

ROZDZIAŁ NAUKOWY (НАУКОВИЙ РОЗДІЛ) 2

Хортинг як засіб фізичного виховання здобувачів вищої освіти: характеристика, історія та ефективність занять

The horting as a means of physical education of higher education students: characteristics, history and effectiveness of classes

Ліліана Рядова¹ , Наталія Цигановська² ,
Владислав Рожков³ 

¹Національний аерокосмічний університет імені М. Є. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут», м. Харків, Україна

²Харківська державна академія культури, м. Харків, Україна

³Харківська державна академія фізичної культури, м. Харків, Україна

Анотація. Фізичне виховання здобувачів вищої освіти в сучасному світі набуває все більшої уваги. Одним зі способів підвищення рівня фізичної активності у студентської молоді є заняття хортингом. Цей вид спорту поєднує в собі елементи бойових мистецтв, фізичної підготовки та стратегічного мислення, що робить його цікавим та ефективним для використання у системі фізичного виховання.

Мета дослідження: аналіз історії розвитку хортингу, його характеристики та вивчення ефективності використання занять даним видом спорту та рухової активності як засобу фізичного виховання здобувачів вищої освіти.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення наукової та методичної літератури.

Результати дослідження. Аналіз історії розвитку хортингу – від виникнення до сучасного стану. Вивчення його основних характеристик та специфічних особливостей. Оцінка ефективності використання занять даним видом спорту у фізичному вихованні здобувачів вищої освіти.

Висновки. Хортинг є національним видом спорту України, який заснований на культурних, оздоровчих і бойових традиціях українського народу. Він має шість основних напрямків, які відповідають різним цілям і завданням фізичного виховання. Хортинг є не лише бойовим мистецтвом, а й системою фізичної підготовки і духовного самовдосконалення, яка сприяє формуванню мотивації до систематичної рухової активності. Хортинг має свої корені в давній культурі та історії, пов'язані з островом Хортиця, де була розташована Запорозька Січ. Ідея відродження традицій Запорозької Січі у формі сучасного хортингу передбачає комплексний підхід до самовдосконалення особистості на основі фізичного, морально-етичного та духовного виховання. Заняття хортингом позитивно впливають на фізичний стан здобувачів вищої освіти.

Ключові слова: єдиноборства; здобувачі вищої освіти; мотивація; рухова активність; фізичне виховання; фізичний стану; спортивна діяльність; сучасне суспільство; хортинг.

THE HORTING AS A MEANS OF PHYSICAL EDUCATION OF HIGHER EDUCATION STUDENTS: CHARACTERISTICS, HISTORY AND EFFECTIVENESS OF CLASSES

Abstract. The physical education of higher education students is gaining more and more attention in the modern world. One of the ways to increase the level of physical activity among students is through horting. This sport combines elements of martial arts, physical training and strategic thinking, which makes it interesting and effective for use in the physical education system.

The purpose of the study: analysis of the history of the development of horting, its characteristics and study of the effectiveness of using this sport and physical activity as a means of physical education of higher education students.

Research methods: theoretical analysis and generalisation of scientific and methodological literature.

Results of the study. Analysing the history of the development of horticulture – from its inception to the current state. Study of its main characteristics and specific features. Evaluation of the effectiveness of using this sport in the physical education of higher education students. **Conclusions.** Horting is the national sport of Ukraine, which is based on the cultural, recreational and

combat traditions of the Ukrainian people. It has six main areas that meet different goals and objectives of physical education. Horting is not only a martial art, but also a system of physical training and spiritual self-improvement that helps to build motivation for systematic physical activity. Horting has its roots in the ancient culture and history associated with the island of Khortytsia, where the Zaporizhzhia Sich was located. The idea of reviving the traditions of the Zaporozhian Sich in the form of modern horting involves a comprehensive approach to personal self-improvement based on physical, moral, ethical and spiritual education. Horting has a positive impact on the physical condition of higher education students.

Key words: martial arts; higher education students; motivation; physical activity; physical education; physical condition; sports activity; modern society; horting

Вступ

Фізичне виховання здобувачів вищої світи відіграє важливу роль у поліпшенні фізичного стану. Однак, з розвитком сучасного суспільства з'явилися нові вимоги до змісту та методів фізичного виховання. Важливо знайти ефективні та цікаві способи, які не лише сприятимуть поліпшенню фізичного стану у студентської молоді, але й сприятимуть формуванню в них мотивації до систематичної рухової активності.

Одним з перспективних напрямків фізичного виховання здобувачів вищої освіти є використання хортингу як засобу рухової активності та спортивної діяльності.

Актуальність даного дослідження полягає в необхідності розуміння значення та ефективності використання хортингу як засобу фізичного виховання здобувачів вищої освіти.

Враховуючи зміни в сучасному суспільстві та вимоги до фізичного розвитку студентів, необхідно провести детальний аналіз історії розвитку хортингу, описати його характеристику

та вивчити ефективність використання занять даним видом спорту у фізичному вихованні здобувачів вищої освіти..

Мета дослідження: аналіз історії розвитку хортингу, його характеристики та вивчення ефективності використання занять даним видом спорту та рухової активності як засобу фізичного виховання здобувачів вищої освіти.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення наукової та методичної літератури.

Результати дослідження та їх обговорення

Хортинг є національним видом спорту України та одним з найпопулярніших і масових видів єдиноборств (Єрмоєнко, 2012; Петрович, & Єрмоєнко, 2016; Пантус, Ткаченко, Денисовець, Ободзінська, & Курилло, 2020; Литвиненко, 2021). Він заснований на культурних, оздоровчих і бойових традиціях українського народу (Петрович, & Єрмоєнко, 2016).

Хортинг – це не лише бойове мистецтво, а й система фізичної підготовки і духовного самовдосконалення. У його основі лежать різні елементи з таких єдиноборств, як боротьба, самбо, дзюдо, карате, джиу-джитсу і багато інших. (Єрмоєнко, 2012; Белан, 2014).

Хортинг має шість головних напрямків: поліцейський хортинг – поліцейська бойова система та професійно-прикладний вид спорту поліції; військово-спортивний хортинг – професійно-прикладний вид спорту для військових (смуги перешкод, воєнізовані естафети, тощо); військовий хортинг – бойова армійська система; бойовий хортинг – двобої серед чоловіків з мінімальними обмеженнями; ММА хортинг – змішане бойове мистецтво (єдиноборство); козацький хортинг – козацько-прикладна спеціальна система (Суслло, 2018).

Це нове бойове мистецтво має свої корені в давній культурі та історії (Петрочко, & Єрьоменко, 2016).

