

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра спорту і спортивних ігор

Дипломна робота (проект)
магістра

з теми: «РОЛЬ НАЦІОНАЛЬНИХ БОЙОВИХ МИСТЕЦТВ В СУЧАСНОМУ
УКРАЇНСЬКОМУ СУСПІЛЬСТВІ ТА СИСТЕМІ НАЦІОНАЛЬНОГО
ВИХОВАННЯ»

Виконав: студент 2 курсу, групи FKS2-M23
спеціальності 017 Фізична культура і спорт
Гадай Андрій Ігорович
Керівник: Зубаль М.В., кандидат наук з
фізичного виховання та спорту, доцент
Науковий консультант: Гуска М.Б.,
кандидат наук з фізичного виховання та
спорту, доцент
Рецензент: Алексеев О.О., доктор
педагогічних наук, доцент

Кам'янець-Подільський – 2024 рік

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1 СТАНОВЛЕННЯ ТА РОЗВИТОК СУЧАСНИХ УКРАЇНСЬКИХ НАЦІОНАЛЬНИХ БОЙОВИХ МИСТЕЦТВ	8
1.1 Роль національних бойових мистецтв у сучасній Україні та їх значення у вихованні молоді	8
1.1.1 Вплив оріянської культури на бойові мистецтва народів світу	8
1.1.2 Бойові традиції, мистецтво та майстерність давніх слов'ян.	11
1.2 Соціальні чинники поширення воїнської культури серед населення України-Русі	15
1.2.1 Бойове мистецтво волхвів. Традиції бойового мистецтва простолюдинів, воїнів.	17
1.2.2 Княжа дружина, вплив варягів на розвиток військового мистецтва Русі. Воїнські звичаї давніх слов'ян.....	23
РОЗДІЛ 2 МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	34
2.1 Методи дослідження	34
2.2 Організація дослідження	35
РОЗДІЛ 3 НАЦІОНАЛЬНІ ТРАДИЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ В УКРАЇНСЬКОМУ СУСПІЛЬСТВІ	36
3.1 Форми та методи національного фізичного виховання та спорту	40
3.2 Значення та роль національних бойових мистецтв у системі фізичного виховання та спорту України	49
3.3 Національне бойове мистецтво «Спас» як елемент бойової культури українського народу в козацьку епоху	51
3.4 Сучасне відродження українського рукопашу «Спас»	71
3.5 Типи підготовки спортсмена в бойовому мистецтві «Спас»	84

ВИСНОВКИ.....	88
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	91

ВСТУП

Актуальність теми. Досліджуючи історію будь-якого народу, майже неможливо оминати ігрову та спортивну діяльність, що була важливою складовою його культури. Наприклад, в давній Греції Олімпійські, Піфійські та Немейські ігри мали священний статус і перетворилися на загальнонаціональні свята, суттєво впливаючи на розвиток еллінської цивілізації. Життя китайського та японського народів також складно уявити без бойових мистецтв, де тісно перепліталися філософські, моральні та фізичні чинники [8; 11; 15; 20].

Вивчаючи різні культури, можна відзначити, що кожен народ має свою унікальну систему психофізичного розвитку, яка базується на традиціях, менталітеті та способі життя. Ця система є важливим показником загального рівня культурного і соціального розвитку нації. З метою збереження та популяризації традиційних ігор і фізичних вправ створюються різноманітні організації та рухи, які сприяють поширенню цих надбань серед ширшого кола людей [20; 21; 26].

У процесі популяризації традиційних ігор і видів спорту багато з них набувають загальнонародного характеру, сприяючи культурному взаєморозумінню. Яскравим прикладом є еволюція різних видів спорту.

До того ж, національні традиції фізичного виховання є важливою частиною етнопедагогіки. Їхнє використання в сучасних умовах може значно збагатити існуючі методи і форми фізичного виховання дітей та молоді, додаючи до них елементи культурної спадщини [58, с.208-210].

Історичні аспекти розвитку та становлення фізичного виховання в Україні довгий час залишалися поза увагою спеціальних наукових досліджень. Однак у вітчизняній і зарубіжній літературі можна зустріти окремі згадки про національні традиції, що існували на українських землях.

Ці відомості проливають світло на культурні та спортивні практики, які формувалися на території України протягом століть [23; 26; 28; 30].

