



УДК: 37.015.311:37.015.3

**THE HISTORY OF THE DEVELOPMENT OF UKRAINIAN NATIONAL SPECIES OF MARTIAL SPORTS****ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ УКРАЇНСЬКИХ НАЦІОНАЛЬНИХ ВИДІВ СПОРТИВНИХ ЄДИНОБОРСТВ****Lytvynenko A.M./ Литвиненко А.М.***Associate Professor, PhD in Physical Education and Sport/  
доцент, кандидат наук з фізичного виховання та спорту,  
ORCID 0000-0002-2684-5162**Kharkiv National University of Radio Electronics,  
Kharkiv, Nauki Ave., 14, Kharkiv, 61166**Харківський національний університет радіоелектроніки,  
м. Харків, пр. Науки, 14, м. Харків, 61166*

**Анотація.** В статті досліджені історичні витоки сучасних видів українських національних єдиноборств. У зв'язку зі становленням української держави, аналізується поетапне формування традиційної бойової культури. Виникнення та подальший розвиток українських національних видів єдиноборств представлено як закономірний історичний процес. Показано, що традиційна система військово-фізичного виховання козаків-воїнів Запорізької Січі, стала первинною методичною основою для формування прикладних методик фізичного, морального та духовного гарту українського народу. Зроблено аналіз дидактичних підходів до організації підготовки у традиційних українських школах бойових мистецтв: хрест, хоругва, асгарда, козацький рукопаш, бойовий гопак, рукопаш гопак, український рукопаш «Спас», козацький двобій, українська боротьба на поясах, фрі-файт, хортинг. Досліджено вплив традиційної української бойової культури на формування методичних та техніко-тактичних особливостей сучасних українських національних єдиноборств.

**Ключові слова:** традиційна українська бойова культура, козацькі бойові мистецтва, тренувальні методики, Запорізька Січ, козаки-характерники, двобої, військово-фізичне виховання, фізична підготовка.

**Вступ.**

Відродження традиційної нематеріальної культури України вимагає від дослідників більш значної уваги до феномену українських національних бойових мистецтв. Україна має величезні культурні спадки минулих поколінь і зокрема, ще не досліджений на системному рівні та відповідно недостатньо висвітлений у наукових джерелах, пласт традиційної української бойової культури.

Зараз, у трагічні часи війни, яку веде українська нація за територіальну цілісність, свободу та незалежність держави, стає ще більш цінним історичний досвід формування традиційної української бойової культури. В багатьох роботах, які висвітлюють формування української народної системи фізичного виховання та військово-фізичної підготовки автори показують, що найбільш важливим мотиваційним чинником волі до боротьби проти чужоземних загарбників та створення власної бойової системи був український патріотизм та військовий рух [2, 12, 14]. У боротьбі з ворожим оточенням поетапно формувалися технічні прийоми і тактика ведення бою, яка спиралася на сталі воїнські традиції минулих історичних епох та українську народну систему військово-фізичного виховання. Емпіричним шляхом, діяльністю багатьох поколінь воїнів, була сформована оригінальна українська бойова культура, яка



стала складовою частиною загальної культури українського народу [3, 4, 9]. Недостатньо вивченим феноменом традиційної української бойової культури є козацькі бойові мистецтва. Вони стали первинною методичною. Та техніко-тактичною основою для формування сучасних українських національних видів спортивних єдиноборств.

#### **Основний текст.**

Сформовані у межах традиційної української бойової культури, як ефективні військово-прикладні напрями підготовки та виживання в екстремальних умовах, а також фізичного гарту і рекреації, українські види єдиноборств, за умови незалежної української держави перетворилися на масові, видовищні види спорту, які мають значний потенціал для прискореного розвитку в Україні та за її межами [1, 5]. Дані досліджень спортивних єдиноборств показують, що за популярністю українська боротьба на поясах, рукопаш гопак, хортинг, український рукопаш «Спас», козацький двобій, та ін. впритул підійшли до видів спортивних єдиноборств, які входять до програми Олімпійських ігор: дзюдо, тхеквондо, боксу, фехтуванню та спортивної боротьби [9, 13].