Слово «хортинг» має походження від назви відомого острова Хортиця, де була розташована Запорозька Січ, яка відіграла важливу роль в історії українського народу. Острів Хортиця був оплотом воїнів, де вдосконалювалося бойове мистецтво українського народу з метою захисту рідного краю (Єрьоменко, 2012; Белан, 2014; Петрочко, & Єрьоменко, 2016; Головащенко, 2018; Пантус, Ткаченко, Денисовець, Ободзінська, & Курилло, 2020; Аврашова, 2022).

Ідея відродження традицій Запорозької Січі у формі сучасного хортингу передбачає комплексний підхід до самовдосконалення особистості на основі фізичного, морально-етичного та духовного виховання. Цей процес пов'язаний з оживленням давніх народних традицій, які передавалися з покоління в покоління серед різних етнічних груп і народностей, що заселяли острів Хортиця (Єрьоменко, 2012; Белан, 2014; Петрочко, & Єрьоменко, 2016; Головащенко, 2018; Литвиненко, 2021; Аврашова, 2022).

В Україні хортинг було засновано у 2008 році. До дня Незалежності України відбулося офіційне визнання його видом рухової активності за наказом Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту (Наказ № 3000) від 21 серпня 2009 року. Згідно цього наказу Міністерство рекомендувало засновнику хортингу Е. А. Єрьоменку як президенту Всеукраїнської федерації хортингу до 20.08.2011 року розробити програму розвитку нового виду спорту на 4 роки, правила проведення та суддівства змагань, відповідні пропозиції щодо спортивної класифікації, методичні рекомендації до їх проведення та суддівства, передбачити

заходи щодо подальшого розвитку цього виду спорту в Україні.

Засновник хортингу, Е. А. Єрмоєнко, був ініціатором розробки правил змагань і системи класифікації, спрямованих на використання природної техніки самозахисту та спортивних прийомів єдиноборства (Єрмоєнко, 2012; Белан, 2014; Петрочко, & Єрмоєнко, 2016; Головащенко, 2018; Литвиненко, 2021; Пантус, Ткаченко, Денисовець, Ободзінська, & Курилло, 2020).

Сучасний український хортинг є універсальною системою змішаного єдиноборства, що втілила в собі найбільш ефективні та дієві прийоми спортивних і прикладних єдиноборств та бойових мистецтв.

Виховна і філософська основа хортингу – це здоровий спортивний дух людини та славні традиції козаків Запорозької Січі (Єрмоєнко, 2012; Белан, 2014; Головащенко, 2018).

Ж. В. Петрочко, Е. А. Єрмоєнко (2016) відмічають, що сучасний український хортинг – це еталон самобутньої спортивної та бойової техніки. На думку науковців, хортинг є тим середовищем, в якому продовжила своє життя козацька військова традиція, пов'язана з верховою їздою, умінням вести двобій холодною та вогнепальною зброєю.

Як відмічають Белан (2014), Головащенко (2018), сучасний хортинг, як спортивне єдиноборство, включає результати багаторічного досвіду, творчих винаходів тренерів, вчених та спортсменів України та інших країн світу. Вони збагатили його техніку найбільш ефективними й раціональними прийомами, об'єднавши кращі досягнення різних видів єдиноборств.

На думку Петрочко, & Єрмоєнко (2016), популярність і універсальність хортингу полягає насамперед у тому, що цей

вид спорту увібрав найбільш раціональні елементи національних видів бойових мистецтв і культури, а також найефективніші прийоми спортивних і прикладних єдиноборств і бойових мистецтв народів центральної Європи. Фахівці наголошують, що хортинг сьогодні є одним з найпопулярніших сучасних систем змішаних видів єдиноборств. Він має слов'янське коріння, але завдяки загальнолюдській виховній філософії та комплексним правилам змагань, за короткий час свого існування набув високого професійного авторитету в міжнародному спортивному співтоваристві.

Єр'оменко, 2012; Белан, 2014; Петрович, & Єр'оменко, 2016; Головащенко, 2018; Аврашова, 2022 вважають: основна мета хортингу – охоплення оздоровчим рухом усіх верств населення України від маленьких дітей до людей літнього віку, популяризація і підвищення ролі фізичної культури і спорту, патріотичне виховання, залучення дітей та молоді до здорового способу життя, відволікання їх від шкідливих звичок, виховання особистості в дусі добропорядності, патріотизму та любові до своєї Батьківщини.

Нині хортинг запроваджено в дошкільних, загальноосвітніх, позашкільних та вищих закладах освіти, що дає можливість втілити основну його мету – охоплення оздоровчим рухом усіх верств населення України – від маленьких дітей до людей літнього віку, популяризація і підвищення ролі фізичної культури та спорту, патріотичне виховання, залучення дітей та юнацтва до здорового способу життя, відвернення їх від шкідливих звичок, виховання особистості в дусі добропорядності, патріотизму та любові до своєї Батьківщини (Суслі, 2018).

Науковці (Єрмоєнко, 2012; Белан, 2014; Головащенко, 2018) відмічають, що хортинг в Україні – важлива складова загальнодержавної системи фізичної культури і спорту, патріотичного та духовного виховання молоді, зміцнення здоров'я, відродження та розвинення українських бойових традицій, розвитку фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини шляхом залучення її до участі у спортивних змаганнях, оздоровчих таборах, навчально-тренувальних семінарах та інших заходах фізкультурно-оздоровчого характеру. Розвиток хортингу має на меті спортивне виховання сильного й здорового суспільства на основі традиційних духовних цінностей українського народу.

Як стверджують Єрмоєнко (2012), Белан (2014), Петрочко, & Єрмоєнко (2016), Головащенко (2018), Литвиненко (2021), за короткий час існування хортинг охопив фізкультурно-оздоровчою та навчально-виховною діяльністю багато населених пунктів України, спортивні клуби хортингу працюють в усіх містах і областях країни.

Атрибутами Хортингу є: емблема виду спорту, прапор, гімн хортингу, Марш хортингу (Єрмоєнко, 2012). Нині він включений до Єдиної Спортивної Класифікації України (Белан, 2014; Головащенко, 2018).

Дані (Єрмоєнко, 2012; Белан, 2014; Петрочко, & Єрмоєнко, 2016; Литвиненко, 2021), хортинг успішно розвивається у професійному й аматорському напрямках.

Т. Сусло (2018) акцентує увагу на тому, що жінки також є учасниками хортингу і можуть змагатися нарівно з чоловіками.

У хортингу змагання проводяться в різних розділах, таких як «форма», «показовий виступ», «сутичка» та «двобій».

