

# БОЙОВИЙ ХОРТИНГ ТА ДІЯЛЬНІСТЬ ПРАВООХОРОННИХ ОРГАНІВ УКРАЇНИ

## МАТЕРІАЛИ МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ



## COMBAT HORTING AND ACTIVITIES OF UKRAINIAN LAW ENFORCEMENT AUTHORITIES

ІРШІНЬ – 2020

**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 липня 2020 року  
м. Ірпінь**

УДК 339.543:316.48(477)ООС(06)

ББК 67.9(4Укр)301.143.1я431

Є80

*Рекомендовано до друку Науково-методичною колегією  
Національної федерації бойового хортингу України  
(протокол від 24.07.2020 № 7).*

### **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:**

**Грищук 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 педагогічних 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 липня 2020 року) / уклад.: Е. А. Єрмоєнко. Ірпінь : Університет ДФС України, 2020. – 430 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

© Університет ДФС України, 2020

<b>Єрмоєнко Е. А., Гречаний О. М.</b> Бойовий хортинг – виховна система школярів України .....	240
<b>Гречаний О. М., Єрмоєнко Е. А.</b> Методика викладання бойового хортингу в процесі гурткової роботи у закладах загальної середньої освіти .....	251
<b>Гречана Л. О., Гречаний О. М., Єрмоєнко Е. А.</b> Бойовий хортинг у новій українській школі .....	262
<b>Єрмоєнко Е. А., Кукушкін К. М.</b> Бойовий хортинг як засіб військово-патріотичного виховання старшокласників .	273
<b>Єрмоєнко Е. А., Тішин А. В.</b> Модернізація професійно-прикладної фізичної підготовки на основі бойового хортингу .....	287
<b>Тішин А. В., Єрмоєнко Е. А.</b> Застосування прийомів бойового хортингу при вдосконаленні навчання у вищих освітніх установах правоохоронних органів України .....	296
<b>Ляховець О. О., Єрмоєнко Е. А.</b> Бойовий хортинг як засіб виховання патріотизму у дітей дошкільного віку .....	305
<b>Шаповалов Б. Б., Єрмоєнко Е. А.</b> Перспективи розвитку бойового хортингу як засобу підготовки військовослужбовців правоохоронних органів військової структури до дій з ризиком для життя та здоров'я .....	315
<b>Єрмоєнко Е. А., Ільницький І. Р.</b> Бойовий хортинг: аспекти профілактики травм під час проведення змагань і тренувань .....	322
<b>Рудей Д. Ю., Гречаний О. М., Єрмоєнко Е. А.</b> Бойовий хортинг у комплексі виховних засобів спортсменів шкільного віку .....	334
<b>Бабурнич С. А., Єрмоєнко Е. А.</b> Професіограма спортивного судді з бойового хортингу .....	343
<b>Буток О. В., Єрмоєнко Е. А., Біла В. Р., Зверєв А. В.</b> Бойовий хортинг як засіб функціональної підготовки курсантів правоохоронних спеціальностей і види контролю у процесі занять .....	353
<b>Біла В. Р., Єрмоєнко Е. А., Чмелюк В. В., Грищук В. Л.</b> Бойовий хортинг у загальній системі фізичної та спеціальної підготовки співробітників правоохоронних органів .....	368
<b>Єрмоєнко Е. А., Бабурнич С. А.</b> Фізичне самовдосконалення особистості підлітків, які займаються бойовим хортингом .....	377
<b>Зверєв А. В., Єрмоєнко Е. А., Тимчик М. В., Тішин А. В.</b> Бойовий хортинг як засіб професійно-прикладної фізичної підготовки студентів і курсантів правоохоронних спеціальностей .....	385
<b>Антоненко С. А., Єрмоєнко Е. А., Чмелюк В. В., Грищук В. Л.</b> Бойовий хортинг як засіб виховання всебічно розвиненої особистості .....	399
<b>Єрмоєнко Е. А.</b> Організація занять з бойового хортингу, тактичної, вогневої та фізичної підготовки співробітників органів внутрішніх справ .....	415
<b>НАШІ АВТОРИ</b> .....	428

88. Ostapenko, O. I., Zubaliy, M. D., Yeromenko, E. A., Tymchuk, M. V. (2017). *Boyovyi khortyng yak zasib formuvannia v shkoliariv fizychnykh zdibnostei 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.

89. Ostrianska, O. A., Yeromenko, E. A. (2017). *Boyovyi khortyng u vprovadzhenni tvorchykh zdobutkivпередового regionalnogo pedagogichnogo dosvidu formuvannia u starshykh doshkilnykiv sotsialno-komunikatyvnykh umin u teatralizovaniy diyalnosti z vykorystanniam khortyng-lialioik* [Combat horting in the implementation of creative achievements of advanced regional pedagogical experience in the formation of senior preschoolers' social and communicative skills in theatrical activities with the use of horting puppets]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu*: Issue 8 (pp. 173–186). Kyiv: Palyvoda A. V.

90. Paranytsia, S. P., Yeromenko, E. A., Kolomoyets, H. A., Yeromenko, V. E. (2018). *Boyovyi khortyng – fundamentalnyi osередok 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.

91. 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.

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

93. Prysiazhniuk, S. I., Yeromenko, E. A. (2017). *Boyovyi khortyng ta problema aktyvnogo vidpochynku sportsmeniv u rizni vikovi periody* [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.

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

95. 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.

96. Zubaliy, N. P., Zubaliy, M. D., Yeromenko, E. A., Yeromenko, V. E. (2017). *Psykhologichni ta sotsialni osnovy vykhovannia osobystosti u systemi boyovogo khortyngu* [Psychological and social bases of personality education in the system of combat horting]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu*: Issue 8 (pp. 122–129). Kyiv: Palyvoda A. V.

97. Bila, V. R., Yeromenko, E. A., Gryshchuk, V. L., Bukhtiyarov, O. A. (2019). *Boyovyi khortyng u program navchannia i profesyno-prukladnoi pidgotovky kursantiv pravookhoronnykh spetsialnostei 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.

98. Griban, G., Yahupov, V., Svystun, V., Dovgan, N., Yeromenko, E., Udych, Z., Zhuravlov, I., Kushniriuk, S., Semeniv, B., Konoval'ska, L., Skoruy, O., Grokhova, G., Hres, M., Khrysten'ko, D., & Bloshchyn'skyi, I. (2020). Dynamics of the students' physical fitness while studying at higher educational institutions. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9(9), 147-156. Retrieved from <http://www.ijaep.com/index.php/IJAE/article/view/1137>.

99. Chmeliuk, V. V., Yeromenko, E. A., Bila, V. R., Bondarchuk, V. V., Bobik, S. P. (2020). *Boyovyi khortyng u systemi pidgotovky spivrobotnykiv pravookhoronnykh orhaniv do protydii nezakonnomu peremishchenniu tovariv u rayonakh zdiysnennia Operatsii obyednanykh syl* [Combat horting in the system of training law enforcement officers to combat the illegal movement of goods in the areas of the joint forces operation] / *Shliakhy udoskonalennia profesiynykh kompetentnostei fakhivtsiv v umovakh syohodennia* : mater. mizhnar. nauk.-prakt. Internet-konf. 28-29 travnia 2020 r. / *Min-vo osvity i nauky Ukrainy, Derzh. nauk. ustanova «Instytut modernizatsii zmistu osvity»*, [ta in.]. – Kyiv. – P. 513–527.

---

---

## БОЙОВИЙ ХОРТИНГ ЯК ЗАСІБ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ І КУРСАНТІВ ПРАВООХОРОННИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

**Зверев А. В.,  
Єрьоменко Е. А.,  
Тимчик М. В.,  
Тішин А. В.**

*Анотація.* У даній статті опубліковані дослідження щодо визначення особливостей бойового хортингу як засобу професійно-прикладної фізичної підготовки студентів і курсантів правоохоронних спеціальностей відомчих закладів вищої освіти, виховання у них фізичної культури та основ здоров'я. Науково обґрунтовано програмні методи позитивного впливу бойового хортингу на формування у студентів і курсантів необхідних професійно-прикладних умінь та навичок.

