3. Ключка О.В., Лаврентьєв О.М. Корпоративна безпека підприємств та установ. IX International scientific and practical conference «Ukraine, Bulgaria, EU: economic, financial, technical and social development trends» (July 1-9, 2025 Burgas, Bulgaria).

4. Сергієнко Ю.П., Сухих В.А. Психофізіологічні якості, як основа професійних дій працівників правоохоронних органів в екстремальних ситуаціях. Індивідуальні психофізіологічні особливості людини та професійна діяльність. Матеріали Всеукраїнської конференції. За редакцією д-ра біол. наук, професора Макаренка М.В. – Київ, Черкаси: Видавець ФОП Гордієнко Є.І., 2014. С. 72. укр., рос.

5. Хмельницька, І. В., Денисова, Л. В., Вишневецька, В. П., Голованова, Н. Л., Кузнєцов, Г. О., Костюченко, О. М., Кардаков, В. О. (2025). Штучний інтелект у спорті. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15, (6(193), 160-164. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.06(193).35

6. Закон України «Про охоронну діяльність». URL: https://iplex360.com.ua/npa.php?code=4616-17.

7. Корпоративна безпека: поняття та елементи. URL: https://studfile.net/preview/21721334/

8. Блог Національної бібліотеки України ім. Ярослава Мудрого. URL: https://oth.nlu.org.ua/?p=5614

9. Корпоративна етика: що це і навіщо вона потрібна. URL: https://hurma.work/blog/korporativna-etika-shho-cze-i-navishho-vona-potribna-v-2020-roczi/

10. Комплаєнс. URL: https://surl.lt/jpigar.

11. Закон України Про організацію службової діяльності поліції охорони з питань забезпечення фізичної охорони об'єктів. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0989-17#Text.

Reference

1. Veklych V.A., Kyslenko D.P. (2017) Security Police as a Subject of Information Security. State and Prospects for Reforming the Security and Defense Sector of Ukraine: Proceedings of the International Scientific and Practical Conference (November 24, 2017): in 2 vols. – Kyiv: National Academy of the Prosecutor's Office of Ukraine, 2017. – Vol. 2. – P. 30-31.

2. Lavrentiev O.M. (2018). Optimization of professional training in law enforcement agencies of Ukraine. Scientific Journal series 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture / physical culture and sports / issue 3(97)18 – Kyiv: Publishing House of the National Physical Education University named after M.P. Dragomanov, 2018. P. 57-61.

3. Klyuchka O.V., Lavrentiev O.M. (2025). Corporate security of enterprises and institutions (2025). IX International scientific and practical conference «Ukraine, Bulgaria, EU: economic, financial, technical and social development trends» (July 1-9, 2025 Burgas, Bulgaria).

4. Sergienko Yu.P., Sukhykh V.A. (2014). Psychophysiological qualities as the basis of professional actions of law enforcement officers in extreme situations. Individual psychophysiological characteristics of a person and professional activity. Materials of the All-Ukrainian conference. Edited by Dr. Biology, Professor Makarenko M.V. – Kyiv, Cherkasy: Publisher FOP Gordienko E.I., 2014. P. 72.

5. Khmelnytska, I. V., Denisova, L. V., Vyshnevetska, V. P., Holovanova, N. L., Kuznetsov, G. O., Kostyuchenko, O. M., Kardakov, V. O. (2025). Artificial Intelligence in Sports. Scientific Journal of the Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University. Series 15, (6(193), 160-164.https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.06(193).35

6. 6. Law of Ukraine "On Security Activities". URL: https://iplex360.com.ua/npa.php?code=4616-17.

7. Corporate security: concepts and elements. URL:https://studfile.net/preview/21721334/

8. Blog of the National Library of Ukraine named after Yaroslav Mudryi. URL:https://oth.nlu.org.ua/?p=5614

9. Corporate ethics: what it is and why it is needed. URL:https://hurma.work/blog/korporativna-etika-shho-cze-i-navishho-vona-potribna-v-2020-roczi/

10. Compliance. URL:https://surl.lt/jpigar.

11. Law of Ukraine On the Organization of the Official Activities of the Security Police on the Issues of Ensuring the Physical Protection of Facilities. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0989-17#Text.

