

# **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**

**ІРПІНЬ – 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.*

---

---

# ТЕОРЕТИЧНІ ТА ПРАКТИЧНІ ЗАСАДИ ВИДУ СПОРТУ БОЙОВОГО ХОРТИНГУ ЯК ВПЛИВОГО ЗАСОБУ ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЛЮДИНИ

**ФЕДИНА Юрій Олександрович**  
**СРЬОМЕНКО Едуард Анатолійович**  
*Державний податковий університет, м. Ірпінь*

***Анотація.** У даній науковій статті описано науково-практичні основи бойового хортингу як засобу фізичної культури, характеризується теорія і методика бойового хортингу як наукова і навчальна дисципліна, розкриваються мета, завдання та функції фізичного виховання засобами бойового хортингу в процесі спортивної діяльності. Визначено вимоги та педагогічні засоби оптимізації управління тренуванням спортсменів бойового хортингу в процесі занять. Зазначено, що теорія і методика бойового хортингу тісно пов'язана з рядом наукових дисциплін. Будь-яка наука не може повноцінно розвиватися, обмежившись результатами тільки власного предмета дослідження. Теорія і методика бойового хортингу вирішує спеціальні педагогічні проблеми, що знаходяться на стику декількох наукових дисциплін. Вона тісно пов'язана із загальною педагогікою, загальною та віковою психологією. Філософія дає для неї методологічну основу пізнання, спираючись на яку вчені отримують можливість об'єктивно оцінювати дію соціальних законів в області бойового хортингу, проникати в суть проблеми, узагальнювати, аналізувати і відкривати нові закономірності її функціонування і перспективи розвитку в суспільстві. Зв'язок з біологічними науками обумовлений необхідністю вивчення реакцій організму спортсменів бойового хортингу на вплив засобів фізичного виховання, що визначає розвиток адаптації. Тільки з огляду на анатомічні, фізіологічні та біохімічні закономірності, що протікають в організмі людини, можна ефективно управляти процесом фізичного виховання під час занять бойовим хортингом. Особливо тісні контакти теорії і методики бойового хортингу з усіма спортивно-педагогічними дисциплінами. Приватні дисципліни спираються на загальні положення, що розробляються теорією фізичної культури, а отримувани ними конкретні дані є матеріалом для нових узагальнень. У процесі свого розвитку теорія і методика бойового хортингу не може повністю виключити із загальної теорії особливі закономірності, які стали предметом бойового хортингу як спеціальної науки.*

***Ключові слова:** науково-практичні основи, бойовий хортинг, навчальна дисципліна, засіб фізичного виховання, організм людини, спортивна дисципліна.*

**Актуальність наукового дослідження.** Теорія і методика бойового хортингу – це система основних ідей у галузі бойового хортингу, що дає цілісне уявлення про закономірності взаємозв'язків між предметами, явищами, процесами розвитку виду спорту.

**Теорія і методика бойового хортингу як наукова і навчальна дисципліна.** Теорія і методика бойового хортингу (ТМБХ) як наукова дисципліна являє собою узагальнену систему наукових знань про сутність бойового хортингу і закономірності його використання для фізичного вдосконалення людини.

**Виклад основного матеріалу.** З історії можна зазначити, що розвиваючись під впливом праці, а також у процесі своєї ігрової, пізнавальної, комунікативної діяльності, людина впливала на природу, на навколишнє середовище за допомогою своїх фізичних сил і рухових дій [1–10; 19–32]. Її фізичні здібності спочатку удосконалювалися у ході природного біологічного розвитку і праці. Поступово людина стала усвідомлювати, що існує залежність між підготовкою до праці та її результатами.

Виникають первісні, стихійні основи навчання і виховання як необхідні умови підготовки до життя, до праці, до багатогранної діяльності. З цього складного процесу первісної педагогіки поступово, у міру історичного розвитку суспільства, виділяються і зачатки фізичної культури як області спеціальної діяльності, в якій вирішуються завдання власне фізичної підготовки людей до різних вимог життя [11].

У ході розвитку людини і суспільного виробництва виникла соціальна потреба визначити загальні цілі та конкретні завдання, а також і спеціальні засоби фізичної підготовки людей до життя, методи використання цих засобів. На перших порах розвитку людського суспільства всі ці питання вирішувалися інтуїтивно, стихійно, або тільки на основі прямої передачі та освоєння досвіду попередніх поколінь. Пізніше ця діяльність виділилася у самостійну і соціально необхідну професію та її теорію. А з виробленням теорії, яка відповідала на питання «що це за явища», виникла методика, яка відповідає на запитання «як цими явищами керувати для досягнення результату». Фізична культура поступово виростає в область широкої і складної соціальної діяльності, в якій формуються і здійснюються науково-практичні підходи з позицій різних наук – філософії, історії, педагогіки, психології, біології (фізіології, анатомії тощо), соціології. Тому виникає її теорія і методика, яка спирається на дані історичного досвіду, сучасної практики, а також на дані соціально-економічних, медико-біологічних і психолого-педагогічних наук і розкриває загальні закони та закономірності фізичної культури.

Таким чином, у міру ускладнення і розвитку суспільних вимог до фізичної підготовленості людей, до діяльності в різних сферах життя з'являються передумови до виникнення теорії і методики фізичного виховання. Спочатку виникають і розвиваються погляди на фізичне виховання як на педагогічний процес і необхідну частину загальної освіти. У другій половині XIX століття була розроблена теорія і методика фізичної освіти, яка була спрямована на формування знань, умінь, навичок в області рухової діяльності, розроблені принципи, форми і методи використання фізичних вправ для фізичного та інтелектуального розвитку людини. Отже, пізніше була розроблена теорія і методика фізичного виховання.

Теорія і методика бойового хортингу відноситься до категорії педагогічних наук, оскільки вона пов'язана з процесами освіти, тренування, навчання і виховання людини. Вона вивчає бойовий хортинг не тільки як вид спорту, а й як особливий, специфічний вид культури суспільства, складну область соціально необхідної діяльності, що має безліч взаємозв'язків з іншими явищами і сторонами соціального життя суспільства.

Завдання теорії і методики бойового хортингу як науки полягають у тому, щоб:

виявити і розкрити взаємозв'язок і взаємовплив культури бойового хортингу загальної та фізичної, закономірності гармонійного розвитку людини;

обґрунтувати засоби, що забезпечують цілеспрямований і всебічний фізичний розвиток спортсменів бойового хортингу;

визначити оптимальні методи використання засобів, доцільні форми і принципи, що забезпечують їх ефективну реалізацію.

**Місце теорії і методики бойового хортингу у системі наук про фізичну культуру і спорт.** Теорія і методика бойового хортингу тісно пов'язана з рядом наукових дисциплін. Будь-яка наука не може повноцінно розвиватися, обмежившись результатами тільки власного предмета дослідження [12–18]. Теорія і методика бойового хортингу вирішує спеціальні педагогічні проблеми, що знаходяться на стику декількох наукових дисциплін. Вона тісно пов'язана із загальною педагогікою, загальною та віковою психологією.