*Викладено матеріал щодо концепції та підходів до класифікації фізичних вправ і методик бойового хортингу для спортсменів студентського, курсантського віку. Проведено теоретичний аналіз проблеми професійно-прикладної фізичної підготовки, виховання фізичних якостей, умов застосування професійно-прикладних, оздоровчих, загальнорозвивальних і спеціальних фізичних вправ бойового хортингу для підвищення ефективності роботи систем організму. Дослідно-експериментальним шляхом перевірено ефективність упровадженої педагогічної системи професійно-прикладної фізичної підготовки, виховання фізичної культури і основ здоров'я у студентів і курсантів засобами бойового хортингу, ціннісного ставлення до здоров'я та уникнення шкідливих звичок. Подано результати дослідження щодо вдосконалення професійно-прикладної фізичної підготовки, формування цінностей здорового життя та ефективності організаційних форм спортивної дисципліни у процесі занять бойовим хортингом в умовах навчального процесу відомчих закладів вищої освіти правоохоронної спрямованості.*

**Ключові слова:** бойовий хортинг, професійно-прикладна підготовка, правоохоронна спеціальність, заклад вищої освіти, методика викладання, правоохоронні органи, співробітники, студенти, курсанти, система підготовки, навчання, педагогічна система, освіта, спорт, цінності здорового життя, фізична вправа, організм людини, учнівська молодь, виховання, вольові якості, здібності, педагогічні умови, ціннісне ставлення до здоров'я, функціональна підготовка, правоохоронна діяльність.

**Актуальність наукового дослідження.** Загальна і спеціальна фізична підготовка є важливими розділами професійно-прикладної підготовки співробітників правоохоронних органів. Фізична підготовка – органічна частина підготовки спортсмена бойового хортингу з переважною спрямованістю на зміцнення його органів і систем, підвищення їх функціональних можливостей, на розвиток рухових якостей (сили, швидкості, витривалості, спритності, гнучкості), на поліпшення здатності координувати рухи і виявляти вольові якості [1–12; 19–28]. Попутно удосконалюється техніка виконання прийомів бойового хортингу і різних фізичних вправ. Фізична підготовка розділяється на загальну (ЗФП) і спеціальну (СФП). На підставі наукових досліджень і узагальнення досвіду підготовки спортсменів бойового хортингу багато фахівців у цій галузі поділяють СФП на дві частини: попередню (СФП-1), переважно спрямовану на побудову спеціального «фундаменту», і основну (СФП-2), мета якої – максимально високий розвиток рухового потенціалу.

У процесі одного великого циклу підготовки проводиться спочатку загальна фізична підготовка, потім на її основі будується спеціальний «фундамент», на базі якого, в свою чергу, домагаються високого рівня в розвитку рухових та інших якостей. Таким чином підвищується ступінь придбання фізичної підготовленості студентами і курсантами.

#### **Загальна фізична підготовка студентів і курсантів засобами бойового хортингу**

Успіх в бойовому хортингу досягається за рахунок координованої роботи м'язів всього тіла, узгодженої діяльності всіх органів і систем організму, напруження волі і психіки спортсмена [13].

**Загальна фізична підготовка (ЗФП)** спрямована на загальний розвиток і зміцнення організму студентів і курсантів, підвищення функціональних можливостей всіх органів і систем, розвиток рухової мускулатури, поліпшення координаційної здібності, збільшення до необхідного рівня сили, швидкості, витривалості, спритності, гнучкості, виправлення дефектів статури і постави. ЗФП допомагає також у вихованні вольових якостей, оскільки виконання багатьох вправ бойового хортингу пов'язане з подоланням різного роду труднощів. Під впливом ЗФП поліпшується здоров'я студентів і курсантів, їх організм стає досконалішим. А чим міцніше здоров'я і вище працездатність організму, тим краще спортсмен сприймає тренувальні навантаження, швидше до них пристосовується і досягає більш високого рівня у розвитку рухових якостей.

Важливу роль в ЗФП займають фізичні вправи, які системно впливають на весь організм і змушують активно працювати всі органи і системи (наприклад: сутичка бойового хортингу, тривалий біг, їзда на велосипеді тощо). Природно, для гармонійного розвитку необхідні вправи і більш обмеженого впливу, за допомогою яких розвивають, зміцнюють, вдосконалюють окремі ланки організму, і в кінцевому рахунку досягають підсумованого

ефекту загальної фізичної підготовленості. Особливо важливо за допомогою ЗФП зміцнити слабкі місця в організмі, підвищити їх функціональні можливості.

Тут доречно нагадати, що в ЗФП закладена ідея всебічного фізичного розвитку людини. Тому якості, що розвиваються за допомогою ЗФП, можна називати загальними, оскільки вони передбачають здатність організму спортсмена, його психіки виконувати будь-яку фізичну роботу більш-менш успішно. Звідси – загальна витривалість, загальна сила, загальна рухливість у суглобах, загальне вміння координувати рухи, загальна психологічна підготовленість студентів і курсантів, які займаються бойовим хортингом.

Студентам і курсантам на певному етапі тренування вкрай необхідні тривалі заняття такими вправами, які зміцнюють серцево-судинну систему, покращують можливості органів дихання, підвищують загальний обмін речовин в організмі, дозволяють витримувати великі навантаження, швидше протікати процесам відновлення після них, а також не втомлюватися під час розминки [14–18]. Загальна витривалість – важлива частина загального тренувального фундаменту студентів і курсантів, що забезпечує відмінний функціональний стан організму спортсмена, ефективність тренування й успішність участі у спортивних змаганнях з бойового хортингу. Особливу увагу слід приділяти розвитку загальної сили, оскільки в ній концентруються багато компонентів фізичної підготовленості. Для розвитку загальної сили використовуються різноманітні за координацією і зусиллям вправи.

Найбільше значення мають такі фізичні вправи:

з обтяженням (гантелі від 2,5 кг, мішок з піском, набивні м'ячі 2–5 кг, пояс і жилет з дробом, манжети, гирі 16, 24 і 32 кг, штанга, важкий камінь тощо);

у подоланні власної ваги (стрибки, присідання, багатоскоки, підтягування тощо);

з опором партнера (опір, боротьба тощо).

Крім того, використовуються різні тренажери і пристрої (маятникові, гойдалкові, відцентрові, пружинні, ударні тощо).

### **Спеціальна фізична підготовка студентів і курсантів засобами бойового хортингу**

**Спеціальна фізична підготовка (СФП)** спрямована переважно на зміцнення органів і систем, підвищення їх функціональних можливостей, розвиток рухових якостей строго стосовно до вимог бойового хортингу.

СФП-1 – спеціальний фундамент, точно відповідає вимогам бойового хортингу і забезпечує підготовленість студентів і курсантів для ефективного виконання СФП-2 і всього подальшого тренувального процесу. Завдання побудови спеціального фундаменту: зміцнення організму відповідно до особливостей бойового хортингу, розвиток у цьому напрямі органів і систем, налагодження досконалої координації у функціональній діяльності організму студентів і курсантів, закріплення й економізація техніки рухів, вдосконалення інших компонентів підготовленості, відповідно бажаної моделі тренуваності.

Необхідний спеціальний фундамент, що купується в процесі виконання не чужої, а своєї тренувальної роботи, фундамент, органічно пов'язаний з особливостями м'язової роботи, тонкощами техніки і психічними проявами в бойовому хортингу.

Для придбання спеціального фундаменту студентів і курсантів слід використовувати багаторазове повторення головних частин прийомів і вправ бойового хортингу і повторення їх у цілому. При цьому можливий варіант, коли проводиться спочатку силова підготовка, формування гарно розвиненої і відмінно керованої мускулатури всього тіла.

У побудові спеціального фундаменту дуже важливо застосовувати також фізичні вправи бойового хортингу, що виконуються в більш важких умовах [29–38]. Це можуть бути вправи зі значно підвищеними вимогами до сили, силової витривалості, швидкісно-силових якостей, а також витривалості. Такі вправи можуть виконуватися додатково до програми СФП-1 як частина заняття тренувального дня або мікроциклу. Але це може бути й етапом особливо підвищених спеціалізованих навантажень протягом 3–4 тижнів.

Велике значення має інтенсивність виконуваної студентами і курсантами роботи. Вправи, що створюють спеціальний фундамент, виконуються зі зменшеною інтенсивністю 75–80 % від максимальної. Це дозволяє виконувати дуже велику кількість тренувальної роботи і в

великому обсязі. Якщо ж збільшувати інтенсивність (фактично форсуючи тренування), ще не зміцнивши попередньо органи і системи, і весь організм в цілому, то на частку центральної нервової системи (ЦНС), що мобілізує приховані резерви працездатності, впадуть дуже великі навантаження. В результаті у спортсмена бойового хортингу може настати нервова перевтома і як результат – різке зниження тренувальної працездатності.