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).19
УДК 796.41. 796.03: 94 (477)

Лях-Породько О.О.
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
кафедра історії та теорії олімпійського спорту,
Національний університет фізичного виховання та спорту України, м. Київ
Мартинюк О.А.
Здобувач освіти Elizabeth School of London
Лях-Породько С.О.
здобувач вищої освіти ступеня бакалавр, спеціальності 017 Фізична культура і спорт,
студент першого курсу,
Національний університет фізичного виховання та спорту України, м. Київ

ВИСТУПИ УКРАЇНСЬКИХ БОРЦІВ У США У 20-30-Х РОКАХ ХХ СТОЛІТТЯ

У статті здійснено аналіз виступів українських борців у США упродовж 20-30-х років ХХ століття. У ті роки на американських спортових аренах виступало чимало борців з України (направду тогочасна Україна була окупована срср, Польщею, Румунією, Чехословаччиною). Серед них можна назвати Івана Залізняка, Володимира Кириленка, Володислава Максим'яка, Ілька Теличина, Василя Рудого, Івана Піддубного, Олександра Гаркавенка.

Виступ кожного з них це унікальна можливість популяризувати Україну на міжнародній арені й закордоном зокрема. Бо тогочасні геополітичні реалії були складними для українського народу. Тож українські борці виступаючи по цілому світу мали змогу нести правду про геноцид, окупацію, знущання над українцями. Окрім цього, українці здавна славились надприродною фізичною силою своїх героїв. Тому не дивно, що чисельна плеяда знаних борців саме українці. Їх перемоги вражали тисячі глядачів, їх досягнення ставали новиною номер один у засобах масової інформації по цілому світу.

Окреме місце у сподвижницьких звитягах українських борців займає США. У цій країні упродовж 20-30-х років українські борці здобували свої перемоги, славу, вболівальників, фанатів. Тобто вони ставали улюбленцями багатотисячної публіки. Це була гарна й важлива реклама України поза межами «залізної завіси» срср.

Значних успіхів у виступах у США у 20-30-х роках ХХ століття досягли Іван Піддубний, Іван Залізняк, Олександр Гаркавенко та багато інших достойників. Їхні спортивні досягнення були вшановані американською публікою, спортивним експертами, пресою. На їх честь у США організовувались концерти, прес-конференції, зустрічі, інтерв'ю. Вшановуючи багаторічний досвід українських борців американці неодноразово організовували ювілейні відзначення на пошану їх славетної кар'єри. Це були грандіозні мистецькі заходи, у яких брали участь відомі на весь світ співаки, актори, культурні діячі з різних країн світу. Примітно, що серед насиченого репертуару митців були українські пісні, танці, одностроі, вистави.

Тож актуальним постає аналіз та вивчення особливостей виступів українських борців у США у першій половині ХХ століття, для усвідомлення свого коріння та справжньої історії українського спорту.

***Ключові слова**: боротьба, українці, США, перемога.*

***Lyakh-Porodko O.O., Martyniuk O.A., Lyakh-Porodko S.O. Performances of Ukrainian wresttlers in the USA in the 1920-1930.** The article analyzes the performances of Ukrainian wrestlers in the USA during the 1920s and 1930s. In those years, many wrestlers from Ukraine performed in American sports arenas (in fact, at that time Ukraine was occupied by the USSR, Poland, Romania, and Czechoslovakia). Among them are Ivan Zaliznyak, Volodymyr Kyrylenko, Volodyslav Maksym'yak, Ilko Telychyn, Vasyl Rudoy, Ivan Piddubny, and Oleksandr Harkavenko.*

The performance of each of them is a unique opportunity to popularize Ukraine on the international stage and abroad in particular. Because the geopolitical realities of that time were difficult for the Ukrainian people. Therefore, Ukrainian wrestlers, performing all over the world, had the opportunity to carry the truth about genocide, occupation, and abuse of Ukrainians. In addition, Ukrainians have long been famous for the supernatural physical strength of their heroes. Therefore, it is not surprising that a large number of famous wrestlers are Ukrainians. Their victories amazed thousands of spectators, their achievements became the number one news in the media all over the world.

