

ІНТЕГРАЦІЯ СПОРТУ І МИСТЕЦТВА У ВИКЛАДАННІ ГОПАКА

Максименко Анатолій Іванович,

старший викладач кафедри хореографії та спортивних дисциплін
Сумського державного педагогічного університету імені А.С.Макаренка
ORCID ID: 0000-0001-5339-1365

Стаття присвячена аналізу інтеграції спорту і мистецтва у викладанні Гопака – одного з основних елементів української народної танцювальної культури. Аналіз сучасної науково-методичної літератури з обраної проблематики надав можливість розглянути теоретичні основи поєднання фізичних і художніх аспектів цього танцю, що дозволяє не лише вдосконалювати фізичні якості учнів, але й формувати їхній естетичний смак, музикальність та творчий потенціал. Основна увага зосереджена на важливості комплексного підходу до навчання Гопака, який включає розвиток сили, витривалості, гнучкості, координації рухів, а також здатності виражати емоції через музику, ритм і пластику. Метою даного дослідження є аналіз і визначення ролі інтеграції спортивних та мистецьких аспектів у викладанні Гопака як ефективного засобу фізичного та естетичного розвитку учнів. Головну увагу зацентовано на педагогічних методах, що інтегрують спортивні і мистецькі елементи, які дозволяють формувати не лише фізичну підготовку, але й емоційну виразність учнів, а також сприяють їхньому творчому зростанню. Визначено, що Гопак є унікальним танцем, який поєднує фізичну майстерність з художньою виразністю, що робить його важливим засобом всебічного розвитку учнів, зокрема, через баланс між технічними та творчими завданнями. Висновки засвідчують, що інтеграції спорту і мистецтва у викладанні Гопака полягає у створенні умов для комплексного розвитку фізичних і художніх здібностей учнів. Виконання танцювальних елементів Гопака вимагає високої фізичної підготовки, але одночасно вимагає від учнів здатності виражати емоції через рух, відчувати ритм і передавати настрій через пластичні та сценічні образи. Таким чином, інтеграція двох аспектів – фізичного і художнього – є основою для формування всебічно розвиненої особистості танцюриста. Гопак як частина української культурної спадщини має великий потенціал у фізичному та естетичному вихованні, надаючи учням можливість відчувати глибину традицій та інтерпретувати їх через сучасну хореографічну практику.

Ключові слова: Гопак, інтеграція спорту і мистецтва, педагогічні підходи, хореографія, фізичний розвиток, методика викладання.

Maksymenko Anatolii. Integration of sports and arts in teaching Hopak

The article is devoted to the analysis of the integration of sports and art in teaching Hopak – one of the main elements of Ukrainian folk-dance culture. The analysis of modern scientific and methodological literature on the selected issues provided an opportunity to consider the theoretical foundations of the combination of physical and artistic aspects of this dance, which allows not only to improve the physical qualities of students, but also to form their aesthetic taste, musicality and creative potential. The main attention is focused on the importance of a comprehensive approach to teaching Hopak, which includes the development of strength, endurance, flexibility, coordination of movements, as well as the ability to express emotions through music, rhythm and plasticity. The purpose of this study is to analyze and determine the role of the integration of sports and artistic aspects in teaching Hopak as an effective means of physical and aesthetic development of students. The main attention is focused on pedagogical methods that integrate sports and artistic elements, which allow to form not only physical training, but also emotional expressiveness of students, and also contribute to their creative growth. It was determined that Hopak is a unique dance that combines physical skill with artistic expressiveness, which makes it an important means of comprehensive development of students, in particular, through a balance between technical and creative tasks. The conclusions show that the integration of sports and art in teaching Hopak is to create conditions for the comprehensive development of students' physical and artistic abilities. Performing Hopak dance elements requires high physical training, but at the same time requires students to be able to express emotions through movement, feel the rhythm and convey mood through plastic and stage images. Thus, the integration of two aspects – physical and artistic – is the basis for the formation of a comprehensively developed personality of a dancer. Hopak as part of the Ukrainian cultural heritage has great potential in physical and aesthetic education, providing students with the opportunity to feel the depth of traditions and interpret them through modern choreographic practice.