Необхідно використовувати можливість підвищення інтенсивності у вирішальних фазах фізичної вправи за рахунок збільшення тривалості менш активних фаз при русі, що безперервно виконується. Однак, інтенсивність можна зменшувати лише до певної межі. Кінематично ця межа – нижня межа діапазону рухливості навичок у спортивній техніці бойового хортингу. Фізіологічно і психологічно в бойовому хортингу інтенсивність тренувальної роботи досягається, за можливості, безперервним виконанням фізичної вправи. Зрозуміло, при цьому навантаження буде носити кілька хвилеподібний характер, у діапазоні ЧСС від 120 до 190 уд/хв, із зусиллями до 75–80 % від максимального. У всіх випадках спортсмен, в залежності від самопочуття, може мимоволі трохи підвищувати інтенсивність і, навпаки, трохи знижувати її. Як протягом одного підготовчого періоду, так і з року в рік, у процесі побудови спеціального тренувального фундаменту інтенсивність навантаження повинна поступово зростати відповідно до зростання підготовленості спортсмена. Це природний результат правильного тренування в бойовому хортингу.

Особливо уважно слід поставитися до кількості виконуваної тренувальної роботи. Вона, поступово збільшуючись, досягає великих величин – 2–4 і більше годин безперервної роботи в день, призначена для найбільшого навантаження. В кінцевому підсумку тільки велика кількість роботи грає вирішальну роль у придбанні спеціального тренувального фундаменту.

Природно, що для спортсмена бойового хортингу велика тривалість не має бути наслідком примусу або «тому що треба» і не повинна викликати почуття незадоволення і пригніченості. Необхідно створювати інтерес до занять розумінням студентів і курсантів величезної ролі побудови спеціального фундаменту і підвищувати емоційність тренування.

Значне збільшення тривалості безперервного повторення спеціальних фізичних вправ – дуже перспективний шлях. У бойовому хортингу використовують велику кількість повторень – 100–200 і більше в одному тренувальному дні [39–48]. Для збільшення числа повторень можна використовувати полегшення умов виконання вправ (зменшена вага партнера, відпрацювання прийомів без опору тощо).

Інтервали між повтореннями треба зводити до мінімуму. Але, інтервали відпочинку слід збільшити, якщо переслідується мета збільшити число повторень. Для зміцнення спеціального фундаменту, крім тренування, дуже потрібні і спеціальні вправи. Ефективність їх досить висока. Наприклад, в бойовому хортингу необхідно розвивати швидко-силові якості. Для цього застосовують фізичні вправи, спрямовані, на їх розвиток. Такі вправи виконуються безперервно і якомога довше з зусиллями 80–90 % від максимальних.

Сьогодні вже не викликає сумнівів необхідність щоденного тренування для побудови спеціального тренувального фундаменту. Однак, фізичне навантаження повинно бути таким, щоб спортсмен бойового хортингу міг повністю відпочити і відновитися до наступного тренувального дня. Тому величину щоденної тренувальної роботи треба встановити відповідно до сил спортсмена, його відновлювальних можливостей. Щоб не помилитися в цьому, потрібно свідомо занизити інтенсивність і обсяг навантаження в перші 2–3 тижні, щоб спортсмен переконався в можливості повноцінного щоденного тренування і повірив у свої сили. Надалі фізичне навантаження поступово підвищується і встановлюється на необхідному рівні. При цьому обов'язковий контроль за станом здоров'я спортсмена і його самоконтроль, на підставі чого визначається повне відновлення після роботи напередодні.

У процесі СФП-1 можна і потрібно паралельно вирішувати ряд завдань: удосконалювати техніку прийомів бойового хортингу, підтримувати швидкість і частоту рухів на наявному рівні або навіть підвищувати її, поліпшувати рухливість у суглобах, збільшувати силу м'язів, виховувати вольові якості тощо. Зрозуміло, треба вибрати лише ті завдання, які необхідні для даного спортсмена у зв'язку з сильними і слабкими сторонами його підготовленості.

Мета СФП-2 – підняти в допустимій для даного етапу тренування мірі рівень розвитку рухових якостей і функціональних можливостей організму. Перш за все, мається на увазі розвиток основних фізичних якостей: сили, швидкості, витривалості, спритності і гнучкості. Зрозуміло, при цьому не слід забувати про супутні можливості вдосконалення координації рухів, їх виразності, спеціальної спритності тощо.

Ефективними засобами для розвитку основних фізичних якостей є вправи, виконання їх в звичайних, полегшених і ускладнених умовах, а також спеціальні вправи. Застосування фізичних вправ у полегшених або ускладнених умовах, з чим пов'язана зміна кінематики та динаміки рухів, має здійснюватися в діапазоні рухливості рухової навички, по можливості ближче до її верхньої межі. Це відноситься і до спеціальних фізичних вправ бойового хортингу. В принципі вправи, що підвищують основну спеціальну фізичну підготовленість спортсмена, виконуються зі змагальною інтенсивністю, трохи нижче (85–90 %) або вище її. Ці три режими інтенсивності мають місце на останньому щаблі фізичної підготовки, при розвитку будь-якої рухової якості.

### **Специфіка здійснення комплексного контролю в бойовому хортингу**

Одним з найбільш істотних резервів подальшого підвищення ефективності сучасної методики тренування, безумовно, є поліпшення якості управління тренувальним процесом. З усього різноманіття проблем управління істотно важливою є проблема контролю за станом спортсмена бойового хортингу. Індивідуалізація режиму тренування має здійснюватися на основі комплексного педагогічного контролю, в зміст якого входить контроль за: тренувальними навантаженнями; поточним станом; техніко-тактичною підготовленістю; зниженням ваги [49–58]. Центральне місце в педагогічному контролі займає контроль за станом здоров'я спортсмена, в даному випадку за поточним станом, на основі якого відбувається управління режимом тренувальних навантажень.

Комплексний контроль здійснюється на всіх етапах підготовки спортсменів бойового хортингу. Його специфіка залежить від рівня кваліфікації спортсмена й етапу його підготовки до змагань. Контроль фізичної та технічної підготовленості є складовою частиною системи підготовки спортсменів-початківців, і здійснюється не рідше двох разів на протязі року. Його мета – оптимізація процесу підготовки, яка реалізується шляхом вирішення різних завдань. Серед основних – комплексне медичне обстеження і контроль підготовки спортсменів. Також здійснюється контроль спеціальної підготовленості спортсмена. Протягом року регулярно проводяться лікарсько-медичні обстеження: один раз на рік – диспансеризація (поглиблене медичне обстеження); два рази на рік – етапне медичне обстеження. Крім того, в процесі обстеження здійснюється контроль за рівнем фізичної і технічної підготовленості.

Контроль рівня технічної підготовленості містить показники якості виконання:

1) імітаційних, стандартних, технічних завдань, які включають кидки (вперед, назад, вліво, вправо). Вони оцінюються експертами (тренер і не менше двох фахівців, бажано з інших спортивних організацій);

2) стандартних технічних завдань, які включають кидки партнера, який стоїть на місці, без опору (вперед, назад, вліво, вправо) – експертна оцінка;

3) стандартних технічних завдань, які включають кидки партнера в русі на хорті без опору (вперед, назад, вліво, вправо) – експертна оцінка;

4) стандартних технічних завдань, які включають кидки партнера в русі з опором до 25 % максимального (вперед, назад, вліво, вправо) – експертна оцінка;

5) стандартних технічних завдань, які виконуються зверху на партнері (в боротьбі лежачи: переворотів, утримань, больових і задушливих прийомів) без опору – експертна оцінка.

Контроль рівня змагальної діяльності включає показники різноманітності техніки і її ефективності. Вони визначаються шляхом аналізу результатів навчально-тренувальних сутичок, які проводяться з опором 25–50 % від максимального. Тривалість сутичок 1,5–2,5 хв.

Різноманітність техніки визначається за кількістю прийомів, використовуваних в сутичці, її ефективність – величиною коефіцієнта (%) співвідношення успішно завершених прийомів до загальної кількості спроб в сутичці:

- 1) стоячи з опором до 25 % від максимального;
- 2) лежачи з опором до 25 % від максимального;
- 3) стоячи і лежачи з опором до 25 % від максимального;
- 4) стоячи з опором до 50 % від максимального;
- 5) лежачи з опором до 50 % від максимального;
- 6) стоячи і лежачи з опором до 50 % від максимального.

Крім визначення показників різноманітності й ефективності техніки бойового хортингу проводиться експертний аналіз змагальної діяльності: рівень опору до 25 % від максимального і тривалість сутички до 1,5 хв, використовуючи для розвитку у спортсменів **швидкісно-силових якостей (ШСЯ)**; рівень опору до 50 % від максимального – для розвитку у спортсменів бойового хортингу силової витривалості (СВ) та її силового компонента (СК).