Філософія дає для неї методологічну основу пізнання, спираючись на яку вчені отримують можливість об'єктивно оцінювати дію соціальних законів в області бойового хортингу, проникати в суть проблеми, узагальнювати, аналізувати і відкривати нові закономірності її функціонування і перспективи розвитку в суспільстві. Зв'язок з біологічними науками обумовлений необхідністю вивчення реакцій організму спортсменів бойового хортингу на вплив засобів фізичного виховання, що визначає розвиток адаптації. Тільки з огляду на анатомічні, фізіологічні та біохімічні закономірності, що протікають в організмі людини, можна ефективно управляти процесом фізичного виховання під час занять.

Особливо тісні контакти теорії і методики бойового хортингу з усіма спортивно-педагогічними дисциплінами. Приватні дисципліни спираються на загальні положення, що розробляються теорією фізичної культури, а отримувані ними конкретні дані є матеріалом для нових узагальнень. У процесі свого розвитку теорія і методика бойового хортингу не може

повністю виключити із загальної теорії приватні закономірності, які стали предметом бойового хортингу як спеціальної науки. Отже, найбільш загальні закономірності, які діють не тільки в бойовому хортингу, а стосуються будь-яких видів рухової активності людини, не стали і не можуть стати предметом будь-якої приватної дисципліни. Розробка цих загальних закономірностей та специфічних характеристик бойового хортингу і становить основу сучасної теорії і методики бойового хортингу.

Як навчальна дисципліна теорія і методика бойового хортингу (ТМБХ) є основним профілюючим предметом професійної освіти за спеціальністю фізична культура і спорт (спеціалізація «Бойовий хортинг»), а також за спеціальністю «Правоохоронна діяльність» галузі знань «Цивільна безпека» (спеціалізації «Кримінальний аналіз», «Оперативно-тактичне забезпечення правоохоронної діяльності»). Цей предмет має першорядне значення в формуванні основних професійних поглядів і переконань не тільки тренерів і спортсменів, а також військовослужбовців, правоохоронців та працівників інших силових структур [33–48]. Це база для освоєння спеціальності тренер з бойового хортингу, інструктор, учитель, методист тощо. Тому в розробці специфічних проблем теорії і методики спортивного тренування з даної спеціалізації всі спортивно-педагогічні дисципліни спираються на основні положення теорії і методики бойового хортингу.

**Мета, завдання та функції фізичного виховання засобами бойового хортингу.** З кожним роком кількість спортсменів в Україні, які займаються бойовим хортингом, збільшується. Відповідно до законодавства, заклад освіти, вирішуючи завдання професійної підготовки, має забезпечити і фізичну підготовку учнів. Фізичне виховання спортсменів бойового хортингу, таким чином, розглядається як невід'ємна, найважливіша частина загального виховання особистості. Бойовий хортинг – національний професійно-прикладний вид спорту України. Він є органічною частиною загальнолюдської культури, її особливою самостійною сферою пізнання та виховання. Разом з тим це специфічний процес і результат людської діяльності, засіб і спосіб фізичного вдосконалення особистості. Бойовий хортинг впливає на життєво важливі сторони спортивного існування, отримані у вигляді задатків, які передаються генетично і розвиваються в процесі життя під впливом виховання, діяльності та навколишнього середовища. Бойовий хортинг, як соціальне явище, повноцінно задовольняє потреби людини у спілкуванні, грі, розвазі, в деяких формах самовираження особистості через соціально активну корисну діяльність. У своїй основі бойовий хортинг має доцільну рухову діяльність у формі прийомів самозахисту, фізичних вправ, що дозволяють ефективно формувати необхідні вміння та навички, фізичні здібності, оптимізувати стан здоров'я.

Бойовий хортинг представлений сукупністю *матеріальних* і *духовних* цінностей. До перших відносяться спортивні споруди, інвентар, спеціальне обладнання, спортивна екіпіровка, медичне забезпечення. До других можна віднести інформацію, твори мистецтва, сам вид спорту як змагальна діяльність, арсенал прийомів самооборони, ігри, комплекси фізичних вправ, етичні норми, що регулюють поведінку людини в процесі фізкультурно-спортивної діяльності. У розвинених формах бойовий хортинг продукує естетичні цінності: спортивні змагання, фізкультурні паради, спортивно-показові виступи, фізкультурні свята тощо.

**Результатом діяльності** у бойовому хортингу є фізична підготовленість і ступінь досконалості рухових умінь і навичок, високий рівень розвитку життєвих сил, спортивні досягнення, моральний, естетичний та інтелектуальний розвиток.

**Метою** фізичного виховання дітей та молоді засобами бойового хортингу є формування загальної фізичної культури особистості, через застосування тренувальних методик і оздоровчих технологій бойового хортингу [49–62]. Для досягнення поставленої мети передбачається вирішення наступних тренувальних, виховних, освітніх, розвивальних і оздоровчих завдань:

розуміння ролі бойового хортингу щодо розвитку особистості і підготовки її до професійної діяльності;

знання науково-практичних основ бойового хортингу як засобу фізичної культури і здорового способу життя;

формування мотиваційно-ціннісного ставлення до бойового хортингу, установки на здоровий стиль життя, фізичне самовдосконалення і самовиховання, потреби в регулярних заняттях бойовим хортингом;

оволодіння системою практичних умінь і навичок, що забезпечують збереження і зміцнення здоров'я, психічне благополуччя, розвиток і вдосконалення психофізичних здібностей, якостей і властивостей особистості спортсмена бойового хортингу, самовизначення людини у виді спорту бойовому хортингу;

зміцнення здоров'я засобами бойового хортингу, формування потреби в підтримці високого рівня фізичної і розумової працездатності, самоорганізації здорового способу життя;

освоєння спортсменами теоретичних знань, спортивно-прикладних умінь і навичок у бойовому хортингу;

підвищення рівня фізичної підготовленості;

удосконалення психомоторних здібностей, що забезпечують високу продуктивність спеціалізованих професійно-технічних дій у бойовому хортингу;

створення у спортсменів системного комплексу знань, теоретичних основ і практичних навичок для реалізації їх потреби в руховій активності і фізичному вдосконаленні на виробництві, в побуті, сім'ї та раціональній організації вільного часу з творчим освоєнням усіх цінностей бойового хортингу;

створення умов для повної реалізації творчих здібностей спортсменів;

моральне й естетичне виховання, фізичний і духовний розвиток спортсменів у ході навчально-тренувального процесу, організованого на основі сучасних загальнонаукових і спеціальних технологій в області теорії, методики і практики бойового хортингу;

забезпечення загальної і професійно-прикладної фізичної підготовленості, психофізичної готовності школяра та студента, який займається бойовим хортингом, до майбутньої професії.