Основним розділом є «Двобій», який включає 2 раунди. Перший раунд – «Сила», під час якого спортсмени змагаються у боксерських рукавичках і дозволений повний контакт, удари по голові, ноги, больові і задушливі прийоми. Другий раунд – «Честь», де бійці знімають рукавички і шоломи. Удари ногами в голову, корпус, ноги і руки дозволені, але удари голими руками в голову заборонені. У хортингу є 3 основних удари руками – прямий, знизу та збоку. Щоб заробити бал, удар повинен помітно потрясти супротивника. Двобої в цих розділах відрізняються арсеналом дозволених технічних дій, що створює умови для реалізації різноманітних тактичних схем хортингістів і дозволяє спортсменам з різними фізичними та психологічними особистостями продемонструвати свій змагальний потенціал (Литвиненко, 2021).

Міжнародні правила хортингу включають декілька розділів змагань, основним з них є двораундовий комплекс спортивного поєдинку, який дозволяє використовувати різноманітні прийоми самозахисту, які входять у спортивну змагальну програму (Є'рьюменко, 2012; Белан, 2014).

Хортинг є представником нового напрямку комплексного змішаного єдиноборства в світі (ММА Horting). Проте, два різнопланові раунди поєдинку значно відрізняють хортинг від інших видів єдиноборств завдяки своєрідним правилам, які не використовувалися раніше. У змаганнях з хортингу беруть участь спортсмени з різних видів єдиноборств, що призводить до широкої участі у спортивних заходах з хортингу (Белан, 2014; Петрочко, & Єрьюменко, 2016; Головащенко, 2018).

Змагання з хортингу в Україні та за її межами проводяться для вікових категорій 6–7, 8–9, 10–11, 12–13, 14–15, 16–17 років, з 18 до 35 років, а також для спортсменів старше 35 та старше 40 років (Петрочко, & Єрьюменко, 2016).

Завдяки проведенню міжнародних навчально-тренувальних семінарів хортинг набуває розвитку у світі, до програми входять питання організації і проведення тренувального процесу, підвищення рівня спортсменів, організації міжнародних змагань, суддівської практики і т. д. (Єрмоєнко, 2012; Белан, 2014; Головащенко, 2018.; Литвиненко, 2021; Аврашова, 2022).

У I-му навчально-тренувальному семінарі з хортингу, який відбувся у м. Києві 20 вересня 2008 року, взяли участь 65 тренерів, інструкторів та спортсменів із 14 областей України. Після цього хортинг став поширюватися в різних областях країни. Також навчально-тренувальні семінари з хортингу були проведені й в багатьох інших містах України. 1 листопада 2008 року після низки семінарів відбулися й перші змагання у м. Києві з хортингу, на яких були апробовані правила змагань. В них узяли участь понад 100 учасників.

Після проведення змагань почалася активна популяризація цього бойового мистецтва в Україні, а навчально-тренувальні семінари стали проводитися регулярно. Офіційна реєстрація хортингу в Україні відбулася 25 березня 2009 року Міністерством Юстиції України та було видало Свідоцтво № 3076 про реєстрацію Української Федерації Хортингу. 6 серпня 2009 р., свідоцтво № 3162 Міністерством юстиції України зареєстрована Громадська організація «Міжнародна Федерація Хортингу» (Пантус, Ткаченко, Денисовець, Ободзінська, & Курилло, 2020).

Видатною подією, що сприяла популяризації та розвитку хортингу в Україні, було рішення колегії Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту (від 09.02.2010 р. № 1/5.3.3.), яким хортинг було внесено до Переліку визнаних видів спорту в Україні і на підставі рішення колегії Наказом Міністерства

України у справах сім'ї, молоді та спорту № 306 від 9 лютого 2010 р. «Про внесення змін до Переліку видів спорту, що визнані в Україні», зареєстровано Міністерством юстиції України 25 лютого 2010 р. за № 186/17481, «хортинг» було внесено до Переліку видів спорту, що визнані в Україні (№ 71) (Белан, 2014; Головащенко, 2018).

Визначними подіями у розвитку хортингу в Україні стало: офіційне введення Міністерством освіти і науки як варіативного модуля «Хортинг» до навчальної програми з фізичної культури для 5–9 класів, 10–11 класів загальноосвітніх закладів, молоді та спорту України з грифом «Рекомендовано» згідно з листами-розпорядженнями № 1/11–8601 та № 1/11–8604 від 15.09.2011 року; а також було рекомендовано Міністерством освіти і науки, молоді та спорту України відкрити відділення хортингу у закладах вищої освіти України I–IV рівня акредитації «Щодо запровадження спеціалізації з національного виду спорту хортинг у вищих навчальних закладах» № 1/11-10420 від 09.11.2011 р. (Єр'юменко, 2012; Белан, 2014; Петрочко, & Єр'юменко, 2016; Пантус, Ткаченко, Денисовець, Ободзінська, & Курилло, 2020; Литвиненко, 2021).

В 2012 року Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України прийняло рішення про введення хортингу в позашкільні заклади освіти та видало лист-розпорядження № 1/11–19310 від 14.12.2012 року про схвалення навчальної програми з хортингу «Навчальна програма гурткової (секційної) роботи з хортингу» для позашкільних закладів освіти та надання грифу «Рекомендовано Міністерством освіти і науки, молоді та спорту України» (Белан, 2014; Петрочко, & Єр'юменко, 2016; Пантус, Ткаченко, Денисовець, Ободзінська, & Курилло, 2020).

У смт. Пуща-Водиця, м. Києва (Україна) 29 березня 2009 року було проведено I-й Всеукраїнський турнір з хортингу серед юнаків, кадетів та юніорів, в якому взяли участь 96 спортсменів з різних областей України.

I-й Всеукраїнський турнір серед дорослих відбувся 10 травня 2009 року на спортивній базі загальноосвітньої середньої школи № 104 м. Києва (Україна) (Белан, 2014; Пантус, Ткаченко, Денисовець, Ободзінська, & Курилло, 2020).

I-й чемпіонат Європи з хортингу було проведено 25–27 жовтня 2014 року у м. Львові (Україна) (Петрочко, & Єрмоменко, 2016).

З 24 по 27 вересня 2015 року пройшов I-й чемпіонат світу з хортингу у м. Кендзежин-Козле (Польща). У змаганнях взяли участь 165 хортингістів із 11 країн світу. Поєдинки проводилися за розділами: «Форма», «Двобій», «Показовий виступ». 1-ше місце у командному заліку зайняли хортингісти з України.