Key words: Hopak, integration of sports and art, pedagogical approaches, choreography, physical development, teaching methodology.

Вступ. Гопак – це не лише танець, а й явище, що відображає багатогранність української культури, поєднуючи в собі елементи бойового мистецтва, театрального виразу та фізичної підготовки. Цей танець, який широко асоціюється з народними традиціями, містить у собі потужну акробатичну складову, що включає стрибки, різноманітні вертушки, випадки та іншими елементами, що вимагають високої фізичної підготовки та витривалості. Однак унікальність Гопака полягає не тільки в його фізичній складовій, але й у виразній ритміці, музикальності та емоційному забарвленні, що дозволяє створити глибокий художній образ.

Ця подвійна природа Гопака – з одного боку, як фізичний виклик, а з іншого – як засіб вираження емоцій через музику та рух, робить його важливим інструментом у педагогічній діяльності. Вивчення Гопака дозволяє не лише розвивати фізичні якості учнів, а й формувати їхній естетичний смак, відчуття ритму, просторову уяву та здатність до творчого самовираження. У цьому контексті педагогічний процес, що включає Гопак, стає важливим етапом розвитку не тільки фізичних навичок, але й культурної та духовної свідомості молоді.

Сучасна педагогіка танцю розвивається в напрямку інтеграції різних аспектів, де мистецтво і спорт пере-

стають бути окремими дисциплінами. Успіх у танцювальній освіті вимагає синергії цих двох складових, оскільки вони взаємодіють, доповнюють і збагачують одна одну. У процесі навчання Гопаку важливо не лише передати технічні аспекти виконання, але й зберегти ту емоційну напругу та естетичний характер, який притаманний цьому танцювальному стилю.

Слід зауважити, що один з основних спортивних аспектів Гопака полягає в розвитку фізичних якостей учнів. Для виконання цього танцю необхідна висока ступінь фізичної підготовленості, зокрема вміння виконувати акробатичні елементи, що вимагають не лише сили, але й гнучкості та координації рухів. Залучення до фізичних вправ, що включають вправи на гнучкість, силу, витривалість і швидкість, дозволяє покращити фізичну форму учнів, забезпечуючи оптимальні умови для виконання складних елементів Гопака.

Зокрема, розвиток таких елементів, як стрибки, підйоми, випади та вертушки, дозволяє розвивати в учнях ті важливі фізичні навички, що є основою для ефективного виконання інших танцювальних стилів. Акцент на спортивному тренуванні дозволяє значно підвищити фізичну готовність танцюристів, забезпечуючи їм впевненість та безпеку під час виконання складних танцювальних елементів.

Крім того, Гопак як танець національної культури є носієм специфічних традицій і символів, що впливають на формування у учнів національної свідомості, розуміння та цінування української культури. Інтеграція спорту та мистецтва в процес викладання Гопака є важливим аспектом сучасної педагогіки танцю, оскільки вона дозволяє забезпечити гармонійний розвиток учнів, збагачуючи їх фізичну підготовку та естетичне сприйняття. Це дозволяє не лише досягати високих результатів у виконанні танцю, а й формувати глибокий творчий підхід до мистецтва. Враховуючи важливість Гопака в контексті української культури, його викладання стає ключовим елементом у формуванні культурної свідомості учнів, їхнього естетичного розвитку та фізичної витривалості.

Мета дослідження: Метою даного дослідження є аналіз і визначення ролі інтеграції спортивних та мистецьких аспектів у викладанні Гопака як ефективного засобу фізичного та естетичного розвитку учнів.

Матеріали і методи. Для досягнення поставленої мети використовувались: теоретичний аналіз наукових праць, а також узагальнення й впорядкування отриманих даних.

Результати дослідження. Інтеграція спорту та мистецтва у викладанні Гопака є важливим аспектом його педагогічної практики, оскільки цей танець не тільки вимагає від учнів високого рівня фізичної підготовки, але й сприяє розвитку емоційної виразності та творчого потенціалу. Під час вивчення Гопака поєднуються фізичні вправи та художні елементи, що забезпечують цілісний підхід до розвитку танцюриста, поєднуючи технічну майстерність із глибоким художнім вираженням. Така синергія спорту і мистецтва є основою педагогічної методики викладання цього танцю, адже вона охоплює не лише фізичний, а й емоційно-естетичний розвиток учнів.