Роль бойового хортингу та інших форм спрямованого використання фізичного виховання у закладах освіти багатогранна. Технічний прогрес, стрімкий розвиток науки і дедалі зростаюча кількість нової інформації, яку потребує сучасний фахівець, роблять навчальний процес школяра і студента все більш інтенсивним, напруженим.

Відповідно зростає значення бойового хортингу як засобу оптимізації режиму життя, активного відпочинку, збереження і підвищення працездатності дітей та молоді протягом усього періоду навчання у закладах освіти [63–78]. Поряд з цим за допомогою бойового хортингу забезпечується загальна і спеціальна фізична підготовка спортсменів з урахуванням умов майбутньої професії. Вирішуючи специфічні завдання фізичного виховання молоді, бойовий хортинг грає суттєву роль у моральному, вольовому та естетичному розвитку, вносить значний вклад у підготовку високоосвічених і всебічно розвинених фахівців.

Підвищення ролі спрямованого використання засобів бойового хортингу в період навчання у закладах загальної середньої, позашкільної, професійно-технічної і вищої освіти обумовлено, зокрема, тим, що робочий режим школяра, студента, курсанта часто характеризується малорухомістю, одноманітністю робочої пози протягом 10–12 годин.

Спеціальні профілактичні та оздоровчі фізичні вправи бойового хортингу в цих умовах – ефективний фактор протидії негативним наслідкам гіподинамії, а також розумового і нервово-емоційного навантаження. Витрати часу на заняття бойовим хортингом при цьому компенсуються завдяки підвищенню загальної працездатності, і в тому числі і розумової.

У процесі фізичного виховання молоді засобами бойового хортингу здійснюються тренувальні, оздоровчі, освітні та виховні завдання.

Серед тренувальних та оздоровчих завдань особливе місце займає охорона життя і зміцнення здоров'я школярів і студентів, які займаються бойовим хортингом, всебічний фізичний розвиток, вдосконалення функцій організму, підвищення активності та загальної працездатності.



З огляду на специфіку дитячого, юнацького, молодіжного віку, тренувальні та оздоровчі завдання системи бойового хортингу визначаються в більш конкретній формі.

**Оздоровчі завдання бойового хортингу** передбачають:

допомога формуванню вигину хребта, розвитку скелетних ступні, зміцненню зв'язкового-суглобового апарату;

сприяння розвитку всіх груп м'язів, особливо м'язів-розгиначів;

сприяння правильному співвідношенню частин тіла;

вдосконалення діяльності серцево-судинної і дихальної системи.

**Освітні завдання бойового хортингу** передбачають:

формування рухових умінь і навичок, розвиток фізичних якостей;

підвищення ролі фізичних вправ у життєдіяльності спортсменів;

застосування різноманітних способів зміцнення здоров'я.

Завдяки пластичності нервової системи у спортсменів бойового хортингу рухові навички формуються порівняно легко [79–93]. Рухові навички полегшують зв'язок з навколишнім середовищем і сприяють освоєнню професійно-орієнтованих рухів: школяр і студент сам цікавиться новими рухами і діями щодо обраної професії, вивчає ті рухи і дії, які його цікавлять, і знайомиться з ними. Правильне виконання фізичних вправ бойового хортингу ефективно впливає на розвиток м'язів, сухожиль, суглобів, кісткової системи.

Рухові навички, сформовані у молодих людей учнівського та студентського віку, складають фундамент для їх подальшого вдосконалення в професійній діяльності і дозволяють надалі досягати високих спортивних результатів у бойовому хортингу. В процесі формування рухових навичок у молоді виробляється здатність легко опановувати складнішими рухами і різними видами діяльності, що включають ці рухи. Обсяг рухових навичок за віковими даними експериментально доведений і знаходиться в розроблених і впроваджених навчальних програмах з бойового хортингу для школярів і студентів закладів освіти.

**Виховні завдання бойового хортингу** спрямовані на різнобічний розвиток спортсменів, формування у них інтересу і потреби до систематичних занять бойовим хортингом. Система фізичного виховання засобами бойового хортингу у закладі освіти будується з урахуванням індивідуальних вікових та психологічних особливостей учнів.

Фізичне виховання засобами бойового хортингу сприяє здійсненню естетичного виховання. У процесі виконання прийомів бойового хортингу та фізичних вправ слід розвивати здатність сприймати, відчувати естетичне задоволення, розуміти і правильно оцінювати ефективність, прикладну цінність, красу, витонченість, виразність рухів.

**Метою фізичного виховання засобами бойового хортингу** є формування фізичної підготовленості в бойовому хортингу та навичок здорового способу життя. Для вирішення завдань фізичного виховання молоді використовуються: гігієнічні фактори, сили природи, фізичні вправи тощо [94–99]. Повноцінне фізичне виховання засобами бойового хортингу досягається при комплексному застосуванні всіх засобів, оскільки кожен з них по-різному впливає на організм людини. Дотримання гігієнічних факторів є обов'язковою складовою для вирішення завдань фізичного виховання спортсменів.

**Фізичні вправи** – основний специфічний засіб фізичного тренування і виховання засобами бойового хортингу надає на спортсмена різносторонню дію. Вони використовуються для вирішення завдань фізичного виховання, сприяють збагаченню розумового і трудового потенціалу людини, а також є засобом лікування при багатьох захворюваннях.

### **Зміст програми теоретичних занять з бойового хортингу**

#### **Теоретичний матеріал**

#### **Тема 1. Фізична культура і спорт в Україні**

Фізична культура і спорт у системі народної освіти: практичне заняття; оздоровча гімнастика в денному режимі; гуртки та секції з бойового хортингу в закладах освіти України. Значення загальної фізичної підготовки для досягнення майстерності. Досягнення українських спортсменів бойового хортингу на міжнародній арені. Фізична культура і спорт як форма морального виховання підростаючого покоління. Бойовий хортинг у системі



фізичного виховання як національний професійно-прикладний вид спорту України. Фізична культура у системі народної освіти. Оздоровчі, бойові та культурні традиції українського народу.

Київська Русь – середовище лицарського виховання та бойових традицій українців. Запорозька Січ – колыска українського козацтва. Класифікація засобів фізичного виховання та видів спорту. Місце бойового хортингу у системі засобів фізичного виховання. Розрядні нормативи та вимоги з бойового хортингу. Міжнародні зв'язки спортсменів України, участь у міжнародних змаганнях, чемпіонатах світу та Європи.

