

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ  
КАФЕДРА ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

## **ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ СПОРТУ ХОРТИНГ НА ХЕРСОНЩИНІ**

### **Дипломна робота**

на здобуття ступеня вищої освіти бакалавр

Виконала: студентка 4 курсу 411 групи  
напряму підготовки  
6.010201 Фізичне виховання\*  
Савіцина Катерина  
Керівник к.фіз.вих., доцент Степанюк С.І.  
Рецензент кандидат медико-біологічних  
наук з фізичного виховання і спорту,  
доцент Голяка С.К.

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	3
<b>РОЗДІЛ 1. Теоретичні засади українського національного виду єдиноборств хортинг</b> .....	6
1.1. Українські національні системи єдиноборств.....	6
1.2. Історичні передумови розвитку українського національного виду спорту хортинг.....	9
1.3. Спортивно-оздоровчеспрямування хортингу.....	16
<b>РОЗДІЛ 2. Організація та методи дослідження</b> .....	23
2.1. Характеристика понятійного апарату дослідження.....	23
2.2. Організація дослідження.....	24
2.3. Основні методи дослідження.....	25
<b>РОЗДІЛ 3. Розвиток хортингу в сучасній Україні</b> .....	28
3.1. Діяльність засновника бойового мистецтва хортинг.....	28
3.2. Історія розвитку спорту хортинг в херсонській області...	31
3.3. Здобутки спортсменів Херсонщини на міжнародній арені.....	32
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	39
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	40

## ВСТУП

**Актуальність проблеми.** За останні роки Україна перебуває в умовах боротьби за національну ідентифікацію та збереження цілісності, а також державотворчих тенденцій. Це суттєво підвищує вимогу до фахівців різних галузей діяльності людини стосовно підвищення рівні всенародно-патріотичного виховання та збереження генофонду [35]. На думку багатьох дослідників винятково дієвим у цьому напрямі є системи тіловиховання започатковані на національних одноборствах. Їхні історичні передумови виокремлення та ґрунтовний позитивний вплив на морфофункціональні, психоемоційні та морально-вольові сторони підготовленості людини є беззаперечним [4, 8, 10, 16, 25].

Надбання Україною незалежності суттєво спонукало національну свідомість діячів у різних галузях діяльності людини [5, 17, 31]. В трактуванні історії нашої державності відбувалися першочергові зміни. Вони карбувалися на пошуку культурологічних та національно ідифікаційних фактів. Саме доба козацтва займає важливе місце в період якої зауважують виникнення значної кількості національних одноборств, які до теперішнього часу мають незалежний характер, насамперед, як окремі види спорту [5, 17]. Серед праць дослідників різних років виокремлюють ті, які мають спільне з вивченням національних одноборств. Зокрема проведений пошук інформації вказав на вивчення питань розвитку хортингу, бойового гопака та інших видів національних одноборств [4, 8, 17, 25, 31].

Ідея зародження хортингу має зв'язки з відновленням застарілих громадянських звичаїв, що переказували з уст в уста українського народу. Головна ціль хортингу – поширення та підняття ролі фізичної культури і спорту, національне виховання, приєднання дітей та юнацтва до оздоровчого стилю життя, виховувати доброзичливість та повагу и любов до рідного краю [2, 6].

На протязі 20-ти років різноманітні бійцівські єдиноборства розповсюджуються по теренах нашої держави. Багатьом відомо як східні бойові єдиноборства – айкідо, дзюдо, карате, сумо, тайський бокс, тхеквандо, ушу та ін., так і західні – данте, капоейра, кікбоксинг, панкратіон, реслінг та ін. Ударна техніка руками та ногами може бути запозичена з шкіл європейського боксу, карате, ушу-саньда і багатьох інших єдиноборств. Техніка боротьби включає в себе елементи класичної та вільної боротьби, дзюдо, самбо, в тому числі і бойове самбо і т.д. таким чином, хортинг – універсальне бойове мистецтво, адаптоване на Україні, схоже на змішані єдиноборства ММА і т.д., які виховують у бійців бойовий дух і високі морально-етичні якості [2, 6].

Однак, не зникають і вітчизинські системи психічного і фізичного піднесення людини, войовничий зміст яких залишився до наших днів. Поміж дієвих українських систем приватного бійцівського уміння спеціалістів розрізняють сваргу, спас, хрест, хортинг та ін. Хортинг до сьогодення користується значною популярністю серед сучасної молоді. Козацьке єдиноборство хортинг визнано як вид спорту Міністерством України у справах сім'ї, молоді та спорту у 2009 році [7].

**Об'єкт дослідження** – історія розвитку спортивного руху на Україні.

**Предмет дослідження** – становлення та розвиток українського національного виду спорту хортинг.

**Мета роботи** полягала у вивченні та узагальненні історії розвитку українського національного виду спорту хортинг на Херсонщині.

**Завдання дослідження:**

1. Вивчити особливості історичного розвитку українського національного виду спорту хортинг.

2. Визначити й проаналізувати основні періоди формування й розвитку українського національного виду спорту хортинг впродовж ХХ століття.

3. Виявити передумови формування українського національного виду спорту хортинг в Херсонській області.

**Методи дослідження** – для вирішення поставлених завдань в роботі застосовувалися такі методи дослідження: розгляд літературних джерел; аналіз архівних документів; опитування; порівняльно-історичний метод; метод комплексного дослідження історичних джерел.

**Практичне та теоретичне значення отриманих результатів.** Основні положення кваліфікаційної роботи можуть бути використанні при написанні навчальних підручників та посібників з історії та теорії спорту, при розробці спецкурсів та спецсеінарів для студентів факультету фізичного виховання та спорту.

**Апробація.** За матеріалами дослідження було виголошено доповідь на Всеукраїнській студентській науковій конференції “Дидактико-методичні аспекти фізичної культури”, (Херсон, 2019), VIII науково-практичній Інтернет-конференції з міжнародною участю «Стратегічне управління розвитком фізичної культури і спорту» (Харків, 2020).

**Публікації.** Результати роботи відображені у збірці матеріалів студентських наукових робіт “Дидактико-методичні аспекти фізичної культури” (Херсон, 2019) та збірці матеріалів VIII науково-практичної Інтернет-конференції з міжнародною участю «Стратегічне управління розвитком фізичної культури і спорту» (Харків, 2020).

**Структура та обсяг роботи.** Кваліфікаційна робота складається із вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків. Текст випускної роботи викладено на 39 сторінках друкованого тексту. Список використаних джерел налічує 47 найменування.

## РОЗДІЛ 1

### ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ УКРАЇНСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО ВИДУ ЄДИНОБОРСТВ ХОРТИНГ

#### 1.1. Українські національні системи єдиноборств

Перебування України у стані універсального національно-культурного розвитку було досить рідким. Наявність або відсутність етнічної самоорганізації у формі держави важають епохальний чинник, що істотно змінював світоглядні основи національної культури, у тому числі і фізичної. Порядок військово-армійської спортивної тренуваності базується на засадах народної фізичної культури, опанував все те краще, що зробив український народ у сфері військово-армійської спортивної тренуваності [8, 35].

У часи Запорізької Січі бойова культура досягла великого значення. Особливо відзначилася фізична культура для воїнів українського народного ополчення. За часів Київської Русі швидкими темпами починають удосконалюватися організаційні форми виховання і підготовки молоді [8, 31, 35].

Через постійні суперечки з войовничими сусідами за сотні років в Україні сформувалася система військово-фізичного навчання. Від періоду Київської Русі до епохи козацтва визначним напрямком виховання було підготування молоді до військової справи та оборони власної сім'ї, народу, землі. Стрільба з лука, фехтування, їзда верхи, метання, плавання тощо є основним складовим військово-фізичного вишколу [8, 31, 35].

Науковці посилаються на свідчення наочних свідків, розгляд зброї, яка була в ті часи, етнографічний матеріал, із цілісного вчення воїна (дружинника, козака) визначають такі складові: фехтування (мечем, шаблею, списом); боротьба (на поясах, навхрест); навкулачки (бій лише руками, своєрідний аналог боксу); рукопаш (поєдинки з використанням борцівської та ударної техніки руками та ногами) [4, 8, 10, 25,].

В умовах національного відновлення та широкого розповсюдження різноманітних систем психофізичного вдосконалення, лише в останні роки ХХ-го століття з'явилися дослідники, що взялися за пошук “залишків” національних одноборств, їхню реконструкцію та розвиток [8, 17].

Національні види спорту які засновані на національнокультурних традиціях України. Офіційно визнаними в Україні (занесеними до реєстру Міністерства молоді та спорту) є такі:

**Український рукопаш «Спас»** – різновид спортивного одноборства, який має українське національне коріння і витоки з січового бійцівського мистецтва «Спас». З липня 2008 року був поширений в Україні як різновид спорту. У 2010 році Міністерством у справах сім'ї, молоді та спорту український рукопаш «Спас» занесений в список різновидів спорту, що були прийняті в Україні (наказ Міністерства у справах сім'ї, молоді та спорту № 306 від 09.02.2010 р.). З 2005 року український рукопаш «Спас» упроваджує ВГО "Всеукраїнська федерація «Спас» (Президент Притула О. Л.). Рукопаш «Спас» активно набирає оберти у 13 областях України та у 8 країнах світу: Україна, Білорусь, Естонія, Польща, Швеція, Німеччина, Грузія, Азербайджан. У 2012 році пройшов перший чемпіонат Європи з українського рукопашу «Спас», а в 2013 – вступний чемпіонат світу [9, 23, 26, 28].

