

УДК 796.01:373.5

СОКОЛОВА Н. Д.

Національний університет фізичного виховання і спорту України

## Формування здорового способу життя вихованок інституту шляхетних дівчат в Україні (XIX – поч. XX ст.)

**Анотація. Мета:** виокремити найважливіші моменти в процесі формування здорового способу життя в жіночих навчальних закладах України впродовж XIX–XX ст. **Матеріал і методи:** аналіз й узагальнення джерельної бази з даного питання. **Результати:** встановлено, що, не дивлячись на наявність широкої нормативно-правової бази, що регламентувала здоровий спосіб життя вихованок шляхетних інститутів, на практиці належної уваги не приділялось ані правильному харчуванню, ані руховій активності. **Висновки:** результати дослідження підтверджують, що через жорсткі порядки в стінах закладів, відсутність належної уваги проблеми здоров'я учениць поступово відбувається падіння популярності інститутів шляхетних дівчат серед молоді.

**Ключові слова:** гімнастика, здоровий спосіб життя, інститут шляхетних дівчат, танці.

**Вступ.** У сучасному суспільстві важливе місце посідає проблема формування у молоді здорового способу життя, адаптації їх до сучасних реалій. Звичайно, основи культури здоров'я мають прищеплюватися з раннього дитинства батьками й вихователями навчальних закладів. Перед фахівцями стоїть складне завдання забезпечити освітні установи необхідними інструктивно-методичними матеріалами з даного питання. До того ж робота над навчально-методичними посібниками для вчителів вимагає від спеціалістів не лише належної підготовки у сфері фізичного виховання, а й певних знань з історії становлення та розвитку системи фізичної культури в нашій країні. Лише врахування досвіду попередників дозволить удосконалити існуючу систему й не допустити помилок попередників. Саме тому автор вважає за доцільне звернутися до історії жіночих навчальних закладів, а саме інститутів шляхетних дівчат, що діяли на території України впродовж XIX – початку XX ст. Адже, на відміну від сучасності, процес розвитку жіночої освіти в Україні в XIX ст. мав певні особливості, які стосувалися не лише переліку вивчаємих дисциплін, а й питань раціонального режиму дня і здорового побуту дітей.

Історіографічний аналіз проблеми свідчить, що комплексне дослідження питання формування здорового способу життя в спеціалізованих жіночих навчальних закладах – інститутах шляхетних дівчат не велося ані в Україні, ані за кордоном. У вітчизняній літературі міститься інформація про особливості організації навчальної та виховної роботи в інститутах. Значний внесок у наукове вивчення даної тематики зробили такі дослідники, як О. Каленик [4], В. Добровольська [2], О. Аніщенко [1], Т. Сухенько [6] та інші. Однак поза увагою науковців залишилися проблеми вивчення нормативно-правової бази з питань здорового способу життя в інститутах шляхетних дівчат України XIX – першої половини XX ст.

**Зв'язок дослідження з науковими програмами, планами, темами.** Робота виконана в межах теми НДР кафедри соціально-гуманітарних дисциплін «Парадигма здорового способу життя в дискурсах фізичного виховання і спорту» (номер державної реєстрації 0111U001716).

[dx.doi.org/10.15391/sns.v.2015-2.035](https://doi.org/10.15391/sns.v.2015-2.035)

© СОКОЛОВА Н. Д. 2015



**Мета дослідження:** висвітлення історичних умов формування здорового способу життя й становлення концепції фізичного виховання в жіночих середніх навчальних закладах України впродовж XIX – початку XX ст.

**Матеріал і методи дослідження:** у роботі використано проблемно-хронологічний, аналітичний, порівняльно-історичний та описовий методи дослідження.

