

ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І ТРЕНЕРІВ З ЄДИНОБОРСТВА «БОЙОВИЙ ХОРТИНГ» В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ: ВПРОВАДЖЕННЯ АВТОРСЬКИХ МЕТОДИК УЧНЯМ 5-9 КЛАСІВ (ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА)

Юсупов О. І., Кононенко Р. Р., Родченко А. В.,

здобувачі вищої освіти першого (бакалаврського) рівня денної форми навчання кафедри «Технології оздоровлення та фізкультурно-спортивної реабілітації» Факультету соціально-гуманітарних технологій, спорту та реабілітації ДПУ;

Лаврентьєв О. М.,

кандидат наук з фізичного виховання, доцент, завідувач кафедри «Технології оздоровлення та фізкультурно-спортивної реабілітації» Факультету соціально-гуманітарних технологій, спорту та реабілітації ДПУ;

Діхтяренко З. М.,

кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри «Технології оздоровлення та фізкультурно-спортивної реабілітації» Факультету соціально-гуманітарних технологій, спорту та реабілітації ДПУ

Анотація. *Автори наукової публікації «Підготовка майбутніх учителів фізичної культури і тренерів з єдиноборства «Бойовий хортинг» в умовах воєнного стану: впровадження авторських методик учням 5-9 класів (експериментальна робота)» намагалися довести актуальність обраної теми дослідження. Так, О. Юсупов, Р. Кононенко та А. Родченко розробили тести для майбутніх учителів фізичної культури і тренерів з єдиноборства «Бойовий хортинг» на тему: «Українське єдиноборство – бойовий хортинг в умовах воєнного стану та після воєнного часу під час змішаного навчання» й можна проводити на уроках фізичної культури /у спортивному гуртку «Бойовий хортинг», що сприяють визначенню життєвої позиції. З. Діхтяренко описала три етапи педагогічного експерименту.*

Ключові слова: *бойовий хортинг, тести, урок фізичної культури, спортивний гурток, майбутні учителі фізичної культури, тренери, спортсмени, учні, 5-9 класи, в умовах воєнного стану, змішане навчання, експериментальна робота.*

Вступ. *З метою створення для здобувачів освіти належних умов для заняття руховою активністю та формування ставлення до занять фізичною культурою і спортом як до важливої складової здорового способу життя відповідно до пункту 624 Плану пріоритетних дій Уряду на 2021 рік, затвердженого розпорядженням Кабінету Міністрів України від 24 березня 2021 року № 276-р, передбачено затвердження Концепції розвитку щоденного спорту в закладах освіти.*

Даний План пріоритетних дій Уряду на 2021 рік підсилюється через закони України «Про фізичну культуру і спорт», «Про освіту», «Про повну загальну середню освіту», «Про фахову передвищу освіту», «Про професійну (професійно-

технічну) освіту», «Про вищу освіту», «Про позашкільну освіту», Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2024 року, затвердженої постановою Кабінету Міністрів України від 01 березня 2017 року № 115¹ тощо.

Тому, відповідно до освітніх завдань науковці та методисти розробляють /-ли програми з фізичного виховання; концепції підготовки спеціалістів фізичної культури в Україні; наукові дослідження щодо методичного забезпечення навчально-виховного процесу школи; авторські методики для майбутніх педагогів, учителів фізичної культури і тренерів (В.Ареф'єв, І. Бех, Т. Бойченко, А. Борисенко, О. Вавілова, Г. Ващенко, Е. Вільчковський, В. Верхлін, Л. Волков, С. Волкова, А. Вольчинський, С. Гальперін, Г. Грибан, Н. Денисенко, М. Дубовис, Г. Єдинак, В. Завацький, М. Зубалій, Я. Кодлюк, Г. Костюк, М. Кричфалуший, О. Курок, О. Леонов, В. Столітенко, Є. Столітенко, О. Тимошенко, С. Цвек, Б. Шиян та ін.) тощо [2, с. 49; 8].