**Рукопаш гопак** – українське бійцівське мистецтво в основі якого лежить система фізично-духовного виховання. Складається з ударної техніки (рук та ніг) та техніки боротьби (кидки, больові та задушливі захвати). Саме 21 листопада 2003 року була внесена до реєстрації Федерація Українського рукопашу Гопак. В серпні 1998 року, в рамках II Всеукраїнського фестивалю козацьких бойових умінь пройшов перший чемпіонат з рукопашу Гопак. В змаганнях беруть участь команди з таких областей: Львівської, Тернопільської, Івано-Франківської, Волинської, Чернівецької областей, а також Києва та Кропивницького [9, 23, 26, 28].

**Козацький двобій** від 2001 року став національним видом бойових мистецтв. Започаткував цей вид єдиноборств шановний тренер України, відомий спортсмен і фахівець Попович Анатолій Васильович [9, 23, 26, 28].

**Боротьба на поясах Алиш** – вид спорту, що об'єднує різновиди національних єдиноборств. Це досить новітнє бойове мистецтво, яке почало свою роботу ще на початку нового тисячоліття. Зародилося в місті – Киргизстан. Алиш мав на меті об'єднати елементи боротьби на поясах різноманітних етнічних груп Центральної Азії. Алиш відрізняється від інших видів боротьби на поясах за способом тримання самого поясу. Перед боротьбою Алиш борці обгортають поясами один одного навколо своїх зап'ястків. На даному етапі ця боротьба не входить до програми Всесвітніх ігор. Тільки від Федерації України з боротьби на поясах Алиш залежить активний розвиток цього виду єдиноборств [9, 23, 26, 28].

**Бойовий гопак** – українське національне бойовниче мистецтво, в яке входять елементи традиційних звичаїв бою січовиків, що залишилися ще з давніх народних танців. Бойовий гопак і рукопашний бій «Спас» було визнано Верховною Радою національними видами спорту України 25 травня 2017 року [9, 23, 26, 28].

**Асгарда** – жіноче українське національне бійцівське мистецтво, випрацьоване на засаді складників узвичаєного козацького двобою, що не порушувалися в національних танцях. Асгарда має схожість з технікою Бойового Гопака, але у ньому приділяють увагу анатомофізіологічним можливостям жінки. Дівчата опановують боротьбу, техніку і тактику ведення бою, вчать володіти зброєю різної складності та удосконалюють систему самозахисту [9, 23, 26, 28].

**Фрі - фایت** (англ. **Free - fight** – «Вільний бій») – бійцівське мистецтво, національний різновид змішаних єдиноборств. Фрі-файт сполучає навички не однієї бойової традиції світу в єдину систему,



застосовуючи найефективнішу техніку ведення поєдинку, також, фрі-файт дає перспективу для розвитку високої динаміки поєдинків. Готування спортсменів до змагань за системою фрі-файту – комплексна і поєднує в собі різні техніки для поновлення та забезпечення нормальної діяльності всіх процесів в організмі [9, 23, 26, 28].

**Хортинг** – це новоутворений національний вид спортивних єдиноборств, яке наближене до українських традицій. Хортинг впорядкувався не лише як бойова майстерність, а і як порядок сукупної фізичної підготовки, покращення психологічного, чуттєвого та освіченого виховання. За поясненнями зачинателів даного різновиду спортивного єдиноборства – «хортинг» берес свою назву від славнозвісного острова Хортиця, де розміщалась Запорізька Січ. 21 серпня 2009 року хортинг став офіційним видом спортивних єдиноборств (наказ № 3000) [2, 23, 28].

## **1.2. Історичні передумови розвитку українського національного виду спорту хортинг**

Український нинішню дитинно-юнацький оздоровчий порядок, який здобув популяризацію поміж юнацтва та суцільного розповсюдження серед населення на Україні, отримала державну підтримку, а згодом переформувалася у державний різновид спорту Хортинг, був започаткований в Україні у 2008 році. Офіційно хортинг визнали видом спорту за постановою із умовним числом – Наказ № 3000 Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту до Дня Незалежності України від 21 серпня 2009 року. У цій постанові Міністерство зарекомендувало основоположнику хортингу Єрьоменку Е.А., як президенту всенародного об'єднання, виробити до 20 серпня 2011 року:

- платформу піднесення різновиду спорту в Україні на протязі 4 років;
- належні рекомендації до спортивної систематизації;

- настанова проведення роботи судді на турнірах з різновиду спорту хортинг;
- послідовні пропонування щодо проведення роботи судді на турнірах з різновиду спорту;
- брати участь у вседержавних турнірах, проводити заходи щодо поширення та подальшого піднесення різновиду спорту в Україні [2, 7].

Випрацьовування правил змагань з хортингу, а також його високоякісний порядок було направлено на видумку техніки прийомів самооборони та спортивної техніки єдиноборства, зачинатель якого став визначний спортсмен Е.А. Єрмоєнко – який був випускником Дніпропетровського Державного інституту фізичної культури кафедри боксу, боротьби і важкої атлетики та Інституту проблем виховання Національної Академії педагогічних наук України, уроджений у м. Дніпродзержинську Дніпропетровської області на Придніпров'ї, де з давна шанувалися та переказувалися нащадкам національні культурні та бойові узвичаєння українських запорожців [10]. В час піднесення рівня знань Е.А. Єрмоєнка на юридичному факультеті Київського Національного Університету ім. Т.Г. Шевченка йому випала нагода навчатися у керівника кафедри історії України, визначного історика-науковця, доктора історичних наук професора В.І. Сергійчука, котрий напускав на себе історичні наукові документи щодо фізичної тренуваності та воявничих узвичаєнь запорожців, зосібна історичної батьківщини Придніпров'я, на краях якого і досі мешкають потомство сильних та мужніх предків, прабатьківського козацтва запорожського, узвичаєння яких вкладені в засаді уродження та буття незалежних запорожських країв, чуттєвим та могутнім центром яких була поздовж кількох віків Запорозька Січ (о. Хортиця і довколишні краї Придніпров'я) [14, 19, 22].

Термін «хортинг» виникло від найменування славнозвісного острова Хортиця, де розкинула свої землі Запорозька Січ, яка відігравала важливу

роль в історії рідного краю українського народу. Якраз Хортиця була оборонною спорудою січовиків, де самоудосконалювалося військо мистецтво з однією метою – захистити рідний край [2].

Думка про зародження хортингу, як сукупний порядок самопокращення данної особи, започаткований на фізичному, морально-етичному та чуттєвому навчанні, має спільне з відновленням найдавніших всенародних узвичаєнь, що переказувалися всім нащадкам [2].

Звісно, що в дохристиянський період у рідному краї проживали бойові скіфи й сармати. Саме сарматів і дотепер вважають найвправніших бійців в історії народу. Узвичаєння бійцівського навчання українського людства з давніх давен тяглися від скіфів і сарматів. Інтересним залишається реальний випадок, і то що на великій кількості географічних картах вже XVI – XVII сторіччі терени української держави відмічали як SARMATIA [22, 23, 28].

У Київській Русі фізичне навчання поширювалося й мало підґрунття на засаді багатостолітніх державних узвичаєнь. Найвеличнішого розвитку здобули народо-культурні ігрища, бої за допомогою кулаків та протиборство. Тому що предкам випадала можливість часто вести війни, тому й ігрища були у них відповідного забарвлення. Вони давали змогу забезпечувати давньоруське населення активним відпочинком, відновленням фізичної і психічної наснаги, необхідий стан здорового організму та спортивного тренування. З історичних джерел загальновідомо, що польське, литовське і українське дворянство, а вже незабаром і московське панство відправляли власних хрещеників для навчання у Запорізьку Січ: вважали, що виключно серед відважних воїнів, можна здобути професійну фізичну підготовку [22, 28, 46].

Січ важалася краєм виникненням запорожської доблесті і козацької мужності та сміливості тих часів, твердинею великого війська бійців козацтва, яка сформувала для себе настанови вищого розпорядку в проміжках між походами і самопожертви. Хортиця ставала

становищем козаків, де безперервно покращувалося бійцівська майстерність з ціллю завоювань, а також з ціллю оборони своєї кровної держави. Змагання серед найвідважніших воїнів, носіями прав на січові курені та кулачні бої відбувалися майже постійно і з різною метою: для обрання провідників куренів і рот, на фестивалях і торжествах, з ціллю примирення запорожців які посварилися, сутички, які проходили не лише на головному площі Січі, а й у інакшій території, в момент походів та у вільномі дозвіллі з метою удосконаленню бійцівських умінь на момент несподіваного бою з ворогами [22, 28, 29].

У відкрите коло з учасників (козацький хорт), виходили козаки, знімали зброю і віддали товаришам по куреню. За козака, який вирушав на протиборство відстоювати гідність табору, вболівала вся сотня. В поєдинках давали дозвіл обмотувати пальці та кисті рук шматком тканини, а віковий козак, який стежив за поединком всередині кола слідкував за тим, щоб учасники не замотували каміння у ганчірку, щоб у штанях не тримав потаємного озброєння, і співучасники сутички знаходилися в тверезому стані, тому що нетверезий стан карався позбавленню дозволу на голосування в момент січових зібрань. Жодний козак не мав право ступати за поріг хорту (козацьке коло) у такому стані. Вважалося, що той, хто порушує це правило – не вартий гідності, тому що цього козака підтримували побратими і головнокомандувачі уряду [2, 22, 28, 29].