**Результати дослідження та їх обговорення.** З другої половини XVIII ст. в Російській імперії функціонують навчальні заклади для дівчат, адже раніше освіту панянки отримували виключно вдома. Так, 5 травня 1764 р. в Петербурзі розпочинає роботу перше Імператорське виховне товариство шляхетних дівчат, відоме всім як Смольний інститут. Згодом подібні установи відкриваються впродовж XIX ст. в Харкові (1811), Полтаві (1818), Одесі (1928), Керчі (1835) й Києві (1838). Ці навчальні інституції готували освічених дружин для дворян та гарних матерів, здатних правильно виховувати своїх дітей. Взагалі весь навчальний процес зводився до вирішення трьох основних завдань: фізичного вдосконалення, морального виховання й розумового розвитку [2, с. 116]. Фізичне вдосконалення обмежувалось викладанням предметів трудового циклу: дівчат знайомили з правилами ведення домашнього господарства, технологією приготування їжі та пошиття одягу тощо. Моральне виховання направлене на зміцнення у дівчат любові до порядку, праці; вони мали збагнути своє місце в тогочасному суспільстві та родині. Розумовий розвиток уособлювався вивченням різних наук та мистецтв (музика, малювання, танці). Однак, на відміну від документів, що регламентували діяльність інститутів, у реальному житті освітній та виховний процес панянок залишав бажати кращого. Недаремно, вихованки даних навчальних закладів у своїх спогадах постійно наголошують на низькому рівні освіти, яку вони отримували та суворій дисципліні, що панувала в стінах інституту. Дівчат відривали від родини, змушували виживати в обмеженому оточенні й беззаперечно підпорядковуватись наказам старших.

В інститут приймалися дівчатка віком від 5–6 років на строк навчання 12 років, при цьому батьки не мали права забирати своїх дітей до закінчення закладу [5, с. 743].



Процес навчання поділявся на чотири етапи, у залежності від віку учениць:

1. Від 5–6 років до 9.
2. З 9 до 12-річного віку.
3. 12–15 років.
4. Від 15 до 18 років.

З початку XIX ст. навчальний курс в інститутах скорочено до 6 років й поділено на три етапи з дворічним навчанням. На кожній стадії дівчатка вивчали певний перелік дисциплін. Так, у молодшому віці акцент робився на мови, арифметику, малювання, музику й танці. З дев'ятирічного віку додавалися географія, історія та економіка. Третій етап передбачав освоєння основ джерелознавства, архітектури і геральдики. Старші учениці повторювали весь пройдений матеріал, а також вдосконалювали свої манери, засвоювали правила етикету [5, с. 744]. Упродовж всього терміну навчання дівчата займалися рукоділлям та вивчали основи домоводства.

Такими дисциплінами, як музика й танці, рекомендувалось займатися разом усім вихованкам різного віку. Серйозно музичити, по чотири години на тиждень, дівчата розпочинали з 12 років, танцями займалися з малку дві години на тиждень [7, с. 136–139]. Слід також відмітити, що зарплатня вчителя танців була однією з найвищих – 400 крб. на рік, найбільше отримували лише викладачі музики – 500 крб. У середньому ж викладацький склад інституту одержував 300 крб. [7, с. 152–153]. Даний факт можна пояснити тим, що, за відсутності окремого предмету з фізичного виховання, значна увагу в учбовому процесі приділялась танцям, які сприймалися не лише як приємна розвага на балах, а й спосіб для досягнення гарної постави у дівчат. У цей період в Інституті шляхетних дівчат використовувалась виключно французька методика викладання танців, що включала в себе полонез, вальс, польку, мазурку, кадрили, котильйон – легкі й рухливі танці.

Додатково, з 1852 р. з ініціативи голови Учбового комітету принца П. Ольденбургського дівчата почали вивчати новий предмет – калістінію – спеціальну гімнастику, розроблену шведським гімнастом Густавом Паулі для дівчат. Рекомендувалось проводити заняття калістінією під наглядом лікаря, уникати складних вправ і обов'язково враховувати фізичний стан кожної вихованки [7, с. 303]. Проте, як згадують самі випускниці інституту, фізичному вихованню взагалі не приділялось належної уваги, лише одна-дві години на тиждень танцям, тому не дивно, що дівчата росли кволими й хворобливими [3, с. 234].

При цьому слід відмітити, що заняття гімнастикою й танцями викликали жвавий інтерес з боку учениць. Танці взагалі сприймалися як розвага та справжнє свято. У неділю дівчатам дозволялось влаштовувати внутрішні невеличкі бали та одягати нарядні стрічки й бархатки [3, с. 259]. Справжні бали влаштовували для панянок тричі на рік – у день народження імператриці, на інститутське свято та 1 січня. На цих заходах дівчата танцювали, ласували цукерками, фруктами й лимонадом. Новорічний бал був завжди костюмований, до якого інститутки готувалися декілька місяців [3, с. 36–37].

