

Demchenko, N., Hrek, T., Vaskivska, T., Yeromenko, V., Ovsuikova, O., Zub, R., Melnik, B. (2021). Physical culture and sport in harmoniously developed personality formation. Volodymyr Prystynskyi, Tadeusz Pokusa (editors). Monograph. Publishing House WSZiA, Opole. 2021. 384. ISBN 978–83–66567–34–4. Part 6. Horting as the tool of comprehensive education of pupils, students, and cadets (pp. 272–357).

17. Fedorchenko, T., Boltivets, S., Dovgan, N., Dikhtiarenko, Z., Yeromenko, E., Kukushkin, K., Otravenko, O., Zavistovskyi, O., Khatko, A., Kolomoiets, H., Berezhna, T., Veselova, V., Steshyts, A., Khimich, V., Demchenko, N., Yeromenko, V., Grechana, L., Petrova, O., Kozlova, K., Ilnytskyi, I., Rebryna, A., Tsviha, A., Kostenko, V., Dehtyaryov, A. (2022). Ensuring Standards of Quality of Life in a Turbulent World. Monograph. Opole: The Academy of Applied Sciences – Academy of Management and Administration in Opole, 2022; pp. 623. ISBN 978-83-66567-48-1. Part 5. «Combat Horting as a means of physical education of a harmoniously developed, successful, a vitally active personality – pupils, students and cadets: results of research work» (pp. 498-597).

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА БОЙОВОГО ХОРТИНГУ ЯК НАУКОВА І НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА:

теоретичні відомості для учнів, студентів і курсантів

Грибан Г. П.,

доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення Житомирський державний університет імені Івана Франка;

Канішевська Л. В.,

заступник директора з науково-експериментальної роботи Інституту проблем виховання Національної академії педагогічних наук України, доктор педагогічних наук, професор;

Єрмоменко Е. А.,

*кандидат педагогічних наук, професор кафедри правоохоронної діяльності
Навчально-наукового інституту економіки, оподаткування та митної справи
Державного податкового університету, президент Національної федерації бойового
хортингу України;*

Діхтяренко З. М.,

*кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри «Технології оздоровлення та
фізкультурно-спортивної реабілітації» Державного податкового університету,
доцент кафедри «Фізичної терапії, ерготерапії та фізичного виховання» ПВНЗ «УГІ*

Анотація. У науковій публікації розкривається основна ідея створення теорії і методики бойового хортингу як наукова і навчальна дисципліна, що складається з вступу; місця теорії і методики бойового хортингу у системі наук про фізичну культуру і спорт; мети; завдання та функції фізичного виховання засобами бойового хортингу; результатів діяльності у бойовому хортингу; мети фізичного виховання дітей та молоді засобами бойового хортингу; оздоровчі завдання бойового хортингу; освітні завдання бойового хортингу; виховні завдання бойового хортингу; мета фізичного виховання засобами бойового хортингу.

Авторами наукової роботи встановлено: як навчальна дисципліна теорія і методика бойового хортингу (ТМБХ) є основним профілюючим предметом професійної освіти за спеціальністю фізична культура і спорт (спеціалізація

«Бойовий хортинг»), а також за спеціальністю «Правоохоронна діяльність» галузі знань «Цивільна безпека» (спеціалізації «Кримінальний аналіз», «Оперативно-тактичне забезпечення правоохоронної діяльності»). Цей предмет має першорядне значення в формуванні основних професійних поглядів і переконань не тільки тренерів і спортсменів, а також військовослужбовців, правоохоронців та працівників інших силових структур. Це база для освоєння спеціальності тренер з бойового хортингу, інструктор, учитель, методист тощо. Тому в розробці специфічних проблем теорії і методики спортивного тренування з даної спеціалізації всі спортивно-педагогічні дисципліни спираються на основні положення теорії і методики бойового хортингу.

Розроблено запитання для самоконтролю учням, студентам і курсантам із правильними відповідями.

Ключові слова: Україна, спортсмени, бойовий хортинг, теорія і методика бойового хортингу, наукова дисципліна, навчальна дисципліна, мета, фізична культура, фізичне виховання, оздоровчі, освітні, виховні завдання.

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

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

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

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

У ході розвитку людини і суспільного виробництва виникла соціальна потреба визначити загальні цілі та конкретні завдання, а також і спеціальні засоби фізичної підготовки людей до життя, методи використання цих засобів. На перших порах розвитку людського суспільства всі ці питання вирішувалися інтуїтивно, стихійно, або тільки на основі прямої передачі та освоєння досвіду попередніх поколінь. Пізніше ця діяльність виділилася у самостійну і соціально необхідну професію та її теорію. А з виробленням теорії, яка відповідала на питання «що це за явища», виникла методика, яка відповідає на запитання «як цими явищами керувати для досягнення результату».

Фізична культура поступово виростає в область широкої і складної соціальної діяльності, в якій формуються і здійснюються науково-практичні підходи з позицій різних наук – філософії, історії, педагогіки, психології, біології (фізіології, анатомії тощо), соціології. Тому виникає її теорія і методика, яка спирається на дані історичного досвіду, сучасної практики, а також на дані соціально-економічних, медико-біологічних і психолого-педагогічних наук і розкриває загальні закони та закономірності фізичної культури.

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

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

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

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

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

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

Місце теорії і методики бойового хортингу у системі наук про фізичну культуру і спорт

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

Філософія дає для неї методологічну основу пізнання, спираючись на яку вчені отримують можливість об'єктивно оцінювати дію соціальних законів в області бойового хортингу, проникати в суть проблеми, узагальнювати,

аналізувати і відкривати нові закономірності її функціонування і перспективи розвитку в суспільстві.

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

Особливо тісні контакти теорії і методики бойового хортингу з усіма спортивно-педагогічними дисциплінами. Приватні дисципліни спираються на загальні положення, що розробляються теорією фізичної культури, а отримувані ними конкретні дані є матеріалом для нових узагальнень. У процесі свого розвитку теорія і методика бойового хортингу не може повністю виключити із загальної теорії приватні закономірності, які стали предметом бойового хортингу як спеціальної науки.

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

Як навчальна дисципліна теорія і методика бойового хортингу (ТМБХ) є основним профільюючим предметом професійної освіти за спеціальністю фізична культура і спорт (спеціалізація «Бойовий хортинг»), а також за спеціальністю «Правоохоронна діяльність» галузі знань «Цивільна безпека» (спеціалізації «Кримінальний аналіз», «Оперативно-тактичне забезпечення правоохоронної діяльності»).

Цей предмет має першорядне значення в формуванні основних професійних поглядів і переконань не тільки тренерів і спортсменів, а також військовослужбовців, правоохоронців та працівників інших силових структур.

Це база для освоєння спеціальності тренер з бойового хортингу, інструктор, учитель, методист тощо. Тому в розробці специфічних проблем теорії і методики спортивного тренування з даної спеціалізації всі спортивно-педагогічні дисципліни спираються на основні положення теорії і методики бойового хортингу.

Мета, завдання та функції фізичного виховання засобами бойового хортингу

З кожним роком кількість спортсменів в Україні, які займаються бойовим хортингом, збільшується. Відповідно до законодавства, заклад освіти, вирішуючи завдання професійної підготовки, має забезпечити і фізичну підготовку учнів / студентів / курсантів. Фізичне виховання спортсменів бойового хортингу, таким чином, розглядається як невід'ємна, найважливіша частина загального виховання особистості.

Бойовий хортинг – національний професійно-прикладний вид спорту України. Він є органічною частиною загальнонародської культури, її особливою самостійною сферою пізнання та виховання. Разом із тим це специфічний процесі результат людської діяльності, засіб і спосіб фізичного вдосконалення особистості. Бойовий хортинг впливає на життєво важливі сторони спортивного існування, отримані у вигляді задатків, які передаються генетично і розвиваються в процесі життя під впливом виховання, діяльності та навколишнього середовища. Бойовий хортинг, як соціальне явище, повноцінно задовольняє потреби людини у спілкуванні, грі, розвазі, в деяких формах самовираження особистості через соціально активну корисну діяльність.

У своїй основі бойовий хортинг має доцільну рухову діяльність у формі прийомів самозахисту, фізичних вправ, що дозволяють ефективно формувати необхідні вміння та навички, фізичні здібності, оптимізувати стан здоров'я і працездатність.

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

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

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

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

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

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

оволодіння системою практичних умінь і навичок, що забезпечують збереження і зміцнення здоров'я, психічне благополуччя, розвиток і вдосконалення психофізичних здібностей, якостей і властивостей особистості

спортсмена бойового хортингу, самовизначення людини у виді спорту бойовому хортингу.

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

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

підвищення рівня фізичної підготовленості;

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

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

створення умов для повної реалізації творчих здібностей спортсменів;

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

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

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

Тому й відповідно зростає значення бойового хортингу як засобу оптимізації режиму життя, активного відпочинку, збереження і підвищення працездатності учнів, студентів, курсантів протягом усього періоду навчання у закладах освіти. Поряд з цим за допомогою бойового хортингу забезпечується загальна і спеціальна фізична підготовка спортсменів з урахуванням умов майбутньої професії.

Вирішуючи специфічні завдання фізичного виховання учнів, студентів, курсантів і молоді, бойовий хортинг відіграє суттєву роль у моральному, вольовому та естетичному розвитку, вносить значний вклад у підготовку високоосвічених і всебічно розвинених фахівців.

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

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

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

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

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

Оздоровчі завдання бойового хортингу передбачають:

допомога формуванню вигину хребта, розвитку склепінь ступні, зміцненню зв'язкового-суглобового апарату; сприяння розвитку всіх груп м'язів, особливо м'язів-розгиначів; сприяння правильному співвідношенню частин тіла; вдосконалення діяльності серцево-судинної і дихальної системи.

Освітні завдання бойового хортингу передбачають:

формування рухових умінь і навичок, розвиток фізичних якостей; підвищення ролі фізичних вправ у життєдіяльності спортсменів; застосування різноманітних способів зміцнення здоров'я.

Завдяки пластичності нервової системи у спортсменів бойового хортингу рухові навички формуються порівняно легко. Рухові навички полегшують зв'язок з навколишнім середовищем і сприяють освоєнню професійно-орієнтованих рухів: школяр і студент сам цікавиться новими рухами і діями щодо обраної професії, вивчає ті рухи і дії, які його цікавлять, і знайомиться з ними.

Правильне виконання фізичних вправ бойового хортингу ефективно впливає на розвиток м'язів, сухожиль, суглобів, кісткової системи. Рухові навички, сформовані у молодих людей учнівського та студентського віку, складають фундамент для їх подальшого вдосконалення в професійній діяльності і дозволяють надалі досягати високих спортивних результатів у бойовому хортингу.

В процесі формування рухових навичок у молоді виробляється здатність легко опановувати складнішими рухами і різними видами діяльності, що включають ці рухи. Обсяг рухових навичок за віковими даними експериментально доведений і знаходиться в розроблених і впроваджених навчальних програмах з бойового хортингу для школярів і студентів закладів освіти.

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

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

Метою фізичного виховання засобами бойового хортингу є формування фізичної підготовленості в бойовому хортингу та навичок здорового способу життя.

Для вирішення завдань фізичного виховання молоді використовуються: гігієнічні фактори, сили природи, фізичні вправи тощо. Повноцінне фізичне виховання засобами бойового хортингу досягається при комплексному застосуванні всіх засобів, оскільки кожен з них по-різному впливає на організм людини. Дотримання гігієнічних факторів є обов'язковою складовою для вирішення завдань фізичного виховання спортсменів.

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

Запитання для самоконтролю учням, студентам і курсантам

1. Чи можете Ви дати визначення поняттю «бойовий хортинг»?

Правильна відповідь. Бойовий хортинг – національний професійно-прикладний вид спорту України. Він є органічною частиною загальнолюдської культури, її особливою самостійною сферою пізнання та виховання. Разом із тим це специфічний процес і результат людської діяльності, засіб і спосіб фізичного вдосконалення особистості.

2. Чи можете Ви дати визначення поняттю «теорія і методика бойового хортингу (надалі – ТМБХ)»?

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

3. Чи можете Ви дати визначення поняттю «фізичні вправи (в межах даної теми)»?

Правильна відповідь. Фізичні вправи – основний специфічний засіб фізичного тренування і виховання засобами бойового хортингу надає на спортсмена різносторонню дію. Вони використовуються для вирішення завдань

фізичного виховання, сприяють збагаченню розумового і трудового потенціалу людини, а також є засобом лікування при багатьох захворюваннях.

4. Чи можете Ви дати визначення поняттю «мета фізичного виховання дітей та молоді засобами бойового хортингу»?

Правильна відповідь. Метою фізичного виховання дітей та молоді засобами бойового хортингу є формування загальної фізичної культури особистості, через застосування тренувальних методик і оздоровчих технологій бойового хортингу.

5. Чи можете Ви дати визначення поняттю «мета фізичного виховання засобами бойового хортингу»?

Правильна відповідь. Мета фізичного виховання засобами бойового хортингу: формування фізичної підготовленості в бойовому хортингу та навичок здорового способу життя.

6. Чи можете Ви продовжити вираз: «Для вирішення завдань фізичного виховання молоді використовуються ...».

Правильна відповідь. Для вирішення завдань фізичного виховання молоді використовуються: гігієнічні фактори, сили природи, фізичні вправи тощо. Повноцінне фізичне виховання засобами бойового хортингу досягається при комплексному застосуванні всіх засобів, оскільки кожен з них по-різному впливає на організм людини. Дотримання гігієнічних факторів є обов'язковою складовою для вирішення завдань фізичного виховання спортсменів.

7. Чи можете Ви продовжити вираз: «Існує залежність між підготовкою до праці та ...».

Правильна відповідь: Існує залежність між підготовкою до праці та її результатами.

8. Чи можете Ви продовжити фразу: «Теорія, яка відповідала на питання ...».

Правильна відповідь: Теорія, яка відповідала на питання «що це за явища»?

9. Чи можете Ви продовжити речення: «Методика, яка відповідає на запитання ...».

Правильна відповідь: Методика, яка відповідає на запитання «як цими явищами керувати для досягнення результату»?

10. Чи можете Ви продовжити вираз: «Фізична культура поступово виростає в область ...».

Правильна відповідь: Фізична культура поступово виростає в область широкої і складної соціальної діяльності, в якій формуються і здійснюються науково-практичні підходи з позицій різних наук – філософії, історії, педагогіки, психології, біології (фізіології, анатомії тощо), соціології.

11. Чи можете Ви продовжити вираз: «Теорія і методика, що спирається на...».

Правильна відповідь: Теорія і методика, що спирається на дані історичного досвіду, сучасної практики, а також на дані соціально-економічних, медико-біологічних і психолого-педагогічних наук і розкриває загальні закони та закономірності фізичної культури.

12. Чи можете Ви продовжити вираз: «Спочатку виникають і розвиваються погляди на фізичне виховання як на ...».

Правильна відповідь: Спочатку виникають і розвиваються погляди на фізичне виховання як на педагогічний процес і необхідну частину загальної освіти.

13. Чи можете Ви продовжити вираз: «У другій половині ХІХ століття науковцями була розроблена ...».

Правильна відповідь: У другій половині ХІХ століття науковцями була розроблена теорія і методика фізичної освіти, яка була спрямована на формування знань, умінь, навичок в області рухової діяльності, розроблені принципи, форми і методи використання фізичних вправ для фізичного та інтелектуального розвитку людини.

14. Чи можете Ви продовжити вираз: «Теорія і методика бойового хортингу відноситься до категорії ...».

Правильна відповідь: Теорія і методика бойового хортингу відноситься до категорії педагогічних наук, оскільки вона пов'язана з процесами освіти, тренування, навчання і виховання людини.

15. Перерахуйте завдання теорії і методики бойового хортингу як науки

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

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

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

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

16. Чи можете Ви продовжити вираз: «Будь-яка наука не може повноцінно розвиватися, обмежившись ...».

Правильна відповідь: Будь-яка наука не може повноцінно розвиватися, обмежившись результатами тільки власного предмета дослідження

17. Чи можете Ви продовжити вираз: «Теорія і методика бойового хортингу вирішує спеціальні педагогічні проблеми ...».

Правильна відповідь: Теорія і методика бойового хортингу вирішує спеціальні педагогічні проблеми, що знаходяться на стику декількох наукових дисциплін. Вона тісно пов'язана із загальною педагогікою, загальною та віковою психологією.

18. Чи можете Ви продовжити вираз: «Філософія для ТМБХ дає методологічну основу пізнання ...».

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

19. Чи можете Ви продовжити вираз: «Зв'язок з біологічними науками ТМБХ обумовлений необхідністю вивчення ...».

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

20. Чи можете Ви продовжити вираз: «Особливо тісні контакти теорії і методики бойового хортингу з усіма спортивно ...».

Правильна відповідь: Особливо тісні контакти теорії і методики бойового хортингу з усіма спортивно-педагогічними дисциплінами.

21. Чи можете Ви продовжити вираз: «Приватні дисципліни спираються на ...».

Правильна відповідь: Приватні дисципліни спираються на загальні положення, що розробляються теорією фізичної культури, а отримувані ними конкретні дані є матеріалом для нових узагальнень.

22. Чи можете Ви продовжити вираз: «У процесі свого розвитку ТМБХ не може повністю виключити із загальної теорії приватні закономірності ...».

Правильна відповідь: У процесі свого розвитку ТМБХ не може повністю виключити із загальної теорії приватні закономірності, які стали предметом бойового хортингу як спеціальної науки.

23. Чи можете Ви продовжити вираз: «Найбільш загальні закономірності, які діють не тільки в бойовому хортингу, а стосуються будь-яких видів рухової активності людини, не стали ...».

Правильна відповідь: Найбільш загальні закономірності, які діють не тільки в бойовому хортингу, а стосуються будь-яких видів рухової активності людини, не стали і не можуть стати предметом будь-якої приватної дисципліни. Розробка цих загальних закономірностей та специфічних характеристик бойового хортингу і становить основу сучасної теорії і методики бойового хортингу.

24. Чи можете Ви продовжити вираз: «Навчальна дисципліна ТМБХ є основним профілюючим предметом професійної освіти за спеціальністю...».

Правильна відповідь: Навчальна дисципліна ТМБХ є основним профілюючим предметом професійної освіти за спеціальністю фізична культура і спорт (спеціалізація «Бойовий хортинг»), а також за спеціальністю «Правоохоронна діяльність» галузі знань «Цивільна безпека» (спеціалізації

«Кримінальний аналіз», «Оперативно-тактичне забезпечення правоохоронної діяльності»).

25. Чи можете Ви продовжити вираз: «ТМБХ має першорядне значення в формуванні основних професійних поглядів і переконань не тільки тренерів і спортсменів ...».

Правильна відповідь: ТМБХ має першорядне значення в формуванні основних професійних поглядів і переконань не тільки тренерів і спортсменів, а також військовослужбовців, правоохоронців та працівників інших силових структур. Це база для освоєння спеціальності тренер з бойового хортингу, інструктор, учитель, методист тощо.

26. Чи можете Ви продовжити вираз: «Відповідно до законодавства, заклад освіти, вирішуючи завдання професійної підготовки ... ».

Правильна відповідь: Відповідно до законодавства, заклад освіти, вирішуючи завдання професійної підготовки, має забезпечити і фізичну підготовку учнів / студентів / курсантів.

27. Чи можете Ви продовжити вираз: «Фізичне виховання спортсменів бойового хортингу розглядається ...».

Правильна відповідь: Фізичне виховання спортсменів бойового хортингу розглядається як невід'ємна, найважливіша частина загального виховання особистості.

28. Чи можете Ви продовжити вираз: «Бойовий хортинг впливає на життєво важливі сторони спортивного ...».

Правильна відповідь: Бойовий хортинг впливає на життєво важливі сторони спортивного існування, отримані у вигляді задатків, які передаються генетично і розвиваються в процесі життя під впливом виховання, діяльності та навколишнього середовища

29. Чи можете Ви продовжити вираз: «Бойовий хортинг, як соціальне явище, повноцінно ...».

Правильна відповідь: Бойовий хортинг, як соціальне явище, повноцінно задовольняє потреби людини у спілкуванні, грі, розвазі, в деяких формах самовираження особистості через соціально активну корисну діяльність.

30. Чи можете Ви продовжити вираз: «У своїй основі бойовий хортинг має доцільну рухову діяльність ...».

Правильна відповідь: У своїй основі бойовий хортинг має доцільну рухову діяльність у формі прийомів самозахисту, фізичних вправ, що дозволяють ефективно формувати необхідні вміння та навички, фізичні здібності, оптимізувати стан здоров'я і працездатність.

31. Чи можете Ви продовжити вираз: «Бойовий хортинг представлений сукупністю цінностей ...».

Правильна відповідь: Бойовий хортинг представлений сукупністю цінностей: матеріальних і духовних.

32. Чи можете Ви продовжити вираз: «До матеріальних цінностей бойового хортингу відносяться ...».

Правильна відповідь: До матеріальних цінностей бойового хортингу відносяться: спортивні споруди, інвентар, спеціальне обладнання, спортивна екіпіровка, медичне забезпечення.

33. Чи можете Ви продовжити вираз: «До духовних цінностей бойового хортингу можна віднести ...».

Правильна відповідь: До духовних цінностей бойового хортингу можна віднести: інформацію, твори мистецтва, сам вид спорту як змагальна діяльність, арсенал прийомів самооборони, ігри, комплекси фізичних вправ, етичні норми, що регулюють поведінку людини в процесі фізкультурно-спортивної діяльності. У розвинених формах бойовий хортинг продукує естетичні цінності: спортивні змагання, фізкультурні паради, спортивно-показові виступи, фізкультурні свята тощо.

34. Чи можете Ви продовжити вираз: «Результатом діяльності у бойовому хортингу є ...».

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

35. Чи можете Ви продовжити вираз: «Для досягнення поставленої мети фізичного виховання дітей та молоді засобами бойового хортингу передбачається вирішення наступних ... завдань ...».

Правильна відповідь: Для досягнення поставленої мети передбачається вирішення наступних тренувальних, виховних, освітніх, розвивальних і оздоровчих завдань:

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

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

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

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

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

6) засвоєння спортсменами теоретичних знань, спортивно-прикладних умінь і навичок у бойовому хортингу;

7) підвищення рівня фізичної підготовленості;

- 8) удосконалення психомоторних здібностей, що забезпечують високу продуктивність спеціалізованих професійно-технічних дій у бойовому хортингу;
- 9) створення у спортсменів системного комплексу знань, теоретичних основ і практичних навичок для реалізації їх потреби в руховій активності і фізичному вдосконаленні на виробництві, в побуті, сім'ї та раціональної організації вільного часу з творчим освоєнням усіх цінностей бойового хортингу;
- 10) створення умов для повної реалізації творчих здібностей спортсменів;
- 11) моральне й естетичне виховання, фізичний і духовний розвиток спортсменів у ході навчально-тренувального процесу, організованого на основі сучасних загальнонаукових і спеціальних технологій в області теорії, методики і практики бойового хортингу;
- 12) забезпечення загальної і професійно-прикладної фізичної підготовленості, психофізичної готовності школяра та студента, який займається бойовим хортингом, до майбутньої професії.

36. Чи можете Ви продовжити вираз: «Зростає значення бойового хортингу як засобу ...».

Правильна відповідь: Зростає значення бойового хортингу як засобу оптимізації режиму життя, активного відпочинку, збереження і підвищення працездатності учнів, студентів, курсантів протягом усього періоду навчання у закладах освіти.

37. Чи можете Ви продовжити вираз: «Вирішуючи специфічні завдання фізичного виховання учнів, студентів, курсантів і молоді, бойовий хортинг відіграє суттєву роль у ...».

Правильна відповідь: Вирішуючи специфічні завдання фізичного виховання учнів, студентів, курсантів і молоді, бойовий хортинг відіграє суттєву роль у моральному, вольовому та естетичному розвитку, вносить значний вклад у підготовку високоосвічених і всебічно розвинених фахівців.

38. Чи можете Ви продовжити вираз: «Робочий режим школяра, студента, курсанта часто характеризується малорухомістю, одноманітністю робочої пози протягом ...».

Правильна відповідь: Робочий режим школяра, студента, курсанта часто характеризується малорухомістю, одноманітністю робочої пози протягом 10-12 годин у період навчання в закладах загальної середньої, позашкільної, професійно-технічної і вищої освіти.

39. Чи можете Ви продовжити вираз: «Спеціальні профілактичні та оздоровчі фізичні вправи бойового хортингу в умовах малорухомості ...».

Правильна відповідь: Спеціальні профілактичні та оздоровчі фізичні вправи бойового хортингу в умовах малорухомості, одноманітності робочої пози – ефективний фактор протидії негативним наслідкам гіподинамії, а також розумового і нервово-емоційного навантаження.

40. Чи можете Ви продовжити вираз: «У процесі фізичного виховання молоді засобами бойового хортингу здійснюються завдання ...».

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

41. Чи можете Ви продовжити вираз: «Оздоровчі завдання бойового хортингу передбачають: ...».

Правильна відповідь: Оздоровчі завдання бойового хортингу передбачають:

- 1) допомога формуванню вигину хребта, розвитку склепінь ступні,
- 2) зміцненню зв'язкового-суглобового апарату;
- 3) сприяння розвитку всіх груп м'язів, особливо м'язів-розгиначів;
- 4) сприяння правильному співвідношенню частин тіла;
- 5) вдосконалення діяльності серцево-судинної і дихальної системи.

42. Чи можете Ви продовжити вираз: «Освітні завдання бойового хортингу передбачають:

Правильна відповідь: Освітні завдання бойового хортингу передбачають:

- 1) формування рухових умінь і навичок, розвиток фізичних якостей;
- 2) підвищення ролі фізичних вправ у життєдіяльності спортсменів;
- 3) застосування різноманітних способів зміцнення здоров'я.

43. Чи можете Ви продовжити вираз: «На розвиток м'язів, сухожиль, суглобів, кісткової системи ефективно впливає ...».

Правильна відповідь: На розвиток м'язів, сухожиль, суглобів, кісткової системи ефективно впливає правильне виконання фізичних вправ бойового хортингу.

44. Чи можете Ви продовжити вираз: «Виховні завдання бойового хортингу спрямовані на ...».

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

45. Чи можете Ви продовжити вираз: «Естетичному вихованню сприяє ... Адже, ...».

Правильна відповідь. Естетичному вихованню сприяє фізичне виховання засобами бойового хортингу. Адже, в процесі виконання прийомів бойового хортингу та фізичних вправ слід розвивати здатність сприймати, відчувати естетичне задоволення, розуміти і правильно оцінювати ефективність, прикладну цінність, красу, витонченість, виразність рухів.

Висновки.

1. Бойовий хортинг – національний професійно-прикладний вид спорту України, заснований на культурних, оздоровчих і бойових традиціях українського народу. Він є багаторічним спеціально організованим процесом навчання, всебічного розвитку, морально-етичного виховання й оздоровлення дітей і молоді.

В Україні та за її межами змагання проводяться для вікових категорій 6–7, 8-9, 10-11, 12-13, 14-15, 16-17, 18 років і старше, а також для спортсменів ветеранського віку.

2. Встановлено, що на основі розроблення навчальної дисципліни «Теорія і методика бойового хортингу» (автор: Е. А. Єрмоєнко) авторами публікації (Г. Грибан, Л. Канішевська, Е. Єрмоєнко, З. Діхтяренко) розроблено запитання для самоконтролю учням, студентам і курсантам із правильними відповідями; складено теоретичні відомості для учнів, студентів і курсантів з теорії і методики бойового хортингу як наукової й навчальної дисципліни.

3. Дана наукова публікація сприяє впровадженню науково-дослідних робіт: 1) ННІ спеціальної фізичної і бойової підготовки та реабілітації УДФС України на 2017-2020 роки за темою «Національний вид спорту хортинг як засіб фізичного виховання студентів» (ДР № 0118U001989); кафедра «Фізичного виховання, спорту та здоров'я» факультету соціально-гуманітарних технологій та менеджменту ДПУ на 2021-2026 роки за темою «Підвищення фізичної працездатності різних груп населення в процесі занять фізичною культурою і спортом» (ДР № 0121U113261); 2) ІПВ НАПН України на 2023-2025 роки за загальною темою: «Організаційно-педагогічні умови та технології забезпечення єдності фізичного і військово-патріотичного виховання учнів закладів загальної середньої освіти» (ДР № 0123U100608).

4. Перед укладанням наукової публікації, авторами (Г. Грибан, Л. Канішевська, Е. Єрмоєнко, З. Діхтяренко) проаналізовано низку літературних джерел та ін. [1-38].

У перспективах подальших досліджень передбачається розробка тестів, на які зможуть відповідати учні, студенти і курсанти в закладах загальної середньої освіти, вищих навчальних закладів, у спортивних гуртках бойового хортингу, і під час дистанційного навчання, і в умовах воєнного стану, і після воєнного періоду.

Література

1. Бойко Валерій. Бойовий хортинг та психологічні особливості підготовки спортсменів / Валерій Бойко, Зоя Діхтяренко, Едуард Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С.46-55.

2. Бойко В. Розвиток силових якостей у студентів-хортингістів / В. Бойко, І. Малинський, Е. Єрмоєнко, З. Діхтяренко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 7. – С. 104-112.

3. Діхтяренко Зоя. Адаптація учнівської та студентської молоді, курсантів спортивних гуртків «Бойовий хортинг» до блочної системи тренувань – визначення життєвої позиції в умовах воєнного стану (експериментальна робота) / Зоя Діхтяренко, Галина Коломоєць, Анатолій Ребрин, Катерина Діхтяренко // Шляхи удосконалення професійних компетентностей фахівців в умовах сьогодення: матеріали II Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф (25-26 серпня 2022 року в режимі онлайн) / упорядн.: Баженков Є. В., Цьось А. В., Коломоєць Г. А., Дикий О. Ю., Ребрин А. А., Боляк А. А., Кліванська Ю. А., Буянова Г. В., 2022. – С. 147-161.

4. Діхтяренко Зоя. Бойовий хортинг у комплексі навчально-виховних засобів загальноосвітньої школи / Зоя Діхтяренко, Едуард Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 9. – С. 6-21.

5. Діхтяренко Зоя. Бойовий хортинг та значення патріотичних цінностей у процесі виховання спортсменів молодшого шкільного віку / Зоя Діхтяренко, Едуард Єрьоменко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 6-18.

6. Діхтяренко Зоя. Бойовий хортинг – національна система підготовки професійних захисників України / Зоя Діхтяренко, Едуард Єрьоменко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2019. – Вип. 11. – С. 20-28.

7. Діхтяренко Зоя. Військово-патріотичного виховання учнівської та студентської молоді, курсантів у спортивному гуртку «Бойовий хортинг» в умовах воєнного стану / Зоя Діхтяренко, Едуард Єрьоменко // Проблеми освіти: збірник наукових праць. Електронне видання ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти». К., 2022. Вип. 2 (97). – С. 239-265.

8. Єрьоменко Е. А. Виховання фізичної культури та основ здоров'я студентів у процесі занять бойовим хортингом : монографія / Е. А. Єрьоменко. – Ірпінь : Університет ДФС України, 2020. – 867 с

9. Єрьоменко Е. А., Кукушкін К. М. Військово-патріотичне виховання старшокласників засобами бойового хортингу : монографія. К. : Паливода А. В., 2020. 1110 с.

10. Єрьоменко Е. А. Вплив здоров'я на нетрадиційні біомеханічні показники серця спортсменів за результатами даних ехокардіографії / Е. А. Єрьоменко, В. І. Чибісов, Ю. І. Рейдерман, Д. А. Загороднюк, З. М. Діхтяренко // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / [ред. кол. Бех І. Д. (голова) та ін.]. К. : Паливода А. В., 2016. Вип. 5. С. 102-111.

11. 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.

12. Єрьоменко Е. А. Морально-психологічне супроводження спортсменів бойового хортингу в стресових ситуаціях у процесі змагань / Е. А. Єрьоменко, Т. Є. Федорченко, З. М. Діхтяренко, В. Е. Єрьоменко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 139-146.

13. Єрьоменко Е. А. Навчальна програма з бойового хортингу для закладів позашкільної освіти : навч.-метод. посіб. / Е. А. Єрьоменко. – К. : Паливода А. В., 2020. 517 с.

14. 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.

15. Єрьоменко Е. А. Теорія і методика бойового хортингу : монографія / Е. А. Єрьоменко. – Ірпінь : Університет ДФС України, 2020. 752 с.

16. Єрьоменко Е. А. Теорія та методика бойового хортингу : навч. посіб. / Е. А. Єрьоменко. – Ірпінь : Університет ДФС України, 2020. 652 с.

17. Короткова Тетяна. Ознаки психофізіології стресу та особливості його впливу на організм студентів у процесі занять бойовим хортингом / Тетяна Короткова, Едуард Єрьоменко, Зоя Діхтяренко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2019. – Вип. 11. – С. 137-146.

18. Малинський І. Вплив тренувань з бойового хортингу на профілактику психофізіологічного стресу учнівської та студентської молоді, курсантів / І. Малинський, З. Діхтяренко, В. Чаплигін, В. Хоменко, С. Коцюба // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць. – К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2020. – Вип. 2 (122) 20. – С. 100-105.

19. Присяжнюк Станіслав. Бойовий хортинг як засіб формування здоров'язбережувальної компетентності студентів закладів вищої освіти ІТ-технологій / Станіслав Присяжнюк, Едуард Єрьоменко, Зоя Діхтяренко, Вероніка Єрьоменко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 9. – С. 223-231.

20. Присяжнюк С. І. Програма розвитку бойового хортингу в Україні / С. І. Присяжнюк, Е. А. Єрьоменко, К. М. Кукушкін, З. М. Діхтяренко // Підготовка майбутніх учителів фізичної культури та тренерів у заклади загальної середньої освіти, спортивні клуби та ДЮСШ (в умовах воєнного стану) [Електронне видання]: збірн. матер. Всеукр. наук.-практ. конфер. з міжнар. участю присвяченої Дню фізичної культури і спорту України та Дню працівника освіти (м. Буча, 05 жовтня 2022 р.) / упорядн. : З. М. Діхтяренко. – м. Буча: Приватний вищий навчальний заклад «Український гуманітарний інститут», 2022. – С. 114-129.

21. Радчук Наталія. Українська народна пісня як засіб патріотичного виховання козачат, джур і спортсменів бойового хортингу дитячо-юнацького віку / Наталія Радчук, Едуард Єрьоменко, Зоя Діхтяренко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2019. – Вип. 11. – С. 83–93.

22. Чаплигін Василь. Бойовий хортинг та здоров'я людини у системі інтердисциплінарних досліджень / Василь Чаплигін, Едуард Єрьоменко, Зоя Діхтяренко, Тетяна Короткова // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2018. – Вип. 9. – С. 139-147.

23. Федорченко Тетяна. Бойовий хортинг як засіб національно-патріотичного виховання і фізичної підготовки школярів, студентської та курсантської молоді / Тетяна Федорченко, Едуард Єрьоменко, Зоя Діхтяренко, Вероніка Єрьоменко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І. Д. (голова) та ін.]. – К. : Паливода А. В., 2017. – Вип. 8. – С. 80-87.

24. Griban, G., Yavorska, T., Tkachenko, P., Kuvaldina, O., Dikhtiarenko, Z., Yeromenko, E., Lytvynenko, A., Hresa, N., Okhrimenko, I., Ovcharuk, I., Pronenko, K. (2020). Motor activity as the basis of a healthy lifestyle of student youth. *Wiadomości Lekarskie*, 73 (6), 1199-1206. doi: 10.36740/WLek202006123.

25. Griban G., Liakhova N., Sahach O., Dikhtiarenko Z., Fedorchenko T., Pustoliakova L, Kovalchuk A. (2023). Formation of students' health culture in the process of physical education and health recreation activities. *Wiadomości Lekarskie*, 76 (2), 264-273. doi: 10.36740/WLek202302104. <https://wiadlek.pl/wp-content/uploads/2023/04/WLek2023021.pdf>.

26. Dikhtiarenko, Zoia, Yeromenko, Eduard, Pustoliakova, Larysa. Combat horting: prevention of injuries and harm to life and health of pupils, students, cadets during training (2020). Problems and prospects of physical culture and sports development and healthy lifestyle formation of different population groups. Monograph. Opole: The Academy of Management and Administration in Opole, 2020; ISBN 978-83-66567-04-7; pp.286, illus., tabs., bibls. (pp. 240-246).

27. Dikhtiarenko, Zoia, Yeromenko, Eduard, Fedorchenko, Tetiana. «Combat horting» as a means of forming a successful personality in terms of ideological and ideological confrontation (on the example of pupils, students, cadets) (2020). Problems and prospects of physical culture and sports development and healthy lifestyle formation of different population groups. Monograph. Opole: The Academy of Management and Administration in Opole, 2020; ISBN 978-83-66567-04-7; pp.286, illus., tabs., bibls. (pp. 232-239).

28. Dikhtiarenko Zoia, Khatko Alla, Veselova Viktoriia, Ilnytskyi Ivan. Simulation of physical education lesson programs and physical education classes for pupils, students and cadets with health orientation with the use of elements of Combat Horting in educational institutions (experimental work) (2022). Ensuring Standards of Quality of Life in a Turbulent World. Monograph. Opole: The Academy of Applied Sciences – Academy of Management and Administration in Opole, 2022, (pp. 556-567).

29. Dikhtiarenko, Zoia, Korzhenko, Iryna, Steshyts, Andrii. Training of future physical education teachers and martial arts coaches – Combat Horting to the application of healthcare technologies (2022). Physical culture, sports and physical rehabilitation in modern society. Nataliia Khlus, Oleksandr Nestorenko (editors). *Monograph*. Publishing House of University of Technology, Katowice, 2022, (pp. 22-77).

30. Dovgan Nadiia, Otravenko Olena, Dehtyaryov Anatoliy. Structural study of the levels of health, physical and tactical fitness, functional and psycho-emotional states in Combat Horting athletes (2022). Ensuring Standards of Quality of Life in a Turbulent World. Monograph. Opole: The Academy

of Applied Sciences – Academy of Management and Administration in Opole, 2022, (pp. 513-524).

31. Dovgan, N., Fedorchenko, T., Yeromenko, E., Dikhtiarenko, Z., Kukushkin, K., Lavrentiev, O., Sergienko, Y., Khatko, A., Khimich, V., Shcherbina, Y., Pustoliakova, L., Hulai, V., Demchenko, N., Hrek, T., Vaskivska, T., Yeromenko, V., Ovsukova, O., Zub, R., Melnik, B. (2021). Physical culture and sport in harmoniously developed personality formation. Volodymyr Prystynskiy, Tadeusz Pokusa (editors). Monograph. Publishing House WSZiA, Opole. 2021. 384. ISBN 978-83-66567-34-4. Part 6. Horting as the tool of comprehensive education of pupils, students, and cadets (pp. 272-357).

32. Kukushkin Kostiantyn, Yeromenko Eduard, Dikhtiarenko Zoia, Grechana Larisa. The perspectives of Combat Horting in the military patriotic education of a successful personality: pupils, students and cadets (experimental work) (2022). Ensuring Standards of Quality of Life in a Turbulent World. Monograph. Opole: The Academy of Applied Sciences – Academy of Management and Administration in Opole, 2022, (pp. 525-532).

33. Malynskiy, I., Boyko, V., Dovgan, N., Dikhtiarenko, Z., Yeromenko, E., Fedorchenko, T., Lytvynenko, A., Khatko, A., Pustoliakova, L., Ostapenko, O., Zubalii, M., Khimich, V., Koval, A., Zhivolovich, S., Korobchenko, A., Ostapchuk, L. (2020). Problems and prospects of physical culture and sports development and healthy lifestyle formation of different population groups. Monograph. Opole: The Academy of Management and Administration in Opole; pp.286, illus., tabs., bibls. Part 5. Horting as a Means of Physical Education for Pupils and Students (pp. 226-273).

34. Ostapenko, Oleksandr, Zubalii, Mykola, Dikhtiarenko, Zoia. Military-patriotic education of pupils and students-hortingsists as a basis of a healthy way of life in the conditions of ideological and ideological confrontation (2020). Problems and prospects of physical culture and sports development and healthy lifestyle formation of different population groups. Monograph. Opole: The Academy of Management and Administration in Opole, 2020; ISBN 978-83-66567-04-7; pp.286, illus., tabs., bibls. (pp. 268-273).

35. Prysiashnyuk Stanislav. Evaluation of students' motivation and independence in physical education classes: module «Combat Horting» in higher educational institutions / Stanislav Prysiashnyuk, Zoia Dikhtiarenko, Eduard Yeromenko, Kostiantyn Kukushkin, Oleg Zavistovskyi // Фізична культура дітей, підлітків, молоді та дорослого населення в сучасному світі : матеріали IV Міжнар наук-практ Інтернет-конф, (16 березня 2023 р.) : збірн наук праць. – Умань : ВПЦ «Візаві», 2023. – С. 54-65.

36. Fedorchenko, T., Boltivets, S., Dovgan, N., Dikhtiarenko, Z., Yeromenko, E., Kukushkin, K., Otravenko, O., Zavistovskyi, O., Khatko, A., Kolomoiets, H., Berezhna, T., Veselova, V., Steshyts, A., Khimich, V., Demchenko, N., Yeromenko, V., Grechana, L., Petrova, O., Kozlova, K., Ilnytskyi, I., Rebryna, A., Tsviha, A., Kostenko, V., Dehtyaryov, A. (2022). Ensuring Standards of Quality of Life in a Turbulent World. Monograph. Opole: The Academy of Applied Sciences – Academy of Management and Administration in Opole, 2022; pp. 623. ISBN 978-83-66567-48-1. Part 5. «Combat Horting as a means of physical education of a harmoniously developed, successful, a vitally active personality – pupils, students and cadets: results of research work» (pp. 498-597).

37. Fedorchenko Tetiana. Active life position: methods of improving the health of pupils, students and cadets who are engaged in Combat horting / Tetiana Fedorchenko, Svitlana Konovets, Zoia Dikhtiarenko, Ivan Ilnytskyi // Фізична культура дітей, підлітків, молоді та дорослого населення в сучасному світі : матеріали IV Міжнар наук-практ Інтернет-конф, (16 березня 2023 р.) : збірн наук праць. – Умань : ВПЦ «Візаві», 2023. – С. 272-280.

38. Fedorchenko Tetiana, Dikhtiarenko Zoia, Berezhna Tamila, Kolomoiets Halyna. Educational programs for Combat Horting – implementation during training classes strength fitness for a successful personality: athletes (pupils, students and cadets) of Combat Horting (experimental work) (2022). Ensuring Standards of Quality of Life in a Turbulent World. Monograph. Opole: The Academy of Applied Sciences – Academy of Management and Administration in Opole, 2022, (pp. 498-512).