

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

*МАТЕРІАЛИ МІЖНАРОДНОЇ  
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ  
ДЕРЖАВНОГО ПОДАТКОВОГО УНІВЕРСИТЕТУ*



**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**



**03–04 січня 2022 року  
м. Ірпінь**

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

### **Організаційний комітет конференції**

#### **Голова оргкомітету:**

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

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

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

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

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

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

#### **Члени оргкомітету:**

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

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

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

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

**Є80 Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України** : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 03–04 січня 2022 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Державний податковий університет [та ін.]. – Ірпінь, 2022. – 1738 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.*

---

---

# ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ ШКОЛЯРІВ ТА ТРЕНУВАЛЬНИЙ РЕЖИМ У СЕКЦІ БОЙОВОГО ХОРТИНГУ

**ЄРЬОМЕНКО Едуард Анатолійович**

*професор кафедри правоохоронної діяльності Навчально-наукового інституту економічної безпеки та митної справи Державного податкового університету*

***Анотація.** У даній науковій статті проаналізовано особливості організації навчання здоровому способу життя школярів засобами бойового хортингу, умови збільшення функціональних резервів організму школярів у процесі занять бойовим хортингом, педагогічні умови та методи фізичного виховання школярів засобами бойового хортингу. Зазначено, що обсяг засвоєння інформації, який щороку збільшувався, вимагає від учнів великого психічного напруження й фізичних зусиль. У зв'язку з цим успішне засвоєння навчальних предметів залежить не лише від бажання та здібностей спортсменів, а й від стану їхнього здоров'я й рівня фізичної працездатності. Бойовий хортинг, виконуючи важливі функції, тісно пов'язаний з освітою, наукою, охороною здоров'я, культурою й тому віддзеркалює соціальне та економічне життя нашого суспільства. На важливе значення фізичної культури й спорту для учнів старших класів школи вказують прийняті державні документи: Закон України «Про фізичну культуру і спорт», Державна програма розвитку фізичної культури і спорту, Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту. У документах зазначено, що фізична культура є важливим чинником здорового способу життя, профілактики захворювань, організації змістовного дозвілля, формування гуманістичних цінностей та створення умов для всебічного гармонійного розвитку людини. Беручи до уваги невтішні дані стану здоров'я школярів старших класів та враховуючи вікові особливості дітей старшого шкільного віку, необхідно звернути увагу на: виховання в них інтересу і звички до занять бойовим хортингом; виховання дбайливого ставлення до свого здоров'я; формування стійких мотиваційних настанов на здоровий спосіб життя; усвідомлення необхідності розвивати свої фізичні здібності та рухові уміння і навички; виховання морально-вольових і психологічних якостей спортсменів.. Виховання учнівської молоді засобами бойового хортингу може здійснюватися під час навчально-виховного процесу в закладах загальної середньої освіти в урочній і позаурочній діяльності, а також поза школою. Ключовими змістовими напрямками такої діяльності є вивчення, вшанування і розвиток бойових і спортивних традицій українського народу та Збройних Сил України, проведення й збагачення спортивних змагань з бойового хортингу, рухливих, військово-спортивних ігор, інших форм роботи.*

***Ключові слова:** організація навчання, фізичне виховання, бойовий хортинг, здоровий спосіб життя, школярі, значення фізичної культури.*

**Актуальність наукового дослідження.** При вивченні фізичних вправ і прийомів бойового хортингу та здоровому способу життя потрібно враховувати вікові особливості школярів. Так, в підлітковому і юнацькому віці ще недостатньо сформована особистісна цінність здоров'я [1–12; 19–31].

**Виклад основного матеріалу.** Далеко не всі школярі усвідомлюють здоров'я як обов'язкову умову досягнення життєвого успіху, самореалізації, а також можуть прогнозувати вплив на здоров'я наслідків своєї поведінки.

**Особливості організації навчання здоровому способу життя підлітків і юнаків середнього шкільного віку.** У віці другого дитинства (до 10–12 років) дітям рекомендовані будь-які фізичні вправи. Виняток треба зробити лише для видів з тривалим статичним утриманням обтяжень (що негативно позначається на опорно-руховому апараті і зростанні тіла дитини в довжину) і видів з тривалим напруженням (через підвищення внутрішньогрудного і внутрішньочеревного тиску це несприятливо позначається на серцево-судинній системі школяра).

Діти цього віку не люблять виконувати тривалі монотонні вправи, тому найкращим засобом фізичного виховання для них є ігри. Саме гра є чудовим засобом фізичного, естетичного, трудового, морального виховання, також вона стимулює пізнавальну активність дитини. Надавши будь-якому виду дитячої активності ігрової форми, можна підтримати і підвищити працездатність, інтерес, нахили і сприйнятливості дитини [13].

Середній шкільний вік (11–15 років) – період максимальних темпів зростання організму та окремих його частин, збільшення функціональних резервів. Відбувається гормональна перебудова, пов'язана зі статевим дозріванням. При підвищенні ролі другої сигнальної системи знижується навіюваність, а неврівноваженість та емоційність зростають. Триває процес окостеніння скелета, причому відбувається воно нерівномірно у різних його частинах. Хребет, як і раніше, рухомий і піддатливий. Сила м'язів збільшується меншою мірою, ніж маса тіла, що за несприятливих умов може спричинити порушення постави чи деформацію хребта. В той же час надмірні м'язові навантаження здатні прискорити процес окостеніння й уповільнити ріст трубчастих кісток у довжину. При дії дуже сильних або одноманітних подразників у підлітків розвивається поза межне гальмування, що змушує урізноманітнювати фізичні навантаження у процесі занять бойовим хортингом та фізичними вправами.