Однією з найвизначніших сторінок боротьби українського народу за незалежність був козацький рух. Козаки стали тією силою, яка протягом століть захищала свободу і гідність України, підтримуючи її прагнення до незалежності та суверенітету. Недарма іноземні спостерігачі того часу зазначали, що козаки мають намір заснувати власну республіку. Зокрема, католицький єпископ Йоахім Верещинський навіть запропонував проект створення Козацької держави на землях на схід від Дніпра, підкреслюючи важливість їхньої ролі в регіоні.

Запорізькі козаки розробили надзвичайно ефективні фізичні та психофізичні вправи, які були спрямовані на самопізнання, самовдосконалення та розвиток воїна в тілесному, психічному й моральному плані. За свідченнями сучасників, ця система була однією з найкращих у світі. Серед козаків широко практикувалися різноманітні форми єдиноборств. На Запоріжжі були популярними різні види козацької боротьби, такі як "спас", боротьба на ремнях, навхрест, а також на палицях, що відображало високу майстерність та фізичну підготовку воїнів [43; 44; 72; 73].

Найменш відомою сьогодні є козацька система боротьби під назвою "Спас". Вона мала виключно оборонний характер і не була спрямована на атаку. Основною рисою цієї системи було ретельне багаторазове відпрацювання технік блокування атак противника. Навчання козаків цій техніці та тактиці проходило в тісному зв'язку з високоморальними принципами, що сприяло всебічному розвитку особистості воїна, не лише фізичному, але й духовному.

На сьогоднішній день це питання вивчене недостатньо добре, що і зумовило вибір теми дослідження.

Об'єкт дослідження – розвиток фізичного виховання на території України.

Предмет дослідження – розвиток і традиції національної фізичної культури на території України.

Мета дослідження – розкрити роль та місце національних бойових мистецтв в системі національного фізичного виховання в Україні.

Завдання дослідження:

1. Вивчити стан досліджуваної проблеми в науковій літературі та освітній практиці та визначити причини розповсюдження воїнської культури серед населення України-Русі.
2. Розкрити форми та методи національного фізичного виховання.
3. Дослідити особливості національного бойового мистецтва «Спас», як бойової культури українського народу.

Для розв'язання поставлених завдань використовувалися такі **методи дослідження**: аналіз і узагальнення наукової та етнографічної літератури, аналіз і синтез, індукція та дедукція, історичний та логічний методи, метод екстраполяції.

Практичне значення одержаних результатів. Отримані результати наукового дослідження можуть бути використані під час підготовки здобувачів вищої освіти спеціальності 017 Фізична культура і спорт, ступенів вищої освіти «бакалавр» та «магістр». Також матеріали дослідження варто використовувати викладачами-фахівцями у процесі викладання обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Підвищення спортивної майстерності з боротьби». У процесі підвищення кваліфікації тренерів з боротьби доречним буде використання матеріалів роботи для ефективної побудови навчально-тренувального процесу спортсменів-борців.

Апробація результатів дослідження. Основні результати дипломної роботи магістра обговорювались на звітній науковій конференції студентів, магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка у 2022-2023 н.р.; звітній науковій конференції студентів, магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка у 2023-2024 н.р. (м. Кам'янець-Подільський, 4-5 квітня 2023 року;

9-10 квітня 2024 року); одна стаття опублікована у збірнику Формування здорового способу життя студентської та учнівської молоді засобами освіти. Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2024. Випуск 13; XIV Міжнародній науково-практичній конференції «Проблеми активізації рекреаційно оздоровчої діяльності населення» (10-11 травня м.Львів).

Публікації. Результати дослідження за темою кваліфікаційної (дипломної) роботи магістра висвітлені в чотирьох наукових статтях.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Робота виконана на замовлення Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка згідно зі Зведеним планом науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2022–2027 рр. за темою «Теоретичні, практичні та оздоровчі аспекти вдосконалення навчально-тренувального процесу різних верств населення й спортсменів різної спортивної кваліфікації» (Державний реєстраційний номер: 0122U000564).

Структура та обсяг дипломної роботи магістра. Дипломна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків та списку використаних літературних джерел. Роботу викладено на 99 сторінках, з яких 90 основного тексту, що містить 1 рисунок та 80 літературних джерел.

