

БОЙОВИЙ ХОРТИНГ ТА ДІЯЛЬНІСТЬ ПРАВООХОРОННИХ ОРГАНІВ УКРАЇНИ

МАТЕРІАЛИ МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

Частина 2



COMBAT HORTING AND ACTIVITIES OF UKRAINIAN LAW ENFORCEMENT AUTHORITIES

ІРПІНЬ – 2021

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



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

Частина 2



**04–05 січня 2021 року
м. Ірпінь**

*Рекомендовано до друку Науково-методичною колегією
Національної федерації бойового хортингу України
(протокол від 09.01.2021 № 8).*

Науковий керівник конференції

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

Організаційний комітет конференції

Голова оргкомітету:

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

Голова науково-методичної ради оргкомітету:

Єрмоєнко Е. А. – професор кафедри спеціальних дисциплін та організації професійної підготовки Факультету підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації працівників податкової міліції Університету ДФС України, кандидат педагогічних наук, президент Національної федерації бойового хортингу України, Заслужений працівник фізичної культури і спорту України, Заслужений тренер України, майстер спорту України міжнародного класу, майор десантно-штурмових військ ЗС України, учасник бойових дій.

Заступники голови оргкомітету:

Грищук В. Л. – кандидат юридичних наук, начальник кафедри спеціальних дисциплін та організації професійної підготовки, підполковник податкової міліції, учасник бойових дій;

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

Члени оргкомітету:

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

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

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

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

Є80 Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 04–05 січня 2021 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2021. – Ч. 2. – 1560 с.

Збірник містить наукові роботи учасників конференції, дослідження з педагогіки, психології, філософії, історії, теорії і методики викладання бойового хортингу, проведені відповідно до угоди про співпрацю між Національною федерацією бойового хортингу України та Університетом державної фіскальної служби України. Матеріали представляють узагальнені результати досліджень у напрямі теоретичних та практичних аспектів удосконалення професійних компетентностей фахівців бойового хортингу у системі правоохоронних органів України.

Матеріали подаються мовою оригіналу. За достовірність фактів, статистичних та інших даних, точність формулювань і висновки несуть відповідальність автори матеріалів.

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

© Університет ДФС України, 2021

Єрьоменко Е. А. Теорія і методика бойового хортингу як наукова і навчальна дисципліна	911
Самоха І. М., Єрьоменко Е. А., Вехтєв В. В. Спортивна складова та загальні основи підготовки в системі бойового хортингу	927
Кіблицький Р. В., Єрьоменко Е. А., Самоха Д. М. Бойовий хортинг як поліфункціональна система підготовки висококваліфікованого спортсмена	943
Єрьоменко Е. А. Основи підвищення кваліфікаційного ступеня у системі бойового хортингу	960
Єрьоменко Е. А. Програма технічної підготовки спортсменів для атестації на пояс з бойового хортингу	976
Зінов'єв А. О., Єрьоменко Е. А., Карасевич С. А. Організація і проведення змагань з бойового хортингу	997
Демчук С. Р., Єрьоменко Е. А., Дорошенко М. М. Вимоги правил та умови участі в спортивних змаганнях з бойового хортингу	1014
Єрьоменко Е. А. Основи суддівства спортивних змагань з бойового хортингу	1030
Бабурнич С. А., Єрьоменко Е. А., Сокол Є. М. Особливості проведення спортивної сутички на змаганнях з бойового хортингу .	1048
Степанюк А. В., Єрьоменко Е. А., Карасевич С. А. Суддівські жести і сигнали при оголошенні оцінок та рішень на змаганнях з бойового хортингу	1066
Єрьоменко Е. А. Особливості проведення спортивних змагань з бойового хортингу в розділі «Борцівська сутичка»	1087
Єрьоменко Е. А. Розділ змагань з бойового хортингу «Самозахист» як метод тренування прийомів самооборони	1100
Гречаний О. М., Єрьоменко Е. А., Ільницький І. Р. Аспекти суддівства спортивних змагань з бойового хортингу в умовно-контактному виді змагальної програми – розділ «Форма»	1112
Кіблицький Р. В., Єрьоменко Е. А., Зверєв А. В. Завдання фізичної підготовки в системі бойового хортингу і розвиток фізичних якостей спортсменів	1128
Близнюк О. В., Вехтєв В. В., Єрьоменко Е. А. Методичні принципи фізичного виховання спортсменів бойового хортингу на основі сучасних тренувальних технологій	1149
Єрьоменко Е. А. Методи розвитку сили та швидкісно-силових здібностей спортсменів бойового хортингу різного віку	1164
Сокол Є. М., Єрьоменко Е. А., Вознюк М. Г. Методика і засоби розвитку швидкості у спортсменів бойового хортингу	1180

МЕТОДИКА І ЗАСОБИ РОЗВИТКУ ШВИДКОСТІ У СПОРТСМЕНІВ БОЙОВОГО ХОРТИНГУ

СОКОЛ Євгеній Михайлович

*віце-президент Національної федерації бойового хортингу по північному регіону України,
офіційний представник Національної федерації бойового хортингу України
в Чернігівській області, керівник гуртка з бойового хортингу клубу дитячої та юнацької
творчості Новгород-Сіверської міської ради Чернігівської області,
суддя національної категорії, майстер бойового хортингу;*

СРЬОМЕНКО Едуард Анатолійович

*професор кафедри спеціальних дисциплін та організації професійної підготовки Факультету
підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації працівників податкової міліції
Університету ДФС України, кандидат педагогічних наук, президент Національної федерації
бойового хортингу України, Заслужений працівник фізичної культури і спорту України,
Заслужений тренер України, майстер спорту України міжнародного класу,
майор десантно-штурмових військ Збройних Сил України, учасник бойових дій;*

ВОЗНЮК Михайло Григорович

*керівник гуртка з бойового хортингу Комунального позашкільного навчального закладу
м Черкаси «Клуб юних моряків з флотилією», президент Черкаської обласної
федерації бойового хортингу, директор приватного охоронного підприємства «Бастіон»,
член тренерської ради Національної федерації бойового хортингу України,
суддя національної категорії.*

Анотація. У даній науковій статті розкрито методика і засоби розвитку швидкості у спортсменів бойового хортингу, методи розвитку швидкісних здібностей спортсменів бойового хортингу різного віку, структуру розвитку швидкісних здібностей людини, особливості формування у спортсменів, які займаються у спортивних секціях і гуртках бойовим хортингом, фізичних швидкісних здібностей, які є основою дотримання тренувального режиму та коригування фізичних навантажень з метою планування навчально-виховного процесу. Зазначено, що здатність виконувати рухи і дії швидко – одна з найважливіших якостей спортсмена бойового хортингу. Всі його дії є комплексом рефлекторних реакцій, що чергуються одна за одною. Припустимо, спортсмен побачив, що його суперник при нанесенні прямого удару лівою рукою в голову опускає праву руку на якусь мить униз, і цим відкриває нижню щелепу – саме чутливе місце на голові. Спортсмен отримує через зоровий аналізатор інформацію, в корі головного мозку виникає рішення нанести зустрічний прямий удар лівою рукою у відкрите місце, команду приймає руховий нерв, і кістково-м'язовий апарат виробляє дію, контрольовану центральною нервовою системою. Чим швидше відбувається замикання цієї рефлекторної дуги, тим швидше виконується дія – випередження ударом. Швидкість рухів спортсмена бойового хортингу розглядають завжди стосовно до виконання ним раціональних прийомів і дій. Поспішні та уривчасті рухи, виконувані нераціонально, ні в якій мірі не сприяють швидкості дій спортсмена в сутичці. Тому, працюючи над розвитком швидкості, підбирають вправи, тісно пов'язані з технікою виконання прийомів і дій, застосовуваних у сутичці. Точність реакції на рухомий об'єкт вдосконалюють паралельно з розвитком її швидкості.