У підлітковому віці (11–14 років у дівчаток, 12–15 років у хлопчиків) відбуваються зміни у всьому функціонуванні організму через бурхливо поточні процеси статевого дозрівання. У цих умовах роль бойового хортингу дуже значна.

Активізація функцій статевих залоз із початком статевого дозрівання веде, зокрема, до того, що зростання підлітка часом за кілька місяців може збільшитися на 15–20 см. Це створює цілий ряд проблем з діяльністю різних органів і систем. Перш за все, при зростанні маси серця у цей період збільшення довжини тіла веде до того, що артеріальні судини витягуються і просвіт їх у цей час не змінюється [14–18]. Ось чому сильні скорочення ставшого потужнішим серця дають і більший викид крові в ці відносно вузькі судини, що досить часто провокує так звану юнацьку гіпертонію. Але якщо підліток займається бойовим хортингом, веде здоровий спосіб життя і має активний руховий режим, то йому не загрожують несприятливі наслідки такого порушення. І навпаки, якщо в цьому випадку дитину обмежити в регулярних заняттях бойовим хортингом, то до 35–40 років ця людина може стати гіпертоніком.

Інтенсивне зростання тіла в довжину обумовлює розтягнення м'язів – розгиначів спини, тому витончені м'язи не в змозі тримати спину рівно, і у підлітків часто виникають порушення постави. Щоб запобігти подібним порушенням необхідно тренувати м'язи спини, їх статичну витривалість, і вести постійний контроль за поставою.

При слабкості м'язів – розгиначів спини і неправильному сидінні підлітка за партою виникає ймовірність не тільки порушення постави. Коли відстань від його очей до робочої поверхні (столу, книги тощо) виявляється меншою 30–35 см, поступово виникає атонія тих м'язів і зв'язок очей, від яких залежить кривизна кришталика.

Тепер вони не можуть забезпечити відповідне сплюснення останнього при зорі вдалину, і виникає короткозорість – міопія.

Тому дуже важливо в цьому віці вести активний спосіб життя, займатися бойовим хортингом, виконувати різні фізичні вправи, щоб попередити можливість тих

несприятливих змін у фізичному стані, психіці і здоров'ї підлітка в цілому. Значимість занять бойовим хортингом зростає багаторазово, якщо вони супроводжуються усвідомленим ставленням до них підлітка. Він повинен не просто виконувати фізичні вправи – повинен думати, добре собі уявляти механізми дій цих вправ на організм. Тільки такий підхід може забезпечити підлітку стійке зацікавлене ставлення до бойового хортингу, яке він пронесе через усе подальше життя.

Статеве дозрівання впливає на стан вегетативних функцій (зміни ритму серцевої діяльності та дихання, рівня артеріального тиску тощо).

Завдяки нормальному фізичному розвитку у підлітків збільшуються функціональні резерви киснево-транспортної системи (зростає ударний об'єм серця і хвилиний об'єм крові, киснева ємність крові, хвилиний об'єм дихання, абсолютні показники МСК), зростає економізація функцій у спокої (зменшення ЧСС і дихальних рухів тощо).

Дедалі збільшується різниця між функціональними і фізичними можливостями дівчаток і хлопчиків. Фізична активність підлітка реалізується насамперед в організованих формах – на уроках фізкультури, у процесі секційних занять бойовим хортингом, під час активного відпочинку в школі та за її межами. Значна частина підлітків тренується в спортивних секціях бойового хортингу. Для тих, хто не охоплений організованими формами масової фізичної культури, щоденна фізарядка і щотижневі дво-триразові самостійні тренування бойовим хортингом є обов'язковими [32–48]. Тривалість одного заняття 70–90 хв. З метою оцінки процесу фізичного розвитку доцільно орієнтуватися на контрольні показники фізичної підготовленості спортсменів підліткового віку 14 років (табл. 1).

*Таблиця 1*

**Контрольні показники фізичної підготовленості спортсменів бойового хортингу підліткового віку (14 років)**

Показники	Нормативні значення показника	
	хлопчики	дівчатка
1. Біг 2000 м, хв., с	9,20	10,30
2. Ходьба 10 км, год, хв	1,45	2,45
3. Віджимання від підлоги, разів	22	12
4. Стрибок у довжину з місця, м	1,8	1,6
5. Біг 60 м, с	9,6	9,9
6. Біг 100 м, с	15,0	16,2
7. Кидання гранати, м	25	16
8. Велопробіг 30 км, год, хв	1,30	1,40
9. Лижний перехід 5 км, хв	28	32

У школярів вже сформоване ставлення до тієї чи іншої проблеми, може нерідко розходитися з оцінками і поглядами педагога з бойового хортингу. Для учнів велике значення має спілкування з однолітками, тому для них більш значущим є думка товаришів, однокласників, а не вчителів і батьків. Школярі часто з недовірою ставляться до інформації,

яку вони отримують від дорослих, вважаючи, що їх погляди застаріли, не відповідають дійсності, перебільшують небезпеку тощо.

З огляду на вікові особливості підлітків та юнаків педагогу з бойового хортингу при навчанні здоровому способу життя можна рекомендувати наступне:

уникати нав'язування спортсменам готових оцінок і нормативів. Основну увагу слід приділяти створенню умов, що стимулюють активний обмін думками між підлітками, обговорення та аналізу різних позицій;

використовувати форми і методи, що забезпечують самим спортсменам роль ведучих, організаторів роботи. Наприклад, антинаркогенна інформація, представлена однолітками, буде мати більш дієвий ефект, ніж відомості, отримані від педагога;

основний акцент слід робити на найбільш значущих для спортсмена факторах. Наприклад, слід показати, що погіршення здоров'я може негативно відбитися на зовнішності підлітка та його спортивних досягненнях у бойовому хортингу, привести до обмежень при виборі професії, утрудненням у взаєминах з оточуючими тощо.

