

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ ПРОБЛЕМ ВИХОВАННЯ НАПН УКРАЇНИ
УКРАЇНСЬКА НАЦІОНАЛЬНА ФЕДЕРАЦІЯ ХОРТИНГУ

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ХОРТИНГУ

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

Випуск 8



НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ ПРОБЛЕМ ВИХОВАННЯ НАПН УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНА ФЕДЕРАЦІЯ БОЙОВОГО ХОРТИНГУ УКРАЇНИ

ISSN 2410-5317

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ХОРТИНГУ

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

Засновано в 2014 р.

Випуск 8



Київ
Видавець Паливода А. В.
2017

УДК 37.02 : 796.85 (08)
ББК 74.202 : 75.715
Т 33

*Рекомендовано до друку вченою радою
Інституту проблем виховання НАПН України
(протокол № 12 від 28 грудня 2017 р.)*

**Збірник наукових праць входить до Переліку наукових фахових видань України,
в яких можуть публікуватися результати дисертаційних робіт
на здобуття наукових ступенів доктора і кандидата педагогічних наук
(наказ МОН України від 07 жовтня 2015 р. № 1021)**

Редакційна колегія:

- Бех І. Д. – дійсний член НАПН України, доктор психологічних наук, професор
(головний редактор)
- Канішевська Л. В. – доктор педагогічних наук, професор (заступник головного редактора)
- Артюшенко А. О. – доктор педагогічних наук, професор
- Беленька Г. В. – доктор педагогічних наук, професор
- Болтівець С. І. – доктор психологічних наук, професор
- Діхтяренко З. М. – кандидат педагогічних наук, доцент, голова науково-методичної колегії
Національної федерації бойового хортингу України, майстер спорту
України з хортингу
- Єрмоменко Е. А. – кандидат педагогічних наук, Заслужений тренер України, Майстер
спорту України міжнародного класу, президент Національної федерації
бойового хортингу України, Заслужений працівник ФК і спорту України
- Зубалій М. Д. – кандидат педагогічних наук
- Коновець С. В. – доктор педагогічних наук, професор
- Круцевич Т. Ю. – доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор
- Литвиненко А. М. – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент
- Петрочко Ж. В. – доктор педагогічних наук, професор
- Приступа Є. Н. – доктор педагогічних наук, професор
- Пустолякова Л. М. – кандидат педагогічних наук
- Тимошенко О. В. – доктор педагогічних наук, професор
- Тимчик М. В. – кандидат педагогічних наук, майстер спорту України з хортингу
- Федорченко Т. Є. – доктор педагогічних наук, професор
- Хатько А. В. – кандидат педагогічних наук, майстер спорту України з хортингу
- Чобітько М. Г. – доктор педагогічних наук, професор
- Півоварський Юліуш – почесний професор, PhD, ректор Вищої школи публічної і
індивідуальної безпеки „Апейрон“ (Польська Республіка)
- Порада Віктор – професор, доктор юридичних наук,
ректор Вищої школи в Карлових Варах (Чеська Республіка)
- Шортт Джеймс Джордж – президент Всесвітньої асоціації особистих охоронців (Ірландія)
- Кастлшортський
Юрчак Войтех – професор, PhD, Академія збройних сил ген. М. Р. Штефаника в
Ліптовському Мікулаші (Словацька Республіка)

Рецензенти:

- Волков Л. В. – доктор педагогічних наук, професор
- Єжова О. О. – доктор педагогічних наук, кандидат біологічних наук, професор
- Оржеховська В. М. – доктор педагогічних наук, професор
- Присяжнюк С. І. – доктор педагогічних наук, професор
- Сичов С. О. – доктор педагогічних наук, професор

Т 33 Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол.: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. :
Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – 230 с.

ISBN 978-966-437-427-6.

До збірника ввійшли наукові праці вітчизняних учених, аспірантів, тренерів з бойового хортингу. Автори спрямували свій науковий пошук на багатоаспектне висвітлення шляхів щодо реалізації сучасних підходів у теорії і методикі бойового хортингу.

ISBN 978-966-437-427-6

УДК 37.02 : 796.85 (08)
ББК 74.202 : 75.715
© ІПВ НАПН України
© НФБХУ

Єрмоєнко Едуард <i>Виховний потенціал та філософська основа бойового хортингу</i>	Yeromenko Eduard <i>Educational potential and philosophical basis of combat horting</i>	147
Єрмоєнко Едуард, Болтівець Сергій, Суліма Ігор, Єрмоєнко Вероніка <i>Силова підготовка школярів 14–17 років на уроках фізичної культури з елементами бойового хортингу</i>	Yeromenko Eduard, Boltivets Sergiy, Sulima Igor, Yeromenko Veronika <i>Strength training of schoolchildren aged 14–17 in physical education lessons with elements of combat horting</i>	158
Остапенко Олександр, Зубалій Микола, Єрмоєнко Едуард, Тимчик Микола <i>Бойовий хортинг як засіб формування в школярів фізичних здібностей як основи тверезого способу життя в майбутній життєдіяльності</i>	Ostapenko Oleksandr, Zubaliy Mykola, Yeromenko Eduard, Tymchyk Mykola <i>Combat horting as a means of forming physical abilities in schoolchildren as the basis of a sober lifestyle in future life</i>	166
Остряньська Олена, Єрмоєнко Едуард <i>Бойовий хортинг у впровадженні творчих здобутків передового регіонального педагогічного досвіду формування у старших дошкільників соціально-комунікативних умінь у театралізованій діяльності з використанням хортинг-ляльок</i>	Ostryanska Olena, Yeromenko Eduard <i>Combat horting in the implementation of creative achievements of advanced regional pedagogical experience in the formation of senior preschoolers' social and communicative skills in theatrical activities with the use of horting puppets</i>	173
РОЗДІЛ 5		
ПОПУЛЯРИЗАЦІЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ; ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ПРОВЕДЕННЯ СПОРТИВНИХ ЗАХОДІВ; ПІДГОТОВКА СПОРТСМЕНІВ, СУДДІВ, ТРЕНЕРІВ ТА ЇХНЯ УЧАСТЬ У ЗМАГАННЯХ З БОЙОВОГО ХОРТИНГУ	POPULARIZATION OF HEALTHY LIFESTYLE; ORGANIZATION AND PERFORMANCE OF SPORTING EVENTS; PREPARATION AND PARTICIPATION OF SPORTSMEN, JUDGES AND COACHES IN COMBAT HORTING COMPETITIONS	187
Єрмоєнко Едуард <i>Система фізичного виховання спортсменів бойового хортингу</i>	Yeromenko Eduard <i>Physical education system of combat horting athletes</i>	187
Присяжнюк Станіслав, Єрмоєнко Едуард <i>Бойовий хортинг та проблема активного відпочинку спортсменів у різні вікові періоди</i>	Prysiazhniuk Stanislav, Yeromenko Eduard <i>Combat horting and the problem of active recreation of athletes at different ages</i>	206
Сичов Сергій, Єрмоєнко Едуард <i>Бойовий хортинг та особливості оптимізації управління атлетичним тренуванням у процесі спортивної діяльності</i>	Sychov Sergiy, Yeromenko Eduard <i>Combat horting and features of control optimization athletic training in the process of sports activities</i>	219
НАШІ АВТОРИ	OUR AUTHORS	226

УДК 796.817:159.947-027.556.817

Єрмоєнко Едуард
Університет ДФС України, м. Ірпінь

ВИХОВНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ТА ФІЛОСОФСЬКА ОСНОВА БОЙОВОГО ХОРТИНГУ

***Анотація.** У даній науковій статті визначено основні аспекти виховного потенціалу та філософської основи національного професійно-прикладного виду спорту України бойового хортингу, обґрунтовано чинники виховання особистості спортсменів бойового хортингу різних вікових груп, соціального положення, здібностей та спортивних досягнень. На основі виховних засад надано перелік цінностей особистості, що виховуються у процесі занять. Стан духовної культури і моралі суспільства, як у світі, так і в Україні, також впливає на процес виховання спортсменів, результати їхньої фізичної і психологічної підготовки. Виховання учнів у системі бойового хортингу здійснюється в контексті громадянської і загальнолюдської культури, охоплює весь тренувальний та навчально-виховний процес, ґрунтується на свободі вибору мети життєдіяльності та поєднує інтереси особистості, суспільства і держави. Орієнтири передбачають залучення спортсменів бойового хортингу до різних форм творчої та суспільно корисної діяльності, зокрема: пізнавальної, оздоровчої, трудової, художньо-естетичної, спортивної, пропагандистської, ігрової, культурної, рекреаційної, екологічної, що організовуються у години дозвілля, тобто у позакласний час. Метою основних орієнтирів виховання в бойовому хортингу є створення цілісної моделі виховної системи на основі громадянських та загальнолюдських цінностей як орієнтовної для проектування моделей виховних систем у закладах освіти України. Визначено філософське підґрунтя бойового хортингу як засобу виховання особистості у процесі системних тренувальних занять.*

