

МІНІСТЕРСТВО ФІНАНСІВ УКРАЇНИ
УНІВЕРСИТЕТ ДЕРЖАВНОЇ ФІСКАЛЬНОЇ СЛУЖБИ УКРАЇНИ
ФАКУЛЬТЕТ ПІДГОТОВКИ, ПЕРЕПІДГОТОВКИ ТА ПІДВИЩЕННЯ
КВАЛІФІКАЦІЇ ПРАЦІВНИКІВ ПОДАТКОВОЇ МІЛІЦІЇ
КАФЕДРА СПЕЦІАЛЬНИХ ДИСЦИПЛІН ТА ОРГАНІЗАЦІЇ
ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ



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



14–15 листопада 2019 року
м. Ірпінь

УДК 339.543:316.48(477)ООС(06)
ББК 67.9(4Укр)301.143.1я431
Є80

*Рекомендовано до друку Вченою радою
Факультету підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації працівників податкової міліції
Університету державної фіскальної служби України
(протокол від 19.11.2019 № 8).*

Науковий керівник конференції

Пашко П. В. – ректор Університету державної фіскальної служби України, доктор економічних наук, професор, Заслужений діяч науки і техніки України.

Організаційний комітет конференції

Голова оргкомітету:

Чмелюк В. В. – кандидат юридичних наук, проректор з питань підготовки кадрів податкової міліції – начальник Факультету підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації працівників податкової міліції Університету державної фіскальної служби України, полковник податкової міліції, учасник бойових дій.

Голова науково-методичної ради оргкомітету:

Єрмоєнко Е. А. – професор кафедри спеціальних дисциплін та організації професійної підготовки Факультету підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації працівників податкової міліції Університету ДФС України, 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 спеціальних дисциплін та організації професійної підготовки, підполковник податкової міліції, учасник бойових дій;

Бухтіяров О. А. – кандидат юридичних наук, заступник начальника кафедри спеціальних дисциплін та організації професійної підготовки, учасник бойових дій.

Члени оргкомітету:

Параниця С. П. – кандидат юридичних наук, професор кафедри спеціальних дисциплін та організації професійної підготовки, учасник бойових дій;

Антоненко С. А. – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, професор кафедри спеціальних дисциплін та організації професійної підготовки Університету ДФС України;

Бадьора С. М. – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри спеціальних дисциплін та організації професійної підготовки Університету ДФС України;

Гарбовський Л. А. – кандидат юридичних наук, доцент кафедри спеціальних дисциплін та організації професійної підготовки Університету ДФС України.

Є80 Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 листопада 2019 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2019. – 1635 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 Університетом державної фіскальної служби України. 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.

УДК 339.543:316.48(477)ООС(06)
ББК 67.9(4Укр)301.143.1я431

Зуб Р. В., Єрьоменко Е. А., Бабурнич С. А. Використання дихальних вправ у ранковій гімнастиці юних спортсменів бойового хортингу	312
Шевчук І. В., Єрьоменко Е. А., Вєхтєв В. В. Фізичний стан як основа програмування оздоровчого тренування в бойовому хортингу	327
Єрьоменко Е. А. Фізична активність і оздоровче тренування з бойового хортингу для дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку	343
Близнюк О. В., Єрьоменко Е. А., Зуб Р. В. Контрольні показники фізичної підготовленості спортсменів бойового хортингу підліткового, старшого юнацького і молодіжного віку	357
Єрьоменко Е. А. Методика проведення уроку фізичної культури з елементами бойового хортингу для учнів молодшого і середнього шкільного віку	373
Єрьоменко Е. А. Методичні рекомендації щодо проведення уроку фізичної культури з вправами бойового хортингу в загальноосвітній школі	388
Биченко Є. Л., Єрьоменко Е. А., Зуб Р. В. Вивчення самостраховок бойового хортингу для опанування способами безпечного падіння учнів на уроках фізичної культури в школі	403
Єрьоменко Е. А. Здоров'язбережувальні технології бойового хортингу	420
Ільницький І. Р., Єрьоменко Е. А., Гречаний О. М. Розвивальне і здоров'язберігальне середовище тренувальної системи бойового хортингу	436
Єрьоменко Е. А. Методика самостійного тренування з бойового хортингу та планування обсягу фізичних навантажень	453
Митрофанов О. С., Єрьоменко Е. А., Гречаний О. М. Методика складання особистого плану самостійних занять бойовим хортингом ..	472
Єрьоменко В. Е., Єрьоменко Е. А., Ільницький І. Р. Зміст і періодичність лікарського контролю тренувальної та змагальної діяльності спортсменів бойовому хортингу	493
Степанюк А. В., Єрьоменко Е. А., Демчук С. Р. Режими помірних фізичних навантажень для учнів з ослабленим здоров'ям у процесі гурткових занять з бойового хортингу	507
Шукалюк Ю. С., Єрьоменко Е. А., Вєхтєв В. В. Фізична реабілітація осіб з інвалідністю та визначення толерантності до навантажень у процесі занять бойовим хортингом	525
Пеньков Ю. М., Єрьоменко Е. А., Кукушкін К. М. Застосування методів навантажувального тестування для визначення рівня фізичної працездатності спортсменів бойового хортингу	539
Єрьоменко Е. А. Оцінка результатів тестування учнів бойового хортингу для визначення рівня спортивних здібностей	554

РОЗВИВАЛЬНЕ І ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЛЬНЕ СЕРЕДОВИЩЕ ТРЕНУВАЛЬНОЇ СИСТЕМИ БОЙОВОГО ХОРТИНГУ

ІЛЬНИЦЬКИЙ Іван Романович
СРЬОМЕНКО Едуард Анатолійович
ГРЕЧАНІЙ Олександр Миколайович

*кафедра спеціальних дисциплін та організації професійної підготовки
Факультету підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації працівників
податкової міліції Університету державної фіскальної служби України, м. Ірпінь.*

***Анотація.** У даній науковій статті характеризується розвивальне і здоров'язберігальне середовище тренувальної системи бойового хортингу, описано структуру процесу навчання і тренування спортсменів бойового хортингу в режимі збереження здоров'я, розглянуто напрями вдосконалення оздоровчих і виховних технологій щодо формування ціннісного ставлення до своєї життєдіяльності в учнів спортивних секцій бойового хортингу. Відзначається, що високі духовні цінності (самоцінність людської особистості, пріоритет духовного над матеріальним, турбота про ближнього, духовно і фізично здорова сім'я) і моральні (почуття відповідальності у вирішенні особистих і суспільно значущих життєвих завдань) цінності в галузі бойового хортингу є тією базисною основою становлення уявлень про здоровий спосіб життя, яка створює учню бойового хортингу зразки ціннісного ставлення до бойового хортингу як засобу фізичної культури людини. Наголошується на тому, що у дитячому віці відбуваються тимчасові зміни працездатності. В одного і того ж учня працездатність може коливатися у залежності від пори року, дня, тижня, часу доби. У методичній літературі Національної федерації бойового хортингу України є численні дані про те, що побудова правильного режиму навчання, грамотний вибір педагогічних засобів є одним з основних шляхів збереження працездатності та зменшення стомлюваності учнів. Засновником бойового хортингу разом зі співробітниками розроблена теорія втомі і відновних процесів, яка у значній мірі ґрунтується на результатах експериментів і досліджень. Основний практичний об'єкт даної теорії полягає в тому, що вперше була глибоко обґрунтована можливість спрямованого розвитку адаптації шляхом спеціального тренування з бойовому хортингу, у результаті чого несприятливий вплив статистичних навантажень на організм при оволодінні загальнонавчальних умінь і навичок можна скорегувати. Надано методичні рекомендації щодо коригування програми всебічного морально-духовного виховання спортсменів бойового хортингу різних вікових груп і надбання ними позитивних ціннісних орієнтацій, а також вдосконалення процесу навчання і тренування спортсменів бойового хортингу в режимі збереження здоров'я.*

***Ключові слова:** розвивальне середовище, бойовий хортинг, здоров'язберігальне середовище, здоровий спосіб життя, тренувальна система, фізична культура особистості.*

Актуальність наукового дослідження. Навчання – це цілеспрямований, систематичний та організований процес формування і розвитку в учнів якостей, необхідних їм для виконання навчальної діяльності [1–11; 19–32]. Навчання в умовах здоров'язберігальної педагогіки бойового хортингу включає в себе передачу знань, умінь і навичок, які сприяють формуванню уявлень про здоров'язбереження і навчають відрізнити здоровий спосіб життя від нездорового, що допоможе в подальшому учням і педагогам охороняти і берегти як своє власне здоров'я, так і здоров'я оточуючих людей.