A special place in the companion victories of Ukrainian wrestlers is occupied by the USA. In this country, during the 20-30s, Ukrainian wrestlers gained their victories, fame, fans, and admirers. That is, they became the favorites of thousands of spectators. This was a good and important advertisement for Ukraine outside the "iron curtain" of the USSR.

Significant successes in performances in the USA in the 20-30s of the 20th century were achieved by Ivan Poddubny, Ivan Zaliznyak, Oleksandr Harkavenko and many other dignitaries. Their sporting achievements were honored by the American public, sports experts, and the press. Concerts, press conferences, meetings, and interviews were organized in their honor in the USA. Honoring the many years of experience of Ukrainian wrestlers, Americans repeatedly organized anniversary celebrations in honor of their glorious career. These were grandiose artistic events, in which world-famous singers, actors, and cultural figures from different countries of the world participated. It is noteworthy that among the rich repertoire of artists were Ukrainian songs, dances, uniforms, and performances.

Therefore, the analysis and study of the features of the performances of Ukrainian wrestlers in the USA in the first half of the 20th century is relevant, in order to realize their roots and the true history of Ukrainian sports.

***Keywords**: wrestling, Ukrainians, USA, victory.*

Постановка проблеми та аналіз літературних джерел. Український спорт у США має давні традиції та значні успіхи. Вже на початку ХХ століття українці жваво культивували різні види спорту [6] й сокільський гімнастичний рух [5]. У 1936 році відбулась Українсько-Американська Олімпіада у Філадельфії [3]. В подальшому подібні Олімпіади українці організовували неодноразово у США у 1988, 2000 та 2008 роках [4]. Однією з яскравих сторінок українського спорту у США є виступи українських борців у цій країні у 20-30-х роках ХХ століття. Детально в українській спортивній історіографії описані виступи Івана Піддубного у США [2]. Однак, про інших українських борців інформації обмаль, що зумовлює актуальність нашого дослідження.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, архівних фондів та першоджерел, описовий метод.

Виклад основного матеріалу дослідження. Чисельна група українських борців виступала у США упродовж 20-30-х років ХХ століття. Всі вони заслуговують на увагу й детальне дослідження. Однак, серед них помітно виділяються Олександр Гаркавенко, Іван Піддубний та Іван Залізняк.

Олександр Гаркавенко приїхав до США у 1923 році. Про це американська преса української діаспори сповіщала таке у статті «Український силач»: «Українська громада в Филаделфії, Па., мала нагоду бачити примір дійсно надлюдської сили. Пописувався приїхавший недавно до Америки Українець Олександер Гаркавенко, родом з Катеринослава, у салі Клюбу Американських Горожан Українського Походження. Сам Гаркавенко має 30 літ. Се чоловік імпозантної постави і має надприродно розвинені мязи. Притім типовий Українець, повний гумору, якого іскрами постійно сипле в часі своєї продукції. Його продукція складалась із шести точок. На першу він вибрав вязаннє чотири цалі широкої

