування і плавання, в інших працях він приділяє значну увагу античним вправлінням та іграм. У дослідженні, присвяченому турботі про здоров'я (*De sanitate tuenda, libri*), він подає самостійний системний науковий підхід до гігієни і фізичних вправ, обґрунтовуючи їх цінність і загальний вплив, поділяючи вправи на легкі і важкі, повільні і швидкі, неперервні і з перервами тощо.

Італійський утопіст Т. Кампанелла пропагував ідею створення єдиної всесвітньої держави, що повинно було привести до зникнення всіх конфліктів і, як наслідок, – до загального щастя і миру на Землі. Перебуваючи у в'язниці, Кампанелла написав книгу «Місто Сонця» [3], у якій важливе місце займає опис виховання молодого покоління. На думку автора, воно повинно бути організоване так, щоб діти мали можливість розвивати як фізичні, так і розумові здібності: «Протягом другого й третього року життя діти вчать говорити і вивчають азбуку, прогулюючись попід мурами. Усіх дітей поділяють на чотири загони, якими керують четверо літніх учених мужів. Згодом діти починають займатися гімнастикою, бігом, метанням диска та іншими вправами й іграми, що всебічно розвивають їхнє тіло» [3]. Він описав фізичні вправи і рекомендував правила моральної гігієни і здорового режиму жителям Міста Сонця.

Італійський лікар І. Меркуріаліс у праці «Про мистецтво гімнастики» описав виникнення і розвиток фізичних вправ та класифікував їх за трьома групами: лікувальні (істинні), військові (життєво необхідні) і атлетичні (хибні). Він засуджував надмірність у їжі, вині, сні, рекомендував плавання й імітування бою з тінню. Меркуріаліс закликав виховувати в молоді вишукані манери й моральні якості засобами фізичної культури [4, с. 40].

Французький гуманіст Ф. Рабле – один із найяскравіших представників французького гуманізму в європейській педагогічній думці епохи Відродження. Він захоплювався природничими науками й закінчив медичний факультет. Став відомим усьому світові завдяки роману «Гаргантюа і Пантагрюель» [5]. Найбільш яскраво його розуміння фізичного виховання представлене в описі «Телемського абатства», де був басейн, баня, стадіон тощо. Він рекомендував



такі фізичні вправи: перескакування з коня на коня, фехтування кинджалом і мечем, рапірою і шпагою, плавання різними способами тощо. Рабле захоплюється силою і спритністю вихованців цієї школи-утопії, оскільки в ній фізичне виховання велося нарівні з іншими предметами.

Чеський педагог-гуманіст Я.-А. Коменський, який займався педагогічною діяльністю в різних країнах світу, у своїх працях «Материнська школа», «Велика дидактика», «Пансофічна школа» та ін. розглядав основні підходи до фізичного виховання дітей. У книзі «Велика дидактика», наприклад, він зазначив, що правильно підібрані і дозовані фізичні вправи не лише допомагають збереженню здоров'я, а й сприяють подоланню втоми, пов'язаної зі шкільними заняттями. У розкладі уроків, запровадженому у його школі, Я.-А. Коменський запропонував, щоб більш тривалі перерви після обіду використовувалися педагогами для занять фізичними вправами, тренувань і виховної роботи.

Він надавав значної уваги формуванню системи фізичних вправ. Серед рухливих ігор розрізняв корисні, які доповнив військовою підготовкою – бігом, стрибками, боротьбою, плаванням і влученням списа у кільце. Як зазначає російський дослідник Пельменев, на основі висунутих Я.-А. Коменським ідей у навчальних закладах запроваджували систему гуманістичних цінностей, етики фізичного виховання, яка в дещо зміненому вигляді з другої половини ХІХ ст. вплинула на визначення норм проведення фізичних змагань, спрямованих на досягнення високих результатів [4, с. 43].

Крім того, значний вплив на концепції фізичного виховання в Європі справили: німецькі дослідники Мартін Лютер (1483–1546), який доводив рекреаційну і моральну цінність фізичних вправ, і Йоахім Камераріус (1500–1574), який описав ігри і фізичні вправи у приміщенні і на повітрі (*Dialogus de gymnasiis*); шведський реформатор Ульріх Цвінглі (1494–1531), котрий висловлював думки щодо відповідного харчування й одягу, а також відповідних умов для бігу, стрибків, метання каміння, боротьби і фехтування [1, с. 55].

Серед англійських реформаторів, які вплинули на формування системи фізичного виховання країни, слід назвати Річарда Малкастера (1530–1611). Свої думки щодо означеної проблеми він узагальнив у книзі «Дослідження всіх обставин, обов'язкових у справі виховання дітей, незалежно від того, чи йдеться про дух, чи тіло», де було проаналізовано 45 різних ситуацій, причому більшість із них – під кутом морального і фізичного виховання. Цінною є думка автора про те, що, виконуючи завдання фізичного виховання, учитель водночас розв'язує низку інших педагогічних проблем. Відтак, він наголошує на необхідності контролювання фізичних вправ з навчальними цілями і на важливості ролі учителя в цьому процесі. Як наслідок, автори минулого і сучасності збігаються в думці про те, що теоретичний підхід Малкастера у поєднанні з його практичною діяльністю в лондонській трудовій школі є прототипом сучасного викладу теорії фізичного виховання [1, 2, 4].