ВИСНОВКИ

1. Фізичне виховання стародавніх слов'ян формувалося під впливом різноманітних географічних, етнічних, політичних, військових, економічних та соціальних чинників. Умови життя вимагали систематичного виконання фізичних вправ і розвитку фізичних якостей, що сприяло вихованню міцних і добре розвинених людей. Фізичні вправи та ігри були невід'ємною частиною всього життєвого устрою слов'ян.

2. Внаслідок теоретичного аналізу результатів дослідження були виявлені закономірності розвитку фізичного виховання на території України. Зокрема, встановлено зв'язок між фізичним вихованням і світоглядом, способом життя, військовою справою та місцем проживання населення; також виявлено взаємопроникнення міжнаціональних елементів фізичного виховання. Дослідження підтвердило зв'язок між святково-ігровою діяльністю та військово-фізичною підготовкою, а також перехід до організованих форм фізичного виховання в періоди могутньої державності.

3. Україна має власні національні засоби фізичного виховання, які мають глибоке історичне коріння. Ці засоби є частиною культури українського народу і можуть бути поділені на основні і допоміжні, традиційні і запозичені. Вони мають широкий спектр видів і форм, постійно змінюються, деякі зникають, а інші з'являються під впливом розвитку українського суспільства.

4. Козацькі бойові мистецтва є основою української національної фізичної культури. Висока технічна підготовка спортсмена-спасівця сприяє збільшенню його активного потенціалу під час окремих поєдинків та змагань, оскільки з хорошої технічної підготовкою спортсмен витрачає менше фізичних зусиль для виконання технічних елементів під час єдиноборства.

4. Тактична підготовка допомагає спортсмену усвідомити свої дії під час поєдинку та самостійно формувати власну формулу бою, що сприяє вивченню теоретичних аспектів українського рукопашу “Спас”.

5. У українському рукопаші “Спас” підготовка спортсмена розглядається як інтеграція різних видів підготовки бійця в цьому виді спорту.

Сім напрямків підготовки – фізична, технічна, тактична, теоретична, морально-вольова, психологічна та духовна – тісно пов’язані між собою і взаємодіють. Зв’язок між цими напрямками має бути присутнім протягом усієї спортивної кар’єри спортсмена і навіть після її завершення, коли він переходить до подальшого вдосконалення в бойовому мистецтві “Спас”.

Отже, результати нашого дослідження підтверджують, що аналіз національного бойового мистецтва “Спас” охоплює вивчення технік, прийомів і стратегій, які використовуються в цьому виді бойового мистецтва, враховуючи його етнокультурний контекст і вплив на формування бойової культури українського народу.

Протягом віків українці розвивали й удосконалювали різноманітні види спорту, які стали частиною національної спадщини. Види спорту, такі як гопак, стрільба з лука, гирьовий спорт і національні види боротьби, стали символами національної гордості та самовираження. Вони передають традиції поколінь і втілюють дух вольової боротьби та завзяття, які характеризують український народ.

Не лише українські спортсмени, але й фанати активно підтримують і розвивають спортивні традиції країни. Спортивні події об’єднують людей різних соціальних груп та регіонів, створюючи сприятливий ґрунт для формування єдності та національної ідентичності.