Думка відновлення оздоровчих, бойових, культурних, військово-патріотичних узвичаєнь Запорозької Січі в основі теперішнього хортингу, як сукупного порядку само покращення власної персони, основоположної на фізичному, психічно-добропристойному та душевному вихованні, узгоджена з відновленням старих українських узвичаєнь кожної національної меншини, які були жителями Хортиці. Поміж свобідних запорожців Січі, стали носії приблизно 40-ка різноманітних етнічних груп. Вони разом несли тягар військового буття і ходили у походи. Серед міжнаціоналу на Січі головними громадами були носіями слов'яни, і так

само траплялися носії татар, австро-угорці, романської громади, грузини, азербайджанці, вірмени, турки, азіатська спілка, євреї, цигане і ті ізольовані араби та африканці. Був лише єдиний головний закон – існувати гідно, стежити за власним здоров'ям і додержування військових звичаїв [22, 23, 26, 28].

В ігрищах і поєдинках могли брати участь учасники будь-яких народностей, найголовніше – дотримуватися простих правил: не кусатися, не чіпляти пах, не лізти руками в очі, не зламувати пальці кінцівок, не вмотувати каміння в шмат ганчірки та не вдаряти конкурента макітрою о підлогу. Все останнє було дозволено правилами. Хорт (козацьке коло) – місцевість, з метою проведення поєдинків позначали кресленням кола палицею на землі або на траві, вбивши маленькі палиці з дерева в ґрунт, таким чином позначали територію хорту. Урахування часу не використовувалося при проведенні двобоїв, бій тривав до того моменту, доки один з бійців не перебував на вершині травмованого учасника або до втрачання тям одного із конкурентів. У мить коли є наявна перемога одного бійця наглядний давав команду зупинити сутичку, закінчуючи двобій відтягуванням учасника, котрий опинявся на суперникові, для того, щоб той не мав можливості покалічити або вбити суперника [7, 28, 30, 31].

Застарілі правила двобоїв Запорізької Січі опісля її роз'єднання Катериною II, далі перейшли до Донських і Кубанських козаків, зосібна армійська слов'янська майстерність кубанських запорожців "Буза", швидко розповсюджується на півдні Росії, має спільне з цими жорстокими правилами. Козацьке керівництво змушувало таким жорстким життям дисциплінувати козаків, піддержують готовність до бою власних воїнів-козаків.

Бої, проведенні кошовими ватажками на Січі не зрівнялися б в реальності навіть з сучасними боями без правил [23, 28, 46].

Також, у козаків проводилися регулярні тренування з різноманітною військовою зброєю, наприклад: козацький клинок, різак і кий. Різноманітні

невигадані українські джерела повідомляють, що на острові Хортиця запорожці тренували та вдосконалювали навички володіння довгою і короткою сокирою, з різної за розміром булавами, сталевими прутами і списами. Одним з головних елементів підготовки у козаків є стрільба з пістоля [28].

В походах на Січ козаки проводили змагання на майстерність самооборони, тим самим давало козакам можливість удосконалити практичні навички [23].

Фізичне виховання в козацьких навчальних закладах і закладах освіти джур гарантована достатньо результативний порядок фізичної тренуваності, яка містила в собі: вступний відбір юнацтва. З давніх давен козацтва по українських землях подорожували юнаки які рівнялися своєю могутністю з селянським народом. У селян високо цінувалася перемога в цих поєдинках, а переможця на деякий момент призначали богатирем юнацького об'єднання [2, 7, 14].

Згідно з висновків наукової літератури, історичних документів, фольклорних та етнографічних матеріалів дозволено стверджувати, що на Запорозькій Січі була обрядовість фізично ідеальної особистості. Обумовлене це тим, що:

- українські січовики не віддавали перевагу офіцерству фізично недовершених осіб;
- в особисто свобідню годину майже усі козаки приділяли важливу роль фізичним тренуванням та насамперед бійцівському тренуванню;
- головним з еталонів перебігу юнака в етап “істинного” козака стала саме його фізична форма;
- в козацьких закладах освіти джур введено поглиблене фізичне виховання юнаків;
- не зникала також значна чисельність переповідань про неземних талантів українських січовиків [7, 22, 23, 28].

Сполучення поклоніння фізичного ідеалу і визначної етики та чуттєвості сотворило дійсних витязів, обранців й гідність українського суспільства. Саме фізична культура, має розвиток на особистій всенародній засаді, маючи суцільного й нескінченного характеру. Фізична культура українців бере початок насамперед на узвичаєннях українського народу [22, 26, 28].

На момент подорожей на Січ козаки лікувалися тільки травами, для них це був народний метод заживлення ран, також чоловіки використовували оздоровче фізичне навантаження, як метод оздоровлення та у запобіжних заходах з ціллю підтримання приналежного стану здоров'я, для цього використовувалися методи здорового вдиху та видиху, відтворювали техніку цілющих фізичних вправ. Для удосконалення практичних навичок козаки змагалися у вмінні захищати себе [23, 35, 46].

В фундамент хортингу, як різновиду спорту лягли: порядок підготовчого навчання, научування поведження спортсмена в жорстоких бойових сутичках, де мала право на існування різноманітна техніка самозахисту, покращення вміння спортивної наснаги українських запорожців [28, 29, 46].

В козацькому краї до нині відновлюються і поширюються власні суспільні уміння і способи оздоровлення, спортивні, бійцівські та практичні одноборства. Стародавні спогади людства грає вагому роль. На великий жаль, практично не залишилося жодного, хто використовує запорожське військове вміння від давніх нащадків. Тому, на сьогоднішній день групою видатних інструкторів та спеціалістів з різновиду спорту зі особистим досвідом в участі у змаганнях з різноманітних одноборств, особистими почуттями і віковичними звичаями, був створений новітній різновид змішаного одноборства – хортинг був запатентований в Україні національним різновидом спорту та успішно розвивається в усіх напрямках [2, 28, 46].

Отже, "Хортинг" – спортивне єдиноборство, яке несло назву від території де відбувалися стародавні січові бої. Проходили бої у колі зроблений за допомогою самих запорожців, під назвою "хорт". В цьому колі згупчувалися бійці з ціллю обрання сильних та найспритніших козаків, яке несло свою назву від славетного острова на Дніпрі "Хортиця" – обрядового місця, яке стало осередком зародження січового героїзму Запорозької Січі [46].

### **1.3. Спортивно-оздоровчеспрямування хортингу**

В сучасному спорті є визначальна функція – змагальна. Змагальній дії у спорті притаманна сильна, але не ворожа конкурентність, точна регламентація співдіяння співучасників протиборств, стандартизація змагальних діянь, умов їх здійснення і засобів оцінювання умінь. Все це спричиняє належними спортивними систематизаціями та правилами протиборств. Особиста ціль змагальної дії в українському державному виді спорту хортинг – отримання високого результату. За допомогою змагальної функції виявляються запасні уміння спортсмена, який займається хортингом [11, 13, 20].

Виховна функція завбачає, з однієї сторони, збільшення результативної змагальної дії, з другої сторони – слугує всесторонньому навчанню суспільно дійової людини. Ефект дії спорту може бути позитивний або негативний. Саме через це зустрічаються деякі філософічні засади хортингу, як козацького мистецтва, яке притаманне для виховних функцій. Ця дія збільшення фізичної працездатності та достеменного ступеня оволодіння технукою самооборони, майстерність виконання певних дій в хортингу, підготовляє до різноманітних типів соціальної дії, яка спрямована на всесторонніє піднесення особистості, підвищення фізичних та моральних здатностей, збільшити запас головної динамічної майстерності, удосконалювати їх надійність у важкому становищі [11, 13, 20].



Оздоровча і рекреаційно-культурна функція саме спорту хортинг направлена на употужнення самопочуття особистості, постачання активного дозвілля [11, 13, 20].

Виробнича функція має дозвіл на допомогу збільшення результативної роботи через об'єднання людей зі спільними інтересами, формування слухного душевного мікроклімату, запровадження засад оздоровчого стилю життя, які запровадженні в момент практичних занять з хортингу [11, 13, 20].

Пізнавальна функція дозволяє використання спортивної діяльності для вивчення фізичних і моральних перспектив на організм особистості в складних ситуаціях, що добре відтворено у дії тих, хто займається хортингом в незвичайних життєвих умовах [11, 13, 20].

Видовищна функція забезпечує палке бажання багатьом глядацьким особам отримати позитивні емоції від вболівання за спортсменів на змаганнях, а також формує гарні умови для привертання цікавості та уваги великої кількості людей з метою залучення їх до занять бойовим мистецтвом хортинг [11, 13, 20].

Економічна функція зводиться до самострахування фінансовими потребами для популяризації данного виду спорту. Основа фінансування можливе у спортивних акціях та лотереях, виробнича і видавнича операція, афіша і спортивні аксесуари хортингу у вигляді спортивної форми, обладунків і таке ін., торговельні спортивні змагання тощо [11, 13, 20].

Престижна функція забезпечує успішне поширення спорту та гарні досягнення спортсменів підіймає популярність окремого спортсмена, цілої команди, областей, країни, пропагандують здоровий спосіб життя, запрошують хлопців та дівчат до тренувань з хортингу [11, 13, 20].

Виховна роль спортивної діяльності у хортингу має зв'язок з філософією хортингу. Хортинг – гарний зразок, як треба доказувати у інтелігентному вигляді що ти є ліпший, не принижувати, а виховуючи конкурента. Український національний вид спорту Хортинг – є

різnobидом змішаного одноборства, сутички, що мають дозвіл на великий арсенал технічних прийомів, що спричиняє потребу вживання впливової системи виховання за принципами бойового мистецтва для тих, хто займається [13, 14, 18].