Контроль є обов'язковою складовою частиною системи тренування, що забезпечує його ефективність, спрямовану на досягнення спортивних результатів [59–68]. Система контролю сприяє вирішенню таких завдань: збереження здоров'я; досягнення запланованого рівня, підготовленості; раціональна реалізація запланованого рівня, підготовленості в умовах спортивних змагань з бойового хортингу.

#### **Основні методи спортивної підготовки студентів і курсантів правоохоронних спеціальностей засобами бойового хортингу**

У спортивній підготовці студентів і курсантів правоохоронних спеціальностей засобами бойового хортингу використовуються різні методи виховання, навчання і тренування. Ці методи визначають способи, прийоми і організацію виконання фізичних вправ, завдань, вимог. Мета будь-якого методу – забезпечувати найбільшу ефективність використовуваних засобів, впливів і навантажень, успішно вирішувати поставлені завдання.

Більшість методів ґрунтуються на головному – використанні фізичних вправ, реалізованих трьома різновидами методів: повторним методом, ігровим і змагальним.

**Повторний метод.** Основна мета повторного методу – виконувати рухи, дії, завдання визначене число разів, намагаючись дотримуватися необхідної форми і характеру, і домагаючись вдосконалення в них. Подібні методи називають також тренувальними, іноді гімнастичними. Такі методи можуть різнитися за характером і величиною виявлених зусиль (методи: максимальний, помірний впливу та інші); за характером повторності (методи: повторний, інтервальний тощо); за характером виконання (темповий, рівномірний, змінний тощо); за складом вправи (цілісний, розчленований тощо); за спрямованістю (полегшений варіант, метод, який ускладнює виконання вправи тощо). Відмінності в методах визначаються також зовнішніми умовами, в яких виконуються навчальні та тренувальні завдання, а також використанням снарядів, тренажерів, спеціальної апаратури тощо.

**Ігровий метод.** Ігровий метод досить ефективний. Він широко використовується, особливо в підготовці юних спортсменів бойового хортингу. Рухи, дії, завдання, що виконуються з навчальною, виховною і тренувальною метою в формі гри, що проводиться для збільшення навантажень і більш успішної адаптації, для збереження інтересу в процесі заняття. Найчастіше використовується виконання окремих вправ і завдань у рухливих іграх і їх частин, елементів спортивних ігор і спортивні ігри в різних варіантах (з елементами бойового хортингу тощо). При цьому ігрові методи дозволяють вирішувати не тільки завдання тренування, але також навчання і виховання вольових якостей.

**Змагальний метод.** При такому методі вправи і завдання виконуються у вигляді змагань, що викликають прояви резервних сил і можливостей, які виховують бійцівські якості, що створюють психологічну підготовленість. Особливо змагальний метод використовується при розвитку сили, швидкості, витривалості та інших якостей.

Змагальні методи використовуються також в навчанні спортивній техніці бойового хортингу, її елементів і зв'язок, точності рухів тощо [69–77]. Такі методи також ефективні при вихованні здатності швидше вирішувати поставлені завдання, вміння вибрати оптимальний варіант дій у складній обстановці. Змагальні методи незамінні при необхідності порівняти результативність і вибрати найкращі з декількох варіантів вирішення одного і того ж тренувального завдання (різні способи виконання фізичних вправ, дії, тактичної комбінації тощо).

**Методи виховання.** Ці методи ґрунтуються на принципі свідомості, і головний з них – метод переконання (словом, наочним прикладом). Важливу роль відіграють такі методи, як вимогливість, заохочення, поступово підвищуваного навантаження, повторність дій, змагання.

**Методи навчання.** Тут використовується слово (пояснення, вказівки, нагадування, розбір тощо), наочність (демонстрація відео, спостереження, кінограми тощо), безпосередня допомога студенту і курсанту (в занятті пози, у виконанні окремих прийомів, рухів і дій).

Для перетворення рухового уявлення в дію є лише один засіб – практичні спроби її відтворення. При цьому найбільшу роль відіграють метод цілісної вправи (виконання досліджуваного прийому бойового хортингу в цілому) і метод розчленованої вправи (навчання прийому частинами). Обидва методи взаємопов'язані, доповнюють один одного і вимагають використання методу повторності.

**Методи тренування.** В основі всього різноманіття методів тренування в бойовому хортингу лежить метод повторного виконання. Залежно від тренувальних завдань, засобів і зовнішніх умов, а також від індивідуальних особливостей спортсменів, різновиди головного методу передбачають різні його повторності, характер виконання, кількісні та якісні рівні.

Залежно від обраних методів виховання, навчання і тренування кожен засіб спортивної підготовки в бойовому хортингу може бути використаний по-різному, змінюючи тим самим свій вплив і навантаження в кількісному і якісному відношенні. Але, один і той же метод, застосований для одного засобу, але в різних зовнішніх умовах, може дати різний ефект.

У спортивній практиці бойового хортингу завжди враховується можливість вирішення декількох завдань одним методом. У назві методу зазвичай виділена його переважна спрямованість. Зрозуміло, необхідно брати до уваги і супутні впливи. Поряд з цим, виконання вправи або завдання, а також вплив тренера можуть бути здійснені одночасно кількома методами [78–87]. Наприклад, виконання спортивної вправи у обважненому спорядженні, в змінному темпі і з прискореннями. Інший приклад – пояснення тренером студентам і курсантам з одночасним показом. Одночасно діють кілька методів і тоді, коли один з них визначає організацію, а інший спосіб виконання, так відбувається в груповому, круговому, потоковому або інших методах. У кожному окремому випадку вибір методу визначається розв'язуваним завданням, віком і підготовленістю спортсменів, застосовуваними засобами, умовами та іншими чинниками.

Для вирішення того чи іншого завдання тренер з бойового хортингу зазвичай використовує в занятті ряд методів, засобів і прийомів, що складають в комплексі методику. У широкому сенсі в методику входить все те, що забезпечує рішення поставлених завдань і досягнення мети.

### **Програма загальної фізичної підготовки (ЗФП)**

Нерідко зустрічаються новачки з відмінним фізичним розвитком і для них потрібен індивідуальний підхід у програмі ЗФП. Програма ЗФП включає в себе всі основні групи вправ, які можна використовувати. Складається програма ЗФП з фізичних вправ, які необхідні для спортсменів бойового хортингу [88–94]. Використовуються вправи без снарядів, з предметами і на снарядах, а також з партнером і вправи для розвитку сили.

### **Орієнтовна програма загальної фізичної підготовки**

I. Головне завдання – збільшення м'язової маси.

Супутні завдання: а) підвищення здатності проявляти силу; б) підвищення силової витривалості; в) поліпшення еластичності м'язів і рухливості в суглобах; г) виправлення дефектів статури і постави.

Засоби:

1. Вправи зі штангою, гирями та іншими обтяженнями (жим, поштовх, ривок, вижимання лежачи, присідання, нахили, повороти тощо). Виконуються до значного м'язового стомлення (до тих пір, поки не порушиться правильність рухів) в 1–3 підходах з інтервалом відпочинку 2–5 хв. Інтенсивність вправи 50–70 % від максимальної для даного спортсмена. Ці вправи включаються в основні заняття 3 рази на тиждень.

2. Вправи на подолання ваги тіла (згинання і розгинання рук в упорі лежачи, підтягування на високій перекладині, присідання «пістолетом» тощо). Те ж на гімнастичних снарядах (гімнастичній стінці, лаві, перекладині). Вправи виконуються «до відмови» в 1–3 підходи з інтервалом відпочинку 1–3 хв. Застосовуються у ранковій тренувальній зарядці 3–4 рази в тиждень.

3. Стрибкові вправи з просуванням (з ноги на ногу, на одній нозі, на двох ногах одночасно). Виконуються «до відмови». Повторюються 1–2 рази з інтервалом відпочинку 3–5 хв. Стрибкові вправи включаються в основну частину заняття 2–3 рази на тиждень.

II. Головне завдання – розвиток здатності проявляти силу в різних рухах.

Супутні завдання: а) виховання волі до прояву максимальних зусиль; б) підвищення здатності концентрувати увагу і зусилля; в) підвищення швидкості рухів.

Засоби:

4. Вправи зі штангою (жим, поштовх, ривок, «тяга», вижимання лежачи, присідання з вагою тощо) – інтенсивність 80–95 % від максимальної. Виконуються одноразово в 2–3 підходи. Інтервал відпочинку 2–5 хв. Вправи включаються в основну частину заняття 2 рази в тиждень.