та пів цаля грубої залізної штаби довкола свого рамени. Силач мав досить важку задачі, бо штаба була радше сталева як залізна і постійно відкручувалась неначе пружина… Другою точкою була дійсно небуденна продукція. Силач взяв у зуби залізний круглий дручок півтора цаля в промірі. За один і за другий конець дручка вхопилось по сімох людей, ним самим вибраних споміж видців і сі вагою свого тіла зігнули держаний в зубах силача дручок неначе кусень мякого італійського макароні» [10, с. 4]. Ось такі дивовижні й унікальні фізичні здібності демонстрував Олександр Гаркавенко для американської публіки. Але це ще було не все чим він їх дивував. Цього ж вечора у програмі українського силача були й інші силові сюрпризи. Наступним дійством був «міст», який виконав Гаркавенко. Тобто став на руки та ноги грудьми до гори. На груди йому положили велетенську камінну брилу. Цю брилу ледве зрушили шість чоловік. З однієї та з другої сторони стали дужі чоловіки й почали гатити важкими ковальськими молотами по брилі. Вони били аж до поки не втомились. Але Олександр Гаркавенко видержав усі удари, жартував та заохочував їх бити ще й не зупинятися.

Наступною демонстрацією дивовижної фізичної сили Гаркавенка було те, що декілька чоловік з обох боків гнули залізну шину. Цю шину він тримав у себе на плечах. Потім Гаркавенко знову зробив «міст» і на його груди поставили фортепіано, на якому грав чоловік. За цей час атлет не ворухнувся. На кінець свого виступу Гаркавенко змагався із польським борцем Закршевським, якого швидко те впевнено переміг. Ось таким виявився перший виступ українського борця на американській землі.

Після такого блискучого дебюту про Олександра Гаркавенка преса писала багато та детальніше: «Новим українським силачем в Америці є Олександер Гаркавенко, з Великої України, син полковника кавалєрії. Гаркавенко щойно приїхав з Европи. Він є европейським шампіоном тяжкої ваги. Важить 270 фунтів і давнійше важив 350 ф. Грудь Гаркавенка оббита медалями зі всіх європейських країв, де він боровся і все виходив побідно. В грецько-римському способі боріння нема для нього суперника. Є сильно збудований і посідає надзвичайну силу. На собі може двигнути 30 людей. Через його грудь переїздить автомобіль без лихих наслідків» [9, с. 1].

Після виступу у Філадельфії Олександр Гаркавенко дивував публіку у Чикаго. Там він переміг трьох суперників за один вечір. Українець здолав американця, італійця та болгарина.

З моменту приїзду Гаркавенка до США українських борців побільшало. Їх вже було троє – Бігун, Гах та Гаркавенко. Ці українські борці мали розіграти «корону українського чемпіона» між собою в США. В подальшому Олександр Гаркавенко здобував все більше перемог та успіхів у США й в інших країнах світу.

Сенсацією у спортивному світі був приїзд до США легендарного українського борця Івана Піддубного. Він прибув до США 29 листопада 1925 року. Про це українська преса у США писала наступне: «Минувшого тижня, 29 падолиста, приїхав на корабли Дайч з Берліня відомий на весь світ силач Іван Максимів Піддубний. Піддубний походженнем Українець, в роду українських козаків Піддубних, що жили в полтавській губернії, в Богодуховці, повіту золотоношського. Літ йому 43. Боротися начав він в ріжних українських і російських містах… Після сього він обїзджав європейські краї, бував у Відни, Берліні, Білгороді, Лондоні, та других європейських містах, і нігде не мав ні одної поражки, всюди виходив з першою надгородою. В сей спосіб він уважався найкращим борцем грецько-римської системи в світі… Тепер його знова запросили заграницю, де він виступив у перше в Берліні, беручи знова першу надгороду. З Берліна він виїздив до других міст Німеччини, він поборов усіх борців, з котрими він лишень стрічався. Звідти його й запросив до Америки Джек Пфеффер, відомий в Америці менажер борців. Піддубний відповів на пропозицію короткою телеграмою: «Згоджуюсь». Приїхавши в Америку, Піддубний через свого менажера визвав на боротьбу всіх американських силачів. Піддубний сподіється в короткім часі виступити до першої боротьби в Америці. Він уже вправляється до боротьби, а перший його виступ буде оголошений в короткім часі в нашій газеті» [7, с. 4].