З наукових досліджень, які значною мірою вплинули на формування концепції фізкультурної освіти майбутнього, важливими були праці з анатомії і біомеханіки Леонардо да Вінчі, з анатомії – А. Везалія і фізіології – У. Гарвея.



Узагальнення вище викладених підходів до фізичного виховання доби Відродження дає підстави для таких висновків:

❖ Було заперечено середньовічне ставлення до людини як оболонки душі, натомість визнавалася можливість пізнання анатомо-фізіологічних і психічних особливостей людського організму.

❖ У фізичному вихованні дітей першочергову роль відігравав ігровий метод.

❖ Відзначалася необхідність повернення до досвіду античного фізичного виховання, спрямованого на гармонійний розвиток людського тіла.

❖ Елементи руху набули характерних стилізованих форм, які, звільнившись від суто ритуального характеру, склали основу розвитку сучасних європейських концепцій фізкультурної освіти.

❖ Було визнано вплив природних даних на фізичне виховання.

❖ Було зазначено, що існує нерозривний взаємозв'язок між фізичним і духовним вихованням.

❖ До уваги почали брати вікові особливості дітей.

Однак, незважаючи на всі позитивні підходи у розумінні важливості фізичного виховання, згадані вище науковці і практики справляли лише частковий вплив на практику виховного процесу, оскільки у більшості шкіл досить сильними залишалися середньовічні підходи до проблем навчання і виховання. Проте їхню історичну роль у подальшому розвитку концепцій європейської фізкультурної освіти неможливо переоцінити.

Для епохи Відродження характерним є виникнення й поширення спортивно-ігрових (Англія) та гімнастичних (Німеччина, Швеція, Франція, Чехія, Данія та ін.) систем фізичного виховання, які мали в різних європейських країнах багато спільного, проте кожна з них відтворювала економічні, військові, культурні особливості тих країн, у яких вони були представлені. Відрізнялося також і застосування засобів, способів, організації й форм проведення занять. Ці системи були модернізовані і пристосовані до нових умов наприкінці ХІХ – на початку ХХ століття.

Загалом, характеризуючи вплив середньовічного фізичного виховання на сучасні концепції фізкультурної освіти, можна дійти таких висновків:

✓ Елементи руху набули своєрідних стилізованих форм, які, вивільнившись від елементів ритуального характеру, створили основу для розвитку сучасного європейського спорту.

✓ Було створено умови для відродження шкільної фізкультурної освіти.

✓ Більшість гімнастичних вправ позбулися тієї первинної ролі, яку вони відігравали у військовій підготовці.

✓ Головні ідеї епохи реформації сприяли гуманізації фізичної культури, проте вони не зазнали системної реалізації в освіті молодого покоління.

✓ Фізична культура ставала все менш обмеженою локальними рамками – вона набувала загальноєвропейського характеру.



Список використаних джерел:

1. Leonard F. *A Guide to the History of Physical Education* / Fred Eugene Leonard. – Philadelphia and New York: Lea & Febiger, 1923. – 363 p.
2. Кун Л. *Всеобщая история физической культуры и спорта* / Л. Кун – М.: Радуга, 1982. – 399 с.
3. Мор Т., Кампанелла Т. *Утопія. Місто Сонця* / Перекл. з лат.; Вступ. слово Й. Кобова та Ю. Цимбалука; Передм. Й. Кобова – Київ: Дніпро, 1988. – 207 с.
4. Пельменев В., Конеева Е. *История физической культуры: Учебное пособие* / Е. В. Конеева, В. К. Пельменев. – Калининград: Калинингр. ун-т, 2000. – 186 с.
5. Рабле Ф. *Гаргантюа и Пантагрюэль* // [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://lib.guru.ua/RABLE/rable1_1.txt.

References:

1. Leonard, F. (1923) *Guide to the History of Physical Education*. Philadelphia and New York: Lea & Febiger
2. Kun, L. (1982) *Vseobshhaja istorija fizicheskoy kul'tury i sporta*. Moscow: Raduga.
3. Mor, T. and Campanella, T. (1988) *Utopija. Misto Soncja*, translated by Kobov, J. and Cymbaljuk, Ju., Kyiv: Dnipro.
4. Pel'menev, V. and Koneeva, E. (2000) *Istorija fizicheskoy kul'tury*, Kaliningrad.
5. Rable, F. (1966) *Gargantjua i Pantagrjujel'*, Available at: http://lib.guru.ua/RABLE/rable1_1.txt.