**Мета статті.** Дослідити історичні витоки формування та подальшого розвитку українських національних видів спортивних єдиноборств.

#### **Виклад основного матеріалу дослідження.**

Українська бойова культура є частиною загальної традиційної культури українського народу і на нашу думку, найбільш доцільним буде розглядати процес її виникнення та розвитку в історичному контексті поетапного формування української нації та становлення української держави.

У дослідженнях В. Пилата [11], Е. Єрьоменка [4], М. Величковича [3], О. Притули [12] показано, що основним джерелом становлення традиційної української бойової культури було військово-прикладне середовище, в якому, здебільше емпіричним шляхом формувалася комплекс військово-прикладних навиків складений з верхової їзди, подолання водних перешкод, штурму фортифікаційних споруд, маскування, ведення двобою проти одного або кількох противників холодною та вогнепальною зброєю та інше. Паралельно з безпосередньо військово-прикладними навиками формувалися актуальні методики психофізичної підготовки до ведення бою в екстремальних умовах: вночі, в умовах низьких температур, після поранення, проти чисельно переважаючого противника тощо [2, 9].

Процес формування традиційної української бойової культури йшов одночасно зі становленням нації [1, 8, 13, 14]. Аналіз літературних джерел, дані археологічних розвідок та генетичні дослідження показують, що осілі племена, які займались переважно землеробством та скотарством і жили в основному у межиріччя Дністра і Дніпра, в IV–III тис. до н. е. створили розвинену оригінальну культуру, відому нам під назвою «Трипільська культура», по місцю первинного археологічного знаходження (село Трипілья, Київської області) [9]. Для оборони поселень, у міжплеменних сутичках та військових конфліктах із сусідніми племенами у ті часи, використовувалося, як зброя ближнього бою: кам'яні кинджали та сокири-молоти, так і зброя дальнього бою: примітивні списи, лук та стріли. Із зростанням розмірів поселень та кількості жителів, збільшенням



загального економічного потенціалу, та прогресу у технологіях виготовлення зброї, трипільці мали змогу створювати досить великі бойові загони (до 500-700 чоловік) для захисту від нападників та набігів на сусідні племена озброєні залізними кинджалами, списами із залізними наконечниками, сокирами, дротиками, ножами, булавами, трипільськими бойовими серпами та захисними щитами [ 9, 13].

Дослідження різних періодів розвитку людства, показують, що ефективно володіння спеціалізованою зброєю та її систематичне застосування для вирішення військових завдань, є результатом наявності системи відповідних тренувань [4, 5, 9, 14,].

Ряд досліджень вказує на те, що не тільки чоловіки але й жінки проходили певну військову підготовку, зокрема мали гарні навички стрільби з луку та ведення бою кинджалом [9, 11, 12].

У другій половині III тис. до н. е., із центральної та північної Європи, на територію України мігрували великі за чисельністю племена індоєвропейського походження, які, шляхом військової експансії призвели до поступового зникнення трипільської цивілізації [2, 3]. Індоєвропейські племена вважаються в історичній науці предками сучасного слов'янського етносу і внесли значний вклад у розвиток традиційної української бойової культури [2, 3, 11, 14]. Можна констатувати, що на території України, з середині II тис. до н.е., починається формування однієї з гілок праслов'янських племен. Економічною основою тогочасного суспільства значною мірою стали кочове скотарство та військова діяльність. Оборона власних селищ та територіальна експансія потребували інтенсивного розвитку військової справи. На даному етапі розвитку суспільства, управління племенами йшло за принципом військової демократії. Із людського загалу виділяється відносно не чисельна військово-аристократична верхівка суспільства. Вожді племен мали, діючи на постійній основі, добре озброєну та підготовлену воїнську дружину. У похованнях чоловіків тих часів, археологи виявляють значно більше зброї ніж в похованнях трипільської цивілізації, що свідчить про зростання ролі військової справи в суспільстві та значному збільшенні кількості військових конфліктів в тій епосі.