5. Ті ж вправи зі штангою, що виконуються 2–4 рази поспіль у 2–4 підходи з інтервалами відпочинку 2–5 хв. Інтенсивність виконання 75–80 % від максимальної. Вправи включаються в основну частину заняття 2 рази в тиждень.

6. Ізометричні (статичні) вправи (спрямованість на вижимання, підтягування, скручування тощо). Виконуються одноразово з максимальною напругою протягом 6–8 с, у 2–4 підходи з інтервалами 1–2 хв. Вправи включаються в основні заняття 2 рази в тиждень.

7. Стрибкові вправи з предметною націленістю (дотягнутися до підвішеного предмета, стрибнути з місця на гімнастичний стіл, перестрибнути через перешкоду, подолати стрибками 30 м у найкоротший час або з найменшою кількістю стрибків тощо). Інтенсивність максимальна. Зробити в сумі 30–60 відштовхувань. Вправи включаються в основні заняття 2 рази у тиждень.

8. Метання снарядів вагою 1–5 кг (набивний м'яч, граната, ядро, камінь тощо) у ціль. Відстань до неї поступово збільшується. Інтенсивність максимальна. В сумі 20–30 кидків 2 рази у тиждень.

III. Головне завдання – підвищення загальної швидкості рухів.

Супутні завдання: а) поліпшення координації рухів; б) підвищення спритності; в) підвищення загальної витривалості.

Засоби:

9. Загально-підготовчі вправи, що виконуються з якомога більшою швидкістю. У кожній з 4–5 вправ 2–3 підходи, серія рухів протягом 10 с. Вправи включаються у 3–4 основних заняття.

10. Біг на 20–50 м з ходу і зі старту, естафетний і з гандикапом, естафетний з подоланням перешкод. Виконується повторно з інтервалами 2–3 хв. В сумі пробігати 100–300 м у кожному з трьох основних занять у тиждень.

11. Спортивні та рухливі ігри (баскетбол, волейбол, хокей, футбол на зменшеному полі, боротьба за м'яч тощо). Грати за правилами. Час може бути укороченим. Ігри проводяться як

спеціальне заняття, а також як частина основного заняття замість розминки або в кінці тренування.

IV. Головне завдання – розвиток загальної витривалості. Супутні завдання: а) виховання волі до перенесення стомлення; б) зміцнення мускулатури і суглобово-зв'язкового апарату; в) вироблення вміння розслаблятися.

Засоби:

12. Біг у рівномірному темпі при ЧСС 130–140 уд/хв. Проводиться в основному занятті 2 рази на тиждень із поступовим збільшенням часу бігу: від 10–15 хв у першому занятті до 2–3 год у кінці двох місяців тренування. Біг можна замінювати ходьбою на лижах (3–4 год), їздою на велосипеді (1–2 год) або бігом на ковзанах (20–30 хв безперервно). У ранковому щоденному тренуванні використовується біг у рівномірному темпі.

13. Загально-підготовчі вправи з предметами (гантелі, скакалки, набивний м'яч, палиця тощо) і без них. Безперервне виконання комплексу вправ (потоким і круговим методом) з середньою інтенсивністю протягом 5–15 хв 5 разів у тиждень в ранковій тренувальній зарядці. Вправи включаються також в основні заняття 3 рази на тиждень після розминки.

14. Вправи в бойовому хортингу (техніко-тактична підготовка) чи його варіанти або тільки біг, що виконуються за можливості безперервно з малою і середньою інтенсивністю протягом 10–30 хв. Вправи включаються у розминку в основних заняттях. Крім того, можуть виконуватися протягом 45–60 хв безперервно на вечірній прогулянці 3 рази у тиждень.

15. Плавання 30–60 хв епізодично у вільний час. Використовується для активного відпочинку.

V. Головне завдання – розвиток загальної гнучкості. Супутні завдання: а) підвищення еластичності м'язів; б) поліпшення координації рухів.

Засоби:

16. Вправи з великою амплітудою в усіх суглобах і в усіх напрямках (нахили, повороти, обертання, згинання, розмахування тощо) на снарядах, з предметами і без них. Кожна вправа виконується у вигляді серії з 4–6 повторень з амплітудою. 2–3 серії з інтервалами відпочинку 10–20 с. На всі вправи відводиться 8–10 хв. Вправи виконуються щодня у ранковій тренувальній зарядці. При поганій гнучкості повторювати вправи вдруге ввечері.

VI. Головне завдання – поліпшення координації рухів і розвиток спритності.

Супутні завдання: а) розвиток здатності до прояву «вибухової» сили; б) виховання сміливості та рішучості; в) розвиток гнучкості; г) підвищення еластичності м'язів; д) зміцнення мускулатури.

Засоби:

17. Акробатичні вправи (перекиди, перевороти, сальто тощо). Вправи на підкидній дошці і батуті. Виконувати повторно, але витрачаючи 15–25 хв на всі вправи, включаючи інтервали відпочинку. Вправи включати в основні заняття раз на тиждень.

18. Вправи на гімнастичних снарядах (опорні стрибки, розмахування, перевороти, підйоми, вправи на брусах і перекладині). Повторити з інтервалами відпочинку 1–2 хв, витрачаючи 15–30 хв на всі вправи. Включати в основні заняття 3 рази на тиждень.

19. Гірськолижний спорт. Займатися у вільний час 1–2 год.

20. Стрибки у воду (8–12 стрибків, а після оволодіння елементарною технікою більше). Займатися у вільний час, поєднуючи з плаванням.

Необхідно якомога ефективніше використовувати час занять [95–99]. Зокрема, в інтервалах відпочинку можна виконувати фізичні вправи, що вимагають менших зусиль (наприклад, стискання тенісного м'яча кистю) чи іншої спрямованості (наприклад, відпрацювання техніки прийому чи будь-якого руху або розучування нового).

Весь час у заняттях може приділятися ЗФП тільки в перший місяць підготовчого періоду. Зазвичай же ЗФП займає значне місце в перші 1–2 місяці підготовчого періоду в піврічному циклі підготовки, і в перші 3–4 місяці в річному циклі підготовки. Треба міцно засвоїти, що ЗФП – обов'язкова частина підготовки спортсмена бойового хортингу протягом всіх років його занять.

**Висновок.** У процесі дослідження ми досягли мети і можемо зробити висновки.

1. Заняття бойовим хортингом справляє позитивний вплив на вдосконалення професійно-прикладної фізичної підготовки, динаміку розвитку основних фізичних якостей студентів і курсантів правоохоронних спеціальностей. При цьому найбільш виражені зміни виявляються у параметрах, що характеризують швидко-силові можливості організму, менш виражені – в показниках загальної і силової витривалості.

2. Заняття бойовим хортингом у студентському і курсантському віці викликають деяке прискорення і стабілізацію фізичного розвитку, достовірно підвищують силові можливості організму, стимулюючи при цьому приріст маси тіла, і в певній мірі сприяють економізації функції серця.

3. Період навчання студентів і курсантів правоохоронних спеціальностей у відомчому закладі вищої освіти є також оптимальним для організації цілеспрямованої початкової спортивної підготовки та набуття тренувального фундаменту. Така підготовка дозволяє в повній мірі використовувати фізичні та функціональні можливості організму студентів і курсантів при освоєнні складних у координаційному відношенні рухових дій спортсменів бойового хортингу і в процесі вдосконалення фізичних якостей.

4. У ході дослідження ми порівняли отримані результати в контрольній та експериментальній групах і з'ясували, що заняття бойовим хортингом позитивно впливають на динаміку приросту фізичних якостей функціональних можливостей організму в цілому.