З 17 по 20 листопада 2016 року у м. Трускавець Львівської області (Україна) проводився II-й чемпіонат світу з хортингу серед молодших юнаків і дівчат, старших юнаків і дівчат, кадетів і кадеток, юніорів і юніорок, чоловіків і жінок. Прийняли участь 480 хортингістів із 14 країн світу. Розділи змагань поєдинків: «Сутичка», «Двобій», «Форма», «Показовий виступ». 1-ше місце у командному заліку зайняли хортингісти України (Петрочко, & Єрмоменко, 2016; Пантус, Ткаченко, Денисовець, Ободзінська, & Курилло, 2020).

Серед прихильників бойових мистецтв хортинг розглядається як спосіб розвитку особистості, виявлення міцної внутрішньої позиції, манери триматися, складу розуму та інших якостей. Він є найвідомішим бойовим мистецтвом

козацького походження, в якому під час змагальної боротьби застосовується практично весь природний арсенал прийомів єдиноборства, засноване переважно на ударах руками та ногами в стійці та лежачи, захопленнях, заломах і кидках, утриманнях, больових і задушливих прийомах. На відміну від більшості західних видів ведення двобою, що роблять ставку на власну силу бійця, в основу хортингу покладений принцип застосування в змагальному комплексному (два різнопланові раунди) двобої максимального арсеналу прийомів, використання сили супротивника і швидкого виявлення його слабких місць, за рахунок чого спортсмен хортингу може успішно виступати за правилами будь-яких повно контактних видів єдиноборств. Передує цьому процесу ретельна морально-вольова підготовка та високий больовий поріг спортсмена, а також дотримання встановлених правил, завдяки чому хортинг становить собою потужну виховну систему особистості (Петрочко, & Єрмоєнко, 2016).

Головною організацією, яка розвиває хортинг у міжнародному спортивному співтоваристві, є Всесвітня Федерація Хортингу (World Horting Federation), яка заснована в Україні у м. Києві громадянином України Едуардом Єрмоєнком. Вона розвиває та культивує хортинг у світовій класифікації змішаних спортивних єдиноборств. Основна мета федерації – здійснення комплексної програми популяризації хортингу як самостійного виду спорту на міжнародній арені (Єрмоєнко, 2012; Белан, 2014; Петрочко, & Єрмоєнко, 2016; Сусло, 2018).

Фахівці (Єрмоєнко, 2012; Белан, 2014; Петрочко, & Єрмоєнко, 2016; Литвиненко, 2021; Аврашова, 2022) вказують, що у календарному плані Всесвітньої федерації хортингу на кожен рік, плануються офіційні міжнародні

змагання раз у два або три роки як серед дорослих, так і серед юнаків, юніорів та молоді: Чемпіонат Світу, Кубок Світу, Чемпіонат Європи, Кубок Європи, відкриті міжнародні турніри.

Низка науковців (Белан, 2014; Петрочко, & Єрмоєнко, 2016; Головащенко, 2018; Аврашова, 2022) зазначає: завдяки діяльності World Horting Federation, яка у різних країнах щороку реєструє нові національні федерації цього виду єдиноборств, популярність хортингу у світі спорту дедалі зростає.

Україна, Франція, Румунія, Словаччина, Польща, Італія, Великобританія, Німеччина, Іран, Вірменія, Азербайджан та Іспанія є країнами, в яких хортинг отримав динамічний розвиток (Петрочко, & Єрмоєнко, 2016; Сусло, 2018; Литвиненко, 2021).

У співробітництві з Міністерством молоді та спорту України здійснюється планування заходів із хортингу всеукраїнського та міжнародного значення (Пантус, Ткаченко, Денисовець, Ободзінська, & Курилло, 2020).

Найсильнішою у світі вважається Українська школа з хортингу. Вона набуває розвитку завдяки проведенню навчально-тренувальних семінарів, міжнародних конференцій, у програму входять питання організації та проведення тренувального процесу, суддівської практики, міжнародних змагань, підвищення рівня спортсменів і т. д. (Белан, 2014; Петрочко, & Єрмоєнко, 2016; Сусло, 2018; Литвиненко, 2021; Аврашова, 2022).

Дані Аврашової (2022) свідчать, що станом на 1 січня 2021 року членами Міжнародної Федерації Хортингу є 26 країн світу.

Хортинг має високі потенційні можливості як засіб формування цінностей здорового способу життя у студентської молоді. Систематичні заняття даним видом рухової активності позитивно впливають на стан здоров'я здобувачів вищої освіти (Єрмоєнко, 2016).

На думку Діхтяренко, & Постового (2016), хортинг є важливим засобом підвищення соціальної та трудової активності, задоволення моральних, етичних і творчих запитів.

У хортингу як виховній системі, за даними Охріменко (2014), створені умови для патріотичного, морально-етичного, фізичного, трудового виховання.

Результати дослідження, проведеного Зубалій (2015) свідчать, що впровадження хортингу в фізичного виховання у закладах вищої освіти сприяє формуванню у здобувачів позитивного ставлення до занять з навчальної дисципліни.

При проведенні занять з фізичного виховання у закладах вищої освіти з використанням елементів хортингу у здобувачів спостерігається поліпшення стану здоров'я (Пустолякова, 2014).

Пустолякова & Марков (2016) зазначають: заняття з фізичного виховання з використанням фізичних вправ із хортингу сприяють зміцнення здоров'я, профілактиці захворювань, поліпшенню стану опорно-рухового апарату, формуванню правильної постави у здобувачів та формування мотивацію в них до здорового способу життя. Також вони наголошують, що впровадження фізичних вправ із хортингу на заняттях з фізичного виховання у закладах вищої освіти створює передумови для скорочення термінів професійної адаптації, підвищення професійної майстерності, досягнення високого рівня професійної працездатності.

Низка авторів (Белан, 2014; Зубалій, 2014; Кукушкін, 2014; Хатько, 2014) акцентує увагу на тому, що систематичні заняття хортингом сприяють зміцненню здоров'я, розвитку фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей в учнівської молоді.

Оржеховська (2014), Оржеховська, Федорченко, Єрмоєнко, Діхтяренко, & Мельник (2016) вважають, що стратегія занять з хортингу може значно удосконалити сучасний навчально-виховний процес у закладах освіти, сприяти формуванню здорового способу життя в учнівської молоді.

За даними Болгар (2014). Заняття з фізичного виховання із елементами хортингу зі здобувачами вищої освіти, за станом здоров'я віднесеними до спеціальної медичної групи, сприяють відновленню функцій системи.

Як відмічає Присяжнюк (2014), використання у фізичному вихованні елементів хортингу сприятиме підвищенню мотивації здобувачів вищої освіти спеціальної медичної групи до зміцнення здоров'я та підвищення рівня фізичної підготовленості.