І, таким чином, підготовка майбутніх учителів фізичної культури і тренерів з єдиноборства «Бойовий хортинг» в умовах воєнного стану: впровадження авторських методик учням 5-9 класів є дуже актуальною та не дослідженою темою сьогодення.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. До питання підготовки майбутніх учителів фізичної культури і тренерів систематично звертаються науковці та педагоги-дослідники: С. І. Болтівець, Л. Т. Уралова «Психофізіологічне підготовлення майбутніх учителів фізичної культури та тренерів бойового хортингу в заклади загальної середньої освіти, спортивні клуби та дитячо-юнацькі спортивні школи»; А. Г. Захаріна, Т. С. Кльопка «Структурні компоненти готовності майбутніх фахівців з туризму до анімаційної діяльності в рекреаційно-оздоровчій сфері»; А. Г. Захаріна «Структурні компоненти готовності майбутніх фахівців з туризму до анімаційної діяльності в рекреаційно-оздоровчій сфері»; В. С. Костенко, А. В. Стешиц «Методика викладання настільного тенісу для майбутніх учителів фізичної культури та тренерів»; В. Л. Хіміч, Н. В. Демченко «Теоретичне обґрунтування засобів народного хореографічного мистецтва на заняттях з фізичної культури у майбутніх учителів фізичної культури й тренерів з єдиноборства «Бойовий хортинг»; О. В. Шевченко, А. О. Мельнік «Оздоровчі ігрові технології в системі підготовки фахівців фізичної культури і спорту» [8] та ін.

Проаналізувавши останні дослідження та публікації з проблеми впровадження авторських методик учням-спортсменам бойового хортингу було встановлено, що дане питання частково відображено в наукових статтях: З. Діхтяренко, Г. Коломосьць, А. Ребрина, К. Діхтяренко «Адаптація учнівської та студентської молоді, курсантів спортивних гуртків «Бойовий хортинг» до блочної системи тренувань – визначення життєвої позиції в умовах воєнного стану

¹ <https://imzo.gov.ua/2022/01/11/nakaz-mon-vid-27-10-2021-1141-4088-pro-zatverdzhennia-kontseptsii-rozvytku-shchodennoho-sportu-v-zakladakh-osvity/>

(експериментальна робота)», 2022; Е. Єрмоменко, К. Кукушкін «Можливості бойового хортингу щодо формування військово-патріотичного виховання старшокласників – успішних особистостей», 2021; Dikhtiarenko, Z., Korzhenko, I., Steshyts, A. «Training of future physical education teachers and martial arts coaches – Combat Horting to the application of healthcare technologies», 2022; Dovhan, N. «Scientific and methodological aspects of sports training of Combat Horting athletes: pupils and student youth, cadets, 2022»; Kukushkin, K. «The state of military-patriotic education of senior classes of pupils by means of Combat horting (approbation of research materials)», 2021; Ostapenko, O., Zubalii, M., Dikhtiarenko, Z. «Military-patriotic education of pupils and students-hortingists as a basis of a healthy way of life in the conditions of ideological and ideological confrontation», 2020) [1; 3-19] та ін.

Зв'язок роботи з науковими темами. Отже, визначення назви публікації «Підготовка майбутніх учителів фізичної культури і тренерів з єдиноборства «Бойовий хортинг» в умовах воєнного стану: впровадження авторських методик учням 5-9 класів (експериментальна робота)» направлено на впровадження результатів НДР у заклади середньої та вищої освіти [1-19]. Дане дослідження виконується згідно науково-дослідних робіт: 1) ІПВ НАПН України: з 2020-2022 роки за загальною темою: «Військово-патріотичне виховання учнів в умовах ідейно-світоглядної конфронтації» (ДР № 0120U100443); з 2023-2025 роки «Організаційно-педагогічні умови та технології забезпечення єдності фізичного і військово-патріотичного виховання учнів закладів загальної середньої освіти» (ДР № 0123U100608); 2) кафедра «Технології оздоровлення та фізкультурно-спортивної реабілітації» Факультету соціально-гуманітарних технологій, спорту та реабілітації Державного податкового університету: з 2017-2020 роки за темою «Національний вид спорту хортинг як засіб фізичного виховання студентів» (ДР № 0118U001989); з 2021-2026 роки «Підвищення фізичної працездатності різних груп населення в процесі занять фізичною культурою і спортом» (ДР № 0121U113261); 3) кафедра «Фізичної терапії, ерготерапії та фізичного виховання» Приватного вищого навчального закладу «Український гуманітарний інститут» з 2021-2026 роки за темою «Принципи здорового способу життя в системі фізичного виховання» (ДР № 0121U113032).

