

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2020.6(126).12
УДК 796.817:159.947-053.6

Єрмоєнко Е. А.
професор кафедри спеціальних дисциплін та організації професійної підготовки Факультету підготовки,
перепідготовки та підвищення кваліфікації працівників податкової міліції
Університету державної фіскальної служби України, кандидат педагогічних наук,
Заслужений працівник фізичної культури і спорту України, майстер спорту України міжнародного класу,
Заслужений тренер України
Карасевич С. А.
учитель фізичної культури і захисту України ЗОШ № 169 м. Києва,
президент Київської обласної федерації бойового хортингу,
майстер спорту України з хортингу

БОЙОВИЙ ХОРТИНГ У СИСТЕМІ ВИХОВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА ОСНОВ ЗДОРОВ'Я УЧНІВСЬКОЇ І СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Метою дослідження є визначення особливостей бойового хортингу як засобу виховання фізичної культури та основ здоров'я учнівської та студентської молоді у процесі занять у закладів загальної середньої і вищої освіти та наукове обґрунтування засобів позитивного впливу бойового хортингу, що сприяють формуванню в учнівської та студентської молоді навичок фізичної культури, цінностей здорового способу життя, всебічного виховання, підвищенню рівня здоров'я за методикою виду спорту бойового хортингу. Перевірено ефективність педагогічних умов, організаційних форм і методів, проведено теоретичний аналіз проблеми виховання фізичних якостей, психологічних здібностей, умов застосування оздоровчих, прикладних, загальнорозвивальних і спеціальних фізичних вправ бойового хортингу для підвищення ефективності роботи систем організму. Викладено матеріал щодо концепції та підходів до класифікації фізичних вправ і методик бойового хортингу для спортсменів шкільного та студентського віку. Дослідно-експериментальним шляхом перевірено ефективність запровадженої педагогічної системи виховання фізичної культури та основ здоров'я у школярів і студентів засобами бойового хортингу, ціннісного ставлення до здоров'я та уникнення шкідливих звичок. Подано результати дослідження щодо формування навичок фізичної культури, особистої гігієни, цінностей здорового життя та ефективності організаційних форм спортивної дисципліни у процесі занять бойовим хортингом в умовах навчального процесу закладів загальної середньої і вищої освіти.

Ключові слова: бойовий хортинг, фізична культура, основи здоров'я, учнівська молодь, школярі, студентська молодь, фізичні якості, педагогічні умови, фізичне виховання, формування здібностей, учні школи, заклад вищої освіти, методика викладання, система підготовки, навчання, педагогічна система, освіта, спорт, цінності здорового життя, фізична вправа, організм людини, ціннісне ставлення до здоров'я, спортивна секція.

Ермоєнко Э. А., Карасевич С. А. Боевой хортинг в системе воспитания физической культуры и основ здоровья ученической и студенческой молодежи. Целью исследования является определение особенностей боевого хортинга как средства воспитания физической культуры и основ здоровья учащейся и студенческой молодежи в процессе занятий в учебных заведениях среднего и высшего образования и научное обоснование средств положительного влияния боевого хортинга, способствующих формированию у учащихся и студенческой молодежи навыков физической культуры, ценностей здорового образа жизни, всестороннего воспитания, повышения уровня здоровья по методике вида спорта боевого хортинга. Проверена эффективность педагогических условий, организационных форм и методов, проведен теоретический анализ проблемы воспитания физических качеств, психологических способностей, условия применения оздоровительных, прикладных, общеразвивающих и специальных физических упражнений боевого хортинга для повышения эффективности работы систем организма. Изложен материал по концепции и подходам к классификации физических упражнений и методик боевого хортинга для спортсменов школьного и студенческого возраста. Опытным-экспериментальным путем проверена эффективность внедренной педагогической системы воспитания физической культуры и основ здоровья у школьников и студентов средствами боевого хортинга, ценностного отношения к здоровью и избежания вредных привычек. Представлены результаты исследования по формированию навыков физической культуры, личной гигиены, ценностей здорового образа жизни и эффективности организационных форм спортивной дисциплины в процессе занятий боевым хортингом в условиях учебного процесса заведений среднего и высшего образования.

Ключевые слова: боевой хортинг, физическая культура, основы здоровья, учащаяся молодежь, школьники, студенты, физические качества, педагогические условия, физическое воспитание, формирование способностей, ученики школы, учреждения высшего образования, методика преподавания, система подготовки, обучение, педагогическая система, образование, спорт, ценности здорового образа жизни, физическое упражнение, организм человека, ценностное отношение к здоровью, спортивная секция.

Yeromenko E., Karasevych S. Combat horting in the system of physical education and health fundamentals of schoolchildren and student youth. The aim of the study is to determine the features of combat horting as a means of educating physical culture and basics of health of pupils and students in the process of classes in general secondary and higher education and scientific substantiation of means of positive influence of combat horting. culture, values of a healthy way of life, comprehensive education, raising the level of health according to the method of the sport of combat horting. The efficiency of pedagogical

conditions, organizational forms and methods is checked, the theoretical analysis of a problem of education of physical qualities, psychological abilities, conditions of application of improving, applied, general developing and special physical exercises of fighting horting for increase of efficiency of work of systems of an organism is carried out. The material on the concept and approaches to the classification of physical exercises and methods of combat horting for school and student athletes is presented. The effectiveness of the implemented pedagogical system of education of physical culture and basics of health in schoolchildren and students by means of combat horting, values to health and avoidance of bad habits has been experimentally tested. The results of the research on the formation of skills of physical culture, personal hygiene, values of healthy living and the effectiveness of organizational forms of sports discipline in the process of combat horting in the educational process of general secondary and higher education.

Key words: combat horting, physical culture, basics of health, student youth, schoolchildren, student youth, physical qualities, pedagogical conditions, physical education, formation of abilities, school students, institution of higher education, teaching methods, system of preparation, training, pedagogical system, education, sports, values of healthy life, physical exercise, human body, values to health, sports section.

Вступ. У сучасній науці з фізичної культури бойовий хортинг вважається ефективним засобом оздоровлення дітей, учнівської та студентської молоді, об'єктивною потребою суспільства, має розгалужену структуру і виконує наступні основні функції: фізкультурно-спортивну, оздоровчо-профілактичну, економічну, виховну і культурну.

При правильно налагодженому педагогічному процесі бойовий хортинг грає велику роль у формуванні здорового способу життя школярів і студентів. Оздоровчий потенціал бойового хортингу як засобу виховання фізичної культури та основ здоров'я, якщо його використовувати повністю, дозволяє забезпечити стійке підвищення працездатності, запобігти масовим захворюванням і досягти збільшення тривалості життя.