Оздоровча програма хортингу розповсюджується від дітей малого шкільного віку до немолодого віку обоби. Вправами оздоровчої системи можуть займатися як чоловіки так і жінки з різноманітною фізичною підготовкою, діти та дорослі особи, які з вадами або інваліди мають змогу займатися особливими спеціальними фізичними вправами. Пропорції кваліфікаційних фізичних вправ хортингу поліпшуваного виду гарантують відновленню травмуючих кінцівок, а техніка дихальних вправ слугує поліпшенню стану здоров'я у той особи, яка не має можливості рихатися. Тренер-спортсмен оздоровчого хортингу, який має бездоганні вміння, дозволить тренуватися дитині шкільного віку, яка відноситься до спеціальної групи тільки через згоду батьків і класного керівника. Тренер повинен правильно давати навантаження цій дитині, для того щоб покращити фізичний стан самопочуття та здоров'я. Важливо скласти спец комплекс фізичних вправ з ціллю підтримання здоров'я дитини. Це є правильним прикладом у тренуванні хортингом [16, 17, 18].

Той, хто відвідує заняття з хортингу має уміння користуватися різним становищем у власних потребах і закінчувати сутичку психологічною перемогою, навіть коли сам спортсмен програв у поединку. Для цього спортсмена програш йде на користь, отримавши головне – змагальний досвід [16].

Регулярні заняття та самоконтроль у спортзалі хортингу має на меті навчити спортсмена контролювати себе та своє напруження. З нагромадженням тренувальних і змагальних навичок спортсменів, саме тренер несе відповідальність, як будуть використовувати свої бійцівські знання кожний учень секції з хортингу на змаганнях або під час тренування [17].

Тренер повинен регулярно проводити бесіди, інструктажі зі своїми учнями для виховання психічних та вольових якостей. Інструктор має на меті не тільки пояснювати техніку прийомів, але й доносити до спортсменів психологічну точку зору бійцівського мистецтва. Після отримання цих повідомлень від тренера спортсмен повинен самовиховуватися, наставляти себе на добре поведження протягом власного життя та за стінами спортивного залу [18, 37].

Людина протягом свого буття має право вибору між добром і злом. Кожна особа сама ухвалює своє особисте рішення у своїй поведінці, саме заради чого їй відкрити душу: для доброго чи злого. Поняття людиною доброго прибуває разом із поняттям злого, але особа, яка недобре вихована, душа, яка направлена тільки на зло, не одразу має змогу зрозуміти добре. Від людини, яка не несе відповідальність за власні діяння, є можливість очікувати її стану негативної поведінки. А з іншої сторони, коли особа вирішила робити добро, відкриває власну душу для доброго, нести користь для власної сім'ї, саме ця особа без труднощів долає негаразди. І та людина, яка менш має хист до чого небудь саме у хортингу може добре показати себе в команді і саме через свою чемність зможе добитися високих досягнень у спорті, а ніж той спортсмен, який має хист, але обрав негативну дорогу в своє життя. В погано налаштованій особистості у хортингу є два варіанти шляху в майбутнє: або змінювати свій характер, погляди та власну поведінку завдяки власним зусиллям, або покинути цей вид спорту. Якщо негативна людина знаходиться у позитивному колективі хортингу, то саме оточення має всі шанси на позитивний вплив, головне бажання негативної особи до змінення себе [37, 40].

Саме позитив і слухність одержує по закінченню усякий спортсмен, звісно, якщо є бажання до цього. В мить, коли особа знайшла цю дорогу, вона беззаперечно рухається слідом цього шляху. Людина робить добрі вчинки, дає поміч не просячи нічого взайми, спокійно приймає негативні

погляди та думки оточуючих. Підтримувати своїх побратимів, тішитися їхнім перемогами, подавати поміч всім іншим – це добрий шлях. Охороняти малосилих, дітей, осіб літнього віку, не давати в біду побратимів та власну родину – це шлях сильної людини, яка вихована за правилами у колективі хортингу. Усі власні сили особистість має за обов'язок направити у правильне русло, для того, щоб творити добро, саме це і є виховний зміст бойового мистецтва [24, 37, 40].

Ця дорога філософії хортингу несе інформацію того, щоб особистість не одержувала одні теоретичні данні і добре розбиралась у філософії, а робила гарні вчинки саме в даний момент, творила добро, яким в майбутньому буде величатися особисто і, навіть, спортсмени-хортингісти, які з'єднані спільними інтересами [37].

Спортсмен має дещо спільне з воїном – це тип особистості, стиль буття, стиль співдіяння з довколишньою дійсністю. Особа, яка займається хортингом має даний тип особистості, все через те, що саме цей різновид козацького мистецтва розвиває якості, які притаманні справжньому воїну. Як показує практика, спортсмена легше навчити техніці виконання вправ, ніж вселяти в ного вольові якості. Через це, процес виховання хортингом, як козацького виду єдиноборства, тягнеться через довгий та нелегкий процес, який йде попереду навчання. Звісно початкові тренування проходять в тяжких фізичних навантаженнях, вже опісля цих тренувань деякі спортсмени не можуть подолати труднощі та кидають даний вид спорту, але ті, хто витримують такі фізичні навантаження вважаються дійсно готовими до будь-чого і залишаються у спорті та досягають високих результатів[34].

Вже, коли тренер бачить, що спортсмен духовно розвинений, бере початок знайомству з бойовою технікою, використання яких, має всі шанси бути небезпечним. Саме для використання прийомів хортингу потрібен певний козацький дух – Дух Хортингу, котрий має фундамент в цьому козацькому єдиноборстві, жага до перемоги – мати навик в

прийнятті рішення в незвичайних ситуаціях. Задача тренера чути моральне почуття спортсмена. Вчитель повинен ставити задачі на межі або навіть за межами його можливостей. Основна задача тренера – навчити ставити перед собою особисту мету та йти до останнього, щоб її досягти. Уміння досягати бажаного виникає спільно з утворенням світобачення та вихованням у спортсменів духу козака – Духу Хортингу [37, 40].

Особистість, яка займається бойовим видом єдиноборств хортинг, як справжній воїн ні за яких обставин не вихваляє себе і свої досягнення. Спортсмен має чуткість до чужого болю, з великою шаною відноситься до своєї родини, має повагу до немолодого покоління та захищає і любить дітей. І найголовніше, що відрізняє його від інших те, що спортсмен вірний хортингу, стародавнім узвичаєнням бойового мистецтва, де б він не знаходився, не покидати та не зраджувати свого вчителя [37, 40].

По закінченню занять і співбесід з оточуючим колективом спортсмен має відчуття, що він потрібен суспільству і має впевненість, що він вибрав правильну дорогу в життя, має розуміння своєї користі для всіх, хто оточує і в частості для своєї родини [15, 17].

Одже, головне завдання занять з хортингу – виховання моральних і вольових якостей спортсмена, які підштовхнуть до правильного спинення свого вибору життєвої дороги. “Сила і Честь!”, – у цьому словотворі схваленного девізу хортингу увійшла у фундамент значна та нездоланна редакція новітнього самонавчання і підготовки психічного стану особистості, загартування характеру та філософія прадавнього навчання, випробуване стародавнім часом, обов’язок якого є служіння на користь суспільству [15, 16, 17].

**Висновки до першого розділу.** Аналіз літературних джерел дозволив узагальнити емпіричні основи українського національного різновиду єдиноборств хортинг та змісту тренуваності спортсменів різноманітного віку. У сучасних науково-методичних публікаціях виявлений ряд робіт присвячених дослідженню історичних передумов

процвітання національного різновиду спорту хортинг, його філософії та оздоровчого, спортивного, військово-патріотичного та прикладного напрямків. Вивчення методичних посібників, навчальних програм і статей засвідчує, що цікавим перспективним у цьому плані є український різновид спорту хортинг, розроблений на основі січових бійцівських вмінь та єдиноборств заслуженим майстром спорту України Є. А. Єрьоменком. Термін «Хортиця» пов'язаний з героїзмом і самопосвятою, мужністю та тренуваністю сильних і дужих козаків. Через те змішане єдиноборство хортинг несло назву від території де відбувалися стародавні січові бої. Проходили бої у колі зроблений за допомогою самих запорожців, під назвою "хорт". В цьому колі згупчувалися бійці з ціллю обрання сильних та найспритніших козаків, яке несло свою назву від славетного острова на Дніпрі "Хортиця" – обрядового місця, яке стало осередком зародження січового героїзму Запорозької Січі.

## РОЗДІЛ 2

### ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

#### 2.1. Характеристика понятійного апарату дослідження

Будь-яка система знань виражається в конкретних основних термінах та їхніх визначеннях. Сучасна наука про фізичне виховання та спорт як окрема галузь наукового пізнання сформувалася відносно недавно. Її межі можна окреслити кінцем XIX – початком XX століття. Визначальними чинниками при цьому виступили такі процеси: утвердження значущості ідей тілесного вдосконалення, фізичного здоров'я, гармонійного розвитку особи; формування регіональних та міжнародних організаційних структур спортивного руху; активний розвиток суміжних до фізичної культури наук: анатомії, фізіології, психології, педагогіки.

У міру нагромадження локальних знань, з розкриттям сутності та змісту конкретних закономірностей, умов, принципів, форм фізкультурно-спортивної діяльності галузева термінологічна система постійно розширюється й поповнюється.

Система знань про бойові мистецтва виражена в комплексі спеціальних термінів та понять. Спеціалізована термінологія охоплює сукупність знань про одноборства, виділяє відносно сталі в цих знаннях, збагачують свій зміст відповідно до розвитку нових ситуацій у бойових мистецтвах.

У цій роботі ми використовували такі основні поняття: хортинг, хорт, хортовий, чемпіонат світу, національна федерація хортингу.

Хортинг прийшов до нас ще за часів козацтва. Термін «хортинг» має початок від титулу сокрального острова Хортиця, на теренах Запорозької Січі.

Хорт, козацький хорт – це місце для двобою, яке утворювалося в образному колі з запорожців. Хорт утворювали носії приблизно сорока

різноманітних народностей: слов'яни, татари, угорці, грузини, азербайджанці, вірмени, турки, євреї, цигани, араби та ін..