***Ключові слова:** бойовий хортинг, виховний потенціал, філософська основа, тренування, змагання, виховання особистості, фізична підготовка, фізичне виховання, здоров'я людини, бойова культура, основи тренувань, фізичне навантаження, українські традиції, бойовий звичай, сутичка, двобій, бойова підготовка, захист України, тренерська практика, учень, вчитель, педагогіка, психологія, теорія і методика виховання.*

Актуальність дослідження. Основою сучасного виховного процесу в системі бойового хортингу є людина як найвища цінність. Провідною тенденцією виховання спортсменів бойового хортингу стало формування системи ціннісного ставлення особистості до соціального і природного довкілля та самої себе. Набирає сили тенденція гармонійного поєднання інтересів учасників виховного процесу: вихованця секції бойового хортингу, котрий прагне до вільного саморозвитку і збереження своєї індивідуальності; суспільства, зусилля якого спрямовуються на всебічний розвиток особистості; держави, зацікавленої у тому, щоб діти зростали громадянами-патріотами, здатними забезпечити країні гідне місце у цивілізованому світі [1; 2–6].

Сучасному вихованню спортсменів бойового хортингу повною мірою властива випереджувальна роль у демократичному процесі державотворення, воно стало засобом розвитку духовної культури спортсменів, зупинення соціальної деградації, стимулом пробудження високих моральних якостей – совісті, патріотизму, людяності, почуття громадянської і власної гідності, творчої ініціативи тощо; засобом самоорганізації, особистісної відповідальності дітей та молоді, яка займається бойовим хортингом; запорукою громадянського миру і злагоді в суспільстві.

Нині значно розвинулись громадянські цінності виховання системи бойового хортингу, освітні заклади і спортивні секції Національної федерації бойового хортингу України відкриті для батьків, громадських організацій. Розширюється кількість суб'єктів виховного впливу, узгоджуються їхні дії. Поряд з ознаками позитивних змін у вихованні особистості загострилися і певні протиріччя, що спричинило виникнення нових суттєвих проблем. Стан духовної культури і моралі суспільства, як у світі, так і в Україні, викликає занепокоєння. Корозія усталених духовних цінностей є наслідком прагматизації життя, пропаганди насилля, нехтування правових, моральних, соціальних норм і за своїми масштабами становить глобальну соціальну проблему [7; 10; 15–17].

Відсутність у частини молоді навичок конструктивного спілкування, загальних принципів розуміння сутності найпростіших соціальних процесів і явищ призводить до конфліктів,

стресових ситуацій, неадекватної соціальної поведінки. Як наслідок – «втеча молоді від реальної дійсності» в алкоголізм, наркоманію, віртуальне комп'ютерне середовище. Засобами бойового хортингу можна повернути молоду людину до процесу слідування нормальному способу життя, тренуванню, оздоровленню, навчанню, самовихованню.

Основні орієнтири виховання дітей та молоді у процесі занять бойовим хортингом

Процес становлення незалежної демократичної України з її прагненням стати повноправним членом європейської спільноти передбачає всебічне утвердження в суспільному та індивідуальному бутті цивілізованого життя на основі загальнолюдських цінностей та духовних, моральних і культурних засад життя українського народу. Тому мета Національної федерації бойового хортингу України щодо виховання молоді, сучасного освітнього процесу – не тільки сформувати необхідні компетенції, надати ґрунтовні знання з різних предметів спортсменам бойового хортингу, а й формувати громадянина, патріота; інтелектуально розвинути, духовно і морально зрілу особистість, готову не тільки гарно займатися бойовим хортингом, а також протистояти асоціальним впливам, вправлятися з особистими проблемами, творити себе і оточуючий світ [8; 14; 18].

Виховання учнів у системі бойового хортингу здійснюється в контексті громадянської і загальнолюдської культури, охоплює весь тренувальний та навчально-виховний процес, ґрунтується на свободі вибору мети життєдіяльності та поєднує інтереси особистості, суспільства і держави. Орієнтири передбачають залучення спортсменів бойового хортингу до різних форм творчої та суспільно корисної діяльності, зокрема: пізнавальної, оздоровчої, трудової, художньо-естетичної, спортивної, пропагандистської, ігрової, культурної, рекреаційної, екологічної, що організуються у години дозвілля, тобто у позакласний час.

Метою основних орієнтирів виховання в бойовому хортингу є створення цілісної моделі виховної системи на основі громадянських та загальнолюдських цінностей як орієнтовної для проектування моделей виховних систем у загальноосвітніх навчальних закладах України [9; 11].

Для досягнення означеної мети передбачено реалізацію таких завдань:

організація виховного процесу в учнівському колективі клубу бойового хортингу та в роботі з батьками на засадах проектної педагогіки;

створення програми виховання для окремого клубу бойового хортингу з урахуванням індивідуально-педагогічних можливостей керівників спортивних секцій, батьків, а також – результатів вивчення рівнів фізичного, соціального, психічного та духовного розвитку спортсменів бойового хортингу;

змістове наповнення програми виховання з урахуванням вікових особливостей учнів бойового хортингу;

задоволення базових потреб особистості вихованця (фізіологічних потреб, потреби в безпеці, любові та прихильності, визнанні та оцінці, в самоактуалізації) в умовах окремого клубу бойового хортингу освітнього навчального закладу;

реалізація у процесі роботи особистісно орієнтованого, діяльнісного, системного, творчого та компетентнісного підходів до організації виховного процесу в колективах бойового хортингу;

оптимальне поєднання форм організації виховної роботи: індивідуальної, групової, масової;

створення належних умов для особистісного зростання кожного спортсмена бойового хортингу (створення ситуацій успіху та підтримки), його психолого-педагогічний супровід;

співпраця з органами учнівського самоврядування, дитячими громадськими організаціями;

інтеграція зусиль батьківської громади спортивних секцій бойового хортингу, освітніх закладів, представників державної влади, громадських та благодійних організацій, правоохоронних органів та установ системи охорони здоров'я.

Основні орієнтири виховання розраховані на весь період виховної діяльності з учнями окремого клубу бойового хортингу з урахуванням їх вікових, індивідуальних та психолого-педагогічних особливостей (для роботи з учнями школи 1–4, 5–9 та 10–11 класів) [12].

Змістове наповнення основних орієнтирів виховання передбачає формування цінностей і ставлень особистості до себе і людей, суспільства і держави, природи і здоров'я, праці та мистецтва. Після кожної змістової лінії подаються характеристики вікових особливостей спортсменів бойового хортингу, зміст та форми виховної діяльності, критерії і вимоги до виховних досягнень учнів. У змісті виховної діяльності запропоновано орієнтовні форми проведення виховних справ та їх тематика для різних вікових категорій спортсменів бойового хортингу з урахуванням інтересів, потреб, запитів керівників федерацій та клубів бойового хортингу, батьків та дітей.

В основних орієнтирах виховання у системі бойового хортингу пропонуються форми роботи для співпраці з окремими колективами [13].

У проектній діяльності увага керівника секції бойового хортингу (тренера, вихователя) акцентується на:

- розвитку творчої особистості спортсмена бойового хортингу;
- виявленні та становленні індивідуальних особливостей спортсменів;
- рівні особистісно-виховних досягнень учнів бойового хортингу;
- створенні відповідних умов у школі та секції бойового хортингу для всебічного розвитку учнів;

функціонуванні системи медично-психологічного та соціально-педагогічного забезпечення процесу розвитку спортсменів бойового хортингу.

У процесі виховання тренер з бойового хортингу керується особистісно орієнтованим підходом до здібностей, нахилів кожного учня, тим самим створюючи умови для саморозвитку, самовдосконалення, самореалізації на основі національних цінностей українського народу та загальнолюдських цінностей.

Виховання учнів бойового хортингу реалізується у процесі організації: навчально-тренувальної діяльності у секції бойового хортингу; навчально-виховної діяльності в закладі освіти; позаурочної та позакласної діяльності; позашкільної освіти; роботи органів учнівського самоврядування; взаємодії з батьками, громадськими організаціями, державними установами.