На початку I тис. н. е. починають формуватися державні основи України і поступово, об'єднуючи окремі князівства, під назвою Київська Русь, вона стає значною економічною, політичною та військовою силою в Європі. Бойова культура того часу зазнала стрімкого розвитку, що знайшло прояв і стало основою чисельних традиційних народних військових змагань. Як зазначає Я. Тимчак (1999), до програми народних змагань входили: «різноманіття кінних видів, стрільба з лука, єдиноборства – боротьба і кулачний бій, біг, стрибки, піднімання і метання тягарів, водні види – плавання, пірнання та гребля, зимові види – ходьба на лижах та біг на ковзанах» [9, 14]. Дослідники відмічають наявність у Київській Русі розвиненої системи фізичного виховання молоді, яка носила виразний характер військової-фізичної підготовки [12, 13].

Важливою складовою частиною бойової культури є психофізична підготовка воїнів. Від стану свідомості багато в чому залежить ефективність індивідуальних та колективних бойових дій. Аналіз археологічних даних та



літературних джерел вказують на те, що значний вплив на формування бойового стану свідомості воїнів впливали релігійні уявлення та ритуали які домінували в певну на певному етапі розвитку суспільства [10]. В цьому сенсі, дослідники ставлять чіткий водорозділ між язичницькими та християнськими уявленнями давньоукраїнського суспільства про богів, сакральні явища та морально-етичні цінності, засновані на певних релігійних догматах [4, 10, 13].

Після татарської навали на Київську Русь, деякий час відбувався певний занепад української бойової культури, але нові, потужні стимули до розвитку вона отримала у часи козаччини (XVI–XVIII століття нової ери). Вже з середині XVI ст., поетапно, відбувалося об'єднання найбільш свободолюбних козаків, під керівництвом пасіонарних, енергійних і талановитих ватажків, у добре структуровану, потужну військову організацію, здатну ефективно вирішувати складні завдання захисту українських земель від чисельних іноземних загарбників [1, 2, 3].

Системні історичні дослідження, проведені в останні десятиріччя, переконливо показують, що Запорізька Січ, розташована на острові Хортиця, була військовим табором та сакральним місцем народження феномену козацтва, яке сформувало оригінальну систему військово-фізичної підготовки і стало оплотом відродження та подальшого розвитку на новому рівні традиційної української бойової культури. Оскільки острів Хортиця мав ізольоване місце розташування, що створювало оптимальні умови для життєдіяльності та бойової підготовки. В козацькому таборі поетапно формувалися і згодом набули високого рівня розвитку, козацькі методи ведення бойових дій, як у завойовницьких цілях, так і з метою захисту Українських земель.

За свідченням українського історика О. Єфименко: «Дуже поважалася у них сила, і вони думають, що для їхнього куреня велика честь, якщо на кулачному бою їм вдасться побити інший курінь. Коли не було війни, козаки постійно розважалися в свята кулачними боями. Почнуть діло жартома, сили пробують, а закінчується часто тим, що інколи славного молодця як мертвого додому тягнуть. Буває і так, що все військо, всі 38 куренів, розділяться на два табори, в одному верхні, в іншому нижні курені, і почалася веремія» [9].

Дослідник української бойової культури та засновник сучасного виду спортивних єдиноборств – хортингу, Е. Єрмоєнко в своїх наукових і методичних працях показав, що тренування бойових навичок козаків велося цілеспрямовано і систематично, а турніри між найсильнішими бійцями, представниками козацьких куренів та азартні рукопашні сутички та кулачні бої проводилися на регулярній основі і з різних приводів: для визначення керівників куренів і козацьких сотень, на гуляннях, іграх і традиційних святах, з метою помирити посварених козаків або, навіть, групи козаків та для розваги [4].