## **Тема 2. Історія розвитку і сучасний стан бойового хортингу в Україні та за кордоном**

Виникнення виду спорту, заснованого на бойових, культурних та оздоровчих традиціях українського козацтва. Біографія, військовий і спортивний шлях засновника, ідея та мета заснування бойового хортингу як виховної системи сильних українців. Виховна роль бойового хортингу, його філософія й етикет. Розвиток бойового хортингу в Україні і твоєму місті чи районі. Офіційне визнання бойового хортингу в нашій державі. Національні змагання, чемпіонати, кубки України, міжрегіональні, обласні, міські, районні, міжклубні, внутрішньоклубні змагання. Спортивні змагання серед дітей, юнаків, кадетів, юніорів і дорослих. Чоловічий та жіночий спорт. Аналіз результатів найбільших національних і міжнародних змагань. Виступ українських спортсменів на міжнародній арені. Сучасний бойовий хортинг і шляхи його подальшого розвитку. Національна федерація бойового хортингу України, Європейська та Всесвітня федерація бойового хортингу, найкращі українські команди, тренери, спортсмени.

## **Тема 3. Відомості про будову та функції організму людини. Вплив фізичних вправ на організм**

Систематичні заняття бойовим хортингом як важлива умова зміцнення здоров'я, підвищення працездатності та досягнення високих спортивних результатів. Тренування як процес удосконалення функцій організму (центральної нервової системи, обміну речовин, м'язової системи, кровообігу, дихання), а також виховання вольових і моральних якостей, технічної й тактичної майстерності. Вплив фізичних вправ на зовнішній вигляд спортсмена, будову його тіла та поставу. Покращення функцій м'язової системи, органів дихання та кровообігу внаслідок впливу регулярних занять бойовим хортингом. Значення систематичних занять фізичними вправами для зміцнення здоров'я, розвитку фізичних здібностей і досягнення результатів.

## **Тема 4. Гігієна та режим харчування спортсменів**

Роль гігієни в житті спортсмена бойового хортингу. Особиста та суспільна гігієна. Поняття про гігієну навчання, відпочинку та занять бойовим хортингом. Догляд за тілом, волоссям, порожниною рота. Гігієнічні вимоги до спортивного одягу та взуття. Значення водних процедур у заняттях з бойового хортингу. Гігієна сну. Гігієна житла та місця тренувальних занять (повітря, температура, освітлення та вентиляція приміщень). Гігієнічні вимоги до занять бойовим хортингом. Значення й основні правила загартовування. Основні засоби та методика застосування процедур загартовування. Використання природних сил (сонця, повітря, води) для загартовування організму. Поняття про режим, його значення у життєдіяльності людини. Рекомендації щодо формування режиму дня спортсмена бойового хортингу. Харчування, його значення у збереженні та зміцненні здоров'я. Поняття про обмін речовин, енергетичну цінність (калорійність) та засвоєння їжі. Енерговитрати під час фізичних навантажень у процесі занять бойовим хортингом. Рекомендації щодо харчування юних спортсменів. Здорове харчування. Згін ваги у бойовому хортингу. Лазня.

## **Тема 5. Лікарський контроль і самоконтроль. Травми та захворювання, профілактичні заходи, надання першої допомоги, спортивний масаж, лікувальна фізична культура (ЛФК)**

Лікарський контроль і самоконтроль під час занять бойовим хортингом. Самоконтроль, його значення та зміст. Об'єктивні дані самоконтролю: зріст, маса тіла, динамометрія, спірометр, артеріальний тиск. Суб'єктивні дані самоконтролю: самопочуття, сон,

працездатність, настрої. Щоденник самоконтролю. Заходи щодо попередження перевтоми. Значення активного відпочинку для спортсменів бойового хортингу. Поняття про травми, їх причини та профілактика.

Класифікація травм: забиті місця, розтягнення, вивихи, переломи, тріщини, розриви сухожиль, рани (розсічення). Надання першої долікарської допомоги при цих травмах (зупинка кровотечі, пов'язка, накладання травматичних шин, знання прийомів штучного дихання, перенесення потерпілого). Завдання, зміст та організація медичного контролю. Диспансерне обстеження – важливий засіб підвищення оздоровчої дії фізичних вправ і контролю за функціональними можливостями спортсмена бойового хортингу. Основні поняття про спортивний масаж. Прийоми та види масажу. Масаж у навчально-тренувальному процесі юних спортсменів. Протипоказання до масажу. Поняття про лікувальну фізичну культуру (ЛФК). Мета і завдання ЛФК, засоби і методика її застосування.

#### **Тема 6. Загальна та спеціальна фізична підготовка**

Поняття про загальну та спеціальну фізичну підготовку спортсмена бойового хортингу. Їх взаємозв'язок. Всебічна фізична підготовка – важливий чинник зміцнення здоров'я, підвищення функціональних можливостей і розвитку рухових якостей. Коротка характеристика методів і засобів загальної та спеціальної фізичної підготовки. Методика розвитку рухових якостей: сили, витривалості, швидкості, спритності, гнучкості, швидкісно-силових якостей. Взаємозв'язок між розвитком рухових якостей. Цілірочний цикл занять фізичною підготовкою. Основні вимоги до фізичної підготовки спортсменів бойового хортингу. Контрольні вправи та нормативи з загальної та спеціальної фізичної підготовки. Ранкова гімнастика, індивідуальні заняття, розминка перед тренуванням і змагальною сутичкою.

#### **Тема 7. Ознайомлення з технікою і тактикою бойового хортингу**

Поняття про техніку й тактику спортсмена бойового хортингу, їх взаємозв'язок і значення. Класифікація і термінологія технічних прийомів бойового хортингу. Раціональне використання та аналіз виконання технічних прийомів у різних ситуаціях сутички. Контрольні вправи та нормативи з технічної підготовки спортсменів бойового хортингу.

Основні положення спортсменів: ритуал, стійка, партер, пересування, удари, блоки, захвати, кидки, ударно-кидкові комбінації, утримання, больові та задушливі прийоми, заборонені прийоми. Основні технічні дії: в стійці – удари руками, ногами, кидки руками, ногами, нахилом, прогином, переворотом, збиванням, скручуванням; при боротьбі лежачи – перевороти на утримання, больові прийоми на руку та ногу, задушливі прийоми руками та ногами, задушливі прийоми за допомогою одягу.

Основні чинники, що впливають на техніку спортсмена у сутичці та під час відпрацювання прийомів: розташування центру ваги тіла, виведення суперника з рівноваги, використання сили інерції та маси тіла. Ознайомлення з тактикою бойового хортингу. Основні поняття тактики: стратегія, тактика, система, манера, стиль. Види тактики. Найпростіша тактична підготовка технічних дій. Розбір положень, з яких той чи інший прийом виконується легше.

Розбір техніки і тактики тренувальних сутичок. Характеристика й аналіз тактичних систем ведення сутички бойового хортингу. Класифікація тактики. Тактика захисту. Тактика нападів і продовження атак. Тактика партеру. Індивідуальні дії проти суперника: високого, низького, важкого, легкого та приклади тактичних засобів сутички у бойовому хортингу. Тактика участі у змаганнях. Перегляд змагань із розбором та обговоренням. Розбір наочних позитивних прикладів техніки і тактики за участю висококваліфікованих спортсменів.