З цією метою створюються відповідні психолого-педагогічні умови у клубі бойового хортингу, навчальному закладі, а саме:

- відповідність виховної практики засадам особистісно орієнтованої та гуманістичної парадигми тренування та освіти;

- ставлення до особистості спортсмена бойового хортингу як до суб'єкта виховання;

- перцептивна, комунікативна, інтерактивна взаємодія всіх суб'єктів виховного процесу;

- творення необхідних умов для розвитку творчого потенціалу особистості, перспектив її саморозвитку в колективі;

- захист і підтримка інтересів особистості спортсмена бойового хортингу;

- самоідентифікація та суспільно-значиме особистісне самовизначення учня;

- стимулювання ініціативності та життєвої активності спортсмена бойового хортингу;

- створення і набуття практичних навичок, необхідних для особистісної гармонізації;

- інтеграція виховних впливів освітнього середовища у клубі бойового хортингу;

- практичне спрямування виховного процесу навчального закладу;

- культивування цінностей особистості.

Для кожної вікової категорії спортсменів бойового хортингу прийнятними є використання індивідуальних (консультації), групових (тренінги, дискусії, дебати, ділові та рольові ігри), колективних (проекти) форм діяльності.

Бойовий хортинг – не стільки ефективний засіб захисту та самооборони, скільки позитивна філософія повсякденного життя.

Філософська основа бойового хортингу – положення про *єдність сили, здорового спортивного духу і честі людини, що вибудовується на славних українських традиціях*. Відповідно, **гасло бойового хортингу** – «**Сила і Честь**».

Бойовий хортинг як життєва філософія по-новому сприймається через призму реалій сьогоденного життя. Відповідно до викликів часу значення бойового хортингу актуалізується у контексті виховання розумових, вольових і моральних якостей особистості.

Насамперед, для ефективного застосування техніки бойового хортингу необхідний бойовий дух – *Дух Бойового хортингу*, прагнення перемогти – незламна воля до перемоги, уміння приймати рішення в нестандартних умовах.

Бойовий хортинг – це спосіб життя, особливий погляд на навколишню дійсність.

Тільки через досягнення внутрішньої гармонії людина може максимально спрямувати свою життєву енергію на досягнення поставленої мети. Спортсмен бойового хортингу вчиться керувати собою, своїми емоціями і бажаннями, намірами і вчинками; прагне досягнення кращого результату із застосуванням мінімуму зусиль, зберігаючи сили.

Єдиноборство на хорті цементує в кожній людині волю і характер, вчить розумно і відповідально підходити до застосування сили. Крім того, саме в бойовому хортингу така якість, як готовність щоразу підніматися і знову вступати в сутичку, хоч як би важко тобі було, цінується більше, ніж фізичні дані, честь спортсмена бойового хортингу – вища за фізичну силу.

Бойовий хортинг – це фізична освіта.

Фізична освіта спортсмена бойового хортингу виявляється у мистецтві його рухів. Мета такої освіти полягає в тому, щоб зробити тіло сильним, корисним і здоровим. На жаль, більшість видів спорту, зазвичай, розвивають лише певні групи м'язів і нехтують іншими. В результаті виникає фізична неврівноваженість. У бойовому хортингу розроблений певний набір розігрівальних вправ, що розвивають усі м'язи тіла; регулярні практики як захисних і атаквальних форм бойового хортингу, так і навчальних сутичок. Форми бойового хортингу в основі відображають основи атаки і оборони, а навчальні двобої та сутички становлять собою тренування у вільному стилі. В обох випадках усі рухи виконуються згідно з принципом найбільшої ефективності.

Розвиненість рухів – один із показників правильного психічного розвитку спортсмена бойового хортингу. Вона передбачає: розвиток координації рухів (сприйняття напрямку і швидкості руху, часу і простору); здатність запам'ятовувати послідовність рухів і рухових операцій (пам'ять запам'ятовування і відтворення); увага до своїх рухів і дій інших; уміння виконувати рухи за словесною інструкцією (уява); ініціативність у рухах; аналіз руху за якістю його виконання (мислення); розвиток мовленнєвих умінь і навичок.

Рухи виконуються з мовним супроводом і опорою на зорові й тактильні образи-уявлення. Розвиток усіх видів ручної моторики та зорово-рухової координації слугує основою для становлення типових видів діяльності особистості, сприяє підвищенню пізнавальної активності спортсменів бойового хортингу.

Бойовий хортинг – це спорт.

Навчальні двобої є основою підготовки до змагань з бойового хортингу, спортивним елементом великої системи. Супротивники намагаються отримати чисту перемогу завдяки відточеній техніці, найбільш ефективному використанню енергії та належному відчуттю часу. Навчальні двобої та сутички є перевіркою прогресу спортсмена бойового хортингу в освоєнні цього мистецтва і дають учневі змогу оцінювати, наскільки добре він здатний діяти порівняно з іншими. Відзначаючи важливість навчальних сутичок, можна особливо підкреслити, що змагальність є лише частиною системи бойового хортингу, її значення не слід переоцінювати.

Бойовий хортинг – це морально-етична підготовка.

Навчання бойовому хортингу допомагає людині стати більш пильною, упевненою в собі, рішучою і зосередженою. Відтак, бойовий хортинг розглядається як *засіб формування* багатьох моральних якостей, навчання взаємодопомоги, співпраці.

Одна з *особливостей бойового хортингу* в тому, що *духовний розвиток* разом із вивченням, відпрацюванням й удосконаленням техніки *триває протягом всього активного життя спортсмена бойового хортингу*. Процес підготовки спортсмена бойового хортингу виховує в особистості впевненість у собі, своїх силах, можливостях, що робить людину самостійною, значно зменшуючи її залежність від зовнішніх чинників.

Філософія бойового хортингу пов'язана з багатьма сферами розвитку особистості, прищеплює дитині високі моральні норми та ідеали, виховує силу волі і духу, прагнення до перемоги та лідерські якості. Оскільки відбувається внутрішній гарт характеру, людина-спортсмен навряд чи коли-небудь вживатиме наркотики або стане злочинцем. Законодавство України дає право кожному громадянину активно захищатися від злочинних посягань. Отже, кожному вкрай необхідний мінімум знань прийомів самозахисту і вміння їх застосовувати, щоб у разі потреби захистити себе і своїх близьких, тих, кому ця допомога може знадобитися.

Бойовий хортинг не вчить дитину битися з іншими дітьми – він учить «битися» зі своїми недоліками, слабостями, внутрішніми страхами. Перемагаючи їх – дитина звільняє духовну внутрішню силу. Ця сила знімає сумніви і комплекси, змушує цінувати моральні якості в інших і в собі. Своїми виховними успіхами та успіхами конкретних відомих учнів тренувальна система довела, що бойовий хортинг, насамперед, виховує дух. Не слід думати, що, опанувавши прийомами бойового хортингу, дитина почне постійно вступуватися у вуличні бійки. Виховання юних спортсменів бойового хортингу проводиться таким чином, що бійки хлопців не цікавлять. Однак, якщо бійки не минути, то прийоми бойового хортингу виявляться корисним умінням навіть у протистоянні з представником іншого стилю єдиноборства [40–44].

Не секрет, що вулиці сучасних міст – небезпечне місце. І хлопця, і дівчину на вулиці може підстерігати чимало несподіванок й небезпек. Хоч як би шановні батьки намагалися, вони не в змозі опікати свого сина чи доньку цілодобово. Натомість, саме бойовий хортинг як бойовий і дисциплінарний вишкіл здатен робити це постійно.

Багато батьків побоюються, що заняття бойовим хортингом призведуть до травм, принесуть їх дитині не користь, а шкоду. Такі побоювання абсолютно марні, бо заняття бойовим хортингом анітрохи не небезпечніші, ніж заняття будь-яким іншим видом спорту. Кожна школа бойового хортингу організовує тренування таким чином, щоб звести будь-який ризик до мінімуму [20–27].