У статуті інституту визначався й розпорядок дня вихованок. День учениць у всіх інститутах розпочинався о 6 годині ранку й розподілявся, з різницею в

годину-півтори, наступним чином: до дев'ятої години, а саме початку уроків, дівчатка мали прочитати молитву, поспіdatи й приготуватися до занять. Перша частина учбового процесу завершувалася о 12, впродовж даного часу передбачалось 2 півторагодинні уроки. Заняття відновлювались о 15 після обіду й годинної перерви, відведеної для відпочинку та тривали до 18 години. Після годинного відпочинку, дівчата впродовж 2 наступних годин готували домашнє завдання й займалися рукоділлям. Під час самопідготовки, ученицям заборонялось розмовляти, рухатися, озиратися, їх поведінка обмежувалась сидінням на своєму місці, дивлячись в одну точку і повторенням про себе вивченого матеріалу [3, с. 240]. День завершувався вечерею та молитвою. Взагалі релігія посідала важливе місце в виховному процесі дівчат. Окрім дворазової щоденної молитви, у неділю й на великі свята дівчата разом з наставницями в обов'язковому порядку відвідували церковну службу, під час якої їм заборонялося розмовляти між собою, а з острахом і повагою слухати священника [5, с. 750].

Регламент Інститутів передбачав відведення окремого часу на відпочинок. Обов'язковою умовою функціонування кожного закладу була наявність рекреаційної кімнати або окремого великого приміщення для відпочинку. Інструкції рекомендували вчителям виводити вихованок на прогулянки, займатися руховою активністю. Перед наставницями ставилося завдання залучати до забав абсолютно всіх учениць [2, с. 753]. Проте години відпочинку обмежувалися, в кращому випадку, прогулянками в інститутському саду під суворим контролем класної дами. Налякані покаранням, дівчата змушені були лімітувати свої прогулянки повільною ходьбою й уникати рухливих та галасних ігор [3, с. 238]. Взагалі, повсякденне життя панянок обмежувалось стінами Інституту, лише інколи вони відвідували міські церкви або вранці, близько п'ятої години, старші дівчата мали змогу купатися в річці [3, с. 251].

На навчання відводилось п'ять годин на день (три години – з 9 до 12 – до обіду й дві – з 14 до 16 – після). У суботу дівчатка повторювали пройдений матеріал й читали художню літературу французькою або німецькою мовами. Неділя вважалась вихідним днем [7, с. 142–151]. У 1797 р. з ініціативи імператриці Марії Федорівни кількість годин, відведених на навчання, збільшилась до восьми (з 8 до 12 до обіду, й з 14 до 16 – після). На відпочинок виділялися післяобідні години в середу й суботу, а також неділя.

Тричі на день учениці відвідували спільну їдальню. Їм дозволялося вживати лише просту й здорову їжу. Цікаво те, що окремі постанови уряду регламентували щоденне меню вихованок інститутів шляхетних дівчат. На сніданок завжди подавали хліб з маслом, сиром чи ковбасою, а також молочні каші (ячна, гречка, манка, пшоняна); обід включав суп, гарнір з м'ясом та десерт (ватрушки, хворост, млинці з варенням, солодкі пиріжки) [7, с. 316]. Під час частування, наставниці повинні були вчити вихованок столовому етикету й слідкувати за правильною поставою. Велика увага приділялась гігієні (миттю рук, полосканню ротової порожнини) як до прийому їжі, так і після [5, с. 752]. Однак, як часто трапляється, реалії життя відрізнялись від офіційних документів й розпоряджень. За спогадами вихованки Київського інституту шляхетних дівчат М. Воропано-

вої, сніданки й обіди були несмачними й неякісними. Так, суп подавали холодним й мутним, м'ясо з жиром, а десерти липкі й тягучки, в начинці ж часто знаходили мух або їх крильця чи лапки. Чай дівчата пили холодний, розведений цукровим сиропом з чверткою булки та шматочком хліба. При цьому учениці завжди отримували чітку порцію їжі, й нерідко залишались голодні [3, с. 245].

День для вихованок різного віку закінчувався в окремих час. Наймолодшим дітям на сон виділялось 9 годин; другій віковій групі – 8, третій – 7 годин 30 хвилин, найстарші спали – 6 з половиною годин. Відпочивали учениці в спільних великих кімнатах, котрі мали камін та витяжку для кращого провітрювання приміщення. За здоров'ям дітей слідували лікарі, посади яких передбачені в штатному розкладі [5, с. 754–755].