Охорона власного здоров'я – це безпосереднє завдання кожної людини. Людина не зможе перекласти його на оточуючих. Адже нерідко буває і так, що людина хибним і неправильним способом життя, шкідливими звичками, гіподинамією, переїданням вже до 20–30 років доводить себе до катастрофічного стану і лише тоді згадує про медицину. Якою б досконалою не була медицина, вона не може позбавити кожного від усіх хвороб. Людина – сама є творцем свого здоров'я, за яке треба боротися, і над яким треба працювати. З раннього віку необхідно вести активний спосіб життя, гартуватися, займатися бойовим хортингом або іншими видами спорту, дотримуватися правил особистої гігієни, – словом, домагатися розумними шляхами справжньої гармонії здоров'я.

Здоров'я є безцінним багатством людини. Найголовніше – захотіти бути здоровим. Здоров'я як капітал: його можна збільшити, його можна і прогуляти. Хочеш бути здоровим – живи правильно і будеш таким.

Кожна людина повинна активно стати на шлях природної немедикаментозної охорони та підтримки свого здоров'я, попередження захворювань, не кажучи вже про те, що основним принципом для людей має бути не збереження, а творення здоров'я. Адже організм людини має особливості самозахисту і самозбереження. Досвідчений спортсмен бойового хортингу буде краще уникати хвороб, ніж вибирати ліки проти них.

Можна стверджувати, що настав час, коли природні методи профілактики і лікування повинні стати пануючими, як єдино розумні й основні. Лікує людину лікар, але виликовує її природа з усіма своїми особливостями. Хто не цінує свого здоров'я, той його не вартий.

Здоров'я людини на 40 % залежить від способу життя, на 30 % від навколишнього середовища, на 20 % від генетичної спадщини, і лише на 10 % – від медичного обслуговування. Отже, людина має більші можливості для охорони свого здоров'я. Вона від природи може жити довго, якщо сама не буде скорочувати своє життя. Наш організм створений орієнтовно для 100 років життя і більше. Якщо ми повністю збалансуємо наше буття як у фізичному, так і в емоційному відношенні, то гранична тривалість життя цілком може піднятися до цього рівня і навіть більше. І якщо ми живемо менше, то це викликано не недоліками організму, а тим, як ми з ним поводимося. Нам говорять про природне старіння, ймовірно, це цілком справедливо. Але, швидке руйнування організму з роками відбувається в основному не тому, що ми старіємо, а тому, що ми неправильно старіємо. Наш організм не зобов'язаний так швидко старіти, як він зазвичай це робить. Швидкість старіння залежить від нас самих. Треба лише позбутися чинників, що прискорюють старіння, у тому числі – низької фізичної активності.

Для кожної людини, як і для всього суспільства у цілому, немає більшої цінності, ніж здоров'я. Проблему здоров'я людини необхідно підняти на рівень існуючої сьогодні екологічної проблеми. Треба створити в суспільстві необхідність дбайливого відношення до людської екології. Говорячи про здоров'я, можна сказати, що здоровій людині потрібно все, весь світ, а хворій – одне здоров'я.

У наш час не можна вважати себе культурною людиною, не вміючи орієнтуватися в своєму самопочутті, функціонуванні різних систем свого організму, не вміючи самостійно впливати на ці функції засобами бойового хортингу, харчування тощо. Кожна людина повинна прагнути оволодіти мистецтвом бути здоровою, не шкодуючи на це ні часу, ні зусиль. Мова, зрозуміло, йде не про просвітництво для самопікування, яке неприпустимо, тому що загрожує серйозними неприємностями для хворої людини. Йдеться про необхідність отримання і використання пієнічних знань і умінь, які підтримують і примножують здоров'я, а в разі захворювання сприяють успішній спільній роботі лікаря і адекватного пацієнта, який має певний набір знань про свій організм. З часом хвороби будуть розцінювати як наслідок збоченого способу мислення, і тому хворіти – буде вважатися ганебним.

Виявлення та вивчення причин хвороб служать основою профілактики. Найчастіше хвороби виникають у результаті впливу зовнішніх факторів. Однак, хвороби можуть виникати і від внутрішніх причин, що лежать у самому організмі. Зовнішні чинники – переохолодження, перегрівання, радіація, недоїдання та інші, змінюють внутрішній стан організму, в результаті чого знижується імунітет, опірність до хворобливих чинників. Внутрішні причини хвороб пов'язують зі спадковістю, конституцією, реактивністю, імунітетом тощо.

Патологічний процес може розвиватися на різних рівнях: молекулярному, тканинному, органному, і нарешті, захопити всю систему. Слід зазначити, що в організмі всі клітини, тканини і органи нерозривно пов'язані. Тому немає місцевих хвороб, завжди хворіє весь організм. Звідси випливає основний принцип лікування – треба лікувати не хворобу, а хворого.

Цілісність людської особистості проявляється, перш за все, у взаємозв'язку і взаємодії психічних і фізичних сил організму. Гармонія психофізичних сил організму підвищує резерви здоров'я, створює умови для творчого самовираження в різних сферах нашого життя. Активна і здорова людина надовго зберігає молодість, продовжуючи творчу діяльність.

Здоровий спосіб життя включає в себе наступні основні елементи: плідна праця, раціональний режим праці і відпочинку, відсутність шкідливих звичок, оптимальний руховий режим, особиста гігієна, загартовування, раціональне харчування тощо.

Здоров'я – це перша і найважливіша потреба людини, яка визначає здатність її до праці і забезпечує гармонійний розвиток особистості. Тому значення бойового хортингу в розвитку здорового способу життя школярів величезне.

Устремління до життя та благополуччя, виражає корінні, глибинні потреби всього біологічного світу як основу його розвитку, а в свідомості людини походить від потаємних мрій про щастя, радість і благополуччя, виступає як одна з рушійних сил історії. Людина, її життя, причому не будь-яке, а життя, наповнене щастям, радістю і благополуччям є головною цінністю культури. Це завжди було, є і буде внутрішнім імперативом всієї людської діяльності, включаючи науково-технічну, виробничо-господарську та інші, які при поверхневому розгляді, здавалося б, не пов'язані зі здоров'ям, щастям і довголіттям, але в кінцевому рахунку, за внутрішніми переконаннями людей, спрямовані на вирішення саме цих проблем.

Здоров'я виступає однією з найбільш значущих основ людського щастя, радості і благополуччя, тому проблема здоров'я – фундаментальна для всього людства. Вона завжди була і залишається у центрі уваги, пізнання і творчості людської діяльності.