Слід зазначити, що Джек Пфеффер був менеджером не тільки Івана Піддубного, а також Олександра Гаркавенка. Тобто американський менеджер став ключовим діячем в організації та супроводі українських борців у США.

Зіркового українського борця хотіла бачити вся Америка. Глядачі тисячами приходили на його боротьбу. За попередніми підрахунками (ця інформація потребує уточнення) Іван Піддубний змагався у США понад 150 разів за півтора роки. Уявляєте таке? Це майже кожні два дні боротьба. І це у різних містах США. Також слід врахувати переїзди, відпочинок, тренування, відновлення тощо. Водночас були випадки коли Піддубний боровся щодня. Це направду дуже складний та важкий графік виступів. Але ж він українець. Тому Іван Піддубний витримав цей напружений марафон. Він здобув багато визначних перемог, але й були прикрі поразки.

Ось короткий опис виступів Піддубного у США: 14 грудня 1925 року (Нью-Йорк) перемагає болгарського борця Колоффа двічі; 16 грудня 1925 року (Ньюарк) перемагає двічі канадійського француза (так зазначено в газеті) Жоржа Біжо; 28 грудня 1925 року (Нью-Йорк) здолав італійця Анджело Тарамаші; 29 грудня 1925 року (Джерсі-Сіті) переміг німця Фогеля; 30 грудня 1925 року (Пасейк) суперник англієць Гарі Стівенс (результат нам не відомий); 1 січня 1926 року (Філадельфія) перемагає литовця Карла Аркуса; 8 січня 1926 року (Джерсі-Сіті) двічі перемагає Джека Томпсона; 11 січня 1926 року (Нью-Йорк) суперник поляк Артур Боганц (результат нам не відомий); 12 січня 1926 року (Клівленд) подвійна перемога над шведом Карлом Ламбертсоном; 18 січня 1926 року (Нью-Йорк) суперник поляк Владко Збишко зазнав поразки; 19 січня 1926 року (Ньюарк) результат нам не відомий; 20 січня 1926 року (Джерсі-Сіті) результат нам не відомий; 21 січня 1926 року (Бейон) двічі перемагає Джека Рігерсона; 22 січня 1926 року (Елізабет) суперник Франк Аркус (результат нам не відомий); 25 січня 1926 року (Пітсбург) результат нам не відомий; 27 січня 1926 року (Балтимор) результат нам не відомий; 1 лютого 1926 року (Нью-Йорк) програє Джову Стечеру; 2 лютого 1926 року (Джерсі-Сіті) двічі переміг суперника Джека Сміта; 4 лютого 1926 року (Патерсон) двічі здолав німця Ганса Міллера; 5 лютого 1926 року (Філадельфія) переміг австрійця Ганса Шулєра; 6 лютого 1926 року (Елізабет) суперник німець Ганс Мавзер (результат нам не відомий); 9 лютого 1926 року (Пасейк) результат нам не відомий; 10 лютого 1926 року (Трентон) результат нам не відомий; 11 лютого 1926 року (Балтімор) результат нам не відомий; 12 лютого 1926 року (Ньюарк) суперник єврейський борець Бен Дубин (результат нам не відомий); 15 лютого 1926 року (Філадельфія) перемогу здобув над Карлом Фогелем;