Жорстка регламентація життя учениць, становий характер інститутів, невідповідність якості освіти реаліям часу, коли зберігався пріоритет виховання над навчанням, спричинили на початку ХХ ст. скорочення числа вихованок й саму популярність даного навчального закладу. Все більшої переваги над інститутами шляхетних дівчат набувають гімназії, які не були осередком консервативності й надавали освіту, потрібну для роботи в галузі промисловості й суспільного виробництва. З приходом до влади більшовиків, потреба в інститутах зникла, оскільки вони не відповідали існуючій системі виховання.

**Висновки.** Отже, інститути шляхетних дівчат стали першими світськими жіночими освітніми закла-

дами країни. Метою даних навчальних установ стала підготовка дівчат з заможних купецьких й дворянських родин до суспільного життя, виділяючи їм роль гарних дружин та матерів. Диплом інституту також гарантував вихованкам працевлаштування в жіночих навчальних закладах й заможних родинах на посаду вчительки або гувернантки. Діючий статут інститутів повністю регламентував життя учениць від розпорядку дня до меню в їдальні. Досить жорсткі правила поведінки ще більше ускладнювались існуючими стереотипами в стінах даних навчальних закладів. Головне правило виховання закладу – підкорення старшим, страх перед покаранням. Впродовж дня дівчата старанно вивчали мови, Закон Божий, основи математики, суспільні науки, але при цьому майже не зверталась увага на фізичний стан вихованок. Постійне голодування, малорухливий спосіб життя перетворив учениць на кволих осіб, і це при тому, що в розкладі передбачалось викладання танців та гімнастики. Однак двогодинні тижневі уроки танцями не могли замінити необхідні для підростаючого організму прогулянки та рухливі ігри на свіжому повітрі. Тому не дивно, що на початку ХХ ст. великої популярності набувають сучасні й менш консервативні гімназії, тоді як кількість вихованок інститутів шляхетних дівчат з кожним роком все більше скорочувалась.

**Перспективи подальших досліджень.** Подальші дослідження варто спрямувати на вивчення особливостей формування здорового способу життя в жіночих навчальних закладах України в післяреволюційний період.

#### Список використаної літератури:

1. Аніщенко О. В. Розвиток професійної освіти жінок в Україні (II половина XIX – початок XX століття) : Дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / О. В. Аніщенко. – К., 2000. – 279 с.
2. Добровольська В. А. Навчання в інститутах шляхетних дівчат Півдня України другої половини XIX – на початку XX століття / В. А. Добровольська // Історичний архів. – 2009. – Вип. 3. – С. 114–117.
3. Інститути благородних девиц в мемуарах вихованок / Сост. Г. Мартынов. – М., 2013. – 288 с.
4. Каленик О. В. Особливості організації навчальної та виховної роботи у Харківському інституті шляхетних дівчат в 1812–1919 роках / О. В. Каленик // Збірник наукових праць ХНПУ ім. Г. С. Сковороди. Серія «Історія та географія». – 2012. – Вип. 44. – С. 120–126.
5. О воспитании благородных девиц в Санкт-Петербурге при Воскресенском монастыре; с приложением Устава и Штата сего воспитательного общества / Полное собрание законов Российской империи с 1649 года. – СПб., 1830. – Т. XVI.
6. Сухенько Т. В. Середня жіноча освіта в Україні (XIX – початок ХХ ст.) : Автореф. дис. ... канд. іст. наук : 07.00.01 / Т. В. Сухенько. – К., 2001. – 20 с.
7. Черепнин Н. П. Императорское воспитательное общество благородных девиц: исторический очерк (1764–1914) / Н. П. Черепнин. – Петроград, 1915. – Т. 3. – 754 с.

Стаття надійшла до редакції: 10.03.2015 р.

Опубліковано: 30.04.2015 р.

**Аннотация.** Соколова Н. Д. **Формирование здорового образа жизни воспитанниц института благородных девиц в Украине (XIX – нач. XX в.).** *Цель:* вычленили важнейшие моменты в процессе формирования здорового способа жизни в женских учебных заседаниях Украины на протяжении XIX–XX вв. **Материал и методы:** анализ и обобщение источников по данному вопросу. **Результаты:** установлено, что, не смотря на наличие широкой нормативно-правовой базы, регламентирующей здоровый способ жизни воспитанниц институтов благородных девиц, на практике должного внимания не уделялось ни правильному питанию, ни двигательной активности. **Выводы:** результаты исследования подтверждают, что через жестокие порядки в стенах заведений, отсутствие надлежащего внимания проблеме здоровья учениц постепенно падает популярность институтов благородных девиц среди молодежи.