Виклад основного матеріалу. У процесі навчання відповідно до ідей здоров'язберігальних освітніх технологій бойового хортингу ставиться завдання сформувати у спортсменів необхідні знання, вміння та навички щодо здорового способу життя, навчити учнів бойового хортингу використовувати отримані знання в повсякденному житті [12].

Структура процесу навчання в умовах здоров'язберігальної педагогіки бойового хортингу. Весь процес навчання в умовах здоров'язберігальної педагогіки бойового хортингу включає в себе три етапи, які відрізняються один від одного як приватними завданнями, так і особливостями методики.

1. Етап початкового уявлення з основними поняттями та методиками.

Мета – сформувати в учня основи здорового способу життя і добитися виконання основних правил здоров'язбереження.

Основні правила:

сформувати у спортсменів смислове уявлення про основні правила здоров'язбереження;
створити правильне уявлення про основні поняття здорового способу життя;
допомогтися виконання основних правил здоров'язбереження (на рівні первісного вміння);
попередити нерозуміння спортсменами основних понять здорового способу життя.

Вирішення цих завдань здійснюється по черзі й поступово. Уявлення про основні правила здоров'язбереження формуються в результаті пояснення педагогом з бойового хортингу, сприйняття показуються рухами комплексів фізкультхвилинок, ранкової гігієнічної гімнастики, перегляду наочних ів, аналізу власних м'язових та інших відчуттів, що виникають при перших спробах виконання комплексів, спостережень за діями інших учнів. Все це створює орієнтовну основу, без якої неможливо освоєння правил здоров'язбереження.

2. Етап поглибленого вивчення.

Мета – сформувати повноцінне розуміння спортсменами основ здорового способу життя.

Основні завдання:

уточнити уявлення про основні правила здоров'язбереження;
допомогтися свідомого виконання основних правил здоров'язбереження;
формування у спортсменів практично необхідних знань, умінь, навичок, раціональних прийомів мислення та діяльності.

Дані завдання можуть вирішуватися одночасно. Ефективність навчання на цьому етапі багато в чому залежить від правильного і оптимального підбору методів, прийомів і засобів навчання. Використовуючи методи активного навчання, необхідно в комплексі з ним широко застосовувати наочність, спрямовану на створення у спортсменів відчуттів здорового способу життя. Метод словесного впливу змінює свої форми, провідними стають аналіз і розбір правил здоров'язбереження, бесіда, дискусія [13–18]. Такий підхід дозволяє спортсменам більш поглиблено пізнавати основи здоров'язбереження.

На цьому етапі широко використовується комплекс різноманітних засобів (засоби рухової спрямованості; оздоровчі сили природи; гігієнічні чинники).

Ефективність використання різних засобів здоров'язберігальної педагогіки бойового хортингу досягається при чіткому дотриманні наступних моментів:

- а) цілі і завдання використання конкретного засобу на конкретному занятті;
- б) структурний взаємозв'язок даного засобу і методу з основним змістом заняття;
- в) контроль і самоконтроль виконання правил здоров'язбереження.

3. Етап закріплення знань, умінь і навичок зі здоров'язбереження і подальшого їх застосування.

Мета – вміння перевести навик, що володіє можливістю його цільового використання.

Основні завдання:

досягти стабільності та автоматизму виконання спортсменами правил здоров'язбереження;
допомогтися виконання учнями правил здоров'язбереження відповідно до вимог їх практичного використання;
забезпечити варіативне використання правил здорового способу життя у залежності від конкретних практичних обставин.

Ці завдання можуть вирішуватися як одночасно, так і послідовно, оскільки всі вони тісно взаємопов'язані.

На цьому етапі збільшується кількість методів використання основних понять і уявлень про здоровий спосіб життя у звичайних і нових, незвичних умовах, що дозволяє виробляти у спортсменів гнучкий навик застосування наявних знань в різних умовах.

З метою вдосконалення знань, умінь і навичок зі здоров'язбереження використовують різні методи і прийоми: практичний метод, пізнавальна гра, ситуаційний метод, ігровий метод, змагальний метод, активні методи навчання, виховні, просвітницькі та освітні програми з бойового хортингу.

Педагог з бойового хортингу вибирає засоби відповідно до конкретних умов роботи.

Це можуть бути елементарні рухи під час занять бойовим хортингом; фізичні вправи, фізкультхвилинки і рухливі перерви, «хвилинки спокою»; різні види гімнастики (оздоровча гімнастика, пальчикова, коригувальна, дихальна для профілактики простудних захворювань, для бадьорості); лікувальна фізкультура; рухливі ігри; спеціально організована рухова активність дитини (заняття оздоровчою фізкультурою, своєчасний розвиток основ рухових навичок); масаж, самомасаж; психогімнастика; тренінги та елементи фізіотерапії, ароматерапії, вітамінотерапія (вітамінізація харчового раціону, йодування питної води, використання амінокислоти гліцину двічі на рік – у грудні і навесні з метою зміцнення пам'яті школярів), фітобар у стінах школи, кабінет фізіотерапії, оздоровчі тренінги з бойового хортингу для педагогів і учнів, різні реабілітаційні заходи; масові оздоровчі заходи; спортивно-оздоровчі свята, тематичні свята здоров'я.

Проведення занять з бойового хортингу в умовах здоров'язберігальних технологій.

Успішність навчання в школі визначається рівнем стану здоров'я, з яким дитина прийшла у навчальний заклад, що є вихідним фоном на старті навчання. На цьому тлі в подальшому не менш важливою і правильною є організація навчальної діяльності [33–48]. Чому кількість дітей, які прийшли в перший клас школи і мають фізичні вади або хронічні захворювання (25–35 %), збільшується до кінця навчання в школі? Чому тільки (8–10 %) випускників шкіл можна вважати дійсно здоровими? Як так ми вчимо наших дітей, що наші діти виходять зі школи не повністю здоровими членами суспільства? А сьогоднішні хворі діти – це хворе майбутнє покоління нашого народу. Уже в даний час в Україні фізіологічно зрілими народжуються не більше 14 % дітей.

У системі бойового хортингу в один і той же час існують і практично застосовуються кілька різних видів навчання, що не заперечуються один одним, а еволюціонують до більш досконалих. У кожній з відомих технологій можна назвати ряд переваг і недоліків. Найбільш розповсюджені в діяльності нашої сучасної школи технології: традиційне та розвивальне навчання. Система бойового хортингу пропонує – здоров'язберігальне.

Істотну особливість традиційного навчання становить авторитарна педагогіка, яка перетворює нашу школу в «школу знань», що в чималому ступені сприяє виникненню глибокої перевтоми в основної маси учнів як у кінці навчального дня, так і до кінця навчального року.

В системі розвивального навчання весь процес навчання вибудовується через спільну діяльність педагога і учнів, що впливає, у першу чергу, на успішність розвитку дитини. Основні характеристики технології розвивального навчання, на відміну від традиційного навчання, відповідають принципам здоров'язберігальних технологій бойового хортингу.

Ігрові технології, що протікають у спеціально організованих умовах за певними правилами, розвертаючись на діяльній основі шляхами і засобами, адекватними віку спортсменів, поступово розвиваються в навчальну діяльність.

Загальновідомо, що мотиви пізнавального характеру, з якими діти прийшли до школи, мають важливе значення для організації навчального процесу, оскільки вони допомагають швидше освоювати те, що учням цікаво. До кінця першого року навчання більшість дітей починають говорити про своє небажання ходити до школи [49–62]. Тому не випадково, що мета початкової школи звучить як розвиток стійкого інтересу до «країни знань». І здоров'я учнів відіграє не останню роль.

Тільки при правильній організації навчальної діяльності (суворе дотримання режиму шкільних занять; побудова уроку з урахуванням працездатності дітей, використання засобів наочності; обов'язкове виконання гігієнічних вимог; сприятливий емоційний настрій тощо) можливе вирішення одного із завдань здоров'язберігальної педагогіки бойового хортингу – збереження високої працездатності, виключення перевтоми учнів.