**Перспективи подальшого дослідження.** Подальша робота над удосконаленням професійно-прикладної фізичної підготовки студентів і курсантів правоохоронних спеціальностей, вихованням фізичної культури та основ здоров'я студентів і курсантів, вдосконаленням знань і умінь щодо здоров'язбережувальних технологій бойового хортингу, формуванням цінностей здорового життя студентської і курсантської молоді засобами бойового хортингу у констатувальному, формувальному та контрольному експериментах буде конкретизована в результатах дослідження.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бойовий хортинг – національний вид спорту і школа підготовки українського воїна / І. Суліма, Е. Єрмоєнко, К. Кукушкін, С. Полторацький // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 71–82.
2. Бойовий хортинг – система національно-патріотичного виховання дітей та молоді / О. Бухтіяров, Е. Єрмоєнко, О. Буток, В. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 61–70.
3. Бойовий хортинг – фундаментальний осередок воїнських традицій української землі / С. Параниця, Е. Єрмоєнко, Г. Коломоєць, В. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 105–115.
4. Бойовий хортинг у впровадженні науково-методичної літератури з рекреації, фізичної реабілітації і художніх творів спортсменами підліткового та студентського віку / С. Бадьора, Е. Єрмоєнко, М. Тимчик, В. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць. – 2018. – Вип. 9. – С. 190–199.
5. Бойовий хортинг у закладах загальної середньої освіти / О. М. Гречаний, Е. А. Єрмоєнко, Ю. В. Черпак, І. В. Суліма // 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. 544–553.
6. Бойовий хортинг у комплексі функціональної та професійної підготовки курсантів до служби в правоохоронних органах / В. А. Гришук, Е. А. Єрмоєнко, В. В. Чмелюк, В. Р. Біла, О. А. Бухтіяров // 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. 14–28.
7. Бойовий хортинг у методиці вдосконалення силових якостей спортсменів різного віку / А. Литвиненко, Е. Єрмоєнко, О. Остапенко, В. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 214–222.
8. Бойовий хортинг у програмі навчання і професійно-прикладної підготовки курсантів правоохоронних спеціальностей закладів вищої освіти України / В. Біла, Е. Єрмоєнко, В. Гришук, О. Бухтіяров // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 6–19.
9. Бойовий хортинг у системі підготовки співробітників правоохоронних органів до протидії незаконному переміщенню товарів у районах здійснення операції об'єднаних сил / В. В. Чмелюк, Е. А. Єрмоєнко, В. Р. Біла, В. В. Бондарчук, С. П. Бобік // 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. 513–527.
10. Бойовий хортинг у системі фізичного виховання студентів і курсантів / Е. Єрмоєнко, В. Чмелюк, В. Біла, В. Гришук // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 52–60.
11. Бойовий хортинг у системі фізичного виховання студентів і курсантів / В. В. Чмелюк, Е. А. Єрмоєнко, В. Р. Біла, В. А. Гришук, О. А. Бухтіяров // 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. 72–95.
12. Бойовий хортинг як засіб виховання справедливості в молодших школярів у процесі гурткових занять / С. Болтівець, Е. Єрмоєнко, О. Остріянська, В. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 148–160.
13. Бойовий хортинг як засіб військово-прикладної та фізичної підготовки особового складу підрозділів з протидії незаконному переміщенню товарів у районах здійснення операції об'єднаних сил на сході України / Е. А. Єрмоєнко, С. С. Полторацький, І. В. Суліма, О. І. Марченко // 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. 43–58.
14. Бойовий хортинг як засіб фізичної і психологічної підготовки та формування професійних якостей курсантів і працівників правоохоронних органів / О. Буток, Е. Єрмоєнко, С. Болтівець, В. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 220–231.
15. Бойовий хортинг як засіб формування в школярів фізичних здібностей як основи тверезого способу життя в майбутній життєдіяльності / О. Остапенко, М. Зубалій, Е. Єрмоєнко, М. Тимчик // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 166–172.
16. 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.
17. Гречана Л. О. Бойовий хортинг у системі початкової школи закладів загальної середньої освіти / Л. О. Гречана, Е. А. Єрмоєнко, 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 освіт», [та ін.]. – Київ, 2020. – С. 554–563.
18. Гришук В. Л. Бойовий хортинг як засіб професійно-прикладної підготовки правоохоронців до виконання службово-бойових завдань з протидії контрабанді у районах здійснення операції об'єднаних сил / В. Л. Гришук, Е. А. Єрмоєнко, О. А. Бухтіяров // Протидія незаконному переміщенню товарів в районах здійснення Операції об'єднаних сил : тези допов. наук.-практ. семінару, 15 травня 2020 р. м. Ірпінь / Державна фіскальна служба України, Ун-т ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 59–73.
19. Гришук В. Л. Бойовий хортинг як засіб професійно-прикладної, функціональної підготовки студентів, курсантів і слухачів спеціалізованих закладів вищої освіти та співробітників правоохоронних органів / В. Л. Гришук, Е. А. Єрмоєнко // 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 освіт», [та ін.]. – Київ, 2020. – С. 537–544.
20. Довгань Н. Бойовий хортинг як інструмент соціалізації студентів закладів вищої освіти / Н. Довгань, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 177–186.
21. Єрмоєнко В. Засоби профілактики основних стоматологічних захворювань у студентів, курсантів, спортсменів бойового хортингу та співробітників правоохоронних органів / В. Єрмоєнко, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 116–126.
22. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг – професійно-прикладний вид спорту правоохоронних органів України : монографія / Е. А. Єрмоєнко ; Мін-во освіти і науки України, Університет ДФС України, Національна федерація бойового хортингу України. – К : ГС «НФБХУ», 2020. – 203 с.
23. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг у системі професійної підготовки співробітників правоохоронних органів / 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. 28–40.
24. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг як ефективний засіб військово-патріотичного виховання школярів і студентів / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 31–39.
25. 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.
26. 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.
27. 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.
28. 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.
29. 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.
30. Єрмоєнко Е. А. Виховний потенціал та філософська основа 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. 147–157.
31. Єрмоєнко Е. А. Військово-патріотичне виховання старшокласників засобами бойового хортингу : монографія / Е. А. Єрмоєнко, К. М. Кукушкін // К. : Паливода А. В., 2020. – 1110 с.

32. 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.
33. Єрмоєнко Е. Всесвітнє українське земляцтво та діаспора у сприянні розвитку бойового хортингу / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 56–79.
34. 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.
35. Єрмоєнко Е. А. Кваліфікаційна система бойового хортингу : монографія / Е. А. Єрмоєнко ; Мін-во освіти і науки України, Університет ДФС України, Національна федерація бойового хортингу України. – К : ГС «НФБХУ», 2020. – 155 с.
36. 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-конфе., 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.
37. 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.
38. 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.
39. 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.
40. Єрмоєнко Е. А. Навчальна програма з бойового хортингу для позашкільних навчальних закладів : монографія / Е. А. Єрмоєнко ; Мін-во освіти і науки України, Ун-т ДФС України, [та ін.]. – К. : ПАЛИВОДА А. В., 2020. – 521 с.
41. Єрмоєнко Е. А. Навчальна програма з бойового хортингу для учнів 1–11 класів закладів загальної середньої освіти : навч.-метод. посіб. / Е. А. Єрмоєнко. – К. : Паливода А. В., 2020. – 280 с.
42. Єрмоєнко Е. А. Наукове обґрунтування психолого-педагогічних умов виховання фізичної культури та основ здоров'я студентів у процесі занять бойовим хортингом [Електронний ресурс] / Е. А. Єрмоєнко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / фізична культура і спорт /» – 2020. – Вип. 3(123). – С.47–56. – Режим доступу : [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.3\(123\).09](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.3(123).09)
43. Єрмоєнко Е. А. Основні принципи бойового хортингу. *Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць*. К. : Паливода А. В. 2018. Вип. 9. С. 22–31.
44. 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.
45. 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.
46. 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.
47. 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.
48. 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.
49. 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.
50. Єрмоєнко Е. Філософія бойового хортингу / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 82–104.
51. 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.

52. Єрмоєнко Е. А. Хортинг – національний вид спорту України: метод. посіб. / Е. А. Єрмоєнко. – К. : Паливода А. В., 2014. – 1064 с.
53. 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.
54. 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.
55. Лях В. Інноваційні підходи у боротьбі «Лава на лаву» з учнями козацьких класів і спортсменів бойового хортингу / В. Лях, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 164–176.
56. Методика викладання бойового хортингу для студентів та курсантів закладів вищої освіти правоохоронної спрямованості / Е. Єрмоєнко, В. Чмелюк, В. Гришук, С. Бадьора. // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 196–219.
57. Остряньська О. Бойовий хортинг у впровадженні творчих здобутків передового регіонального педагогічного досвіду формування у старших дошкільників соціально-комунікативних умінь у театралізованій діяльності з використанням хортинг-ляльок / О. Остряньська, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 173–186.
58. Петрочко Ж. Бойовий хортинг як засіб виховання патріотизму у школярів і студентів / Ж. Петрочко, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 34–45.
59. Петрочко Ж. В. Хортинг – школа сили і честі юного українця : метод. посіб. / Ж. В. Петрочко, Е. А. Єрмоєнко ; Мін-во освіти і науки України, Мін-во молоді та спорту України, Нац. академія педагогічних наук України, Ін-т проблем виховання. – К. : Паливода А. В., 2016. – 544 с.
60. Присяжнюк С. Бойовий хортинг та проблема активного відпочинку спортсменів у різні вікові періоди / С. Присяжнюк, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 206–218.
61. Психологічні та соціальні основи виховання особистості у системі бойового хортингу / Н. Зубалій, М. Зубалій, Е. Єрмоєнко, В. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 122–129.
62. 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.
63. Силова підготовка школярів 14-17 років на уроках фізичної культури з елементами бойового хортингу / Е. Єрмоєнко, С. Болтівець, І. Суліма, В. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 158–165.
64. Сичов С. Бойовий хортинг та особливості оптимізації управління атлетичним тренуванням у процесі спортивної діяльності / С. Сичов, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 219–225.
65. Чмелюк В. В. Бойовий хортинг у підрозділах державної митної служби для підготовки співробітників до протидії незаконному переміщенню товарів у районах здійснення операції об'єднаних сил на сході України / В. В. Чмелюк, Е. А. Єрмоєнко, В. В. Бондарчук // Протидія незаконному переміщенню товарів у 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.
66. Yeromenko E. (2019). Combat horting and culture of athletes / E. Yeromenko // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 94–102.