16 лютого 1926 року (Бостон) результат нам не відомий; 19 лютого 1926 року (Бейон) результат нам не відомий; 22 лютого 1926 року (Нью-Йорк) переміг італійця Ренато Гардіні; 25 лютого 1926 року (Філадельфія). Суперник італієць Кальзо (результат нам не відомий); 3 березня 1926 року (Кантон) результат нам не відомий; 5 березня 1926 року (Массилон) результат нам не відомий; 8 березня 1926 року (Нью-Йорк) суперник поляк з українським корінням Станіслав Збишко-Циганевич. Результат – нічия; 10 березня 1926 року (Савт-Рівер) результат нам не відомий; 11 березня 1926 року (Перт Амбой) результат нам не відомий; 15 березня 1926 року (НьюГейвен) результат нам відомий; 16 березня 1926 року (Чикаго) результат нам не відомий; 15 квітня 1926 року (Ансонія) суперник Д. Тофальос (результат нам не відомий); 19 квітня 1926 року (НьюБрітен) суперник Станіслав Збишко (результат нам не відомий); 20 квітня 1926 року (НьюГейвен) результат нам не відомий; листопад 1926 року (Ньюарк) поступається борцю Драаку; 29 січня 1927 року (Перт Амбой) суперник поляк Алекс Стейки (результат нам не відомий); 9 березня 1927 року (НьюБрітен) суперник Чарльз Кутлер (результат нам не відомий); 10 квітня 1927 року (Бруклін) суперник поляк П. Краковський (результат нам не відомий) [2].

У США Іван Піддубний відзначив свій ювілей на спортивній арені. 20 років успішної, славетної кар'єри борця. З цього приводу менеджер Пфеффер влаштував грандіозний концерт у 1926 році в Нью-Йорку. Маловідома інформація про те, що Іван Піддубний мів бути учасником змагань з боротьби у США у 1932 році. Він згадується у програмі учасників. Але ж насправді Піддубний не був фізично присутній у США цього року. Бо мав великі проблеми з комуністами, які намагалися зросійщити, всупереч його переконанню, що він українець.

Успішними виступами запам'ятався американській публіці український борець Іван Залізняк. Він у 1928 році мав декілька знакових змагань з відомими атлетами, наприклад з Владиславом Збишко-Циганевичем, Фредом Маєрсом. Про змагання з Владиславом Збишко-Циганевичем українська преса в США писала таке: «Виступи силачів, які відбулись минувшої суботи в «Пайонір Клюбі» в Ню Йорку, стягнули велике число цікавих, щоб поглянути на своїх симпатиків у змаганнях… друга пара була вже цікава й інтересна. До «рінгу» перший ввійшов Залізняк, а відтак Владек Збишко. Менаджер Пфеффер оголосив боротьбу до скінчення, а присутні сподівались довгої боротьби. Однак боротьба тривала тільки 26 мінут, бо по кількох змаганнях Збишко почав показувати свої штучки: махнув високо ногою і тим способом натер Залізняку носа. Залізняк вхопив зручно Збишка і викинув поза линви «рінґа». Випадку в людях не було, бо в час відсунулися з крісел. На таке приготоване місце повалився Збишко. Лежав він тут і не піднісся. Непритомного поліція віднесла на бік, а Залізняка, поки ви здоровіє Збишко, проголошено побідником. Публика вчинила Залізняку з приводу цеї події овацію» [11, с. 4].

Змагання з Фредом Маєрсом принесло Івану Залізняку чергову перемогу та славу сильного борця. Ось як описувала преса цю подію: «Боротьба була цікава, бо оба борці старалися показати свою здібність, сприт і силу, яка у них находиться. Боротьба тревала 57 мінут пару секунд, і кожда мінута була цікава, тому, що публика вже бачила, як сей жидівський чемпіон кладе на лопатки всіх борців за кілька секунд, ну, але сего він не втяв зі залізняком. По 57 мінутах боротьби, коли Маєрс перекинув Залізняка три рази через голову і заморочив його, Залізняк ловить Маєрса за голову і ноги, підносить його дуже скоро в гору і кидає його на землю. Так Залізняк став побідником над Маєрсом по 57 мінутах боротьби» [1, с. 4].