При навчанні спортсменів основам здорового способу життя рекомендується використовувати такі форми роботи, які носять переважно інтерактивний характер і ґрунтуються на самостійній, творчій діяльності самих учнів.

**Проектна діяльність** забезпечує спортсменам найбільш високий рівень самостійності, вони виступають в ролі розробників і виконавців проекту. Ця форма роботи дозволяє задовольнити одну з головних потреб цього віку – відчутти себе дорослим, проявити себе в соціально значущій діяльності [49–62]. В результаті у школярів формуються універсальні корисні навички (вміння ставити завдання і виконувати намічене, раціонально розподіляти свою роботу, вміння співпрацювати з іншими тощо), а також вирішуються спеціальні виховні завдання (наприклад, формування негативного ставлення до наркотизації).

**Дискусії** сприяють формуванню особистої позиції спортсмена щодо тієї чи іншої проблеми, яка сприймається значущою, цікавою. Дискусія може бути організована у формі круглого столу, ток-шоу, брейн-рингу тощо. До участі в дискусії можуть залучатися батьки, а також представники різних професій – тренери, вчителі, медики, психологи, юристи тощо. Це зробить дискусію більш цікавою та змістовною. Різновіковий склад учасників допоможе дорослим і школярам почути один одного, зрозуміти позицію іншого.

**Ігри.** Традиційно прийнято розглядати гру як провідну форму діяльності в дошкільному та молодшому шкільному віці. Тим часом, гра продовжує зберігати своє значення і на наступних вікових етапах. Так, у середніх і старших школярів гра проявляє себе як форма реалізації мотивації досягнення і самовизначення в бойовому хортингу. Можна використовувати рольові, ситуаційні ігри, які ефективні для відпрацювання конкретних поведінкових схем.

**Лекція** – найпопулярніша серед дорослих і сама «нелюбима» серед учнів форма роботи. Однак, під час обговорення ряду тем (наприклад, історія бойового хортингу), така форма виявляється необхідною. Як можна збільшити коефіцієнт корисної дії?

При виборі теми виступу слід враховувати інтереси самої аудиторії. Надана інформація повинна бути об'єктивною та достовірною. Навіть з найкращих спонукань не слід спотворювати дані, намагаючись застерегти своїх слухачів. Адже такі художні перебільшення здатні викликати недовіру до лектора, сумніви в його компетентності.

Крім класичного варіанту лекції, можуть використовуватися такі форми, як лекція-дискусія і лекція зі зворотним зв'язком. Лекція – дискусія включає в себе не тільки повідомлення матеріалу, але і його обговорення. При проведенні лекції зі зворотним зв'язком лектор представляє проблемну інформацію, яка потім обговорюється спортсменами в малих групах. Завдання груп – не тільки висловити своє ставлення до почутого, а й представити свій варіант вирішення проблеми.

Таким чином, при навчанні спортсменів основам здорового способу життя необхідно враховувати психолого-педагогічні особливості формування особистого ставлення до свого здоров'я на різних етапах вікового розвитку дитини. У школі повинні використовуватися



спеціальні модульні освітні програми, спрямовані на формування у дітей і підлітків цінності здоров'я та здорового способу життя.

Відмінними рисами таких програм є:

1. Переважання інтерактивних методів організації виховання. Тобто, роль учнів не обмежується пасивним сприйняттям готової інформації. Спортсмени виявляються активними учасниками виховного процесу, що стимулює їх самостійність, творчу активність.

2. Практична значимість змісту програми. Оцінки, прийоми і навички повинні бути актуальними для конкретної вікової групи дітей, затребувані в їх повсякденному житті.

3. Модульність структури і змісту, що забезпечує варіативність при виборі варіантів реалізації (навчальна, позанавчальна діяльність тощо), термінів реалізації (вибирає сам педагог з бойового хортингу у залежності від особливостей дитячої аудиторії).

4. Забезпечення активної участі сім'ї в виховному процесі. Дорослі члени сім'ї повинні усвідомлювати важливість і значимість результатів, на досягнення яких спрямована програма, брати участь в її реалізації.

5. Організувати включення здоров'яформувальних компонентів в усі предмети загальноосвітнього циклу в рамках відведеної кількості годин базисним навчальним планом.

Необхідно враховувати рекомендації, розроблені фахівцями Національної федерації бойового хортингу України. Слід так організувати цю роботу, щоб учні не втомлювались. Втому часто плутають із втомленістю, вважаючи її легким ступенем стомлення. Однак, втома – явище психічне – це переживання, що викликається втомою [63–78]. Ступінь втоми і втомленості може не збігатися.

Це залежить від того, на якому емоційному тлі – позитивному чи негативному – проходить діяльність. Втомитися можна і від неробства. І навпаки – захоплена роботою людина не відчуває втоми навіть тоді, коли деякі фізіологічні зрушення свідчать про стан втомлення. Настання стомлення під час занять бойовим хортингом можна контролювати за табл. 2.

Таблиця 2

**Зовнішні ознаки втоми учнів під час занять бойовим хортингом**

Об'єкти спостереження	Стомлення		
	Незначне	Значне	Дуже значне
<b>Увага</b>	Рідкісні відволікання	Розсіяна увага, часті відволікання	Послаблена увага, реакції на нові подразники (нові мовні вказівки) відсутні
<b>Поза</b>	Непостійна поза, потягування ніг і випрямлення тулуба	Часта зміна поз, повороти голови у різні боки, спирання, підтримка голови руками	Прагнення покласти голову на стіл, витягнутися, відхилившись на спинку стільця
<b>Рух</b>	Точні рухи	Невпевнені, уповільнені рухи	Метушливі рухи рук і пальців
<b>Інтерес</b>	Жвавий інтерес, задавання питань	Слабкий інтерес, відсутність питань	Повна відсутність інтересу, апатія

**Умови збільшення функціональних резервів дітей старшого шкільного віку у процесі занять бойовим хортингом. У період старшого шкільного віку (16–17 років)**



практично завершується ріст загальних розмірів тіла у довжину і відзначається значна перевага процесів росту в поперечних розмірах. Підвищується міцність скелета, в тому числі хребта і грудної клітки. Помітнішими стають статеві відмінності у розмірах, пропорціях тіла, м'язовій масі, функціональних резервах і фізичній працездатності юнаків і дівчат [79–93]. Завершується розвиток центральної нервової системи, хоча процес збудження дещо переважає над силою процесу гальмування.