На підставі описаного теоретичного матеріалу визначено **мету публікації** – це є опис своєчасної проведеної експериментальної роботи: впровадження авторських методик учням 5-9 класів на тему: «Українське єдиноборство – бойовий хортинг в умовах воєнного стану та після воєнного часу під час змішаного навчання». А, отже, це є актуальним і важливим науково-практичним дослідженням [1-19].

Виклад основного матеріалу. Наше дослідження щодо впровадження авторських методик учням 5-9 класів під час підготовки майбутніх учителів фізичної культури і тренерів з єдиноборства «Бойовий хортинг» в умовах воєнного стану, було розраховане на три етапи педагогічного експерименту [1; 7; 8; 12; 18].

Перший етап.

Для ЗВО (здобувачів вищої освіти) написати Есе (власноруч) на тему: «Чому я обрала / обрав спеціальність: «Тренер» / «Учитель фізичної культури»?

Прогнозований результат щодо вибору моєї майбутньої професії:

- що я повинна / повинен знати,
- що я повинна / повинен вміти,
- що я повинна / повинен знати в умовах воєнного стану,
- що я повинна / повинен вміти в умовах воєнного стану,
- що я повинна / повинен знати в умовах після воєнного часу,
- що я повинна / повинен вміти в умовах після воєнного часу,
- що я повинна / повинен знати під час змішаного навчання,
- що я повинна / повинен вміти під час змішаного навчання.

Другий етап.

На основі написаного Есе розробити презентацію на 8-11 слайдів на ту ж саму тему: «Чому я обрала / обрав спеціальність: «Тренер» / «Учитель фізичної культури»?

Третій етап.

Здобувачам вищої освіти першого (бакалаврського) рівня денної форми навчання потрібно було виконати творче завдання: наприклад, розробити *тести* для майбутніх учителів фізичної культури і тренерів з єдиноборства «Бойовий хортинг» (автор методики: З. Діхтяренко).

Ось деякі з них.

Олександр Юсупов. Тести для майбутніх учителів фізичної культури і тренерів з єдиноборства «Бойовий хортинг» на тему: «Гігієна харчування, її екологічна та соціальна проблеми».

1. *Яка з наведених характеристик є ключовою для забезпечення гігієнічного харчування?*

- a) велика кількість фаст-фуду;
- b) різноманітна та збалансована дієта;
- c) постійне перекусування цукерками;
- d) велика кількість газованих напоїв.

2. *Які фактори можуть впливати на екологічні аспекти гігієни харчування?*

- a) споживання продуктів з сезонних ринків;
- b) переважання продуктів рослинного походження;
- c) використання продуктів упакованих у біорозградний пластик;
- d) всі відповіді є вірними.

3. *Чому важливо слідкувати за джерелами харчових продуктів з точки зору їхньої екологічної вартості?*

- a) для забезпечення великої кількості продуктів;
- b) для зменшення витрат на продукти;
- c) для збільшення терміну зберігання продуктів;

d) для збереження природних ресурсів та зменшення негативного впливу на довкілля.

4. *Яка із зазначених проблем є соціальною у гігієні харчування?*

- a) недостатність калорій у раціоні;
- b) забруднення продуктів хімічними речовинами;
- c) нерівномірний доступ до здорової їжі в різних соціальних групах;
- d) утримання домашніх улюбленців в кухні.

5. *Які фактори можуть впливати на соціальні аспекти гігієни харчування?*

- a) наявність широкого асортименту продуктів на ринках;
- b) ефективне використання сучасних кулінарних технік;
- c) економічні можливості і доступність до здорової їжі;
- d) всі відповіді є вірними.

6. *Чому важливо уникати надмірного споживання продуктів, які мають велику вуглеводно-жирову вартість?*

- a) для забезпечення швидкої енергії;
- b) для покращення смакових властивостей їжі;
- c) для попередження розвитку хронічних захворювань та збереження здоров'я;
- d) для підвищення імунітету.