Ключові слова: методика розвитку швидкості, бойовий хортинг, швидкісні здібності людини, фізична якість швидкість, спортивне тренування, фізичні вправи.

Актуальність наукового дослідження. Під швидкістю розуміють здатність здійснювати рухи і дії з певною швидкістю завдяки високій рухливості нервово-м'язових процесів. Розрізняють комплексні та елементарні форми прояву швидкості [1–11; 19–32]. Спортсмен отримує інформацію через рецептори органів чуття – зору, слуху, смаку, нюху, дотику, рецептори м'язового почуття у м'язах (пропріорецептори), сухожиллях і суглобово-зв'язковому апараті, рецептори вестибулярного апарату, що сприймають зміни положення та рух тіла у просторі.

Методика розвитку швидкості. По чутливому доцентровому нерву збудження передається від рецептора до центральної нервової системи. В результаті імпульсу, що надійшов з центральної нервової системи, в робочому органі виникає специфічна для нього рефлекторна діяльність, припустимо, скорочення того чи іншого м'яза або групи м'язів. Відповідна реакція на подразник у цей момент характеризується та повністю залежить від швидкості надходження імпульсу.

Якість швидкості в бойовому хортингу включає три компоненти:

швидкість рухів;

частота рухів;

швидкість рухової реакції.

Виклад основного матеріалу. Важливу роль у швидкості рухів і дій грають вольові зусилля спортсмена бойового хортингу, його психологічна налаштованість. Швидкість спортсмена характеризується його здатністю до ефективного здійснення простих швидкісних дій і складної реакції. Сила і швидкість спортсмена бойового хортингу – дві фізичні якості, тісно пов'язані між собою. Нестача фізичної сили завжди гальмує швидке і чітке виконання того чи іншого прийому [12].

У свою чергу велике фізичне зусилля, проведене недостатньо швидко чи несвоєчасно, дає можливість противнику відновити втрачену рівновагу, прийняти захист або провести відповідний контрприйом. Тому вправи для розвитку сили і швидкості завжди повинні застосовуватися в комплексі. В той же час слід ураховувати, що розвиток швидкості руху відбувається більш повільно, ніж розвиток сили або витривалості.

Швидкість рухів спортсмена бойового хортингу завжди проявляється в конкретних ситуаціях сутички, під час якої спортсмен повинен вміти миттєво оцінити обстановку та вибрати найбільш раціональні для даної ситуації дії. При проведенні сутички в стійці це може відобразитися у правильному виборі моменту для проведення того чи іншого прийому, наприклад удару або підсічки. В той час, коли суперник, починаючи рух уперед або назад, переносить вагу свого тіла з однієї ноги на іншу, але ще не встиг повністю перенести її на опорну ногу, можна зайти на кидок у швидкому раптовому підвороті під супротивника, що рухається вперед. Можна раптово провести контрприйом в той момент, коли супротивник знаходиться в нестійкому положенні.

Проста реакція в бойовому хортингу відбувається як відповідь заздалегідь відомим рухом на заздалегідь відомі, але раптові дії противника. Під час проведення сутички проста реакція майже не зустрічається, а це відбувається тільки в процесі навчання і тренування, коли дії спортсменів бойового хортингу обумовлюються. У сутичці проявляються складні реакції двох типів: реакція на рухомий об'єкт, тобто на супротивника, і реакція вибору.

В першому випадку в долі секунди треба діяти ударами по супротивнику, який пересувається, виконувати швидкісні захвати, готуючи прийом, а отже, знаходити потрібну дистанцію, вибирати певні технічні засоби і, разом з тим, самому безперервно рухатися.

У другому випадку спортсмен бойового хортингу реагує своїми діями на дії противника, причому, як правило, успіх залежить від переваги в швидкості, а складність реакції вибору – від ситуацій, створюваних діями спортсменів. В обстановці запеклої сутички бойового хортингу вимоги до складної реакції дуже великі, оскільки дії відбуваються швидко і часто з відчутним результатом для спортсменів [13–18]. Перевагу має той спортсмен, який раніше виявить задум свого супротивника, швидше зреагує на його дії.

Швидкість спортсмена бойового хортингу залежить від наступних факторів, якими є:

лабільність – швидкість протікання процесів збудження в нервових і м'язових клітинах;

рухливість нервових процесів – швидкість змін у корі великих півкуль збудження гальмуванням і навпаки;

співвідношення м'язових волокон – швидких (білих) і повільних (червоних) м'язових волокон у скелетних м'язах;

пропускна здатність мозку – кількість інформації, що переробляється за одиницю часу;

екстраполяція – здатність передбачати можливі дії з боку суперника.

Здатність виконувати рухи і дії швидко – одна з найважливіших якостей спортсмена бойового хортингу. Всі його дії є комплексом рефлекторних реакцій, що чергуються одна за одною. Припустимо, спортсмен побачив, що його суперник при нанесенні прямого удару лівою рукою в голову опускає праву руку на якусь мить униз, і цим відкриває нижню щелепу – саме чутливе місце на голові. Спортсмен отримує через зоровий аналізатор інформацію, в корі головного мозку виникає рішення нанести зустрічний прямий удар лівою рукою у відкрите місце, команду приймає руховий нерв, і кістково-м'язовий апарат виробляє дію, контрольовану центральною нервовою системою. Чим швидше відбувається замикання цієї рефлекторної дуги, тим швидше виконується дія – випередження ударом.

Швидкість рухів спортсмена бойового хортингу розглядають завжди стосовно до виконання ним раціональних прийомів і дій. Поспішні та уривчасті рухи, виконувані нераціонально, ні в якій мірі не сприяють швидкості дій спортсмена в сутичці. Тому, працюючи над розвитком швидкості, підбирають вправи, тісно пов'язані з технікою виконання прийомів і дій, застосовуваних у сутичці. Точність реакції на рухомий об'єкт вдосконалюють паралельно з розвитком її швидкості. Може бути й так, що інформація в мозок на виконання прийому надходить блискавично, рішення приймається швидко, а прийом виконується уповільнено. Це може визначатися якістю м'язів, скорочення чи розслаблення яких залежить від протікання біохімічних реакцій, вмісту речовин харчування і швидкості їх розщеплення, від швидкості передачі нервового імпульсу органам-виконавцям тощо. Слід мати на увазі, що швидкісні здібності кожного спортсмена специфічні. Спортсмен бойового хортингу може дуже швидко робити ухил назад і запізнюватися з ухилом у бік, або швидко наносити прямий удар, і значно повільніше – бічний.

Загальна характеристика швидкісних якостей. Під швидкісними здібностями розуміється комплекс функціональних властивостей, що забезпечують виконання рухових дій за мінімальний час. Швидкісні здібності характеризується часом рухової реакції, швидкістю одиночного руху, частотою рухів [33–48]. Між окремими проявами швидкості не завжди існує надійний взаємозв'язок, так, висока швидкість рухів може поєднуватися зі сповільненою руховою реакцією. Швидкісні здібності визначаються рухливістю нервових процесів, координацією м'язів з боку центральної нервової системи, особливостями будови і скорочувальними властивостями м'язів. Розвиток швидкісних здібностей – це по суті розвиток здатності швидко здійснювати рухи. Швидкість ще древні виробляли бігом, різкими стрибками. Ефективні також стартові прискорення, біг на короткі відрізки з максимальною швидкістю. Збільшення максимальної частоти рухів у різні вікові періоди неоднакове. Найбільший щорічний приріст відзначається у дітей від 4 до 6 років, і від 7 до 9 років. У наступні вікові періоди темпи приросту швидкісних якостей знижуються.