Значення поняття «хортовий» походить від синонімів: рухливий, активний, бадьорий, невтомний, динамічний, мобільний, жвавий, завзятий, моторний, прудкий, непосидючий, верткий, діяльний, меткий, шпаркий, енергійний і т. ін. Адже, спортсмен, який займається бойовим мистецтвом хортинг, у того завжди вистачає сил щоб навчатися, працювати, ходити на тренування, брати участь у змаганнях тощо. Таким чином, слово «хортовий» трактується як спортсмен, який займається козацьким різновидом спорту хортинг і перебуває у постійному русі.

Чемпіонати світу за своєю моделлю нагадують Олімпійські ігри. Через це більшість провідних держав використовують спортивні змагання, як одну з найкращіх систем виховання дітей та молоді.

Різновид бойового єдиноборства Хортинг розвивається надзвичайно швидкими темпами. 25 березня 2009 року була заснована національна федерація хортингу. У 2011-му був організований перший чемпіонат України, а згодом популярність нового бойового мистецтва перейшла далеко за межі України. Число прихильників цього виду бойових мистецтв збільшилось настільки, що у вересні 2015 року в Польщі пройшов перший чемпіонат світу з хортингу. Участь взяли 165 спортсменів з 11 держав світу.

## **2.2. Організація дослідження**

Дослідження носить комплексний характер, у рамках його були вивчені проблеми історії розвитку хортингу в світі, особливості його організації і правового регулювання в сучасних умовах як на міжнародному, так і на національному рівнях. У ході дослідження було також вивчено стан розвитку хортингу в Україні та на Херсонщині.



Під час роботи проаналізовано спеціальну літературу Херсонської наукової бібліотеки ім. Гончара. Використано інформацію з всенародної сітки “Інтернет”, з допомогою якої проаналізовано становлення та розвиток хортингу у світі, особливості формування та сучасний стан організаційних структур хортингу як різновиду спорту, його проблеми та перспективи.

Для проведення даних досліджень застосовані аналіз і узагальнення літературних джерел, нормативних і регламентуючих документів, узагальнення досвіду практичної роботи, метод спостережень, особисті бесіди зі спеціалістами у галузі хортингу як різновиду спорту, які сприяють розвитку хортингу в області, а також з провідними спортсменами Херсонщини.

### **2.3. Методи дослідження**

Дослідження ґрунтується на комплексному підході до вивчення джерельної бази: архівних матеріалів, приватних колекцій, спеціалізованої літератури стосовно розвитку хортингу як різновиду спорту, спогадів лідерів та учасників спортивного руху, матеріалів інтерв'ювання керівників херсонської області.

Дослідження виконувалося при взаємодії таких напрямків сучасної науки: історії фізичної культури і спорту, управлінні фізичною культурою і спортом, адаптивного фізичного виховання.

В момент написання курсової роботи використовувалися хронологічний та проблемний підходи у викладенні матеріалів.

У процесі роботи використано такі методи дослідження:

**1. Метод теоретичного аналізу та узагальнення даних науково-методичної літератури й офіційних документів:**

- вивчення й узагальнення літературних джерел українських та зарубіжних авторів, відомостей з міжнародної інформаційної мережі “Інтернет”;

## **2. Методи соціологічного дослідження:**

- метод опитування (інтерв’ювання, бесіда).

Метод опитування є одним з найпоширеніших при зборі первинної інформації. Цінність його полягає в дозволенні оперативно вивчити стан суспільної свідомості.

## **3. Загально-наукові методи:**

- системний аналіз (аналіз, синтез, узагальнення);

- історичний метод;

- порівняльно-історичний метод;

- метод комплексного дослідження історичних джерел;

- метод аналогій.

**Аналіз.** Даний метод широко використовувався на початку дослідження при виділенні в складній проблемі, загальних і часткових положень, які мають відношення до вивчення змішаних єдиноборств хортинг як соціальної системи і які вимагали відносно ізольованого розгляду.

**Синтез** використовувався нами на подальших етапах дослідження для об’єднання отриманих фактів у принципові положення функціонування системи хортингу як різновиду спорту у світі.

**Метод узагальнення** – перехід від конкретного до абстрактного – дозволяє визначити не лише загальні положення, умови, фактори функціонування хортингу в світі як системи, але і тенденції його розвитку.

Історичний метод дав змогу дослідити виникнення, формування і розвиток змішаних єдиноборств хортинг у хронологічній послідовності з

метою виявлення внутрішніх та зовнішніх зв'язків, закономірностей та суперечностей.

**Порівняльно-історичний метод** – метод дослідження, при використанні якого шляхом порівняння вдалось виявити загальне і особливе в розвитку хортингу як різновиду спорту, визначити історичні етапи і тенденції розвитку хортинг.

**Метод комплексного дослідження** історичних джерел надав можливість всебічно розкрити проблему, що досліджується.

Отже, вивчення системи хортингу як різновиду спорту в світі, системи організації і управління хортингу в Україні і застосування методу аналогії дозволило використати світовий досвід у практиці цього різновиду спорту, а саме: основні положення функціонування сформованої системи хортингу як різновиду спорту в світі у формуванні системи даного спорту в Україні.

## РОЗДІЛ 3

### РОЗВИТОК ХОРТИНГУ В СУЧАСНІЙ УКРАЇНІ

#### 3.1. Діяльність засновника бойового мистецтва хортинг

Той, хто хоче повною мірою зрозуміти філософію і психологію цього українського єдиноборства мусить знати з чого, а точніше – з кого усе починалося. Унікальне комплексне бойове мистецтво, аналогів якому досі не було у світі, жорстке, але справедливе, максимально наближене до життя, заснував, опрацював правила змагань та всенародну програму тренування, тих, хто займається хортингом наш земляк, уродженець Дніпродзержинська, (нині місто має назву Покров) – Едуард Єрьоменко.

“Сила і Честь!”, – у цьому словотворі схваленого девізу хортингу увійшла у фундамент значна та нездоланна редакція новітнього самонавчання і підготовки психічного стану особистості.

А хортинг, як українська національна виховна система, за задумом засновника Едуарда Єрьоменка має підготувати спортсмена до усяких, щобільше того, до найжорсткіших викликів життя. Це єдиноборство, де не признається страх і стимулюють за відвагу та мужність. Дорога Едуарда Єрьоменка до хортингу не була короткою і простою. Це був справжній довгий шлях воїна.

Едуард Єрьоменко народився 17 січня 1968 року в Дніпродзержинську. У 1974 році батько Анатолій пішов з сім'ї, і з того часу Едік його не бачив. Жив з мамою та молодшим братом. У сім років, як і всі, пішов в середню школу та вступив на навчання в музичну школу по класу баян.

Першим спортом Едуарда Єрьоменка стало плавання. Плаває в місцевому басейні «Прометей» та займає перші місця на дитячих змаганнях. У 1980 році переходить в секцію дзюдо Дніпродзержинського спортивного клубу «Прометей».

Скоро Едік Єрьоменко став кращим дзюдоїстом в спортшколі. Про нього говорили, що “Єрьюму” неможливо перемогти. А секрет був у тому, що для хлопчини з неповної сім’ї спорт був не захопленням, як для його ровесників, а всім – роботою, життям. Добові 7 рублів на харчування, які видавали Едіку, як члену збірної з дзюдо, були вагомою підтримкою для сім’ї.

Все йшло до того, що хлопець мав далі спокійно і наполегливо продовжувати спортивну кар’єру в армії та служити в спортроті. Але замість того Едуард потрапляє в Ферганську «учебку», з якої один шлях – Афганістан. В середині 80-х війна в Афганістані вже не йшла звичними відкритими методами боротьби. Потрібні були спеціально підготовлені фізично витривалі бійці, особливо розвідники.

Навчальна база в Фергані – окреме випробування. Постійні кроси та виснажливі тренування навіть фізично підготованому Едуарду Єрьоменку видалися жахіттям. Дійшло до того, що хлопець, який колись у СПТУ №16 на випускному поставив рекорд підтягування на перекладині – 32 рази, виснажився і міг підтягнутися лише двічі. Відправка в Афганістан вже почала сприйматися як визволення і звільнення.

В Афганістані він потрапляє у 80-у розвідувальну роту. Там його чекають постійні підйоми в гори з 50-ти кілограмовим боєкомплектom на спині. Був снайпером-кулеметником, командиром розрахунку «Утьос».

У 1988 році все відділення Едуарда Єрьоменка згоріло в гелікоптері. Він дивом вижив. У 1989 рота поверталася з Афгану останньою.

Після війни Едуард Єрьоменко відновлює спортивну кар’єру. У 1989 році вступає на навчання в Дніпропетровський інститут фізичної культури та спорту на кафедрі боротьби і боксу.

З 1999 по 2003 рік Едуард Єрьоменко працює заввідділенням єдиноборств Дніпродзержинського коледжу фізичного виховання. У 2003 році стає Президентом Національної Федерації кіокушин карате в Україні. Вісім разів відвідує Японію.

Та в певний час до людини приходиться усвідомлення, що він витрачає час на чужу духовно-бойову традицію. А в Україні ж є своя прекрасна лицарська бойова традиція українського козацтва. Найголосніший голос – голос крові.