7. *Яка група продуктів вважається основним джерелом білка в раціоні людини?*

- a) цукор та цукрові напої;
- b) м'ясо та риба;
- c) цитрусові фрукти;
- d) молочні продукти.

8. *Які продукти сприяють зміцненню зубів і чистоті ротової порожнини?*

- a) цукерки та мед;
- b) чіпси та солодкі газовані напої;
- c) фрукти та овочі;
- d) фаст-фуд і шоколад.

9. *Чому важливо дотримуватися основних принципів особистої гігієни при приготуванні та вживанні їжі?*

- a) для заощадження часу;
- b) для збереження смакових властивостей їжі;
- c) для запобігання захворюванням та збереження здоров'я;
- d) для зменшення витрат на продукти.

10. *Які продукти вважаються джерелом важливих вітамінів та мінералів?*

- a) продукти з високим вмістом цукру;
- b) овочі та фрукти;
- c) чіпси та солодкі напої;

d) фаст-фуд та фритюрні страви.

Руслана Кононенко. Тести для майбутніх учителів фізичної культури і тренерів з єдиноборства «Бойовий хортинг» на тему: «Особиста гігієна».

1. *Коли слід дотримуватися гігієни ротової порожнини?*

- a) завжди;
- b) іноді;
- c) ніколи.

2. *Як впливає на органи дихання, нервову діяльність, теплообмін відсутність у квартирі необхідного санітарно-гігієнічного мікроклімату?*

- a) ніяк не впливає;
- b) позитивно впливає;
- c) негативно впливає.

3. *Якщо засмагаючи на пляжі стало зле твоїй подрузі. Що потрібно робити?*

- a) почну бити палкою, привертаючи увагу;
- b) сховаю її в тінь і дам води;
- c) зніму сторіс для Інстаграм.

4. *Знаходячись на безлюдному острові, потрібно мити їжу та руки?*

- a) так, бо я піклуюсь про своє здоров'я;
- b) ні, мені це не потрібно;
- c) помию тільки їжу, руки не обов'язково.

5. *Під час манікюру майстер повинен дотримуватися всіх вимог гігієни та стерилізації інструментів?*

- a) так;
- b) ні;
- c) дивлячись, який клієнт.

6. *Як потрібно починати загартовуватись?*

- a) відразу стрибати в холодну воду;
- b) поступово загартовуватися;
- c) кидатися один в одного снігом.

7. *Коли займаєшся спортом, потрібно мати рушник?*

- a) так, витиратиму після себе інвентар;
- b) не потрібен;
- c) так, витиратиму руки, частини тіла.

8. *Під час прибирання потрібно протирати поверхні шкафів і полицок?*

- a) я зазвичай таким не займаюсь;
- b) підлогу протерти достатньо;
- c) я піклуюсь про своє здоров'я, тому протираю всі поверхні від пилу.

9. *Потрібно провітрювати щодня квартиру взимку?*

- a) авжеж, потрібно;
- b) не потрібно;
- c) інколи можна.

10. Чи потрібна щоденна гігієна хатніх тварин після прогулянки?

- a) завжди повинна бути;
- b) немає часу на тваринку;
- c) вона сама впорається.

Аріна Родченко. Тести для майбутніх учителів фізичної культури і тренерів з єдиноборства «Бойовий хортинг» на тему: «Гігієна харчування, її екологічна та соціальна проблеми».

1. *Гігієна харчування (трофологія)* – це

a) це доцільно організоване і вчасне забезпечення організму людини поживною та смачною їжею, яка містить оптимальні кількості харчових речовин, необхідних для підтримання життєдіяльності, росту та розвитку людини, а також для збереження її здоров'я та підвищення працездатності, подовження тривалості активного творчого довголіття;

b) розділ гігієнічної науки, яка вивчає вплив аліментарного фактору на організм людини і розробляє заходи попередження захворювань і зміцнення здоров'я людини, збереження її працездатності, збільшення тривалості життя шляхом впровадження заходів по раціональному харчуванню, безпеки та якості харчових продуктів, які виробляються;

c) спеціальне харчування хворої людини, що є обов'язковою частиною комплексного лікування;

d) стан, коли людина споживає недостатньо або занадто багато поживних речовин, або коли її харчові звички призводять до негативних наслідків для здоров'я.