Єрмоєнко (2016) звертає увагу на те, що заняття хортингом позитивно впливають на формування здорового способу життя у здобувачів вищої освіти.

Як показали дослідження, проведені Пустоляковою (2015), Сичовим (2016), Сичовим & Сиротинською (2016), Бойко, Малинським, Єрмоєнко, & Діхтяренко (2017), заняття хортингом сприяють підвищенню рівня розвитку гнучкості та сили у здобувачів вищої освіти.

На думку Капури (2015), Семененко, & Куцкіра (2015), впровадження хортингу у фізичне виховання закладів вищої

освіти сприятиме поліпшенню фізичного стану та національно-патріотичному вихованню студентської молоді.

Висновки

Хортинг є національним видом спорту України, який заснований на культурних, оздоровчих і бойових традиціях українського народу. Він має шість основних напрямків, які відповідають різним цілям і завданням фізичного виховання.

Хортинг є не лише бойовим мистецтвом, а й системою фізичної підготовки і духовного самовдосконалення, яка сприяє формуванню мотивації до систематичної рухової активності.

Хортинг має свої корені в давній культурі та історії, пов'язані з островом Хортиця, де була розташована Запорозька Січ. Ідея відродження традицій Запорозької Січі у формі сучасного хортингу передбачає комплексний підхід до самовдосконалення особистості на основі фізичного, морально-етичного та духовного виховання.

Заняття хортингом позитивно впливають на фізичний стан здобувачів вищої освіти.

Хортинг може бути рекомендований як ефективний та цікавий засіб фізичного виховання здобувачів вищої освіти.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку: співставлення ефективності занять хортингом з іншими видами рухової активності.

Список використаних джерел

1. Аврашова, Г. Ф. (2022). Хортинг – національна комплексна система самовдосконалення. *Проблеми та перспективи розвитку фізичного виховання спорту і здоров'я людини*: мат. VI Всеукр. Наук.-практ. Конф.

- з міжнарод. Участю / голов. Ред. С. В. Синиця. Полтава: ПНПУ імені В. Г. Короленка, 3–5.
2. Белан, В. (2014). Хортинг – історія становлення та розвитку національного виду спорту України. *Теорія і методика хортингу*: зб. Наук. Праць / ред. Рада: Бех І. Д. (голова) та ін. Київ: Паливода А. В., 1, 44–52. URL: <http://surl.li/tuzyr>
 3. Бойко, В., Малинський, І., Єрмоєнко, Е., & Діхтяренко, З. (2017). Розвиток силових якостей у студентів-хортингістів. *Теорія і методика хортингу*: зб. Наук. Праць / ред. Рада: Бех І. Д. (голова) та ін. Київ: Паливода А. В., 7, 104–112. URL: <http://surl.li/okzbyj>.
 4. Болгар, М. (2014). Використання елементів техніки хортингу на заняттях із студентами у спеціальних медичних групах. *Теорія і методика хортингу* : зб. Наук. Праць / ред. Рада: Бех І. Д. (голова) та ін. Київ: Паливода А. В., 2, 84–88. URL: <http://surl.li/tuzzl>
 5. Головащенко, Р. (2018). Хортинг – історія становлення та розвитку національного виду спорту України. *Хортинг – національний бренд України у світі: олімпійська перспектива* : мат. Першої між нар. Наук.-практ. Конф. До Дня заснування хортингу / ред. Колегія: Пашко П. В. (голова) та ін. Київ : видавець Паливода А. В., 117–122. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/163088296.pdf#page=117>.
 6. Діхтяренко, З., & Постовий, В. (2016). Готовність до захисту вітчизни закладено в унікальності системи хортингу – давні та славні історико-культурні корені українського народу. *Теорія і методика хортингу*: зб. Наук. Праць / ред. Рада: Бех І. Д. (голова) та ін. Київ : Паливода А. В., 6, 6–14. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DbN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2016_6_3.pdf

7. Єр'юменко, Е. А. (2012). Хортинг – національний вид спорту України: метод. Посібник. Київ: видавець Паливода А. В.
8. Єр'юменко, Е. (2016). Потенційні можливості хортингу як засобу формування цінностей здорового життя учнівської та студентської молоді. *Теорія і методика хортингу* : зб. Наук. Праць / ред. Рада: Бех І. Д. (голова) та ін. Київ : Паливода А. В., 5, 139–146. URL: http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2016_5_19.pdf.
9. Єр'юменко, Е. (2016). Формування цінностей здорового життя учнівської та студентської молоді на заняттях хортингом у навчальних закладах. *Теорія і методика хортингу*: зб. Наук. Праць / ред. Рада: Бех І. Д. (голова) та ін. Київ: Паливода А. В., 6, 115–123. URL: http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2016_6_16.pdf.
10. Зубалій, М. (2014). Розвиток національного виду спорту хортинг в Україні. *Теорія і методика хортингу*: зб. Наук. Праць / ред. Рада: Бех І. Д. (голова) та ін. Київ: Паливода А. В., 1, 60–66. URL: http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2014_1_10.pdf.
11. Зубалій, Н. (2015). Формування у студентів позитивного ставлення до навчальної діяльності з фізичного виховання (на прикладі хортингу). *Теорія і методика хортингу* : зб. Наук. Праць / ред. Рада: Бех І. Д. (голова) та ін. Київ : Паливода А. В., 3, 87–91. URL: http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN

- N&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2015_3_12.pdf.
12. Капура, І. (2015). Філософські погляди на сучасні тенденції розвитку хортингу. *Теорія і методика хортингу* : зб. Наук. Праць / ред. Рада: Бех І. Д. (голова) та ін. Київ : Паливода А. В., 4, 72–77. URL: http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu.gov.ua/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2015_4_11.pdf.
 13. Кукушкін, К. (2014). Хортинг як система вдосконалення особистості, як філософія і спосіб життя. *Теорія і методика хортингу*: зб. Наук. Праць / ред. Рада: Бех І. Д. (голова) та ін. Київ: Паливода А. В., 1, 75–81. URL: http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu.gov.ua/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2014_1_12.pdf.
 14. Литвиненко, А. М. (2021). Методика спортивної підготовки національного виду спорту – хортингу в фізичному вихованні студентів: навч.-метод. Посіб. Харків: ХНУРЕ. URL: <https://openarchive.nure.ua/items/f7ab71d3-e019-444f-adf6-4e506bcec6f9>.
 15. Оржеховська, В. (2014). Сучасні орієнтири та стратегії виховання дітей і молоді в Україні засобами хортингу. *Теорія і методика хортингу* : зб. Наук. Праць / ред. Рада: Бех І. Д. (голова) та ін. Київ : Паливода А. В., 1, 113–117. URL: http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu.gov.ua/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2014_1_17.pdf.
 16. Оржеховська, В., Федорченко, Т., Єрмоменко, Е., Діхтяренко, З., & Мельник, О. (2016). Концепція національної філософії виховання дітей та молоді в Україні на засадах хортингу. *Теорія і методика хортингу*:

