Культура физическая и здоровье. 2026. № 2 (98). С. 109-112.
Physical Culture and Health. 2026, 2 (98), 109-112.

Научная статья
УДК 796.011
DOI: 10.47438/1999-3455_2026_2_109

НАЦИОНАЛЬНЫЕ ТРАДИЦИИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ И МОЛОДЁЖИ



Андрей Сергеевич Королёв

Воронежский государственный педагогический университет
Воронеж, Россия

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания
тел.: +7(473)255-46-56, e-mail: kudra88@mail.ru
ORCID 0009-0005-0869-9316

Аннотация. Национальные игры характерны тем, что оказывают большое влияние на развитие у детей и молодёжи патриотических чувств посредством демонстрации уникальности культуры. Каждая национальная игра, которая используется преподавателями по физической культуре на занятиях, включает в себя элементы, которые отражают историю, символику, а также особенности народного характера. *Цель исследования* – поиск сущностных характеристик национальных традиций в физическом воспитании детей и молодёжи. *Методы и организация исследования:* анкетирование, метод анализа и обобщения научно-методической литературы. *Результаты исследования и выводы.* Среди сущностных характеристик физического воспитания детей и молодёжи на основе национальных традиций можно выделить: *принципы*: индивидуальный подход к каждому воспитаннику, учёт его интересов, потребностей и способностей; развитие самостоятельности, ответственности, целеустремлённости и дисциплины у подростков; – *формы:* насыщенность занятий практикой, двигательной активностью; – *цели*: гармоничное развитие человека с приоритетом физического; воздействие через тело на дух; – *задачи*: популяризация здорового образа жизни в среде обучающихся, обеспечение осознания молодыми людьми безальтернативной необходимости физической активности; – *интеграцию* разных направлений воспитания – физического, гуманитарного, естественного, духовного и др. национальные игры способствуют формированию у обучающихся коллективного сознания. Когда дети и молодёжь играют в национальные игры все вместе, они учатся, прежде всего, сотрудничать, поддерживать друг друга, а также уважать традиции и обычаи не только страны, но и также своего края, округа.

Ключевые слова: физическое воспитание, национальные традиции, национальная культура, народные игры, этнографический досуг, концепция физического воспитания, городошный спорт, физическое воспитание детей и молодёжи, здоровье, физическая активность.

Для цитирования: *Королёв А. С.* Национальные традиции в физическом воспитании детей и молодёжи // Культура физическая и здоровье. 2026 № 2 С. 109-112. DOI: 10.47438/1999-3455_2026_2_109.

Введение

Физическое воспитание, основанное на национальных традициях, в большинстве случае выражает культурные ценности и приоритеты этой нации. Например, в некоторых культурах акцент может быть сделан на развитии физической силы и выносливости, в то время как в других – на гибкости и эстетике движений, данные ценности формируются исходя из исторического контекста и национальных исторических событий. На современном этапе развития общества, характеризующимся дефицитом двигательной активности и в то же время интенсивным продвижением принципов здорового образа жизни все больше внимания уделяется способам преодоления гиподинамии [8]. Как следствие, популяризируется спортивная деятельность, в ней открываются новые направления. Наибольшее влияние актуальные тенденции в обществе оказывают на молодое поколение – обучающихся школ и вузов. В этом контексте особое значение приобретает педагогический вектор в

© Королёв А.С., 2026

контексте распространения физической культуры и спорта в обществе. Методы преподавания физической культуры определяют отношение молодого поколения к этой сфере и мотивируют его на занятия спортом.

Педагогическое воздействие на обучающихся в ходе занятий физической культурой позволяет осуществлять ценностное, мировоззренческое, духовно-нравственное воспитание молодежи, помимо собственно физического. Развитие тела тесным образом сопряжено с развитием духа, умением противостоять внешним деструктивным воздействиям. В этом контексте физическое воспитание признано ключевой задачей современности на государственном уровне [2, 3, 7].

При этом нельзя отрицать значимость национальных традиций, которая не уменьшается и в современных условиях. Согласно мнению классиков педагогики, таких как К. Д. Ушинский, в деле воспитания акцент следует делать на природных склонностях человека, развивать их для создания нового, учитывать национальный менталитет и характер [2,6].

Как видим, налицо противоречие между традицией и инновацией в рамках педагогики физической культуры: при четко определенных требованиях правительства по внедрению новых методов физического воспитания необходимо сохранение традиций как базы для этого. Недостаточность методологической проработки данного вопроса определяет актуальность настоящего исследования.