Бойовий хортинг сповідує філософію переможця. Щоб отримати максимально позитивний результат, потрібно повністю абстрагуватися від усіх емоцій. Тільки мета і нічого більше. Таким чином, ви повинні хотіти перемоги. Це природне бажання і воно повинно мотивувати. Але концентруватися потрібно не на перемозі, а на тому, щоб зробити все найкращим чином. У чому різниця між переможцем і переможеним? Коли ви концентруєтеся на перемозі, вас охоплює маса емоцій: збудження, почуття змагання, страх поразки. В даному випадку емоції це погано. Вони відволікають. Боязнь поразки, азарт, прослизують в голові думки про те, що якщо програєш, то будеш невдахою. І це заважає на шляху до перемоги. Ніхто не стане з цим сперечатися. А ці думки неминучі, якщо вашою метою – буде перемога.

Коли ви концентруєтеся на тому, щоб зробити все якнайкраще, ви відкидаєте значимість перемоги як такої і переносите центр уваги в область результату. Ви просто робите те, що потрібно зробити. І саме тоді, коли ви будете максимально сконцентровані на результаті – ви зможете зробити все найкращим чином, і у вас з'явиться набагато більше шансів перемогти. Ви повинні злитися з цим наміром. Ви повинні стати цією метою. Серцем, думками, головою ви повинні бути підпорядковані цілі. І ніякі емоції не повинні вам заважати. Вони – ваші вороги на шляху до досягнення перемоги. Для того, щоб бути успішною людиною, цей принцип потрібно використовувати не тільки для досягнення конкретної мети, а завжди. Ви повинні ставитися до перемог однаково, байдуже. Ви, звичайно, можете їм радіти. Але також радійте поразкам. Адже розумна людина розуміє, що багато дають як перемоги, так і поразки. Тому ставитися до них потрібно однаково. Ви не повинні втрачати самоконтроль. Стати втіленням своєї мети у своїх думках, діях, звичках. І ви помітите, як кожен день буде все більше наближати вас до мети. І кожен день буде створювати з вас переможця, вести до успіху гармонійного росту і самовираження.

Як можна досягти успіху у справі? Ясна річ, тільки пройшовши через труднощі. Одних людей труднощі ламають психологічно і вони миряться з тим життям і обставинами, які мають. Для інших людей труднощі і перешкоди є стимулом для подальшого вдосконалення. Вони прагнуть навчитися тому, чого раніше не вміли, зробити те, чого раніше не робили. Ці люди хочуть освоїти ті області і сфери життя, які їм невідомі, або були раніше недоступними. Для людей, які свідомо зайняті самовдосконаленням, нічого неможливого не існує. Труднощі такі люди сприймають як цінний життєвий досвід і можливість навчитися чомусь новому і корисному. Цікаво те, що успішні люди не уникають труднощів, а, навпаки, навіть прагнуть до них. Ледь закінчивши одну справу, вони тут же починають шукати іншу, більш складне [28–35]. Те, що їм доведеться вийти за межі своєї зони комфорту їх не лякає, а навіть надихає. Це життєлюбні, і їм просто подобається пізнавати життя в різних його аспектах.

Людина, яка займається бойовим хортингом, має бути життєлюбом, і розуміти, що кожна трудність і нове випробування просто зміцнює їх, робить сильнішими. Їм труднощі просто необхідні, щоб стати сильнішими. Звичайно, ставити перед собою нереальні цілі і завдання вони не будуть, аж надто розумні для цього. Але простежать, щоб кожна наступна їхня мета була трохи вище планкою і трохи складніше, ніж попередня. Така стратегія дозволяє все ефективніше рости і розвиватися, досягаючи все більших успіхів. Люди, які вміють змінювати себе і світ прекрасно усвідомлюють, що тренувати свої якості витривалості і наполегливості при подоланні труднощів – це одна з найважливіших умов, що ведуть до перемог.

Силowe психологічне зусилля у стійкості до екстремальних ситуацій спортсмен бойового хортингу має проводити таким чином: ніколи не здаватися, навіть знаючи про те, що існує безліч способів капітуляції перед труднощами, кожен день докладати всіх зусиль до того, щоб досягти задуманого; відноситися до всіх труднощів, навіть на перший погляд нерозв'язних, як до матеріалу, з якого можна побудувати сходи, що ведуть до успіху; питати поради у людей, які вже подолали схожі труднощі, вчитися у них і навіть просити допомоги; скласти список тих труднощів, які вже подолав, і це підвищить впевненість у собі і в своєму щасливому майбутньому; навчитися не уникати труднощів, а свідомо йти їм назустріч, і це прискорить процес навчання і зростання; навчитися справлятися з дрібними поточними труднощами із задоволенням, і якщо це вдасться, то у вас розвинуться навички витривалості до стресу і

наполегливості у досягненні мети, через що найскладніші ситуації здадуться набагато легше, ніж можна собі уявити.

Життя підносить нам уроки не просто так, і не просто з цікавості – витримаємо ми випробування чи ні. Завдання Всесвіту в тому, щоб створити для кожної людини умови, які їй допоможуть рости, ставати краще і покращувати світ. Для цього і потрібні труднощі, як сходинки на шляху до успіху. Люди, які вміють контролювати себе і свої емоції – захоплюють. Це люди, які вміють пам'ятати про свої цілі і не відволікатися на дрібниці, здатні адекватно діяти тоді, коли інші втрачають голову і вміють зберігати спокій в найважчих ситуаціях. Звідки все це береться? Відсотків десять – це те, що визначається нашою фізіологією. Діти народжуються різними, у людей бувають акцентуації характеру. Збудливий тип не може впоратися зі своєю імпульсивністю, лабільний тип схильний настроям, психастеник всього боїться, епілептоїд сам всіх лякає своєю гнівливістю, зміни гормонального фону змінюють характер і тип емоційного реагування [36–39].

Усе інше є вихованням і самовихованням. Є три основні звички, які забезпечують людині контроль емоцій, і вам не складно самим оцінити, наскільки ці звички є вже вашими.

Перша звичка – це звичка тримати бадьорий формат, а не засмучуватися і киснути. Це те, з чого починає будь-яка армія, коли приймає новобранців: стійка смирно, а не розвалившись, розгорнути плечі і не сутулитися, очі на командира, а не блукають по сторонах, слухати що говорять, а не відволікатися, відповідати що належить, а не бурчати або скаржитися. Рухи чіткі і енергійні, очі уважні, інтонації бадьорі. Коли за місяці тренувань це буде вписано в тіло, тіло перестане деренчати і почне слухатися господаря. Саме цим створюється реальна база самоконтролю в бойовому хортингу. Це гранично проста і абсолютно чітка ознака: або людина володіє своїм тілом і звикла його контролювати, або ні. Якщо немає фізичного контролю, неможливий і психологічний самоконтроль. Бачите в тілі деренчання – не помиліться, припустивши у людини імпульсивні реакції, зміну настроїв і безконтрольні емоції. В даному випадку тіло повністю визначає особливості поведінки.

Друга звичка – це звичка жити не почуттями, а головою. Це не про те, що у вас не повинно бути емоцій, а розуміння того, що емоції повинні бути вашим інструментом. Це скоріше філософія життя, це ваші цінності і переконання, згідно з якими важливі питання повинні вирішуватися обдуманно, спокійно і розумно, а не під диктатом почуттів. Є люди, яким це не характерно, які свою імпульсивність називають спонтанністю, яким жити почуттями подобається, а розумно жити нудно. Це їх вибір, але за цей вибір доводиться платити тим, що при такій філософії життя контролювати свої почуття виявляється важко.

Третя звичка – в будь-якій важкій ситуації конструктивно діяти, а не опускати руки. Переживаючі люди байдикують, коли все добре, і страждають, коли виникають проблеми. Діяльні люди живуть по-іншому. Якщо є проблеми, діяльні люди включають голову і їх вирішують. Якщо проблеми вирішені і все в порядку, діяльні люди йдуть вперед, до декількох цілей одночасно. Який спосіб життя вам ближче? Чим більше у людей вільного часу, який вони не знають чим зайняти, тим більше вони схильні до депресій. Коли ви зайняті, вам не до переживань, і кращий спосіб не мучитися непотрібними переживаннями – зайнятися справою. Якщо ви знаєте що робити – робіть. Якщо не знаєте – думайте. Якщо думати доводиться довго, а рішення все не приходить – відпочиньте, займіться поки іншими справами, але сидіти, нічого не робити і переживати – це шлях переможеного.

Філософські звички людини з бойового хортингу і життєві принципи прості: ніколи не опускати руки, завжди думати, завжди бути при справі [17–19].