У 2007 році Едуард Єрмоєнко вступає до Київського державного університету на юридичний факультет. Тут пощастило вчитися у знаменитого історика-дослідника, керівника кафедри історії України, доктора історичних наук професора Володимира Івановича Сергійчука. Саме він втілював винайдену історичну інформацію стосовно фізичної тренуваності та бойових тренувальних звичаїв запорожців, зосібна історичної батьківщини Придніпров'я, в краях якого і до нині живуть етнічні потомки сильних і вольових предків, звичаї яких є фундаментом в засаді виникнення та буття незалежних січових країв, чуттєвою та силовою основою яких була на протязі деякого періоду Запорозька Січ (острів Хортиця і довколишні краї Придніпров'я). Удосконалення вивчення даної сутті славнозвісної національної історії і спричинило ідею виникнення найменування різновиду спорту хортинг, розповсюдження великої кількості прийомів, які пов'язані з технікою для вживання в устрої само покращення та спортивних поєдинків хортингу.

Думка разодження хортингу, як сукупного порядку само покращення індивіда, започаткованої на фізичному, психологічно-етичному та душевному вихованні, поєднується з поверненням до життя стародавніх українських звичаїв, які переходили з уст в уста нащадкам українських земель. В фундамент хортингу, як різновиду спорту лягли: порядок підготовчого навчання, наочування поведження спортсмена в жорстоких бойових сутичках, де мала право на існування різноманітна техніка самозахисту, покращення вміння спортивної наснаги українських запорожців. Едуард Єрмоєнко офіційно зареєстрував хортинг, як різновид національного бійцівського мистецтва у 2009 році.

Модерний національний хортинг – це всеосяжна система повно контактного одноборства, яка уособила найбільш результативну техніку спортивних і прикладних одноборств та бойових мистецтв.

### **3.2. Історія розвитку спорту хортинг в херсонській області**

Аракелов Георгій Давидович – засновник і керівник бійцівського клубу "Maximus", який знаходиться в смт Лазурному херсонської області. Тренер, який виховав 12 Кандидатів в Майстри спорту з хортингу, 15 чемпіонів України з хортингу, 6 чемпіонів Світу з хортингу, 4 чемпіонів України з кікбоксингу, Чемпіона України з ММА, багато призерів у змаганнях з різних видів єдиноборств. А вже незабаром, у 2012 році Аракелов Георгій став президентом Херсонської Обласної Федерації Хортинг.

"Maximus" – це клуб бойових змішаних єдиноборств, які включають в себе ударну техніку рук і ніг, бійцівську техніку задушливих больових прийомів. Він розпочав свою роботу 1 жовтня 2010 року і до теперішнього часу прославляє терени херсонської області.

У клубі "Maximus" практикуються в якості виховного процесу – літні табори, походи, колективні ігри, контроль успішності дітей в школах. Крім фізичної та технічної підготовки, хортинг є засобом виховання дітей. Приходячи в зал, тренуючись, діти стають більш дисциплінованими, розвиваючись фізично, діти розвиваються і духовно: простота, щирість і повагу до людей – ось ті риси характеру, які розвиває керівник своїм учням. Також, потрібна сувора дисципліна на тренуваннях. Керівник, спілкуюся з батьками, контролює успішність спортсменів спільно з батьками, проводяться виховні бесіди на різні теми, практикуються спільні перебування дітей різного віку в колективі, спільні кроси на вулиці. Обов'язковим є контроль зміцнення здоров'я учнів, прищеплення у них принципів додержання оздоровчого стилю життя. Повагу старших, виховання у них високих морально - вольових і естетичних якостей,

цілеспрямованість і бажання стати краще. Виховання почуття патріотизму, старанність і працьовитість, сила волі і сила духу, колективізм і вміння дружити. Це ті якості, які вдосконалюються при заняттях хортингом.

При цьому варто зазначити, що з 2015 в смт Лазурному проходять Професійні рейтингові турніри за пояс бійцівського клубу "Maximus", що допомагає спортсменам проявляти себе. До традиції Лазурного увійшов щорічний весняний турнір за Кубок Лазурного. В цьому році проводився шостий турнір. Другий рік поспіль проводиться Всеукраїнський турнір "Кубок Чорного моря з хортингу". У планах, за словами керівника бійцівського клубу "Maximus", проводитимуться турніри в Скадовську, херсонської області.

### **3.3. Здобутки спортсменів Херсонщини на міжнародній арені**

Починаючи з 2010 року і по теперішній час, спортсмени бійцівського клубу FC "MAXIMUS" беруть участь у Всеукраїнських змаганнях, Чемпіонатах України, Чемпіонатах світу та Європи.

Розпочався 2011 рік у спортсменів херсонського бійцівського клубу "Maximus" з Міжнародних змагань з хортингу, який проходив в місті Судак (Крим). Своїми перемогами прославили терени Херсонщини такі спортсмени: Тригубчук Артем – 1 місце, Цілінко Андрій – 1 місце, Савіцина Єлизавета – 1 місце.

Херсонські хортингісти в жовтні 2011 року прийняли участь в Чемпіонаті України з хортингу в місті Одеса. За підсумками змагань бійцівський клуб "Maximus" отримав 2 командне місце чемпіонату. Чемпіонами України стали: Карлович Влад, Цілінко Андрій, Тригубчук Артем, Коваленко Артур та Савіцина Єлизавета. Також, 2 місце отримали: Бойко Микита, Савіцина Катерина, Булай Олексій, Жуманазаров Мухамед та Якубовський Денис.

2011 рік закінчився для спортсменів бійцівського клубу "Maximus" дуже насичено. Команда завершила цей рік змаганнями в місті Черкаси, де



проходив Всеукраїнський турнір з хортингу на честь В. Синебрюхова. Змагання проходили з двох розділів: «Двобій» та «Сутичка». Отже, переможцями стали такі спортсмени:

1. Бойко Микита: «Сутичка» - 1 місце, «Двобій» - 1 місце.
2. Власенко Олександр: «Двобій» - 1 місце.
3. Цілінко Андрій: «Двобій» - 1 місце, «Сутичка» - 1 місце.
4. Бєлий Євген: «Двобій» - 1 місце.
5. Карлович Владислав: «Двобій» - 1 місце, «Сутичка» - 1 місце.
6. Тригубчук Артем: «Двобій» - 1 місце, «Сутичка» - 1 місце.
7. Савіцина Єлизавета: «Двобій» - 1 місце, «Сутичка» - 2 місце.
8. Савіцина Катерина: «Двобій» - 2 місце, «Сутичка» - 1 місце.
9. Якубовський Денис: «Двобій» - 2 місце, «Сутичка» - 2 місце.
10. Альбертов Шерзод: «Двобій» - 2 місце, «Сутичка» - 2 місце.

В місті Бровари 12 лютого 2012 року проходив Чемпіонат України з хортингу в якому команда "Maximus" захищала честь херсонської області. Переможцями чемпіонату стали: Савіцина Катерина – 1 місце, Тригубчук Артем – 1 місце, Коваленко Артур – 1 місце, Карлович Влад – 1 місце, Цілінко Андрій – 2 місце, Бойко Микита – 2 місце, Савіцина Єлизавета – 2 місце.

У червні 2012 року в місті Судак (Крим) в селищі Морське, команда бійцівського клубу "Maximus" приймала участь у Всеукраїнському турнірі з хортингу. Спортсмени продемонстрували свої вміння на високому рівні. За результатами змагань Карлович Влад закінчив поєдинок нокаутом та отримав 1 місце, Цілінко Андрій виграв технічним нокаутом і також отримав 1 місце, бій Савіциної Єлизавети за вирішенням суддів був найшвидшим, що дало можливість отримати 1 місце, Булай Олексій перший бій виграв больовим прийомом, але в другій схватці його спіткала невдача, тож він отримав 2 місце, Коваленко Артур – 2 місце, Лук'янчук Микола – 2 місце, Жуманазаров Мухамед – 3 місце, Бєлий Євген – 2 місце.

В місті Донецьк 13 квітня 2013 року пройшов Чемпіонат України з хортингу в якому спортсмени херсонської області показали добрі результати, та прославили терени херсонської області. Чемпіонами стали: Савіцина Катерина зайняла 1 місце, та стала Чемпіонкою України, Цілінко Андрій також отримав 1 місце та став Чемпіоном України до них приєдналися: Булай Олексій – 1 місце, Старостенко Іван – 1 місце, Козлов Іван – 1 місце, Грицак Олексій – 1 місце, Савіцина Єлизавета – 2 місце.

Спортсмени з смт Лазурне, бійцівського клубу "Maximus" брали участь в Чемпіонаті України з хортингу, який проходив у місті Джанкой (Крим) 15 лютого 2014 року. За висновками даних змагань, чемпіонами та призерами стали: Старостенко Іван – 1 місце, Борисов Дмитро – 2 місце, Савенко Анастасія – 2 місце, Савіцина Катерина – 2 місце, Савіцина Єлизавета – 1 місце, Булай Олексій – 1 місце, Іванюхін Владислав – 1 місце, Грицак Олексій – 3 місце, Якубовський Денис – 1 місце, Козлов Іван – 3 місце, Галущинський Данило – 3 місце.

У місті Дніпропетровськ (нині Дніпро) 11-12 квітня 2014 року спортсмени клубу "Maximus" брали участь в Чемпіонаті України з хортингу та продемонстрували гарні результати: Савіцина Катерина – 1 місце, Савіцина Єлизавета – 1 місце, Савенко Анастасія – 1 місце, Іванюхін Владислав – 1 місце, Грицак Олексій – 1 місце, Татарчук Сергій – 2 місце.

В червні 2017 року відбувся турнір з грепплінгу, джиу-джитсу та ММА на якому захищали честь херсонської області 9 спортсменів з бійцівського клубу. Результати були наступні:

1. Пігульський Максим у розділі грепплінг – 2 місце.
2. Білозеров Руслан у розділах: грепплінг – 2 місце, джиу-джитсу – 1 місце, ММА – 1 місце.
3. Кухар Кирил у розділах: грепплінг – 3 місце, джиу-джитсу – 1 місце, ММА – 2 місце.
4. Грицак Олексій у розділах: грепплінг – 2 місце, ММА – 1 місце.