Важливими в цьому контексті є роботи українських науковців, таких як Л. Козинко та В. Білошкурський, які підкреслюють значення інтеграційного підходу у хореографії та спортивній підготовці. Зокрема, Л. Козинко, у своїх дослідженнях акцентує увагу на важливості поєднання фізичної підготовленості та емоційного забарвлення в народних танцях, таких як Гопак, що дозволяє танцюристу не тільки фізично відтворювати рухи, а й передавати їх через емоційну виразність. Пономаренко вказує на значення витривалості та сили для досягнення технічної майстерності в танці, що є важливим компонентом для виконання складних елементів Гопака. І. Пісклова, в свою чергу, наголошує на важливості синхронізації рухів танцюриста з музичним супроводом, що дозволяє створювати глибокий емоційний ефект [1; 7; 9].

Слід наголосити на тому, що Гопак має глибоке історичне коріння, яке бере початок в період козаччини, де він виник як бойовий танець, що слугував засобом підготовки воїнів до реальних боїв. Його рухи мали прикладне значення і виконували функцію тренування та демонстрації фізичної підготовленості, а також і емоційного настрою. Основні елементи Гопака, такі як удари, випади, ухили, мають свої паралелі з бойовими техніками, що передавались через покоління у вигляді танцювальних рухів.

З часом, завдяки розвитку культурних і театральних традицій, Гопак еволюціонував в сценічне мистецтво. Хоча він зберігав свої акробатичні та динамічні риси, зокрема швидкість рухів і фізичну складність, він набув художніх ознак: додавання емоційної виразності через міміку, жести та елемент імпровізації. Цей перехід від функціонального бойового мистецтва до сценічного танцю став основою для поєднання в Гопаку спортивних і мистецьких елементів, що розкривають танець як універсальну форму виразу людської фізичної та емоційної природи [8].

Спортивний компонент Гопака (фізична підготовка) є фундаментом виконання Гопака, яка включає розвиток сили, витривалості, гнучкості, координації рухів. Спортивні аспекти Гопака вимагають від виконавця швидкості реакції, вибухової сили для виконання стрибків, а також чіткої техніки рухів. Цей компонент включає кілька ключових елементів тренування, що сприяють розвитку фізичних якостей танцюриста:

1) загальна фізична підготовка – включає кардіо-тренування для розвитку витривалості, силові вправи для зміцнення м'язів та вправи на гнучкість для поліпшення рухливості та запобігання травмам;

2) спеціальні вправи для відпрацювання елементів Гопака – тренування для виконання специфічних танцювальних елементів, таких як стрибки, оберти, випади, допомагають не лише поліпшити техніку, але й підготувати тіло до високих фізичних навантажень;

3) розвиток витривалості – через повторення динамічних танцювальних комбінацій учні набувають здатності зберігати високий рівень енергії протягом тривалого часу, що є критично важливим для досягнення технічної досконалості та сценічної майстерності [2].

Ці фізичні компоненти не тільки забезпечують базу для виконання складних танцювальних елементів, але й сприяють загальному зміцненню організму та підвищенню фізичної витривалості учнів.

Окрім фізичних навичок, важливою частиною Гопака є його художній аспект тобто мистецький компонент. Гопак вимагає від танцюриста вміння передавати емоції через рухи, а також здатності синхронізувати свої рухи з музичним супроводом, підкреслюючи акценти та настрій композиції. Основні мистецькі елементи Гопака включають:

1) ритміка – точне і чітке слідування музичному супроводу є важливою складовою виконання Гопака. Танцюрист повинен мати здатність чітко відчувати зміну темпу та адаптувати свої рухи відповідно до нього;

2) пластика – здатність до плавних переходів між різними позиціями та рухами. Пластика танцюриста визначає загальну естетичну цілісність виступу, сприяючи створенню гармонійного образу;

3) виразність – Гопак вимагає від виконавця створення сценічного образу через використання міміки, жестів та емоційного забарвлення рухів. Виразність є одним із основних способів передачі емоційного навантаження танцю [3].