Висновок. У результаті експерименту ми бачимо, що ці звички зовсім не психологічні, і в них немає глибини, немає таємничості, вони прості як сама цілеспрямованість. Спортсмен бойового хортингу, як воїн, він не знає і не хоче знати, що таке «прийняти те, що сталося», «жити тут і зараз», «вичерпування плюсів», ведення «щоденника успіхів» і інші традиційні психологічні прийоми для нормалізації внутрішнього стану: вони успішній людині начебто не потрібні. Вірно, так і є. Якщо в вас вбудовані ці три базові звички, ви впевнено захищені від більшості негативних переживань і психологічної допомоги не потребуєте. Ви самі здатні надати таку допомогу. Так, вам це дійсно не потрібно. Те, що турбує і вантажить інших, не турбує вас: ви вирішуєте проблеми в міру їх надходження і спокійно йдете далі. Тому що слідуєте трьом принципам бойового хортингу: ніколи не опускаєте руки; завжди думаете; завжди при справі.

Перспективи подальшого дослідження полягатимуть у розробці навчально-виховної програми з бойового хортингу для учнів 5–9, 10–11 класів з впровадженням виховних технологій.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бойко В. Ф. Бойовий хортинг та психологічні особливості підготовки спортсменів / В. Ф. Бойко, З. М. Діхтяренко, Е. А. Єрьоменко // *Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць* / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 46–55.
2. Бойко В. Розвиток силових якостей у студентів-хортингістів / В. Бойко, І. Малинський, Е. Єрьоменко, З. Діхтяренко // *Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць* / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 7. – С. 104–112.
3. Ерёмченко Э. А. Воспитание настойчивости у детей 6–7 лет в процессе занятий хортингом / Э. А. Ерёмченко // *Сибирский педагогический журнал : научное периодическое издание*. Новосибирск, 2013. № 6. С. 209–213.
4. Єрьоменко Е. А. Виховання наполегливості у школярів 6–7 років у процесі занять хортингом : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07 / Едуард Анатолійович Єрьоменко. – К., 2016. – 19 с.
5. Єрьоменко Е. А. Виховання наполегливості у школярів 6–7 років у процесі занять хортингом : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07 / Едуард Анатолійович Єрьоменко. – К., 2016. – 222 с.
6. Єрьоменко Е. А. Військово-патріотична програма і прикладний хортинг / Е. А. Єрьоменко // *Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць* / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2014. – Вип. 1. – С. 10–19.
7. Єрьоменко Е. А. Вплив здоров'я на біомеханічні показники серця спортсменів вищої кваліфікації за результатами даних ехокардіографії / Е. Єрьоменко, В. Чибісов, О. Говоруха, Ю. Рейдерман // *Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць* / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2015. – Вип. 4. – С. 92–103.
8. Єрьоменко Е. А. Декларація хортингу у світі / Е. А. Єрьоменко // *Колегія Мін-ва України у спр. сім, мол. та сп.* : Київ, 2008. 12 с.
9. Єрьоменко Е. А. Засади формування цінностей здорового життя учнівської та студентської молоді засобами хортингу / Е. А. Єрьоменко // *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць*. – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2016. – Вип. 10 (80) 16. – С. 38–44.
10. Єрьоменко Е. А. Засоби формування міжособистісної злагоди у вихованців 5–6 років у процесі занять хортингом / Е. А. Єрьоменко, О. А. Остряньська // *Науковий часопис Нац. пед. ун-ту ім. М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць*. К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2013. Вип. 14 (41) 13. С. 54–61.
11. Єрьоменко Е. А. Медико-біологічні та морфофункціональні особливості бойового хортингу у процесі виховання фізичної культури та основ здоров'я студентів / Е. А. Єрьоменко // *Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць* / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 112–121.
12. Єрьоменко Е. А. Міжнародні правила змагань з хортингу / Е. А. Єрьоменко. Київ : МГО «Міжнародна Федерація Хортингу», 2009. 85 с.
13. Єрьоменко Е. А. Навчальна програма гурткової (секційної) роботи «хортинг» для учнів 1–11 класів загальноосвітніх навчальних закладів / Е. А. Єрьоменко. – К. : Паливода А. В., 2012. – 268 с.
14. Єрьоменко Е. А. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. 5–9, 10–11 класи. Варіативний модуль «Хортинг» : навчальне видання / Е. А. Єрьоменко. – К. : Ін-т інновац. технологій і змісту освіти, 2011. – 31 с.
15. Єрьоменко Е. А. Навчальна програма з хортингу для позашкільних навчальних закладів / Е. А. Єрьоменко. К. : ІТЗО Мін-ва освіти і науки, молоді та спорту України, 2012. 78 с.
16. Єрьоменко Е. А. Навчальна програма позакласних занять (секції, гуртка) з хортингу для учнів 1–4 класів загальноосвітніх навчальних закладів / Е. А. Єрьоменко // *Мін-во України у справах сім'ї молоді та спорту, Ін-т інноваційних технологій і змісту освіти, [та ін.]*. – К. : ДНУ «ІТЗО» Мін-ва освіти і науки України, 2014. – 63 с.
17. Єрьоменко Е. А. Навчальна програма позакласних занять (секції, гуртка) з хортингу для учнів 5–9 класів загальноосвітніх навчальних закладів / Е. А. Єрьоменко // *Мін-во освіти і науки України, Ін-т інноваційних технологій і змісту освіти, [та ін.]*. – К. : ДНУ «ІТЗО» Мін-ва освіти і науки України, 2014. – 79 с.
18. Єрьоменко Е. А. Навчальна програма позакласних занять (секції, гуртка) з хортингу для 10–11 класів загальноосвітніх навчальних закладів / Е. А. Єрьоменко // *Мін-во освіти і науки України, Ін-т інноваційних технологій і змісту освіти, [та ін.]*. – К. : ДНУ «ІТЗО» Мін-ва освіти і науки України, 2014. – 54 с.
19. Єрьоменко Е. А. Національна дитячо-юнацька військово-спортивна гра «Хортинг-Патріот» як форма національно-патріотичного та фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів України. *Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць* / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. К. : Паливода А. В., 2015. Вип. 4. С. 163–185.
20. Єрьоменко Е. А. Перспективність і наступність у реалізації змісту з основ здорового способу життя старших дошкільників та молодших школярів (на прикладі програми «Хортинг для здоров'я, наполегливості, злагоди дитини») / Е. А. Єрьоменко, О. А. Остряньська // *Науковий часопис Нац. пед. ун-ту ім. М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць*. К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2013. Вип. 13 (40). С. 88–98.

21. Єрмоєнко Е. А. Практичний матеріал програми хортингу для виховання наполегливості у дітей 6–7 років. *Актуальні проблеми фізичної культури та спорту (IV науковий напрям: проблеми здоров'я різних верств населення)* : зб. наук. праць ДНДІФКіС. К. 2013. № 28 (3) – С. 69–74.

22. Єрмоєнко Е. А. Принципи виконання й методика вивчення базових технічних елементів хортингу: методичний посібник. – К. : Паливода А. В., 2009. 87 с.

23. Єрмоєнко Е. А. Силова підготовка школярів 14–17 років на уроках фізичної культури з елементами бойового хортингу / Е. А. Єрмоєнко, С. І. Болтвінець, І. В. Суліма, В. Е. Єрмоєнко // *Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць*. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 158–165.

24. Єрмоєнко Е. А. Система фізичного виховання спортсменів бойового хортингу / Е. А. Єрмоєнко // *Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць* / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 187–205.

25. Єрмоєнко Е. А. *Теорія і методика хортингу : метод. посіб.* / Е. А. Єрмоєнко. – К. : Паливода А. В., 2014. 450 с.

26. Єрмоєнко Е. А. *Тренування в хортингу: навчально-методичний посібник*. – К. : Паливода А. В., 2009. 227 с.

27. Єрмоєнко Е. А. *Формування цінностей здорового життя учнівської молоді засобами хортингу : метод. посіб.* / Е. А. Єрмоєнко. К. : Паливода А. В., 2017. 440 с.

28. Єрмоєнко Е. А. *Формування цінностей здорового життя учнівської та студентської молоді на заняттях хортингом у навчальних закладах* / Е. А. Єрмоєнко // *Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць* / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2016. – Вип. 6. – С. 115–123.

29. Єрмоєнко Е. А. *Хортинг. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл* / Е. А. Єрмоєнко. – К. : Паливода А. В., 2010. – 108 с.

30. Єрмоєнко Е. А. *Хортинг. Робоча програма та методичні плани навчально-тренувальної роботи для громадських організацій фізкультурно-спортивного спрямування та спортивних клубів, груп різних форм власності* / Е. А. Єрмоєнко ; Мін-во України у справах сім'ї молоді та спорту, Українська федерація хортингу. – К. : ВГО «Українська Федерація Хортингу», 2011. – 40 с.