5. Галущинський Данило у розділах: греплінг – 1 місце, джиу-джитсу – 1 місце, ММА – 1 місце.

6. Альбертов Шерзод у розділах: греплінг – 1 місце, джиу-джитсу – 1 місце, ММА – 1 місце.

7. Іванюхін Владислав у розділах: греплінг – 1 місце, ждиу-джитсу – 1 місце, ММА – 1 місце.

8. Булай Олексій у розділах: греплінг – 1 місце, джиу-джитсу – 1 місце, ММА – 1 місце.

9. Кузін Єгор у розділах: греплінг – 1 місце, джиу-джитсу – 1 місце, ММА – 1 місце.

В місті Харкові з 28 по 30 листопада 2017 року проходив Чемпіонат світу з Козацького двобою, в якому продемонстрували свої результати спортсмени з смт Лазурне: Білозеров Руслан, який зайняв 1 місце, Грицак Олексій зайняв 1 місце, Булай Олексій – 1 місце та Галущинський Данил, який зайняв 3 місце.

Спортсмени бійцівського клубу FC "MAXIMUS" 10-11 березня 2018 року побували на Чемпіонаті України з Комбат дзю-дзюцю. Результати були наступні: Іванюхін Влад – 1 місце; Альбертов Шерзод – 3 місце; Грицак Олексій – 3 місце.

В квітні 2018 року проходив Чемпіонат світу з хортингу, в Латвії місто Даугавпилс. Перший день змагань проходив в розділі боротьба, в якому приймав участь Іванюхін Владислав. У Влада в категорії було всього 5 чоловік. Останні два поєдинка стали вирішальними. У полуфіналі пройшла сутичка з спортсменом з Латвії, якого Влад виграв болевим прийомом на руку. У фіналі також була зустріч з представником країни Латвії, якого на останніх хвиликах Влад перемагав задущливим прийомом та отримав титул Чемпіона світу з хортингу в розділі боротьба.

На другий день змагань Владислав знову зійшовся у поєдинку з представником данної країни та виграв явною перевагою, за що отримав титул Чемпіона світу з хортингу. У результаті він має дві золотих медалі у

розділі боротьба 16-17 років у ваговій категорії 70-75 кг и 75-80 кг, і одну золоту медаль у розділі сутичка (ММА). Іванюхін став двократним Чемпіоном світу з хортингу.

На Чемпіонаті України з хортингу 09 березня 2019 року проходив відбір на Чемпіонат світу, який відбувся на острові Кіпр. В ньому брали участь Булай Олексій, який виграв перший бій болевим прийомом на руку та пройшов у фінал. У фінальному бою перемога була також за Олексієм. Іванюхін Владислав пройшов у полуфінал та виграв у першому раунді болевим прийомом. В другому поєдинку Влад також одержав перемогу.

Отже, результати були наступні: Булай Олексій – 1 місце, Іванюхін Владислав – 1 місце. Хлопці одержали право потрапити в збірну України по хортингу та полетіти на Чемпіонат світу з хортинку.

В 2019 році необхідно відзначити виступи переможців змагань світового рівня. В період з 11 по 12 травня на острові Кіпр пройшов Чемпіонат світу по хортингу, на якому приймали участь 2 спортсмени з FC "MAXIMUS". Хлопці брали участь в двох розділах – сутичка та двобій. Іванюхін Владислав та Булай Олексій зайняли по 2 перших місця та стали Чемпіонами світу з хортингу.

В смт Лазурне 29 червня 2019 року успішно пройшов "Кубок Чорного моря" з греплінгу та ММА серед дітей, в якому приймали участь спортсмени з таких команд – Луцьк – клуб "Pride", Херсон – "Скиф" та спортсмен из смт Лазурне клуб "Maximus". Турнір такого формату проходив вперше. Всі учасники змагань продемонстрували гарні результати та набралися досвіду.

Чемпіонат Європи з бойового самбо, який проходив 28 вересня 2019 року в місті Жешув (Польща). В ньому брали участь два найкращих спортсмена бійцівського клубу Булай Олексій, який зайняв 2 місце та Іванюхін Владислав, який зайняв 1 місце, став дворазовим Чемпіоном Європи з бойового самбо.

В місті Київ 19 жовтня 2019 року пройшов ІХ Чемпіонат світу по Combat ju-jitsu. Іванюхін Владислав, який приймав участь в чемпіонаті, впевнено виграв полу фінал. Але у фінальній зустрічі Влад в момент виконання броска у поєдинку невдало приземлився на мат та травмував шию. В підсумку, Влад отримав 3 місце.

Цього ж року 26 жовтня в місті Луцьк пройшли змагання з ММА де приймав участь один з найменших спортсменів бійцівського клубу «Maximus» Білозеров Руслан. У нього було три тяжких поєдинка, два з яких він виграв, тож отримав 3 місце. Також, на цьому Міжнародному турнірі в ММА показав гарні результати Булай Олексій. Він пройшов дуже тяжкий бій, його суперник був Владислав Сечка (багаторазовий призер Кубка України по змішаним єдиноборствам та бойового самбо). В першому раунді технічним нокаутом перемогу одержав Олексій. Пояс їде додому. Булай Олексій отримав 1 місце.

Завершився 2019 рік. В смт Горностаївка в Херсонській області 16 листопада пройшов щорічний відкритий ІV – Кубок Херсонської області з повноконтактного карате, де показали гарні результати найменші спортсмени бійцівського клубу "Maximus". В цілому, маємо такі здобутки: Білозеров Руслан – 1 місце, Білозеров Антон – 2 місце, Іванов Кирил – 2 місце, Пігульський Максим - 3 місце.

В курортному селищі Лазурне, на березі Чорного моря, 17 листопада 2019 року пройшла сама масштабна подія – четвертий професійний турнір змішаних єдиноборств «MAXIMUS FIGHTING CHAMPIONSHIP PRO – ІV». 11 пар, одні з найкращих бійців з різних регіонів України показали видовищні поєдинки. Два представника бійцівського клубу "Maximus" приймали участь в данному турнірі, де продемонстрували високий рівень майстерності. Булай Олексій одержав перемогу в першому раунді задушливим прийомом, це був самий швидкий бій турніру. Іванюхін Владислав показав самий видовищний бій вечора і одержав перемогу в першому раунді технічним нокаутом.

На Чемпіонаті світу з Козацького двобою в місті Харкові 11-12 грудня Білозеров Руслан виграв перший бій достроково болевим прийомом на руку, другий бій – також достроково технічним нокаутом, а в третьому, у фінальному поєдинку йому не пощастило і він програв. Отже, Білозеров Руслан зайняв 2 місце.

Булай Олексій перший бій закінчив задушливим прийомом, другий бій також закінчив болевим прийомом на руку. А в третьому та четвертому поєдинку Олексій одержав перемогу рішенням судді. Так, Булай Олексій зайняв 1 місце та став дворазовим Чемпіоном світу по Козацькому двобою в розділі ММА.

**Висновки до третього розділу.** Починаючи з 2010 року і по теперішній час, спортсмени бійцівського клубу «Maximus» беруть участь у Всеукраїнських змаганнях, Чемпіонатах України, Чемпіонатах Світу, Європи. Варто висловити подяку за самовіддану працю тренерам, спортивним лікарям, організаторам спортивного руху, які усі разом становлять згуртований колектив однодумців області, фахівців-професіоналів, людей, які фанатично люблять сферу фізичної культури та спорту й чим вигідно вирізняються в національному масштабі. Рівень спортивної майстерності у 2019 році був надзвичайно високим. Хочиться вірити, що рік 2020 буде вдалим для херсонських спортсменів. І найголовніше: те, що робить херсонські спортсмени на змаганнях різного рівня, приносить Україні визнання спортивної держави.

## ВИСНОВКИ

1. У результаті виникнення танцю гопака у XVI-XVIII столітті сформувався бойовий вид мистецтва хортинг. Останні роки спортивний танець модернізувався і розвивався як новоутворений вид спорту сучасності. Узвичаєння бойового виховання українського суспільства беруть свій початок саме від скіфів і сарматів. Термін «хортинг» виникло від найменування славнозвісного острова Хортиця, де розкинула свої землі Запорозька Січ, яка відігравала важливе значення в історії рідного краю державного суспільства. Хортиця ставала захистком козаків, де незмінно покращувалося козацьке військове уміння.

2. Аналізуючи культуру козацької доби через призму національного бойового мистецтва «Хортинг», слід зауважити на те, що козацька культура була утворилась в епоху середньовіччя з усіма характерними рисами. Головним на той час важалися бойові мистецтва, які необхідно брати до уваги не лише як фізичну культуру, але як і соціальне явище, має зв'язок з матеріальною, духовною і соціальною формами культури. Козацьку культуру можна назвати українською національною воїнською культурою.