Результаты исследования

Решить вопрос интеграции инноваций и традиций в физическом воспитании пытались многие ученые. Так, например, в работах М. П. Асташиной [1], А. К. Ковалевского [6], А. С. Королева [7], Э. Э. и др. репрезентирована возможность физического воспитания детей при помощи танцев под народную музыку, а также традиционных национальных игр. В этом случае ученые пытаются подвести под актуализацию спорта и физической культуры кросс-культурную основу.

П.Ф. Лесгафт считал, что народные игры имеют огромную ценность для физического развития и воспитания, поскольку они учитывают естественные движения и природные потребности человека. В отличие от спортивных игр, которые требуют определенных навыков и специализированного оборудования, народные игры могут быть проведены в любых условиях и не требуют больших затрат. Такой подход отвечал философии П.Ф. Лесгафта, что физическое воспитание должно быть доступно для всех и направлено на развитие всех аспектов личности. Включение народных игр в обязательную программу физической культуры для образовательных учреждений позволяло достичь этой цели. Народные игры также имеют другие преимущества. Они способствуют развитию социальных навыков, включая командную работу, сотрудничество и уважение к другим игрокам. Они также способствуют развитию физической выносливости, координации, гибкости и силы. Таким образом, включение народных игр в программу физической культуры является не только экономически эффективным, но и позволяет развивать разнообразные физические и социальные навыки учащихся [1,3,5].

Анализ работ различных авторов (в частности, таких, как С. Н. Гавров, Ф. В. Даминдарова и др.) свидетельствует о единодушии ученых при дефинировании термина «традиции» и выделении его ключевых черт:

– социокультурный феномен;
– средство передачи знаний и умений в поколениях;
– способ сохранения накопленного опыта;
– средство регулирования поведения людей;
– элемент конкретного пространства и времени;
– фундамент духовно-нравственного воспитания как интегративный комплекс норм, обычаев;
– средство стабилизации и воспроизводства общественных отношений в ряду сменяющих друг друга поколений [2, 11].

Традиции являют собой особые элементы культурной сферы социума, которые обеспечивают действительность связи прошлого и настоящего. Однако реализация ими своей функции окажется невозможной, если традиции не будут поддержаны институтом воспитания [3].

Традиции воспитания являются одним из ключевых механизмов передачи знаний, ценностей, норм и навыков от одного поколения к другому. Они формируются и развиваются в процессе общественной практики и социокультурного взаимодействия, и отражают особенности культуры и истории данного общества. Однако традиции физического воспитания не ограничиваются только передачей знаний и навыков, они также включают в себя систему ценностей, установок и образцов поведения, которые способствуют формированию личности ребенка. Традиции воспитания возникают из потребностей общества в передаче определенных ценностей и нормативов. Они помогают создать стабильность и непрерывность воспитательного процесса, а также обеспечивают социализацию и адаптацию индивида к обществу.

Таким образом, обобщая изложенные теоретические позиции учёных в области физического воспитания, в том числе в русле национальных традиции, можно сделать вывод, что каждая нация имеет свои традиционные виды физической активности, которые передаются из поколения в поколение, и указанные виды активности могут включать в себя танцы, спортивные игры, боевые искусства или другие традиционные упражнения и игры. Они служат не только для физического развития, но и для сохранения культурного наследия. Таким образом, среди сущностных характеристик физического воспитания детей и молодежи на основе национальных традиций можно выделить:

– *принципы*: индивидуальный подход к каждому воспитаннику, учет его интересов, потребностей и способностей; развитие самостоятельности, ответственности, целеустремленности и дисциплины у подростков;
– *формы:* насыщенность занятий практикой, двигательной активностью;
– *цели*: гармоничное развитие человека с приоритетом физического; воздействие через тело на дух;
– *задачи*: популяризация здорового образа жизни в среде обучающихся, обеспечение осознания молодыми людьми безальтернативной необходимости физической активности;
– *интеграцию* разных направлений воспитания – физического, гуманитарного, естественного, духовного и др. [2].

Следовательно, физическое воспитание на основе национальных традиций – согласно своим сущностным характеристикам – в той или иной степени часто внедряется в образовательные системы. Например, учебные заведения могут уделять особое внимание сохранению и передаче национальных физических традиций, что способствует не только физическому развитию, но и укреплению национальной идентичности.

Существуют общие принципы и особенности, которые можно выделить общие черты:

– культурный контекст. Так, физическое воспитание детей и молодежи всегда взаимосвязано с культурными традициями и ценностями нации. Оно может отражать местную культуру, историю и обычаи;

– здоровье и физическую активность. Главной целью физического воспитания является поддержание здоровья детей и молодежи, а также стимулирование их физической активности;

– образование. Физическое воспитание обычно является частью образовательной системы и помогает развивать физические, социальные и психологические навыки учащихся.