31. Єрмоєнко Е. А. *Хортинг : навчальна програма гурткової (секційної) роботи для учнів 1-11 класів загальноосвітніх навчальних закладів* / Єрмоєнко Едуард Анатолійович. - Київ : Паливода А. В., 2012. - 268 с.

32. Єрмоєнко Е. А. *Хортинг – національний вид спорту України: метод. посіб.* / Е. А. Єрмоєнко. – К. : Паливода А. В., 2014. – 1064 с.

33. Єрмоєнко Е. А. *Хортинг як засіб виховання наполегливості в школярів 6–7 років* / Е. А. Єрмоєнко // *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. "Науково-педагогічні проблеми фізичної культури /фізична культура і спорт"*36. Наукових праць / За ред. Г. М. Арзютова. - К.: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2014. - Випуск 3К(44)14 – С. 238-242.

34. Зубалій Н. П. Психологічні та соціальні основи виховання особистості у системі бойового хортингу / Н. П. Зубалій, М. Д. Зубалій, Е. А. Єрмоєнко, В. Е. Єрмоєнко // *Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць* / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 122–129.

35. Івашковський В. В. Психомоторика та психо-фізіологічні особливості підготовки спортсменів бойового хортингу / В. В. Івашковський, Е. А. Єрмоєнко // *Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць* / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 130–138.

36. Оржеховська В. М. Концепція національної філософії виховання дітей та молоді в Україні на засадах хортингу (проект) / В. М. Оржеховська, Т. Є. Федорченко, Е. А. Єрмоєнко, З. М. Діхтяренко, О. В. Мельник // *Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць* / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2016. – Вип. 5. – С. 17–34.

37. Остапенко О. І. Бойовий хортинг як засіб формування в школярів фізичних здібностей як основи тверезого способу життя в майбутній життєдіяльності / О. І. Остапенко, М. Д. Зубалій, Е. А. Єрмоєнко, М. В. Тимчик // *Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць* / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 166–172.

38. Остряньська О. А. Бойовий хортинг у впровадженні творчих здобутків передового регіонального педагогічного досвіду формування у старших дошкільників соціально-комунікативних умінь у театралізованій діяльності з використанням хортинг-ляльок / О. А. Остряньська, Е. А. Єрмоєнко // *Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць* / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 173–186.

39. Петрочко Ж. В. Бойовий хортинг як засіб виховання патріотизму у школярів і студентів / Ж. В. Петрочко, Е. А. Єрмоєнко // *Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць* / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 34–45.

40. Петрочко Ж. В., Єрмоєнко Е. А. *Хортинг – школа сили і честі юного українця : метод. посіб.* / К. : Паливода А. В., 2016. – 544 с.

41. Присяжнюк С. І. Бойовий хортинг та проблема активного відпочинку спортсменів у різні вікові періоди / С. І. Присяжнюк, Е. А. Єрмоєнко // *Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць* / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 206–218.

42. Сичов С. О. Бойовий хортинг та особливості оптимізації управління атлетичним тренуванням у процесі спортивної діяльності / С. О. Сичов, Е. А. Єрмоєнко // *Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць* / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 219–225.

43. Тимчик М. В., Єрмоєнко Е. А. *Хортинг як засіб виховання наполегливості в молодших школярів / Фізичне виховання в рідній школі*. – 2014. – № 1. – К. : Педагогічна преса. – С. 38–41.

44. Федорченко Т. Є. Бойовий хортинг як засіб національно-патріотичного виховання і фізичної підготовки школярів, студентської та курсантської молоді / Т. Є. Федорченко, Е. А. Єрмоєнко, З. М. Діхтяренко,

В. Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 80–87.

REFERENCES

1. Boyko, V. F., Dikhtiarenko, Z. M., Yeromenko, E. A. (2017). *Boyovyi khortyng ta psykholoichni osoblyvosti pidgotovky sportsmeniv* [Combat horting and psychological features of training athletes]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu: Issue 8* (pp. 46–55). Kyiv: Palyvoda A. V.
2. Boyko, V., Malynskiy, I., Yeromenko, E., & Dikhtiarenko, Z. (2017). Development of power qualities in students-hortingists. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka hortynhu: Issue 7* (pp. 104–112). Kyiv: Palyvoda A. V.
3. Yeromenko, E. A. (2013). *Vospitanie nastoychivosti u detei 6–7 let v protsesse zaniaty khortyngom* [Education of persistence in children of 6–7 years in the process of horting] *Siberian Pedagogical Journal: scientific periodical. Novosibirsk. № 6. P. 209–213.*
4. Yeromenko, E. A. (2016). Education of persistence in 6–7-year-old schoolchildren during horting training: PhD abstract dissertation. Kyiv: Palyvoda A. V. 19 p.
5. Yeromenko, E. A. (2016). Education of persistence in 6–7-year-old schoolchildren during horting training: PhD dissertation. Kyiv: Palyvoda A. V. 222 p.
6. Yeromenko, E. A. (2014). *Viyskovo-patriotychna programa i prykladnyi khortyng* [Military-patriotic program and applied horting] In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka hortynhu. – Issue. 1. (pp. 10–19).* Kyiv: Palyvoda A. V.
7. Yeromenko, E., Chybisov, V., Hovorukha, O., Reiderman, Y. (2015). *Vplyv zdorovya na biomekhanichni pokaznyky sertsia sportmmeniv vyschoi kvalifikatsii za rezul'tatamy danykh ekhokardiografii* [The impact of health on the biomechanical parameters of the heart of highly qualified athletes according to the results of echocardiography] In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka hortynhu. – Issue. 4. (pp. 92–103).* Kyiv: Palyvoda A. V.
8. Yeromenko, E. A. (2008). Declaration of horting in the world / Board of the Ministry of Ukraine in matters of family, youth and sports : Kyiv. 12 p.
9. Yeromenko, E. A. (2016). *Zasady formuvannya tsinnosti zdorovogo zhyttya uchnivskoi ta studentskoi molodi zasobamy khortynhu* [Principles of forming the values of a healthy life of pupils and students by means of horting] *Scientific journal of the National Pedagogical Dragomanov University. Seris No 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports): Sb. scientific works. – K.: Publishing house of National Pedagogical Dragomanov University. – Issue. 10 (80) 16. – P. 38–44.*
10. Yeromenko, E. A., Ostrianska, O. A. (2013). *Zasoby formuvannya mizhosobystisnoi zlagody u vykhovantsiv 5–6 rokiv u protsesi zanyat khortyngom* [Means of forming interpersonal harmony in pupils 5-6 years old in the process of horting]. *Scientific journal of the National Pedagogical Dragomanov University. Seris No 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports): Sb. scientific works. – K.: Publishing house of National Pedagogical Dragomanov University. – Issue. 14 (41) 13. – P. 54–61.*
11. Yeromenko, E. A. (2017). *Medyko-biologichni ta morfofunktsionalni osoblyvosti boyovogo khortynhu u protsesi vykhovannya fizychnoi kultury ta osnov zdorovia studentiv* [Medico-biological and morphofunctional features of combat horting in the process of educating physical culture and basics of student health]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortynhu: Issue 8* (pp. 112–121). Kyiv: Palyvoda A. V.
12. Yeromenko, E. A. (2009). International horting rules / Kyiv: INGO «International Horting Federation». 85 p.
13. Yeromenko, E. A. (2012). *Navchalna prohrama hurtkovoyi (seksiynoyi) roboty «khortynh» dlya uchniv 1-11 klasiv zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv* [The curriculum of the circular (sectional) work «horting» for pupils of grades 1–11 of secondary schools]. – Kyiv: Palyvoda A. V. – p. 268.
14. Yeromenko, E. A. (2011). Curriculum in physical culture for secondary schools. Grades 5–9, 10–11. Variative module «Horting»: educational publication / Kyiv: Institute of Innovation. technologies and content of education. – 31 p.
15. Yeromenko, E. A. (2012). Curriculum on horting for out-of-school educational institutions / K.: IITZO Ministry of Education and Science, Youth and Sports of Ukraine. p. 78.
16. Yeromenko, E. A. (2014). Curriculum of extracurricular activities (sections, circles) in horting for students of 1-4 grades of secondary schools / Ministry of Ukraine for Youth and Sports, Institute of Innovation technologies and content of education, [etc.]. - K.: DNU «IITZO» Ministry of Education and Science of Ukraine. p. 63.
17. Yeromenko, E. A. (2014). Curriculum of extracurricular activities (sections, clubs) in horting for students 5-9 grades of secondary schools / Ministry of Education and Science of Ukraine, Institute of Innovative Technologies and Content of Education, [etc.]. – K.: DNU «IITZO» Ministry of Education and Science of Ukraine, p. 79.
18. Yeromenko, E. A. (2014). Curriculum of extracurricular activities (sections, circles) in horting for 10–11 grades of secondary schools / Ministry of Education and Science of Ukraine, Institute of Innovative Technologies and Content of Education, [etc.]. - K.: DNU «IITZO» Ministry of Education and Science of Ukraine. p. 54.
19. Yeromenko, E. A. (2012). *Natsionalna dytiacho-yunatska viyskovo-sportyvna gra «Khortyng-Patriot» yak forma natsionalno-patriotychnogo ta fizychnoho vykhovannya uchniv zagalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv Ukrainy* [National children's and youth military sports game «Horting-Patriot» as a form of national-patriotic and physical education of students of secondary schools of Ukraine]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka hortynhu. – Issue. 4. (pp. 163–185).* Kyiv: Palyvoda A. V.
20. Yeromenko, E. A., Ostrianska, O. A. (2013). *Perspektyvnist i nastupnist u realizatsii zmistu z osnov zdorovoho sposobu zhyttia starshykh doshkilnykiv ta molodshykh shkolariv (na prykladi programy «Khortyng dlia zdorovya, napolehlyvosti, zlagody dytyny»)* [Perspectives and continuity in the implementation of the content on the basics of a healthy lifestyle of older preschoolers and younger students (on the example of the program «Horting for health, perseverance, consent of the child»)]. *Scientific journal of the National Pedagogical Dragomanov University. Seris*