Для підтримання достатнього рівня фізичного розвитку в юнацькому віці тренуватися бойовим хортингом слід не менш як 2–3 рази на тиждень по 1,5–2 год. Щоденна ранкова фіззарядка є обов'язковою. Орієнтир оптимальності розвитку – контрольні нормативи фізичної підготовленості (табл. 3).

Таблиця 3

**Контрольні показники фізичної підготовленості юнаків та дівчат 15-17 років, які займаються бойовим хортингом**

Показники	Нормативні значення показника	
	Юнаки	Дівчата
1. Біг 3000 м, хв, с	12,50	–
2. Біг 2000 м, хв, с	–	11,0
3. Ходьба 20 км, год, хв	3,45	4,00
4. Підтягування на перекладині, разів	8	–
5. Віджимання від підлоги в упорі лежачи, разів	30	10
6. Стрибок у довжину з місця, м	2,10	1,80
7. Біг 100 м, с	13,50	16,2
8. Кидання гранати, м	35	16
9. Велопробіг гонка 30 км, год, хв	80	90
10. Лижна гонка 10 км, хв, с	60	70

Обсяг засвоєння інформації, який щороку збільшувався, вимагає від учнів старших класів великого психічного напруження й фізичних зусиль. У зв'язку з цим успішне засвоєння навчальних дисциплін залежить не лише від бажання та здібностей спортсменів, а й від стану їхнього здоров'я й рівня фізичної працездатності. Тому, як зазначається в Національній доктрині розвитку освіти в Україні, пріоритетним завданням є виховання людини в дусі відповідального ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточуючих як до найвищої індивідуальної й суспільної цінності. Це здійснюється шляхом розвитку бойового хортингу та фізичної культури, повноцінного медичного обслуговування, оптимізації режиму навчально-виховного процесу, створення екологічно сприятливого життєвого простору.

Бойовий хортинг, виконуючи важливі функції, тісно пов'язаний з освітою, наукою, охороною здоров'я, культурою й тому віддзеркалює соціальне та економічне життя нашого суспільства. На важливе значення фізичної культури й спорту для учнів старших класів школи вказують прийняті державні документи: Закон України «Про фізичну культуру і спорт», Державна програма розвитку фізичної культури і спорту, Національна

доктрина розвитку фізичної культури і спорту [94–99]. У документах зазначено, що фізична культура є важливим чинником здорового способу життя, профілактики захворювань, організації змістовного дозвілля, формування гуманістичних цінностей та створення умов для всебічного гармонійного розвитку людини.

Беручи до уваги невтішні дані стану здоров'я школярів старших класів та враховуючи вікові особливості дітей старшого шкільного віку, необхідно звернути увагу на:

- виховання в них інтересу і звички до занять бойовим хортингом;
- виховання дбайливого ставлення до свого здоров'я;
- формування стійких мотиваційних настанов на здоровий спосіб життя;
- усвідомлення необхідності розвивати свої фізичні здібності та рухові уміння і навички;
- виховання морально-вольових і психологічних якостей спортсменів.

Як свідчить аналіз літератури, основними шляхами підвищення рухової активності та розвитку рухових умінь і навичок у старшокласників на заняттях з бойового хортингу та уроках фізичної культури є:

- застосування навчально-розважальних ігор;
- змагання, які сприятимуть активізації дітей з метою суперництва та самоствердження в колективі;
- використання нестандартних уроків;
- застосування функціональної музики (музичний супровід допомагає спортсменам більш активно, з емоційним піднесенням виконувати запропоновані завдання).

У дітей старшого шкільного віку рухова активність звичайно спонтанна, неорганізована, і як правило представляє собою періодичні короткі відрізки, що повторюються. Наприклад, за допомогою прямого спостереження було помічено, що рухова активність у юнаків та дівчат цього віку має переважно періодичний характер. Старший шкільний вік (16–17 років) – період завершення зростання організму та окремих частин, збільшення функціональних резервів, завершується гармонійна перебудова, пов'язана зі статевим дозріванням, центральна нервова система стає більш урівноваженою. Юнаки цього віку починають частіше відвідувати заняття з бойового хортингу для збільшення м'язової маси, дівчата починають слідкувати за своєю фігурою.

Зростання кількості серцево-судинних розладів серед школярів – одна з характерних ознак сьогодення. Перш за все вони викликані інформаційним перенавантаженням, стресогенними ситуаціями та гіподинамією. Ведучим серед цих факторів є зниження рівня рухової активності.

У зв'язку з цим більшість школярів старшого шкільного віку не можуть виконувати фізичні навантаження на тренуваннях з бойового хортингу, на уроках фізкультури, передбачені навчальною програмою.

Разом з тим, виражена гіподинамія викликає зниження адаптаційних можливостей серцево-судинної системи, дисфункцію вегетативних відділів нервової системи, внаслідок чого серцево-судинна система навіть у стані спокою функціонує не ефективно. Для оцінки стану та функціонування серцево-судинної системи пропонується чимало доступних методик та індексів, і основними є:

- індекс Робінсона;
- проба Мартіне-Кушелевського;
- Гарвардський степ-тест;
- індекс Кердо.

Згідно зі спільним Наказом Міністерства охорони здоров'я України та Міністерства освіти і науки України від 20.07.2009 року № 518/674 для оцінки функціонального стану серцево-судинної системи школярів та визначення придатності їх до занять з фізичного виховання рекомендована методика проведення функціональної проби Руф'є.

Проте слід зауважити, що ставлення до проби Руф'є, як критерію «здоров'я» неоднозначне, і в тренерів з бойового хортингу, і в педагогів, і в медиків. Оцінюючи індекс Руф'є, потрібно враховувати методику проведення проби та вік школярів. Інтерпретація проби Руф'є має здійснюватись з урахуванням «вікової динаміки пульсу». При зменшенні віку значення індексу збільшується.

Для хлопчиків вікова корекція індексу пропонується більшою, ніж для дівчаток. У практиці бойового хортингу індекс Руф'є визначається таким чином: у досліджуваного, який лежить впродовж 5 хв, підраховується пульс за 15 с (P1). Потім йому пропонується зробити 30 присідань за 45 с (присідаючи – руки вперед, встаючи – вниз). Після цього досліджуваний лягає і йому підраховується пульс за перші 15 с (P2) та останні 15 с (P3) першої хв після навантаження. Отриманні результати підставляються у формулу:

$$\text{Індекс Руф'є} = (4(P1+P2+P3) - 200):10$$

Рівні функціонального резерву серця визначаються з урахуванням п'яти градацій:

менше 0,1 – високий рівень (атлетичне серце);

0,1–5,0 – дуже добрий рівень;

5,1–10,0 – добрий;

10,1–15,0 – серцева недостатність середнього ступеня;

15,1–20,0 – серцева недостатність високого ступеня.

Проблема збереження й зміцнення індивідуального здоров'я старшокласника досліджується сьогодні на всіх рівнях системи бойового хортингу, охорони здоров'я, освіти, соціальних служб тощо. У роботах дослідників виявлені протиріччя, що лежать в основі проблеми. Вони умовно розділені на групи протиріч, пов'язані з рівнем фізичного, соціально-психологічного й духовного благополуччя старшокласника.

Ці протиріччя відбивають, головним чином, зовнішню сторону його життєдіяльності і являють собою лише наслідок (форма прояву) більш глибоких внутрішніх, соціально-економічних, політичних і, як результат, особистісних процесів, які й становлять сутність проблеми розвитку сьогоденного суспільства, освіти й, зокрема, здоров'я учня. З позицій соціальної педагогіки проблема наразі, очевидно, обумовлена розривом (невідповідністю) між різко зрослими політичними, матеріальними, духовними можливостями (передумовами волі) і рівнем базової культури людей.

Однак, для старшокласника, які займаються бойовим хортингом, культура здоров'я є основною складовою базової культури, системи його індивідуального здоров'я і рівня особистісного розвитку. Національною федерацією бойового хортингу України зроблена спроба узагальнити результати соціально-педагогічних розробок з даної проблеми на основі системного підходу, подати процес збереження й зміцнення здоров'я старшокласника у вигляді відкритої системи, що самоорганізовується.

Система збереження й зміцнення індивідуального здоров'я старшокласника розглядається як єдине ціле культури здоров'я і його способу життя. При такій постановці проблеми культура здоров'я визначається як керуюча (визначальна на даному етапі часу) частина, а спосіб життя – керована частина системи. Обидві частини системи перебувають також у взаємозв'язку і єдності із природно-соціокультурним середовищем. Середовище ж задає, формує й затверджує критерії оптимального керування й корекції системи (критерії ефективності її життєдіяльності).

Зміст культури здоров'я (стосовно до бойового хортингу) має виражену освітню спрямованість і розглядається як одна з основних характеристик оптимізації навчально-виховної діяльності. Це актуалізується наступними умовами. Досягнення так званого «практичного здоров'я» як середньостатистичної норми (середнє між хворобою і здоров'ям) життєдіяльності організму спортсмена певного віку в конкретних на даний

момент умовах існування не можна визнати задовільним. Дослідження останніх десятиліть переконують у тім, що нормою здоров'я людини варто було б вважати стан життєздатності і гомеостазу конкретної особистості у віці 20–30 років в оптимальних умовах існування.

Такий стан короточасний, але в цьому стані ймовірність хвороби і загибелі організму мінімальна. Пізніше гомеостаз організму людини, як правило, внаслідок старіння відхиляється від цієї норми. Старіння, у свою чергу, супроводжується виникненням хронічних захворювань, що знижують рівень життєдіяльності організму. Культура здоров'я старшокласника повинна свідомо орієнтувати його на «ідеальне» індивідуальне здоров'я, на такий спосіб життя і стан середовища, щоб зберегти його на досить тривалий час. Зміст культури здоров'я у старшокласників у плані навчально-виховної діяльності засобами бойового хортингу повинен базуватися і відстоювати пріоритетне значення творчої активності, гуманності й духовності учнів у подоланні хвороб і у формуванні їхньої системи здоров'я. При цьому визнається й приймається як керівництво можливість і доцільність самовдосконалення, самотворення, самоцілительства: людина здатна допомогти собі сама, формуючи й використовуючи навантаження, що тренують, гігієнічні вміння й навички, сприйняття позитивних сторін життя, співтворчість всіх людей у творенні здоров'я. Зміст культури здоров'я (в освітньому аспекті) припускає життя спортсмена в гармонії із середовищем, поєднання в собі воєдино ідеалів Істини, Добра і Краси, сполучення в собі дослідницького, просвітительського й художнього початків.

Сьогодні одним із провідних елементів змістовної частини культури здоров'я учнів старших класів школи є усвідомлене розуміння й прийняття як принципу умови достатності (як у медицині – не нашкодь) і не тільки собі, але й оточуючим людям, природі. Рівень культури визначається тим, наскільки спортсмен усвідомлює це. Безкультур'я кожного і всіх разом – основна причина медичних і соціально-екологічних проблем, інтенсивного забруднення природного і соціокультурного середовища. Підкреслимо, що в Україні відсутня цілісна концепція системи збереження і зміцнення здоров'я кожного учня. Зміст культури здоров'я старшокласника, який займається бойовим хортингом, припускає прищеплювання, зокрема, практичних знань, умінь і навичок, що сприяють виробленню валеологічної і екологічної компетентності і, як наслідок, стереотипів поведінки й способу життя (керованої частини системи), що забезпечує належний рівень здоров'я протягом тривалого часу.

Таким чином, за своїм змістом культура здоров'я старшокласника, який займається бойовим хортингом – це складова базової культури (з однієї сторони), і результат розвитку як єдиного цілого, фізичної, біологічної, соціально-психологічної та духовної складової людини, й становлення особистості (з іншої сторони). Такий зміст у певній мірі визначає зміст і, як наслідок, спосіб життя людини, які проявляються в прийнятті (інтеріоризації) спортсменом суб'єктивних життєвих цінностей, специфічних потреб, мотивів, цілей, знань, умінь, навичок, здатностей, поведінки і діяльності, нормативів і принципів діяльності, значеннєвих пошуків тощо, які безпосередньо пов'язані зі способом життя, особистим здоров'ям і станом навколишнього середовища. Структура культури здоров'я старшокласника, який займається бойовим хортингом, може бути подана її критеріями, параметрами і факторами, а також їхніми взаємозв'язками, як підсистем системи здоров'я. Найбільш загальним критерієм ефективності є успішність життєдіяльності, здатність до активної життєтворчості і суб'єктивна задоволеність життям. Конкретними і кількісно оцінюваними критеріями можуть бути, наприклад, динаміка життєвих цінностей: рівень комунікативності, соціальність, соціальна відповідальність, еколого-валеологічна компетентність, рівень соматичного здоров'я тощо.

Таким чином, бойовий хортинг сприяє укріпленню здоров'я учнів старших класів школи та позитивно впливає на їх руховий режим і активність.

**Рухова активність в молодіжному віці.** Юнацький вік (до 20 років у дівчат, до 21 року у юнаків) – це вік змушнення, коли наближаються до досить високих показників функціональні можливості організму, коли, в контексті розмови про здоров'я, людина повинна бути фізично підготовленою до вирішення основних соціально-побутових завдань: високопродуктивно працювати, виконувати свій обов'язок щодо захисту Батьківщини (юнак, хоча відзначимо, що в 18 років він у повній мірі до вирішення цього завдання ще не готовий) і народжувати міцних здорових дітей (дівчина). Фізичне виховання юнаків і дівчат тепер носить статеву диференціацію, яка обумовлена їх біологічними і соціальними відмінностями. Протягом життя цілого покоління різко зросла інтенсифікація розумової праці молоді на тлі зниження рівня рухової активності, що в свою чергу призвело до неузгодженості інтелектуальних і психофізичних потенцій людського організму.

Тенденція до погіршення здоров'я молоді, зниження рівня їх рухових компетенцій спостерігається майже скрізь. Однією з причин такого стану є те, що основна маса представників молодого покоління, студентів не займається фізичною культурою і спортом ніде, крім занять у закладах вищої освіти, де навчаються, що явно недостатньо для виконання необхідної добової рухової активності.

Необхідно збільшити рухову активність молоді за рахунок занять бойовим хортингом, щоб припинити процес розвитку гіподинамії й усунути багато причин хвороб.

При цьому необхідно створити умови для задоволення біологічної потреби учнівської та студентської молоді в руховій активності, для досягнення високого рівня фізичної підготовки, а також формування стійкої мотивації на здоровий спосіб життя.

Використання традиційних підходів до організації занять з фізичного виховання в даний час не має належного впливу на прагнення молоді до фізичної активності, занять бойовим хортингом і постійного самовдосконалення. Масова комп'ютеризація навчального закладу формує доцільність роботи в цьому напрямі, для чого необхідні: глибокі і різнобічні дослідження навчального процесу з предмету «Фізична культура» з урахуванням цілеспрямованості та ефективності впровадження інформаційних технологій; детальна розробка конкретних методик і створення принципово нової моделі всього процесу навчання фізичного виховання. В сьогоденних умовах тенденції розвитку освіти припускають перехід управління процесом навчання на новий технологічний рівень, що передбачає використання інформаційних технологій, та є неодмінною умовою підвищення якості освіти.

Таким чином, актуальною проблемою сьогодні є оптимізація формування рухових компетенцій молодого контингенту з використанням різних форм та методів організації навчального процесу з фізичного виховання. Рухові компетенції мають бути валеологічно зорієнтованими, тобто такими, які дотримуються оздоровчого принципу в організації та проведенні занять з бойового хортингу та фізичної культури. Основні завдання формування рухових компетенцій молоді в даному контексті полягають у тому, щоб:

надати молодим спортсменам знання і сформувати мотивації дотримання здорового способу життя;

сформувати стійку звичку до щоденних занять фізичними вправами, використовуючи різні раціональні форми;

проводити систематичні фізичні тренування з бойового хортингу оздоровчої або спортивної спрямованості;

інформувати молодь про головні цінності бойового хортингу;

здійснювати діагностику і корекцію формування рухових компетенцій молоді в процесі занять бойовим хортингом у закладі вищої освіти.