#### **Тема 8. Морально-вольова та психологічна підготовка спортсменів**

Поняття про психологічну підготовку спортсмена бойового хортингу. Загальна психологічна підготовка та психологічна підготовка до змагань. Значення вольових якостей у житті людини. Спортивне тренування – могутній засіб формування вольових якостей. Приклади прояву великої сили волі видатними спортсменами в житті та на міжнародних змаганнях. Психічна підготовка та її значна роль у досягненні спортивної і життєвої мети.

Виховна роль бойового хортингу. Моральність учнів: чесність, принциповість, шляхетність, патріотизм тощо. Естетика сутички та мужність спортсмена бойового хортингу.

Норми етики: патріотизм, активна участь у громадському житті, повага до свого тренера та тренерів інших колективів, до друзів, партнерів, суперників, взаємодопомога та взаємовиручка, дотримання передових спортивних традицій, скромність, витриманість, охайність, висока культура і моральна чистота українського спортсмена, непримиренне ставлення до непорядних вчинків тощо. Самовиховання у процесі заняття бойовим хортингом: хоробрості, мужності, наполегливості, рішучості та впевненості у своїх силах, ініціативності й інших вольових якостей.

Виховання психологічних якостей у навчально-виховному процесі та змаганнях: мобілізація усіх можливостей в умовах стомлення, виховання сміливості та рішучості в сутичках із більш сильним суперником; подолання відчуття болю, нездужання, втоми; зберігання боєздатності та мобілізаційної готовності протягом усього змагального сезону. Завдання, основні методи та засоби психологічної підготовки спортсменів бойового хортингу різного віку у навчально-виховному процесі. Урахування індивідуальних особливостей кожного спортсмена під час психологічної підготовки до змагання.

### **Тема 9. Основи методики навчання і тренування**

Поняття про навчання і тренування як про єдиний педагогічний процес. Форми організації спортсменів бойового хортингу під час навчання: індивідуальна, групова, командна. Основні завдання навчання і тренування. Реалізація основних принципів навчання і тренування під час підготовки спортсменів різного віку. Принципи виховання свідомості, активності, наочності, систематичності, наступності знань, міцності у процесі занять бойовим хортингом. Методи навчання і тренування. Словесні методи: розповідь, пояснення, бесіда. Наочні методи: показ вправи на схемі, макеті, кінограмі; перегляд навчальних та офіційних змагань у фільмах. Практичні методи: повторний, перемінний, інтервальний, ігровий, змагальний, коловий. Послідовність процесу навчання. Взаємозв'язок видів підготовки спортсменів у процесі навчання і тренування. Навчальне заняття – основна форма організації учнів. Побудова навчального заняття. Комплексні та тематичні заняття.

### **Тема 10. Планування навчання і тренування, облік і контроль**

Значення і роль планування, обліку та контролю в управлінні навчально-тренувальним процесом. Види планування: перспективне, поточне, оперативне. Періодизація навчально-тренувального і навчально-виховного процесу. Терміни, завдання, зміст періодів і етапів підготовки. Індивідуальні та групові плани навчально-тренувальних занять з бойового хортингу. Види та методи обліку і контролю за рівнем підготовленості спортсменів. Облік роботи: попередній, поточний, підсумковий. Щоденник самоконтролю спортсмена бойового хортингу, його форма, значення для управління процесом навчання і тренування.

### **Тема 11. Ознайомлення з основними правилами змагань і суддівства. Організація та проведення змагань.**

Історія виникнення та розвитку правил змагань з бойового хортингу. Аналіз правил. Значення змагань з бойового хортингу та їх місце у навчально-тренувальному процесі. Вимоги до організації та проведення змагань.

Види змагань та їх значення. Розділи змагань з бойового хортингу: «Рукопашна сутичка», «Борцівська сутичка», «Самозахист», «Форма». Характер змагань. Способи проведення змагань. Олімпійська система проведення сутичок з вибуванням, її особливості. Організація та проведення змагань. Положення про змагання. Заявки на участь у змаганнях, їх форма та порядок подання. Вік учасників змагань, їх розрядний розподіл. Права та обов'язки учасників змагань. Особливості змагань серед спортсменів різного віку: вік початку участі в офіційних змаганнях, вагові категорії, кількість сутичок у змаганнях, хід і тривалість сутички, особливості сутички тощо.

Суддівство змагань. Арсенал дозволених прийомів бойового хортингу. Критерії оцінки прийомів судьями. Визначення переможця. Заборонені удари, захвати та прийоми. Попередження і дискваліфікація. Хорт. Склад суддівської колегії змагання. Обов'язки

кожного судді. Суддівський інвентар та особисте екіпірування судді. Суддівська форма, жести та команди рефері і суддів. Суддівство змагань у розділах: «Рукопашна сутичка», «Борцівська сутичка», «Самозахист», «Форма».

Оформлення протоколів реєстрації учасників та протоколів результатів змагань. Особливості організації та проведення короткотривалих змагань.

### **Тема 12. Місця проведення занять, обладнання та інвентар**

Вимоги до місць проведення навчально-тренувальних занять і змагань з бойового хортингу. Хорт і догляд за ним. Стаціонарне та переносне обладнання, захисне екіпірування, інвентар, що використовується на заняттях з бойового хортингу.

Догляд за рукавицями, капами, наколінними та гомілковостопними фіксаторами, паховими та нагрудними (для жінок) протекторами, шоломами, підготовка їх до тренувальних занять і виступів на змаганнях.

Вимоги до змагального костюму з бойового хортингу – хортовки (куртка, брюки, пояс), офіційного спортивного одягу клубу, федерації та взуття, залежно від місця проведення занять і кліматичних умов.

**Висновки.** Основні аспекти теорії і методики бойового хортингу, викладені у даній науковій статті спрямовані на оптимізацію процесу підвищення кваліфікації спортсменів, реалізацію навчально-тренувальних і виховних програм розвитку особистості в системі бойового хортингу як національного професійно-прикладного виду спорту України для таких соціальних груп:

- громадян цивільного стилю життя;
- військовослужбовців;
- правоохоронців;
- інших співробітників силових структур держави.

Викладені матеріали з переліком основних тем теорії і методики бойового хортингу дозволяють зробити висновки щодо досягнення основної мети статті.

Таким чином, у даній науковій статті охарактеризована теорія і методика бойового хортингу як наукова і навчальна дисципліна, розкриваються мета, завдання та функції фізичного виховання засобами бойового хортингу в процесі спортивної діяльності.

Визначено вимоги та педагогічні засоби оптимізації управління тренуванням спортсменів бойового хортингу в процесі занять.

Зазначено, що теорія і методика бойового хортингу тісно пов'язана з рядом наукових дисциплін.

Будь-яка наука не може повноцінно розвиватися, обмежившись результатами тільки власного предмета дослідження. Теорія і методика бойового хортингу вирішує спеціальні педагогічні проблеми, що знаходяться на стику декількох наукових дисциплін. Вона тісно пов'язана із загальною педагогікою, загальною та віковою психологією.