У спортивно-методичній літературі зустрічаються різні визначення поняття швидкісних здібностей, з яких можна виділити три групи визначень, що найбільш повно відображають її сутність. Під швидкісними здібностями розуміють здатність людини здійснювати рухові дії в мінімальний проміжок часу. В іншому визначенні під швидкісними здібностями розуміють комплекс функціональних властивостей людини, що безпосередньо і переважно визначають швидкісні характеристики рухів. Швидкість є проявом здібностей людини терміново реагувати на зовнішні подразники і виконувати швидкі рухи. Кількісно швидкість характеризується часом прихованого періоду рухової реакції, швидкістю одиночного руху, частотою рухів в одиницю часу, і похідною від цих показників – швидкістю пересування в просторі. У спортивній практиці бойового хортингу швидкісні здібності виявляються у специфічних формах швидкісно-силових якостей.

Швидкісні здібності в порівнянні з усіма іншими фізичними якостями є самою важко тренуємою якістю людини. Максимально можливий приріст швидкості у спринтерському бігу в процесі багаторічних занять не перевищує 15–18 %. Це обумовлено перш за все тим, що їх фізіологічною основою є вроджена властивість центральної нервової системи, яка мало піддається вдосконаленню – рухливість нервових процесів (зміна збудження і гальмування).

Швидкісні здібності необхідні у всіх видах змагальної програми бойового хортингу. Це якість тісно пов'язана з технікою виконання вправ, силою м'язів, гнучкістю, хорошою координацією рухів. Саме за рахунок вдосконалення цих якостей розвивається швидкість. Для розвитку швидкості застосовуються вправи з великою частотою рухів: біг на короткі відрізки, біг під ухил, швидкісне виконання прийомів бойового хортингу, кидків та ударної техніки тощо. Вправи швидкісно-силового характеру виконуються у більшій кількості, і з більшою інтенсивністю.

Фізіологічні основи розвитку швидкісних здібностей людини. Розрізняють два види м'язових волокон, що відрізняються за функціональними можливостями і за структурою:

білі або «швидкі» м'язові волокна відповідають за силу і швидкість скорочення, що не пристосовані до роботи на витривалість;

червоні або «повільні» волокна навпаки – пристосовані для тривалої та повільної роботи.

За способами енергозабезпечення ці два типи волокон так само розрізняються: в швидких переважають анаеробні процеси, в повільних анаеробні, що має на увазі наявність більш розвиненої капілярної мережі, збільшеного змісту міоглобіну і відповідно вищу окислювальну ферментну активність [49–62]. Співвідношення типів м'язових волокон у м'язі генетично зумовлене, однак можна збільшити кількість червоних м'язових волокон тренуючись на витривалість. Відповідно генетична схильність є серйозним фактором при виборі спортивної спеціалізації. Так власники великої кількості швидких волокон стають спринтерами, стрибунами, метальниками, а повільних – марафонцями. Співвідношення кількості швидких і повільних м'язових волокон є фактором, що визначає швидкісні скоротливі властивості м'язів. Наприклад, спортсмени високої кваліфікації, що тренують витривалість, володіють меншою кількістю швидких м'язових волокон у порівнянні з не спортсменами, і особливо в порівнянні зі спортсменами, які тренують швидкісно-силові якості.

При всій важливості генетичної схильності, не варто забувати про вплив зовнішнього середовища. Один єдиний фактор не забезпечує швидкість рухів, вона є комплексною фізичною якістю спортсмена, що доведено в численних дослідженнях. Є три елементарні форми прояву швидкісних здібностей: латентний час рухової реакції; швидкість одиночного руху (при малому зовнішньому опорі); частота рухів (темп).

Ці три форми відносно незалежні одна від одної, і ця властивість швидкісних здібностей зберігається протягом усього розвитку спортсмена. Але деякі дослідники все ж виявляють зв'язок між окремими формами прояву швидкості. Існує певна наявність взаємозв'язку між максимальним темпом в односуглобних і многосуглобних рухах. Знайдений також підтверджений зв'язок між результатами в бігу на 30 м з частотою бігу на місці і частотою рухів рук. Взаємозв'язок між показниками частоти в елементарних формах рухів у спортсменів бойового хортингу також має значення. Швидкісні здібності людини найкраще характеризують елементарні форми, ніж швидкість цілісного акту, що дає лише непряме уявлення. Латентний час рухової реакції служить показником зрілості і функціонального стану центральної нервової системи та периферичного нервово-м'язового апарату.

З фізіологічної точки зору латентний час рухової реакції є сенсомоторну реакцію і складається з відрізків часу, необхідних для протікання наступних процесів:

- 1) час для збудження рецептора;
- 2) час передачі збудження по аферентних шляхах у відповідні відділи центральної нервової системи;
- 3) час для передачі збудження від одних нейронів до інших для формування ефекторного сигналу;
- 4) час проходження цього сигналу по еферентних шляхах до м'язів;
- 5) час на розвиток збудження і скорочення м'язів.

Під впливом тренування на третьому етапі відбувається найбільше поліпшення, в той же час зміни на інших етапах дуже малі. Зафіксована відсутність відмінностей у часі рухових реакцій лівої і правої руки у всіх досліджуваних віках.

Чим вище величина подоланого опору при виконанні руху, тим довше час його виконання. Відповідно, необхідно забезпечити максимально швидкі поодинокі рухи з малим опором, для використання часу виконання як характеристики швидкісних здібностей.

Швидкість протікання нервових процесів у корі головного мозку забезпечують частоту рухів, координуючи роботу м'язів, викликаючи їх напругу і розслаблення. Коефіцієнти кореляції максимального темпу руху в різних сегментах тіла людини пояснюють наявність залежності максимальної частоти рухів не тільки від рухливості нервових процесів, але і від еластичності самих м'язів, рухливості суглобів, рівня володіння технікою виконання руху, а також здатністю м'язів до розслаблення.

Одним зі способів збільшення ефективності уроків фізичної культури в школі, самостійних тренувань учнів бойового хортингу або занять у спортвипних секціях буде інформування викладачів про критичні для розвитку швидкісних здібностей вікові періоди.

Згідно з даними досліджень існують такі статево-вікові особливості розвитку швидкісних здібностей. Стрімкий розвиток рухів у бігу у віці 10–12 років. Максимальна інтенсивність росту м'язової сили і швидкісно-силових якостей припадає на початок пубертату [63–78]. У дівчаток з 9–10 років швидко наростає сила м'язів спини і нижніх кінцівок і припиняє наростати з початком менархе. Хлопчики проходять через два періоди зростання м'язової сили ніг – це 9–12 років і 14–17 років. М'язова сила рук приростає до 15 років.

Проблему вдосконалення методики розвитку фізичних якостей у юних спортсменів досліджували багато авторів. Цілою низкою авторів проведені дослідження, в яких розроблені питання розвитку фізичних якостей у школярів і студентів, які не займаються спортом. Ряд авторів доводять, що від рівня розвитку фізичних якостей залежить формування рухових навичок і становлення рухової функції людини.

Передумови розвитку швидкісних здібностей. Існує уявлення про необхідність для розвитку здібностей, будь-яких, в тому числі і рухових, наявності задатків – біологічних передумов розвитку. Задатки не гарантують обдарованості людини до діяльності, але при цьому роблять значний вплив на процес формування здібностей, сприяючи їхньому розвитку. На розвиток здібностей впливають фактори середовища, генетичні фактори, і комбінації їх взаємодії. Факторами середовища у спортивній підготовці є процеси виховання, тренування і навчання. При цьому на основі однакових задатків може сформуватися безліч різних властивостей, ознак організму в результаті різних форм взаємодії факторів, що впливають.