2. *Функції їжі для організму:*

- a) енергетична, пластична, транспортна;
- b) біорегуляторна, імунорегуляторна, каталітична;
- c) реабілітаційна, пристосувально-регуляторна, пластична;
- d) захисна, енергетична, реабілітаційна.

3. *Виберіть варіант відповіді який НЕ відноситься до біорегуляторних функцій мікроелементів:*

- a) синтез гормонів;
- b) синтез вітамінів;
- c) кроветворення;
- d) синтез білків.

4. *Якісна повноцінність:*

a) у харчовому раціоні повинна бути необхідна кількість всіх харчових речовин, необхідних для пластичних цілей і регуляції фізіологічних функцій;

b) харчовий раціон повинен бути збалансований за вмістом різних нутрієнтів;

c) хімічний склад їжі повинен відповідати потребам і можливостям організму (процесів травлення, засвоєння, транспорту, обміну речовин, стану здоров'я);

d) їжа повинна надходити в організм в певний час, через рівні проміжки часу, раціонально розподілена за прийомами.

5. Принцип адекватності:

a) їжа повинна надходити в організм в певний час, через рівні проміжки часу, раціонально розподілена за прийомами;

b) хімічний склад їжі повинен відповідати потребам і можливостям організму (процесів травлення, засвоєння, транспорту, обміну речовин, стану здоров'я);

c) в харчовому раціоні повинна бути необхідна кількість всіх харчових речовин, необхідних для пластичних цілей і регуляції фізіологічних функцій.

d) енергетична цінність їжі повинна відповідати енерговитратам організму (ізоенергетичний режим функціонування організму).

6. Принцип збалансованості:

a) енергетична цінність їжі повинна відповідати енерговитратам організму (ізоенергетичний режим функціонування організму);

b) харчовий раціон повинен бути збалансований за вмістом різних нутрієнтів;

c) хімічний склад їжі повинен відповідати потребам і можливостям організму (процесів травлення, засвоєння, транспорту, обміну речовин, стану здоров'я);

d) у харчовому раціоні повинна бути необхідна кількість всіх харчових речовин, необхідних для пластичних цілей і регуляції фізіологічних функцій.

7. Режим харчування:

a) хімічний склад їжі повинен відповідати потребам і можливостям організму (процесів травлення, засвоєння, транспорту, обміну речовин, стану здоров'я);

b) харчовий раціон повинен бути збалансований за вмістом різних нутрієнтів;

c) енергетична цінність їжі повинна відповідати енерговитратам організму (ізоенергетичний режим функціонування організму);

d) їжа повинна надходити в організм в певний час, через рівні проміжки часу, раціонально розподілена за прийомами.

8. Виберіть варіант відповіді який НЕ є ЕКОЛОГІЧНОЮ проблемою гігієни харчування:

a) виробництво та переробка продуктів;

b) масове виробництво та швидкість;

c) водна криза;

d) транспортування та глобалізація.

9. Виберіть варіант відповіді який НЕ є СОЦІАЛЬНОЮ проблемою гігієни харчування:

a) транспортування та глобалізація;

b) доступність та нерівність;

- с) культурна проблематика;
- д) масове виробництво та швидкість.

10. *Токсичні речовини поділяються на:*

- а) природні, хімічні, неорганічні;
- б) екзогенні, хімічні, біологічні;
- с) хімічні, природні, органічні;
- д) органічні, неорганічні, екзогенні.

11. *До заходів біобезпеки НЕ відносять:*

- а) державне регулювання та контроль;
- б) економічне регулювання та контроль;
- с) місцеве самоуправління;
- д) індивідуальна відповідальність.

12. *Травний тракт людини має захисні механізми для боротьби зі збудниками шлунково-кишкових захворювань, який з варіантів відповіді НЕ є захисним механізмом:*

- а) лізоцим;
- б) хлоридна кислота;
- с) жовч;
- д) цинк.

Висновки

Передбачена мета публікації – це є опис своєчасної проведеної експериментальної роботи: впровадження авторських методик учням 5-9 класів на тему: «Українське єдиноборство – бойовий хортинг в умовах воєнного стану та після воєнного часу під час змішаного навчання» – була досягнута.