Ці мистецькі елементи є важливими для створення глибокого емоційного впливу на глядача, а також для розвитку творчих здібностей учнів.

Таким чином, Гопак є танцем, який чудово ілюструє взаємозв'язок між спортивною підготовкою і мистецьким вираженням. Гармонійне поєднання технічної майстерності з емоційною виразністю є основою інтеграційного підходу у викладанні цього танцю. Розвиток фізичних якостей учнів безпосередньо пов'язаний з їхньою здатністю передавати емоції та виразність через рухи, що забезпечує цілісний розвиток танцюриста як особистості.

Інтегрований підхід у викладанні Гопака передбачає, що технічне виконання рухів, засноване на високому рівні фізичної підготовки, супроводжується художнім осмисленням кожного руху, що дає можливість танцюристу створювати емоційно насичений образ. Така взаємодія спорту і мистецтва не тільки сприяє вдосконаленню фізичних здібностей, а й допомагає розвивати в учнях чутливість до музики, виразність і творчий підхід до виконання танцю. Це робить Гопак важливим інструментом гармонійного розвитку учнів, поєднуючи в собі фізичну витривалість, технічну досконалість та емоційну глибину [1; 4; 5].

Викладання Гопака, як одного з найбільш виразних видів українського народного танцю, потребує комплексного підходу, який інтегрує як фізичні, так і художні аспекти танцю. Система педагогічних методик повинна враховувати різноманітні фізіологічні та психологічні аспекти, а також специфіку танцю, що об'єднує спортивні та мистецькі вимоги. Таким чином, вивчення Гопака є процесом розвитку не лише технічної майстерності, але й емоційної виразності учнів.

Одним із ключових підходів до викладання Гопака

є інтеграція спортивних і мистецьких компонентів у навчальний процес. Цей підхід базується на об'єднанні фізичної підготовки та емоційного самовираження, що дозволяє створити гармонійний танцювальний образ, який відображає фізичну витривалість і емоційну глибину.

1. Поєднання технічних (фізичних) і художніх завдань під час уроку є основним принципом методики викладання Гопака. На кожному занятті учні повинні працювати не тільки над фізичними вправами для розвитку сили, витривалості та гнучкості, але й над емоційною виразністю своїх рухів. Це дозволяє перетворити технічні вправи на частину художнього процесу, де кожен рух і кожен жест мають емоційне навантаження. Підтвердженням цього підходу є концепція інтегрованого навчання, яку активно розвивають у сучасних педагогічних дослідженнях, зазначаючи, що мистецьке сприйняття танцю підвищує ефективність фізичних навантажень та допомагає глибше осмислити виконувані елементи.

2. Баланс між розвитком фізичних і художніх аспектів танцю. Викладання Гопака потребує збалансованого підходу, що одночасно сприяє розвитку фізичних якостей (сили, гнучкості, ритмічності) та художньої виразності. Згідно з дослідженнями хореографів і педагогів, важливим аспектом є те, що розвиток фізичних здібностей не може існувати без одночасного розвитку емоційної виразності. Це поєднання дозволяє досягти високої якості виконання і створює умов для творчого самовираження учнів [8].

Методика викладання Гопака ґрунтується на поетапному підході, що передбачає поетапне освоєння технічних і художніх аспектів танцю. Залежно від рівня підготовленості учнів, можна виділити три основні етапи, кожен з яких має свої специфічні завдання.

1. Початковий рівень: На цьому етапі учні знайомляться з основними рухами Гопака, такими як стрибки, оберти, випади, а також починають працювати над базовими фізичними якостями: силою, витривалістю та координацією. Основне завдання на початковому етапі – це створення основи для розвитку технічних навичок і правильного використання тіла. Згідно з педагогічними дослідженнями, цей етап повинен також включати розвиток ритмічного відчуття і чутливості до музики, оскільки саме ритм є основою для подальшого виконання складніших елементів танцю.

