

# **БОЙОВИЙ ХОРТИНГ ТА ДІЯЛЬНІСТЬ ПРАВООХОРОННИХ ОРГАНІВ УКРАЇНИ**

*МАТЕРІАЛИ МІЖНАРОДНОЇ  
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ  
ДЕРЖАВНОГО ПОДАТКОВОГО УНІВЕРСИТЕТУ*

*Частина 1*



**COMBAT HORTING AND ACTIVITIES  
OF UKRAINIAN LAW ENFORCEMENT  
AUTHORITIES**

**ІРШІНЬ – 2022**

**МІНІСТЕРСТВО ФІНАНСІВ УКРАЇНИ  
ДЕРЖАВНИЙ ПОДАТКОВИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ЕКОНОМІЧНОЇ БЕЗПЕКИ  
ТА МИТНОЇ СПРАВИ  
КАФЕДРА ПРАВООХОРОННОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**



***МАТЕРІАЛИ МІЖНАРОДНОЇ  
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ***  
**БОЙОВИЙ ХОРТИНГ ТА ДІЯЛЬНІСТЬ  
ПРАВООХОРОННИХ ОРГАНІВ УКРАЇНИ**

**Частина 1**



**03–04 січня 2022 року  
м. Ірпінь**

*Рекомендовано до друку Науково-методичною колегією  
Національної федерації бойового хортингу України  
(протокол від 08.01.2022 № 11).*

### **Організаційний комітет конференції**

#### **Голова оргкомітету:**

**Чмелюк В. В.** – кандидат юридичних наук, професор кафедри правоохоронної діяльності Державного податкового університету, полковник податкової міліції, учасник бойових дій.

#### **Голова науково-методичної ради оргкомітету конференції:**

**Єршоменко Е. А.** – професор кафедри правоохоронної діяльності Державного податкового університету, кандидат педагогічних наук, президент Національної федерації бойового хортингу України, Заслужений працівник фізичної культури і спорту України, Заслужений тренер України, майстер спорту України міжнародного класу, майор десантно-штурмових військ ЗС України, учасник бойових дій.

#### **Заступники голови оргкомітету:**

**Гришук В. Л.** – кандидат юридичних наук, начальник кафедри правоохоронної діяльності Державного податкового університету, підполковник податкової міліції, учасник бойових дій;

**Бухтіяров О. А.** – кандидат юридичних наук, заступник начальника кафедри правоохоронної діяльності Державного податкового університету, учасник бойових дій.

#### **Члени оргкомітету:**

**Параниця С. П.** – кандидат юридичних наук, професор кафедри правоохоронної діяльності Державного податкового університету, учасник бойових дій;

**Антоненко С. А.** – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, професор кафедри правоохоронної діяльності Державного податкового університету;

**Бадьора С. М.** – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри правоохоронної діяльності Державного податкового університету;

**Гарбовський Л. А.** – кандидат юридичних наук, доцент кафедри правоохоронної діяльності Державного податкового університету.

**Є80 Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України** : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 03–04 січня 2022 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Державний податковий університет [та ін.]. – Ірпінь, 2022. – Ч. 1. – 1742 с.

*Збірник містить наукові роботи учасників конференції, дослідження з педагогіки, психології, філософії, історії, теорії і методики викладання бойового хортингу, проведені відповідно до угоди про співпрацю між Національною федерацією бойового хортингу України та Державним податковим університетом. Матеріали представляють узагальнені результати досліджень у напрямі теоретичних та практичних аспектів удосконалення професійних компетентностей фахівців бойового хортингу у системі правоохоронних органів України.*

*Матеріали подаються мовою оригіналу. За достовірність фактів, статистичних та інших даних, точність формулювань і висновки несуть відповідальність автори матеріалів.*

---

---

## ВИКЛАДАННЯ ОСНОВНИХ ЕЛЕМЕНТІВ УКРАЇНСЬКОГО ВИДУ СПОРТУ БОЙОВОГО ХОРТИНГУ ДЛЯ УЧНІВ МОЛОДШОГО І СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

**СРЬОМЕНКО Едуард Анатолійович**

*Державний податковий університет, м. Ірпінь*

***Анотація.** У даній науковій статті описана методика проведення уроку фізичної культури з елементами бойового хортингу для учнів молодшого і середнього шкільного віку, досліджуються методи впровадження бойового хортингу у шкільній програмі з фізичної культури для учнів молодших і середніх класів, особливості фізичної підготовки школярів на основі бойового хортингу, як один із напрямів системи фізичного виховання, яка покликана формувати прикладні знання, морально-вольові якості, рухові вміння та навички, що сприяють розвитку об'єктивної готовності учнів освітніх установ до ефективного виконання ними навчальних обов'язків в якості спортсменів та школярів. Наголошується на тому, що заняття з вивчення прийомів бойового хортингу складаються з навчання і тренування. Навчання полягає у цілеспрямованій і послідовній передачі викладачем і засвоєнні учнями знань, умінь і навичок, необхідних для технічно правильного виконання прийомів бойового хортингу. Тренування полягає в систематичному, багаторазовому повторенні розучених прийомів із поступовим ускладненням умов їх виконання і наростанням фізичного навантаження. Процеси навчання і тренування на уроці нерозривно пов'язані між собою і складають єдиний комплекс технічної, фізичної та морально-вольової підготовки юних спортсменів, які займаються у спортивних секціях і гуртках бойового хортингу в закладах загальної середньої освіти. При навчанні та тренуванні викладач повинен домагатися від учнів свідомого засвоєння навчального матеріалу і розуміння ними сутності і значення прийомів бойового хортингу для практичної діяльності. Осмислене сприйняття програмного матеріалу підвищує ефективність занять, сприяє міцності засвоєння знань, умінь і навичок.*

***Ключові слова:** методика проведення уроку, бойовий хортинг, урок фізичної культури, молодші школярі, учні середніх класів, елементи бойового хортингу.*

**Актуальність наукового дослідження.** Бойовий хортинг – це життя, а життя – це боротьба. Протягом усього життя людина включається в боротьбу за досягнення поставлених цілей. Таким чином, бойовий хортинг, з будь-якої точки зору, це шлях до подолання найважчих періодів життя [1–12; 19–31]. А як вид спорту, бойовий хортинг дозволяє і навчає вмінню захистити себе, своїх близьких, Батьківщину, загартовує не тільки фізично, а й морально.

У середніх школах із 2008 року по теперішній час працюють секції бойового хортингу. За даний період роботи Національною федерацією бойового хортингу України та іншими федераціями з напрямів розвитку хортингу були підготовлені, а також стали в майбутньому більше 400 Майстрів спорту України з хортингу, більше 2000 школярів в Україні присвоєно звання «Кандидат у майстри спорту» і 1-го дорослого розряду з даного виду спорту.

**Виклад основного матеріалу.** Серед досягнень є чемпіони і призери молодіжних та юнацьких чемпіонатів Світу та Європи, переможці та призери чемпіонатів України, чемпіони та призери Київської області, м. Києва, інших областей України, а також призери різних міжнародних та всеукраїнських турнірів. Скільки учнів шкіл займалося за цей період в секціях, ніхто не рахував. За цей час секціями керували місцеві фахівці, вихованці гуртків та секцій, що самі виростили в них.