Спорт в Україні не лише відображає сили та досягнення країни на міжнародній арені, але й сприяє зміцненню національного духу та єдності серед українського народу. Від спортивних подій і досягнень залежить не лише фізичне здоров’я нації, а й її моральний стан та патріотичний настрій.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми особливостей національного бойового мистецтва «Спас», як бойової культури українського народу. Додатковою областю дослідження може бути вивчення соціокультурного впливу бойового мистецтва "Спас" на українське суспільство, його роль у формуванні національної ідентичності та спільної свідомості. Також, важливим є розгляд питань викладання та передачі цих традицій з покоління в покоління, щоб забезпечити їхнє збереження, розвиток та культуру.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Арзютов Г.М., Лахно Д.М., Рябчун Л.Я. Українська боротьба на поясах. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл. Київ, 2013. 60 с.
2. Богдан Шаян, Олександр Скалій. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. [Електронний ресурс]. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. Засоби фізичного виховання. Визначення поняття. Режим доступу : <http://www.tnpu.edu.ua/kurs/242/3-1.htm>
3. Василенко К. Лексика українського народно-сценічного танцю. 3-є вид. Київ: Мистецтво, 1996. 496 с.
4. Верховинець В. М. Теорія українського народного танцю. 5-е вид., доп. Київ: Муз. Україна, 1990. 150 с.
5. Величкович М., Мартинюк Л. Український рукопаш гопак: навчальний посібник. Львів: Ліга-Прес, 2003. 152 с.
6. Види спорту, офіційно визнані в Україні [Електронний ресурс]. Види спорту, офіційно визнані в Україні. Буковинський спортивний портал. Режим доступу : <http://sportbuk.com/2012/03/vydy-sportu-ofitsijno-vyznani-v-ukrajini>
7. В Запоріжжі відбувся Перший Чемпіонат Європи з рукопашу. Коментарі [Електронний ресурс]. Запоріжжя. Режим доступу : <http://zp.comments.ua/news/2012/10/19/132315.html>
8. Винник Н. М., Винник В. Д. Бойовий гопак як елемент фізичного виховання студентів : методичні рекомендації. Черкаси : ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2016. 24 с.
9. Всеукраїнська федерація “Спас” [Електронний ресурс]. Всеукраїнська федерація “Спас”. Режим доступу : <http://spas.zp.ua>
10. В Україні офіційно визнали сім нових видів спорту [Електронний ресурс]. Спорт. Режим доступу : <http://www.newsru.ua/sport/10feb2010/sport.html>

11. Гачкевич А. Становлення і розвиток українських національних одноборств на сучасному етапі. Слобожанський науково-спортивний вісник: Науково-теоретичний журнал. 2007. № 11. С. 240-242.
12. Героїчна пісня, як засіб зміцнення лицарського духу. [Електронний ресурс]. Українські скарби. Героїчна пісня, як засіб зміцнення лицарського духу. Режим доступу: <http://www.skarby.org.ua/herojichna-pisnya/>
13. Димитров М. Ф., Копилова Л. Б.. Табір починається з вожатого: навчально-методичний посібник. Миколаїв: Атол, 2005. 206 с.
14. Дудко Т. О. Тези до публічного виступу на тему: «Національно-патріотичне виховання молоді» [Електронний ресурс]. Тези до публічного виступу на тему: «Національно-патріотичне виховання молоді». Спільнота кращих державних службовців України. Режим доступу : <http://kds.org.ua/article/dudko-t-o-tezi-do-publichnogo-vistupu-na-temu-natsionalno-patriotichne-vihovannya-molodi>
15. Дутчак Я.В. Військово-фізична підготовка в Україні (IX – XVIII ст.): Дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.02. Львів, 1998. С. 12-13.
16. Єрмоменко Е. А. Хортинг – національний вид спорту України: метод. посіб. К. : 2014. 1064 с.
17. Жабо Т.В., Кузнецов А. М. Студент-практикант в оздоровчому таборі: навчальний посібник. Кіровоград: Код, 2006. 156 с.
18. Завацький В.І., Цьось А.В., Бичук О.І., Пономаренко Л.І. Козацькі забави: навчальний посібник. Луцьк: "Надстир'я", 1994. 109 с.
19. Запорізький козак був відзначений Оскаром [Електронний ресурс]. Наше місто плюс. Головна. Запорізькая обл. Режим доступу : <http://news.mspravka.info/news/33267>
20. Історія ВГО “Спас” [Електронний ресурс]. Історія ВГО “Спас” Офіційний сайт ВГО “Всеукраїнська федерація “Спас”. Режим доступу : <http://spas.zp.ua/ru/вго-спас/history/>
21. Київська сотня козацького братства бойового Звичаю Спас “Сокіл” [Електронний ресурс]. Старшина. Офіційний сайт Козацького

братства бойового Звичаю Спас “Сокіл”. Режим доступу :
<http://www.spas.net.ua/index.php/about/etc/18/>

22. Коваленко Є.І., Конончук А.І. Методика роботи в літньому оздоровчому таборі: навчальний посібник. Інститут змісту і методів навчання. Київ, 1997. 94 с.

23. Ковтанюк Б.М. Січеславщина козацька: учора, сьогодні, завтра. Дніпропетровськ: Баланс-Клуб, 2013. 368 с.