За свідченням дослідників українського козацтва, змагання з різних видів козацьких єдиноборств, присвячені значним у козацькому житті подіям, проводилися в живому колі з козаків – «хорті» на центральному майдані Запорізької Січі, а щоденні змагальні сутички у будь-якому іншому місці, в точу числі і під час бойових походів, а також під час відпочинку для того, щоб не втрачати фізичну форму, реальний бойовий навик та психологічний настрій на



випадок смертельної сутички з ворогом. Для виявлення переможця, при проведенні двобоїв емпіричним шляхом були вироблені та твердо виконувалися правила єдиноборств, з яких проходили змагання. На хорт, учасники козацьких двобоїв, повинні були виходити обов'язково без зброї, знімаючи її заздалегідь і віддаючи помічникам – побратимам, товаришам по куреню. Якщо у хорт, козак виходив на змагальний двобій за дорученням із метою захистити честь куреня, то для його психологічної підтримки на майдан приходив весь курінь. По правилах, у двобоях, бійцям дозволялося обмотувати ударні частини рук ганчір'ям, але наглядовий (аналог сучасного судді рефері) стежив за тим, щоб у ганчірку не замотували каміння, дерев'яні та свинцеві шайби, кулі та ін. За даними історичних джерел, по традиції, що склалася, для більш ефективної підготовки до реального бою із ворогом, козацькі двобої проводилися без урахування часу, без перерви для відпочинку, до повної втрати боєздатності або свідомості одного з супротивників. У момент перемоги одного козака над іншим, наглядовий подавав команду зупинити сутичку та розбороняв бійців. Згідно свідчень очевидців, козацькі двобої в Запорізькій Січі були дуже жорсткими, носили ярке емоційне забарвлення і вимагали від учасників значної стійкості та високих фізичних та психічних кондицій. Переможці великих змагань, становились відомими в козацькому середовищі, користувалися не абиякою повагою козаків-побратимів і претендували на керівний ранг в козацькому середовищі [4, 5, 12, 13, 14].

Правила та умови проведення двобоїв козаків в Запорозькій Січі, у подальшому, стали основою для створення сучасних Правил спортивних змагань у більшості українських національних видів спортивних єдиноборств: рукопаші гопака, українському рукопаші «Спас», козацькому двобої, української боротьби на поясах, хортингу [4, 5, 10, 11, 12].

Нажаль трагічні історичні події, а саме захват українських земель Російською імперією і терор організований загарбниками до запорізького козацтва та політика знищення української культури призупинили поступальний розвиток українських національних єдиноборств. Після знищення Запорозької Січі, різні форми традиційної української бойової культури зберігалась і передавалася з покоління в покоління у нечисленних козацьких родах у якості елементів системи народного фізичного виховання. Із здобуттям в 1991 році незалежності України, почалося стрімке відродження українських бойових традицій.

Високий розвиток традиційної української бойової культури в козацьку добу дав основу для формування в науковій та науково-популярній літературі, стійкого лінгвістичного терміну: «козацькі бойові мистецтва».

Ідея відродження української бойової культури на основі бойових традицій та методів підготовки до військової справи козаків Запорозької Січі у вигляді українських національних видів спортивних єдиноборств, спонукала патріотично налаштованих, та маючих великий власний спортивний досвід фахівців з єдиноборств, розробити сучасні українські національні системи ведення бою та теоретично обґрунтовані методики підготовки спортсменів.



До реєстру видів спорту Міністерства молоді та спорту внесені: рукопаш гопак, український рукопаш «Спас», козацький двобій, українська боротьба на поясах, фрі-файт, хортинг, засновники яких позиціонують походження та основу методичної бази з джерел традиційної української бойової культури і насамперед козацьких бойових мистецтв.

### **Висновки.**

1. Україна має розвинену традиційну бойову культуру, яка є частиною загальної національної культури українського народу.

2. Українські національні види спортивних єдиноборств створені шляхом відновлення та реконструкції технічних прийомів і тактичних дій козацьких бойових мистецтв з урахуванням традиційних методик фізичного та психологічного гарту Запорізького козацтва.