Физические упражнения (в частности, городки, гиря, народный жим, лапта), соответствующие национальным традициям, помогают сохранять и передавать культурное наследие следующим поколениям, что способствует сохранению и уважению культурных ценностей и традиций. Участие в городошном спорте помогает сохранять и передавать культурное наследие, поскольку молодое поколение учится играть в эти игры от старшего поколения, а также следует традиционным правилам и обычаям, связанным с этими видами спорта [9; 10,11].

Молодое поколение, проводящее большую часть времени в интернете, все дальше отходит от исконно русских традиций и ценностей. Во время исследования, которое было проведено в ФГБОУ ВО «Воронежский государственный педагогический университет» в 2025 году опросив более 500 студентов первого и второго курса, выяснилось, что более 71% опрошенных проводят в интернете более 6 часов ежедневно, при этом 73% респондентов не смогли назвать более трех традиционных русских игр. Эти цифры свидетельствуют о серьезном разрыве между молодым поколением и национальными культурными и физкультурными традициями. Однако стоит отметить, что сама молодежь осознает эту проблему - 82% опрошенных студентов выразили заинтересованность в форматах физической активности, сочетающих культурно-историческую составляющую.

Однако в целом необходимо констатировать, что проблема использования национальных средств физического образования в регионах может быть недостаточно исследована. Дальнейшие исследования и развитие этой области могут помочь определить эффективные методы внедрения таких программ в различных регионах страны. Нельзя не отметить и особенности в национальных традициях физического воспитания детей и молодежи и педагогические условия их реализации.

Сказанное позволяет нам утверждать, что обусловленные традициями и национальным менталитетом современные способы и методы преподавания физической культуры, приемы физического воспитания молодежи опосредованно оказывают благотворное влияние на российское общество, оздоравливая его и физически, и духовно [4]. Поддержка и расширение таких программ могут иметь важное значение для развития молодежи и общества в целом.

Выводы

Национальные методы физического воспитания могут включать в себя танцы, спортивные игры, народные игры, гимнастику, и многое другое, также они могут служить эффективными средствами поддержания здоровья и физической активности. Таким образом, среди сущностных характеристик физического воспитания детей и молодежи на основе национальных традиций можно выделить: индивидуальный подход к каждому воспитаннику, учет его интересов, потребностей и способностей; развитие самостоятельности, ответственности, целеустремленности и дисциплины у подростков; насыщенность занятий практикой, двигательной активностью; гармоничное развитие человека с приоритетом физического; воздействие через тело на дух; популяризация здорового образа жизни в среде обучающихся, обеспечение осознания молодыми людьми безальтернативной необходимости физической активности; *интеграцию* разных направлений воспитания – физического, гуманитарного, естественного, духовного.

Конфликт интересов

Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Библиографический список

1. Асташина, М. П. Физическое воспитание детей 3-7 лет в традициях русской народной культуры : монография / М. П. Асташина. – Омск: Изд-во СибГУФК, 2010. – 176 с.

2. Атабиева З.А., Желиготова Р.М., Кушхова А.Ф. Традиции как основа социального воспитания молодёжи в социальной работе / З.А. Атабиева, Р.М. Желиготова, А.Ф. Кушхова // Международный журнал экспериментального образования. 2017. № 8 С. 11–16.

3. Брановицкая, В. В. Необходимо ли физическое воспитание для образования / В. В. Брановицкая // Физическая культура и спорт в современном социуме. – Витебск: Витебская государственная академия ветеринарной медицины, 2024. – С. 172-174. – EDN DLBZCU.

4. Гонтаренко Ж.Н. К.Д. Ушинский о национальном характере воспитания / Ж.Н. Гонтаренко // Проблемы современного образования. 2014. № 3. С. 45-51.

5. Желязков, М. Д. Здоровый образ жизни и физическое воспитание студентов / М. Д. Желязков, О. Ю. Чашкова // Ростовский научный вестник. – 2022. – № 5. – С. 90-91. – EDN DDWKMT.

6. Ковалевский, А. К. Обогащение двигательного развития детей старшего дошкольного возраста при использовании игры «городки» : автореф. дис. ... канд. пед. наук / А. К. Ковалевский. – Екатеринбург: [б. и.], 2005. – 23 с.

7. Королев, А. С. Современное состояние городошного спорта в восприятии студенческой молодежи / А. С. Королев, А. А. Фролов, Д. Ю. Скворцова // Игровые виды спорта: актуальные вопросы теории и практики. – Воронеж: ООО "Ритм", 2019. – С. 70-74. – EDN VOUGMR.

8. Мендот Э.Э. Использование народных тувинских игр в физическом воспитании детей 5–6 лет в сельских дошкольных образовательных учреждениях : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Э.Э. Мендот. – Улан-Удэ : [б. и.], 2010. – 26 с.