24. Культура. [Електронний ресурс]. Вікіпедія. Вільна енциклопедія. 2015. Режим доступу: <http://uk.wikipedia.org/wiki/Культура>

25. Лаппо В.В. Методика виховної роботи в літніх оздоровчих таборах: навчальний посібник. Івано-Франківськ, 2012. 305 с.

26. Литвиненко А.М., Катрич О. О. Аналіз національної бойової культури України. Матеріали II Міжнародної наукової конференції «Освіта і наука у мінливому світі: проблеми та перспективи розвитку». 27-28 березня 2020 р., м. Дніпро. Частина I. [Наук. ред. О. Ю. Висоцький]. Дніпро: СПД «Охотнік», 2020. С. 289-290.

27. Литвиненко А. М., Губниціка Ю. С. Оцінювання технічних дій в національному виді єдиноборств – хортингу у змагальному розділі «Двобій». Теорія і методика хортингу : зб. наукових праць. Київ: Палівода А.В. 2018. Вип. 8. С. 132-138.

28. Литвиненко А.М. Результативність застосування технічних дій у змаганнях з хортингу в розділі «Двобій». Збірник наукових праць «Теорія і методика хортингу» : зб. наукових праць. Київ.: Палівода А.В. 2017. Вип. 7. С. 132-138.

29. Лук'янова К. В. Національний вид боротьби «Український рукопаш «Спас» у сучасній системі фізичного виховання. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: збірник наукових праць Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. № 1 (33), 2016. С. 47-50.

30. Луців Є. Бойове мистецтво гуцулів. Тернопіль: Мандрівець, 2014. 232 с.
31. Мандзяк О.С. Військово-фізичне виховання аріїв: Народні ігри в практиці українських бойових мистецтв. Тернопіль: Мандрівець, 2007. 208 с.
32. Мандзяк О.С. Бойові традиції аріїв: На шляху до реалій українських бойових мистецтв. Тернопіль: Мандрівець, 2011. 272 с.
33. Микола Головатий. Вчити, вчитися, працювати для України [Електронний ресурс]. Персонал. Журнал інтелектуальної еліти №2 . 2006. Режим доступу - <http://www.personal.in.ua/article.php?id=230>
34. Мулик В.В., Гращенкова Ж.В., Мішин М.В. та ін. Комплексні наукові дослідження в спорті: методичні рекомендації для здобувачів вищої освіти (магістерського рівня) з дисципліни «Комплексні наукові дослідження в спорті». Харків: ХДАФК, 2020. 238 с.
35. Навчальні матеріали онлайн [Електронний ресурс]. Головна. Культурологія. Українське народознавство. Народний танець. Режим доступу: http://pidruchniki.com/kulturologiya/narodniy_tanets
36. Нариси історії Запоріжжя (Александровська до 1921 р.) Запоріжжя: РІП «Видавець», 1992. 128 с.
37. Новицький Я.П. та ін. Народна пам'ять про козацтво. Запоріжжя, 1991. 319 с.
38. Новза-Федюк Д. Тренувальний процес у Бойовому Гопаку та його вплив на організм людини. Збірник матеріалів I Міжнародної науково-практичної конференції: Фундаментальні та прикладні дослідження: сучасні науково-практичні рішення та підходи. Баку-Ужгород-Дрогобич, 2016. С. 268-269.
39. Нормативні акти з питань оздоровлення та відпочинку дітей, діяльності дитячих закладів оздоровлення та відпочинку [Електронний ресурс]. Міністерство соціальної політики України: офіц. веб-портал. Режим доступу: http://www.mlsp.gov.ua/labour/control/uk/publish/article?art_id=161419&cat_id=161393