**Висновок.** Таким чином, у результаті проведеного дослідження і наведеної інформації можна зробити висновки:

1. Умови збільшення функціональних резервів організму школярів у процесі занять бойовим хортингом і рухова компетенція дітей та молоді полягає в сформованості у спортсменів теоретичних знань та практичних умінь, спрямованих на гармонізацію фізичної і розумової діяльності, що дозволяє в сукупності цілеспрямовано та інтегративно формувати у юних спортсменів цінності здорового способу життя як базову складову безпеки здоров'я і продуктивного навчання у закладах освіти.

2. Підвищення мотивації спортсменів до формування рухових компетенцій багато в чому залежить від форми і змісту навчальних занять з бойового хортингу, фізичного виховання, а також використання популярних видів рухової активності та інформаційних технологій.

Обсяг засвоєння інформації, який щороку збільшувався, вимагає від учнів великого психічного напруження й фізичних зусиль. У зв'язку з цим успішне засвоєння навчальних предметів залежить не лише від бажання та здібностей спортсменів, а й від стану їхнього здоров'я й рівня фізичної працездатності. Бойовий хортинг, виконуючи важливі функції, тісно пов'язаний з освітою, наукою, охороною здоров'я, культурою й тому віддзеркалює соціальне та економічне життя нашого суспільства.

На важливе значення фізичної культури й спорту для учнів старших класів школи вказують прийняті державні документи: Закон України «Про фізичну культуру і спорт», Державна програма розвитку фізичної культури і спорту, Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту. У документах зазначено, що фізична культура є важливим чинником здорового способу життя, профілактики захворювань, організації змістовного дозвілля, формування гуманістичних цінностей та створення умов для всебічного гармонійного розвитку людини. Беручи до уваги невтішні дані стану здоров'я школярів старших класів та враховуючи вікові особливості дітей старшого шкільного віку, необхідно звернути увагу на: виховання в них інтересу і звички до занять бойовим хортингом; виховання дбайливого ставлення до свого здоров'я; формування стійких мотиваційних настанов на здоровий спосіб життя; усвідомлення необхідності розвивати свої фізичні здібності та рухові уміння і навички; виховання морально-вольових і психологічних якостей спортсменів. Виховання учнівської молоді засобами бойового хортингу може здійснюватися під час навчально-виховного процесу в закладах загальної середньої освіти в урочній і позаурочній діяльності, а також поза школою.

Національна федерація бойового хортингу України проводить роботу щодо забезпечення рухової активності дітей та молоді, залучення молодих людей до занять бойовим хортингом і ведення здорового способу життя.

На сьогодні виховання юних спортсменів засобами бойового хортингу є одними з найважливіших умов не тільки зміцнення, а й подальшого розвитку українського суспільства. Без патріотизму не можна, побудувати сильну державу, прищепити підростаючому поколінню розуміння його громадянського обов'язку і повагу до закону. Без любові до Батьківщини, виховання підростаючого покоління в дусі готовності до її захисту, виживання і процвітання України як суверенної держави неможливе.

**Перспективи подальшого дослідження.** Подальша робота в напрямі організації навчання здоровому способу життя школярів засобами бойового хортингу, визначення умов збільшення функціональних резервів організму школярів у процесі занять бойовим хортингом, потенціалу бойового хортингу щодо забезпечення рухової активності дошкільнят і молодших школярів, планується з метою поліпшення культури спортивної діяльності, 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. Єрмоєнко, 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. 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. 343–353.
3. Бадьора С. М. Методи психічної саморегуляції співробітників правоохоронних органів у системі бойового хортингу / С. М. Бадьора, 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. 334–346.
4. Біла В. Р. Військово-патріотичне виховання школярів і студентів у процесі занять бойовим хортингом / В. Р. Біла, Е. А. Єрмоєнко, 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. Єрмоєнко, 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. 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. 226–242.
7. Боднарчук В. В. Бойовий хортинг як засіб формування професійно-прикладних якостей курсантів і працівників силових структур / В. В. Боднарчук, Е. А. Єрмоєнко, 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. Єрмоєнко, 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. 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. 564–575.
10. Бухтіяров О. А. Бойовий хортинг як система підготовки українського професійного воїна-патріота / О. А. Бухтіяров, Е. А. Єрмоєнко, 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. 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. 827–840.
12. Вишницький І. О. Застосування прийомів боротьби у різних видах єдиноборств / І. О. Вишницький, Е. А. Єрмоєнко // 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. Єрмоєнко, Г. А. Коломонець // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 667–682.
14. Гарбовський Л. А. Бойовий хортинг і методика викладання у закладах вищої освіти / Л. А. Гарбовський, Е. А. Єрмоєнко, 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. Грищук 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. Грищук, Е. А. Єрьоменко, О. А. Бухтіяров // Протидія незаконному переміщенню товарів в районах здійснення Операції об'єднаних сил : тези допов. наук.-практ. семінару, 15 травня 2020 р. м. Ірпінь / Державна фіскальна служба України, Ун-т ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 59–73.
18. Деркач О. В. Розвиток фізичних якостей у співробітників правоохоронних органів засобами бойового хортингу за методом функціонального тренування / О. В. Деркач, Е. А. Єрьоменко, 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. Єрьоменко // 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. Єрьоменко В. Засоби профілактики основних стоматологічних захворювань у студентів, курсантів, спортсменів бойового хортингу та співробітників правоохоронних органів / В. Єрьоменко, Е. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 116–126.
22. Єрьоменко В. Е. Медичний контроль змагальної діяльності з бойового хортингу / В. Е. Єрьоменко, 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. 195–215.
23. Єрьоменко В. Стоматологічне здоров'я дітей та молоді як чинник спортивних успіхів у бойовому хортингу / В. Єрьоменко, Е. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 96–111.
24. Єрьоменко Е. А. Бойовий хортинг. Навчальна програма спортивної секції з бойового хортингу для учнів середнього шкільного віку 5–9 класів : навч. програма / Е. А. Єрьоменко // Мін-во освіти і науки України, Інститут модернізації змісту освіти. – ГС «НФБХУ», 2021. – 127 с.
25. Єрьоменко Е. А. Бойовий хортинг – виховна система школярів України / Е. А. Єрьоменко, 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. Єрьоменко Е. А. Бойовий хортинг – професійно-прикладний вид спорту правоохоронних органів України : монографія / Е. А. Єрьоменко ; Мін-во освіти і науки України, Університет ДФС України, Національна федерація бойового хортингу України. – К : ГС «НФБХУ», 2020. – 203 с.
27. Єрьоменко Е. А. Бойовий хортинг у системі професійної підготовки співробітників державних правоохоронних органів : монографія / Е. А. Єрьоменко // Мін-во освіти і науки України, Університет ДФС України. – Київ : ГС «НФБХУ», 2021. – 222 с.
28. Єрьоменко Е. А. Бойовий хортинг як ефективний засіб військово-патріотичного виховання школярів і студентів / Е. А. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 31–39.
29. Єрьоменко Е. А. Бойовий хортинг як засіб виховання фізичної культури та основ здоров'я студентів закладів вищої освіти / 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. 215–225.
30. Єрьоменко Е. А. Бойовий хортинг як засіб військово-патріотичного виховання старшокласників / Е. А. Єрьоменко, 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-ps.series15.2020.3(123).09.