Здібностями називають поєднання якостей людини, що відповідає умовам і вимогам до певного виду діяльності та забезпечує її успішне виконання. Для бойового хортингу важливі як загальні здібності, що дозволяють швидко засвоювати знання, опановувати новими вміннями, так і спеціальні, ті, що дозволяють досягти високих результатів в обраному виді розділу змагань. Багато в чому спортивні здібності забезпечені генетично, що дозволяє прогнозувати здібності. Спадкові ознаки проявляються і розкриваються максимально в моменти пред'явлення до організму спортсмена бойового хортингу високих вимог, тому при оцінці діяльності спортсмена слід використовувати в якості орієнтиру рівень вищих досягнень. Крім вивчення генетичних задатків, прогнозування спортивних здібностей передбачає пошук показників, здатних істотно змінюватися під впливом тренування.

До уваги приймаються не тільки темпи зростання показників, але і їх початковий рівень, що дозволяє проводити прогнозування більш точно. Оскільки розвиток деяких функцій і якісних здібностей відбувається одночасно, то прояви в різному віці спортсмени демонструють прояв здібностей по-різному [79–88]. Найбільш яскраво це проявляється у спортсменів технічно складних видів програми, де вік досягнення високих спортивних результатів доводиться на дитячий та підлітковий, а значить і підготовка юного спортсмена від початкового етапу до етапу спортивної майстерності проходить на тлі процесів дорослішання і формування його організму. Безліч авторів, які присвятили свої роботи вивченню задатків виділяють їх як анатомо-фізіологічні поняття. При такому підході здібність аналізується з точки зору фізіології та анатомії, що досить вузько для опису структури, властивостей і механізму проявів задатків.

Таким чином, було б доцільно розширити число біологічних дисциплін для розгляду питання формування задатків, доповнити їх біохімією, ембріологією, генетикою та ін.

За даними літературних джерел, присвячених проблемі виявлення та розвитку здібностей, основні положення зводяться до наступного:

1) під здібностями розуміються індивідуальні особливості, що відрізняють одну людину від іншої;

2) під здібностями маються на увазі не будь-які індивідуальні особливості, а тільки ті, що впливають на успішність діяльності;

3) знання, вміння і навички, тобто придбаний протягом життя досвід людини не відноситься до здібностей;

4) ядро здібностей складають задатки, тобто вроджені особливості людини.

Таким чином, здатність, є функцією, сформованою під впливом різними для кожної людини задатками, завдяки яким прояви цієї функції так само індивідуальні для кожного. Найбільш вивченими задатками на сьогоднішній день є типологічні особливості прояву властивостей нервової системи, вони є генетично зумовленими і практично не піддаються змінам під впливом факторів середовища. Для хоча б невеликої їх зміни потрібні роки тренувань у розвитку швидкісних здібностей.

Не існує оптимальних типологічних особливостей на всі випадки життя. З кожною з них можна домогтися високих результатів тільки в певній діяльності при наявності здібностей. Наприклад, серед спринтерів найбільшого успіху найчастіше досягають спортсмени з комплексом «реактивності»: слабка нервова система, рухливість нервових процесів, переважання зовнішнього збудження.

Здатність виконувати рухи з певною швидкістю за рахунок рухливості м'язів називається швидкісними здібностями. Вони знаходяться в прямій залежності від сили м'язів: чим вони сильніші, тим з більшою швидкістю долають опір навантаження і інерцію спокою, маси тіла тощо. Від швидкісної сили залежить частота виконання рухів, що наділяє цю якість особливою цінністю для спортсмена бойового хортингу. Характеристиками швидкісних здібностей є такі показники: час рухової реакції, швидкість одиночного руху, частота рухів, – між цими показниками немає прямої кореляції, так, при високій швидкості виконання руху може спостерігатися уповільнена рухова реакція.

Якщо розглянути швидкісні здібності як рухову якість людини, то це здатність за мінімальний відрізок часу виконувати рухову дію певної частоти та імпульсивності.

Фізичне виховання спортсменів ставить завдання розвитку швидкісних здібностей, оскільки спостереження показують, що багато дітей не показують високих результатів у деяких вправах, таких як біг, не в силу недостатності техніки рухів, але в результаті недостатнього розвитку основних фізичних якостей. До цих якостей відносяться сила, витривалість, гнучкість, спритність і швидкість.

Вищевказане дає підставу для пошуку науково обґрунтованого підбору засобів і методів розвитку рухових здібностей у дітей, уточнення дозування фізичного навантаження, а також змісту занять фізичною культурою в школі і бойовим хортингом у спортивній секції.

Наприклад, у змаганнях з легкої атлетики швидкісні здібності у високій мірі є визначальними для успішності виступу, що робить їх одними з найбільш важливих фізичних якостей. Найсприятливішим віком для розвитку швидкісних здібностей вважається шкільний, оскільки спроби розвитку швидкості в більш зрілому віці дають малий ефект. Тому не можна упускати сприятливий період для поліпшення фізичних якостей, оскільки в майбутньому надолужити упущені можливості навряд чи вийде. Найбільш високі темпи приросту за всіма показниками, навичок, умінь, якостей, проявляються в молодшому шкільному віці.

Але необхідно використовувати вправи різнобічної спрямованості для одночасного розвитку всіх рухових здібностей, і водночас, до використання тих вправ, що спрямовані на розвиток рухових здібностей, мають максимальні темпи приросту в даний віковий період. При дослідженні проблеми використання сенситивних періодів у фізичному вихованні можна ввести додаткову координату темпу розвитку морфологічних і функціональних показників.

Цікавим є вирішення питань виховання швидкості у зв'язку з теорією критичних періодів і концепцією переважного розвитку тих чи інших сторін фізичного стану в ті періоди, коли відбувається їх помітний природний ріст [89–94]. Молодший шкільний вік як найважливіший для стимулювання рухової підготовленості учнів і, перш за все таких якостей, як швидкість і координація рухів.

Відповідність короткочасних швидкісних навантажень функціональним можливостям дітей обумовлена високою збудливістю іннерваційних механізмів, що регулюють діяльність рухового апарату, великою рухливістю основних нервових процесів і високою інтенсивністю обміну, властивих дитячому організму. Можливість використання швидкісних і швидкісно-силових вправ у молодшому і середньому шкільному віці визначається показниками морфофункціонального розвитку дітей, оскільки вже школярі молодшого шкільного віку демонструють досить високі можливості їх організму, тісний взаємозв'язок між становленням функціональних систем і фізичною підготовленістю.

Аналіз і узагальнення результатів досліджень дозволяють зробити висновок про те, що під впливом систематичних занять бойовим хортингом біологічні закономірності прояву швидкості в основному не змінюються. Цілеспрямований педагогічний вплив сприяє розвитку фізичної якості на більш високому рівні.

В даний час дослідники не прийшли до єдиної думки з приводу найбільш сприятливого періоду для розвитку швидкості. При цьому велика їх частина схиляється до думки про те, що швидкість необхідно розвивати в молодшому шкільному віці у зв'язку з тим, що саме в цей період відбувається інтенсивний розвиток швидкісних способностей. Але розвитку швидкісних здібностей дітей 10–12 років при цьому приділяється недостатньо уваги. Звідси випливає проблема дослідження щодо ефективності засобів, методів розвитку швидкісних здібностей у спортсменів бойового хортингу 10–12 років.

Засоби розвитку швидкості. Основним засобом розвитку швидкості служать імітаційні та спеціальні підготовчі вправи. При виконанні цих вправ поступово збільшують швидкість руху, дотримуючись правильної техніки виконання прийому чи дії. При цьому враховують, що при багаторазовому виконанні імітаційних і спеціальних підготовчих вправ бойового хортингу можуть вироблятися і неправильні навички, які в подальшому з великими труднощами піддаються виправленню.

Для розвитку швидкості найбільш широко використовуються вправи з партнером, під час виконання яких відпрацьовуються способи виведення з рівноваги в різних напрямках, підготовки до проведення прийомів, початкова фаза прийому без кидка противника. Всі ці вправи виконуються багаторазово – 30–40 разів поспіль з поступовим збільшенням швидкості руху і доведенням її до максимальної.