Інтенсифікація шкільного навчання, підвищення вимог до освітнього процесу вимагають використання в роботі зі школярами ефективних засобів і методів, що підвищують і утримують на належному рівні розумову працездатність учнів. У сучасній школі від дітей очікують не стільки будь-яких спеціальних знань і умінь, скільки більш складних форм розумової аналітико-синтетичної діяльності, більшої працездатності, ніж раніше.

Під працездатністю спортсмена розуміється властивість людини, яка визначається станом вищих психічних функцій і характеризує її здатність виконувати певну спортивну діяльність з необхідною якістю і протягом необхідного інтервалу часу.

Розумова працездатність – це можливість людини продуктивно тривало виконувати певну розумову діяльність, доступну її віку, при економних нервово-фізіологічних витратах; це одне з важливих умов успішного навчання в школі. Критеріями розумової працездатності служать такі показники, як продуктивність, якість і точність (безпомилковість роботи або наявність помилок, що виникають як наслідок втоми). У спортсменів розумова працездатність може досягати високих меж, особливо при навчанні та тренуванні за інноваційними програмами.

Однак, це стосується не всіх дітей. На практиці ми відзначаємо, що у частини школярів, які не займаються бойовим хортингом, швидко розвивається стомлення, у результаті чого виникають передумови для їх майбутньої навчальної неуспішності.

Величезний вплив на розвиток розумової працездатності школярів надає рівень фізичного розвитку і стану здоров'я. Паспортний вік людини не завжди відповідає рівню її біологічного розвитку, фізичної підготовленості. При вступі до школи в шестирічному віці у 40 % дітей виявляється відставання біологічного віку від паспортного, 6–7-річний вік аж ніяк не свідчить про психологічну зрілість і готовність організму дитини до навчання в школі.

Це говорить про необхідність більш уважного ставлення до дітей з різними відхиленнями у стані здоров'я і фізичному розвитку. У 90 % від загальної кількості дітей зі слабкою працездатністю, які не займаються бойовим хортингом, виявляється пасивність на уроках: учні рідко відповідають на запитання, часто не справляються з різними завданнями, швидко втомлюються. У них відсутній інтерес до навчання, до конкретних завдань, які вимагають розумового напруження. З метою підвищення рівня навчально-виховного процесу необхідно постійно змінювати умови організації навчання школярів на уроках, проводити фізкультхвилинки, а в змісті навчального матеріалу більше вносити ігрових ситуацій.

На єдність фізичного і розумового розвитку дитини вказують дослідження фахівців Національної федерації бойового хортингу України. Однак, домогтися цієї єдності дуже складно, тому що фізична і розумова працездатність дитини залежить від цілого ряду причин. Організована рухова діяльність дитини повинна регулюватися з урахуванням вікових особливостей та динаміки фізичної підготовленості школярів [63–78]. Тільки тоді вона буде сприяти психічному і фізичному розвитку учня. З одного боку, потреба в русі біосоціальна, з іншого – вона повинна бути соціально сформованою. За допомогою різноманітних за змістом рухливих ігор, фізичних вправ, оптимально дозованих фізичних навантажень під час занять бойовим хортингом, можна успішно впливати на біологічну природу дитини, зміцнювати її здоров'я, домагатися її фізичного вдосконалення.

Особливої уваги потребують діти, які мають низький рівень розвитку. Тільки шляхом щоденної та індивідуальної роботи можна домогтися певних успіхів у розвитку їх розумової працездатності. Збільшення щоденної рухової активності школярів за допомогою занять бойовим хортингом, фізичних вправ і рухливих ігор позитивно позначається на запобіганні втоми і збереженні у них розумової працездатності протягом всього навчального року. У порівнянні з учнями, які працюють за звичайним руховим режимом, для таких школярів, які займаються бойовим хортингом, характерна тенденція до збільшення обсягу виконуваної роботи і підвищення її якості.

У дитячому віці відбуваються тимчасові зміни працездатності. В одного і того ж учня працездатність може коливатися у залежності від пори року, дня, тижня, часу доби. У методичній літературі з бойового хортингу є численні дані про те, що побудова правильного режиму навчання, грамотний вибір педагогічних засобів є одним з основних шляхів збереження працездатності та зменшення стомлюваності учнів. Засновником бойового хортингу разом зі співробітниками розроблена теорія втоми і відновних процесів, яка у значній мірі ґрунтується на результатах експериментів і досліджень [79–93]. Основний практичний об'єкт даної теорії полягає в тому, що вперше була глибоко обґрунтована можливість спрямованого розвитку адаптації шляхом спеціального тренування з бойового хортингу, у

результаті чого несприятливі сторони впливу статистичних навантажень на організм при оволодінні загальнонавчальних умінь і навичок можна скорегувати.

Динаміка працездатності протягом дня показує 2 типи підвищеної працездатності, що збігаються у часі з періодами високого рівня дії фізіологічних функцій:

8–12 годин;

16–18 годин.

На 12 годину зазвичай відзначається падіння працездатності. Більш того, працездатність дітей не залишається постійною і в години її оптимального стану з 9–12 годин. Вона перебуває під впливом різних змін навіть у процесі проведення одного тренування з бойового хортингу.

Перший період, як тільки спортсмен приступив до роботи, називається фазою впрацювання. При цьому його працездатність відносно невелика і поступово підвищується. У дітей, в порівнянні з дорослими, фаза формування дещо коротша, що пов'язано з більш високою чутливістю систем організму. Період формування в 80 % випадків у школярів триває від 2 до 7 хв. Потім працездатність встановлюється на відносно високому рівні. Через 20 хв роботи вона знижується. Внаслідок цього, ефективно найбільш складні елементи програми підносити після 7 хв заняття.

Є дані, що середня тривалість активної уваги у молодших школярів дорівнює 15–17 хв. Слідом за фазою формування слідує фаза оптимальної стійкої працездатності. Потім працездатність починає знижуватися. Також відрізняється різке підвищення кількості відволікань і збудження дітей після 15–20 хв у шестирічок і після 20–25 хв у 7-річних школярів. Останні 5–10 хв уроку педагогічно малопродуктивні. У ряді випадків, незадовго перед закінченням роботи може з'явитися незначне і короткочасне підвищення працездатності. Ця фаза отримала назву «кінцевий прорив».

Висновок про залежність тривалості активної роботи від методики проведення уроків відзначається у багатьох роботах педагогів і дослідників Національної федерації бойового хортингу України.

Якщо проаналізувати денну динаміку працездатності, то можна сказати, що 1 урок не дуже продуктивний, оскільки потрапляє на фазу впрацювання, 2 і 3-й уроки – відповідають періоду оптимальної стійкості працездатності, отже – максимально продуктивні. 4 урок потрапляє у фазу некомпенсованого стомлення і є малоефективним. У денній динаміці працездатності явище «кінцевого прориву» щодо останніх уроків дослідниками спостерігалось періодично.

Динаміка зміни фізіологічних функцій і працездатності учнів протягом навчального дня і тижня визначається фізіолого-гігієнічними вимогами до складання розкладу уроків у школі. У раціонально складеному розкладі занять повинна бути врахована складність предметів і переважання динамічного або статистичного компонентів під час занять.

В якості одного з можливих способів оцінки уроків можна використовувати рангову шкалу складності предметів.

Шкала складності предметів для молодших класів (від вищого до низького ступеня складності): математика; українська мова; природознавство; українська література; історія; малювання і музика; праця; фізкультура.

Працездатність дитини зазнає змін не тільки в перебігу дня, але і протягом тижня, року. У дітей 6–7 років у вівторок функціональний стан центральної нервової системи найбільш сприятливий, а працездатність найвища і стійка. Від середи до суботи – працездатність знижується.

Найнижчі її показники відзначені у понеділок. Це пояснюється порушенням звичного для організму режиму діяльності дітей і вважається за доцільне в понеділок і в суботу проводити уроки полегшеного характеру.

Іноді може бути виявленим поліпшення працездатності навіть по п'ятницях. У дітей, що почали навчання в школі з 6–7 років виникає велика залежність показників тижневої динаміки, працездатності від навчальних режимів різної складності [94–99].

Молодші школярі більше, ніж старшокласники, потребують організації полегшеного режиму дня в середині тижня, оскільки з середини тижня показники працездатності помітно знижуються і різко погіршують самопочуття дітей.