54. Єрмоєнко Е. А. Основні 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. Єрьоменко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 305–315.
83. Остапенко О. І. Бойовий хортинг як засіб формування у старшокласників готовності до військової служби / О. І. Остапенко, Е. А. Єрьоменко, А. В. Тішин // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 638–652.
84. Петрочко Ж. В. Хортинг – школа сили і честі юного українця : метод. посіб. / Ж. В. Петрочко, Е. А. Єрьоменко. – К. : ПАЛИВОДА А. В., 2016. – 544 с.
85. Полторацький С. С. Бойовий хортинг у впровадженні воїнських традицій українського народу / С. С. Полторацький, Е. А. Єрьоменко, В. Е. Єрьоменко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 538–550.
86. Присяжнюк С. Бойовий хортинг та проблема активного відпочинку спортсменів у різні вікові періоди / С. Присяжнюк, Е. Єрьоменко // 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. Єрьоменко // 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. 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. 334–343.
89. Сичов С. Бойовий хортинг та особливості оптимізації управління атлетичним тренуванням у процесі спортивної діяльності / С. Сичов, Е. Єрьоменко // 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. Єрьоменко, 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. Єрьоменко, 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. Єрьоменко, 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. 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. 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. 296–305.
94. Федорченко Т. Є. Бойовий хортинг і методика проведення занять в умовах здоров'язберігальної педагогіки / Т. Є. Федорченко, 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. 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. Єрьоменко, 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. Єрьоменко, В. В. Бондарчук // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 8–23.

97. Шаповалов Б. Б. Перспективи розвитку бойового хортингу як засобу підготовки військовослужбовців правоохоронних органів військової структури до дій з ризиком для життя та здоров'я / Б. Б. Шаповалов, Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 315–322.

98. Шило О. М. Фізичне і морально-психологічне становлення особистості засобами хортингу / О. М. Шило, Е. А. Єрмоєнко, В. В. Вехтев // Педагогіка хортингу : зб. наук. праць. – К. : Паливода А. В., 2010. – С. 127–140.

99. Savchenko, A. (2017). Combat horting – educational practice for young people / A. Savchenko, E. Yeromenko // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 88–95.

## **Yeromenko E. A.**

State Tax University, Irpin, Ukraine

### **HEALTHY LIFESTYLE OF SCHOOL STUDENTS AND TRAINING REGIME IN THE COMBAT HORTING SECTION**

***Abstract.** This scientific article analyzes the features of the organization of teaching a healthy lifestyle to schoolchildren by means of combat horting, the conditions of increasing the functional reserves of the body of schoolchildren in the process of combat horting, pedagogical conditions and methods of physical education of schoolchildren by means of combat horting. It is noted that the amount of information assimilation, which has been increasing every year, requires great mental effort and physical effort from students. Therefore, the successful mastering of subjects depends not only on the desire and abilities of athletes, but also on their health and level of physical performance. Combat horting, performing important functions, is closely connected with education, science, health care, culture and therefore reflects the social and economic life of our society. The importance of physical culture and sports for high school students is indicated by the adopted state documents: the Law of Ukraine "On Physical Culture and Sports", the State Program for the Development of Physical Culture and Sports, the National Doctrine of Physical Culture and Sports. The documents state that physical culture is an important factor in a healthy lifestyle, disease prevention, organization of meaningful leisure, the formation of humanistic values and the creation of conditions for comprehensive harmonious human development. Taking into account the disappointing data on the state of health of high school students and taking into account the age characteristics of high school children, it is necessary to pay attention to: education of their interest and habits to combat horting; fostering a caring attitude to one's health; formation of stable motivational guidelines for a healthy lifestyle; awareness of the need to develop their physical abilities and motor skills; education of moral and volitional and psychological qualities of athletes. Education of student youth by means of combat horting can be carried out during the educational process in general secondary education institutions in classroom and extracurricular activities, as well as outside school. The key areas of such activities are the study, honoring and development of combat and sports traditions of the Ukrainian people and the Armed Forces of Ukraine, conducting and enriching sports competitions in combat horting, mobile, military sports games and other forms of work.*

***Key words:** organization of training, physical education, combat horting, healthy way of life, schoolchildren, importance of physical culture.*