3. Визнаними Міністерством молоді та спорту є: рукопаш гопак, український рукопаш спас, козацький двобій, українська боротьба на поясах, фрі-файт, хортинг, засновники яких позиціонують походження та основу методичної бази з джерел традиційної української бойової культури.

4. Розвиток українських національних видів спортивних єдиноборств, створить умови для зростання їх популярності у світі та отримання визнання Міжнародним олімпійським комітетом.

### **Перспективи подальших досліджень.**

Передбачається проведення дослідження техніко-тактичного арсеналу різних видів українських національних спортивних єдиноборств з проведенням оцінювання найбільш результативних змагальних дій.

### **Література**

1. Ашанін В.С., Литвиненко А.М. Особливості застосування ударних дій у змагальній діяльності в хортингу // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. 2023. 6(166) 23:13-16. DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.6(166).02

2. Болтівець С., Галушко О. Інституційна свідомість праобразу Хортицької Січі в молодіжному відродженні автентичного українського військово-патріотичного спорту // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / – К.: Паливода А. В., 2017. – Вип. 7. – С. 22–31.

3. Величкович М. Р., Мартинюк М.Р. Український рукопаш гопак – Л.: Ліга-Пресс, 2003. – 152 с.

4. Єрмоєнко Е. А. Хортинг – національний вид спорту України: метод. посіб. К. : 2014. 1064 с.

5. Литвиненко А. М. Вдосконалення силових якостей спортсменів у хортингу // Збірник наукових праць «Теорія і методика хортингу» Випуск 6, Видавець Паливода А.В., Київ 2016. С. 132-137.

6. Литвиненко А. М., Мулик В.В. Ефективність змагальної діяльності в хортингу // Єдиноборства. 2023, 4(30), С. 59-68. DOI:10.15391/ed.2023-4.06

7. Литвиненко А. М. Оцінювання технічних дій в національному виді єдиноборств – хортингу у змагальному розділі «Двобій» // Теорія і методика хортингу : зб. Наукових праць. – К.: Паливода А.В. 2018. – Вип. 8. С. 132-138.



8. Литвиненко А. М. Синергетичний підхід до аналізу змагальної діяльності в хортингу // Теорія і методика хортингу : зб. Наукових праць. – К.: Палівода А.В. 2016. – Вип. 5. С. 147-152.

9. Мандзяк О. С. Воїнсько-фізичне виховання аріїв: Народні ігри в практиці українських бойових мистецтв. – Тернопіль: Мандрівець, 2007. – 208 с.

10. Мулик В.В., Литвиненко А.М. Визначення найбільш популярних українських національних видів спортивних єдиноборств. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова.2023.10(170) 23:111-118. DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.10(170).24

11. Пилат В. С. Бойовий Гопак і основи захисту Вітчизни.– К.: «Україна», 2016 – 168 с.

12. Притула О. Л. Професійна підготовка фахівців з українського рукопашу “Спас” у вищих навчальних закладах //Урок фізичної культури – урок здоров’я: збірник науково-методичних рекомендацій з питань організації урочної роботи в системі збереження та розвитку здоров’я дітей і підлітків у навчальних закладах. Запоріжжя. 2012. № 2(3). С. 65-69.

13. Тимчак Я. Традиції військово-фізичної підготовки у Київській Русі // Народна творчість та етнографія, 2004. – № 5. – С. 63.

14. Цюсю А.В., Деделюк Н.А. Історія фізичного виховання на теренах України з найдавніших часів до початку ХІХ ст. // Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2014. - 456 с.

### References

1. Ashanin V.S., A.M. Lytvynenko. Peculiarities of the application of impact actions in competitive activities in horting. Scientific journal of the M.P. Dragomanov National Pedagogical University. 2023. 6(166) 23:13-16. DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.6(166).02

2. Boltivets S., Galushko O. Institutional awareness of the archetype of Khortytska Sich in the youth revival of authentic Ukrainian military-patriotic sport // Theory and methodology of Khorting: coll. of science works / - К.: Palivoda A. V., 2017. - Issue 7. – pp. 22–31.

3. Velichkovich M. R., L. S. Martinyuk. Ukrainian hand-to-hand hopak // Navch. posib. - L. : Liga-Press, 2003. - 152 p.

4. Yeremenko, E.A. "Horting – National Sport of Ukraine" // Kyiv: Palivoda A.V. P. 1064.

5. Lytvynenko A. M. Improving the strength qualities of sportsmen in horting // Collection of scientific papers "Theory and methods of horing" Issue 6, Publisher A. V. Palivoda, Kyiv 2016, pp. 132-137.

6. Lytvynenko A.M., Mulyk V.V. Effectiveness of competitive activity in horting // Edynoborstva. 2023, 4(30), pp. 59-68. DOI:10.15391/ed.2023-4.06

7. Lytvynenko A. M. Evaluation of technical actions in the national form of martial arts - horting in the competitive section "Duel" // Theory and methodology of horting: coll. Scientific papers. - К.: Palivoda A.V. 2018. – Issue 8. P. 132-138.

8. Lytvynenko A.M. Synergetic approach to the analysis of competitive activity in horting // Theory and method of horting: coll. Scientific papers. - К.: Palivoda A.V. 2016. – Issue 5. P. 147-152.

9. Mandzyak, O. S. Military-physical fighting arts: Folk games in the practice of Ukrainian fighting arts. - Ternopil: Mandrivets, 2007. - 208 p.

10. Mulyk V.V., Lytvynenko A.M. Determination of the most popular Ukrainian national types of martial arts. Scientific journal of the National Pedagogical University named after M.P. Dragomanov. 2023.10(170) 23:111-118. DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.10(170).24

11. Pilate V.S. Boyovy Gopak and the foundations of the defense of Vitchizni . Redesigned and supplemented. - К. : "Ukraine", 2016 - 168 p.



12. Prytula O. L. Professional training of specialists for the Ukrainian hand-to-hand combat "Spas" at the highest initial pledges // A lesson in physical culture - a lesson in health: a collection of scientific and methodological recommendations for the organization of lesson work in the system of savings and the development of healthy children and education in primary education. Zaporizhzhya. 2012. No. 2(3). C. 65-69.

13. Timchak, Ya. Traditions of military and physical training in Kievan Rus // Folk creativity and ethnography, 2004. - No. 5. - P. 63.

14. Tsos A.V., Dedelyuk N.A. The history of physical vihovannia on the terens of Ukraine from the last hours to the beginning of the 19th century: navch. posib. for stud. vishch. navch. Final. - Lutsk: Skhidnoevrop. nat. un-t im. Lesi Ukrainki, 2014. - 456 p.

**Abstract.** *The article examines the historical origins of modern types of Ukrainian national martial arts. In connection with the formation of the Ukrainian state, the gradual formation of traditional martial culture is analyzed. The emergence and further development of Ukrainian national martial arts is presented as a natural historical process. It is shown that the traditional system of military-physical education of the Cossack soldiers of Zaporizhzhya Sich became the primary methodical basis for the formation of applied methods of the physical, moral and spiritual character of the Ukrainian people. Didactic approaches to the organization of training in traditional Ukrainian schools of martial arts were analyzed: cross, flag, asgard, Cossack hand-to-hand combat, combat hopak, hopak hand-to-hand combat, Ukrainian hand-to-hand combat "Spas", Cossack hand-to-hand combat, Ukrainian belt wrestling, free-fight, horting. The impact of traditional Ukrainian martial culture on the formation of methodical and technical-tactical features of modern Ukrainian national martial arts was studied.*

**Key words:** *traditional Ukrainian martial culture, Cossack martial arts, training methods, Zaporizhzhya Sich, characteristic, Cossack hand-to-hand combat, military physical education, physical training.*