No 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports): Sb. scientific works. – K.: Publishing house of National Pedagogical Dragomanov University. – Issue. 13 (40). – P. 88–98.

21. Yeromenko, E. A. (2013). *Praktychnyi material program khortynhu dlia vykhovannia napoleglyvosti u ditei 6–7 rokiv* [Practical material of the horting program for education of persistence at children of 6-7 years] Actual problems of physical culture and sports (IV scientific direction: health problems of different segments of the population): coll. Science. against DNDIFKiS. K. 2013. № 28 (3).

22. Yeromenko, E. A. (2009). *Pryntsypy vykonannia y metodyka vyvchennia bazovykh tekhnichnykh elementiv khortynhu* [Principles of implementation and methodology of teaching the basic technical elements of horting]. Kyiv: Palyvoda A. V.

23. Yeromenko, E. A., Boltivets S. I., Sulima I. V., Yeromenko, V. E. (2017). *Sylova pidgotovka shkoliariv 14–17 rokiv na urokakh fizychnoi kultury z elementamy boyovogo khortynhu* [Strength training of schoolchildren aged 14–17 in physical education lessons with elements of combat horting]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortynhu: Issue 8* (pp. 158–165). Kyiv: Palyvoda A. V.

24. Yeromenko, E. A. (2017). *Systema fizychnoho vykhovannia sportsmeniv boyovogo khortynhu* [The system of physical education of combat horting athletes]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortynhu: Issue 8* (pp. 187–205). Kyiv: Palyvoda A. V.

25. Yeromenko, E. A. (2014). *Teoria i metodyka khortynhu* [Theory and Methods of Horting]. – Kyiv: Palyvoda A. V. p. 450.

26. Yeromenko, E. A. (2009). *Trenuvannia v khortynhu* [Training in Horting]. Kyiv: Palyvoda A. V.

27. Yeromenko, E. A. (2017). *Formuvannia tsinnoctei zdorovoho zhyttia uchnivskoi molodi zasobamy khortynhu* [Formation of values of a healthy life of student's youth by means of horting]. Kyiv: Palyvoda A. V. p. 440.

28. Yeromenko, E. A. (2016). *Formuvannia tsinnoctei zdorovoho zhyttia uchnivskoi ta studenskoii molodi na zaniattiakh khortynhom u navchalnykh zakladakh* [Formation of values of healthy life of schoolchildren and student youth at Horting classes in educational institutions]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka horyntingu: Issue 6* (pp. 115–123). Kyiv: Palyvoda A. V.

29. Yeromenko, E. A. (2010). *Khortynh. Navchalna prohrama dlya dytyacho-yunatskykh sportyvnykh shkil* [Horting. Curriculum for children and youth sports schools] – Kyiv: Palyvoda A. V. – p 108.

30. Yeromenko, E. A. (2011). *Horting. Working program and methodical plans of educational and training work for public organizations of physical culture and sports direction and sports clubs, groups of different forms of ownership / Ministry of Ukraine for Family, Youth and Sports, Ukrainian Horting Federation. Kyiv: NGO «Ukrainian Horting Federation».* p. 40.

31. Yeromenko, E. A. (2012). *Horting: curriculum of group (sectional) work for schoolchildren of 1–11 classes of secondary schools / Kyiv: Palyvoda A. V.*

32. Yeromenko, E. A. (2014). *Khortynh – natsionalnyi vyd sportu Ukrainy* [Horting is a national sport of Ukraine]. Kyiv: Palyvoda A. V.

33. Yeromenko, E. A. (2014). *Horting as a means of educating persistence in schoolchildren 6–7 years / Scientific Journal of the National Pedagogical University named after M. P. Dragomanova. Series № 15. «Scientific and pedagogical problems of physical culture».* Kyiv: MPU Publishing House. Dragomanova. Issue 3K (44) 14. P. 238–242.

34. Zubaliy, N. P., Zubaliy, M. D., Yeromenko, E. A., Yeromenko, V. E. (2017). *Psykhologichni ta sotsialni osnovy vykhovannia osobystosti u systemi boyovogo khortynhu* [Psychological and social bases of personality education in the system of combat horting]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortynhu: Issue 8* (pp. 122–129). Kyiv: Palyvoda A. V.

35. Ivashkovskiy, V. V., Yeromenko, E. A. (2017). *Psykhomotoryka ta psykho-fiziologichni osoblyvosti pidgotovky sportsmeniv boyovogo khortynhu* [Psychomotor skills and psycho-physiological features of training of combat horting athletes]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortynhu: Issue 8* (pp. 130–138). Kyiv: Palyvoda A. V.

36. Orzhekhovska, V., Fedorchenko, T., Yeromenko, E., Dikhtiarenko, Z., & Melnyk, O. (2016). *Kontseptsiia natsionalnoi filosofii vykhovannia ditei ta molodi v Ukraini na zasadakh khortynhu (proekt)* [The concept of national philosophy of education of children and youth in Ukraine on the basis of Horting (project)]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka horyntynu: Issue 5* (pp. 17–34). Kyiv: Palyvoda A. V.

37. Ostapenko, O. I., Zubaliy, M. D., Yeromenko, E. A., Tymchyk, M. V. (2017). *Boyovyi khortynh yak zasib formuvannia v shkoliariv fizychnykh zhidbnosti yak osnovy tverezogo sposobu zhyttia v maybutniy zhyttediyalnosti* [Combat horting as a means of forming physical abilities in schoolchildren as the basis of a sober lifestyle in future life]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortynhu: Issue 8* (pp. 166–172). Kyiv: Palyvoda A. V.

38. Ostrianska, O. A., Yeromenko, E. A. (2017). *Boyovyi khortynh u vprovadzheni tvorchykh zdobutkiv peredovogo regionalnogo pedagogichnogo dosvidu formuvannia u starshykh doshkilnykiv sotsialno-komunikatyvnykh umin u teatralizovaniy diyalnosti z vykorystanniam khortynh-lialioik* [Combat horting in the implementation of creative achievements of advanced regional pedagogical experience in the formation of senior preschoolers' social and communicative skills in theatrical activities with the use of horting puppets]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortynhu: Issue 8* (pp. 173–186). Kyiv: Palyvoda A. V.

39. Petrochko, Zh. V., Yeromenko, E. A. (2017). *Boyovyi khortynh yak zasib vykhovannia patriotyzmu u shkoliariv i studentiv* [Combat horting as a means of educating patriotism in schoolchildren and students]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortynhu: Issue 8* (pp. 34–45). Kyiv: Palyvoda A. V.