2. Середній рівень: На цьому етапі учні працюють над більш складними елементами танцю, включаючи імпровізацію, комбінування рухів і розвиток емоційної виразності. Технічне виконання на цьому рівні поєднується з глибшим осмисленням кожного руху у контексті загальної композиції танцю. Згідно з теоретичними розробками педагогів, важливим є акцент на розвиток емоційної виразності через міміку та пластичні переходи, що сприяє передачі внутрішнього стану через рухи.

3. Вищий рівень: На цьому етапі учні досягають високої технічної майстерності у виконанні складних елементів Гопака, таких як стрибки з обертами, вертикальні випади та інші акробатичні елементи. Одночасно з технічними досягненнями, учні вдосконалюють свою

здатність імпровізувати, створювати глибокі сценічні образи і передавати емоції через рухи. Для цього використовується методика творчої інтерпретації музики, яка є важливим інструментом для розвитку емоційної виразності [7].

Мотивація учнів до навчання Гопака є важливим фактором, оскільки цей танець вимагає значних фізичних зусиль та постійного самовдосконалення. Викладачі повинні використовувати методи мотивації, що поєднують як спортивні, так і творчі цілі.

1. Спортивні цілі – мотивація через досягнення спортивних результатів (виконання складних елементів, участь у змаганнях) стимулює учнів до вдосконалення фізичних здібностей. Дослідження показують, що участь у змаганнях або конкурсах є важливим стимулом для досягнення високих результатів та підтримки інтересу до танцю.

2. Творчі цілі – мотивація через створення власних танцювальних композицій або імпровізацій допомагає учням виразити свою індивідуальність і творчість. Це сприяє розвитку їхньої здатності до творчого мислення і дозволяє знайти нові форми виразу через рух. Психологічні дослідження підтверджують, що творчий процес допомагає учням розвивати впевненість у собі і підвищує рівень емоційної виразності [5].

Викладач Гопака є ключовою фігурою у процесі навчання, адже він не тільки передає технічні знання, але й формує емоційне сприйняття танцю у учнів. Його роль полягає в тому, щоб допомогти учням поєднати фізичну витривалість із емоційною глибиною танцю.

1. Технічне наставництво: Викладач допомагає учням освоїти складні фізичні елементи танцю, виправляє технічні помилки та дає інструкції щодо фізичної підготовки.

2. Художнє наставництво: Розвиток емоційної виразності, допомога в створенні сценічного образу, підтримка творчого підходу – усе це є важливою частиною роботи викладача. Згідно з педагогічними дослідженнями, важливо, щоб викладач був зразком для учнів не тільки в технічному виконанні, але й у творчому самовираженні, адже це дозволяє сформувати цілісну особистість танцюриста.

Дослідження показують, що викладання Гопака вимагає інтегрованого підходу, що забезпечує комплексний розвиток учнів, поєднуючи фізичну підготовку та художню виразність. Для досягнення успіху в танцювальній практиці необхідно застосовувати різноманітні методи навчання, спрямовані на розвиток сили, витривалості, гнучкості, музикальності та творчого потенціалу. Використання науково обґрунтованих педагогічних методик є необхідною умовою для формування гармонійного танцюриста, здатного досягти високого рівня майстерності як у технічному, так і в художньому виконанні.

1. Розвиток фізичних якостей є основою для виконання складних елементів Гопака, таких як стрибки, оберти та акробатичні рухи. Наукові дослідження підтверджують, що для досягнення високого рівня фізичної підготовленості необхідно включати в тренувальний

процес вправи, спрямовані на розвиток сили, витривалості та гнучкості.

– розвиток сили: застосування силових вправ, зокрема для нижньої частини тіла (присяди, випади, стрибки) є важливим для зміцнення м'язів, необхідних для виконання стрибків та акробатичних елементів. Дослідження показують, що систематичні силові навантаження покращують координацію рухів і загальну фізичну підготовленість танцюриста.

– витривалість: для розвитку витривалості важливо інтегрувати кардіо-тренування (біг, стрибки через скакалку, інтервальні вправи), які підвищують серцево-судинну витривалість і сприяють кращій аеробній здатності організму.

– гнучкість: вправи на розтягування та йога-пози є ефективними для покращення гнучкості. Спеціалісти зазначають, що розтягування м'язів стегон і спини важливе для виконання пластичних елементів та стрибків [4; 5; 6].