Дані методики можна проводити на уроках фізичної культури та спортивному гуртку «Бойовий хортинг» під час дистанційного та змішаного навчання / тренування для закріплення теоретико-практичного матеріалу в учнів 5-9 класів. Ефективність описаних трьох етапів педагогічного експерименту О. Лаврентьєвим і З. Діхтяренко перевірено під час семінарських і практичних занять.

Результати та ефективність розроблених тестів (автори: О. Юсупов, Р. Кононенко та А. Родченко) для майбутніх учителів фізичної культури і тренерів з єдиноборства «Бойовий хортинг» на тему: «Українське єдиноборство – бойовий хортинг в умовах воєнного стану та після воєнного часу під час змішаного навчання», що можна проводити на уроках фізичної культури / у спортивному гуртку «Бойовий хортинг» й сприяють визначенню життєвої позиції буде описано в наступних публікаціях, що відобразить ***перспективи подальших досліджень*** і підтвердить актуальність й своєчасність обраної теми.

Література

1. Городницький А. В. Підготовка підлітків – майбутніх тренерів з єдиноборства «Бойовий хортинг» в умовах воєнного стану: формування активної життєвої позиції (експериментальна робота) / А. В. Городницький, Т. С. Кльопа, 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. 52-59.

2. Діхтяренко З. М. Виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності : дис... канд. пед. наук : 13.00.07 „Теорія і методика виховання“ / Діхтяренко Зоя Михайлівна. – К., 2008. – 275 с.

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 Ребрина, Катерина Діхтяренко // Шляхи удосконалення професійних компетентностей фахівців в умовах сьогодення: матеріали II Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф (25-26 серпня 2022 року в режимі он-лайн) / упорядн.: Баженков Є. В., Цьось А. В., Коломоєць Г. А., Дикий О. Ю., Ребрина А. А., Боляк А. А., Кліванська Ю. А., Буянова Г. В., 2022. – С. 147-161.

4. Діхтяренко З. М. Вживання вітамінів для збереження та зміцнення здоров'я в учнівській та студентській молоді, курсантів спортивного гуртка «Бойовий хортинг» (експериментальна робота) / З. М. Діхтяренко, І. О. Корженко, А. В. Стешиц, В. С. Костенко // 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, 2022. – Вип. 9 (154) 2022. – С. 41-47.

5. Діхтяренко З. М. Значення вітамінів для збереження та зміцнення здоров'я в спортсменів бойового хортингу: учнівська та студентська молодь, курсанти / З. М. Діхтяренко, А. В. Стешиц, Д. М. Борсукова // 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, 2022. – Вип. 7 (152) 2022. – С. 57-62.

6. Діхтяренко Зоя. Рівень сформованості військово-патріотичної вихованості в учнівській та студентської молоді, курсантів у спортивному гуртку «Бойовий хортинг» – визначення життєвої позиції в умовах воєнного стану (експериментальна робота) / Зоя Діхтяренко, Едуард Єрьоменко, Костянтин Кукушкін, Артем Гречаний // 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., Ребрина А. А., Боляк А. А., Кліванська Ю. А., Буянова Г. В., 2022. – С. 133-143.

7. Петрова О. О. Впровадження авторських методик на уроках фізичної культури та спортивному гуртку «Бойовий хортинг» під час дистанційного навчання, в умовах воєнного стану для закріплення фізичних якостей в учнів 5-7 класів (експериментальна робота) / О. О. Петрова, А. О. Цвіга, З. М. Діхтяренко, Ю. В. Гонтар // 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. 100-108.

8. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури та тренерів у заклади загальної середньої освіти, спортивні клуби та ДЮСШ (в умовах воєнного стану) [Електронне видання]: збірник матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю присвяченої Дню фізичної культури і спорту України та Дню працівника освіти (м. Буча, 05 жовтня 2022 р.) / упорядник : З. М. Діхтяренко. – м. Буча: Приватний вищий навчальний заклад «Український гуманітарний інститут», 2022. – 337 с. – PDF формат.

9. 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.