За час навчання в школі дитина повинна всім оволодіти і все зрозуміти. Вчитель бачить головне своє завдання в тому, щоб вчити, навчати, тобто, він повинен ініціювати, просувати вперед і контролювати навчальний процес так, щоб учні вчилися мистецтву навчання.

Успішна навчальна діяльність і стан здоров'я дітей не можуть сьогодні розглядатися ізольовано один від одного.

Вони взаємопов'язані і вимагають до себе пильної уваги дорослих, вчителів-практиків і батьків. Гарне здоров'я сприяє повноцінному розвитку дітей, сприяє безболісній адаптації до нової для школяра навчальної діяльності, пов'язаної з напруженим розумовим навантаженням.

Основні форми організації навчання здоров'ю спортсменів. Історія розвитку школи розкриває різні системи навчання, в яких перевага віддавалася різним формам організації: індивідуально-груповій, взаємонавчання, бригадного навчання, найбільш поширена форма навчання – класно-урочна, що виникла в 17 столітті (І. Штурм, Я. А. Коменський).

У сучасній школі класно-урочна форма навчання є основною. Класно-урочна система передбачає різні форми організації навчально-виховного процесу: домашня навчальна робота, факультативні заняття з бойового хортингу, консультації, заліки, іспити. Але основною формою навчання в школі є урок.

Для визначених форм занять є характерним те, що діяльністю учнів управляє педагог, який протягом строго встановленого часу в спеціально відведеному місці керує навчальним процесом з постійною за складом навчальною групою учнів відповідно до вимог педагогічних закономірностей навчання і виховання.

При цьому строго дотримується частота занять, їх тривалість і взаємозв'язок. У більшості країн світу уроки мають 40–45-хвилинну тривалість, для учнів 1-х класів урок триває – 30–35 хвилин, що пов'язано з низькою стійкістю уваги дітей даного віку.

Педагогічна наука і шкільна практика спрямовують свої зусилля на пошук шляхів вдосконалення уроку.

Основні напрями наступні:

мобілізація учнів на виконання поставлених завдань, досягнення цілей безпосередньо на уроці;

здійснення організаційної чіткості кожного уроку від першої до останньої хвилини;

підвищення пізнавальної самостійності і творчої активності учнів на уроці;

цілеспрямований вибір оптимальних варіантів поєднання різних методів, прийомів засіб навчання, що приводять найкоротшим шляхом до досягнення цілей уроку;

інтенсифікація навчально-виховного процесу на уроці;

здійснення міжпредметних і внутрішньопредметних зв'язків;

удосконалення типології і структури уроку.

Кожен урок спрямовується на досягнення триєдиної мети: навчити, виховати, розвинути. З урахуванням цього, загальні вимоги до уроку конкретизуються в дидактичних, виховних і розвивальних вимогах. Крім того, для навчальних форм характерна побудова занять у рамках загальноприйнятої структури, під якою прийнято розуміти поділ уроку на три складові частини:

підготовчу (1–3 хв організаційної роботи);

основну (35–40 хв – формування знань, умов повторення, контроль тощо);

заключну (2–3 хв – підведення підсумків заняття та завдання додому).

Структура уроку, відображаючи його конкретні освітньо-виховні завдання, зміст і методи навчання, відрізняється логічною стрункістю, складністю, гнучкістю. Загальна дидактична структура уроку характеризується наступними компонентами:

актуалізацією колишніх знань і способів дій;

формуванням нових знань і способів дій;

формуванням умінь.

У практиці навчання найчастіше виділяють наступні основні етапи уроку:
постановка мети уроку;
перевірка домашнього завдання;
повторення пройденого;
пояснення матеріалу;
закріплення вивченого;
узагальнення і систематизація нових знань;
контроль знань і вмінь учнів;
формування нового домашнього завдання.

У теорії і практиці навчання традиційними є наступні класифікації уроків:
за основною дидактичною метою;
за основним способом їх проведення;
за основними етапами навчального процесу;

Класифікація за основним способом проведення поділяє їх на уроки:

у формі бесіди;
у формі лекції;
у формі екскурсії;
самостійної роботи учнів;
лабораторних і практичних робіт;
поєднання різних форм занять.

Якщо ж за основу класифікації беруться основні етапи навчального процесу, виділяють уроки таких типів:

вступні;
первинного ознайомлення з матеріалом;
висвітлення понять, встановлення законів на практиці;
повторення та узагальнення;
контрольні;
змішані або комбіновані.

У нескінченному потоці безлічі уроків можна відзначити відому повторюваність і визначити структури уроків, що зустрічаються частіше інших. Таким чином, визначаються структури уроків різних типів:

комбіновані (змішані);
уроки вивчення нових знань;
уроки формування нових умінь;
уроки узагальнення і систематизації вивченого;
уроки контролю і корекції знань, умінь;
уроки практичного застосування знань, умінь.

І завдання, і зміст уроку, і його структура, і методи навчання – все це повинно бути направлене на те, щоб учні отримували задоволення у процесі навчальної роботи на уроці.

Сучасний вчитель вільний у своєму виборі побудови уроку. Важливо, щоб була досягнута головна мета навчання.

Технологія організації уроку в умовах здоров'язберігальної педагогіки бойового хортингу. Початок шкільного навчання пов'язаний не тільки зі зміною способу життя дітей. Перехід на шкільне навчання сприяє різкому збільшенню числа контактів, що на тлі основних особливостей дітей молодшого віку і зниженою опірності їх організму, зумовленої необхідністю пристосування до нових умов життя, веде до підвищеної захворюваності.

Тому всі заходи, спрямовані на зміцнення здоров'я та загартовування учнів цього віку, набувають особливого значення.

Дослідженнями гігієністів встановлено, що побудова навчального і продовженого дня без врахування вікових особливостей дітей навіть при впровадженні всіх форм оздоровчо-фізкультурної роботи призводить до вираженого стомлення учнів протягом навчального дня, тижня, року.

Це, в свою чергу, викликає несприятливі зрушення у функціональному стані різних органів і систем, що в кінцевому підсумку веде до погіршення здоров'я учнів у кінці року.

Раціональний режим, включення тренувань з бойового хортингу, насамперед передбачає чітке формування видів діяльності і відпочинку дітей на протязі доби і сувору регламентацію різних видів діяльності.

Переважна більшість функціональних змін в організмі учнів у міру збільшення учнівського стажу пов'язана з виконанням навчального навантаження, умовами протікання навчально-виховного процесу, гігієнічно правильно побудованим заняттям.

Перш за все обґрунтований урок повинен бути побудований з урахуванням потреб дітей: в самореалізації; у наслідуванні; придбанні досвіду.

Основні вимоги до якісного уроку в умовах здоров'язберігальної педагогіки бойового хортингу

1. Побудова уроку на основі закономірностей навчально-виховного процесу з використанням останніх досягнень передової педагогіки бойового хортингу з урахуванням питань здоров'язбереження.

2. Реалізація на уроці в оптимальному співвідношенні принципів і методів як загальнодидактичних, так і специфічних, які пропонує система бойового хортингу.

3. Забезпечення необхідних умов для продуктивної пізнавальної діяльності учнів з урахуванням їх стану здоров'я, особливостей розвитку, інтересів, нахилів та потреб.

4. Встановлення міжпредметних зв'язків, усвідомлених учнями, здійснення зв'язку з раніше вивченими знаннями та вміннями.

5. Активізація розвитку всіх сфер особистості учнів.

6. Логічність і емоційність усіх етапів навчально-виховної діяльності.

7. Ефективне використання педагогічних засобів здоров'язберігальних освітніх технологій.

8. Формування практично необхідних знань, умінь, навичок, раціональних прийомів мислення та діяльності.

9. Забезпечення варіативного використання правил здорового способу життя у залежності від конкретних умов проведення уроку.

10. Формування вміння вчитися, піклуючись про своє здоров'я.

11. Ретельна діагностика, прогнозування, проектування, планування та контроль кожного уроку з урахуванням особливостей розвитку учнів.

Фізіологічним можливостям організму:

для учнів 1-х класів найбільше відповідає 35-хвилинна тривалість уроку;

для 2-х класів рекомендується комбінований урок з використанням останніх 10 хв для зняття втоми з включенням таких видів діяльності, як читання художньої літератури, настільні ігри, розучування комплексу фізичних вправ бойового хортингу тощо.