## REFERENCES

67. Badiora, S. M., Yeromenko, E. A., Tymchyk, M. V., Yeromenko, V. E. (2018). *Boyovyi khortyng u vprovadzhenni naukovo-metodychnoi literatury z rekreatsii i fizychnoi reabilitatsii 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.
68. Boltivets, S. I., Yeromenko, E. A., Ostrianska, O. A., Yeromenko, V. E. (2018). *Boyovyi khortyng yak zasib vykhovannia spravedlyvosti v molodshykh shkoliariv u protsesi hurtkovykh zaniat* [Combat horting as a means of educating justice in junior high school students in the process of group classes]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu: Issue 9* (pp. 148–160). Kyiv: Palyvoda A. V.
69. Bukhtiyarov, O. A., Yeromenko, E. A., Butok, O. V., Yeromenko, V. E. (2018). *Boyovyi khortyng – systema natsionalno-patriotichnoho 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.
70. Chmeliuk, V. V., Yeromenko, E. A., Bondarchuk, V. V. (2020). *Boyovyi khortyng u pidrozdilakh derzhavnoi mytnoi sluzhby dlia pidhotovky spivrobotnykiv do protydii nezakonnomu peremishchenniu tovariv u rayonakh zdiysnennia Operatsii obyednanykh syl na skhodi Ukrainy* [Combat horting in the units of the State Customs Service to prepare employees to combat the illegal movement of goods in the areas of the Joint Forces Operation in eastern Ukraine]. *Protydiya Nezakonnomu peremishchenniu tovariv v rayonakh zdiysnennia Operatsii obyednanykh syl : tezy dop. nauk.-prakt. seminaru (15 travnia 2020 roku)*. Irpin. University DFS Ukraine. P. 7–25.
71. Ivashkovskiy, V. V., Yeromenko, E. A. (2017). *Psykhomotoryka ta psykho-fizyologichni 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.
72. Gryshchuk, V. L., Yeromenko, E. A., Bukhtiyarov, O. A. (2020). *Boyovyi khortyng yak zasib profesiyno-prykładnoi pidgotovky pravoohorontsiv do vykonannia sluzhbovo-boyovykh zavdan z protydii kontrabandi u rayonakh zdiysnennia Operatsii obyednanykh syl* [Combat horting as a means of professional and applied training of law enforcement officers to perform combat missions to combat smuggling in the areas of the Joint Forces Operation]. *Protydiya Nezakonnomu*

- peremischenniu tovariv v rayonakh zdiysnennia Operatsii obyednanykh syl : tezy dop. nauk.-prakt. seminaru (15 travnia 2020 roku). Irpin. Universytet DFS Ukrainy. P. 59–73.
73. Lytvynenko, A. M., Yeromenko, E. A., Ostapenko, O. I., Yeromenko, V. E. (2018). *Boyovyi khortyng u metodytsi vdoskonalennia sylovykh yakosti sportsmeniv riznogo 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. Yeromenko, E. A. (2020). *Boyovyi khortyng – profesiyno-prykladnyi vyd sportu pravookhoronnykh organiv Ukrainy : monografia* [Combat horting is a professionally applied sport of law enforcement agencies of Ukraine: monograph]. Min-vo osvity i nauky Ukrainy, Universytet DFS Ukrainy, Nats. federatsia boyovogo khortyngu Ukrainy. – K. : GS «NFBKHU», 2020. – 203 p.
75. Yeromenko, E. A. (2017). *Boyovyi khortyng yak zasib optymizatsii funkcionalnoi pidgotovky studentiv i kursantiv spetsializovanykh zakladiv vyschoi osvity ta spivrobitnykiv 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).
76. Yeromenko, E. A. (2020). *Boyovyi khortyng yak zasib profesiyno-psykholohichnoi pidgotovky spivrobitnykiv pravookhoronnykh organiv Ukrainy : monografia* [Combat horting as a means of professional and psychological training of law enforcement officers of Ukraine: monograph]. Min-vo osvity i nauky Ukrainy, Universytet DFS Ukrainy, Nats. federatsia boyovogo khortyngu Ukrainy. – K. : GS «NFBKHU», 2020. – 138 p.
77. Yeromenko, E. A. (2019). *Vykhovannia fizychnoi kultury ta osnov zdorovya studentiv u protsesi zanyat boyovym khortyngom* [Education of physical culture and basics of students' health in the process of 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. 10 (118) 19. P. 49–56.
78. Yeromenko, E. A., Kukushkin, K. M. (2020). *Viyskovo-patriotychnie vykhovannia starshoklasnykiv zasobamy boyovogo khortyngu : monografia* [Military-patriotic education of high school students by means of combat horting: monograph]. K. : Palyvoda A. V., 2020. 1110 p.
79. Yeromenko, E. A. (2017). *Vsesvitnie ukrainske zemliatstvo ta diaspora u sprianni rozvytku boyovogo khortyngu* [World Ukrainian fellowship and diaspora in promoting the development of combat horting]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu: Issue 8* (pp. 56–79).
80. Yeromenko, E. A. (2019). *Znachymist tsinnosti fizychnoi kultury ta osnov zdorovya dlya studentiv i kursantiv, yaki zaymayutsya boyovym khortyngom* [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.
81. Yeromenko, E. A. (2020). *Kvalifikatsiyna systema boyovoho khortynhu : monografia* [Qualification system of combat horting: monograph]. Min-vo osvity i nauky Ukrainy, Universytet DFS Ukrainy, Nats. federatsia boyovogo khortyngu Ukrainy. – K. : GS «NFBKHU», 2020. – 155 p.
82. Yeromenko, E. A. (2020). *Kompleksne vykorystannia potentsialu boyovoho khortynhu dlia zabezpechennia natsionalnoi bezpeky Ukrainy v umovakh zovnishnioyi agresii* [Comprehensive use of the potential of combat horting to ensure the national security of Ukraine in the face of external aggression]. *Aktualni problemy zabezpechennia natsionalnoi bezpeky ta sproshchennia protsedur mizhnarodnoi torhivli : zb. tez IV nauk.-prakt. internet-konf. (m. Irpin – m. Khmelnytskyi, 25-31 travnia 2020 r.)*. Khmelnytskyi: Naukovo-doslidnyi tsentr mytnoi spravy, 2020. P. 18–23.
83. Yeromenko, E. A. (2020). *Kontseptsia rozvytku boyovoho khortynhu v systemi osvity Ukrainy : monografia* [The concept of combat horting development in the education system of Ukraine: monograph]. Min-vo osvity i nauky Ukrainy, Universytet DFS Ukrainy, Nats. federatsia boyovogo khortyngu Ukrainy. – K. : GS «NFBKHU», 2020. – 122 p.
84. Yeromenko, E. A. (2020). *Navchalna prohrama z boyovoho khortynhu dlya pozashkilnykh navchalnykh zakladiv : monografia* [Curriculum on combat horting for out-of-school educational institutions: monograph]. Min-vo osvity i nauky Ukrainy, Universytet DFS Ukrainy, [ta in.]. – K. : Palyvoda A. V., 2020. – 521 p.
85. Yeromenko, E. A. (2020). *Navchalna prohrama z boyovogo khortynhu dlya uchniv 1–11 klasiv zakladiv zagalnoi serednyoi osvity* [Combat horting curriculum for students of grades 1–11 of general secondary education institutions]: training manual.– Kyiv: Palyvoda A. V., p. 280.
86. Yeromenko, E. (2020). *Naukove obhruntuvannia psykholoho-pedahohichnykh umov vykhovannia fizychnoi kultury ta osnov zdorovya studentiv u protsesi zanyat boyovym khortynhom* [Scientific substantiation of the psychological and pedagogical conditions of education of physical culture and fundamentals of students' health in the process of combat horting]. *Scientific Journal of National Pedagogical Dragomanov University. Series 15. Scientific and Pedagogical Problems of Physical Culture (physical Culture and Sports)*, (3(123), 47-56. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.3\(123\).09](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.3(123).09).
87. Yeromenko, E. A. (2020). *Osoblyvosti fizychnoi i psykholohichnoi pidgotovky ta formuvannia profesiynykh yakosti kursantiv i pratsivnykiv pravookhoronnykh organiv zasobamy boyovoho khortynhu* [Features of physical and psychological training and formation of professional qualities of cadets and law enforcement officers by means of combat horting]. *Prottydiya Nezakonnomu peremischenniu tovariv v rayonakh zdiysnennia Operatsii obyednanykh syl : tezy dop. nauk.-prakt. seminaru (15 travnia 2020 roku)*. Irpin. Universytet DFS Ukrainy. P. 39–42.
88. Ostapenko, O. I., Zubaliy, M. D., Yeromenko, E. A., Tymchyk, 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.