- зб. Наук. Праць / ред. Рада: Бех І. Д. (голова) та ін. Київ: Паливода А. В., 5, 17–34. URL: http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2016_5_4.pdf.
17. Охріменко, З. (2014). Хортинг як система професійного виховання та самовиховання учнів. *Теорія і методика хортингу*: зб. Наук. Праць / ред. Рада: Бех І. Д. (голова) та ін. Київ: Паливода А. В., 2, 110–116. URL: http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2014_2_16.pdf.
18. Пантус, О. О., Ткаченко, П. П., Денисовець, А. П., Ободзінська, О. В., & Курилло, Т. В. (2020). Історичні витоки становлення та розвитку хортингу в Україні. Фізичне виховання: проблеми та перспективи: монографія / за загальною редакцією проф. Г. П. Грибана. Житомир: Рута, 109–117. URL: <http://eprints.zu.edu.ua/32273/1/Gryban-monografiya.pdf#page=109>.
19. Петрочко, Ж. В., & Єрмоменко, Е. А. (2016). Хортинг – школа сили і честі юного українця: метод. Посіб. Київ: видавець Паливода А. В. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/86628334.pdf>.
20. Присяжнюк, С. (2014). Використання здоров'язберезувальних технологій з елементами хортингу у процесі фізичного виховання студентів (спеціальна медична група). *Теорія і методика хортингу*: зб. Наук. Праць / ред. Рада: Бех І. Д. (голова) та ін. Київ: Паливода А. В., 2, 89–94. URL: http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2014_2_13.pdf.

21. Пустолякова, Л. (2014). Використання методу лікувальної фізичної культури з елементами хортингу на заняттях фізичного виховання у спеціальних медичних групах із студентами з порушеннями постави та сколіозу. *Теорія і методика хортингу*: зб. Наук. Праць / ред. Рада: Бех І. Д. (голова) та ін. Київ: Паливода А. В., 1, 146–152. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2014_1_22.pdf.
22. Пустолякова, Л. (2015). Опанування та вдосконалення гнучкості за допомогою хортингу на заняттях фізичного виховання у вищих навчальних закладах медичного профілю. *Теорія і методика хортингу*: зб. Наук. Праць / ред. Рада: Бех І. Д. (голова) та ін. Київ: Паливода А. В., 4, 104–109. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21dBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2015_4_15.pdf.
23. Пустолякова, Л., & Марков, В. (2016). Використання загальнорозвиваючих вправ із елементами хортингу на заняттях фізичного виховання у вищих медичних навчальних закладах. *Теорія і методика хортингу*: зб. Наук. Праць / ред. Рада: Бех І. Д. (голова) та ін. Київ: Паливода А. В., 5, 112–117. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DbN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2016_5_15.pdf.
24. Семененко, І., & Куцкір, М. (2015). Особливості тренерської роботи в навчально-виховному процесі спортсмена-хортингіста. *Теорія і методика хортингу*: зб. Наук. Праць / ред. Рада: Бех І. Д. (голова) та ін. Київ: Паливода А. В., 4, 186–191. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN

- N&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2015_4_23.pdf.
25. Сичов, С. (2015). Удосконалення силових якостей хортингістів із низьким рівнем фізичної підготовленості. *Теорія і методика хортингу*: зб. Наук. Праць / ред. Рада: Бех І. Д. (голова) та ін. Київ: Паливода А. В., 4, 167–172. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2016_5_23.pdf.
 26. Сичов, С.. & Сиротинська, О. (2016). Застосування атлетичних вправ для підвищення спортивної працездатності хортингістів із середнім рівнем розвитку силових якостей. *Теорія і методика хортингу*: зб. Наук. Праць / ред. Рада: Бех І. Д. (голова) та ін. Київ: Паливода А. В., 6, 148–153. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2016_6_20.pdf.
 27. Сусло, Т. (2018). Хортинг, як вияв національної приналежності. *Хортинг – національний бренд України у світі: олімпійська перспектива*: матеріали першої міжнародної науково-практичної конференції до Дня заснування хортингу / ред. Колегія: Пашко П. В. (голова) та ін. Київ: видавець Паливода А. В., 91–92.
 28. Хатько, А. (2014). Стратегічні напрями діяльності української федерації хортингу. *Теорія і методика хортингу*: зб. Наук. Праць / ред. Рада: Бех І. Д. (голова) та ін. Київ: Паливода А. В., 1, 82–87. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2014_1_13.pdf.

References

1. Avrashova, H. F. (2022). Khortynh – natsionalna kompleksna systema samovdoskonalennia [The horting – a national complex system of self-improvement]. S. V. Synytsia (Eds.). *Problemy ta perspektyvy rozvytku fizychnoho vykhovannia sportu i zdorovia liudyny – Problems and prospects of the development of physical education of sports and human health: materialy VI Vseukr. Nauk.-prakt. Konf. Z mizhnarod. Uchastiu.* (pp. 3–5). Poltava: PNPU imeni V. H. Korolenka (in Ukrainian).
2. Belan, V. (2014). Khortynh – istoriia stanovlennia ta rozvytku natsionalnoho vydu sportu Ukrainy [The horting – the history of the formation and development of the national sport of Ukraine]. *Teoriia i metodyka khortynhu – Theory and technique of horting*, 1, 44–52. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&image_file_name=PDF/Tmh_2014_1_8.pdf. (in Ukrainian).
3. Boiko, V., Malynskiy, I., Yeromenko, E., & Dikhtiarenko, Z. (2017). Rozvytok sylovykh yakosti u studentiv-khortynhistiv [The development of strength qualities in students of the gymnastics]. *Teoriia i metodyka khortynhu – Horting theory and methodology: zb. Nauk. Prats / red. Rada: Bekh I. D. (holova) ta in. (Vols. 7)*, (pp. 104–112). Kyiv: Palyvoda A. V. URL: <http://surl.li/okzby> (in Ukrainian).
4. Bolhar, M. (2014). Vykorystannia elementiv tekhniky khortynhu na zaniattiakh iz studentamy u spetsialnykh medychnykh hrupakh [The using elements of the horting technique in classes with students in special medical groups]. *Teoriia i metodyka khortynhu – Horting theory and methodology: zb. Nauk. Prats / red. Rada: Bekh I. D. (holova) ta in. (Vols. 2)*, (pp. 84–88). Kyiv: Palyvoda A. V. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN

N&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2014_2_12.pdf (in Ukrainian).