Початок навчального дня в початкових класах бажано відзначати організованою зарядкою. В такому випадку на першому уроці можна віддати перевагу одному зі складних предметів.

З огляду на те, що тривалість активної уваги молодших школярів не перевищує 20 хв, частину часу уроку слід використовувати на проведення фізкультпауз.

З усіх навантажень, з якими дитина стикається в школі, найбільш стомлюючим є навантаження пов'язане, з необхідністю підтримки робочої пози.

Тому не можна вимагати від учнів збереження нерухомого положення тіла протягом всього уроку.

Перемикання в перебігу уроку з одного виду діяльності на інший має неминуче супроводжуватися зміною пози дитини.

Наводимо різницю педагогічних підходів для проведення уроку за традиційними методиками та уроку здоров'я з елементами бойового хортингу (табл. 1).

Педагогічні підходи для проведення уроку за традиційними методиками та уроку здоров'я з елементами бойового хортингу

Традиційний урок	Урок здоров'я з елементами бойового хортингу
Тема уроку	Тема уроку (має відношення до дитини) Чи знаєш ти своє тіло?
Цілі і завдання уроку: освітні, розвиваючі (пам'ять, мова, мислення) виховні (любов до Вітчизни, патріотизм, колективізм)	<p>Мета уроку (має відношення до дитини). Навчити відчувати власне тіло, формувати здатність конструктивної взаємодії з близькими людьми.</p> <p>Рівні засвоєння:</p> <p>відношення (сформувати переконання про необхідність дбайливого ставлення до свого організму);</p> <p>уявлення (сформувати переконання про важливість злагодженої роботи різних частин тіла, їх призначення та функції);</p> <p>способи поведінки (прищепити звичку дотримуватися правил особистої гігієни, режиму дня, гартуватися).</p>
<p>Організаційний момент.</p> <p>Мотивація (дітям повідомляється мета уроку).</p> <p>Перевірка домашнього завдання.</p>	<p>Ритуал вітання.</p> <p>Мотивація (на протязі всього уроку простежується зв'язок того, про що йдеться до потреб дітей).</p> <p>Перевірка домашнього завдання (рефлексія, емоції дітей).</p>
<p>Підготовка до пояснення нового матеріалу (усний рахунок, розбір пропозиції).</p> <p>Пояснення нового матеріалу.</p>	<p>Вступна частина (актуалізація уявлень учнів, їх відносини, стратегій і технологій).</p> <p>Основна частина (формування уявлень; методи: гра, бесіда, аукціон ідей).</p>
<p>Первинне закріплення (вправи на нову тему).</p> <p>Самостійна робота на нову тему.</p> <p>Підсумок уроку (чим ми займалися? Що вивчили?).</p> <p>Домашнє завдання.</p>	<p>Заключна частина (відпрацювання особистої стратегії).</p> <p>Підсумок уроку (узагальнення).</p> <p>Домашнє завдання (з залученням до виконання близьких дорослих).</p>

При складанні розкладу уроків предмети, що вимагають великого розумового напруження, краще ставити першими і другими. Ефективно використовувати чергування складних і простих предметів протягом навчального дня. Фізкультуру і працю не бажано ставити першими або останніми в розкладі. У будь-якому випадку, якщо виникла необхідність здвоєних уроків (деякі види письмових робіт, бігова підготовка тощо), між уроками повинна бути перерва. Існують різні інноваційні варіанти структурування навчального дня, наприклад «комплексні уроки» 3х30 хв, але всі нововведення вимагають серйозної перевірки в плані впливу на здоров'я учнів.

Ідея педагогіки оздоровлення засобами бойового хортингу підводить тренера до широкого використання в практиці нестандартних уроків: уроки-тренування, уроки-ігри, уроки-дискусії, уроки-змагання, театралізовані уроки, уроки-консультації, уроки з груповими формами роботи, уроки взаємонавчання учнів, уроки-творчості, уроки-аукціони, уроки-конкурси, уроки-узагальнення, уроки-фантазії, уроки-концерти, уроки-екскурсії тощо.

При підготовці уроків з використанням здоров'яформувального компонента педагогу з бойового хортингу необхідно:

1) проаналізувати зміст конкретної теми навчального предмета з точки зору його можливостей формувати цінності здорового способу життя школярів;

2) підібрати, відповідно до профілю навчального предмета, конкретні факти, завдання, вправи, спрямовані на формування культури здоров'я школярів;

3) розробити сценарний план уроку відповідно до завдання залучення учнів до культури здоров'я;

4) моделюючи урок здоров'я, педагог з бойового хортингу має враховувати відмінності між традиційним уроком і уроком здоров'я;

5) при інтегрованому підході, в основу організації навчального заняття необхідно закласти характеристики здоров'язберігального освітнього процесу на навчальному занятті.

Орієнтовні результати проведення занять з бойового хортингу при застосуванні здоров'язберігальної педагогіки

1. Умови проведення навчального заняття відповідають гігієнічним нормам і вимогам (освітленість, режим провітрювання, меблі, дизайн, санітарно-гігієнічний стан класного приміщення).

2. Цілі навчального заняття зорієнтовані на навчання, виховання і розвиток здорової особистості учня; визначені відповідно до вимог програми, труднощами і складністю теми, реальними навчальними, індивідуальними і віковими можливостями та особливостями учнів.

3. Організовані дії учнів щодо прийняття цілей навчального заняття.

4. Створений позитивний емоційний настрій і робоча обстановка в класі; організовані дії учнів щодо мобілізації на навчальне заняття.

5. Забезпечений високий рівень мотивації навчальної діяльності учнів протягом усього навчального заняття.

6. Зміст навчального матеріалу відповідає цілям навчального заняття і відповідає таким вимогам: повнота, системність, інтегративність, практико-орієнтованість, включеність суб'єктного досвіду учнів, диференційованість, емоційна забарвленість.

7. Зміст навчального матеріалу сприяє формуванню культури здоров'я спортсменів.

8. Методи і форми навчання відповідають:

навчальному змісту;

цілям навчального заняття;

психофізіологічним і навчальним можливостям учнів.

9. Використані тренером з бойового хортингу методи і форми навчання забезпечують:

адекватність психофізіологічних особливостей учнів темпу навчання;

достатню рухову активність учнів на уроці;

облік індивідуальних і статевікових особливостей учнів;

облік реальних навчальних можливостей учнів, диференційованість навчання;

включення кожного учня в активну навчально-пізнавальну діяльність;

дозовану допомогу учням при ускладненнях, створення ситуації успіху;

зворотний зв'язок;

об'єктивну оцінку просування і розвитку кожного спортсмена;

контроль і оцінку знань учнів, що сприяють збереженню їхнього психічного здоров'я;

профілактику щодо зниження стомлюваності учнів на навчальному занятті, подолання психічної і статичної напруги учнів;

доброзичливу і продуктивну співпрацю учнів, а також вчителя та учнів.

10. Педагогічна техніка вчителя забезпечує створення сприятливого психологічного клімату, сприяє розкріпаченню учнів.

11. Складність навчального заняття (кількість нових навчальних одиниць, характер діяльності учнів, рівень засвоєння навчального матеріалу) відповідає статево індивідуальним і навчальним можливостям спортсменів.

12. Засоби навчання використовуються відповідно до гігієнічних норм і вимог системи бойового хортингу.

13. Характер, обсяг і диференційованість домашнього завдання визначаються реальними навчальними можливостями, індивідуальними особливостями і здібностями учнів.

14. Рівень досягнення цілей навчального заняття.

Хронометраж уроку проводиться за наступними компонентами:

щільність уроку (% часу, витраченого школярами на навчальну роботу);

кількість видів навчальної діяльності (лист, читання, слухання, розповідь, розгляд наочних посібників, відповідь на запитання, рішення прикладів);

тривалість кожного виду навчальної діяльності (за хвилину);

частота чергування видів діяльності (середній час у хвилинах зміни діяльності);

кількість видів викладання (словесний, наочний, аудіовізуальний через технічні засоби навчання, самостійна робота);

частота чергування видів викладання;

наявність, місця, змісту і тривалості фізкультхвилинок.