Завдання формування здорового способу життя засобами бойового хортингу особливо важливе не тільки для школярів, а також для такої групи молоді, як студенти і курсанти закладів вищої освіти, де різні фізкультурно-оздоровчі та спортивні заходи у повній мірі сприяють розвитку таких найважливіших якостей особистості, як наполегливість, цілеспрямованість, воля, працьовитість, рішучість, допомагають позбутися від шкідливих звичок. Кожен зі спортсменів щиро бажає все своє життя підняти рівень своїх фізичних можливостей. Зробити це можна тільки одним важелем: волевою напругою, що спирається на високу фізичну культуру людини, яка володіє питаннями основ здоров'я.

Мета наукового дослідження – сформувати у тренерів, викладачів, учнів спортивних секцій і гуртків бойового хортингу глибоке розуміння необхідності підтримки здорового способу життя, допомогти здобути глибокі знання в області педагогічної, медичної та психологічної складової бойового хортингу, навчити їх практично застосовувати набуті вміння і навички у своїй педагогічній і навчальній діяльності з метою профілактики захворювань, рекреації та оптимізації здоров'я особистості, орієнтації її на здоровий спосіб життя; формування в учнівської та студентської молоді свідомого і відповідального ставлення до індивідуального здоров'я та здоров'я нації. Дослідження має міждисциплінарний характер і поєднує в собі педагогічний, спортивно-підготовчий, медико-психологічний, соціальний, методично-фізіологічний та виховний компоненти.

Завданнями наукового дослідження визначено:

формування у педагогів, школярів і студентів ґрунтовні знання з бойового хортингу як національного виду спорту України й оздоровчої системи особистості, однієї з дисциплін при підготовці фахівців з фізичної культури на кафедрі спеціальних дисциплін та організації професійної підготовки Університету державної фіскальної служби України;

створювати у тренерів і спортсменів бойового хортингу систему знань про здоровий спосіб життя, глибокі переконання у необхідності його дотримання особистістю і розуміння головних проблем, які пов'язані з впровадженням його в життя;

допомогти оволодіти основними методами діагностики рівня здоров'я і принципами підтримки здорового способу життя;

створити розуміння основних факторів ризику розвитку захворювань та методів їх профілактики.

У результаті засвоєння матеріалу даної наукової статті тренери з бойового хортингу, педагоги, школярі і студенти

мають знати:

основні завдання, методи і принципи оздоровчої та виховної системи бойового хортингу;

суть поняття «цінності здорового життя»;

дію зовнішніх та внутрішніх факторів на здоров'я людини;

основи раціонального харчування;

основи психічного здоров'я та самопсихотерапії;

причини ризику та основи профілактики різних соматичних та психосоматичних захворювань.

Тренери, педагоги з бойового хортингу **мають вміти:**

оцінювати стан свого здоров'я за допомогою різних методів дослідження;

скласти рекомендації з дотримання рухового режиму для осіб різного віку;

обґрунтувати здоровий режим харчування;

використовувати нетрадиційні методи оздоровлення;

планувати навчальний матеріал і читати лекції з даного курсу у закладі освіти;

організувати оздоровчі тренування з бойового хортингу в закладі освіти.

У процесі вивчення матеріалу можуть використовуватися як традиційні форми занять (уроки, навчально-тренувальні заняття, лекції та практичні заняття), так і нетрадиційні – дискусії, зустрічі з лікарями чи тренерами. Систематична, правильно організована робота сприятиме ґрунтовному осмисленню теоретичного матеріалу.

У зв'язку з цим на заняттях з фізичної культури та фізичного виховання школярів основної і старшої школи, а також

студентів першого і другого року навчання у закладах вищої освіти навчання рухам, функціональне навантаження узгоджується з вирішенням виховних завдань. Усе це вказує на актуальність обраної теми і свідчить про необхідність проведення спеціальних досліджень у напрямі визначення та наукового обґрунтування психолого-педагогічних умов виховання фізичної культури та основ здоров'я школярів і студентів у процесі занять бойовим хортингом [19].

Зміни, що відбуваються сьогодні в Україні визначили нові пріоритети в оздоровленні нації. Тому проблема виховання фізичної культури та основ здоров'я школярів і студентів набуває дедалі більшої актуальності. Необхідність її всебічного дослідження пояснюється насамперед поступовим зниженням у молоді інтересу до фізичної культури як основи здорового життя. У зв'язку з цим вимоги до виховання фізичної культури та основ здоров'я школярів і студентів знайшли відображення в законах України «Про освіту», «Про фізичну культуру і спорт», Національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту, Концепції фізичного виховання в системі освіти України, Концепції виховання особистості в умовах розвитку української державності, Державному стандарті базової і повної загальної середньої освіти та інших нормативних документах.

Теоретичні основи виховання фізичної культури та основ здоров'я школярів і студентів знайшли висвітлення у працях Б. Ананьєва, Ш. Амонашвілі, В. Асєєва, Л. Божович, Л. Виготського, М. Зубалія, І. Зязюна, Є. Ільїна, Г. Костюка, В. Корнєєва, А. Маркової, В. Оржеховської, К. Платонова, А. Пуні, С. Рубінштейна, П. Рудика, Б. Теплова, Т. Федорченко та інших. В їхніх працях розглядаються загальні закономірності розвитку особистості під впливом середовища й виховання, особистісно орієнтований методологічний підхід, філософські положення про суспільну природу діяльності людини та активну роль особистості в процесі її розвитку; психологічні й педагогічні положення про розвиток особистості, ідеї діалектичної єдності розвитку особистості в результаті залучення до різноманітних видів діяльності.

У розробці проблеми виховання фізичної культури та основ здоров'я школярів і студентів значну роль відіграли роботи І. Д. Беха, З. М. Діхтяренко, Н. Ю. Довгань, С. І. Жеваги, М. Д. Зубалія, В. В. Івашковського, О. І. Остапенка, М. В. Тимчика та ін. Але у науково-методичній літературі рекомендації фахівців щодо виховання фізичної культури та основ здоров'я молоді (М. І. Брихцин, П. А. Рудик, В. І. Селиванов) стосуються суто спортивної діяльності, і, як правило, не враховують вікові аспекти та не містять у собі цілісної методики виховання фізичної культури та основ здоров'я в учнівській та студентській молоді у закладах освіти [4; 7; 8].

Проблему активізації навчально-виховного процесу з фізичної культури та фізкультурно-спортивної діяльності досліджували О. Артюшенко, А. Артюшенко, Б. Ашмарін, В. Бауер, В. Белорусова, І. Боян, Б. Ведмеденко, Г. Власюк, А. Внуков, К. Волков, З. Джумаєв, А. Дубогай, П. Дуркін, Є. Ільїн, І. Келишев, М. Козленко, М. Кутєпов, Г. Мейксон, В. Новосельський, О. Остапенко, О. Петров, Ж. Петрочко, С. Сичов та інші. Вони вказують на шляхи активізації занять з фізичної культури та фізичного виховання за умови формування навчальної мотивації, мобілізації та інтересу школярів і студентів на основі задоволення потреб дітей та молоді у русі, грі, змаганнях, пізнавальній активності, вдосконаленні праці педагога з фізичної культури і фізичного виховання, його взаємодії з окремими учнями і студентами.

На даний момент також посилюється увага дослідників Національної федерації бойового хортингу України до розробки проблеми формування здорового способу життя учнівської та студентської молоді методами застосування оздоровчих і тренувальних засобів бойового хортингу із застосуванням здоров'язберігальних технологій, як найбільш ефективного методу, що сприяє розвитку позитивних рис поведінки здорового життя. Висвітлюючи оздоровчі методики бойового хортингу, сучасні дослідження сприяють виробленню наукового світогляду, методично правильного ставлення до фізичної культури та основ здоров'я, розуміння зв'язку цієї галузі з баченням здорового способу життя не тільки дітей та юнаків, а й їхніх батьків. Дані дослідження висувають проблему формування в учнів школи і студентів закладів вищої освіти цінностей здорового способу життя засобами як бойовий хортингу, так і всіма різноманітними засобами фізичної культури і спорту. Викладені у цій статті методологічні питання та організаційно-методичні рекомендації, апробовані у системі навчально-виховного процесу з фізичної культури в Україні, в повній мірі будуть сприяти підвищенню світоглядного потенціалу у вихованні, навчанні, підготовці школярів і студентів до навчання та майбутньої професійної діяльності, а також до життя загалом.

Виклад основного тексту та результатів дослідження. В усі історичні етапи розвитку медицини в ній можна знайти дві лінії: перша – це відновлення порушеного здоров'я за допомогою ліків, і друга – досягнення тієї ж мети шляхом мобілізації природних захисних сил організму людини. Зрозуміло, завжди були розумні лікарі, які брали обидва підходи, але, як правило, у практиці превалював який-небудь один. Як зберегти здоров'я? Як утримати прекрасне відчуття молодості, сили, радості життя? І чи можна це зробити? З давніх часів лікарі замислювалися над такого роду питаннями і пропонували різні рецепти продовження молодості, оздоровлення організму. Ці рецепти змінювалися у міру розвитку наукових знань про організм людини і про природу захворювань.

Однак, зусилля медичної думки до останнього часу в основному були спрямовані на лікування вже наявних захворювань. Природні механізми збереження здоров'я, умови, що перешкоджають виникненню хвороби, вивчалися недостатньо. Майже не досліджувався стан передхвороби, коли людина ще не відчуває себе хворою, і їй здається, що вона здорова, але її організм став гірше справлятися зі звичними впливами різних шкідливих факторів.

Важко переоцінити значення сучасного виявлення стану передхвороби, а головне – значення профілактичних заходів, завдяки яким можна зберегти здоров'я і попередити розвиток багатьох захворювань: серцево-судинних порушень, нервово-психічних захворювань, хвороб опорно-рухового апарату тощо.

Для того, щоб бути здоровим, треба не лікувати самого себе, а вжити заходів для попередження захворювання. При цьому треба пам'ятати, що здоров'я – це не тільки відсутність хвороби. Коли людина здорова, вона насолоджується життям, у неї гарний настрій, висока працездатність.

Профілактика захворювань є вирішальною ланкою охорони і зміцнення здоров'я людей, основою якої є популяризація здорового способу життя, занять бойовим хортингом, фізичною культурою, починаючи з дошкільнят.

Соціальні та медичні заходи не дають очікуваного ефекту в справі збереження здоров'я людей. В оздоровленні суспільства медицина пішла головним чином шляхом «від хвороби – до здоров'я», перетворюючись все більше у виключно лікувальну та госпітальну. Соціальні заходи є спрямованими переважно на поліпшення середовища проживання і на предмети споживання, але не на виховання людини. Необхідно зберегти своє здоров'я, домогтися високої працездатності, професійного довголіття.

Найбільш виправданий шлях збільшення адаптаційних можливостей організму, збереження здоров'я, підготовки особистості до плідної трудової, суспільно важливої діяльності – заняття бойовим хортингом.

Сьогодні ми навряд чи знайдемо освічену людину, яка б заперечувала велику роль бойового хортингу, фізичної культури в сучасному суспільстві. У спортивних клубах, незалежно від віку, займаються бойовим хортингом тисячі людей, з яких переважна більшість – школярі і студенти. Спортивні досягнення для переважної більшості з них перестали бути самоціллю. Фізичні тренування стають каталізатором життєвої активності, інструментом прориву у сфері інтелектуального потенціалу і довголіття. Технічний процес, звільняючи працівників від виснажливих енергетичних затрат ручної праці, не звільнив їх від необхідності фізичної підготовки і професійної діяльності, але змінив завдання цієї підготовки.

В наші дні все більше видів трудової діяльності замість грубих фізичних зусиль вимагають точно розрахованих і точно скоординованих м'язових зусиль. Деякі професії пред'являють підвищені вимоги до психологічних можливостей людини, сенсорних можливостей і деяких інших фізичних якостей. Особливо високі вимоги пред'являються представникам технічних професій, діяльність яких вимагає підвищеного рівня загальної фізичної підготовленості. Однією з головних умов є високий рівень загальної працездатності, гармонійний розвиток професійних, фізичних якостей. Використовувані в теорії та методиці бойового хортингу поняття про фізичні якості дуже зручні для класифікації різноманіття тренувальних засобів і, по суті, є критерієм якісної оцінки моторної функції школярів і студентів. Виділяються п'ять основних рухових якостей людини: сила, швидкість, витривалість, спритність, гнучкість. Кожній з цих якостей притаманні свої структури й особливості, які в цілому характеризують фізичні особливості школяра і студента.

Можливості бойового хортингу в укріпленні здоров'я, корекції статури і постави, підвищенні загальної працездатності, психічної стійкості, нарешті, в самоствердженні школяра і студента дуже великі. При цьому здоров'я виступає як провідний чинник, який визначає не тільки гармонійний розвиток молодого людини, а й успішність подальшого освоєння обраної професії, плідність її майбутньої професійної діяльності.

Фізичний розвиток, який тісно пов'язаний зі здоров'ям, – це процес зміни і становлення природних морфологічних і функціональних властивостей організму людини протягом її життя (зріст, маса тіла, окружність грудної клітини, життєва ємність легень тощо).

Загальний фізичний стан людини залежить від багатьох факторів, як природних, так і соціальних, але головне – він підлягає керуванню і координації. За допомогою відповідним чином підібраних і організованих заходів з використанням фізичних вправ, оздоровчих методик бойового хортингу, раціонального харчування, режиму праці і відпочинку, можна в широкому діапазоні змінювати в необхідному напрямі показники фізичного розвитку та функціональної підготовленості організму школярів і студентів.