10. Boltivets Sergii, Dikhtiarenko Zoia, Zavistovskyi Oleg, Rebryna Anatoliy. Strengthening the mental health of Combat Horting athletes (school and student youth, cadets) in conditions of armed

and informational aggression (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. 568-582).

11. 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 Khilus, Oleksandr Nestorenko (editors). *Monograph*. Publishing House of University of Technology, Katowice, 2022, (pp. 22-77).

12. Dikhtiarenko Zoia, Kozlova Kateryna, Petrova Oksana, Tsviha Artem. The use of mobile games in physical education lessons and the «Combat Horting» sports club to consolidate physical qualities in pupils of grades 5-7 – determination of life position in the conditions of martial law, during distance learning (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. 583-597).

13. Dikhtiarenko, Zoia, Shcherbina, Yuriy, Pustoliakova, Larysa, Gontar, Julia. The potential of pedagogical technologies during distance learning in the study of theoretical material by adolescents and students (cadets) with the possibility of forming an active life position by means of Combat Horting (2021). Improving living standards in a globalized world: opportunities and challenges. Monograph. The Academy of Management and Administration in Opole, 2021, (pp. 690-704).

14. 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., Ovsiukova, 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).

15. Kukushkin Kostiantyn, Yeromenko Eduard, Dikhtiarenko Zoia, Grechana Larisa. The prospectives 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).

16. Malynskyi, 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).

17. Ostapenko, Oleksandr, Zubalii, Mykola, Dikhtiarenko, Zoia. Military-patriotic education of pupils and students-hortingists 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).

18. 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).

19. 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).

**ПРИВАТНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«УКРАЇНСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ ІНСТИТУТ»
КАФЕДРА «ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ, ЕРГОТЕРАПІЇ ТА
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ»
ГО «ОБ'ЄДНАННЯ ПЕДАГОГІВ І НАУКОВЦІВ УКРАЇНИ»**



**«ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ТА ТРЕНЕРІВ У ЗАКЛАДИ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ,
СПОРТИВНІ КЛУБИ ТА ДЮСШ (в умовах воєнного стану)»**

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

*II Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною
участю присвяченої Дню фізичної культури і спорту України та
Дню працівника освіти*

Електронне видання

01-02 листопада 2023 року

Буча, 2023

Рекомендовано до друку
Вченою радою Приватного вищого навчального закладу
«Український гуманітарний інститут»
(протокол № 3 від 16 листопада 2023 року)

Редакційна колегія:

Штанько Людмила Олександрівна, в.о. ректора Приватного вищого навчального закладу «Український гуманітарний інститут», кандидат економічних наук, професор;

Шевчук Андрій Васильович, президент освітнього комплексу, ректор УАТІ;

Куриляк Валентина Василівна, проректор по науковій роботі УГІ, доктор богослов'я, доктор філософії, доцент, доцент кафедри філософії, теології та історії церкви Приватного вищого навчального закладу «Український гуманітарний інститут»;

Корженко Ірина Олександрівна, гарант ОПП «Фізична культура і спорт» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт», галузі знань 01 «Освіта/Педагогіка» кафедри «Фізичної терапії, ерготерапії та фізичного виховання» Приватного вищого навчального закладу «Український гуманітарний інститут», кандидат педагогічних наук, доцент;

Опарін Олексій Анатолійович, завідувач кафедри «Фізичної терапії, ерготерапії та фізичного виховання» Приватного вищого навчального закладу «Український гуманітарний інститут», доктор медичних наук, професор;

Стешиц Андрій Володимирович, заступник завідувача кафедри «Фізичної терапії, ерготерапії та фізичного виховання» Приватного вищого навчального закладу «Український гуманітарний інститут».

Діхтяренко Зоя Михайлівна, доцент кафедри «Фізичної терапії, ерготерапії та фізичного виховання» Приватного вищого навчального закладу «Український гуманітарний інститут», доцент кафедри «Технології оздоровлення та фізкультурно-спортивної реабілітації» Факультету соціально-гуманітарних технологій, спорту та реабілітації Державного податкового університету, кандидат педагогічних наук, доцент, голова ГО «Об'єднання педагогів і науковців України».