Відстежується момент зниження навчальної активності учнів як показник настання їх стомлення. (Визначається в ході хронометражу за зростанням рухових і пасивних відволікань у спортсменів у процесі навчальної роботи). Крім того, визначається і фіксується психологічний клімат на уроці, наявність емоційних розрядок, дотримання учнями правильної пози, її відповідність виду роботи і чергування протягом уроку..

Висновок. Таким чином, бойовий хортинг – національний професійно-прикладний вид спорту України, заснований на культурних, оздоровчих і бойових традиціях українського народу, задовольняє інтереси молоді і забезпечує комфортні та безпечні заняття у спортивних залах.

Він є багаторічним спеціально організованим процесом навчання, всебічного розвитку, морально-етичного виховання та оздоровлення дітей і молоді. Також у системі бойового хортингу містяться ефективні форми і методи виховання і оздоровлення школярів та студентської молоді.

Під час тренувального та змагального процесу на перше місце виходить організація безпечного проведення тренувань і змагань, збереження здоров'я учасників. На це направлена ціла низка засобів та обладнання, які забезпечують максимальну ефективність і безпеку.

Для забезпечення безперервного тренувального процесу та зменшення можливих ризиків травмування спортсменів у бойовому хортингу використовуються ефективні засоби захисту та збереження здоров'я спортсменів, що є найважливішою умовою для національного виду спорту нашої країни.

Перспективою подальших досліджень є розробка навчальних програм з бойового хортингу з урахуванням збереження здоров'я учнів і специфіки освітньої діяльності закладів освіти.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бадьора С. М. Бойовий хортинг у впровадженні науково-методичної літератури з рекреації і фізичної реабілітації спортсменами підліткового та студентського віку / С. М. Бадьора, Е. А. Єрьоменко, М. В. Тимчик, В. Е. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць. – 2018. – Вип. 9. – С. 190–199.

2. Біла В. Р. Бойовий хортинг у програмі навчання і професійно-прикладної підготовки курсантів правоохоронних спеціальностей закладів вищої освіти України / В. Р. Біла, Е. А. Єрьоменко, В. Л. Грищук, О. А. Бухтіяров // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2019. – Вип. 11. – С. 6–19.

3. Буток О. В. Бойовий хортинг як засіб фізичної і психологічної підготовки та формування професійних якостей курсантів і працівників правоохоронних органів / О. В. Буток, Е. А. Єрьоменко, С. І. Болтівець, В. Е. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 220–231.

4. Бухтіяров О. А. Бойовий хортинг – система національно-патріотичного виховання дітей та молоді / О. А. Бухтіяров, Е. А. Єрьоменко, О. В. Буток, В. Е. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 61–70.

5. Вишницький І. О. Застосування прийомів боротьби у різних видах єдиноборств / І. О. Вишницький, Е. А. Єрьоменко // Збірник наукових статей. – Дніпро : ДДІФКіС, 1996. – С. 57–72.
6. 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.
7. Дородний Л. М. Оволодіння технікою боксу для успішної тренувальної діяльності у спортивних єдиноборствах / Л. М. Дородний, Е. А. Єрьоменко // Збірник наукових статей. – Дніпро : ДДІФКіС, 1996. – С. 178–185.
8. Ерёмко Э. А. Воспитание настойчивости у детей 6–7 лет в процессе занятий хортингом / Э.А. Ерёмко // Сибирский педагогический журнал: научное периодическое издание. – Новосибирск, 2013. – № 6. – С. 209–213.
9. Ерёмко Э. А. Хортинг – философия украинского единоборца / Э. А. Ерёмко // Боевые искусства – ключи к совершенству. – 2012. – № 6. – С. 4–5.
10. 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.
11. Єрьоменко В. Медичне обслуговування спортивних змагань з бойового хортингу та медико-педагогічний контроль за станом здоров'я учасників / В. Єрьоменко, Е. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 232–250.
12. Єрьоменко В. Медичне обслуговування спортивних змагань з хортингу / В. Єрьоменко, Е. Єрьоменко // Хортинг – національний бренд України у світі: олімпійська перспектива : матер. другою міжнар. наук.-практ. конф. до 10-річчя заснування хортингу, 23–24 березня 2019 р. ; ред. кол. : Пашко П. В. (голова) [та ін.]. / Мін-во освіти і науки України, Мін-во молоді та спорту України, Ун-т ДФС України [та ін.]. – К. : Видавець Паливода А. В., 2019. – С. 156–171.
13. 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.
14. Єрьоменко В. Стоматологічне здоров'я спортсменів бойового хортингу у процесі тренувальної та змагальної діяльності / В. Єрьоменко, Е. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 103–120.
15. Єрьоменко Е. Бойовий хортинг – національний бренд України у світі / Е. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 29–54.
16. Єрьоменко Е. А. Бойовий хортинг у системі фізичного виховання студентів і курсантів / Е. А. Єрьоменко, В. В. Чмелюк, В. Р. Біла, В. Л. Гришук // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 9. – С. 52–60.
17. Єрьоменко Е. Бойовий хортинг як ефективний засіб військово-патріотичного виховання школярів і студентів / Е. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 32–41.
18. Єрьоменко Е. А. Бойовий хортинг як засіб оптимізації функціональної підготовки студентів і курсантів спеціалізованих закладів вищої освіти та співробітників правоохоронних органів / Е. А. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 19–33.
19. Єрьоменко Е. Витоки та історія розвитку бойового хортингу в Україні і за кордоном / Е. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 55–70.
20. Єрьоменко Е. А. Виховання наполегливості у школярів 6–7 років у процесі занять хортингом : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07 / Едуард Анатолійович Єрьоменко. – К., 2016. – 222 с.
21. Єрьоменко Е. А. Виховання фізичної культури та основ здоров'я студентів у процесі занять 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. 10 (118) 19. – С. 49–56.
22. Єрьоменко Е. Виховна система бойового хортингу / Е. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 161–177.
23. Єрьоменко Е. А. Виховний потенціал та філософська основа бойового хортингу / Е. А. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 147–157.
24. Єрьоменко Е. А. Відкрита заява Едуарда Єрьоменка про заснування хортингу – національного виду спорту України 17 липня 2008 року / Е. А. Єрьоменко // Мін-во України у справах сім'ї, молоді та спорту. Київ : Тренерська рада, 2008. – 7 с.

25. 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.
26. Єрмоєнко Е. А. Вплив здоров'я на біомеханічні показники серця спортсменів вищої кваліфікації за результатами даних ехокардіографії / Е. Єрмоєнко, В. Чибісов, О. Говоруха, Ю. Рейдерман // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2015. – Вип. 4. – С. 92–103.
27. Єрмоєнко Е. А. Всесвітнє українське земляцтво та діаспора у сприянні розвитку 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. 56–79.
28. Єрмоєнко Е. А. Декларація хортингу у світі / Е. А. Єрмоєнко // Колегія Мін-ва України у спр. сім, мол. та сп. : Київ, 2008. – 12 с.
29. Єрмоєнко Е. А. Засади формування цінностей здорового життя учнівської та студентської молоді засобами хортингу / 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. – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2016. – Вип. 10 (80) 16. – С. 38–44.
30. Єрмоєнко Е. А. Засоби та методи позитивного впливу хортингу на формування цінностей здорового життя учнівської та студентської молоді / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 7. – С. 120–131.
31. Єрмоєнко Е. А. Застосування спеціальних фізичних вправ у процесі виховання наполегливості у школярів 6–7 років під час секційних занять хортингом в загальноосвітніх навчальних закладах / Е. А. Єрмоєнко // *Сучасний виховний процес: сутність та інноваційний потенціал : матеріали звіт. наук.-практ. конф. Інституту проблем виховання НАПН України за 2013 рік* / [за ред. І. Д. Бега, О. В. Мельника]. – К., 2014. – Вип. 1. – С. 325–327.
32. 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.
33. Єрмоєнко Е. Концепція розвитку бойового хортингу в Україні / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 71–81.
34. Єрмоєнко Е. А. Медико-біологічні основи впливу бойового хортингу на організм людини / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2019. – Вип. 11. – С. 121–136.
35. Єрмоєнко Е. А. Медико-біологічні та морфофункціональні особливості бойового хортингу у процесі виховання фізичної культури та основ здоров'я студентів / 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. 112–121.
36. Єрмоєнко Е. А. Медико-фізіологічні чинники самоконтролю за фізичним навантаженням на тренуваннях з бойового хортингу у процесі виховання фізичної культури студентів / 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. 123–134.
37. Єрмоєнко Е. Методика викладання бойового хортингу для студентів та курсантів закладів вищої освіти правоохоронної спрямованості / Е. Єрмоєнко, В. Чмелюк, В. Грищук, С. Бадьора. // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 196–219.
38. Єрмоєнко Е. Методика викладання бойового хортингу у закладах вищої освіти / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 147–163.
39. Єрмоєнко Е. А. Навчальна програма гуртка, курсу за вибором з оздоровчого хортингу для 10–11 класів: навч.-метод. посіб. / Е. А. Єрмоєнко ; Мін-во освіти і науки України, Ун-т ДФС України [та ін.]. – К. : ПАЛИВОДА А. В., 2019. – 300 с.
40. 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.
41. Єрмоєнко Е. Навчальна програма факультативу для учнів старших класів «Бойовий хортинг» / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 178–189.
42. Єрмоєнко Е. Основоположні принципи бойового хортингу / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 22–31.