**Ключевые слова:** гимнастика, здоровый образ жизни, институт благородных девиц, танцы.

**Abstract.** Sokolova N. **Forming of healthy way of life of pupils of institute of noble maidens is in Ukraine (XIX – the beginning of the XX Century).** *Purpose:* to define major moments in the process of forming of healthy method of life in the woman educational meeting of Ukraine during XIX- XX centuries. **Material and Methods:** analysis and generalization of sources on this question. **Results:** it is set that not looking on the presence of wide normatively legal base regulating the healthy method of life of pupils of institutes of noble maidens, in practice due attention spared to neither the correct feed nor motive activity. **Conclusions:** research results confirm that through cruel orders in the walls of establishments, absence of the proper attention to the problem of health of students gradually popularity of institutes of noble maidens falls among young peoples.

**Keywords:** gymnastics, healthy lifestyle, institute of noble maidens, dances.

Received: 10.03.2015.

Published: 30.04.2015.

**References:**

1. Anishchtnko O. V. *Rozvitok profesijnoi osviti zhinok v Ukraini (II polovina XIX – pochatok XX stolittya): dis. kand. ped. nauk [Development of trade education of women is in Ukraine (II a half of XIX is beginning of XX of century)]*, Kyiv, 2000, 279 p. (ukr)
2. Dobrovolska V. A. *Navchannya v institutakh shlyakhetnikh divchat Pivdnya Ukraini drugoi polovini XIX – na pochatku XX stolittya [Studies in the institutes of noble maidens of South of Ukraine of the second half of XIX – at the beginning XX of century]*, Kyiv, 2009, vol. 3, pp. 114–117. (ukr)
3. Martina G. *Instituti blagorodnikh davits v memuarakh vospitanits [Institutes of noble maidens are in the memoirs of students]*, Moscow, 2013, 288 p. (rus)
4. Kalenik O. V. *Osoblivosti organizatsii navchalnoi ta vikhovnoi roboti u Kharkivskomu instituti shlyakhetnikh divchat v 1812–1919 rokakh [Features of organization of educational and educator work are in the Kharkiv institute of noble maidens in 1812-1919]*, Kharkov, 2012, vol. 44, pp. 120–126. (ukr)
5. *O vospitanii blagorodnikh geviz v Sankt-Peterburge pri Voskresenskom monastire [About education of noble maidens in Saint Petersburg at Voskresensky monastery]*, Sanckt-Peterburg, 1830, vol. XVI. (rus)
6. Sukhenko T. V. *Serednya zinocha osvita v Ukraine (XIX – pochatok XX st.): avtoref. kand. ist. nauk [Secondary woman education is in Ukraine (XIX is beginning of XX of century)]*, Kyiv, 2001, 20 p. (ukr)
7. Cherepnin N. P. *Imperatorskoe vospitatelnoe obshchestvo blagorodnikh deviz: istoricheskij ocherk (1764–1914) [Emperor's educator society of noble maidens: historical essay (1764–1914)]*, Petrograd, 1915, vol. 3, 754 p. (rus)

Received: 10.03.2015.

Published: 30.04.2015.

**Соколова Наталія Дмитрівна:** к. і. н.; Національний університет фізичного виховання і спорту України: вул. Фізкультури 1, м. Київ, 03680, Україна.

**Соколова Наталия Дмитриевна:** к. и. н.; Национальный университет физического воспитания и спорта Украины: ул. Физкультуры 1, г. Киев, 03680, Украина.

**Nataliia Sokolova:** PhD (History); National University of Physical Education and Sport of Ukraine: Fizkultury str. 1, Kyiv, 03680, Ukraine.

**ORCID.ORG/0000-0002-5393-8567**

**E-mail:sokolik\_n@ukr.net**

**Бібліографічний опис статті:**

Соколова Н. Д. *Формування здорового способу життя вихованок інституту шляхетних дівчат в Україні (XIX – поч. XX ст.)* / Н. Д. Соколова // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2015. – № 2(46). – С. 186–189. – dx.doi.org/10.15391/sns.v.2015-2.035