Дуже велика кількість юнаків, закінчивши займатися в секціях бойового хортингу, служили в елітних військах України – десантні-штурмових військах, підрозділах спецпризначення та морській піхоті, Національній Гвардії України, інших підрозділах Збройних Сил України та Національній поліції України [13].

**Бойовий хортинг на уроці фізичної культури в школі.** У зв'язку з цим у шкільну програму була включена новація, а саме: починаючи з 1 класу, були введені навчальні години з бойового хортингу. «Бойовий хортинг» – це назва загального розділу, в нього були включені імітаційні вправи, прийоми з ударами та кидками. Велике значення у формуванні свідомого ставлення до бойового хортингу має слово тренера. Розмовляючи з хлопцями і дівчатами, тренери намагаються дати повне уявлення, навіщо бойовий хортинг потрібний, що він розвиває, що виховує.

У деяких школах вже навіть з'явилися спеціалізовані зали бойового хортингу. Спеціалізований спортивний зал бойового хортингу при школі дозволяє учням проводити заняття за програмою, яка включає в себе спеціальні вправи спортсменів: вміння правильно падати, опановувати акробатичними елементами, а також кидками і прийомами в положенні «стоячи» і «лежачи» і вміння застосовувати їх на хорті під час змагань та в екстремальних ситуаціях.

Тренери – керівники секцій і гуртків намагаються підбирати вправи для занять з дітьми різних вікових груп так, щоб інтерес до даного виду спорту не згасав, а навпаки тільки зростав. Наприклад, у 1–4-х класах наголос робиться на ігри, в яких є елементи бойового хортингу: «регбі на колінах», «квачі-догонялки з перевертаними», «слон», та інші ігри, – які розвивають ще й силу, витривалість, гнучкість, швидкість мислення, волю, цілеспрямованість до перемоги.

У 10–11-х класах більше уваги приділяється розвитку сили, спритності, постійно збільшуючи навантаження до максимальних можливостей учнів.

При залі бойового хортингу в школі можуть бути обладнані кімнати, де встановлені різні тренажери, серед яких є такі, що хлопці виготовляють самі, під керівництвом вчителя фізичної культури і тренера. Заняття з бойового хортингу на уроках дозволяє дати чітке уявлення хлопцям і дівчатам, яким видом спорту їм належить займатися. Чи підійде їм бойовий хортинг? Навіть ті з них, які, не зробивши цього вибору, не займаються цим видом спорту, мають можливість на уроках фізкультури пізнавати й удосконалювати навички бойового хортингу протягом усього навчання в школі.

Стало традицією проводити відкриту першість району з бойового хортингу серед юнаків та дівчат, хлопчиків і дівчаток у спортивному залі звичайної середньої школи. Кожний тренер сподівається, що заняття бойовим хортингом не пройшли безслідно для вихованців [14–18]. Доказом тому є і те, що тільки за останні роки багато юнаків та дівчат поступили вчитися до закладів вищої освіти на факультети фізичного виховання і спорту, що є переконливим доказом правильно обраного шляху. Ця інновація – бойовий хортинг, дозволяє підтримувати традиції школи, певного району, ростити майбутніх захисників Батьківщини, сильних фізично і морально, впевнених у своїх силах, готових у будь-яких життєвих ситуаціях постояти за себе і свою Батьківщину. Адже бойовий хортинг – це життя, а життя – це боротьба.

Стратегія розвитку бойового хортингу як національного виду спорту України на період до 2025 року вказує на необхідність модернізації фізичного та морального виховання, психологічного загартування школярів засобами бойового хортингу і розвитку його як спорту та виховної системи в освітніх установах, створення умов та стимулів для розширення мережі гуртків, секцій, дитячо-юнацьких спортивних клубів з бойового хортингу, що функціонують на базі освітніх установ. У цьому зв'язку, одним із напрямів досліджень у галузі фізичного виховання школярів є пошук і обґрунтування технологій і методик бойового хортингу, заснованих на спортивно-орієнтованих формах організації фізичного виховання, розширенні інтеграції засобів спортивної та фізичної культур в цілісному процесі освіти та розвитку дитини, питаннями яких займаються відомі вчені і тренери з бойового хортингу нашої країни

С. А. Бабурнич, В. В. Вехтєв, Е. А. Єрмоєнко, С. А. Карасевич, Г. А. Коломоєць, С. І. Присяжнюк, М. В. Тимчик, Т. Є. Федорченко та інші.

Також існують науково-методичні розробки та рекомендації щодо включення елементів бойового хортингу в якості третього уроку фізичної культури. У підлітковому віці особливо актуальною є проблема самоствердження, самопредставлення в певних соціальних групах. Іноді це самоствердження приймає потворні форми [32–47]. Підліткова злочинність і наркоманія – тільки частина цієї проблеми. Внутрішня потреба виділитися, привернути до себе увагу, зайняти свою соціальну нішу буває сильніше моральних норм і закону. Тим більше, що в цьому віці дуже складно бачити перспективу, наслідки актуальних особистих дій.

До того ж становлення психіки пов'язане з високою емоційністю, частою зміною і крайнощами настроїв. 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. Відбувається внутрішній гарт характеру, тому людина, яка займається бойовим хортингом, навряд чи коли-небудь буде приймати наркотики або стане злочинцем.

Бойовий хортинг є включеним у шкільну програму, оскільки діючі в Україні закони дають право кожному активно захищатися від злочинних посягань. Тому кожному вкрай необхідний мінімум знань прийомів самозахисту і вміння їх застосовувати, щоб при необхідності захистити себе і своїх близьких, а так само тих, кому ця допомога може знадобитися.

Бойовий хортинг не вчить дитину битися з іншими дітьми – він учать битися зі своїми недоліками, своїми внутрішніми страхами. А перемагаючи їх – дитина звільняє в собі внутрішню силу. Ця сила змітає сумніви і комплекси, і змушує цінувати людські моральні якості в інших, і в собі у першу чергу.

**Методика навчання елементам бойового хортингу молодших школярів на уроках фізичної культури.** Заняття з вивчення прийомів бойового хортингу складаються з навчання і тренування. Навчання полягає у цілеспрямованій і послідовній передачі викладачем і засвоєнні учнями знань, умінь і навичок, необхідних для технічно правильного виконання прийомів бойового хортингу. Тренування полягає в систематичному, багаторазовому повторенні розучених прийомів із поступовим ускладненням умов їх виконання і наростанням фізичного навантаження. Процеси навчання і тренування на уроці нерозривно пов'язані між собою і складають єдиний комплекс технічної, фізичної та морально-вольової підготовки спортсменів.

При навчанні та тренуванні викладач повинен домагатися від учнів свідомого засвоєння навчального матеріалу і розуміння ними сутності і значення прийомів бойового хортингу для практичної діяльності [48–62]. Осмислене сприйняття програмного матеріалу підвищує ефективність занять, сприяє міцності засвоєння знань, навичок і вмінь.

Особистий інтерес учнів до занять, свідоме ставлення до них підвищують активність юних спортсменів. Активність на заняттях досягається цікавим проведенням уроку з використанням різноманітних засобів і методів, оцінкою і заохоченням учнів, наданням їм часу для самостійного виконання прийомів.

Завдання:

- зміцнення здоров'я, фізичний та моральний розвиток дітей;
- прищеплення інтересу і звички до регулярних занять бойовим хортингом, надання можливості прилучення до світу великого спорту;
- соціальна адаптація учнів, вирішення проблем «важких дітей»;
- сприяння патріотичному вихованню підростаючого покоління.

У програмі початкової підготовки пропонуються основи підготовки зі спортивного розділу бойового хортингу, в доступних для вивчення і тренування вправах, що включають в себе:

вправи для розвитку і вдосконалення простих рухових навичок (ходьба, біг, стрибки, естафети та рухливі ігри);

вправи для розвитку основних фізичних якостей: сили, витривалості, швидкості, спритності, гнучкості;

вправи для формування спеціальних рухових навичок (найпростіші елементи акробатики та спортивної гімнастики, вправи у безпечному падінні (самостраховці);

вивчення базової техніки (стійки і пересування, дистанції і основні захвати, виведення з рівноваги);

розучування 8–12 основних прийомів бойового хортингу в стійці (кидків і їх найпростіших комбінацій) і в партері (перевертання, утримання, больові та задушливі прийоми і їх комбінації).

З метою кращого засвоєння досліджуваного матеріалу викладач повинен пропонувати юним спортсменам доступні прийоми (вправи), які відповідають їх технічній підготовці та рівню фізичного розвитку [63–78]. При вивченні прийомів бойового хортингу необхідно дотримуватися послідовності у переході від простого до складного, від легкого до важкого, від відомого до невідомого.

Навчання на заняттях з бойового хортингу здійснюється в такій послідовності:

ознайомлення з прийомом;

розучування прийому;

тренування у виконанні прийому.

При проведенні занять із вивчення та тренуванні прийомів бойового хортингу слід дотримуватися заходів щодо попередження травматизму.

До таких заходів належать:

висока організованість і дисципліна на заняттях;

хороша підготовка (розминка) учнів до основної частини уроку;

самостраховка – вміння падати на бік, спину, вперед на руки, збереження рівноваги, напруження м'язів, миттєва сигналізація у разі больового відчуття голосом «е-е» або хлопком долоні по партнеру або хорту;

страховка – плавне проведення прийомів, миттєве звільнення захвату за сигналом партнера, підтримання падаючого за тіло або одяг, відпускання руки партнера для самостраховки, уникнення падінь на партнера;

заборона масово займатися на одному хорті розучуванням кидків і прийомів лежачи в партері одночасно;

виконання кидків в одну сторону або від центру хорта до його країв;

суворе дотримання санітарно-гігієнічних умов місць занять;

не допускати до занять осіб, які мають: шкірні захворювання, брудну форму, довгі нігті, гачки, пряжки на одязі, годинник на руці тощо.

Основною формою проведення занять з бойового хортингу є урок. Практичний урок складається з трьох частин: *підготовчої, основної та заключної*.

### ***Перша частина уроку, підготовча (8–10 хв)***

Завдання: організація уваги групи, виховання дисциплінованості і свідомості, зосередження уваги і помірне розігрівання організму, збільшення рухливості в суглобах і зміцнення зв'язкового апарату, розвиток еластичності і здатності розслабляти м'язи, вироблення правильної постави.

Засоби: шиккування, перевірка присутніх, рівномірний біг, спеціальні бігові вправи. Фізіологічне навантаження, вимірюване частотою пульсу, в кінці першої частини уроку не повинно перевищувати більш ніж на 20 % вихідного показника на початку уроку.

Починати урок потрібно з загального шикуння, вимагати чіткості виконання і повної тиші. До початку виконання вправ можна провести 1–2-хвилинну бесіду виховного характеру.

Вправи у вступній частині уроку з бойового хортингу не повинні викликати сильного збудження або стомлення, тому в цій частині уроку не слід давати ні тривалого бігу, ні ігор, що порушували б увагу і дисципліну групи [79–93]. Рухи в цій частині уроку потрібно підбирати різноманітні. Під час виконання рухів слід підказувати спортсменам, коли робити вдих, коли видих.

### *Друга частина уроку, основна (20–25 хв)*

Завдання: виховання та закріплення фізичних, моральних і вольових якостей і навичок; навчання техніці бойового хортингу і застосування цієї техніки в різноманітних ускладнених умовах.

Засоби: прийоми страховки і само страховки, утримання, больові прийоми, прийоми двобою в партері, прийоми сутички в стійці. Короткі зауваження щодо технічних помилок і поведінки учнів.

Фізіологічне навантаження в кінці цієї частини уроку досягає найбільшої величини. Частота пульсу підвищується, як правило, до 70–100 % порівняно з вихідним показником на початку уроку.

Техніку бойового хортингу і само захисту потрібно вивчати в основній частині кожного уроку в наступному порядку:

- вивчення падінь і кидків;
- вивчення ударної техніки руками та ногами;
- вивчення прийомів у партері;
- вивчення прийомів у стійці.

Падіння без перешкод потрібно вивчати всією групою учнів, розташованою на хорті в розімкнутому строю, і проводити їх так, щоб уникнути ударів один об одного, обов'язково в одному напрямку.

До вивчення ударів руками та ногами слід приступати після гарної розминки і розтяжки.

До вивчення будь-якого кидка можна приступати тільки після вивчення (або повторення) відповідного падіння.

Перед тим як приступити до розучування з групою якогось прийому, його треба показати так, якби він проводився у вільній сутичці, тобто, технічно правильно, швидко і чітко. Потім дається обґрунтування прийому в цілому з точки зору техніки і тактики. Після цього спільно з поясненням і обґрунтуванням показуються його характерні деталі. На закінчення знову демонструється прийом у цілому вигляді, злито.

Якщо прийом дуже складний або група недостатньо підготовлена, рекомендується після пояснення прийому в цілому розділити прийом і розучувати його за частинами, поступово об'єднуючи їх.

Коли завдання дано і пари починають розучувати прийом або частину його, потрібно обійти групу і перевірити правильність виконання прийому, роблячи відповідні вказівки кожному спортсмену.

Особливу увагу потрібно звернути на те, щоб при розучуванні прийомів партнери абсолютно не чинили опору один одному, а при розучуванні кидків не падали раніше проведення кидка. При розучуванні прийому та вдосконаленні його виконання кожен з учнів по черзі проробляє прийом підряд три рази. Така зміна може відбуватися кілька разів протягом часу, відведеного на вивчення прийому.

Треба привчати спортсменів до того, щоб до виконання прийому вони собі його добре представили, а після виконання кожного прийому аналізували свої рухи, тобто свідомо, а не механічно розучували й освоювали прийом.



### **Третя частина уроку, заключна (5–10 хв)**

Завдання: заспокоєння діяльності органів дихання і кровообігу, підведення підсумків уроку, виховання і вирішення організаційних питань.

Засоби: повільна ходьба, вправи на розслаблення, ігри з елементами бойового хортингу.

В кінці заняття можна проводити ігри з елементами бойового хортингу, для того, щоб підвищувати інтерес школярів до занять, а також в ігровій формі розвивати фізичні якості, необхідні для бойового хортингу.

### **Методика навчання елементів бойового хортингу молодших підлітків на уроках фізичної культури**

Мета занять бойовим хортингом:

оптимізація фізичного розвитку спортсменів;

всебічне вдосконалення фізичних якостей і пов'язаних з ними здібностей в єдності з вихованням духовних і моральних якостей, що характеризують суспільно активну особистість;

підготовка кожного члена суспільства до плідної трудової та інших видів діяльності.

Завдання вивчення бойового хортингу:

I. За оптимізацією фізичного розвитку людини:

оптимальний розвиток фізичних якостей, притаманних спортсмену;

зміцнення і збереження здоров'я, а також загартовування організму;

удосконалення статури і гармонійний розвиток фізіологічних функцій;

багаторічне збереження високого рівня загальної працездатності;

постановка індивідуалізованих рухових завдань, що передбачають виконання рухів у рамках чітко визначених параметрів (просторових, тимчасових, силових).

II. Освітні завдання:

формування різних життєво важливих рухових умінь і навичок;

придбання базових знань теоретичного та практичного характеру.

III. Загальнопедагогічні завдання:

формування особистості спортсмена;

розвиток морально-вольових якостей;

розвиток інтелекту і психомоторної функції;

формування етичних та естетичних якостей особистості.

При вирішенні в єдності ці завдання стають гарантантами всебічного гармонійного розвитку юного спортсмена.

При постановці завдань і визначенні термінів для їх вирішення враховуються закономірності вікового розвитку організму людини, а також закономірності змінюваності вікових періодів і тих природних змін, які в них відбуваються [94–99]. Так, наприклад, при вихованні фізичних якостей необхідно враховувати чутливі (чутливі) зони, коли природне дозрівання форм і функцій організму учня створює сприятливі передумови для спрямованого впливу на дані якості.

Одне з найголовніших умов вивчення техніки бойового хортингу – регулярність занять. На навчально-тренувальних заняттях спортсмени набувають нові навички та вдосконалюють раніше вироблені.

Повторення руху або дії вже є процесом тренування. Поступове і все більш широке засвоєння базової техніки закріплюється у формах (імітаційних комплексах) і навчальному спарингу. Учень, який прагне до високих досягнень в бойовому хортингу, повинен поступово підвищувати свою майстерність, засвоювати, закріплювати й удосконалювати не тільки нові технічні навички, але й вміння їх застосовувати в різних умовах спортивної сутички.

Учитель, плануючи загальний курс навчання учня, послідовно вводить у заняття нові вправи і дії, строго враховуючи при цьому якість засвоєння пройденого матеріалу, щоб забезпечити наступність у навчанні.

**Тренувальне заняття.** Під час тренувальних занять спортсмен удосконалює фізичні якості і техніко-тактичні навички. Наприклад, при підготовці до змагань, учень головним чином прагне удосконалювати свою майстерність в умовах бойової практики з партнерами різного стилю і манери ведення сутички, за допомогою вправ на снарядах зберігає високу спортивну форму, не вивчаючи нових прийомів.

В основному, навчально-тренувальні заняття проводяться в групі. Цю форму занять можна застосовувати для учнів різної кваліфікації – як для новачків, так і для майстрів. Група повинна бути приблизно однієї кваліфікації, бо вчитель дає всім одне завдання у вивченні та вдосконаленні технічних і тактичних дій.

Навчально-тренувальні та тренувальні заняття підрозділяються на три частини: *підготовчу, основну і заключну.*

Підготовча частина заняття ділиться на фізіологічну розминку і освітню частину.

Фізіологічна розминка передбачає:

підготовку центральної нервової системи, активізацію діяльності серцево-судинної системи і дихання;

підготовку рухового апарату до дій, що вимагають значних м'язових напруг.

В освітній частині учні виконують спеціалізовані вправи для спортсмена, підготовчі до вирішення основних завдань заняття. Спеціалізовані підготовчі вправи підбираються залежно від рівня підготовленості, віку учнів, періоду підготовки і спрямованості заняття.

У *підготовчій частині*, як правило, застосовуються вправи помірної інтенсивності. Ця частина заняття значно підвищує рухливість нервових процесів і створює оптимальні умови для виконання більш складних вправ із великою інтенсивністю. Якщо ж навантаження під час підготовчої частини підвищене або недостатнє, рухливість нервових процесів (рівень сенсомоторних реакцій) збільшується незначно у порівнянні з вихідними даними спокою.

Слід також враховувати індивідуальні особливості учня. У підготовчій частині не можна приділяти багато уваги розвитку таких якостей, як сила і витривалість.

Загальнорозвивальні вправи здійснюють всебічний вплив на організм людини. Можливість великого вибору загальнорозвивальних вправ дозволяє учневі поліпшити роботу рухового апарату, навчитися більш точно диференціювати рухи.

Спеціальні підготовчі вправи повинні відповідати завданням тренування. Якщо в основній частині тренування ставиться завдання розвитку рухливості і ведення сутички на дальній дистанції, то для підготовчої частини повинні бути підібрані відповідні вправи у пересуваннях, завданні прямих ударів, ухилах тулубом і інші, з тим щоб цим сприяти якнайшвидшому оволодінню спеціальними навичками під час тренування в парах.

Починають заняття з медитації. За нею йде легкий біг, підскоки, махові рухи руками і ногами, прискорений біг, випади, присіди, блоки тощо. Далі йдуть спеціально-підготовчі вправи.

*В основній частині заняття* вирішуються головні завдання:

оволодіння технічними і тактичними навичками, їх вдосконалення;

психологічна підготовка, відпрацювання здатності до високих психічних напружень;

розвиток швидкості реакції, виконання раціональних рухів, координації, спритності, швидкісно-силових якостей і швидкісної витривалості.

Навантаження повинно наростати за обсягом і особливо за інтенсивністю. Наприклад, після вивчення прийомів у парах за завданням вчителя (спочатку повільно, поступово збільшуючи швидкість їх виконання) переходять до закріплення й удосконалення прийомів в умовному або довільному навчальному двобої. Довільний спаринг із партнером вимагає великих напруг,

тому до умовного або вільного двобою переходять після вивчення прийомів двобою, перед роботою на снарядах. Вправи на мішках і лапах знижують нервову напруженість після спарингу, тому ці вправи виконують у кінці основної частини заняття.

У *заключній частині* організм спортсменів треба привести у відносно спокійний стан. На початку заклоучної частини учні іноді виконують вправи стоячи, сидючи і лежачи для розвитку сили і гнучкості окремих груп м'язів. Потім використовують заспокійливі вправи, проводять легкий біг, ходьбу з дихальними вправами і розслабленням м'язів кінцівок. Даються вправи відволікальні (на увагу, рухливі ігри тощо).

У початковій стадії навчання, наприклад, вправи з вивчення техніки руху ударів і захистів включають в основну частину заняття. У міру оволодіння складними діями вправи і механіку рухів переводять у підготовчу частину заняття, де вони стають вже вправами підготовчими.

Типову структуру заняття можна змінювати залежно від конкретних умов.

Навчально-тренувальний процес школярів з бойового хортингу включає в себе наступні основні етапи.