43. Єрмоєнко Е. Поясна система та підвищення кваліфікації спортсменів бойового хортингу / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 200–213.
44. Єрмоєнко Е. А. Практичний матеріал програми хортингу для виховання наполегливості у дітей 6–7 років. *Актуальні проблеми фізичної культури та спорту (IV науковий напрям: проблеми здоров'я різних верств населення)* : зб. наук. праць ДНДІФКіС. К. 2013. № 28 (3) – С. 69–74.
45. Єрмоєнко Е. А. Силова підготовка школярів 14–17 років на уроках фізичної культури з елементами бойового хортингу / Е. А. Єрмоєнко, С. І. Болтівець, І. В. Суліма, В. Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 158–165.
46. Єрмоєнко Е. Система фізичного виховання спортсменів бойового хортингу / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 188–205.
47. Єрмоєнко Е. А. Тренування в хортингу: навчально-методичний посібник. – К. : Паливода А. В., 2009. 227 с.
48. Єрмоєнко Е. Тренування спортсменів бойового хортингу на етапі підготовки до головних змагань / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 251–260.
49. Єрмоєнко Е. Філософія бойового хортингу / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 82–104.
50. 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.
51. Єрмоєнко Е. А. Формування цінностей здорового життя учнівської молоді засобами хортингу : метод. посіб. / Е. А. Єрмоєнко. К. : Паливода А. В., 2017. 440 с.
52. Єрмоєнко Е. А. Формування цінностей здорового життя учнівської та студентської молоді на заняттях хортингом у навчальних закладах / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2016. – Вип. 6. – С. 115–123.
53. Єрмоєнко Е. А. Хортинг – національний вид спорту України: метод. посіб. / Е. А. Єрмоєнко. – К. : Паливода А. В., 2014. – 1064 с.
54. Зубалій Н. П. Психологічні та соціальні основи виховання особистості у системі бойового хортингу / Н. П. Зубалій, М. Д. Зубалій, Е. А. Єрмоєнко, В. Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 122–129.
55. Івашковський В. В. Психомоторика та психо-фізіологічні особливості підготовки спортсменів бойового хортингу / В. В. Івашковський, Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 130–138.
56. Литвиненко А. М. Бойовий хортинг у методиці вдосконалення силових якостей спортсменів різного віку / А. М. Литвиненко, Е. А. Єрмоєнко, О. І. Остапенко, В. Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 214–222.
57. 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.
58. Остапенко О. І. Бойовий хортинг як засіб формування в школярів фізичних здібностей як основи тверезого способу життя в майбутній життєдіяльності / О. І. Остапенко, М. Д. Зубалій, Е. А. Єрмоєнко, М. В. Тимчик // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 166–172.
59. Параниця С. П. Бойовий хортинг – фундаментальний осередок воїнських традицій української землі. / С. П. Параниця, Е. А. Єрмоєнко, Г. А. Коломєць, В. Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 105–115.
60. Петрович Ж. В. Бойовий хортинг як засіб виховання патріотизму у школярів і студентів / Ж. В. Петрович, Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 34–45.
61. Петрович Ж. В. Хортинг – школа сили і честі юного українця : метод. посіб. / Ж. В. Петрович, Е. А. Єрмоєнко // К. : Паливода А. В., 2016. – 544 с.
62. Присяжнюк С. І. Бойовий хортинг та проблема активного відпочинку спортсменів у різні вікові періоди / С. І. Присяжнюк, Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 206–218.

63. Пустолякова Л. Бойовий хортинг у системі навчання фізичних вправ загального розвитку та спеціально-підготовчих вправ на заняттях з фізичного виховання у закладах вищої освіти / Л. Пустолякова, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 187–195.

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

65. Суліма І. В. Бойовий хортинг – національний вид спорту і школа підготовки українського воїна / І. В. Суліма, Е. А. Єрмоєнко, К. М. Кукушкін, С. С. Полторацький // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2019. – Вип. 11. – С. 71–82.

66. Тимчик М. В. Хортинг як засіб виховання наполегливості в молодших школярів / М. В. Тимчик, Е. А. Єрмоєнко // *Фізичне виховання в рідній школі*. – Вип. 1. – К.: Педагогічна преса, 2014. – С. 38–41.

67. Федорченко Т. Бойовий хортинг як система морально-етичного виховання особистості / Т. Федорченко, Е. Єрмоєнко, І. Суліма, С. Полторацький // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 42–51.

68. Хатько А. В. Бойовий хортинг у системі фізичного виховання студентів і курсантів / А. В. Хатько, Е. А. Єрмоєнко, В. Л. Гришук, О. О. Ляховець // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 9. – С. 47–53.

69. Badiora, S. M., Yeromenko, E. A., Tymchuk, M. V., Yeromenko, V. E. (2018). *Boyovyi khortyng u vprovadzheni naukovo-metodychnoi literatury z rekreatsii i fizychnoi rehabilitatsii sportsmeniv pidlitkovoho ta studentskoho viku* [Combat horting in the introduction of scientific and methodological literature on recreation and physical rehabilitation by adolescent and student athletes]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu*: Issue 9 (pp. 190–199). Kyiv: Palyvoda A. V.

70. Bila, V. R., Yeromenko, E. A., Gryshchuk, V. L., Bukhtiyarov, O. A. *Boyovyi khortyng u program navchannia i profesiyno-prukladnoi pidgotovky kursantiv pravookhoronnykh spetsialnosti zakladiv vyshchoi osvity Ukrainy* [Combat horting in the program of training and professional and applied training of cadets of law enforcement specialties of higher education institutions of Ukraine]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu*: Issue 11 (pp. 6–19). Kyiv: Palyvoda A. V.

71. Bukhtiyarov, O. A., Yeromenko, E. A., Butok, O. V., Yeromenko, V. E. (2018). *Boyovyi khortyng – systema natsionalno-patriotychnoho vykhovannia ditey ta molodi* [Combat horting is a system of national-patriotic education of children and youth]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu*: Issue 9 (pp. 61–70). Kyiv: Palyvoda A. V.

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

73. Lytvynenko, A. M., Yeromenko, E. A., Ostapenko, O. I., Yeromenko, V. E. (2018). *Boyovyi khortyng u metodytsi vdoskonalennia sylovykh yakosti sportsmeniv riznoho viku* [Combat horting in the method of improving the strength of athletes of different ages]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu*: Issue 9 (pp. 214–222). Kyiv: Palyvoda A. V.

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

75. Paranytsia, S. P., Yeromenko, E. A., Kolomoyets, H. A., Yeromenko, V. E. (2018). *Boyovyi khortyng – fundamentalnyi oseredok voinskykh tradytsiy ukrainskoi zemli* [Combat horting is a fundamental center of military traditions of the Ukrainian land]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu*: Issue 9 (pp. 102–111). Kyiv: Palyvoda A. V.

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

77. Petrochko, Zh. V. & Yeromenko, E. A. (2016). *Khortynh – shkola syly i tchesti yunoho ukrainsia* [Horting is the school of power and honor of young Ukrainian]. Kyiv: Palyvoda A. V.

78. Prysiazhniuk, S. I., Yeromenko, E. A. (2017). *Boyovyi khortyng ta problema aktyvnogo vidpochynku sportsmeniv u rizni vikovi periony* [Combat horting and the problem of active recreation of athletes at different ages]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu: Issue 8* (pp. 206–218). Kyiv: Palyvoda A. V.