Філософія дає для неї методологічну основу пізнання, спираючись на яку вчені отримують можливість об'єктивно оцінювати дію соціальних законів в області бойового хортингу, проникати в суть проблеми, узагальнювати, аналізувати і відкривати нові закономірності її функціонування і перспективи розвитку в суспільстві.

Зв'язок з біологічними науками обумовлений необхідністю вивчення реакцій організму спортсменів бойового хортингу на вплив засобів фізичного виховання, що визначає розвиток адаптації. Тільки з огляду на анатомічні, фізіологічні та біохімічні закономірності, що протікають в організмі людини, можна ефективно управляти процесом фізичного виховання під час занять бойовим хортингом.

**Перспективи подальших досліджень** полягають у розробці та впровадженні регіональних, обласних і місцевих програм навчання, тренування і виховання особистості в системі бойового хортингу в усіх регіонах України і за кордоном з метою: поширення і популяризації виду спорту; оптимізації програми з теорії і методики викладання бойового хортингу в закладах освіти; морально-етичного виховання спортсменів бойового хортингу всіх вікових груп.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абанін О. В. Орієнтири тренуваності в системі бойового хортингу для спортсменів підліткового, старшого юнацького та молодіжного віку / О. В. Абанін, Е. А. Єрмоєнко // 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. – С. 379–395.
2. Бабурнич С. А. Роль і місце військово-патріотичного виховання спортсменів бойового хортингу в сучасних умовах / С. А. Бабурнич, Е. А. Єрмоєнко, Є. М. Сокол // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 04–05 січня 2021 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2021. – С. 1026–1042.
3. Бабурнич С. А. Система модернізації психоаналітичних, соціодуховних і творчих здобутків хортингіста / С. А. Бабурнич, Е. А. Єрмоєнко, С. А. Карасевич // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 17–18 листопада 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 52–71.
4. Биченко Є. Л. Перевірка і контроль якості засвоєння знань учнями гуртка бойового хортингу на уроці з предмету “Захист України” / Є. Л. Биченко, Е. А. Єрмоєнко, О. М. Гречаний // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 04–05 січня 2021 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2021. – С. 872–887.
5. Близнюк О. В. Система оцінювання рівня військово-патріотичної вихованості юних спортсменів бойового хортингу / О. В. Близнюк, В. В. Вехтев, Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 04–05 січня 2021 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2021. – С. 1123–1142.
6. Вехтев В. В. Педагогічні умови процесу оздоровлення юних хортингістів / В. В. Вехтев, Е. А. Єрмоєнко, І. М. Самоха // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 17–18 листопада 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 166–184.
7. Вознюк М. Г. Оцінка уявлення учнів про сутність військово-патріотичного виховання і психофізичні та виховні можливості бойового хортингу / М. Г. Вознюк, Е. А. Єрмоєнко, С. А. Бабурнич // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 04–05 січня 2021 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2021. – С. 792–803.
8. Гречаний О. М. Методика вивчення захватної техніки бойового хортингу / О. М. Гречаний, Е. А. Єрмоєнко, А. А. Мазур // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 04–05 січня 2021 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2021. – С. 430–447.
9. Гречаний О. М. Рекреація і методи психічного відновлення хортингістів / О. М. Гречаний, Е. А. Єрмоєнко, В. С. Шевчук // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 17–18 листопада 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 244–260.
10. Демчук С. Р. Предмет “Захист України” як основна форма військово-патріотичного виховання спортсменів бойового хортингу старшого шкільного віку / С. Р. Демчук, Е. А. Єрмоєнко, І. Р. Ільницький // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 04–05 січня 2021 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2021. – С. 779–791.
11. Дорошенко М. М. Єдність школи та сім’ї у військово-патріотичному вихованні спортсменів бойового хортингу шкільного віку / М. М. Дорошенко, Е. А. Єрмоєнко, І. В. Кузора // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 04–05 січня 2021 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2021. – С. 503–517.
12. Єрмоєнко Е. А. Актуальність системного розвитку швидкісно-силових якостей хортингістів / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 674–685.
13. Єрмоєнко Е. А. Аспекти громадянської освіти і національно-патріотичного виховання дітей та юнацтва засобами хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 686–704.

14. Єрмоєнко Е. А. Аспекти формування готовності працівників державних правоохоронних органів до дій в екстремальних ситуаціях прикладними засобами хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 1090–1110.
15. Єрмоєнко Е. А. Військово-бойові тренувальні технології хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 838–858.
16. Єрмоєнко Е. А. Військово-патріотичне виховання школярів засобами гурткових занять з хортингу в закладі загальної середньої освіти / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 1183–1202.
17. Єрмоєнко Е. А. Впровадження комплексної методики військово-патріотичного виховання хортингістів / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 815–837.
18. Єрмоєнко Е. А. Гігієнічні аспекти здорового способу життя хортингіста / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 1289–1309.
19. Єрмоєнко Е. А. Застосування методики хортингу для вдосконалення функціональної підготовленості співробітників правоохоронних органів і курсантів правоохоронних спеціальностей / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 71–90.
20. Єрмоєнко Е. А. Зміст і показники рівня функціональної підготовленості співробітників державних силових структур України за прикладними методиками хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 403–421.
21. Єрмоєнко Е. А. Зміст функціонального тренування курсантів правоохоронних спеціальностей та співробітників силових структур на спортивних заняттях з хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 507–524.
22. Єрмоєнко Е. А. Імплементация методу функціонального тренування з хортингу в програму фізичної підготовки працівників правоохоронних державних структур / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 433–455.
23. Єрмоєнко Е. А. Комплексна психологічна корекція програми тренувань з хортингу працівників правоохоронних структур України / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 375–389.
24. Єрмоєнко Е. А. Контроль дихання хортингіста в процесі тренувальної роботи / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 760–777.
25. Єрмоєнко Е. А. Культурологічна спрямованість виховної системи українського хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 890–909.
26. Єрмоєнко Е. А. Медико-педагогічні показники адаптивних функцій організму хортингістів студентського віку / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 627–641.
27. Єрмоєнко Е. А. Ментальні та гуманістичні аспекти здоров'я хортингістів / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 642–653.
28. Єрмоєнко Е. А. Методика хортингу для підвищення професійно-фізичної підготовленості співробітників правоохоронних органів / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 250–269.
29. Єрмоєнко Е. А. Моделювання професійної підготовки курсантів у правоохоронних закладах вищої освіти засобами хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 7–24.
30. Єрмоєнко Е. А. Модернізація системи заходів прикладної психофізичної підготовки курсантів правоохоронних спеціальностей за тренувальними технологіями хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 1111–1124.
31. Єрмоєнко Е. А. Навчання здоровому способу життя юних хортингістів / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 1368–1386.
32. Єрмоєнко Е. А. Національний вид спорту України хортинг як провідник бойової культури українського народу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 43–58.
33. Єрмоєнко Е. А. Національно-патріотична складова всебічного виховання школярів і студентів у процесі занять хортингом / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 293–303.