2. Гопак, будучи танцем з яскраво вираженим ритмічним акцентом, вимагає високої музикальності. Для забезпечення точності виконання та гармонії з музикою важливо використовувати спеціальні вправи на ритм та музичні акценти.

– ритмічні вправи: робота над відчуттям ритму включає вправи на кроки в такт музиці, зміну темпів і динаміки рухів. Наукові дослідження в галузі нейропсихології підтверджують, що розвиток ритмічної точності через спеціальні вправи зміцнює зв'язок між музичним слухом та рухами тіла.

– вправи на музикальність: педагоги можуть використовувати імпровізаційні завдання, які дозволяють учням адаптувати свої рухи до змін у музиці. Наприклад, виконання танцювальних композицій, де учні самостійно регулюють темп і динаміку відповідно до музичних змін, сприяє розвитку музичного слуху та інтерпретаційних навичок.

3. Використання комбінацій, що поєднують технічні та художні елементи, сприяє інтеграції фізичних і творчих аспектів навчання. Науково обґрунтований підхід передбачає розділення елементів танцю на технічні та художні компоненти, що дозволяє забезпечити збалансовану підготовку учнів.

– технічні елементи: вправи на стрибки, оберти та випади повинні виконуватись із максимальною точністю. Для цього рекомендується застосовувати методи розвитку координації та точності рухів, що підтверджують ефективність систематичних тренувань у створенні рухової майстерності.

– художні елементи: оволодіння технічними елементами повинно поєднуватися з розвитком емоційної виразності через рух. Це включає роботу з мімікою, жестами та інтерпретацією музики, що є основними компонентами художньої виразності в танці. Це дозволяє учням створювати сценічний образ, який відображає глибину емоцій та художній задум [9].

4. Інтерактивні методи є важливим інструментом для розвитку творчих і соціальних навичок учнів. Використання ігор, імпровізації та командної роботи дозво-

ляє створити ефективну навчальну атмосферу, де учні стають не тільки виконавцями, але й співтворцями танцювального процесу.

– ігри: ігрові методи, зокрема на відтворення ритмічних патернів чи виконання елементів під час гри, сприяють розвитку співпраці між учнями, а також підтримують емоційну складову навчального процесу.

– імпровізація: імпровізація є важливим інструментом для розвитку індивідуальності танцюриста. Педагог може сприяти розвитку творчого потенціалу учнів, пропонуючи завдання для імпровізації на основі музичних тем або емоційних образів, що стимулює особистісний розвиток танцюриста.

– командна робота: Гопак, як колективний танець, вимагає гармонійної взаємодії між учасниками. Важливо розвивати командні навички, навчаючи учнів працювати в групі, виконувати колективні комбінації та підтримувати координацію в загальному танцювальному процесі.

Застосування науково обґрунтованих методів у викладанні Гопака забезпечує комплексний підхід до

розвитку фізичних та художніх здібностей учнів, сприяючи формуванню гармонійної особистості танцюриста, здатного досягти високого рівня майстерності.

Висновки. Значення інтеграції спорту і мистецтва у викладанні Гопака полягає у створенні умов для комплексного розвитку фізичних і художніх здібностей учнів. Виконання танцювальних елементів Гопака вимагає високої фізичної підготовки, але одночасно вимагає від учнів здатності виражати емоції через рух, відчувати ритм і передавати настрій через пластичні та сценічні образи. Таким чином, інтеграція двох аспектів – фізичного і художнього – є основою для формування всебічно розвиненої особистості танцюриста.

Гопак як частина української культурної спадщини має великий потенціал у фізичному та естетичному вихованні, надаючи учням можливість відчувати глибину традицій та інтерпретувати їх через сучасну хореографічну практику. Танцювальні елементи цього танцю дозволяють розвивати не лише фізичну витривалість, а й художній смак, а також вміння працювати в колективі, виконуючи складні та технічно досконалі рухи.