Саме тому бойовий хортинг широко використовується для зміцнення здоров'я, фізичного розвитку і підготовленості учнівської та студентської молоді в сучасному навчально-виховному процесі закладів освіти. Фактично бойовий хортинг необхідний для соціального становлення молодого людини, будучи важливим засобом її всебічного і гармонійного розвитку. Це означає, що бойовий хортинг та його складові частини – тренувальні методики, оздоровчі технології в структурі освітньої і професійної підготовки школярів і студентів, виступає не тільки в ролі навчальної гуманітарної дисципліни, але і як засіб спрямованого розвитку цілісної особистості.

Дійсно, обов'язок кожної людини полягає в охороні свого здоров'я. Але усвідомити всю суть проблем і змін свого організму під силу не кожному. Шкідливі звички, переїдання, малорухливість, неправильний спосіб життя – все це призводить до тяжких наслідків. І часто буває так, що усвідомлення цього приходить пізно. Людина сама творить своє здоров'я. Потрібно багато робити, щоб його зберегти. Необхідно з раннього віку вести активний спосіб життя – займатися бойовим хортингом, загартовуватися і, звичайно ж, дотримуватися особистої гігієни.

Вже давно відомо, що правильно організована рухова активність є найважливішим фактором формування здорового способу життя та зміцнення здоров'я людини незалежно від її віку. Здоров'я – це перша і найважливіша потреба людини, яка визначає здатність її до праці і забезпечує гармонійний розвиток особистості. Тому рухова активність у життєдіяльності школярів і студентів відіграє значну роль, адже рух – це життя.

Рух є природною потребою організму школярів і студентів. Він формує структуру і функції людського організму, стимулює обмін речовин і енергії в організмі, покращує діяльність серця і дихання, а також функції деяких інших органів, що відіграють важливу роль у пристосуванні людини до постійно змінюваних умов довкілля. Велика рухливість школярів і студентів під час занять бойовим хортингом надає сприятливу дію на їх головний мозок, сприяючи розвитку розумової діяльності. Рухова активність, регулярні заняття бойовим хортингом – обов'язкова умова здорового способу життя.

Основна мета бойового хортингу як оздоровчої системи учнівської та студентської молоді в Україні – збереження і зміцнення здоров'я українського народу шляхом формування позитивного світогляду, виховання свідомого та дбайливого ставлення до власного здоров'я як головної умови реалізації творчого і фізичного потенціалу особистості.

Серед різноманітних форм організації оздоровчих занять з бойового хортингу в закладах загальної середньої і вищої освіти особливе місце займають уроки фізичної культури, заняття з фізичного виховання і позаурочні та позааудиторні секційні заняття. Педагог за допомогою всіх форм навчальної і позакласної роботи має закласти фундамент фізичної культури школярам і студентам, вказати їм шляхи оволодіння знаннями, навичками й уміннями, необхідними для забезпечення здорового способу життя.

В основі оздоровчої системи бойового хортингу лежить комплекс наукових знань про засоби та методи профілактики захворювань. У зв'язку з цим виникла необхідність викладання бойового хортингу в закладах освіти.

Отже, дане наукове дослідження спрямоване на розвиток професійної ерудиції вчителів фізичної культури, викладачів фізичного виховання, тренерів з бойового хортингу, соціальних педагогів, широкого наукового світогляду, стимулювання пізнавального та професійного інтересу, науково-дослідної діяльності школярів і студентів.

Життя людини залежить від стану здоров'я організму і масштабів використання його психофізіологічного потенціалу. Всі сторони людського життя у широкому діапазоні соціального буття – виробничо-трудова, соціально-економічна, політична, сімейно-побутова, духовна, оздоровча, навчальна – в кінцевому рахунку, визначаються рівнем здоров'я, що можна визначити у даних щодо питомої ваги чинників, що визначають ризик для здоров'я спортсменів бойового хортингу (табл. 1).

Таблиця 1

Питома вага чинників, що визначають ризик для здоров'я спортсменів бойового хортингу

Сфера	Значення для здоров'я, приблизна питома вага, %	Групи факторів ризику
Спосіб життя	49–53	Шкідливі умови праці, погані матеріально-побутові умови, стресові ситуації, гіподинамія, неміцність сімей, самотність, низький освітній та культурний рівень, надмірно високий рівень урбанізації, незбалансоване, неритмічне харчування, куріння, зловживання алкоголем і ліками тощо.
Генетика, біологія людини	18–22	Схильність до спадкових і дегенеративних хвороб
Зовнішнє середовище, природно-кліматичні умови	17–20	Забруднення повітря, води і ґрунту канцерогенами та іншими речовинами, різка зміна атмосферних явищ, підвищені геліокозмічні, магнітні та інші випромінювання
Охорона здоров'я, медична активність	8–10	Неефективність особистих гігієнічних і громадських профілактичних заходів, низька якість медичної допомоги, невчасність її надання

Існують різні підходи до визначення поняття «здоров'я», які можна класифікувати наступним чином:

- 1) здоров'я – це відсутність хвороб;
- 2) «здоров'я» і «норма» – поняття тотожні;
- 3) здоров'я як єдність морфологічних психоемоційних і соціально-економічних констант.

Загальність цих визначень в тому, що здоров'я розуміється як щось протилежне хвороби, відмінне від неї, як синонім норми. Тому поняття «здоров'я» можна визначити наступним чином: здоров'я – нормальний психосоматичний стан людини, що відображає її повне фізичне, психічне і соціальне благополуччя і забезпечує повноцінне виконання трудових, соціальних та біологічних функцій.

Структура і мотиви фізичної культури в системі бойового хортингу. У даній структурі фізична культура школярів і студентів, які займаються бойовим хортингом, є складним системним утворенням. Всі представлені в ній елементи тісно взаємопов'язані, доповнюють і обумовлюють один одного.

Знання та інтелектуальні здібності спортсменів бойового хортингу визначають: кругозір особистості, ієрархію її оцінок, цінностей і результатів діяльності;

мотиви, що характеризують спрямованість особистості, стимулюють і мобілізують її на прояв активності у сфері бойового хортингу; ціннісні орієнтації школярів і студентів, що виражають сукупність відносин особистості до фізичної культури в житті, професійної та творчо-активної діяльності; потреби, які є головною спонукальною і концентруючою силою поведінки особистості в сфері бойового хортингу;

фізична досконалість школярів і студентів, що передбачає такий рівень здоров'я, фізичного розвитку, психофізичних та фізичних можливостей особистості, які складають фундамент її активної, перетворювальної, соціально значущої, фізкультурно-спортивної діяльності та життєдіяльності в цілому;

соціально-духовні цінності, що визначають загальнокультурний і специфічний розвиток культури спортсмена бойового хортингу;

фізкультурно-спортивна діяльність, що відображає ціннісні орієнтації і потреби, характеризує фізкультурну активність особистості.

У технологічну структуру фізичної культури спортсменів бойового хортингу шкільного і студентського віку включаються п'ять основних складових, 27 компонентів і 46 ознак якостей цих компонентів (табл. 2).

Таблиця 2

Складові фізичної культури школярів і студентів, які займаються бойовим хортингом

№ п/п	Основні складові	Компоненти якостей	Ознаки якостей
1	Знання та інтелектуальні здібності	Об'єм	Ерудиція
		Науковість	Ступінь абстракції, обґрунтованість

		Свідомість	Ступінь свідомості, здатність до перенесення, здатність до пояснення
		Уміння	Рівень опанування
2	Фізична досконалість	Фізичний розвиток	Морфологічні ознаки, функціональні ознаки, психомоторика фізичних якостей
		Рухові уміння	Репродуктивний рівень засвоєння, контроль свідомості
		Рухові навички	Продуктивний рівень засвоєння, точність, автоматизація, надійність
		Фізична підготовленість	Еталон, результат, динаміка
3	Мотиваційно-ціннісні орієнтації	Мотиви	Соціально значущі, професійно значущі, особистісно значущі
		Інтереси	Спортивні, фізкультурно-оздоровчі
		Установки	Рівень досягнення мети, сила волі, цілеспрямованість
		Переконання	Ступінь свідомості
		Потреби	Самоактуалізація, самоповага у соціальних зв'язках, безпека, фізіологічні
4	Соціально-духовні цінності	Моральність	Фізкультурно-спортивна етика та культура
		Естетика	Відчуття прекрасного, відчуття краси
		Відношення до праці	Працелюбність
		Світогляд	Ступінь науковості знань і переконань
		Здоровий спосіб життя	Відмова від шкідливих звичок, системність, наукова основа
5	Фізкультурно-спортивна діяльність	Спортивна, оздоровча, прикладна, освітня, пропагандистська, організаторська, суддівська, інструкторська, самовдосконалення	Частота використання, витрати часу, рівень досягнення, динаміка

Фізична культура школярів і студентів, які займаються бойовим хортингом, реалізується в таких формах (компонентах), як *фізичне виховання* (пов'язане з освоєнням фізичних і духовних сил людини), *спорт* (їх вдосконаленням), *фізична рекреація* (підтриманням), *рухова реабілітація* (відновленням). Внутрішнім наповненням кожної з них є поєднання інтелектуального, соціально-психологічного і рухового компонентів, а також певної системи потреб, здібностей, діяльності відносин та інститутів. Це визначає специфіку кожного компонента фізичної культури спортсменів бойового хортингу, де переважаючим моментом буде служити натхненність і перевага фізичного компонента.

Діяльна частина фізичної культури школярів і студентів, які займаються бойовим хортингом, представлена процесом фізичного виховання.

Фізичне виховання спортсменів бойового хортингу – це педагогічний процес, спрямований на формування здорового, фізично і духовно досконалого, морально стійкого підростаючого покоління, зміцнення здоров'я, підвищення працездатності, творчого довшоліття і продовження життя людини. Фізичне виховання є певним видом виховного процесу, специфіка якого полягає в навчанні руховим актам та управлінні розвитком і вдосконаленням фізичних якостей людини. Однак, це визначення не відображає повноту всього процесу фізичного виховання і розглядає тільки його діяльнісний компонент, у той час як в ньому істотними є когнітивний та емоційно-ціннісний компоненти.

Таким чином, фізичне виховання школярів і студентів, які займаються бойовим хортингом, є процесом, спрямованим не тільки на навчання рухам, виховання фізичних якостей, а й на оволодіння спортсмена бойового хортингу спеціальними знаннями і формування у них усвідомленої потреби в заняттях бойовим хортингом. Отже, фізичне виховання школярів і студентів, які займаються бойовим хортингом, є також педагогічно упорядкованим процесом спрямованого використання чинників бойового хортингу, що включає навчання рухових дій (у результаті яких формуються рухові вміння,

навички і пов'язані з ними знання), виховання індивідуальних фізичних якостей і пов'язаних з ними рухових здібностей, сприяння на цій основі становленню та розвитку властивостей особистості.

Водночас, уявлення про фізичне виховання школярів і студентів, які займаються бойовим хортингом, відображають не тільки його прикладний характер, а й питання соціалізації особистості, її інтелектуальний, психологічний, духовний та творчий розвиток і довголіття. Саме таке розуміння фізичного виховання учнів бойового хортингу дає можливість ставити в цьому процесі провідною установкою формування фізичної культури особистості школяра і студента.

Центральним системоутворювальним фактором, що об'єднує всі компоненти фізичної культури спортсменів бойового хортингу, постає фізкультурно-спортивна (фізкультурна) діяльність, спрямована на фізичне вдосконалення людини.

Емоційно-ціннісне ставлення школярів і студентів, які займаються бойовим хортингом, до фізкультурно-спортивної діяльності не формується спонтанно і не успадковується, воно набувається спортсмен бойового хортингу у процесі самої діяльності (безпосередньо у процесі занять бойовим хортингом) і ефективно розвивається з освоєнням знань і творчого досвіду, з проявом ініціативи й активності в істинному педагогічному процесі.

Витривалість, сила, швидкість, високий рівень функціональної підготовленості організму та його працездатності можуть бути придбані тільки шляхом використання ефекту цілеспрямованого організаційного процесу адаптації організму до фізичних навантажень певного змісту, обсягу і достатньої (розумної) інтенсивності, що є результатом і показником фізичної культури спортсмена бойового хортингу.

Висновки. Таким чином, у даній науковій статті наведено теоретичне обґрунтування й практичне розв'язання актуального питання виховання фізичної культури та основ здоров'я учнівської і студентської молоді засобами бойового хортингу, що знайшло своє віддзеркалення у визначенні та апробації педагогічних умов, змісту, форм і методів виховання особистості у системі бойового хортингу. Результати дослідження засвідчили ефективність вирішення поставлених завдань і дали підставу для формулювання таких висновків:

1. Теоретико-методичний аналіз проблеми виховання фізичної культури та основ здоров'я школярів і студентів засобами бойового хортингу зумовив розгляд цього виду виховання як розуміння і дотримання основ здорового способу життя. Виховання фізичної культури та основ здоров'я школярів і студентів засобами бойового хортингу визначено як спрямовані вольові зусилля, завдяки яким молоді люди будуть вести здоровий спосіб життя, а також можуть мобілізувати свої знання, вміння та сили на відносно тривалу і складну боротьбу з труднощами, долати зовнішні та внутрішні перешкоди, які виникають у їхній діяльності під час досягнення поставлених цілей, реалізуючи вольову цілеспрямованість.

2. Узагальнення досвіду закладів загальної середньої і вищої освіти з виховання фізичної культури та основ здоров'я школярів і студентів засобами бойового хортингу підтвердило, що актуальність досліджуваної проблеми зумовлюється соціальними, психолого-педагогічними та виховними потребами закладів освіти. стан виховання фізичної культури та основ здоров'я школярів і студентів засобами бойового хортингу має такі ознаки: розуміння педагогами, тренерами й вихователями ціннісних орієнтирів сучасного виховного процесу, сутності здорового способу життя, змісту занять з бойового хортингу; знання історії бойового хортингу та оздоровчих і спортивних традицій рідної школи, місцевості, обізнаність щодо сучасних інноваційних підходів, рухливих ігор, організаційних форм спортивно-масової роботи в процесі занять бойовим хортингом.

3. Визначено критерії, показники та рівні виховання фізичної культури та основ здоров'я школярів і студентів засобами бойового хортингу: когнітивний, емоційно-ціннісний та діяльнісно-практичний. показниками когнітивного критерію є: уявлення про сутність фізичного виховання та психофізичні й виховні можливості бойового хортингу; розуміння цілей та змісту занять бойовим хортингом; знання про способи досягнення поставлених цілей, концентрування уваги та власних фізичних і душевних сил. показники емоційно-ціннісного критерію: прагнення долати зовнішні й внутрішні перешкоди засобами бойового хортингу; стремління до успіху в оволодінні бойовим хортингом; бажання виявляти морально-етичну і фізичну вихованість під час спортивно-масових заходів з бойового хортингу. показниками діяльнісно-практичного критерію є: уміння завершувати розпочату справу; вправність щодо вирішення поставлених завдань засобами бойового хортингу; здатність виявляти вихованість у вчинках та під час занять бойовим хортингом.

На основі зазначених критеріїв і показників виявлено високий, середній і низький рівні вихованості фізичної культури та основ здоров'я школярів і студентів засобами бойового хортингу, що дало змогу диференційовано підійти до проведення експериментальної роботи з виховання означених якостей у школярів і студентів під час занять бойовим хортингом.

4. Охарактеризовано педагогічні умови, зміст, форми і методи виховання фізичної культури та основ здоров'я школярів і студентів засобами бойового хортингу у закладах загальної середньої і вищої освіти. з метою виховання фізичної культури та основ здоров'я школярів і студентів засобами бойового хортингу впроваджено такі педагогічні умови: змістово-методичне забезпечення занять бойовим хортингом, орієнтованих на фізичне виховання; створення ситуацій успіху, ефекту змагальності, використання інших інтерактивних методів у процесі занять бойовим хортингом; налагодження взаємодії закладу освіти з сім'єю щодо фізичного виховання школярів і студентів засобами бойового хортингу.

Зміст виховання фізичної культури та основ здоров'я учнівської та студентської молоді засобами бойового хортингу полягав у залученні молодих людей до спортивно-масової роботи, яка передбачала проведення й організацію змагань з бойового хортингу, рухливих ігор з елементами бойового хортингу з урахуванням інтересів учнівської та студентської молоді; зустрічі з відомими спортсменами, майстрами спорту; систематичне проведення спортивних годин, спрямованих на створення сприятливого клімату в спортивному та навчальному колективі; залучення учнівської та студентської молоді разом із тренерами з бойового хортингу й учителями фізичної культури та викладачами з фізичного виховання до оснащення спортивної кімнати з національного професійно-прикладного виду спорту України бойового хортингу, до спільної спортивно-масової діяльності батьків, педагогів, тренерів з бойового хортингу тощо.

у процесі виховання фізичної культури та основ здоров'я учнівської та студентської молоді засобами бойового хортингу використано такі методи: особистого прикладу, уподібнення, умовляння, роз'яснення, розповіді, позитивної перспективи, створення ситуацій успіху, контрастних завдань тощо.

Перспективи подальшого дослідження. подальша робота над вивченням основних характеристик бойового хортингу як засобу виховання фізичної культури та основ здоров'я учнівської та студентської молоді у процесі занять у констатувальному та формуальному експериментах буде детальніше конкретизована в результатах дослідження.

Література

1. Бойовий хортинг – система національно-патріотичного виховання дітей та молоді / О. Бухтіяров, Е. Єрьоменко, О. Буток, В. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 61–70.
2. Бойовий хортинг у програмі навчання і професійно-прикладної підготовки курсантів правоохоронних спеціальностей закладів вищої освіти України / В. Біла, Е. Єрьоменко, В. Гришук, О. Бухтіяров // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 6–19.
3. 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. Єрьоменко, 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.
4. 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. Єрьоменко, О. А. Бухтіяров // Протидія незаконному переміщенню товарів в районах здійснення Операції об'єднаних сил : тези допов. наук.-практ. семінару, 15 травня 2020 р. м. Ірпінь / Державна фіскальна служба України, Ун-т ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 59–73.
5. Діхтяренко З. Бойовий хортинг та значення патріотичних цінностей у процесі виховання спортсменів молодшого шкільного віку / З. Діхтяренко, Е. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 6–18.
6. Єрьоменко Е. А. Бойовий хортинг – професійно-прикладний вид спорту правоохоронних органів України : монографія / Е. А. Єрьоменко ; Мін-во освіти і науки України, Університет ДФС України, Національна федерація бойового хортингу України. – К : ГС «НФБХУ», 2020. – 203 с.
7. Єрьоменко Е. Бойовий хортинг як засіб оптимізації функціональної підготовки студентів і курсантів спеціалізованих закладів вищої освіти та співробітників правоохоронних органів / Е. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 19–33.
8. Єрьоменко Е. А. Бойовий хортинг як засіб професійно-психологічної підготовки співробітників правоохоронних органів України : монографія / Е. А. Єрьоменко ; Мін-во освіти і науки України, Університет ДФС України, Нац. федерація бойового хортингу України. – К : ГС «НФБХУ», 2020. – 138 с.
9. 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.
10. Єрьоменко Е. А. Військово-патріотичне виховання старшокласників засобами бойового хортингу : монографія / Е. А. Єрьоменко, К. М. Кукушкін // К. : Паливода А. В., 2020. 1110 с.
11. Єрьоменко Е. Всесвітнє українське земляцтво та діаспора у сприянні розвитку бойового хортингу / Е. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 56–79.
12. Єрьоменко 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.
13. Єрьоменко Е. А. Кваліфікаційна система бойового хортингу : монографія / Е. А. Єрьоменко ; Мін-во освіти і науки України, Університет ДФС України, Національна федерація бойового хортингу України. – К : ГС «НФБХУ», 2020. – 155 с.
14. Єрьоменко Е. А. Комплексне використання потенціалу бойового хортингу для забезпечення національної безпеки України в умовах зовнішньої агресії / Е. А. Єрьоменко // Актуальні проблеми забезпечення національної безпеки та спрощення процедур міжнародної торгівлі : зб. тез IV наук.-практ. інтернет-конфер., 25-31 травня 2020 р., м. Ірпінь – м. Хмельницький / Мін-во фінансів України, Ун-т ДФС України [та ін.]. – Хмельницький : Науково-дослідний центр митної справи, 2020. – С. 18–23.
15. Єрьоменко Е. А. Концепція розвитку бойового хортингу в системі освіти України : монографія / Е. А. Єрьоменко ; Мін-во освіти і науки України, Університет ДФС України, ГС «Національна федерація бойового хортингу України. – К.: ГС «НФБХУ», 2020. – 122 с.
16. Єрьоменко Е. А. Навчальна програма з бойового хортингу для позашкільних навчальних закладів : монографія / Е. А. Єрьоменко ; Мін-во освіти і науки України, Ун-т ДФС України, [та ін.]. – К. : ПАЛИВОДА А. В., 2020. – 521 с.
17. Єрьоменко Е. А. Навчальна програма з бойового хортингу для учнів 1–11 класів закладів загальної середньої освіти : навч.-метод. посіб. / Е. А. Єрьоменко. – К. : Паливода А. В., 2020. 280 с.
18. Єрьоменко Е. А. (2020). Наукове обґрунтування психолого-педагогічних умов виховання фізичної культури та основ здоров'я студентів у процесі занять бойовим хортингом. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), (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)

19. Єрьоменко Е. А. Особливості фізичної і психологічної підготовки та формування професійних якостей курсантів і працівників правоохоронних органів засобами бойового хортингу. Протидія незаконному переміщенню товарів в районах здійснення Операції об'єднаних сил : тези доп. наук.-практ. семінару (15 травня 2020 року). Ірпінь : Університет ДФС України, 2020. С. 39–42.

20. Петрочко Ж. Бойовий хортинг як засіб виховання патріотизму у школярів і студентів / Ж. Петрочко, Е. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 34–45.

21. Присяжнюк С. Бойовий хортинг та проблема активного відпочинку спортсменів у різні вікові періоди / С. Присяжнюк, Е. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 206–218.

22. Чмелюк В. В. Бойовий хортинг у підрозділах державної митної служби для підготовки співробітників до протидії незаконному переміщенню товарів у районах здійснення операції об'єднаних сил на сході України / В. В. Чмелюк, Е. А. Єрьоменко, В. В. Бондарчук // Протидія незаконному переміщенню товарів в районах здійснення Операції об'єднаних сил : тези допов. наук.-практ. семінару, 15 травня 2020 р. м. Ірпінь / Державна фіскальна служба України, Ун-т ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 7–25.

References

1. 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.

2. Bila, V. R., Yeromenko, E. A., Gryshchuk, V. L., Bukhtiyarov, O. A. (2019). Boyovyi khortyng u programi navchannia i profesiyno-prykladnoi 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.

3. Chmeliuk, V. V., Yeromenko, E. A., Bila, V. R., Bondarchuk, V. V., Bobik, S. P. (2020). Boyovyi khortyng u systemi pidgotovky spivrobitnykiv pravookhoronnykh orhaniv do protyidii 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 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.

4. Gryshchuk, V. L., Yeromenko, E. A., Bukhtiyarov, O. A. (2020). Boyovyi khortyng yak zasib profesiyno-prykladnoi pidgotovky pravookhorontsiv do vykonannia sluzhbovo-boyovykh zavdan z protyidii 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 peremishchenniu tovariv v rayonakh zdiysnennia Operatsii obyednanykh syl : tezy dop. nauk.-prakt. seminaru (15 travnia 2020 roku)*. Irpin. Universytet DFS Ukrainy. P. 59–73.

5. Dikhtiarenko, Z. M., Yeromenko, E. A. (2017). Boyovyi khortyng ta znachennia patriotychnykh tsinnosti u protsesi vykhovannia sportsmeniv molodshoho shkilnogo viku [Combat horting and the importance of patriotic values in the process of educating athletes of primary school age]. In Bekh, I. D. al. (Eds.). *Teoriya i metodyka khortyngu*. Issue 8 (pp. 6–18). Kyiv: Palyvoda A. V.

6. 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.

7. Yeromenko, E. A. (2017). Boyovyi khortyng yak zasib optymizatsii funktsionalnoi pidgotovky studentiv i kursantiv spetsializovanykh zakladiv vyshchoi 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).

8. 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.

9. 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.

10. Yeromenko, E. A., Kukushkin, K. M. (2020). Viyskovo-patriotychno 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.

11. Yeromenko, E. A. (2017). Vsesvitnie ukrainske zemliatstvo ta diaspora u spriyani 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).

12. 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.

13. 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 khortynhu Ukrainy. – K. : GS «NFBKHU», 2020. – 155 p.

14. Yeromenko, E. A. (2020). Kompleksne vykorystannia potentsialu boyovoho khortynhu dlia zabezpechennia natsionalnoi bezpeky Ukrainy v umovakh zovnishnoi 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.

15. Yeromenko, E. A. (2020). Kontsepsiia 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 khortynhu Ukrainy. – K. : GS «NFBKHU», 2020. – 122 p.

16. 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.

17. Yeromenko, E. A. (2020). Navchalna prohrama z boyovogo khortynhu dlya uchniv 1–11 klasiv zakladiv zagalnoi serednoyi osvity [Combat horting curriculum for students of grades 1–11 of general secondary education institutions]: training manual.– Kyiv: Palyvoda A. V.. p. 280.

18. 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)

19. Yeromenko, E. A. (2020). Osoblyvosti fizychnoi i psykhologichnoi 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]. Protydiya 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.

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

21. Prysiazhniuk, S. I., Yeromenko, E. A. (2017). Boyovyi khortynh 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 khortynhu. Issue 8 (pp. 206–218). Kyiv: Palyvoda A. V.

22. Chmeliuk, V. V., Yeromenko, E. A., Bondarchuk, V. V. (2020). Boyovyi khortynh 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 peremischenniu tovariv v rayonakh zdiysnennia Operatsii obyednanykh syl : tezy dop. nauk.-prakt. seminaru (15 travnia 2020 roku). Irpin. Universytet DFS Ukrainy. P. 7–25.