П 32 Підготовка майбутніх учителів фізичної культури та тренерів у заклади загальної середньої освіти, спортивні клуби та ДЮСШ (в умовах воєнного стану) [Електронне видання]: збірник матеріалів II Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю присвяченої Дню фізичної культури і спорту України та Дню працівника освіти (м. Буча, 01-02 листопада 2023 р.) / упорядник : З. М. Діхтяренко. – м. Буча: Приватний вищий навчальний заклад «Український гуманітарний інститут», 2023. – 308 с. – PDF формат.

Автори наукових публікацій спрямували свої дослідження в напрямках: теоретико-методологічні засади вивчення проблеми та впровадження результатів науково-дослідної роботи у заклади середньої, вищої та позашкільної освіти; можливості якісної підготовки майбутніх учителів фізичної культури та тренерів під час дистанційного навчання, в умовах воєнного стану; бойовий хортинг – національний професійно-прикладний вид спорту України; сучасні заклади загальної середньої освіти: програма Президента України «Здорова Україна»; нові підходи до впровадження ключових компетентностей в Новій українській школі; цифровізація освітнього процесу; виховання особистості та розвиток фізичних якостей на уроках фізичної культури; впровадження здоров'язбережувальних технологій на уроках і в закладах загальної середньої освіти; інноваційні освітні проекти для забезпечення якості освітнього процесу; дистанційна освіта; військова, професійно-прикладна, спеціальна фізична та бойова підготовка; національно-патріотичне виховання (в умовах воєнного стану); краєзнавство і туризм; інноваційні освітні технології щодо розвитку фітнес-індустрії в Україні; принципи здорового способу життя в системі фізичного виховання: фізична реабілітація та рекреація.

Редакційна колегія не завжди поділяє думку авторів і не несе відповідальності за недостовірність опублікованих даних. Матеріали друкуються в авторській редакції.

За точність викладеного тексту відповідальність покладена на авторів.

Квасниця І. М.

Формування професійної мобільності майбутніх тренерів-викладачів бойового хортингу в процесі професійної підготовки 42

Коржова О. О., Демченко Н. В.

Фізична підготовка майбутніх студентів-програмістів засобами бойового хортингу і аеробіки 46

Костенко С. В., Костенко В. С.

Навчання методики розвитку швидкості в учнів 9-11 класів під час проходження тренерської практики 51

Отраченко О. В., Воронцов С. Б.

Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до застосування інформаційних технологій в умовах дистанційного навчання 56

Чернишин В. М., Хіміч В. Л.

Новітні фізкультурно-оздоровчі технології при підготовці тренера-викладача 62

Юсупов О. І., Кононенко Р. Р., Родченко А. В.,

Лаврентьєв О. М., Діхтяренко З. М.

Підготовка майбутніх учителів фізичної культури і тренерів з єдиноборства «Бойовий хортинг» в умовах воєнного стану: впровадження авторських методик учням 5-9 класів (експериментальна робота) 66

Секція 3.

Бойовий хортинг – національний професійно-прикладний вид спорту України 77

Борсукова Д. М., Малиновський М. С., Діхтяренко З. М.

Рациональне харчування – основа здоров'я підлітків-спортсменів бойового хортингу в умовах воєнного стану 77

Грибан Г. П., Канішевська Л. В.,

Єрьоменко Е. А., Діхтяренко З. М.

Теорія і методика бойового хортингу як наукова і навчальна дисципліна: теоретичні відомості для учнів, студентів і курсантів 88

Жуляєв В. М.

Вболівальники як учасники спортивних ритуалів і споживачі спортивних заходів: досвід спортсменам бойового хортингу 107

Коржова Д. О., Демченко Н. В.

Використання сучасних комп'ютерних технологій у фізичній культурі і спорті (на прикладі бойового хортингу) 112

Наукове видання

**«ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ТА ТРЕНЕРІВ У ЗАКЛАДИ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ,
СПОРТИВНІ КЛУБИ ТА ДЮСШ (в умовах воєнного стану)»**

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

*II Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною
участю присвяченої Дню фізичної культури і спорту України та
Дню працівника освіти*

**01-02 листопада 2023 року, м. Буча,
Приватний вищий навчальний заклад
«Український гуманітарний інститут»**

**Колектив авторів
Електронне видання в авторській редакції**

Упорядник : З. М. Діхтяренко