Цікаво те, що менеджер Івана Залізняка, Пфеффер організував концерт на честь 5-річного ювілею спортивної кар'єри борця. Варто зазначити, що подібне дійство було влаштовано на честь Івана Піддубного. Часопис «Свобода» про це повідомляв таке: «В скорім часі українська колонія в Ню Йорку буде святкувати п'ятилітній ювілей великого українського силача і непобідимого борця – Івана Залізняка. Всім відомо, що своєю успішною побідою над обома польськими чемпіонами – Станіславом і Владеком Збишко, - Залізняк здобув широку симпатію серед української кольонії. Завсігди, коли тільки Залізняк бореться заля заповнена по береги. Це свідчить, що Залізняк здобув симпатію не тільки серед Українців, його люблять Італійці, Греки, Американці, Євреї і інші, які бачили, як спритно й чесно бореться Залізняк. Менаджер Залізняка – Жак Пфеффер, з нагоди боротьби, устроює п'ятилітній ювілей Залізняка – величавий концерт» [8, с. 4].

У наступні роки у США виступали інші українські борці: матрос Кириленко, якого у Європі знали як «Маска смерті», Єрмак Харківський та інші достойники. Вони своєю сподвижницькою працею та виступами на спортивних аренах здобували успіхи та прославляли Україну, яка нажаль була окупована, але не здолана ворогами.

Висновок. Українські борці, які приїхали до США у 20-30-х роках ХХ століття, продемонстрували свої найкращі здібності й здобули багато приголомшених перемог. Окрім цього, вони позиціонували себе насамперед як українці. Олександр Гаркавенко, Іван Піддубний, Іван Залізняк, Володимир Кириленко, Володислав Максим'як, Ілько Теличин, Василь Рудий та багато інших українських борців славили Україну у США. Завдяки ним український спорт був знаний у всьому світі, зокрема у США.

Перспективами подальших досліджень вбачаємо у подальшому детальнішому вивченні й аналізі виступів українських борців у США упродовж другої половини ХХ століття.

Література

1.Зі спорту й гігієни. Боротьба Залізняка з жидівським чемпіоном Маєрсом. Свобода. 1928. №184. С. 4.

2.Лях-Породько Олексій. Іван Піддубний у США: 100 років легендарній подорожі. *Ukrainian People.* Квітень, 2025. С. 54-56.

3.Лях-Породько О., Каменєв Г. Особливості організації та проведення Першої Українсько-Американської Олімпіади 1936 року у Філадельфії (США). Матеріали XXXIII Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції «Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації»: Зб. наук. праць. – Переяслав-Хмельницький, 2018. – Вип. 33. – С. 358 – 361.

4.Лях-Породько О., Каменєв Г. Українська Олімпіада та Здвиг молоді 1988 року у Філадельфії: організаційні аспекти підготовки. Матеріали XXXIV Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції «Тенденції та перспективи

розвитку науки і освіти в умовах глобалізації»: Зб. наук. праць. – Переяслав-Хмельницький, 2018. – Вип. 34. – С. 440 – 443.

5.Лях-Породько О., Лапшинська Є. Початки організованого українського сокільського руху в США. Матеріали XXXVII Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції «Вітчизняна наука на зламі епох: проблеми та перспективи розвитку»: Зб. наук. праць. – Переяслав-Хмельницький, 2017. – Вип. 37. – С. 314 - 316.

6.Лях-Породько О., Магін А. Особливості діяльності перших спортивних товариств української діаспори. Спорт та сучасне суспільство: Збірник наукових праць молодих вчених та матеріалів VII Відкритої студентської конференції 20 лютого 2014 р. / НУФВСУ. — К.: Інтер Сервис, 2014. — С. 22-25.

7.Приїзд великого українського силача. Свобода. 1925. 284. С. 4.

8.Пятьлітний ювілей Івана залізняка. Свобода. 1928. №214. С.4.

9.Трьох українських силачів. Свобода. 1924. №31. С. 1.

10. Український силач. Свобода. 1923. №297. С. 4.

11. Юрковський Володимир. Зі спорту й гігієни. Боротьба Залізняка з Владком Збишком. Свобода. 1928. №177. С. 4.

