

# **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:**

**Єрмоєнко 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.*

---

---

## ДЕМОНСТРАЦІЯ ВПРАВ І ПРИЙОМІВ БОЙОВОГО ХОРТИНГУ НА ШКІЛЬНОМУ УРОЦІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

**МУНТЯН Ігор Васильович**  
**ЄРЬОМЕНКО Едуард Анатолійович**  
Державний податковий університет, м. Ірпінь

***Анотація.** У даній науковій статті запропоновано методичні рекомендації щодо проведення уроку фізичної культури з вправами бойового хортингу в загальноосвітній школі, надані методичні розробки для проведення уроків фізичної культури з елементами бойового хортингу в закладі загальної середньої освіти, актуалізовані проблеми застосування прийомів бойового хортингу в процесі навчання школярів, які навчаються у закладах освіти та дитячо-юнацьких спортивних школах. При вивченні ефективних засобів і методів бойового хортингу, а також змісту програм підготовки спортсменів, виділено актуальну і затребувану техніку прийомів, а також оздоровчі елементи і фізичні вправи оздоровчого характеру. Розглянуто елементи практики і методи фізичної підготовки школярів, методика навчання бойовому хортингу, що необхідні для вдосконалення фізичних якостей. Виявлено умови ефективного використання техніки бойового хортингу для навчання бойовим і спеціальним прийомом та умовам їх застосування учнями спортивних секцій і гуртків. Визначено у результаті дослідження, що молодший шкільний вік юного спортсмена є чутливим для: формування мотивів навчання, розвитку стійких пізнавальних потреб та спортивних інтересів спортсменів; розвитку продуктивних прийомів і навичок навчальної роботи, вміння вчитися і тренуватися; розкриття індивідуальних особливостей і здібностей спортсменів; розвитку навичок самоконтролю, самоорганізації та саморегуляції у навчально-виховному і тренувальному процесі; становлення адекватної самооцінки, розвитку критичності по відношенню до себе й оточуючих; засвоєння соціальних норм, морального розвитку, що відбивається на заняттях з бойового хортингу; розвитку навичок спілкування з однолітками, одноклубниками бойового хортингу, встановлення міцних дружніх контактів. Надано методичні рекомендації застосування методик бойового хортингу для проведення уроків фізичної культури в школі.*

***Ключові слова:** методичні рекомендації, бойовий хортинг, проведення уроку фізичної культури, методика проведення занять, вправи бойового хортингу, загальноосвітня школа.*

**Актуальність наукового дослідження.** В науковому середовищі психологів прийнято вважати, що початок молодшого шкільного віку визначається моментом вступу дитини до школи [1–12; 19–31]. В останні роки у зв'язку з переходом до навчання з 6 років і введенням чотирирічної початкової школи нижня межа даного вікового етапу перемістилася, і багато дітей стають школярами, починаючи не з 7 років, як раніше, а в 6 років.

Відповідно, межі молодшого шкільного віку, що збігаються з періодом навчання у початковій школі, встановлюються в даний час з 6–7 років – 1–2 клас, до 8–9 (10) років – 3–4 клас.

**Бойовий хортинг для дітей молодшого шкільного віку на уроках фізичної культури.** Молодший шкільний вік спортсмена пов'язаний із переходом дитини до систематичного шкільного навчання. Початок навчання в школі веде до корінної зміни соціальної ситуації розвитку дитини. Вся система життєвих відносин юного спортсмена перебудовується і багато в чому визначається тим, наскільки успішно він справляється з новими вимогами [13].

Молодший шкільний вік юного спортсмена є чутливим для:

формування мотивів навчання, розвитку стійких пізнавальних потреб та спортивних інтересів спортсменів;

розвитку продуктивних прийомів і навичок навчальної роботи, вміння вчитися і тренуватися;

розкриття індивідуальних особливостей і здібностей спортсменів;

розвитку навичок самоконтролю, самоорганізації та саморегуляції у навчально-виховному і тренувальному процесі;

становлення адекватної самооцінки, розвитку критичності по відношенню до себе й оточуючих;

засвоєння соціальних норм, морального розвитку, що відбивається на заняттях з бойового хортингу;

розвитку навичок спілкування з однолітками, одноклубниками бойового хортингу, встановлення міцних дружніх контактів.