Література:

1. Білошкурський В. Український народний танець "Гопак": фабула перетворень. *Художні практики та мистецька освіта у кроскультурному просторі сучасності: матеріали VI Всеукр. наук.-практ. конф. (11-12 жовтня 2022 р. Полтава)*. Полтава. 2022. С. 14–17. URL: <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/21481>
2. Бойовий гопак визнали офіційним видом спорту в Україні. URL: https://zaxid.net/boyoviy_gopak_viznali_ofitsiynim_vidom_sportu_v_ukrayini_n1423147
3. Василенко К. Ю. Український танець: підручник. Київ: ІПК ПК, 1997. 282 с.
4. Величкович М., Мартинюк Л. Український рукопаш гопак: [Навч. посіб.]. Львів. 2003. 152 с.
5. Гуменюк А. І. Українські народні танці. Київ: Наукова думка, 1969. 615 с.
6. Гопак – танець для сміливих. URL: <https://vikna.if.ua/news/1981/view>
7. Козинко Л. Л. Український народний танець «Гопак»: від зародження до сучасної сценічної практики виконання. *Танцювальні студії*. 2022. № 5(1). С. 17–28. URL: <https://doi.org/10.31866/2616-7646.5.1.2022.261605>
8. Приступа Є. Н., Пилат В. С. Традиції української національної фізичної культури. Львів: Троян, 1991. 104 с.
9. Пісклова І. С. Особливості обробки танцювального фольклору (на прикладі сучасних постановок). *Народна творчість та етнологія*. 2015. № 5 (357). С. 64–70.

References:

1. Biloshkursky V. (2022). Ukrayinsky narodnyy tanets "Hopak": fabula peretvoren. [Ukrainian folk dance "Hopak": a plot of transformations]. *Khudozhni praktyky ta mystetska osvita u kroskulturnomu prostori suchasnosti: materialy VI Vseukr. nauk.-prakt. Konf – Artistic practices and art education in the cross-cultural space of modernity: materials of the VI All-Ukrainian scientific-practical conference* (October 11-12, Poltava), pp. 14 – 17. URL: <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/21481> [in Ukrainian].
2. Boyovyy hopak vyznaly ofitsiynym vydom sportu v Ukrayini [Fighting hopak recognized as an official sport in Ukraine]. URL: https://zaxid.net/boyoviy_gopak_viznali_ofitsiynim_vidom_sportu_v_ukrayini_n1423147 [in Ukrainian].
3. Vasylenko K. Yu. (1997). Ukrayinsky tanets: pidruchnyk [Ukrainian dance: a textbook]. Kyiv: IPK PK, 282 p. [in Ukrainian].
4. Velychkovych M., Martyniuk L. (2003). Ukrayinsky rukopash hopak: [Navch. posib.] [Ukrainian hand-to-hand hopak: [Teaching manual]]. Lviv. – 152 p. [in Ukrainian].
5. Gumenyuk A. I. (1969). Ukrayinski narodni tantsi [Ukrainian folk dances.]. Kyiv: Naukova Dumka, 615 p. [in Ukrainian].
6. Hopak – tanets dlya smilyvykh [Hopak – a dance for the brave]. URL: <https://vikna.if.ua/news/1981/view> [in Ukrainian].
7. Kozynko L. L. (2022). Ukrayinsky narodnyy tanets «Hopak»: vid zarodzhennya do suchasnoyi stsenichnoyi praktyky vykonannya [Ukrainian folk dance “Hopak”: from its origins to modern stage performance practice]. *Tantsyuvalni studiyi – Dance Studios*. no. 5(1). pp. 17–28. URL: <https://doi.org/10.31866/2616-7646.5.1.2022.261605> [in Ukrainian].
8. Prystupa E. N., Pilat V. S. (1991). Tradytsiyi ukrayinskoyi natsionalnoyi fizychnoyi kultury [Traditions of Ukrainian national physical culture]. Lviv: Troyan, 104 p. [in Ukrainian].
9. Pisklova I. S. (2015). Osoblyvosti obrobky tantsyuvalnogo folkloru (na prykladi suchasnykh postanovok) [Peculiarities of processing dance folklore (on the example of modern productions)]. *Narodna tvorchist ta etnolohiya – Folk Art and Ethnology*. no. 5 (357). pp. 64–70. [in Ukrainian].