34. Єрмоєнко Е. А. Оздоровча методика здоров'язберігання у системі тренувальної діяльності з хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 794–814.
35. Єрмоєнко Е. А. Організація аутогенного тренування хортингістів у процесі спортивної діяльності / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 1125–1144.
36. Єрмоєнко Е. А. Організація процесу самостійних тренувань хортингістів / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 1027–1044.
37. Єрмоєнко Е. А. Освоєння захватної техніки хортингу в процесі навчально-тренувальних занять / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 1223–1244.
38. Єрмоєнко Е. А. Освоєння спеціальних професійних компетентностей співробітниками правоохоронних органів у процесі занять хортингом / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 25–42.
39. Єрмоєнко Е. А. Основи вдосконалення фізичних якостей у співробітників правоохоронних структур за методиками хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 343–360.
40. Єрмоєнко Е. А. Основи військово-шефського кураторства шкільного спортивного клубу хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 778–793.
41. Єрмоєнко Е. А. Основи планування та оптимізації тренувального режиму хортингіста / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 1203–1222.
42. Єрмоєнко Е. А. Основи психологічної підготовки хортингістів / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 1245–1263.
43. Єрмоєнко Е. А. Основні етапи контролю за ступенем функціональної підготовленості курсантів правоохоронних спеціальностей у системі хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 478–495.
44. Єрмоєнко Е. А. Педагогічні принципи формування професійно-прикладних здібностей курсантів і співробітників державних правоохоронних структур у процесі занять хортингом / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 206–219.
45. Єрмоєнко Е. А. Підвищення рівня професійної підготовленості працівників правоохоронних органів за спеціально-прикладними методиками хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 1013–1026.
46. Єрмоєнко Е. А. Показники раціонального обсягу тренувальної рухової активності хортингіста / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 1331–1348.
47. Єрмоєнко Е. А. Потенціал хортингу як засобу громадянського та військово-патріотичного виховання молодого покоління / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 1264–1288.
48. Єрмоєнко Е. А. Принципи та педагогічні умови ефективності фізичного виховання студентської і курсантської молоді у процесі спортивних тренувань з хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 422–432.
49. Єрмоєнко Е. А. Психічні складові застосування співробітниками силових органів бойових прийомів хортингу в процесі виконання службових повноважень / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 282–292.
50. Єрмоєнко Е. А. Психологічні та правові аспекти самозахисту особистості за методиками хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 1071–1089.
51. Єрмоєнко Е. А. Психолого-педагогічні основи виховання вольових якостей співробітників правоохоронних структур засобами хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 150–168.
52. Єрмоєнко Е. А. Система прийомів хортингу для самозахисту особистості / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 237–249.



53. Єрмоєнко Е. А. Система проведення занять і зміст фізичних вправ хортингу для працівників правоохоронних органів / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 304–321.
54. Єрмоєнко Е. А. Систематизація професійних вольових якостей працівників правоохоронних структур України, які займаються хортингом / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 189–205.
55. Єрмоєнко Е. А. Систематизація рухового досвіду хортингістів у процесі тренувальної та змагальної діяльності / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 742–759.
56. Єрмоєнко Е. А. Системний контроль дозування фізичного навантаження хортингістів у процесі занять / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 361–374.
57. Єрмоєнко Е. А. Системні показники оцінювання професійно-прикладної підготовленості співробітників правоохоронних органів за методикою хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 496–506.
58. Єрмоєнко Е. А. Складові здорового способу життя студентів, які займаються хортингом / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 220–236.
59. Єрмоєнко Е. А. Складові особистого прикладу тренера з хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 1145–1165.
60. Єрмоєнко Е. А. Спортивно-оздоровчі та виховні технології хортингу для дітей і юнацтва / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 654–673.
61. Єрмоєнко Е. А. Спортивно-прикладне призначення хортингу як національного бойового мистецтва України / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 980–996.
62. Єрмоєнко Е. А. Становлення психічних процесів хортингіста / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 1060–1070.
63. Єрмоєнко Е. А. Сутнісний зміст і форми військово-патріотичного виховання хортингістів дитячо-юнацького віку / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 859–876.
64. Єрмоєнко Е. А. Сутність духовно-виховного призначення українського хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 910–932.
65. Єрмоєнко Е. А. Теоретико-методичні принципи фізичного виховання хортингістів / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 456–477.
66. Єрмоєнко Е. А. Технічні особливості професійного затримання злочинців та застосування бойових прийомів хортингу співробітниками поліції / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 542–560.
67. Єрмоєнко Е. А. Технології функціональної та професійно-прикладної підготовки курсантської молоді до служби у підрозділах силових структур за тренувальними методиками хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 997–1012.
68. Єрмоєнко Е. А. Узагальнення духовно-філософського компоненту виховної системи хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 933–949.
69. Єрмоєнко Е. А. Управління навчально-тренувальним процесом висококваліфікованих хортингістів / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 561–571.
70. Єрмоєнко Е. А. Філософія виховання відданого українського воїна у системі хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 586–612.
71. Єрмоєнко Е. А. Хортинг для силових структур як спеціалізований армійський військово-прикладний розділ рукопашної підготовки / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 136–149.