Спочатку партнер не робить великого опору, даючи можливість виконати прийом швидко та правильно, надалі опір збільшується, але не доводиться до максимального. В обстановці сутички вимоги до складної реакції спортсменів дуже великі: противник завдає різних ударів як лівою, так і правою рукою в непередбачуваній послідовності.

Для досягнення високої швидкості складної реакції у навчанні та тренуванні слід дотримуватися педагогічного правила: від простого до складного, поступово збільшуючи кількість вправ. Наприклад, спочатку навчають захисту у відповідь на заздалегідь обумовлений удар, потім учневі пропонується реагувати на одну з двох можливих атак, потім трьох і т. д. Для закріплення навичок у швидких рухах можна рекомендувати проведення навчально-тренувальних сутичок з партнерами більш легкої ваги.

Ефективним засобом розвитку швидкості спортсмена бойового хортингу є допоміжні види спорту: легка атлетика, баскетбол і футбол, які спортсмени досить широко використовують у тренуванні, причому ігри проводяться за спрощеними правилами. Широко застосовуються також різного роду акробатичні вправи та вправи з невеликими обтяженнями, що виконуються з максимальною швидкістю.

Вправи для розвитку швидкості рекомендується включати до комплексу ранкової фізичної зарядки та в кожне заняття з загальної та спеціальної фізичної підготовки.

У цьому випадку вправи виконуються невеликими серіями з достатнім інтервалом для відпочинку [95–99]. Вони, як правило, проводяться на початку навчально-тренувального заняття, поки спортсмен не втомився. Однак, періодично вправи на швидкість можна проводити і на тлі великої втоми. Перед виконанням вправ для розвитку швидкості спортсмен бойового хортингу має проводити гарну розминку, в іншому випадку можливі серйозні травматичні ушкодження.

В бойовому хортингу швидкість спортсмена пов'язана з його вибуховими діями, а вони залежать від силових якостей. Ці дві якості взаємодіють між собою, частота вибухових дій визначається швидкісною витривалістю. Швидкому виконанню дій перешкоджає зайва напруга, що виникає на початку формування навичок. Потім, у міру їх удосконалення, швидкість збільшується.

При втомі також виникають зайві напруги, що уповільнюють виконання вже гарно знайомих і вивчених прийомів. Для розвитку швидкості доцільно чергувати прискорене виконання прийому з більш плавним. Наприклад, нанесення серії ударів руками чи ногами з одним або двома акцентованими. Розвиток і вдосконалення швидкісних якостей є одним з першорядних завдань у практиці підготовки спортсменів бойового хортингу.

Висновок. Національним професійно-прикладним видом спорту України є бойовий хортинг. Завданням спортивної сутички бойового хортингу є не тільки демонстрація кидкової техніки боротьби або техніки больових прийомів, у сутичці бойового хортингу важлива саме ефективність технічних дій щодо усунення фізичної агресії, контратакувальні дії, вміння маневрувати і наносити відповідні удари, проводити кидки у необхідний момент, продовжувати боротьбу лежачи та застосовувати утримання, больові і задушливі прийоми.

Бойовий хортинг складний, раціональний і продуманий, зі своїми емоціями, маневруванням, хитрощами техніки і швидкістю та надійністю тактики, довірливістю та багатогранністю методик, обачністю захисних дій та абсолютною вразливістю й ефективністю наступів, зі своєю прорахованою стратегією, отже, бойовий хортинг складений так, як характер і генетичний код кожного справжнього українця. Бойовий хортинг за характером наша система, а за корінням – наш національний професійно-прикладний вид спорту. Результатом спортивної сутички бойового хортингу практично є добровільне визнання себе переможеним одного з учасників, або через його явну нездатність продовжувати двобій. Саме тому в бойовому хортингу можливе застосування технічного арсеналу з будь-якого виду прикладної контактної бойової дії.

Таким чином, у даному науковому дослідженні розкрито методику і засоби розвитку швидкості у спортсменів бойового хортингу, методи розвитку швидкісних здібностей спортсменів бойового хортингу різного віку, структуру розвитку швидкісних здібностей людини, особливості формування у спортсменів, які займаються у спортивних секціях і гуртках бойовим хортингом, фізичних швидкісних здібностей, які є основою дотримання тренувального режиму та коригування фізичних навантажень з метою планування навчально-виховного процесу.

Зазначено, що здатність виконувати рухи і дії швидко – одна з найважливіших якостей спортсмена бойового хортингу. Всі його дії є комплексом рефлексорних реакцій, що чергуються одна за одною. Припустимо, спортсмен побачив, що його суперник при нанесенні прямого удару лівою рукою в голову опускає праву руку на якусь мить униз, і цим відкриває нижню щелепу – саме чутливе місце на голові. Спортсмен отримує через зоровий аналізатор інформацію, в корі головного мозку виникає рішення нанести зустрічний прямий удар лівою рукою у відкрите місце, команду приймає руховий нерв, і кістково-м'язовий апарат виробляє дію, контрольовану центральною нервовою системою. Чим швидше відбувається замикання цієї рефлексорної дуги, тим швидше виконується дія – випередження ударом.

Швидкість рухів спортсмена бойового хортингу розглядають завжди стосовно до виконання ним раціональних прийомів і дій. Поспішні та уривчасті рухи, виконувані нерационально, ні в якій мірі не сприяють швидкості дій спортсмена в сутичці.

Тому, розглядаючи це у віковому аспекті, можна відмітити, що фізичні вправи швидкісної спрямованості в молодшому віці займають одне з головних місць під час проведення тренувальних занять, які є для спортсменів бойового хортингу основою дотримання здорового способу життя під час навчання в загальноосвітній школі.

Перспективи подальшого дослідження. Перспективним напрямом у подальшому буде дослідження особливостей формування в спортсменів бойового хортингу швидкісних здібностей щодо дотримання здорового способу життя та оптимізації тренувальної діяльності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Антоненко С. А. Підготовка професійних захисників України у системі бойового хортингу / С. А. Антоненко, Е. А. Єрмоєнко, В. Л. Гришук // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 52–62.

2. Бабурнич С. А. Професіограма спортивного судді з бойового хортингу / С. А. Бабурнич, Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 343–353.

3. Бадьора С. М. Методи психічної саморегуляції співробітників правоохоронних органів у системі бойового хортингу / С. М. Бадьора, Е. А. Єрмоєнко, А. В. Тішин // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 334–346.

4. Біла В. Р. Військово-патріотичне виховання школярів і студентів у процесі занять бойовим хортингом / В. Р. Біла, Е. А. Єрмоєнко, В. В. Чмелюк // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 242–254.

5. Бобік С. П. Формування професійно-психологічних здібностей співробітників правоохоронних органів у процесі занять бойовим хортингом / С. П. Бобік, Е. А. Єрмоєнко, С. П. Параниця // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 23–38.

6. Боднарчук О. Г. Бойовий хортинг для підготовки співробітників правоохоронних органів / О. Г. Боднарчук, Е. А. Єрмоєнко, В. Р. Біла // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 226–242.

7. Боднарчук В. В. Бойовий хортинг як засіб формування професійно-прикладних якостей курсантів і працівників силових структур / В. В. Боднарчук, Е. А. Єрмоєнко, В. В. Чмелюк, // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 188–200.

8. Брухно Ю. С. Бойовий хортинг як засіб формування фізичної культури студентів і курсантів / Ю. С. Брухно, Е. А. Єрмоєнко, В. Л. Гришук // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 200–214.

9. Буток О. В. Бойовий хортинг і здоров'я людини / О. В. Буток, Е. А. Єрмоєнко, В. Е. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 564–575.