3. Розвиток хортингу тягнувся не тільки по теренах великих міст на Україні, але й відзначився в куточках областей, а саме Херсонської області. Головним завданням цього виду єдиноборств було і є укріплення здоров'я, фізичного та духовного розвитку населення, моральноволевих та інтелектуальних схильностей людини яка займається, з метою злагодженого породжування її особистості. З метою популяризації та прилучення до нового виду спорту «херсонського» населення, виховання морально-етичних, фізичних якостей спортсменів, відбору кращих спортсменів для участі на обласних і всеукраїнських змаганнях. Тож, основною ціллю подальшого розвитку хортингу є його розповсюдження серед учнівської молоді.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Артеменко О. Л. Муай тай – свободный бой. Таиландский бокс : традиционная и современная техники / О. Л. Артеменко, В. В. Касьянов, А. Н. Ковтик ; [под общ. ред. В. В. Касьянова]. – Мн. : Современная школа, 2009. – 384 с.
2. Белан В. «Хортинг – історія становлення та розвитку національного виду спорту України». Теорія і методика хортингу 2014. Вип. 1, 44 – 52 с.
3. Близнюк С. В. Величие киокушин карате / С. В. Близнюк. – К. : Феникс, 2009. – 312 с.
4. Богуславська В. Аналіз структури змагальної діяльності в українському національному одноборстві «Бойовий Гопак» / Богуславська В., Басістий М. // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2016. – Вип. 20 ,Т. 1,2. – С. 20–23.
5. Богуславська В. Ю. Еволюція науково-методичного забезпечення системи підготовки в українському національному одноборстві «Бойовий гопак» / Богуславська В. Ю., Басістий М.В. // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2015. – Вип. 19, Т. 4. – С. 6–10.
6. Бойові мистецтва України: науково-практичний збірник за матеріалами Всеукраїнської конференції. – К. : МАУП, 2005. – 378 с.
7. Васецький Ю. В. Виховання молоді в традиціях запорозького козацтва, або чому навчає хортинг : [інформ.-істор. довідник] / Ю. В. Васецький. – Дніпропетровськ : "Дніпро", 2011. – 25 с.
8. Величкович М. Український рукопаш гопак: навч. посіб. – Львів : Ліга-Прес, 2003. – 152 с.
9. Гагонін С. Г. Спортивно-бойові єдиноборства: від древніх ушу і будзюцу до професіонального кікбоксингу: монографія. – СПб. ГАФК ім. П. Ф. Лесгафта, 2016. – 352с.



10. Гачкевич А. Становлення і розвиток українських національних одноборств на сучасному етапі // Слобожанський науково-спортивний вісник: Науково-теоретичний журнал. – 2007. – № 11. – С. 240–242.

11. Данилюк І. «Формування навичок здорового способу життя засобами фізкультурно-оздоровчої роботи із елементами хортингу». Теорія і методика хортингу, 2014. Вип. 1, 97 – 106 с.

12. Діхтяренко З. Дослідження основних понять хортингу: «виховання», «хорт», «хортинг», «хортовий», «хортове виховання» у психолого-педагогічній та філософській літературі / З. Діхтяренко // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць. Вип. 1 / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2014 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/8728/>.

13. Єрмоєнко Е. А. Виховання наполегливості в молодших школярів у процесі занять хортингом через педагогічні умови / Е. А. Єрмоєнко // Психолого-педагогічні проблеми сільської школи : зб. наук. праць Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини / [ред. кол.: Побірченко Н. С. (гол. ред.) та інші]. – Умань : ФОП Жовтий О. О., 2013. – Вип. 46. – С. 233–240.

14. Єрмоєнко Е. А. Військово-патріотична програма та прикладний хортинг/ Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу : збірник наукових праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2014. – Вип. 1. – С. 10–19.

15. Єрмоєнко Е. А. Міжнародна спортивна програма хортингу / Е. А. Єрмоєнко. – К. : Паливода А. В., 2009. – 24 с.

16. Єрмоєнко Е. А. Принципи виконання й методика вивчення базових технічних елементів хортингу: метод. посіб. / Е. А. Єрмоєнко. – К. : Паливода А. В. – 2009. – 87 с.

17. Єрмоєнко Е. А. Тренування в хортингу : навч.-метод. посіб. / Е. А. Єрмоєнко. – К.: Паливода А. В., 2009. – 227 с.

18. Єрмоєнко Е. А. Тренування в хортингу: навчально-методичний посібник. – К., 2019 Р.
19. Єрмоєнко Е. А. Хортинг – національний вид спорту України: метод. посіб. / Е. А. Єрмоєнко. – К. : Паливода А. В., 2014. – 1064 с.
20. Закопайло С. А. Руховий режим у систем здорового способу життя старшокласників / С. А. Закопайло // Теорія і практика фізичного виховання. – 2003. – № 1. – С. 118 – 125.
21. Зубалій М. Д. Історія становлення і розвитку національного єдиноборства хортинг / М.Д. Зубалій // Науковий журнал Інституту інноваційних технологій та змісту освіти. Науковопедагогічні проблеми фізичної культури. Випуск 12. – К.: вид-во, 2013. – С. 39 – 47.
22. Зубалій М. Становлення та розвиток національного єдиноборства хортинг / М. Зубалій // Матеріали науково-практичного семінару, присвяченого Першому чемпіонату України з поліцейського хортингу / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2015. – С. 16–21.
23. Івашковський В. В. Історичні витoki національного бойового мистецтва „Хортинг“ / В. В. Івашковський // Фізичне виховання в рідній школі. – 2015. – № 4. – С. 31–38.
24. Івашковський В. В. Теоретико-методичні засади виховання старшокласників як суб'єктів громадянського суспільства : [монографія] / В. В. Івашковський. – К. : ПАЛИВОДА А. В., 2010. – 514 с.
25. Каляндрук Т. Таємниці бойових мистецтв України / Каляндрук Т. – Львів : Піраміда, 2007. – 304 с.
26. Канигін Ю. М. Шлях аріїв : Україна в духовній історії людства. – [5-те вид., допов.] / Ю. М. Канигін. – К. : А.С.К., 2006. – 528 с.
27. Клименко Є. О. Річна програма тренувальних навантажень для старшокласників, які займаються у секціях з хортингу / В. Г. Саєнко, Є. О. Клименко // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : [зб. наук. пр.]. – Випуск 14. – Вінниця : ВДПУ, 2012. – С. 116 – 122.

28. Козак С. В. Військові справи українського селянства / С. В. Козак. – Біла Церква : Вид. Пішнівський О. В., 2008. – 144 с.
29. Мандзяк А. С. Боевая магия славян / А. С. Мандзяк / Под общ. ред. А. Е. Тараса. – Мн. : Харвест, 2008. – 544 с.
30. Момот В. В. Разминка и растяжка в боевых искусствах : [практ. пособ.] / В. В. Момот. – Харьков : ФЛП Коваленко А. В., 2007. – 160 с.
31. Остапенко О. Характерництво – ефективна форма фізичної підготовки запорозьких козаків / О. Остапенко, М. Зубалій // Фізичне виховання в школі. – 2000. – № 2. – С. 48.
32. Офіційний сайт Української Національної Федерації Хортингу. Федерація твоєї Батьківщини [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.horting.org.ua>.
33. Радишевский Е. А. Джиу-джитсу : практическое руководство / Е. А. Радишевский. – Мн. : Современная школа, 2009. – 384 с.
34. Романовська Д. Д. Умови збереження психологічного здоров'я школяра / Т. Г. Шпортій // Основи здоров'я та фізична культура. – 2005. – № 3. – С. 7 – 10.
35. Руденко Ю. Козацько-лицарське виховання учнівської і студентської молоді: монографія / Ю. Руденко, Ю. Мельничук. – К., 2011. – 415 с.
36. Саєнко В. Г. Важливість створення секцій східних єдиноборств в закладах загальної середньої освіти / В. Г. Саєнко // Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка (педагогічні науки) : Зб. наук. пр. – Луганськ : ДЗ „ЛНУ імені Тараса Шевченка”, 2010. – № 17. – С. 206 – 211.
37. Семигал О. М. Хортинг в системі виховання фізичної активності юнаків : [навч.-метод. посіб. для тренерів і спортсменів] / О. М. Семигал. – Полтава : Знання, 2010. – С. 24 – 27.
38. Тарас А. Е. Боевые и спортивные единоборства : [справочник] / А. Е. Тарас. – Мн. : Харвест, 2003. – 640 с.

39. Тимчик М. В. Хортинг як засіб виховання наполегливості в молодших школярів / М. В. Тимчик, Е. А. Єрьоменко // Фіз. виховання в рід. шк. – 2014. – № 1. – С. 38–41.

40. Тимчик М. Філософсько-педагогічний аналіз патріотичного виховання учнів як духовнотеоретична основа хортингу / М. Тимчик // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К.: Паливода А. В., 2014. – Вип. 2. – С. 76–83.

41. Толчева Г. В. Стародавні системи психотехніки українського і індійського народів за допомогою фізичної підготовки / Г. В. Толчева, В. Г. Саєнко // Актуальні проблеми фізичного виховання молоді : теорія практика : зб. матеріалів Відкритої Всеукр. наук.-практ. конф. за участю країн СНД / за заг. ред. Т. Т. Ротерс. – Луганськ : Вид-во ДЗ „ЛНУ імені Тараса Шевченка”, 2011. – С. 247 – 256.

42. Хатько А. В. «Стратегічні напрямки діяльності Української Федерації Хортингу». Теорія і методика хортингу, 2014. Вип. 1, 82 – 87 с.

43. Хортинг . Навчальна програма гурткової (секційної) роботи для учнів 1-11 класів загальноосвітніх навчальних закладів / За ред. Е. А. Єрьоменко. – К. : Українська федерації хортингу, 2012. – 268 с.

44. Хортинг . Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл / За ред. Е. А. Єрьоменко. – К. : Українська федерації хортингу, 2010. – 108 с.

45. Шульга А. В. Методика викладання хортингу у жінок / А. В. Шульга. – Черкаси : Здоров'я, 2010. – 46 с.

46. Яворницький Д. І. Історія запорізьких козаків / Д. І. Яворницький. – Львів : Світ, 1990. – 289 с.

47. Ямасита Я. Боевой дух дзюдо. Уникальная техника мастера / Я. Ямасита. – М. : ФАИР-Пресс, 2004. – 192 с.