До завдань системи тренувань з бойового хортингу в школі, що вирішуються в молодшому шкільному віці дитини, відносяться:

зміцнення здоров'я, поліпшення постави, профілактика плоскостопості, сприяння гармонійному фізичному розвитку, вироблення стійкості до несприятливих умов зовнішнього середовища;

оволодіння основами різноманітних життєво важливих рухів;

розвиток координаційних (точність відтворення і диференціювання просторових, часових і силових параметрів рухів, рівновага, ритм, швидкість і точність реагування на сигнали, узгодження рухів, орієнтування в просторі) і кондиційних (швидкісних, швидкісно-силових, витривалості та гнучкості) здібностей;

формування елементарних знань про особисту гігієну, режим дня, вплив бойового хортингу на стан здоров'я, працездатність і розвиток рухових здібностей;

вироблення уявлень про основні напрями бойового хортингу, про застосовувані в них прийоми, обладнання й інвентар, про дотримання правил техніки безпеки під час занять;

прилучення до самостійних занять бойовим хортингом, фізичними вправами, рухливими іграми, використання їх у вільний час на основі формування інтересу до певних видів рухової активності та виявлення схильності до бойового хортингу як виду спорту;

виховання дисциплінованості, доброзичливого ставлення до товаришів, чесності, чуйності, сміливості під час виконання прийомів бойового хортингу; сприяння розвитку психічних процесів (уявлення, пам'яті, мислення тощо) в ході рухової діяльності.

Молодший шкільний вік характеризується відносно рівномірним розвитком опорно-рухового апарату, але інтенсивність росту окремих розмірних ознак його різна. Так, довжина тіла збільшується в цей період у більшій мірі, ніж його маса [14–18]. Суглоби спортсменів цього віку дуже рухливі, зв'язковий апарат еластичний, скелет містить велику кількість хрящової тканини. Хребетний стовп зберігає більшу рухливість до 8–9 років. Дослідження показують, що молодший шкільний вік є найбільш сприятливим для спрямованого зростання рухливості в усіх основних суглобах.

М'язи спортсменів молодшого шкільного віку мають тонкі волокна, що містять у своєму складі лише невелику кількість білку і жиру. При цьому великі м'язи кінцівок розвинені більше, ніж дрібні. У розвитку м'язів чітко простежується гетерохронізм.

Наприклад, відстають у розвитку глибокі м'язи спини, потиличної області, шиї. Звідси – можливі порушення постави, що диктують необхідність стежити за нею, за позою, посадкою, носінням важкостей тощо. У зв'язку з неравномірним розвитком м'язів юні спортсмени легко опановують рухами з великою амплітудою й участю великих м'язових груп, але відчують труднощі при виконанні елементів ударної техніки бойового хортингу, точних і дрібних (з малою амплітудою) рухів.

Із переходом від дошкільного виховання до систематичного навчання в школі у дітей 6–7 років обсяг рухової активності скорочується на 50 %. У період навчальних занять рухова активність школярів не тільки не збільшується при переході з класу в клас, а навпаки, все більше зменшується. Тому вкрай важливо забезпечити дітям відповідний до їх віку і стану здоров'я достатній обсяг добової рухової діяльності під час гурткової та секційної роботи з бойового хортингу. Період молодшого шкільного віку є сенситивним періодом для розвитку гнучкості, координації рухів, загальної витривалості, розвитку рухових реакцій і частоти

рухів, швидкості рухових реакцій і темпу рухів [32–48]. У цьому ж віковому періоді важливо вдосконалювати міжм'язову координацію у швидкісних рухах.

Високий темп приросту абсолютної сили м'язів можливий у юних спортсменів:

приблизно в 9 років у дівчаток;

приблизно в 10 років у хлопчиків.

Для того, щоб вчасно і всебічно розвивати фізичні здібності юних спортсменів молодшого шкільного віку, необхідно долучати їх до занять бойовим хортингом якомога більше.

Враховуючи привабливість бойового хортингу серед молодших школярів та підлітків, його доступність і значимість у формуванні всебічно розвиненої особистості громадянина і патріота, профілактики асоціальних явищ, Департаментом загальної середньої і дошкільної освіти Міністерства освіти і науки України було вирішено рекомендувати хортинг як національний вид спорту України для застосування на уроках фізичної культури в загальноосвітніх навчальних закладах (Лист МОН України № 2/2-13-1309-15 від 26.06.2015 року). З одного боку, ці заняття розвивають фізичні якості: витривалість, силу, спритність тощо, а з іншого – вплив фізичної і спортивної підготовленості розвиває і вдосконалює психологічні якості особистості.