9. Федоров, В. А. Теория и практика формирования культуры здоровья у обучающихся через физическое воспитание / В. А. Федоров // Молодежная наука. – Красноярск: Иркутский государственный университет путей сообщения, 2025. – С. 228-232. – EDN AJJFMX.

10. Фомичева, А. А. Физическое воспитание в системе всестороннего развития личности / А. А. Фомичева // Образование и наука без границ: социально-гуманитарные науки. – 2023. – № 21. – С. 196-199. – EDN NVCWUE.

11. Хабарова, Т. В. К вопросу реализации этнокультурной составляющей содержания образования в процессе физкультурно-спортивной деятельности старших дошкольников / Т.В. Хабарова // Дети России образованны и здоровы. – М., 2010. – С. 287-288.

References

1. Astashina, M. P. (2010), “Physical education of children aged 3-7 years in the traditions of Russian folk culture”, a monograph, Omsk.
2. Atabieva Z.A., Zheligotova R.M., Kushkhova A.F. (2017), “Traditions as the basis of social education of youth in social work” , International Journal of Experimental Education, pp-11-16.
3. Branovitskaya, V. V. (2024), “Is physical education necessary for education”, Physical culture and sport in modern society, Vitebsk, pp-171-174.
4. Gontarenko J.N. (2014),”K.D. Ushinsky on the national character of education”, Problems of modern education, pp-45-51.
5. Zhelyazkov, M. D. (2022), “Healthy lifestyle and physical education of students”, Rostov Scientific Bulletin, pp-90-91.
6. Kovalevsky, A. K. (2005), “Enrichment of the motor development of older preschool children using the game "towns", abstract of the dissertation of the candidate of pedagogical Sciences, Yekaterinburg.
7. Korolev, A. S. (2019),”The current state of urban sports in the perception of student youth”, Game sports: current issues of theory and practice, Voronezh,pp-70-74.
8. Mendot E.E. (2010),”The use of Tuvan folk games in the physical education of children aged 5-6 in rural preschool educational institutions”, abstract of the dissertation of the Candidate of Pedagogical Sciences, Ulan-Ude.
9. Fedorov, V. A. (2025), “Theory and practice of forming a health culture among students through physical education”, Youth science, Krasnoyarsk, pp-228-232.
10. Fomicheva, A. A. (2023), “Physical education in the system of comprehensive personality development”, Education and science without borders: social and humanitarian sciences, pp-194-199.
11. Khabarova, T. V. (2010), “On the issue of the implementation of the ethno-cultural component of the content of education in the process of physical culture and sports activities of senior preschoolers”, Russian children are educated and healthy, Moscow, pp-287-288.

Поступила в редакцию 14.04.2026
Подписана в печать 30.06.2026

Original article
UDC 796.011
DOI: 10.47438/1999-3455_2026_2_109

NATIONAL TRADITIONS IN PHYSICAL EDUCATION OF CHILDREN AND YOUTH

Andrey S. Korolev

PhD in Pedagogy, Associate Professor of the Department of Physical Education

Voronezh State Pedagogical University
Voronezh, Russia
ph.: +7(473)255-46-56, e-mail: kudra88@mail.ru
ORCID 0009-0005-0869-9316

Abstract. National games are characterized by the fact that they have a great impact on the development of patriotic feelings in children and young people by demonstrating the uniqueness of their culture. Each national game that is used by physical education teachers in their classes includes elements that reflect the history, symbolism, and characteristics of the national character. The purpose of this study is to identify the essential characteristics of national traditions in the physical education of children and young people. The methods and organization of the study include questionnaires, analysis, and synthesis of scientific and methodological literature. The results of the study and the conclusions are presented. Among the essential characteristics of physical education for children and young people based on national traditions, we can highlight the following principles: an individual approach to each student, taking into account their interests, needs, and abilities; the development of independence, responsibility, determination, and discipline in adolescents; and the following forms: the intensity of practice and physical activity physical activity; – integration of different areas of education – physical, humanitarian, natural, spiritual, etc. national games contribute to the formation of collective consciousness among students. When children and young people play national games together, they learn, first of all, to cooperate, to support each other, and also to respect the traditions and customs not only of the country, but also of their region, district, etc.

Keywords: physical education, national traditions, national culture, folk games, ethnographic leisure, the concept of physical education, city sports, physical education of children and youth, health, and physical activity

Cite as: *Korolev A.S.* National Traditions in Physical Education of Children and Youth // Physical Culture and Health. 2026. No. 2. P. 109-112. DOI: 10.47438/1999-3455_2026_2_109

Received 14.04.2026
Accepted 30.06.20