89. Ostrianska, O. A., Yeromenko, E. A. (2017). *Boyovyi khortyng u vprovadzhenni tvorchykh zdotukiv peredovogo regionalnogo pedagogichnogo dosvidu formuvannia u starshykh doshkilnykiv sotsialno-komunikatyvnykh umin u teatralizovaniy diyalnosti z vykorystanniam khortyng-lialioik* [Combat horting in the implementation of creative achievements of advanced regional pedagogical experience in the formation of senior preschoolers' social and communicative skills in theatrical activities with the use of horting puppets]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu*: Issue 8 (pp. 173–186). Kyiv: Palyvoda A. V.
90. 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.
91. 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.
92. 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.
93. Prysiazhniuk, S. I., Yeromenko, E. A. (2017). *Boyovyi khortyng ta problema aktyvnoho vidpochynku sportsmeniv u rizni vikovi periody* [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.
94. Savchenko A. Combat horting – educational practice for young people / A. Savchenko, E. Yeromenko // *Теорія і методика хортингу*. – 2017. – Вип. 8. – С. 88–95.
95. 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.
96. Zubaliy, N. P., Zubaliy, M. D., Yeromenko, E. A., Yeromenko, V. E. (2017). *Psykhologichni ta sotsialni osnovy vykhovannia osobystosti u systemi boyovogo khortyngu* [Psychological and social bases of personality education in the system of combat horting]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu*: Issue 8 (pp. 122–129). Kyiv: Palyvoda A. V.
97. Bila, V. R., Yeromenko, E. A., Gryshchuk, V. L., Bukhtiyarov, O. A. (2019). *Boyovyi khortyng u program navchannia i profesyno-prukladnoi pidgotovky kursantiv pravookhoronnykh spetsialnostei 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.
98. Griban, G., Yahupov, V., Svystun, V., Dovgan, N., Yeromenko, E., Udych, Z., Zhuravlov, I., Kushniriuk, S., Semeniv, B., Konovalska, L., Skoruy, O., Grokhova, G., Hres, M., Khrystenko, D., & Bloshchynskiy, I. (2020). Dynamics of the students' physical fitness while studying at higher educational institutions. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9(9), 147-156. Retrieved from <http://www.ijaep.com/index.php/IJAE/article/view/1137>.
99. Chmeliuk, V. V., Yeromenko, E. A., Bila, V. R., Bondarchuk, V. V., Bobik, S. P. (2020). *Boyovyi khortyng u systemi pidgotovky spivrobitynykiv pravookhoronnykh orhaniv do protydii nezakonnomu peremishchenniu tovariv u rayonakh zdiysnennia Operatsii obyednanykh syl* [Combat horting in the system of training law enforcement officers to combat the illegal movement of goods in the areas of the joint forces operation] / Shliakhy udoskonalennia profesyinykh kompetentnosti fakhivtsiv v umovakh syohodennia : mater. mizhnar. nauk.-prakt. Internet-konf. 28-29 travnia 2020 r. / Min-vo osvity i nauky Ukrainy, Derzh. nauk. ustanova «Instytut modernizatsii zmistu osvity», [ta in.]. – Kyiv. – P. 513–527.

---

## БОЙОВИЙ ХОРТИНГ ЯК ЗАСІБ ВИХОВАННЯ ВСЕБІЧНО РОЗВИНЕНОЇ ОСОБИСТОСТІ

**Антоненко С. А.,  
Єрьоменко Е. А.,  
Чмелюк В. В.,  
Гришук В. Л.**

*Університету ДФС України, м. Ірпінь.*

**Анотація.** У даній статті опубліковані дослідження щодо визначення особливостей бойового хортингу як засобу виховання всебічно розвиненої особистості, фізичної культури і основ здоров'я учнів і студентів закладів освіти та наукове обґрунтування засобів позитивного впливу бойового хортингу, що сприяють формуванню у дітей та молоді цінностей здорового способу життя, всебічного виховання, підвищенню рівня здоров'я учнів за методикою виду спорту бойового хортингу. Викладено матеріал щодо концепції та підходів до класифікації фізичних вправ і методик бойового хортингу для спортсменів учнівського та студентського віку. Проведено теоретичний аналіз проблеми всебічного виховання особистості, формування фізичних здібностей, умов застосування оздоровчих, прикладних, загальнорозвивальних і спеціальних фізичних вправ бойового хортингу для підвищення ефективності роботи систем організму.

<b>Єрмоєнко Едуард Анатолійович</b>	кандидат педагогічних наук, професор кафедри спеціальних дисциплін та організації професійної підготовки Факультету підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації працівників податкової міліції Університету державної фіскальної служби України, член кафедри ЮНЕСКО «Превентивна освіта і соціальна політика», Заслужений працівник фізичної культури і спорту України, майстер спорту України міжнародного класу, Заслужений тренер України, президент Всесвітньої федерації бойового хортингу, учасник бойових дій
<b>Зверєв Антон Віталійович</b>	інспектор кафедри спеціальних дисциплін та організації професійної підготовки Факультету підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації працівників податкової міліції Університету державної фіскальної служби України, майстер спорту України, капітан податкової міліції
<b>Ільницький Іван Романович</b>	лікар вищої категорії, віце-президент Національної федерації бойового хортингу України, майстер бойового хортингу, інструктор
<b>Кукушкін Костянтин Миколайович</b>	головний спеціаліст відділу з питань державної служби, професійного навчання та урядових нагород Департаменту кадрового забезпечення Секретаріату Кабінету Міністрів України, учасник бойових дій
<b>Ляховець Олеся Олександрівна</b>	кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри дошкільної освіти Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького
<b>Рудей Дмитро Юрійович</b>	директор Київської інженерної гімназії, учитель-методист
<b>Тимчик Микола Валерійович</b>	кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри футболу Національного педагогічного університету імені Миколи Драгоманова, науковий співробітник лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя Інституту проблем виховання Національної академії педагогічних наук України, майстер спорту України з хортингу
<b>Тішин Андрій Володимирович</b>	старший викладач кафедри спеціальних дисциплін та організації професійної підготовки Факультету підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації працівників податкової міліції Університету державної фіскальної служби України, майстер бойового хортингу
<b>Чмелюк Василь Васильович</b>	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
<b>Щапвалов Борис Борисович</b>	кандидат психологічних наук, доцент, президент Міжнародної федерації поліцейського хортингу, президент Федерації поліцейського хортингу України, віце-президент Національної федерації бойового хортингу України

Наукове видання

# БОЙОВИЙ ХОРТИНГ ТА ДІЯЛЬНІСТЬ ПРАВООХОРОННИХ ОРГАНІВ УКРАЇНИ

(українською, російською та англійською мовами)

*Матеріали міжнародної  
науково-практичної конференції*

*14-15 липня 2020 р., м. Ірпінь, Університет ДФС України*

Колектив авторів  
Друкується в авторській редакції

*Упорядник: Е. А. Єрмоменко*

---

Підписано до друку 29.08.2020 р.  
Формат 84x108/16  
Умов. друк. арк. 45,15

Папір офсетний  
Друк офсетний  
Гарнітура Times

Зам. № 0238  
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