Вивчення елементів бойового хортингу в рамках третього уроку фізичної культури сприяє створенню передумов, за допомогою яких найбільш успішно формуються і виховуються риси характеру і переконання: воля, патріотизм, колективізм, вимогливість до себе та інших, відповідальне ставлення до дорученої справи, навчання, роботи, колективу, сім'ї. Це пов'язано з тим, що:

1. Під час занять у секції використовується велика кількість рухливих ігор з елементами бойового хортингу, що містить природні навички одноборства. Як відомо, молодші школярі люблять ігри, пов'язані з рухами. Ці ігри вдосконалюють координацію юних спортсменів, розвивають силу і спритність, покращують роботу внутрішніх органів (дихання, кровообігу), зміцнюють здоров'я дітей. Гра з елементами бойового хортингу допомагає розвитку сприймань, уваги, уяви, інтересів, мислення, сприяє розвитку ініціативи, активності, викликає позитивні емоції, без яких не може бути ігрової діяльності.

2. Більшість тренувальних завдань дається в парах. У парі учневі необхідно самовизначитися щодо навчально-тренувального завдання, щодо партнера, щодо своєї та іншої точки зору тощо. Таким чином, навчально-виховна робота набуває особистісного сенсу, коли здійснюючи в парі ролі вчителя і учня, юний спортсмен починає відчувати себе більш компетентним і значущим, підвищується його самооцінка, зростає пізнавальна активність і мотивація.

3. Під час тренувальних занять з бойового хортингу учні школи отримують можливість додатково і невимушено контактувати один з одним. Педагоги-практики та психологи підкреслюють, що у молодшому шкільному віці особливе значення має тактильний контакт. Доброзичливий дотик у бойовому хортингу – це знак емоційної безпеки дитини.

4. Спортивний зал покритий м'яким хортом. Молодшим школярам подобається те, що в залі можна займатися босоніж, сидіти, лежати і повзати по підлозі. Це додатково викликає позитивні емоції у дітей.

Також бажано, що б у всіх дітей на занятті була спеціальна уніформа бойового хортингу – хортівка (куртка, брюки, пояс відповідної кваліфікації). Завдяки цьому вони відчують себе на заняттях впевненіше. Носити таку ж спортивну форму, як і дорослі спортсмени, здається їм почесним.

На заняттях з бойового хортингу необхідно приділяти більше уваги рухливим іграм з елементами одноборства, оскільки ігрова діяльність для молодших школярів є другою за значимістю після навчання. Команду юних спортсменів, що перемогла або окремих гравців-переможців слід відмічати, заохочувати в усній формі або у формі символічних нагород.

#### **Бойовий хортинг у підлітковому віці на уроках фізичної культури**

Вченими молодший підлітковий вік розглядається як самий важкий і складний з усіх дитячих вікових, що представляє собою період становлення особистості. Разом із тим – це

найвідповідальніший період, оскільки тут складаються основи моральності, формуються соціальні установки, ставлення до себе, до людей, до суспільства, до бойового хортингу – обраного учнем виду спорту [49–62]. Крім того, в цьому віці стабілізуються риси характеру та основні форми міжособистісної поведінки. Головні мотиваційні лінії цього вікового періоду, що пов'язані з активним прагненням до особистісного самовдосконалення – це самопізнання, самовираження і самоствердження.

За методикою бойового хортингу виділяються такі вікові особливості підлітка:

- потреба в гідному положенні в колективі однолітків, в сім'ї;
- підвищена стомлюваність на тренуваннях з бойового хортингу;
- прагнення обзавестися вірним другом;
- прагнення уникнути ізоляції, як у класі, так і в малому колективі;
- підвищений інтерес до питання про «співвідношенні сил» в класі та секції бойового хортингу;
- прагнення відмежуватися від усього підкреслено дитячого;
- відсутність авторитету віку;
- відраза до необґрунтованих заборон;
- сприйнятливості до промахів тренерів з бойового хортингу та учителів школи;
- переоцінка своїх спортивних можливостей, реалізація яких передбачається у віддаленому майбутньому;
- відсутність адаптації до невдач;
- відсутність адаптації до положення «гіршого»;
- тенденція віддаватися мріям і боязнь осквернення мрії;
- яскраво виражена емоційність;
- вимогливість до відповідності слова справі;
- підвищений інтерес до бойового хортингу як спорту, що сам обрав;
- захоплення комп'ютером, телефоном, колекціонуванням, захоплення музикою і кіномистецтвом.

Слід додати, що підлітки, які навчились прийомам бойового хортингу, забіякуваті, можуть проявляти елементи жорстокості і агресивності, можуть потрапити під чужий вплив, потрапити у вуличні злочинні угруповання, тобто схильні до сугестивності і відомості, про що заздалегідь треба подумати тренеру.

У цьому віці проявляються елементи деструктивної поведінки (тяга до куріння, крадіжок, обдурення тощо). Підлітки часом не дисципліновані, енергійні, тривожні, дуже активні, особливо проявляють активність при виконанні класних, громадських доручень, при прибиранні тренувального залу, кабінету, шкільної території тощо (що говорить про високу фізіологічну енергію), правда ця активність може поступитися місцем стомлюваності.

Бажання зберегти таємниці і секрети у них сусидить з невмінням зберігати ці таємниці і секрети від оточуючих, і тому підлітки часто наговорюють один на одного, починають давати один одному «прізвиська», що зберігаються за ними аж до закінчення школи.

У багатьох підлітків спостерігається завищена самооцінка своїх можливостей («я все можу зробити сам»), егоїстичне самоствердження, при якому юний спортсмен радіє, якщо у однокласника неприємності, якщо однокласник виявився приниженим або менш успішним ніж він [63–78]. Підлітки дуже ранимі й уразливі. Вони дуже люблять хизуватися речами, предметами, нарядами, що є тільки у них, але відсутні у решти товаришів. Зараз ми спостерігаємо, як серед підлітків йде поділ у класах на дітей забезпечених батьків і на дітей із малозабезпечених сімей (це особливо яскраво проявляється у містах), на перше місце ставиться матеріальне та фінансове багатство, а не спортивні успіхи в бойовому хортингу чи знання. Досить активно у підлітковому віці йде формування «малих груп».

Не можна не згадати і питання про взаємини між підлітками та тренерами й учителями. Положення тренера або вчителя саме по собі не гарантує шанобливого ставлення з боку підлітків, і наставник повинен володіти певними якостями і вести себе певним чином, щоб заслужити таку до себе повагу. Від того, як педагог зможе проявити себе при роботі з



підлітками, залежить їхнє ставлення до нього в процесі подальшого тренування в клубі бойового хортингу чи навчання в школі. Строгість потрібна, але її слід поєднувати з наполегливістю, ввічливістю і цікавістю викладу нового матеріалу. В цьому випадку тренеру стане у нагоді гарна спортивна форма, високий рівень бойового хортингу, адже деякі учні в цьому віці поважають саме силу.

Підлітковий вік – це період бурхливого росту і розвитку організму юного спортсмена. Невідповідність між швидким зростанням трубчастих кісток і відносно повільним розвитком м'язів ще більше посилює враження ніяковості і нескладності [79–93]. Ці особливості фізичного розвитку накладають свій відбиток на всю зовнішню поведінку і на характер рухів підлітка. Підліток може довільно управляти своїми рухами і незручність, породжена зазначеними особливостями його розвитку, коригується вихованням. Тому тренуванню в бойовому хортингу й загальному фізичному вихованню підлітка слід надавати велике значення. Відбувається і зростання м'язової сили. У молодшому шкільному віці дитина ще не здатна довго підтримувати м'язове зусилля, що проявляється в частій зміні характеру рухів, але у старшому підлітковому віці сила і витривалість м'язів спортсмена збільшуються.

З 12 років відзначається посилений ріст м'язів, який триває в наступні роки. Мускулатура підлітків (особливо хлопчиків) міцніє. Будова м'язів при цьому мало змінюється, в підлітковому віці відбувається тільки посилений ріст діаметра волокна м'язів.

Часом підліток буває здатний до великої і тривалої напруги, може проводити тривалу тренувальну роботу, яка, здавалося б, не відповідає його силам. Це відбувається в тих випадках, коли у підлітка є великий інтерес до бойового хортингу, тоді праця над прийомами або фізична діяльність викликає у нього підйом, ентузіазм, і він не помічає ні втоми, ні часу.

У цьому віці досить швидко засвоюються і вдосконалюються складнокоординаційні прийоми бойового хортингу, ефективні ударно-кидкові комбінації, складні рухи, особливо ефективним є навчання і самонавчання специфічним спортивним рухам.

Зокрема, підліток, окрім бойового хортингу, легко опановує додатковими видами спорту: їздою на велосипеді, лижах, ковзанах, швидко засвоює складні стрибки, елементи танцю, координацію рухів при плаванні. Слід врахувати, що якщо в цьому віці не буде звернено спеціальної уваги на розвиток спритності, пластичності і правильності прийомів, то в наступний період зазвичай важче опановувати ними, а незручність і незграбність рухів, притаманна підлітку, може зберегтись на все життя.

Значним фактором фізичного розвитку підлітка є те, що відбувається в цьому віці статеве дозрівання, початок функціонування статевих залоз, яке впливає на роботу внутрішніх органів, на діяльність мозку, серця, викликає і зовнішні зміни у вигляді вторинних статевих ознак.

Відповідно до соціально-економічних потреб сучасного суспільства у його подальшому розвитку і виходячи із сутності загальної середньої освіти метою впровадження бойового хортингу в школі є сприяння всебічному розвитку особистості. Установка на всебічний розвиток особистості засобами бойового хортингу передбачає оволодіння школярами основами фізичної культури і спеціальними вправами бойового хортингу, додатками яких є: міцне здоров'я, гарний фізичний розвиток, оптимальний рівень рухових здібностей, знання та навички в спортивній галузі бойового хортингу, фізичної культури, мотиви і способи (уміння) здійснювати фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність.

Досягнення цієї мети забезпечується вирішенням наступних основних завдань:

зміцнення здоров'я та сприяння нормальному фізичному розвитку;

навчання життєво важливим руховим умінням і навичкам;

розвиток рухових (кондиційних і координаційних) здібностей до виконання спеціальних вправ бойового хортингу;

придбання, окрім бойового хортингу, необхідних знань у галузі загальної фізичної культури і спорту;



виховання потреби й уміння самостійно займатися бойовим хортингом, фізичними вправами, свідомо застосовувати їх з метою активного відпочинку, тренування і підвищення працездатності;

отримання навичок самооборони;

виховання моральних і вольових якостей, нормалізація психічних процесів і властивостей юного спортсмена.

### **Методична розробка з ведення уроку бойового хортингу в 5–9-х класах**

Вправи розминки на місці. Перекид вперед без згинання ніг. Самостраховка: падіння вперед з опорою на руки. Больовий прийом: важіль ліктя через стегно. Бесіда на тему «Методи розвитку сили». Виведення з рівноваги ривком із захопленням руки і шиї. Прийоми самозахисту: звільнення від захоплення руки рукою.

1. Вправи розминки на місці зазвичай виконуються після вправ у русі. Коли група учнів, що займаються бойовим хортингом, а приміщення для занять недостатньо просторе, виконуються тільки вправи на місці.

Приклади вправ:

- 1) ходьба на місці з високим підніманням стегна;
- 2) біг на місці з прискоренням (за сигналом вчителя);
- 3) біг з дістанням п'ятами сідниць;
- 4) стрибки з поворотом на 180° (360°) на двох ногах і на одній нозі;
- 5) махи ногою вперед, назад, в сторони (з максимальною амплітудою);
- 6) присідання з партнером на плечах;
- 7) нахили вперед без згинання ніг, руками торкатися хорта (майданчика, підлоги);
- 8) з положення стоячи на колінах сідати на сідниці зліва і справа;
- 9) з положення стоячи на колінах прогнутися, дістаючи потилицею хорт;

10) з положення лежачи на спині, піднімаючи ноги, дістати носками хорт за головою вперед, назад, в сторони.

2. Окрім наведених вправ на уроці бойового хортингу вивчають перекид вперед з прямих ніг. Учні дається завдання виконати звичайний перекид вперед, але без згинання ніг. Можна також запропонувати учням спочатку зробити перекид без згинання ніг із положення –ноги нарізно (ширше плечей), потім виконати перекид вперед із положення ноги разом. Після перекату по спині ноги слід зігнути, щоб встати у стійку.

3. Самостраховка: падіння вперед з опорою на руки.

Послідовність вправ:

- 1) В упорі лежачи згинання та розгинання рук.
- 2) В упорі лежачи на пальцях згинання та розгинання рук.
- 3) З положення на колінах, руки назад – падіння вперед, прогнувшись з опорою на руки.
- 4) З положення стоячи, ноги розставлені широко – падіння вперед з опорою на руки. При падінні учні не повинні торкатися грудьми хорта, при цьому необхідно згинати руки, амортизуючи удар. Падіння на випрямлені руки забороняється. Тулуб слід тримати прямо.

4. Прийоми боротьби у партері (лежачи): важіль ліктя через стегно. Сприятливі умови: прийом проводиться після виконання утримання збоку (учень знаходиться збоку). Проведення прийому: захопити атаковане передпліччя і віджати його до стегна ноги, що лежить на хорті так, щоб плече лягало на стегно, передпліччя опускалося до хорта між ногами. Плавню розгинати руку до подачі сигналу (голос, хлопки по хорту іншою рукою), якщо спортсмену не вистачає сили однієї руки для віджимання руки противника, слід допомогти стегном, посилити тиск на передпліччя руки, що розгинає.

5. Бесіда на тему: «Методи розвитку сили».

Під силою ми розуміємо здатність за допомогою напруги м'язів проводити рухи, долати будь-які силові дії або протистояти їм. Існує два основні методи розвитку сили:

- за допомогою динамічних вправ;
- за допомогою статичних вправ.

**Динамічні вправи** виконуються, долаючи силу тяжіння, опір партнера тощо. Характеризуються вони порівняно невеликими навантаженнями (виконуються до появи втоми, «до відмови», великими навантаженнями виконуються 1–3 рази також до появи втоми; після невеликого відпочинку, 2–3 хв, вправи повторюються), змінними навантаженнями. Спочатку виконуються вправи з невеликим навантаженням, потім із середнім і граничним. Може бути й інша послідовність. Наприклад, виконують вправи з максимальним навантаженням (1–2 рази), потім з меншим, але з великою кількістю повторень.

**Статичні вправи** полягають у протидії будь-яким силам протягом певного часу. Спортсмен приймає якусь позу (кут, вис, упор тощо) і утримує її певний час або прагне підняти вагу вище своїх можливостей. Позиція спортсмена і обтяження повинні викликати скорочення певних м'язів.

До основних засобів розвитку сили відносяться вправи з тренажерами (штанга, гирі, гантелі тощо) і обтяженням (власною вагою або вагою партнера).

6. Прийоми бойового хортингу в стійці: виведення з рівноваги ривком із захопленням руки та шиї. Сприятливі умови: противник неправильно переміщує ноги або стає в низьку стійку (схрещує ноги, далеко відставляє одну ногу, дуже широко розставляє ноги, сильно розгортає плечі відносно площини тазу, переносить вагу тіла на одну ногу, спирається руками на атакуючого).

Проведення прийому: атакуючий спортсмен ривком за руку переносить вагу противника на одну ногу. Повертаючись у напрямку ривка, атакуючий поштовхом плеча в шию супротивника змушує його падати разом із собою (скручуючи навколо поздовжньої осі).

7. Прийоми самозахисту: звільнення від захоплення руки рукою.

1) Від захоплення однією рукою за зап'ястя різнойменної руки. Звільнення виконується ривком усередину великого пальця руки атакуючого. Попередньо слід обертати руку таким чином, щоб променева кістка виявилася в проміжку між великим та іншими пальцями руки супротивника.

2) Від захоплення однією рукою за зап'ястя однойменної руки. Виконується ривком назовні убік великого пальця у те місце, де він з'єднується з іншими пальцями. Принцип звільнення той же, що і в першому випадку, змінюється тільки напрямком ривка і обертання руки.

### **Методична розробка для проведення уроку бойового хортингу в 5 класі**

Вправи розминки в русі.

Акробатичні вправи-перекиди вперед.

Самостраховка при падінні на бік.

Кидок задньою підніжкою.

Переворот із захватом рук.

Вправи для розвитку сили з партнером.

Вправи розминки в русі дозволяють вдосконалюватися в способах пересування по хорту й одночасно підготувати організм до навантаження.

Приклад вправ:

1. Ходьба на носках, на п'ятах, носками всередину, носками назовні, на внутрішньому і зовнішньому боці ступні, у напівприсіді, в повному присіді.

2. Біг спиною вперед, боком вперед (приставними кроками, зі схрещуванням ніг), навпочіпки.

3. Стрибки на двох ногах, на одній нозі, з поворотом у повітрі на 180° і на 360°.

4. Ходьба з обертанням рук вперед і назад.

5. Ходьба з поворотами тулуба.

6. Чергування стрибків і бігу.

Акробатичні вправи – перекиди вперед. Перекид вперед з місця виконується таким чином: поставивши ноги разом і присівши, не розводячи коліна, сильно зігнути спину і поставити долоні на хорт. Трохи піднявши таз, потилицею торкнутися хорту та, відштовхнувшись носками, зробити перекид вперед по спині, не випростуючись. Під час перекиду по спині ноги зігнути. Кистями захопити гомілки і притиснути ноги п'ятами до сідниць.

Вивчення самостраховки при падінні на бік починається з освоєння учнями кінцевого положення (угруповання), в яке вони повинні приходити при завершенні кидка. Коли угруповання вивчене, необхідно навчитися швидко приходити в положення угруповання з положення лежачи [94–99]. Спортсмени роблять оплеск однією рукою по хорту і підтягують ноги до грудей. При цьому ногу, однойменну руці, що робить оплеск, слід, зігнувши, покласти біля руки. Іншу ногу поставити приблизно на рівні середини гомілки лежачої ноги.

#### ***Задня підніжка під виставлену ногу.***

Сприятливі умови:

1. Противник виставляє вперед ногу і тягне атакуючого.
2. Противник стоїть на атакуємій нозі.

Підготовка. Різким ривком змусити противника перенести вагу на атакуєму ногу; для збереження рівноваги він нахиляється назад і зменшує стійкість у напрямку кидка.

Проведення прийому. Атакуючий ставить ступню ззаду, між ногами противника, впираючись у його підколінний згин своїм підколінним згином. Випрямляючи ногу і відштовхуючись нею від хорта, атакуючий спортсмен згинає ближню ногу супротивника і захоплює його на себе вперед і убік. При падінні супротивника на спину необхідно зробити крок уперед іншою ногою, підтримати його і пом'якшити падіння.

#### ***Переворот захватом рук.***

Сприятливі умови: противник стоїть навпочіпки, розставивши руки нешироко.

Проведення прийому. Встати збоку від партнера на одне коліно (ближнє до його ніг), захопити його дальнє плече двома руками. Підтягуючи руки до себе і натискаючи плечем у бік суперника, перевернути його на спину.

Вправи для розвитку сили з партнером.

1. Кут в упорі (прямі ноги підняті над поверхнею хорту під кутом 30°).
2. Утримання і перенесення партнера на руках.
3. Перенесення партнера на стегні (на одному потім на іншому).
4. Повороти тулуба в нахилі з партнером, лежачим на плечах.
5. Присідання з партнером, що сидить (стоїть) на плечах.
6. Згинання і розгинання рук стоячи перед партнером (в обопільному захваті-упорі долонями).

### **План проведення позакласного заходу з бойового хортингу серед учнів 5-9, 10-11 класів**

1. Клас ділиться на дві рівні за силою команди.
2. Кожна команда має свою назву і гасло.
3. Суддівство здійснює вчитель і його помічник.
4. Кожен етап змагання має свою назву.
5. За кожен перемогу на етапі нараховується 3 бали, за нічию – 2 бали, за поразку – 1 бал.

Етапи:

1. «Знання» – командам одночасно задаються питання з історії, методики, спортивної практики бойового хортингу (історія виникнення, що виховує бойовий хортинг, етикет, правила змагань, надання першої медичної допомоги, травми, гігієна тощо). Протягом 3 хвилин команди повинні дати вірну відповідь на кожне питання. Перемагає команда, яка відповіла на більшу кількість запитань.

2. «Сила» – кожен учасник команди в упорі лежачи згинає і розгинає руки максимальну кількість разів, результат підсумовується. Перемагає команда, що зробила найбільшу кількість повторень.

3. «Швидкість» – кожен учасник команди бере участь в естафеті з включенням акробатичних елементів бойового хортингу (перекиди вперед, назад, переворот боком тощо). Перемагає команда, що показала найменший час.

4. «Гнучкість» – команди приймають положення сидячи з упором на ліктях обличчям один до одного, ноги піднімають над хортом під кутом 30°. Перемагає команда, учасник якої останнім залишиться тримати ноги.

5. «Регбі на колінах» – від кожної команди участь у грі беруть 5 чоловік. Пересуваючись по хорті на колінах і передаючи один одному м'яч, спортсмени намагаються занести його в «дім» суперника. Перемагає команда, що зробить найбільшу кількість «заносів».

6. «Кидок» – участь бере вся команда. Учасники розбиваються парами. За відведений час потрібно виконати найбільшу кількість кидків із положення «стоячи». Перемагає команда, що виконала найбільшу кількість кидків.

7. «Лава на лаву» – бере участь вся команда. Проводиться жеребкування. Учасник кожної команди бореться в положенні «стоячи» з учасником іншої команди до першого кидка. Виграє команда, що перемогла в більшій кількості сутичок.

У змаганнях перемагає команда, що набрала на всіх етапах найбільшу кількість балів.

Дана гра з елементами бойового хортингу підвищує інтерес до тренувань підготовлених спортсменів, а також дозволяє залучати до занять бойовим хортингом початківців..

**Висновок.** На закінчення вищевикладеного можна стверджувати, що бойовий хортинг – це ефективний засіб психологічної та фізичної підготовки, що володіє практично необмеженими можливостями для вдосконалення навичок застосування в умовах реальної протидії під впливом великого нервово-емоційного і фізичного напруження. Унікальність бойового хортингу як ефективного засобу психологічної і професійно-прикладної фізичної підготовки співробітників поліції ще бачиться в тому, що в процесі занять відбувається моделювання навчальної та контрольної рукопашної сутички не в теорії, а в реальному контактному протистоянні з боку супротивника.

У ході рукопашної сутички співробітнику поліції необхідно вміти використовувати практичні бойові навички (удари, захисти, пересування, кидки, утримання, больові та задушливі прийоми, звалювання, виведення з рівноваги тощо) зі свого рухового арсеналу, адекватно ситуації, що склалася. Іншими словами, треба вміти провести пошук необхідних елементів, сформувавши їх у реальну рухову дію і практично реалізувати. В цьому аспекті особлива роль відводиться психічній діяльності співробітника, яка в стресовій ситуації може дати збій, ввести співробітника поліції в ступор або ж навпаки викликати невинуватого агресію, чого чинний співробітник поліції собі дозволити не може, оскільки службовими обов'язками йому призначено захищати життя і здоров'я всіх громадян України.

**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. Коломоець // 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. Єрмоєнко, 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. Ерєменко Э. А. Хортинг – философия украинского единоборца / Э. А. Ерєменко // 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. Основоположні 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. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 130–138.
72. Ільницький І. Р. Хортинг та організація навчання / І. Р. Ільницький, Е. А. Єрмоєнко, 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. Єрмоєнко, 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. Кіблицький Р. В. Бойовий хортинг: концептуальні засади розвитку і популяризації в Україні / Р. В. Кіблицький, 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. 502–514.
75. Коломоєць Г. А. Бойовий хортинг і принципи формування духовно-моральної вихованості учнів / Г. А. Коломоєць, Е. А. Єрмоєнко, 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. Єрмоєнко, 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. Єрмоєнко, В. В. Вехтєв // 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. 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. 6–14.
79. Куцкір М. С. Принципи виховання системних вольових якостей спортсменів хортингу / М. С. Куцкір, Е. А. Єрмоєнко, 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. 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. 403–422.
81. Лях В. Інноваційні підходи у боротьбі «Лави на лаву» з учнями козацьких класів і спортсменів бойового хортингу / В. Лях, Е. Єрмоєнко // 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. 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. 305–315.
83. Остапенко О. І. Бойовий хортинг як засіб формування у старшокласників готовності до військової служби / О. І. Остапенко, 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. 638–652.

84. Петрочко Ж. В. Хортинг – школа сили і честі юного українця : метод. посіб. / Ж. В. Петрочко, Е. А. Єрмоєнко. – К. : ПАЛИВОДА А. В., 2016. – 544 с.
85. Полторацький С. С. Бойовий хортинг у впровадженні воїнських традицій українського народу / С. С. Полторацький, 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. 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.

## **Muntian I. V., Yeromenko E. A.**

State Tax University, Irpin, Ukraine

### **Demonstration of combat horting exercises and techniques at a school physical education lesson**

***Abstract.** This scientific article offers methodical recommendations for conducting a physical education lesson with combat horting exercises in secondary school, provides methodological developments for physical education lessons with elements of combat horting in general secondary education, updated problems of using combat horting techniques in teaching students. study in educational institutions and children's and youth sports schools. In the study of effective means and methods of combat horting, as well as the content of training programs for athletes, the current and popular techniques of techniques, as well as health-improving elements and physical exercises of a health-improving nature. The elements of practice and methods of physical training of schoolchildren, methods of training in combat horting, which are necessary for the improvement of physical qualities, are considered. The conditions of effective use of combat horting technique for training in combat and special techniques and conditions of their use by students of sports sections and clubs are revealed. It was determined as a result of research that the primary school age of a young athlete is sensitive to: the formation of learning motives, the development of sustainable cognitive needs and sports interests of athletes; development of productive techniques and skills of educational work, ability to study and train; disclosure of individual features and abilities of athletes; development of skills of self-control, self-organization and self-regulation in the educational and training process; formation of adequate self-esteem, development of critical attitude towards oneself and others; assimilation of social norms, moral development, which is reflected in combat horting classes; development of communication skills with peers, teammates of combat horting, establishing strong friendly contacts. Methodical recommendations of application of methods of combat horting for carrying out of lessons of physical culture at school are given.*

***Ke words:** methodical recommendations, combat horting, conducting a physical education lesson, methods of conducting classes, combat horting exercises, secondary school.*