40. Оздоровча та фізкультурно-спортивна робота у літньому таборі: навчальний посібник. Міністерство України у справах сім'ї, молоді та спорту; Всеукраїнський центр фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» [уклад. О.М. Ванджура]. Тернопіль : Горлиця, 2008. 232 с.
41. Описовий звіт Поїздки збірної України з бойових мистецтв на VII Олімпіаду бойових мистецтв «Схід – Захід» [Електронний ресурс]. Офіційний сайт ВГО “Всеукраїнська федерація “Спас” . Режим доступу : <http://spas.zp.ua/архів-новин/описовий-звіт-поїздки-збірної-україн/>
42. Остапенко О., Зубалій М. Характерництво – ефективна форма фізичної підготовки запорозьких козаків. Фізичне виховання в школі. 2000. – № 2. С. 48.
43. Перчук Гарматний В. Козацька шабля. [Електронний ресурс]. Козацьке стрілецьке братство. Офіційний сайт. Головна. Статті. Історична зброя. Режим доступу : http://www.bratkozak.com.ua/publ/istorichna_zbroja/kozacka_shablja/9-1-0-73
44. Пілат В. С., Приступа В. Н. Традиції української національної фізичної культури (Частина І). Львів: Троян, 2011. 104 с.
45. Поляков Г.М. Актуальність українського рукопашу “Спас” в сучасних умовах. Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції “Основи теорії військової справи та бойових мистецтв”, м. Запоріжжя, 20 квітня 2007 р. Запоріжжя, 2007. С. 84-88.
46. Поїздка до Південної Кореї [Електронний ресурс]. Офіційний сайт ВГО “Всеукраїнська федерація “Спас”. Режим доступу : <http://spas.zp.ua/news/поїздка-до-південної-кореї/>
47. Притула О. Спас-бойове мистецтво запорізьких козаків. Шлях перемоги. 1993, 12 червня. С. 8.
48. Притула О.Л., Шилов Ю.О. Світогляд в українському рукопаші «Спас». Запоріжжя: Акцент Інвест-трейд, 2013. 124 с.
49. Притула О.Л., Рижов К.А., Лукоянова К.В. Український рукопаш “Спас”: Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл.

Український рукопаш “Спас”. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл. Запоріжжя – Київ: дизайн-студія “Інтера”, 2012. 68 с.

50. Про оздоровлення та відпочинок дітей: Закон України від 04.09.2008 № 375 - VI за станом на 01.08.2016 [Електронний ресурс]. Верховна Рада України : офіц. веб-портал. Режим доступу : <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/375-17>

51. Про фізичну культуру і спорт: Закон України від 24.12.1993 № 3808-XII за станом на 11.06.2015 [Електронний ресурс]. Верховна Рада України: офіц. веб-портал. Режим доступу : <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/main/3808-12>

52. Про освіту : Закон України від 23.05.1991 № 1060-XII за станом на 04.08.2015 [Електронний ресурс]. Верховна рада України : офіц. веб-портал. Режим доступу : <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/1060-12>

53. Про Національну Доктрину розвитку фізичної культури і спорту : Указ Президента України від 28.09.2004 р. № 1148/2004. Урядовий кур’єр. 2004. 6 жовтня. С. 5-7 (Дод. «Орієнтир», №38). Положення.

54. Про внесення змін до Закону України «Про фізичну культуру і спорт» та інших законодавчих актів України : Закон України від 17.11.2009 р. № 1724-VI. Офіційний вісник України. 2009. № 97. С. 30-52. ; Відомості Верховної Ради України. 2010. № 7. Ст. 50.

55. Про національну доктрину розвитку освіти : Указ Президента України від 17.04.2002 р. № 347/2002 [Електронний ресурс]. Верховна Рада України: офіц. веб-портал. Режим доступу : <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/347/2002>

56. Публічний електронний словник української мови. [Електронний ресурс]. Словник. Засіб. Режим доступу : <http://ukrlit.org/slovnyk/%D0%B7%D0%B0%D1%81%D1%96%D0%B1>

57. Публічний електронний словник української мови. [Електронний ресурс]. Словник. Національний. Режим доступу : <http://ukrlit.org/slovnyk/>