72. Єрмоєнко Е. А. Хортинг у комплексній системі професійно-прикладної фізичної підготовки студентів і курсантів правоохоронних напрямів освіти / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 525–541.
73. Єрмоєнко Е. А. Хортинг у комплексній системі формування етичних орієнтирів і службового обов'язку співробітників правоохоронних органів / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 91–115.
74. Єрмоєнко Е. А. Хортинг як воїнський шлях / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 950–964.
75. Єрмоєнко Е. А. Хортинг як провідник бойової культури української нації / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 59–70.
76. Єрмоєнко Е. А. Шляхи вирішення завдань військово-спортивної підготовки юного хортингіста / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 965–979.
77. Єрмоєнко Е. А. Шляхи педагогічної роботи з організації заходів військово-патріотичного виховання хортингістів шкільного віку / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 705–726.
78. Єрмоєнко Е. А. Шляхи реалізації функцій військово-патріотичного виховання хортингістів / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 5. – Ч. 2. – С. 1349–1367.
79. Карасевич С. А. Дитячо-юнацька програма оздоровчих занять з бойового хортингу для школярів : метод. посіб. / С. А. Карасевич, М. М. Дорошенко, Е. А. Єрмоєнко // Мін-во освіти і науки України, Інститут модернізації змісту освіти. – Київ : ГС «НФБХУ», 2021. – 188 с.
80. Ковальчук О. В. Реалізація функцій військово-патріотичного виховання школярів, які займаються бойовим хортингом / О. В. Ковальчук, Е. А. Єрмоєнко, В. В. Вехтев // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 04–05 січня 2021 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2021. – С. 378–395.
81. Кукушкін К. М. Військово-патріотичне виховання та спортивно-прикладна підготовка учнів засобами бойового хортингу / К. М. Кукушкін, Е. А. Єрмоєнко, І. М. Самоха // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 04–05 січня 2021 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2021. – Ч. 2. – С. 29–43.
82. Лисенко В. Р. Основні показники і характеристика позитивного впливу від тренувальних занять бойовим хортингом / В. Р. Лисенко, Е. А. Єрмоєнко // 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. – С. 909–922.
83. Литвиненко А. Планування спортивної підготовки в бойовому хортингу / А. Литвиненко, Е. Єрмоєнко // Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та перспективи: збірник тез ХХ Міжнародної науково-практичної конференції, 17-18 грудня 2020 року. Харків: ХДАФК, 2020. С. 64–65.
84. Марченко В. В. Основні показники і характеристика позитивного впливу від тренувальних занять бойовим хортингом / В. В. Марченко, Е. А. Єрмоєнко // 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. – С. 890–908.
85. Мірчев Д. В. Стратегія планування самостійної навчально-тренувальної діяльності з хортингу / Д. В. Мірчев, Е. А. Єрмоєнко, В. В. Демідова // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 17–18 листопада 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 478–498.
86. Остапенко О. І. Бойовий хортинг у забезпеченні особистої безпеки співробітників правоохоронних органів під час оперативно-службової діяльності / О. І. Остапенко, Е. А. Єрмоєнко // Тези доповідей круглого столу «Особиста безпека в діяльності правоохоронних органів, як запорука якісного виконання службових завдань» (05 лютого 2021 року). Ірпінь: Університет ДФС України, 2020. С. 20–24.
87. Полторацький С. С. Методичні прийоми системи бойового хортингу при навчанні засобам особистої безпеки співробітників правоохоронних органів / С. С. Полторацький, Е. А. Єрмоєнко // Тези доповідей круглого столу «Особиста безпека в діяльності правоохоронних органів, як запорука

- якісного виконання службових завдань» (05 лютого 2021 року). Ірпінь: Університет ДФС України, 2020. С. 34–39.
88. П'ятков С. В. Формування патріотичної свідомості у вихованців бойового хортингу / С. В. П'ятков, Е. А. Єрмоєнко, В. В. Вехтєв // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 04–05 січня 2021 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2021. – С. 341–360.
89. Римарчук І. В. Загальні особливості виховного процесу особистості учня спортивної секції бойового хортингу / І. В. Римарчук, Е. А. Єрмоєнко // 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. – С. 840–854.
90. Сазонова Т. В. Особливості військово-патріотичного виховання юних спортсменів бойового хортингу у закладах загальної середньої освіти / Т. В. Сазонова, Е. А. Єрмоєнко, О. В. Каменюка // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 04–05 січня 2021 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2021. – С. 203–221.
91. Самоха Д. М. Педагогічні підходи у формуванні особистісних якостей під час військово-патріотичної роботи зі спортсменами бойового хортингу / Д. М. Самоха, Е. А. Єрмоєнко, Р. В. Кіблицький // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 04–05 січня 2021 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2021. – С. 187–202.
92. Самоха І. М. Бойовий хортинг у забезпеченні фізичного і духовного розвитку особистості / І. М. Самоха, Е. А. Єрмоєнко, Р. В. Кіблицький // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 04–05 січня 2021 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2021. – С. 222–240.
93. Сандул Є. С. Бойовий хортинг: функції та особистісні здібності тренера-викладача / Є. С. Сандул, Е. А. Єрмоєнко, С. А. Карасевич // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 04–05 січня 2021 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2021. – С. 167–186.
94. Сокол Є. М. Класифікація захватів технічного розділу системи бойового хортингу / Є. М. Сокол, Е. А. Єрмоєнко, О. М. Гречаний // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 04–05 січня 2021 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2021. – С. 260–279.
95. Трощенко В. Ю. Біологічні та соціальні умови укріплення здоров'я учнів спортивної секції бойового хортингу / В. Ю. Трощенко, Е. А. Єрмоєнко // 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. – С. 855–871.
96. Хоружевський О. Д. Основні показники і характеристика позитивного впливу від тренувальних занять бойовим хортингом / О. Д. Хоружевський, Е. А. Єрмоєнко // 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. – С. 872–889.
97. Шаповалов Б. Б. Формування понять індивідуального ризику та особистої безпеки у співробітників правоохоронних органів за методиками бойового і поліцейського хортингу / Б. Б. Шаповалов, Е. А. Єрмоєнко // Тези доповідей круглого столу «Особиста безпека в діяльності правоохоронних органів, як запорука якісного виконання службових завдань» (05 лютого 2021 року). Ірпінь: Університет ДФС України, 2020. С. 14–19.
98. Шевчук І. В. Громадянське та військово-патріотичне виховання молоді в бойовому хортингу / І. В. Шевчук, Е. А. Єрмоєнко, М. Г. Вознюк // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 04–05 січня 2021 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2021. – С. 298–320.
99. Шевчук І. В. Зацікавлення школярів для проведення уроку фізичної культури з елементами хортингу / І. В. Шевчук, Е. А. Єрмоєнко, О. М. Гречаний // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 17–18 листопада 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 378–392.

**Fedyna Yu. O., Yeromenko E. A.**

State Tax University, Irpin, Ukraine

**Theoretical and practical principles of the sport of combat horting as an influential means of forming a person's physical culture**

***Abstract.** This scientific article describes the scientific and practical foundations of combat horting as a means of physical culture, characterizes the theory and methods of combat horting as a scientific and educational discipline, reveals the purpose, objectives and functions of physical education by means of combat horting in sports. Requirements and pedagogical means of optimization of management of training of athletes of combat horting in the course of employment are defined. It is noted that the theory and methods of combat horting are closely related to a number of scientific disciplines. Any science can not fully develop, limited to the results of only its own subject of study. The theory and methods of combat horting solves special pedagogical problems at the intersection of several scientific disciplines. It is closely related to general pedagogy, general and age psychology. Philosophy provides a methodological basis for knowledge, based on which scientists are able to objectively assess the effect of social laws in the field of combat horting, to get to the heart of the problem, summarize, analyze and discover new patterns of its functioning and prospects in society. The connection with the biological sciences is due to the need to study the reactions of the body of combat horting athletes to the influence of physical education, which determines the development of adaptation. Only in view of the anatomical, physiological and biochemical patterns that occur in the human body, you can effectively manage the process of physical education during combat horting. Especially close contacts of the theory and methods of combat horting with all sports and pedagogical disciplines. Private disciplines are based on general provisions developed by the theory of physical culture, and the specific data obtained by them are the material for new generalizations. In the process of its development, the theory and methods of combat horting cannot completely exclude from the general theory the special laws that have become the subject of combat horting as a special science.*

***Key words:** scientific and practical bases, combat horting, educational discipline, means of physical education, human body, sports discipline.*