5. Holovashchenko, R. (2018). *Khortynh – istoriia stanovlennia ta rozvytku natsionalnogo vydu sportu Ukrainy* [The hortling – the history of the formation and development of the national sport of Ukraine]. Pashko P. V. (Eds.). *Khortynh – natsionalnyi brend Ukrainy u sviti: olimpiiska perspektyva – Hortling – the national brand of Ukraine in the world: the Olympic perspective: materialy pershoi mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii do Dnia zasnuvannia khortynhu*. (pp. 117–122). Kyiv: vydavets Palyvoda A. V. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/163088296.pdf#page=117> (in Ukrainian).
6. Dikhtiarenko, Z., & Postovyi, V. (2016). *Hotovnist do zakhystu vitchyzny zakladeno v unikalnosti systemy khortynhu – davni ta slavni istoryko-kulturni koreni ukrainskoho narodu* [The readiness to defend the homeland is inherent in the uniqueness of the hortling system – the ancient and glorious historical and cultural roots of the Ukrainian people]. *Teoriia i metodyka khortynhu – Hortling theory and methodology: zb. Nauk. Prats / red. Rada: Bekh I. D. (holova) ta in. (Vols. 6), (pp. 6–14)*. Kyiv : Palyvoda A. V. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2016_6_3.pdf (in Ukrainian).
7. Yeromenko, E. A. (2012). *Khortynh – natsionalnyi vyd sportu Ukrainy* [The hortling – the national sport of Ukraine]: metod. Posibnyk. Kyiv: vydavets Palyvoda A. V. (in Ukrainian).
8. Yeromenko, E. (2016). *Potentsiini mozhlyvosti khortynhu yak zasobu formuvannia tsinnosti zdorovoho zhyttia uchnivskoi ta studentskoi molodi* [The potential opportunities for horticulture as a means of forming healthy lifestyle values among pupils and students]. *Teoriia i metodyka khortynhu – Hortling theory and methodology: zb. Nauk. Prats / red. Rada:*

- Bekh I. D. (holova) ta in. (Vols. 5), (139–146). Kyiv : Palyvoda A. V. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2016_5_19.pdf (in Ukrainian).
9. Yeromenko, E. (2016). Formuvannia tsinnosti zdorovoho zhyttia uchnivskoi ta studentskoi molodi na zaniattiakh khortynhom u navchalnykh zakladakh [The formation of values of healthy life of pupils and students in the course of greyhound training in educational institutions]. *Teoriia i metodyka khortynhu – Horting theory and methodology*: zb. Nauk. Prats / red. Rada: Bekh I. D. (holova) ta in. (Vols. 6), (pp. 115–123). Kyiv: Palyvoda A. V. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2016_6_16.pdf (in Ukrainian).
 10. Zubalii, M. (2014). Rozvytok natsionalnoho vydu sportu khortynh v Ukraini [The development of the national sport of horticulture in Ukraine]. *Teoriia i metodyka khortynhu – Horting theory and methodology*: zb. Nauk. Prats / red. Rada: Bekh I. D. (holova) ta in. (Vols. 1), (pp. 60–66). Kyiv: Palyvoda A. V. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2014_1_10.pdf (in Ukrainian).
 11. Zubalii, N. (2015). Formuvannia u studentiv pozytyvnoho stavlennia do navchalnoi diialnosti z fizychnoho vykhovannia (na prykladi khortynhu) [The Formation of students' positive attitude to educational activities in physical education (on the example of horting)]. *Teoriia i metodyka khortynhu – Horting theory and methodology*: zb. Nauk. Prats / red. Rada: Bekh I. D. (holova) ta in. (Vols. 3), (pp. 87–91). Kyiv: Palyvoda A. V. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN

- N&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2015_3_12.pdf (in Ukrainian).
12. Kapura, I. (2015). Filosofski pohliady na suchasni tendentsii rozvytku khortynhu [Philosophical views on modern trends in the development of sporting events]. *Teoriia i metodyka khortynhu – Horting theory and methodology*: zb. Nauk. Prats / red. Rada: Bekh I. D. (holova) ta in. (Vols. 4), (pp. 72–77). Kyiv: Palyvoda A. V. URL: http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2015_4_11.pdf (in Ukrainian).
 13. Kukushkin, K. (2014). Khortynh yak systema vdoskonalennia osobystosti, yak filosofiia i sposib zhyttia [The horting as a system of personal development, as a philosophy and a way of life]. *Teoriia i metodyka khortynhu – Horting theory and methodology*: zb. Nauk. Prats / red. Rada: Bekh I. D. (holova) ta in. (Vols. 1), (pp. 75–81). Kyiv: Palyvoda A. V. URL: http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2014_1_12.pdf (in Ukrainian).
 14. Lytvynenko, A. M. (2021). *Metodyka sportyvnoi pidhotovky natsionalnoho vydu sportu – khortynhu v fizychnomu vykhovanni studentiv [The methodology of sports training of the national sport – horting in the physical education of students]*: navch.-metod. Posib. Kharkiv: KhNURE. URL: <https://openarchive.nure.ua/items/f7ab71d3-e019-444f-adf6-4e506bcec6f9> (in Ukrainian).
 15. Orzhekhovska, V. (2014). Suchasni oriientyry ta stratehii vykhovannia ditei i molodi v ukraini zasobamy khortynhu [The Modern guidelines and strategies for the upbringing of children and young people in Ukraine through the means of sport]. *Teoriia i metodyka khortynhu – Horting theory and methodology*: zb. Nauk. Prats / red. Rada: Bekh I. D. (holova) ta in. (Vols. 1), (pp. 113–117). Kyiv: Palyvoda A. V. URL:

- http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2014_1_17.pdf (in Ukrainian).
16. Orzhekhovska, V., Fedorchenko, T., Yeromenko, E., Dikhtiarenko, Z., & Melnyk, O. (2016). Kontsepsiia natsionalnoi filosofii vykhovannia ditei ta molodi v Ukraini na zasadakh khortynhu [The concept of the national philosophy of education of children and youth in Ukraine on the basis of horticulture]. *Teoriia i metodyka khortynhu – Horting theory and methodology: zb. Nauk. Prats / red. Rada: Bekh I. D. (holova) ta in. (Vols. 5), (pp. 17–34). Kyiv: Palyvoda A. V. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2016_5_4.pdf (in Ukrainian).*
 17. Okhrimenko, Z. (2014). Khortynh yak systema profesiinoho vykhovannia ta samovykhovannia uchniv [The horting as a system of professional education and self-education of students]. *Teoriia i metodyka khortynhu – Horting theory and methodology: zb. Nauk. Prats / red. Rada: Bekh I. D. (holova) ta in. (Vols. 2), (pp. 110–116). Kyiv: Palyvoda A. V. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2014_2_16.pdf (in Ukrainian).*
 18. Pantus, O. O., Tkachenko, P. P., Denysovets, A. P., Obodzinska, O. V., & Kuryllo, T. V. (2020). Istorychni vytoky stanovlennia ta rozvytku khortynhu v ukraini [The historical origins of the formation and development of horting in Ukraine]. H. P. Hryban (Eds.). *Fizychne vykhovannia: problemy ta perspektyvy – Physical education: problems and prospects: monohrafiia. (pp. 109–117). Zhytomyr : Ruta. URL: <http://eprints.zu.edu.ua/32273/1/Gryban-monografiya.pdf#page=109> (in Ukrainian).*

19. Petrochko, Zh. V., & Yeromenko, E. A. (2016). *Khortynh – shkola syly i chesti yunoho ukraintsia [The horting – a school of strength and honor for a young Ukrainian]* : metod. Posib. Kyiv: vydavets Palyvoda A. V. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/86628334.pdf> (in Ukrainian).
20. Prysiazhniuk, C. (2014). Vykorystannia zdoroviazberezhuvalnykh tekhnolohii z elementamy khortynhu u protsesi fizychnoho vykhovannia studentiv (spetsialna medychna hrupa) [The use of health-saving technologies with elements of horticulture in the process of physical education of students (special medical group)]. *Teoriia i metodyka khortynhu – Horting theory and methodology*: zb. Nauk. Prats / red. Rada: Bekh I. D. (holova) ta in. (Vols. 2), (pp. 89–94). Kyiv: Palyvoda A. V. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2014_2_13.pdf (in Ukrainian).
21. Pustoliakova, L. (2014). Vykorystannia metodu likuvalnoi fizychnoi kultury z elementamy khortynhu na zaniattiakh fizychnoho vykhovannia u spetsialnykh medychnykh hrupakh iz studentamy z porushenniamy postavy ta skoliozu [The using the method of therapeutic physical culture with elements of horticulture in physical education classes in special medical groups with students with posture disorders and scoliosis]. *Teoriia i metodyka khortynhu – Horting theory and methodology*: zb. Nauk. Prats / red. Rada: Bekh I. D. (holova) ta in. (Vols. 1), (pp. 146–152). Kyiv: Palyvoda A. V. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2014_1_22.pdf (in Ukrainian).
22. Pustoliakova, L. (2015). Opanuvannia ta vdoskonalennia hnuchkosti za dopomohoiu khortynhu na zaniattiakh fizychnoho vykhovannia u vishchykh navchalnykh zakladakh medychnoho profilu [The mastering and improving flexibility

- with the help of horticulture in physical education classes in higher medical education institutions]. *Teoriia i metodyka khortynhu – Horticulture theory and methodology: zb. Nauk. Prats / red. Rada: Bekh I. D. (holova) ta in. (Vols. 4), (pp. 104–109). Kyiv: Palyvoda A. V. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2015_4_15.pdf (in Ukrainian).*
23. Pustoliakova, L., & Markov, V. (2016). Vykorystannia zahalnorozvyvaiuchykh vprav iz elementamy khortynhu na zaniattiakh fizychnoho vykhovannia u vishchykh medychnykh navchalnykh zakladakh [The use of general developmental exercises with elements of horticulture in physical education classes in higher medical education institutions]. *Teoriia i metodyka khortynhu – Horticulture theory and methodology: zb. Nauk. Prats / red. Rada: Bekh I. D. (holova) ta in. (Vols. 5), (pp. 112–117). Kyiv: Palyvoda A. V. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2016_5_15.pdf (in Ukrainian).*
 24. Semenenko, I., & Kutsir, M. (2015). Osoblyvosti trenerskoi roboty v navchalno-vykhovnomu protsesi sportsmena-khortynhista [The peculiarities of coaching work in the educational process of a speed skating athlete]. *Teoriia i metodyka khortynhu – Horticulture theory and methodology: zb. Nauk. Prats / red. Rada: Bekh I. D. (holova) ta in. (Vols. 4), (pp. 186–191). Kyiv: Palyvoda A. V. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2015_4_23.pdf (in Ukrainian).*
 25. Sychov, S. (2015). Udoskonalennia sylovykh yakosti khortynhistiv iz nyzkym rivnem fizychnoi pidhotovlenosti [The improving the strength qualities of cross-country skaters with a low level of physical fitness]. *Teoriia i metodyka*

- khortynhu – Horting theory and methodology*: zb. Nauk. Prats / red. Rada: Bekh I. D. (holova) ta in. (4), (167–172). Kyiv: Palyvoda A. V. URL: http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2016_5_23.pdf (in Ukrainian).
26. Syrov, S. & Syrotynska, O. (2016). Zastosuvannia atletychnykh vprav dlia pidvyshchennia sportyvnoi pratsezdatsnosti khortynhistiv iz serednim rivnem rozvytku sylovykh yakosti [The use of athletic exercises to improve the sports performance of cross-country skaters with an average level of strength development]. *Teoriia i metodyka khortynhu – Horting theory and methodology*: zb. Nauk. Prats / red. Rada: Bekh I. D. (holova) ta in. (Vols. 6), (pp. 148–153). Kyiv: Palyvoda A. V. URL: http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2016_6_20.pdf (in Ukrainian).
27. Suslo, T. (2018). Khortynh, yak vyjav natsionalnoi prynalezhnosti [The horting as a manifestation of national belonging]. Pashko P. V. (Eds.). *Khortynh – natsionalnyi brend Ukrainy u sviti: olimpiiska perspektyva – Horting – the national brand of Ukraine in the world: the Olympic perspective*: materialy pershoi mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii do Dnia zasnuvannia khortynhu. Kyiv: vydavets Palyvoda A. V. (in Ukrainian).
28. Khatko, A. (2014). Stratehichni napriamy diialnosti ukrainskoi federatsii khortynhu [The strategic areas of activity of the Ukrainian Greyhound Federation]. *Teoriia i metodyka khortynhu – Horting theory and methodology* : zb. Nauk. Prats / red. Rada: Bekh I. D. (holova) ta in. (1), (82–87). Kyiv: Palyvoda A. V. URL: http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Tmh_2014_1_13.pdf (in Ukrainian).