References

1. On sports and hygiene. Zaliznyak's fight with the Jewish champion Myers. Svoboda. 1928. No. 184. P. 4.

2. Lyakh-Porodko Oleksiy. (2025). Ivan Poddubny in the USA: 100 years of the legendary journey. Ukrainian People. April,. P. 54-56.

3. Lyakh-Porodko O., Kamenev G. (2018). Features of the organization and holding of the First Ukrainian-American Olympiad of 1936 in Philadelphia (USA). Materials of the XXXIII International Scientific and Practical Internet Conference "Trends and Prospects for the Development of Science and Education in the Conditions of Globalization": Collection of scientific works. – Pereyaslav-Khmelnytskyi,. – Issue 33. – P. 358 – 361.

4. Lyakh-Porodko O., Kamenev G. (2018). Ukrainian Olympiad and Youth Movement of 1988 in Philadelphia: organizational aspects of preparation. Materials of the XXXIV International Scientific and Practical Internet Conference “Trends and Prospects for the Development of Science and Education in the Conditions of Globalization”: Collection of Scientific Works. – Pereyaslav-Khmelnytskyi,. – Issue 34. – P. 440 – 443.

5. Lyakh-Porodko O., Lapshynska E. (2017). The beginnings of the organized Ukrainian falconry movement in the USA. Materials of the XXXVII All-Ukrainian scientific and practical Internet conference “Domestic science at the turn of the eras: problems and prospects for development”: Collection of scientific works. – Pereyaslav-Khmelnytskyi,. – Issue 37. – P. 314 - 316.

6. Lyakh-Porodko O., Magin A. (2014). Features of the activities of the first sports societies of the Ukrainian diaspora. Sport and modern society: Collection of scientific works of young scientists and materials of the VII Open student conference February 20, 2014 / NUFVSU. - Kyiv: Inter Service,. - P. 22-25.

7. Arrival of the great Ukrainian strongman. Svoboda. 1925. 284. P. 4.

8. Five-year anniversary of Ivan Zaliznyak. Svoboda. 1928. No. 214. P.4.

9. Three Ukrainian strongmen. Svoboda. 1924. No. 31. P. 1.

10. Ukrainian strongman. Svoboda. 1923. No. 297. P. 4.

11. Yurkovsky Volodymyr. (1928). On sports and hygiene. Zaliznyak's fight with Vlad Zbyshko. Svoboda. No. 177. P. 4.

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).20
УДК 373.5.091.33:796.853.23

Масенко Л.В.
кандидат педагогічних наук, доцент
доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання,
Український державний університет імені Михайла Драгоманова,
м. Київ (Україна)
ORCID 0000-0002-2831-8059
Мельниченко О.С.
магістр освітньо-професійної програми «017 Фізична культура і спорт»
спеціальності 017 «Фізична культура і спорт»
вчитель фізичної культури
Гімназії №134 Печерського району міста Києва, м. Київ (Україна)

ЗБЕРЕЖЕННЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ’Я УЧНІВ СЕРЕДНЬОЇ ШКОЛИ ЗАСОБАМИ ДЗЮДО – ПРАКТИЧНИЙ АСПЕКТ

Масенко Л.В., Мельниченко О.С. Збереження ментального здоров’я учнів середньої школи засобами дзюдо – практичний аспект. Представлена до уваги публіки наукова робота присвячена питанню збереження ментального здоров’я здобувачів освіти з використанням засобів дзюдо. Мета даної роботи - дослідження впливу занять дзюдо на ментальне здоров’я підлітків 13-15 років. Особлива увага приділяється порівнянню ефективності традиційної шкільної програми фізичного виховання та експериментальної методики, що включає варіативний модуль дзюдо. Дослідження відбувалося у три етапи: аналіз наукових джерел і розробка методики, тестування рівня тривожності, стресостійкості, соціальної адаптації та фізичного стану учнів, обробка та аналіз отриманих даних. Дослідження підтвердило, що заняття дзюдо позитивно впливають на психологічний стан підлітків. У 25% учнів