40. Petrochko, Zh. V., Yeromenko, E. A. (2016). *Khortynh – shkola syly i chesti yunoho ukrainsia* [Horting – the school of strength and honor of young Ukrainian: methodical manual]. Kyiv: Palyvoda A. V.

41. Prysiazhniuk, S. I., Yeromenko, E. A. (2017). *Boyovyi khortynh ta problema aktyvnogo vidpochynku sportsmeniv u rizni vikovi periody* [Combat horting and the problem of active recreation of athletes at different ages]. In

Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu: Issue 8* (pp. 206–218). Kyiv: Palyvoda A. V.

42. Sychov, S. O., Yeromenko, E. A. (2017). *Boyovyi khortyng ta osoblyvosti optymizatsii upravlinnia atletychnym trenuvanniam u protsesi sportyvnoi diyalnosti* [Combat horting and features of optimization of athletic training management in the process of sports activity]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu: Issue 8* (pp. 219–225). Kyiv: Palyvoda A. V.

43. Tymchyk, M. V. & Yeromenko, E. A. (2014). *Khortynh yak zasib vykhovannia napolehlyvosti u molodshykh shkoliariv* [Horting as a means of educating persistence in primary schoolchildren]. In *Fizychni vykhovannia v ridnii shkoli: Issue 1*. Kyiv: Pedahohichna presa.

44. Fedorchenko, T. Y., Yeromenko, E. A., Dikhtiarenko, Z. M., Yeromenko, V. E. (2017). *Boyovyi khortyng yak zasib natsionalno-patriotychnoho vykhovannia i fizychnoi pidgotovky shkoliariv, studentskoi ta kursantskoi molodi* [Combat horting as a means of national-patriotic education and physical training of schoolchildren, students and cadets]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu: Issue 8* (pp. 80–87). Kyiv: Palyvoda A. V.

Yeromenko Eduard

Educational potential and philosophical basis of combat horting

Abstract. This scientific article identifies the main aspects of educational potential and philosophical basis of the national professional-applied sport of Ukraine martial arts horting, substantiates the factors of personality education of martial arts athletes of different ages, social status, abilities and sporting achievements. On the basis of educational principles the list of the values of the person brought up in the course of employment is given. The state of spiritual culture and morals of society, both in the world and in Ukraine, also affects the process of education of athletes, the results of their physical and psychological training. Education of students in the system of combat horting is carried out in the context of civic and universal culture, covers the entire training and educational process, is based on the freedom to choose the purpose of life and combines the interests of the individual, society and state. The guidelines provide for the involvement of combat horting athletes in various forms of creative and socially useful activities, including: cognitive, health, labor, artistic and aesthetic, sports, advocacy, games, cultural, recreational, environmental, organized during leisure hours, ie in extracurricular activities. The purpose of the main guidelines of education in combat horting is to create a holistic model of the educational system based on civic and universal values as a guide for designing models of educational systems in educational institutions of Ukraine. The philosophical basis of combat horting as a means of educating the individual in the process of systematic training is determined.

Key words: combat horting, educational potential, philosophical basis, training, competitions, education of personality, physical training, physical education, human health, combat culture, basics of training, physical activity, Ukrainian traditions, combat custom, skirmish, duel, combat training, defense of Ukraine, coaching practice, student, teacher, pedagogy, psychology, theory and methods of education.

Ерёменко Эдуард

Воспитательный потенциал и философская основа боевого хортинга

Аннотация. В данной научной статье определены основные аспекты воспитательного потенциала и философской основы национального профессионально-прикладного вида спорта Украины боевого хортинга, обосновано факторы воспитания личности спортсменов боевого хортинга разных возрастных групп, социального положения, способностей и спортивных достижений. На основе воспитательных принципов дан перечень ценностей личности, которые воспитываются в процессе занятий. Состояние духовной культуры и нравственности общества, как в мире, так и в Украине, также влияет на процесс воспитания спортсменов, результаты их физической и психологической подготовки. Воспитание учащихся в системе боевого хортинга осуществляется в контексте гражданской и общечеловеческой культуры, охватывает весь тренировочный и учебно-воспитательный процесс, который основывается на свободе выбора цели жизнедеятельности и объединяет интересы личности, общества и государства. Ориентиры предусматривают привлечение спортсменов боевого хортинга к различным формам творческой и общественно полезной деятельности, в частности: познавательной, оздоровительной, трудовой, художественно-эстетической, спортивной, пропагандистской, игровой, культурной, рекреационной, экологической, организуемых в часы досуга, то есть во внеклассное время. Целью основных ориентиров воспитания в боевом хортинге является создание целостной модели воспитательной системы на основе гражданских и общечеловеческих ценностей как ориентировочной для проектирования моделей воспитательных систем в учебных заведениях Украины. Определена философская подоплека боевого хортинга как средства воспитания личности в процессе системных тренировочных занятий.

Ключевые слова: боевой хортинг, воспитательный потенциал, философская основа, тренировки, соревнования, воспитание личности, физическая подготовка, физическое воспитание, здоровье человека, боевая культура, основы тренировок, физическая нагрузка, украинские традиции, боевой обычай, схватка, поединок, боевая подготовка, защита Украины, тренерская практика, ученик, учитель, педагогика, психология, теория и методика воспитания.

НАШІ АВТОРИ

- Бойко Валерій** професор, кандидат педагогічних наук, завідувач кафедри хортингу та реабілітації Навчально-наукового інституту спеціальної фізичної і бойової підготовки та реабілітації Університету державної фіскальної служби України, Заслужений працівник фізичної культури і спорту України, Заслужений тренер України
- Болтівець Сергій** доктор психологічних наук, професор, завідувач Відділу розвитку молодіжної політики Державного інституту сімейної та молодіжної політики України
- Діхтяренко Зоя** кандидат педагогічних наук, доцент кафедри хортингу та реабілітації ННІСФБПР Університету ДФС України, старший науковий співробітник лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя ІПВ НАПН України, майстер спорту України з хортингу, академік міжнародної Академії культури безпеки, екології та здоров'я – «МАКБЕЗ», голова науково-методичної колегії Національної федерації бойового хортингу України, член кафедри ЮНЕСКО «Превентивна освіта і соціальна політика», голова ГО «Об'єднання педагогів і науковців України»
- Єрмоменко Вероніка** майстер спорту України з хортингу, студентка стоматологічного факультету Національного медичного університету імені О. О. Богомольця та військової кафедри Всеукраїнської військової медичної академії, студентка Навчально-наукового інституту спеціальної фізичної і бойової підготовки та реабілітації Університету державної фіскальної служби України
- Єрмоменко Едуард** кандидат педагогічних наук, заступник директора Навчально-наукового інституту спеціальної фізичної і бойової підготовки та реабілітації Університету державної фіскальної служби України, професор кафедри хортингу та реабілітації, член кафедри ЮНЕСКО «Превентивна освіта і соціальна політика», Заслужений працівник фізичної культури і спорту України, майстер спорту України міжнародного класу, Заслужений тренер України, президент Всесвітньої федерації бойового хортингу, учасник бойових дій
- Зубалій Микола** кандидат педагогічних наук, доктор філософії, член-кореспондент УАН, старший науковий співробітник лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя Інституту проблем виховання НАПН України
- Зубалій Ніна** кандидат психологічних наук, доктор філософії, доцент кафедри практичної психології Інституту педагогіки і психології НПУ імені М. П. Драгоманова

Наукове видання

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ХОРТИНГУ

(українською, російською та англійською мовами)

Збірник наукових праць

Засновано в 2014 р.

Випуск 8

*Літературний редактор Ю. Г. Морозов
Англомовний редактор О. О. Бережний
Технічний редактор Ю. С. Стіпон
Дизайн обкладинки Ю. О. Ліщук*

*Відповідальний секретар збірника,
науковий редактор
і комп'ютерна верстка З. М. Діхтяренко*

Підписано до друку 29.12.2017 р.
Формат 70x108/16
Умов. друк. арк. 23,2

Папір офсетний
Друк офсетний
Гарнітура Times

Зам. № 0329
Наклад 300 пр.

Видавець – Паливода Алла Володимирівна
03061, м. Київ, пр-т Відрадянний, 95/Е; тел./факс (044) 351-21-91
Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до Державного реєстру видавців, виготівників і розповсюджувачів видавничої продукції (серія ДК № 283 від 18.12.2000 р.)

Віддруковано в друкарні ФОП ПАЛИВОДА А. В.
03061, м. Київ, пр-т Відрадянний, 95/Е; тел./факс (044) 351-21-90