10. Бухтіяров О. А. Бойовий хортинг як система підготовки українського професійного воїна-патріота / О. А. Бухтіяров, Е. А. Єрмоєнко, В. Л. Гришук, // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 126–139.

11. Вехтєв В. В. Бойовий хортинг у військовому мистецтві / В. В. Вехтєв, Е. А. Єрмоєнко, А. В. Тішин // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 827–840.

12. Ганчева В. І. Бойовий хортинг: методика застосування дихальних вправ у процесі занять / В. І. Ганчева, Е. А. Єрмоєнко, Г. А. Коломоєць // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 667–682.
13. Гарбовський Л. А. Бойовий хортинг і методика викладання у закладах вищої освіти / Л. А. Гарбовський, Е. А. Єрмоєнко, В. Л. Грищук, // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 155–173.
14. Гречана Л. О. Бойовий хортинг у системі початкової школи закладів загальної середньої освіти / Л. О. Гречана, Е. А. Єрмоєнко, С. М. Солодько // Шляхи удосконалення професійних компетентностей фахівців в умовах сьогодення : матер. міжнар. наук.-практ. Інтернет-конф. 28-29 травня 2020 р. / Мін-во освіти і науки України, Держ. наук. установа «Інститут модернізації змісту освіти», [та ін.]. – Київ, 2020. – С. 554–563.
15. Гречаний О. М. Методика викладання бойового хортингу в процесі гурткової роботи у закладах загальної середньої освіти / О. М. Гречаний, Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 251–262.
16. Грищук В. Л. Бойовий хортинг як засіб професійно-прикладної підготовки правоохоронців до виконання службово-бойових завдань з протидії контрабанді у районах здійснення операції об'єднаних сил / В. Л. Грищук, Е. А. Єрмоєнко, О. А. Бухтіяров // Протидія незаконному переміщенню товарів в районах здійснення Операції об'єднаних сил : тези допов. наук.-практ. семінару, 15 травня 2020 р. м. Ірпінь / Державна фіскальна служба України, Ун-т ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 59–73.
17. Грищук В. Л. Бойовий хортинг як засіб професійно-прикладної, функціональної підготовки студентів, курсантів і слухачів спеціалізованих закладів вищої освіти та співробітників правоохоронних органів / В. Л. Грищук, Е. А. Єрмоєнко // Шляхи удосконалення професійних компетентностей фахівців в умовах сьогодення : матер. міжнар. наук.-практ. Інтернет-конф. 28-29 травня 2020 р. / Мін-во освіти і науки України, Держ. наук. установа «Інститут модернізації змісту освіти», [та ін.]. – Київ, 2020. – С. 537–544.
18. Грищук В. Л. Службовий обов'язок та етичні цінності правоохоронців як результат виховання у системі бойового хортингу / В. Л. Грищук, Е. А. Єрмоєнко, О. А. Бухтіяров // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 80–101.
19. Деркач О. В. Розвиток фізичних якостей у співробітників правоохоронних органів засобами бойового хортингу за методом функціонального тренування / О. В. Деркач, Е. А. Єрмоєнко, О. В. Буток // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 384–403.
20. Довгань Н. Бойовий хортинг як інструмент соціалізації студентів закладів вищої освіти / Н. Довгань, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 177–186.
21. Єрмоєнко В. Засоби профілактики основних стоматологічних захворювань у студентів, курсантів, спортсменів бойового хортингу та співробітників правоохоронних органів / В. Єрмоєнко, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 116–126.
22. Єрмоєнко В. Е. Медичний контроль змагальної діяльності з бойового хортингу / В. Е. Єрмоєнко, Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 195–215.
23. Єрмоєнко В. Стоматологічне здоров'я дітей та молоді як чинник спортивних успіхів у бойовому хортингу / В. Єрмоєнко, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 96–111.
24. Єрмоєнко Е. А. Аналіз навчально-тренувального арсеналу бойового хортингу : монографія / Е. А. Єрмоєнко // Мін-во освіти і науки України, Інститут проблем виховання НАПН України. – Київ : ГС «НФБХУ», 2021. – 435 с.
25. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг. Програма спортивної секції для учнів старшого шкільного віку 10–11 класів : навч. програма / Е. А. Єрмоєнко // Мін-во освіти і науки України, Інститут модернізації змісту освіти. – Київ : ГС «НФБХУ», 2021. – 102 с.
26. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг – виховна система школярів України / Е. А. Єрмоєнко, О. М. Гречаний // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар.

- наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 240–251.
27. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг – професійно-прикладний вид спорту правоохоронних органів України : монографія / Е. А. Єрмоєнко ; Мін-во освіти і науки України, Університет ДФС України, Національна федерація бойового хортингу України. – К : ГС «НФБХУ», 2020. – 203 с.
28. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг у системі професійної підготовки співробітників державних правоохоронних органів : монографія / Е. А. Єрмоєнко // Мін-во освіти і науки України, Університет ДФС України. – Київ : ГС «НФБХУ», 2021. – 222 с.
29. Єрмоєнко Е. Бойовий хортинг як ефективний засіб військово-патріотичного виховання школярів і студентів / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 32–41.
30. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг як засіб виховання фізичної культури та основ здоров'я студентів закладів вищої освіти / Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 215–225.
31. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг як засіб військово-патріотичного виховання старшокласників / Е. А. Єрмоєнко, К. М. Кукушкін // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 273–287.
32. Єрмоєнко Е. Бойовий хортинг як засіб оптимізації функціональної підготовки студентів і курсантів спеціалізованих закладів вищої освіти та співробітників правоохоронних органів / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 19–33.
33. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг як засіб прикладної психофізичної підготовки курсантів правоохоронних спеціальностей відомчих закладів вищої освіти / Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 128–138.
34. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг як засіб професійно-психологічної підготовки співробітників правоохоронних органів України : монографія / Е. А. Єрмоєнко ; Мін-во освіти і науки України, Університет ДФС України, Нац. федерація бойового хортингу України. – К : ГС «НФБХУ», 2020. – 138 с.
35. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг як система формування готовності співробітників правоохоронних органів до дій в екстремальних ситуаціях / Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 110–128.
36. Єрмоєнко Е. А. Бойовий хортинг як чинник формування військово-патріотичних здібностей, фізичної культури та основ здоров'я учнівської молоді / Е. А. Єрмоєнко, І. В. Кузора // Науковий часопис національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури /фізична культура і спорт/». – 2020. – Вип. 8 (128) 20. – С. 61–69.
37. Єрмоєнко Е. Витоки та історія розвитку бойового хортингу в Україні і за кордоном / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 55–70.
38. Єрмоєнко Е. А. Виховання наполегливості у школярів 6–7 років у процесі занять хортингом : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07 / Едуард Анатолійович Єрмоєнко. – К., 2016. – 222 с.
39. Єрмоєнко Е. А. Виховання фізичної культури та основ здоров'я студентів у процесі занять бойовим хортингом / Е. А. Єрмоєнко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури /Фізична культура і спорт/». – 2019. – Вип. 10 (118). - 2019. – С. 49-56.
40. Єрмоєнко Е. Виховна система бойового хортингу / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 161–177.
41. Єрмоєнко Е. Військово-патріотична програма та прикладний хортинг / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу : зб. наук. праць / Нац. академія педагогічних наук України, Ін-т проблем виховання НАПН України, Українська федерація хортингу. – К. : Паливода А. В., 2014. – Вип. 1. – С. 10–19.
42. Єрмоєнко Е. А. Військово-прикладний і бойовий хортинг у системі професійної підготовки допризовної молоді, військовослужбовців та правоохоронців / Е. А. Єрмоєнко, С. С. Полторацький // Шляхи удосконалення професійних компетентностей фахівців в умовах сьогодення : матер. міжнар. наук.-практ. Інтернет-конф. 28-29 травня 2020 р. / Мін-во освіти і науки України, Держ. наук. установа «Інститут модернізації змісту освіти», [та ін.]. – Київ, 2020. – С. 527–533.