**1. Формування у юних спортсменів мотивів до навчально-тренувальних занять.** Вихованці повинні відчувати потребу в знаннях, уміннях, навичках і тренуватися з інтересом. У них необхідно сформувані наступні мотиви, на систему яких важливо спиратися у навчально-тренувальному процесі, і які найбільшою мірою сприяють розвитку особистості, пробуджують інтерес до спортивного і морального зростання:

безпосередньо спонукальні (цікаве викладання, симпатія до тренера, застосування наочних і технічних засобів, небажання бути об'єктом обговорення в колективі тощо);

перспективно-спонукальні, пов'язані з майбутньою спортивною діяльністю (продовження занять бойовим хортингом у групах більш високої кваліфікації, вступ до фізкультурного навчального закладу тощо);

інтелектуальні, що виникають у процесі пізнавальної діяльності (почуття задоволення самим процесом фізичної праці, постановкою і рішенням навчальних проблем).

**2. Постановка перед спортсменами та усвідомлення ними конкретних проблем, завдань, питань.** Ефективне керівництво навчально-тренувальним процесом з бойового хортингу передбачає вміння так поставити завдання, проблему, щоб вона стала особистим завданням, проблемою для юних спортсменів.

А для цього необхідно, щоб підлітки усвідомили протиріччя між новими спортивними завданнями і рівнем знань, навичок і вмінь, щоб у них виникло прагнення до нових знань, яке є основою розвитку інтелектуальних мотивів навчання.

**3. Організація пізнавальної діяльності спортсменів, сприйняття ними нового матеріалу.** Вводити юних спортсменів у новий матеріал можна різними способами:

тренер сам пояснює новий матеріал і розкриває перед вихованцями способи і шляхи оволодіння новими прийомами, технічними діями, вправами, комбінаціями;

тренер за допомогою постановки питань, проблем привертає увагу спортсменів до вирішення пізнавальних, спортивних і творчих завдань;

тренер організовує самостійну пізнавальну діяльність учнів.

**4. Завершення пізнання і закріплення знань.** Первинне закріплення передбачає вирішення проблем або завдань у тому ж логічному плані, в якому відбувалося сприйняття нового матеріалу. У процесі подальшого закріплення необхідно включати нові знання у нові зв'язки, переносити їх у нову ситуацію. Нові знання можуть закріплюватися у процесі виконання вправ і повторень.

**5. Застосування знань, навичок і вмінь.** Цей етап характеризується найбільшою самостійністю діяльності юних спортсменів. Основні форми: тренування, двосторонні ігри, змагання. Особливо важливо застосовувати отримані знання, вміння, навички не тільки на тренуваннях, але й на змаганнях.

**6. Перевірка результатів діяльності юних спортсменів, вироблення у них здатності до самоперевірки, самоконтролю.** Процес контролю та перевірки – це процес зворотного зв'язку, без якого неможливе управління будь-яким процесом, у тому числі і навчально-тренувальним. Ефективність його визначається багато в чому педагогічним тактом і чуттям тренера. Завдання тренера полягає не тільки у виявленні результатів навчання, але і в контролі за самим процесом, що особливо складно, оскільки оволодіти знаннями, навичками і вміннями неможливо без елементів самоконтролю і самоперевірки з боку спортсменів, без вироблення в них уміння критично підходити до результатів своєї праці на тренуваннях і змаганнях..

**Висновок.** Отримані результати показують, що в методиках розвитку бойового хортингу в школі успішно досліджуються методи впровадження бойового хортингу у шкільній програмі з фізичної культури для учнів молодших і середніх класів, особливості фізичної підготовки школярів на основі бойового хортингу, як один із напрямів системи фізичного виховання, яка покликана формувати прикладні знання, морально-вольові якості, рухові вміння та навички, що сприяють розвитку об'єктивної готовності учнів освітніх установ до ефективного виконання ними навчальних обов'язків в якості спортсменів та школярів. Аспекти модернізації програми можуть застосовуватися не тільки в процесі навчання школярів, а й при підвищенні кваліфікації учнів дитячо-юнацьких спортивних шкіл.

На закінчення необхідно відзначити, що ця ефективна система бойового хортингу створювалася засновником школи та вітчизняними фахівцями у зв'язку з життєвою необхідністю вдосконалення фізичної підготовки школярів України, – «заточувалася» під вітчизняні реалії та рекомендована для вивчення співробітниками поліції та інших правоохоронних органів як засіб повноцінної підготовки їх до майбутньої складної оперативно-службової діяльності.

**Перспективи подальшого дослідження.** Подальша робота в напрямі дослідження методів впровадження бойового хортингу у шкільній програмі з фізичної культури для учнів молодших і середніх класів, визначення умов збільшення функціональних резервів організму школярів у процесі занять бойовим хортингом, потенціалу бойового хортингу щодо забезпечення рухової активності дошкільнят і молодших школярів, методів організації тренувань спортсменів бойового хортингу в оздоровчому режимі, застосування вправ для розвитку правильного дихання у юних спортсменів бойового хортингу, вивчення оздоровчого ефекту фізичних вправ бойового хортингу, особливостей бойового хортингу як середовища морально-вольової підготовки та загартування особистості, методів виховання учнів спортивних секцій, формування у них відчуття волі до перемоги, лідерського світогляду планується з метою поліпшення культури спортивної діяльності за підтримки сім'ї, укріплення здоров'я, стабільних навичок самоконтролю та психічної саморегуляції юних спортсменів бойового хортингу.

## **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Антоненко С. А. Підготовка професійних захисників України у системі бойового хортингу / С. А. Антоненко, Е. А. Єрьоменко, В. Л. Гришук // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 52–62.

2. Бабурнич С. А. Професіограма спортивного судді з бойового хортингу / С. А. Бабурнич, Е. А. Єрьоменко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 343–353.

3. Бадьора С. М. Методи психічної саморегуляції співробітників правоохоронних органів у системі бойового хортингу / С. М. Бадьора, Е. А. Єрьоменко, А. В. Тішин // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 334–346.

4. Біла В. Р. Військово-патріотичне виховання школярів і студентів у процесі занять бойовим хортингом / В. Р. Біла, Е. А. Єрьоменко, В. В. Чмелюк // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних

- органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 242–254.
5. Бобік С. П. Формування професійно-психологічних здібностей співробітників правоохоронних органів у процесі занять бойовим хортингом / С. П. Бобік, Е. А. Єрьоменко, С. П. Параниця // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 23–38.
6. Боднарчук О. Г. Бойовий хортинг для підготовки співробітників правоохоронних органів / О. Г. Боднарчук, Е. А. Єрьоменко, В. Р. Біла // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 226–242.
7. Бондарчук В. В. Бойовий хортинг як засіб формування професійно-прикладних якостей курсантів і працівників силових структур / В. В. Бондарчук, Е. А. Єрьоменко, В. В. Чмелюк // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 188–200.
8. Брухно Ю. С. Бойовий хортинг як засіб формування фізичної культури студентів і курсантів / Ю. С. Брухно, Е. А. Єрьоменко, В. Л. Гришук // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 200–214.
9. Буток О. В. Бойовий хортинг і здоров'я людини / О. В. Буток, Е. А. Єрьоменко, В. Е. Єрьоменко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 564–575.
10. Бухтіяров О. А. Бойовий хортинг як система підготовки українського професійного воїна-патріота / О. А. Бухтіяров, Е. А. Єрьоменко, В. Л. Гришук // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 126–139.
11. Вехтев В. В. Бойовий хортинг у військовому мистецтві / В. В. Вехтев, Е. А. Єрьоменко, А. В. Тішин // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 827–840.
12. Вишницький І. О. Застосування прийомів боротьби у різних видах єдиноборств / І. О. Вишницький, Е. А. Єрьоменко // Збірник наукових статей. – Дніпро : ДДІФКіС, 1996. – С. 57–72.
13. Ганчева В. І. Бойовий хортинг: методика застосування дихальних вправ у процесі занять / В. І. Ганчева, Е. А. Єрьоменко, Г. А. Коломонець // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 667–682.
14. Гарбовський Л. А. Бойовий хортинг і методика викладання у закладах вищої освіти / Л. А. Гарбовський, Е. А. Єрьоменко, В. Л. Гришук // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 155–173.
15. Гречана Л. О. Бойовий хортинг у системі початкової школи закладів загальної середньої освіти / Л. О. Гречана, Е. А. Єрьоменко, С. М. Солодько // Шляхи удосконалення професійних компетентностей фахівців в умовах сьогодення : матер. міжнар. наук.-практ. Інтернет-конф. 28–29 травня 2020 р. / Мін-во освіти і науки України, Держ. наук. установа «Інститут модернізації змісту освіти», [та ін.]. – Київ, 2020. – С. 554–563.
16. Гречаний О. М. Методика викладання бойового хортингу в процесі гурткової роботи у закладах загальної середньої освіти / О. М. Гречаний, Е. А. Єрьоменко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 251–262.
17. Гришук В. Л. Бойовий хортинг як засіб професійно-прикладної підготовки правоохоронців до виконання службово-бойових завдань з протидії контрабанді у районах здійснення операції об'єднаних сил / В. Л. Гришук, Е. А. Єрьоменко, О. А. Бухтіяров // Протидія незаконному переміщенню товарів в районах здійснення Операції об'єднаних сил : тези допов. наук.-практ. семінару, 15 травня 2020 р. м. Ірпінь / Державна фіскальна служба України, Ун-т ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 59–73.

18. Деркач О. В. Розвиток фізичних якостей у співробітників правоохоронних органів засобами бойового хортингу за методом функціонального тренування / О. В. Деркач, Е. А. Єрмоєнко, О. В. Бутко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 384–403.
19. Довгань Н. Бойовий хортинг як інструмент соціалізації студентів закладів вищої освіти / Н. Довгань, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 177–186.
20. Ермоєнко Э. А. Хортинг – философия украинского единоборца / Э. А. Ермоєнко // Боевые искусства – ключи к совершенству. – 2012. – № 6. – С. 4–5.
21. Єрмоєнко В. Засоби профілактики основних стоматологічних захворювань у студентів, курсантів, спортсменів бойового хортингу та співробітників правоохоронних органів / В. Єрмоєнко, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 116–126.
22. Єрмоєнко В. Е. Медичний контроль змагальної діяльності з бойового хортингу / В. Е. Єрмоєнко, Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 195–215.
23. Єрмоєнко В. Стоматологічне здоров'я дітей та молоді як чинник спортивних успіхів у бойовому хортингу / В. Єрмоєнко, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 96–111.
24. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг. Навчальна програма спортивної секції з бойового хортингу для учнів середнього шкільного віку 5–9 класів : навч. програма / Е. А. Єрмоєнко // Мін-во освіти і науки України, Інститут модернізації змісту освіти. – ГС «НФБХУ», 2021. – 127 с.
25. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг – виховна система школярів України / Е. А. Єрмоєнко, О. М. Гречаний // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 240–251.
26. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг – професійно-прикладний вид спорту правоохоронних органів України : монографія / Е. А. Єрмоєнко ; Мін-во освіти і науки України, Університет ДФС України, Національна федерація бойового хортингу України. – К : ГС «НФБХУ», 2020. – 203 с.
27. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг у системі професійної підготовки співробітників державних правоохоронних органів : монографія / Е. А. Єрмоєнко // Мін-во освіти і науки України, Університет ДФС України. – Київ : ГС «НФБХУ», 2021. – 222 с.
28. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг як ефективний засіб військово-патріотичного виховання школярів і студентів / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 31–39.
29. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг як засіб виховання фізичної культури та основ здоров'я студентів закладів вищої освіти / Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 215–225.
30. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг як засіб військово-патріотичного виховання старшокласників / Е. А. Єрмоєнко, К. М. Кукушкін // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 273–287.
31. Єрмоєнко Е. Бойовий хортинг як засіб оптимізації функціональної підготовки студентів і курсантів спеціалізованих закладів вищої освіти та співробітників правоохоронних органів / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 19–33.
32. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг як засіб прикладної психофізичної підготовки курсантів правоохоронних спеціальностей відомчих закладів вищої освіти / Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 128–138.
33. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг як засіб професійно-психологічної підготовки співробітників правоохоронних органів України : монографія / Е. А. Єрмоєнко ; Мін-во освіти і науки України, Університет ДФС України, Нац. федерація бойового хортингу України. – К : ГС «НФБХУ», 2020. – 138 с.
34. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг як система формування готовності співробітників правоохоронних органів до дій в екстремальних ситуаціях / Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 110–128.

35. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг як чинник формування військово-патріотичних здібностей, фізичної культури та основ здоров'я учнівської молоді / Е. А. Єрмоєнко, І. В. Кузора // *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 ім. М. П. Драгоманова, 2020. Вип. 8 (128) 20. С. 61–69.
36. Єрмоєнко Е. Витоки та історія розвитку бойового хортингу в Україні і за кордоном / Е. Єрмоєнко // *Теорія і методика хортингу*. – 2019. – Вип. 11. – С. 55–70.
37. Єрмоєнко Е. А. Виховання наполегливості у школярів 6–7 років у процесі занять хортингом : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07 / Едуард Анатолійович Єрмоєнко. – К., 2016. – 222 с.
38. Єрмоєнко Е. А. Виховання фізичної культури та основ здоров'я студентів у процесі занять бойовим хортингом / Е. А. Єрмоєнко // *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / Фізична культура і спорт/»*. – 2019. – Вип. 10 (118). – 2019. – С. 49–56.
39. Єрмоєнко Е. А. Виховна система бойового хортингу / Е. А. Єрмоєнко // *Теорія і методика хортингу*: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 9. – С. 156–171.
40. Єрмоєнко Е. А. Відкрита заява Едуарда Єрмоєнка про заснування хортингу – національного виду спорту України 17 липня 2008 року / Е. А. Єрмоєнко // *Мін-во України у справах сім'ї, молоді та спорту*. Київ : Тренерська рада, 2008. – 7 с.
41. Єрмоєнко Е. Військово-патріотична програма та прикладний хортинг / Е. Єрмоєнко // *Теорія і методика хортингу* : зб. наук. праць / Нац. академія педагогічних наук України, Ін-т проблем виховання НАПН України, Українська федерація хортингу. – К. : Паливода А. В., 2014. – Вип. 1. – С. 10–19.
42. Єрмоєнко Е. А. Військово-прикладний і бойовий хортинг у системі професійної підготовки допризовної молоді, військовослужбовців та правоохоронців / Е. А. Єрмоєнко, С. С. Полторацький // *Шляхи удосконалення професійних компетентностей фахівців в умовах сьогодення : матер. міжнар. наук.-практ. Інтернет-конф. 28-29 травня 2020 р.* / Мін-во освіти і науки України, Держ. наук. установа «Інститут модернізації змісту освіти», [та ін.]. – Київ, 2020. – С. 527–533.
43. Єрмоєнко Е. Всесвітнє українське земляцтво та діаспора у сприянні розвитку бойового хортингу / Е. Єрмоєнко // *Теорія і методика хортингу*. – 2017. – Вип. 8. – С. 56–79.
44. Єрмоєнко Е. А. Декларація хортингу у світі / Е. А. Єрмоєнко // *Колегія Мін-ва України у спр. сім, мол. та сп.* : Київ, 2008. – 12 с.
45. Єрмоєнко Е. А. Засади формування цінностей здорового життя учнівської та студентської молоді засобами хортингу. *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, 2016. Вип. 10 (80) 16. – С. 38–44.
46. Єрмоєнко Е. А. Значимість цінностей фізичної культури та основ здоров'я для студентів і курсантів, які займаються бойовим хортингом. *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 ім. М. П. Драгоманова, 2019. Вип. 11 (119) 19. С. 71–79.
47. Єрмоєнко Е. А. Комплексне використання потенціалу бойового хортингу для забезпечення національної безпеки України в умовах зовнішньої агресії / Е. А. Єрмоєнко // *Актуальні проблеми забезпечення національної безпеки та спрощення процедур міжнародної торгівлі* : зб. тез IV наук.-практ. інтернет-конфер., 25-31 травня 2020 р., м. Ірпінь – м. Хмельницький / Мін-во фінансів України, Ун-т ДФС України [та ін.]. – Хмельницький : Науково-дослідний центр митної справи, 2020. – С. 18–23.
48. Єрмоєнко Е. А. Концепція розвитку бойового хортингу в системі освіти України : монографія / Е. А. Єрмоєнко ; Мін-во освіти і науки України, Університет ДФС України, ГС «Національна федерація бойового хортингу України. – К. : ГС «НФБХУ», 2020. – 122 с.
49. Єрмоєнко Е. Медико-біологічні та морфофункціональні особливості бойового хортингу у процесі виховання фізичної культури та основ здоров'я студентів / Е. Єрмоєнко // *Теорія і методика хортингу*. – 2017. – Вип. 8. – С. 112–121.
50. Єрмоєнко Е. Медико-фізіологічні чинники самоконтролю за фізичним навантаженням на тренуваннях з бойового хортингу у процесі виховання фізичної культури студентів / Е. Єрмоєнко // *Теорія і методика хортингу*. – 2018. – Вип. 9. – С. 127–138.
51. Єрмоєнко Е. А. Міжнародні правила змагань з хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Київ : МГО «Міжнародна Федерація Хортингу», 2009. – 85 с.

52. Єрмоєнко Е. А. Навчальна програма гурткової (секційної) роботи «Хортинг» для учнів 1–11 класів загальноосвітніх навчальних закладів / Е. А. Єрмоєнко // К. : Паливода А. В., 2012. – 268 с.
53. Єрмоєнко Е. А. Наукове обґрунтування психолого-педагогічних умов виховання фізичної культури та основ здоров'я студентів у процесі занять бойовим хортингом / Е. А. Єрмоєнко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць. - Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2020. - Вип. 3 (123). - С. 47-56. - DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2020.3(123).09.
54. Єрмоєнко Е. А. Основоволожні принципи бойового хортингу. *Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць*. К. : Паливода А. В. 2018. Вип. 9. С. 22–31.
55. Єрмоєнко Е. А. Особливості самовиховання в бойовому хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 40–55.
56. Єрмоєнко Е. А. Особливості фізичної і психологічної підготовки та формування професійних якостей курсантів і працівників правоохоронних органів засобами бойового хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Протидія незаконному переміщенню товарів в районах здійснення Операції об'єднаних сил : тези допов. наук.-практ. семінару, 15 травня 2020 р. м. Ірпінь / Державна фіскальна служба України, Ун-т ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 39–42.
57. Єрмоєнко Е. А. Правомірність застосування службово-прикладних прийомів фізичного впливу системи бойового хортингу в екстремальних умовах соціального характеру у межах необхідної самооборони / Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 95–110.
58. Єрмоєнко Е. А. Принципи виконання й методика вивчення базових технічних елементів хортингу: методичний посібник / Е. А. Єрмоєнко // К. : Паливода А. В., 2009. – 87 с.
59. Єрмоєнко Е. А. Психічні процеси в бойовому хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 63–72.
60. Єрмоєнко Е. А. Робоча програма фізкультурно-оздоровчих занять з хортингу для дітей / Е. А. Єрмоєнко // К. : Нац. ун-т фізичного виховання і спорту України, 2009. – 32 с.
61. 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.
62. Єрмоєнко Е. А. Теоретико-методичні засади виховання наполегливості в молодших школярів у процесі занять бойовим хортингом : монографія / Е. А. Єрмоєнко ; Мін-во освіти і науки України, Ін-т проблем виховання НАПН України. – ГС «НФБХУ», 2020. – 191 с.
63. Єрмоєнко Е. А. Технічна підготовка спортсмена бойового хортингу : монографія / Е. А. Єрмоєнко // Мін-во освіти і науки України, Інститут проблем виховання НАПН України. – ГС «НФБХУ», 2020. – 652 с.
64. Єрмоєнко Е. А. Тренування в хортингу: навчально-методичний посібник / Е. А. Єрмоєнко // К. : Паливода А. В., 2009. – 227 с.
65. Єрмоєнко Е. Філософія бойового хортингу / Е. Єрмоєнко // *Теорія і методика хортингу*. – 2018. – Вип. 9. – С. 82–104.
66. Єрмоєнко Е. Формування фізичної культури та цінностей здорового способу життя студентської молоді як передумова спортивних успіхів у бойовому хортингу / Е. А. Єрмоєнко // *Теорія і методика хортингу*. – 2019. – Вип. 11. – С. 261–274.
67. 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. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2016. – Вип. 6. – С. 115–123.
68. 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.
69. Єрмоєнко Е. А. Хортинг – національний вид спорту України: метод. посіб. / Е. А. Єрмоєнко. – К. : Паливода А. В., 2014. – 1064 с.
70. Зверев А. В. Бойовий хортинг у методиках вдосконалення силових якостей спортсменів різних вікових груп / А. В. Зверев, Е. А. Єрмоєнко, А. В. Тішин // *Бойовий хортинг та діяльність*



- правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 593–603.
71. Івашковський В. Психомоторика та психо-фізіологічні особливості підготовки спортсменів бойового хортингу / В. Івашковський, Е. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 130–138.
72. Ільницький І. Р. Хортинг та організація навчання / І. Р. Ільницький, Е. А. Єрьоменко, С. А. Бабурнич // Збірник наукових праць. – Київ : Паливода А. В., 2008. – С. 247–258.
73. Карасевич С. А. Бойовий хортинг як засіб морально-етичного виховання особистості / С. А. Карасевич, Е. А. Єрьоменко, В. Р. Біла // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 346–357.
74. Кібліцький Р. В. Бойовий хортинг: концептуальні засади розвитку і популяризації в Україні / Р. В. Кібліцький, Е. А. Єрьоменко, А. В. Тішин // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 502–514.
75. Коломоєць Г. А. Бойовий хортинг і принципи формування духовно-моральної вихованості учнів / Г. А. Коломоєць, Е. А. Єрьоменко, В. В. Деревянко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 776–793.
76. Колос М. А. Бойовий хортинг: швидкісно-силова підготовка та оптимізація управління навчально-тренувальним процесом / М. А. Колос, Е. А. Єрьоменко, О. М. Сидоренко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 493–502.
77. Кузора І. В. Військово-патріотична програма бойового хортингу / І. В. Кузора, Е. А. Єрьоменко, В. В. Вехтев // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 840–852.
78. Кукушкін К. М. Методика військово-патріотичного виховання школярів у процесі занять бойовим хортингом / К. М. Кукушкін, Е. А. Єрьоменко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 6–14.
79. Куцкір М. С. Принципи виховання системних вольових якостей спортсменів хортингу / М. С. Куцкір, Е. А. Єрьоменко, О. М. Гречаний // Педагогіка хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол.: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2009. – С. 108–126.
80. Литвиненко А. М. Бойовий хортинг – комплексна система фізичного виховання особистості / А. М. Литвиненко, Е. А. Єрьоменко, В. Е. Єрьоменко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 403–422.
81. Лях В. Інноваційні підходи у боротьбі «Лава на лаву» з учнями козацьких класів і спортсменів бойового хортингу / В. Лях, Е. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 164–176.
82. Ляховець О. О. Бойовий хортинг як засіб виховання патріотизму у дітей дошкільного віку / О. О. Ляховець, Е. А. Єрьоменко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 305–315.
83. Остапенко О. І. Бойовий хортинг як засіб формування у старшокласників готовності до військової служби / О. І. Остапенко, Е. А. Єрьоменко, А. В. Тішин // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 638–652.
84. Петрочко Ж. В. Хортинг – школа сили і честі юного українця : метод. посіб. / Ж. В. Петрочко, Е. А. Єрьоменко. – К. : ПАЛИВОДА А. В., 2016. – 544 с.
85. Полторацький С. С. Бойовий хортинг у впровадженні воїнських традицій українського народу / С. С. Полторацький, Е. А. Єрьоменко, В. Е. Єрьоменко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 538–550.

86. Присяжнюк С. Бойовий хортинг та проблема активного відпочинку спортсменів у різні вікові періоди / С. Присяжнюк, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 206–218.
87. Пустолякова Л. Бойовий хортинг у системі навчання фізичних вправ загального розвитку та спеціально-підготовчих вправ на заняттях з фізичного виховання у закладах вищої освіти / Л. Пустолякова, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 187–195.
88. Рудей Д. Ю. Бойовий хортинг у комплексі виховних засобів спортсменів шкільного віку / Д. Ю. Рудей, О. М. Гречаний, Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 334–343.
89. Сичов С. Бойовий хортинг та особливості оптимізації управління атлетичним тренуванням у процесі спортивної діяльності / С. Сичов, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 219–225.
90. Сікан В. Ю. Технології здоров'язбереження у методиці хортингу / В. Ю. Сікан, Е. А. Єрмоєнко, С. А. Бабурнич // Педагогіка хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол.: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2009. – С. 284–301.
91. Степанюк А. В. Планування та організація навчально-виховного процесу з хортингу / А. В. Степанюк, Е. А. Єрмоєнко, В. В. Вехтев // Педагогіка хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол.: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2009. – С. 325–338.
92. Степура Т. М. Бойовий хортинг як засіб формування специфічних психічних властивостей співробітників правоохоронних органів / Т. М. Степура, Е. А. Єрмоєнко, О. В. Буток // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 173–188.
93. Тішин А. В. Застосування прийомів бойового хортингу при вдосконаленні навчання у вищих освітніх установах правоохоронних органів України / А. В. Тішин, Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 296–305.
94. Федорченко Т. Є. Бойовий хортинг і методика проведення занять в умовах здоров'язберігальної педагогіки / Т. Є. Федорченко, Е. А. Єрмоєнко, В. Е. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 695–713.
95. Чмелюк В. В. Бойовий хортинг у підрозділах державної митної служби для підготовки співробітників до протидії незаконному переміщенню товарів у районах здійснення операції об'єднаних сил на сході України / В. В. Чмелюк, Е. А. Єрмоєнко, В. В. Бондарчук // Протидія незаконному переміщенню товарів в районах здійснення Операції об'єднаних сил : тези допов. наук.-практ. семінару, 15 травня 2020 р. м. Ірпінь / Державна фіскальна служба України, Ун-т ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 7–25.
96. Чмелюк В. В. Бойовий хортинг як чинник навчання і професійної підготовки курсантів закладів вищої освіти правоохоронної спрямованості / В. В. Чмелюк, Е. А. Єрмоєнко, В. В. Бондарчук // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 8–23.
97. Шаповалов Б. Б. Перспективи розвитку бойового хортингу як засобу підготовки військовослужбовців правоохоронних органів військової структури до дій з ризиком для життя та здоров'я / Б. Б. Шаповалов, Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 315–322.
98. Шило О. М. Фізичне і морально-психологічне становлення особистості засобами хортингу / О. М. Шило, Е. А. Єрмоєнко, В. В. Вехтев // Педагогіка хортингу : зб. наук. праць. – К. : Паливода А. В., 2010. – С. 127–140.
99. Savchenko, A. (2017). Combat horting – educational practice for young people / A. Savchenko, E. Yeromenko // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 88–95.

**Yeromenko E. A.**

State Tax University, Irpin, Ukraine

## **Teaching the main elements of the Ukrainian sport of combat horting for students of junior and middle school age**

***Abstract.** This scientific article describes the method of conducting a physical education lesson with elements of combat horting for primary and secondary school students, investigates the methods of implementing combat horting in the school physical education program for primary and secondary school students, features of physical training on the basis of combat horting. one of the directions of the system of physical education, which is designed to form applied knowledge, moral and volitional qualities, motor skills and abilities that contribute to the development of objective readiness of students to effectively perform their educational duties as athletes and students. It is emphasized that classes on the study of combat horting techniques consist of training and coaching. Training consists in purposeful and consistent transfer by the teacher and mastering by pupils of the knowledge, abilities and skills necessary for technically correct performance of receptions of combat horting. Training consists in systematic, repeated repetition of the learned receptions with gradual complication of conditions of their performance and increase in physical activity. The processes of learning and training in the classroom are inextricably linked and form a single set of technical, physical and moral training of young athletes involved in sports sections and combat horting clubs in general secondary education. In teaching and training, the teacher must require students to consciously master the material and their understanding of the essence and significance of the techniques of combat horting for practical activities. Meaningful perception of the program material increases the effectiveness of classes, contributes to the strength of the acquisition of knowledge, skills and abilities.*

***Key words:** lesson methodology, combat horting, physical education lesson, junior schoolchildren, middle school students, elements of combat horting.*