58. Руденко Ю. Українська козацька педагогіка : витоки, духовні цінності, сучасність. Київ: МАУП, 2007. 384 с.
59. Січинський В. Ю. Чужинці про Україну. К. : Довіра, 1992. 256 с.
60. Слепцов О. В., Слабоуз В.В. Історичні витоки розвитку бойового мистецтва «Спас» в Україні. Взаємодія духовного й фізичного виховання в становленні гармонійно розвиненої особистості. 2019. С.40–49.
61. Словник української мови: в 4-х тт. [За ред. Б. Грінченка]. Київ, 1907-1909. Т. 2. С. 95.
62. Сонячне літо в таборі: навчально-методичний посібник. Ніжинський держ. ун-т ім. Миколи Гоголя. [заг.ред. Н. І. Яковець, уклад. В.М.Солова]. Ніжин : Видавництво НДУ ім. М.Гоголя, 2005. 124 с.
63. Соя М. М. Педагогіка дитячого оздоровчого табору: методичні рекомендації. АПН України; Прикарпатський ун-т ім. В. Стефаника. Івано-Франківськ, 1997. 76 с.
64. Старовойт А. П. Правила спортивних змагань з фрі-файту. Київ, 2013. 34 с.
65. Стефанюк С. К. Козацька педагогіка (деякі аспекти використання). Харків: Просвіта, 2009. 146 с.
66. Тимчак Я. Традиції військово-фізичної підготовки у Київській Русі. Народна творчість та етнографія, 2004. № 5. С. 63.
67. Ушинський К. Вибрані педагогічні твори у 2-х томах: т.1. Київ, 1983. 488 с.
68. Фестиваль “Спас на Хортиці” [Електронний ресурс]. Офіційний сайт ВГО “Всеукраїнська федерація “Спас”. Режим доступу : <http://spas.zp.ua/ru/фестиваль-спас-на-хортиці/>
69. Фестиваль Бойового Мистецтва в Запоріжжі [Електронний ресурс]. Рунвіра wiki. Режим доступу: http://www.runvira.org/wiki/doku.php?id=sur:issue03:06_festival_boyovoho_mystetstva#бойове_мистецтво_спас

70. Фестиваль “Спас на Хортиці” [Електронний ресурс]. Офіційний сайт ВГО “Всеукраїнська федерація “Спас”. Режим доступу : <http://spas.zp.ua/ru/фестиваль-спас-на-хортиці/>

71. Харченко С.Я., Ваховський Л.Ц., Песоцька О.П. Соціально-педагогічна діяльність у дитячих оздоровчих таборах: навчально-методичний посібник. Луганський національний педагогічний ун-т ім. Тараса Шевченка; Науково-дослідний центр проблем соціальної педагогіки та соціальної роботи АПН України і Луганського національного педагогічного ун-ту ім. Тараса Шевченка [заг.ред. Харченко С. Я.]. Луганськ : Альма-матер, 2008. 102 с.

72. Цьось А.В., Кліш І.С. Традиції родинного фізичного виховання в Україні. Рідна школа. 2011. №7. С.29-32.

73. Цьось А.В., Навроцький Е.М. Тенденції розвитку фізичного виховання на території України в епоху міді і бронзи. Педагогіка, психологія та мед.-біолог. пробл. фіз. виховання і спорту. № 24. С. 47-53.

74. Чабаненко В.А. Савур-могила. Легенди і перекази Нижньої Наддніпрянщини. Київ: Видавництво художньої літератури «Дніпро», 1990. 261 с.

75. Чемпіонат світу з Українського рукопашу “Спас” [Електронний ресурс]. Громадська рада при Дніпропетровській обласній державній адміністрації. Офіційний сайт. Режим доступу : <http://www.gromrada.org/10-новини/190-запрошуємо-на-чемпіонат-світу-з-бойового-мистецтва-«спас».html>

76. Черемський К. Бойове мистецтво незрячих співців. [Електронний ресурс]. Козацьке братство бойового звичаю Спас “Сокіл. Офіційний сайт. Бібліотека. Українські бойові традиції. Режим доступу : <http://www.spas.net.ua/index.php/library/artinc/kosturec>

77. Шилов Ю.О. Про виникнення української мови та етносу (за протошумерським архівом Кам'яної Могили та ін.) [Електронний ресурс]. Про виникнення української мови та етносу (за протошумерським архівом

Кам'яної Могили та ін.). Режим доступу:
file:///Users/apple/Downloads/Ukrainm_2012_9_103.pdf

78. Шилов Ю.О. Заповідні карби запорожців. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія No 6. Історичні науки: Збірник наукових праць. Випуск 6. Київ: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2008. С. 7-13.

79. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2008. 272 с.

80. Що таке лава на лаву [Електронний ресурс]. Що таке лава на лаву. Запорізька обласна державна телерадіокомпанія. Офіційний сайт. Лава на лаву. Режим доступу : http://zodtrk.zp.ua/lava_na_lavu.html