43. Єрмоєнко Е. Всесвітнє українське земляцтво та діаспора у сприянні розвитку бойового хортингу / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 56–79.
44. Єрмоєнко, Е. Засади формування цінностей здорового життя учнівської та студентської молоді засобами хортингу / Е. Єрмоєнко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць. - Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2016. - Вип. 10 (80) 16. - С. 38-44.
45. Єрмоєнко Е. А. Значимість цінностей фізичної культури та основ здоров'я для студентів і курсантів, які займаються бойовим хортингом / Е. А. Єрмоєнко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури /Фізична культура і спорт/». – Вип. 11 (119). - 2019. – С. 71-79.
46. Єрмоєнко Е. А. Комплексне використання потенціалу бойового хортингу для забезпечення національної безпеки України в умовах зовнішньої агресії / Е. А. Єрмоєнко // Актуальні проблеми забезпечення національної безпеки та спрощення процедур міжнародної торгівлі : зб. тез IV наук.-практ. інтернет-конфе., 25-31 травня 2020 р., м. Ірпінь – м. Хмельницький / Мін-во фінансів України, Ун-т ДФС України [та ін.]. – Хмельницький : Науково-дослідний центр митної справи, 2020. – С. 18–23.
47. Єрмоєнко Е. А. Концепція розвитку бойового хортингу в системі освіти України : монографія / Е. А. Єрмоєнко ; Мін-во освіти і науки України, Університет ДФС України, ГС «Національна федерація бойового хортингу України. – К.: ГС «НФБХУ», 2020. – 122 с.
48. Єрмоєнко Е. Медико-біологічні та морфофункціональні особливості бойового хортингу у процесі виховання фізичної культури та основ здоров'я студентів / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 112–121.
49. Єрмоєнко Е. Медико-фізіологічні чинники самоконтролю за фізичним навантаженням на тренуваннях з бойового хортингу у процесі виховання фізичної культури студентів / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 127–138.
50. Єрмоєнко Е. А. Методичні плани навчально-тренувальної роботи з бойового хортингу : навч.-метод. посіб. / Е. А. Єрмоєнко // Мін-во освіти і науки України, Ін-т модернізації змісту освіти. – Київ : ГС «НФБХУ», 2020. – 75 с.
51. Єрмоєнко Е. А. Наукове обґрунтування психолого-педагогічних умов виховання фізичної культури та основ здоров'я студентів у процесі занять бойовим хортингом [Електронний ресурс] / Е. А. Єрмоєнко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / фізична культура і спорт /» – 2020. – Вип. 3(123). – С. 47–56. – Режим доступу : [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.3\(123\).09](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.3(123).09).
52. Єрмоєнко Е. А. Організація дитячого гуртка з бойового хортингу у закладах позашкільної освіти для вихованців 5–7 років : навч.-метод. посіб. / Е. А. Єрмоєнко // Мін-во освіти і науки України, Університет ДФС України. – Ірпінь, 2020. – 158 с.
53. Єрмоєнко Е. Основоположні принципи бойового хортингу / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 22–31.
54. Єрмоєнко Е. А. Особливості самовиховання в бойовому хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 40–55.
55. Єрмоєнко Е. А. Особливості фізичної і психологічної підготовки та формування професійних якостей курсантів і працівників правоохоронних органів засобами бойового хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Протидія незаконному переміщенню товарів в районах здійснення Операції об'єднаних сил : тези допов. наук.-практ. семінару, 15 травня 2020 р. м. Ірпінь / Державна фіскальна служба України, Ун-т ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 39–42.
56. Єрмоєнко Е. А. Правомірність застосування службово-прикладних прийомів фізичного впливу системи бойового хортингу в екстремальних умовах соціального характеру у межах необхідної самооборони / Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 95–110.
57. Єрмоєнко Е. А. Програма навчально-тренувальних занять з бойового хортингу для спортсменів юнацького, кадетського та юніорського віку / Е. А. Єрмоєнко // Збірник навчальних програм з

бойового хортингу : навч.-метод. посіб. / Мін-во освіти і науки України, Університет ДФС України. – Київ : ГС «НФБХУ», 2021. – С. 52–127.

58. Єрмоєнко Е. А. Психічні процеси в бойовому хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 63–72.

59. Єрмоєнко Е. Система фізичного виховання спортсменів бойового хортингу / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 188–205.

60. Єрмоєнко Е. А. Теоретико-методичні засади виховання наполегливості в молодших школярів у процесі занять бойовим хортингом : монографія / Е. А. Єрмоєнко ; Мін-во освіти і науки України, Ін-т проблем виховання НАПН України. – ГС «НФБХУ», 2020. – 191 с.

61. Єрмоєнко Е. А. Технічна підготовка спортсмена бойового хортингу : монографія / Е. А. Єрмоєнко // Мін-во освіти і науки України, Інститут проблем виховання НАПН України. – ГС «НФБХУ», 2020. – 652 с.

62. Єрмоєнко Е. А. Удосконалення професійних компетентностей тренера-викладача з бойового хортингу : монографія / Е. А. Єрмоєнко // Мін-во освіти і науки України, Університет ДФС України. – Ірпінь, 2021. – 274 с.

63. Єрмоєнко Е. А. Фізичне самовдосконалення особистості підлітків, які займаються бойовим хортингом / Е. А. Єрмоєнко, С. А. Бабурнич // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 377–385.

64. Єрмоєнко Е. Філософія бойового хортингу / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2018. – Вип. 9. – С. 82–104.

65. Єрмоєнко Е. Формування фізичної культури та цінностей здорового способу життя студентської молоді як передумова спортивних успіхів у бойовому хортингу / Е. А. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 261–274.

66. Єрмоєнко Е. Формування цінностей здорового життя учнівської та студентської молоді на заняттях хортингом у навчальних закладах / Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2016. – Вип. 6. – С. 115–123.

67. Єрмоєнко Е. А. Хортинг : навчальна програма гурткової (секційної) роботи для учнів 1-11 класів загальноосвітніх навчальних закладів / Єрмоєнко Едуард Анатолійович. - Київ : Паливода А. В., 2012. – 268 с.

68. Єрмоєнко Е. А. Хортинг – національний вид спорту України: метод. посіб. / Е. А. Єрмоєнко. – К. : Паливода А. В., 2014. – 1064 с.

69. Єрмоєнко Е. А. Хортинг для здоров'я учнівської молоді : монографія / Е. А. Єрмоєнко ; Мін-во освіти і науки України, Ун-т ДФС України. – К. : ПАЛИВОДА А. В., 2020. – 611 с.

70. Єрмоєнко Е. А. Хортинг для старшокласників : навч.-метод. посіб. / Е. А. Єрмоєнко // Мін-во освіти і науки України, Ун-т ДФС України. – К. : Паливода А. В., 2020. – 229 с.

71. Єрмоєнко Е. А. Хортинг у житті школяра : монографія / Е. А. Єрмоєнко // Мін-во освіти і науки України, Інститут модернізації змісту освіти. – Київ : ГС «НФБХУ», 2021. – 500 с.

72. Зверев А. В. Бойовий хортинг у методиках вдосконалення силових якостей спортсменів різних вікових груп / А. В. Зверев, Е. А. Єрмоєнко, А. В. Тішин // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 593–603.

73. Зуб Р. В. Бойовий хортинг та його духовно-виховне призначення / Р. В. Зуб, Е. А. Єрмоєнко, С. А. Карасевич // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 04–05 січня 2021 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2021. – Ч. 3. – С. 873–893.

74. Івашковський В. Психомоторика та психо-фізіологічні особливості підготовки спортсменів бойового хортингу / В. Івашковський, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 130–138.

75. Карасевич С. А. Бойовий хортинг як засіб морально-етичного виховання особистості / С. А. Карасевич, Е. А. Єрмоєнко, В. Р. Біла // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 346–357.

76. Карасевич С. А. Дитячо-юнацька програма оздоровчих занять з бойового хортингу для школярів : метод. посіб. / С. А. Карасевич, М. М. Дорошенко, Е. А. Єрмоєнко ; Мін-во освіти і науки України, Інститут модернізації змісту освіти. – Київ : ГС «НФБХУ», 2021. – 188 с.

77. Кіблицький Р. В. Бойовий хортинг: концептуальні засади розвитку і популяризації в Україні / Р. В. Кіблицький, Е. А. Єрмоєнко, А. В. Тішин // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 502–514.
78. Коломоєць Г. А. Бойовий хортинг і принципи формування духовно-моральної вихованості учнів / Г. А. Коломоєць, Е. А. Єрмоєнко, В. В. Деревянко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 776–793.
79. Колос М. А. Бойовий хортинг: швидко-силово підготовка та оптимізація управління навчально-тренувальним процесом / М. А. Колос, Е. А. Єрмоєнко, О. М. Сидоренко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 493–502.
80. Кузора І. В. Військово-патріотична програма бойового хортингу / І. В. Кузора, Е. А. Єрмоєнко, В. В. Вехтев // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 840–852.
81. Кукушкін К. М. Методика військово-патріотичного виховання школярів у процесі занять бойовим хортингом / К. М. Кукушкін, Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 6–14.
82. Литвиненко А. М. Бойовий хортинг – комплексна система фізичного виховання особистості / А. М. Литвиненко, Е. А. Єрмоєнко, В. Е. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 403–422.
83. Лях В. Інноваційні підходи у боротьбі «Лави на лаву» з учнями козацьких класів і спортсменів бойового хортингу / В. Лях, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 164–176.
84. Ляховець О. О. Бойовий хортинг як засіб виховання патріотизму у дітей дошкільного віку / О. О. Ляховець, Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 305–315.
85. Остапенко О. І. Бойовий хортинг як засіб формування у старшокласників готовності до військової служби / О. І. Остапенко, Е. А. Єрмоєнко, А. В. Тішин // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 638–652.
86. Петрочко Ж. Бойовий хортинг як засіб виховання патріотизму у школярів і студентів / Ж. Петрочко, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 34–45.
87. Петрочко Ж. В. Хортинг – школа сили і честі юного українця : метод. посіб. / Ж. В. Петрочко, Е. А. Єрмоєнко ; Мін-во освіти і науки України, Мін-во молоді та спорту України, Нац. академія педагогічних наук України, Ін-т проблем виховання. – К. : Паливода А. В., 2016. – 544 с.
88. Полторацький С. С. Бойовий хортинг у впровадженні воїнських традицій українського народу / С. С. Полторацький, Е. А. Єрмоєнко, В. Е. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 538–550.
89. Присяжнюк С. Бойовий хортинг та проблема активного відпочинку спортсменів у різні вікові періоди / С. Присяжнюк, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 206–218.
90. Пустолякова Л. Бойовий хортинг у системі навчання фізичних вправ загального розвитку та спеціально-підготовчих вправ на заняттях з фізичного виховання у закладах вищої освіти / Л. Пустолякова, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2019. – Вип. 11. – С. 187–195.
91. Рудей Д. Ю. Бойовий хортинг у комплексі виховних засобів спортсменів шкільного віку / Д. Ю. Рудей, О. М. Гречаний, Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 334–343.
92. Сичов С. Бойовий хортинг та особливості оптимізації управління атлетичним тренуванням у процесі спортивної діяльності / С. Сичов, Е. Єрмоєнко // Теорія і методика хортингу. – 2017. – Вип. 8. – С. 219–225.

93. Степура Т. М. Бойовий хортинг як засіб формування специфічних психічних властивостей співробітників правоохоронних органів / Т. М. Степура, Е. А. Єрмоєнко, О. В. Буток, // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 173–188.

94. Тішин А. В. Застосування прийомів бойового хортингу при вдосконаленні навчання у вищих освітніх установах правоохоронних органів України / А. В. Тішин, Е. А. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – С. 296–305.

95. Федорченко Т. Є. Бойовий хортинг і методика проведення занять в умовах здоров'язберігальної педагогіки / Т. Є. Федорченко, Е. А. Єрмоєнко, В. Е. Єрмоєнко // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 695–713.

96. Чмелюк В. В. Бойовий хортинг у підрозділах державної митної служби для підготовки співробітників до протидії незаконному переміщенню товарів у районах здійснення операції об'єднаних сил на сході України / В. В. Чмелюк, Е. А. Єрмоєнко, В. В. Бондарчук // Протидія незаконному переміщенню товарів 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.

97. Чмелюк В. В. Бойовий хортинг як чинник навчання і професійної підготовки курсантів закладів вищої освіти правоохоронної спрямованості / В. В. Чмелюк, Е. А. Єрмоєнко, В. В. Бондарчук // Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матер. Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 липня 2020 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Університет ДФС України [та ін.]. – Ірпінь, 2020. – Ч. 2. – С. 8–23.

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

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

Sokol Ye. M., Yeromenko E. A., Vozniuk M. G.

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

Methods and means of speed development in combat horting athletes

***Abstract.** This scientific article reveals the methods and means of speed development in combat horting athletes, methods of developing speed abilities of combat horting athletes of different ages, the structure of human speed abilities, features of formation in athletes engaged in sports sections and circles of combat horting, physical speed with which are the basis for compliance with the training regime and adjustment of physical activity in order to plan the educational process. It is noted that the ability to perform movements and actions quickly is one of the most important qualities of a combat horting athlete. All its actions are a complex of reflex reactions, alternating one after another. For example, an athlete saw that his opponent, when making a direct blow with his left hand to the head, lowers his right hand down for a moment, and thus opens the lower jaw - the most sensitive place on the head. The athlete receives information through a visual analyzer, in the cerebral cortex there is a decision to strike a counter-direct blow with the left hand in an open place, the team receives the motor nerve, and the musculoskeletal system performs an action controlled by the central nervous system. The faster this reflex arc is closed, the faster the action is performed - anticipation by impact. The speed of movement of a combat horting athlete is always considered in relation to the performance of rational techniques and actions. Hasty and intermittent movements, performed irrationally, in no way contribute to the speed of the athlete in the fight. Therefore, working on the development of speed, select exercises closely related to the technique of performing techniques and actions used in combat. The accuracy of the reaction to a moving object is improved in parallel with the development of its speed.*

Key words: speed development technique, combat horting, human speed abilities, physical quality speed, sports training, physical exercises.

Наукове видання

БОЙОВИЙ ХОРТИНГ ТА ДІЯЛЬНІСТЬ ПРАВООХОРОННИХ ОРГАНІВ УКРАЇНИ

(українською, англійською та російською мовами)

Матеріали міжнародної науково-практичної конференції

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

04–05 січня 2021 р., м. Ірпінь, Університет ДФС України

Частина 2

Колектив авторів
Друкується в авторській редакції

Упорядник: Е. А. Єрмоменко

Підписано до друку 12.01.2021 р.
Формат 84x108/16
Умов. друк. арк. 163,80

Папір офсетний
Друк офсетний
Гарнітура Times

Зам. № 0239
Наклад 50 пр.

Підготовлено до друку Видавничо-поліграфічним центром Університету ДФС України.
08205, вул. Університетська, 31, м. Ірпінь, Київська область, Україна.
Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до Державного реєстру видавців, виготовлювачів і розповсюджувачів видавничої продукції (серія ДК № 5104 від 20.05.2016 р.)

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