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

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

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

82. Yeromenko, E. A., Chmeliuk, V. V., Bila, V. R., Gryshuk, V. L. (2018). *Boyovyi khortyng u systemi fizychnoho vykhovannia studentiv i kursantiv* [Combat horting in the system of physical education of students and cadets]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu: Issue 9* (pp. 52–60). Kyiv: Palyvoda A. V.

83. Yeromenko, E. A. (2018). *Boyovyi khortyng yak efektyvnyi zasib viyskovo-patriotychnoho vykhovannia shkoliariv i studentiv* [Combat horting as an effective means of military-patriotic education of schoolchildren and students]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu: Issue 9* (pp. 31–39). Kyiv: Palyvoda A. V.

84. Yeromenko, E. A. (2017). *Boyovyi khortyng yak zasib optymizatsii funktsionalnoi pidgotovky studentiv i kursantiv spetsializovanykh zakladiv vyschoi osvity ta spivrobotnykiv pravookhoronnykh organiv* [Combat horting as a means of optimizing the functional training of students and cadets of specialized higher education institutions and law enforcement officers]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu: Issue 8* (pp. 19–33). Kyiv: Palyvoda A. V.

85. Yeromenko, E. A. (2016). *Education of persistence in 6–7-year-old schoolchildren during horting training*: PhD dissertation. Kyiv: Palyvoda A. V. 222 p.

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

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

88. Yeromenko, E. A. (2014). *Khortynh – natsionalnyi vyd sportu Ukrainy* [Horting – the national sport of Ukraine]. Kyiv: Palyvoda A. V. [in Ukrainian].

89. Yeromenko, E. A. (2017). *Medyko-biologichni ta morfofunktsionalni osoblyvosti boyovogo khortyngu u protsesi vykhovannia fizychnoi kultury ta osnov zdorovia studentiv* [Medico-biological and morphofunctional features of combat horting in the process of educating physical culture and basics of student health]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu: Issue 8* (pp. 112–121). Kyiv: Palyvoda A. V.

90. Yeromenko, E. A. (2018). *Medyko-fiziologichni tsinnyky samokontrolyu za fizychnym navantazhenniam na trenuvanniakh z boyovogo khortyngu u protsesi vykhovannia fizychnoi kultury studentiv* [Medical and physiological factors of self-control over physical activity during combat horting training in the process of educating students' physical culture]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu: Issue 9* (pp. 123–134). Kyiv: Palyvoda A. V.

91. Yeromenko, E. A. (2018). *Navchalna prohrama fakultatyvu dlia uchniv starshykh klasiv «Boyovyi khortyng»* [Elective curriculum for high school students «Combat Horting»]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu: Issue 9* (pp. 172–183). Kyiv: Palyvoda A. V.

92. Yeromenko, E. A. (2018). *Osnovopolozhni pryntsypy boyovogo khortyngu* [Basic principles of combat horting]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu: Issue 9* (pp. 22–31). Kyiv: Palyvoda A. V.

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

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

95. Yeromenko, E. A. (2009). *Trenuvannia v khortynhu* [Training in Horting]. Kyiv: Palyvoda A. V.
96. Yeromenko, E. A. (2018). *Vykhovna systema boyovogo khortynhu* [Educational system of combat horting]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortynhu: Issue 9* (pp. 156–171). Kyiv: Palyvoda A. V.
97. Yeromenko, E. A. (2016). *Zasady formuvannya tsinnosti zdorovogo zhyttya uchnivskoi ta studentskoi molodi zasobamy khortynhu* [Principles of forming the values of a healthy life of pupils and students by means of horting] *Scientific journal of the National Pedagogical Dragomanov University. Seris No 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports): Sb. scientific works.* – K.: Publishing house of National Pedagogical Dragomanov University. – Issue 10 (80) 16. – P. 38–44.
98. Yeromenko, E. A. (2019). *Znachymist tsinnosti fizychnoi kultury ta osnov zdorovya dlya studentiv i kursantiv, yaki zaymayutsya boyovym khortynhom* [Importance of values of physical culture and bases of health for students and cadets who are engaged in combat horting] *Scientific journal of the National Pedagogical Dragomanov University. Seris No 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports): Sb. scientific works.* – K.: Publishing house of National Pedagogical Dragomanov University. – Issue 11 (119) 1. – P. 71–79.
99. Zubaliy, N. P., Zubaliy, M. D., Yeromenko, E. A., Yeromenko, V. E. (2017). *Psykhologichni ta sotsialni osnovy vykhovannya osobystosti u systemi boyovogo khortynhu* [Psychological and social bases of personality education in the system of combat horting]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortynhu: Issue 8* (pp. 122–129). Kyiv: Palyvoda A. V.

Ilnytskyi I. R., Yeromenko E. A., Grechanyi O. M.

University of the State Fiscal Service of Ukraine, Irpin, Ukraine

Developmental and health environment of combat horting training system

***Abstract.** This scientific article characterizes the developmental and health-preserving environment of the training system of combat horting, describes the structure of the process of training and coaching of combat horting athletes in the mode of maintaining health, considers areas of improvement of health and educational technologies for the formation of values in students. combat horting. It is noted that high spiritual values (self-worth of human personality, priority of the spiritual over the material, care for others, spiritually and physically healthy family) and moral (sense of responsibility in solving personal and socially important life tasks) values in the field of combat horting are the basic the basis for the formation of ideas about a healthy lifestyle, which creates a student of combat horting samples of values to combat horting as a means of physical culture. It is emphasized that in childhood there are temporary changes in working capacity. At the same pupil working capacity can fluctuate depending on a season, day, week, time of day. In the methodological literature of the National Federation of Combat Horting of Ukraine there are numerous data that the construction of the correct mode of training, the competent choice of pedagogical tools is one of the main ways to maintain efficiency and reduce student fatigue. The founder of combat horting together with his staff developed a theory of fatigue and recovery processes, which is largely based on the results of experiments and research. The main practical object of this theory is that for the first time the possibility of directed development of adaptation through special training in combat horting was deeply substantiated, as a result of which the disadvantages of statistical loads on the body when mastering general skills can be corrected. Methodical recommendations are provided for adjusting the program of comprehensive moral and spiritual education of combat horting athletes of different age groups and their acquisition of positive value orientations, as well as improving the process of education and training of combat horting athletes in health.*

Key words: developmental environment, combat horting, health-preserving environment, healthy lifestyle, training system, physical culture of personality.

Наукове видання

БОЙОВИЙ ХОРТИНГ ТА ДІЯЛЬНІСТЬ ПРАВООХОРОННИХ ОРГАНІВ УКРАЇНИ

(українською та англійською мовами)

Матеріали міжнародної науково-практичної конференції

Матеріали представляють узагальнені результати досліджень у напрямі теоретичних та практичних аспектів удосконалення професійних компетентностей фахівців бойового хортингу у системі правоохоронних органів України.

14–15 листопада 2019 р., м. Ірпінь, Університет ДФС України

Колектив авторів
Друкується в авторській редакції

Упорядник: Е. А. Єрмоєнко

Підписано до друку 25.11.2019 р.
Формат 84x108/16
Умов. друк. арк. 171,68

Папір офсетний
Друк офсетний
Гарнітура Times

Зам. № 0231
Наклад 50 пр.

Підготовлено до друку Видавничо-поліграфічним центром Університету ДФС України.
08205, вул. Університетська, 31, м. Ірпінь, Київська область, Україна.

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до Державного реєстру видавців, виготовлювачів і розповсюджувачів видавничої продукції (серія ДК № 5104 від 20.05.2016 р.)

**МІНІСТЕРСТВО ФІНАНСІВ УКРАЇНИ
УНІВЕРСИТЕТ ДЕРЖАВНОЇ ФІСКАЛЬНОЇ СЛУЖБИ УКРАЇНИ
ФАКУЛЬТЕТ ПІДГОТОВКИ, ПЕРЕПІДГОТОВКИ ТА ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ
ПРАЦІВНИКІВ ПОДАТКОВОЇ МІЛІЦІЇ
КАФЕДРА СПЕЦІАЛЬНИХ ДИСЦИПЛІН ТА ОРГАНІЗАЦІЇ
ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ**