



Фізична освіта і спорт

УДК 796.817:37.035.6(053.5)(045)К

DOI <https://doi.org/10.5281/zenodo.18945690>

**Патріотичне виховання дітей середнього шкільного віку засобами
єдиноборств (на прикладі хортингу)**

Демідова Оксана Миколаївна

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання, ННІ «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» УДУНТ, 494094, м. Дніпро, Наб. Перемоги, 10
<https://orcid.org/0000-0002-8524-5095>

Москаленко Наталія Василівна

доктор наук з фізичного виховання, професор кафедри теорії та методики фізичного виховання, заступник директора ННІ «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» УДУНТ, 494094, м. Дніпро, Наб. Перемоги, 10

<https://orcid.org/0000-0002-8656-0943>

Микитчик Ольга Сергіївна

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, професор, професор кафедри водних видів спорту, ННІ «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» УДУНТ, 494094, м. Дніпро, Наб. Перемоги, 10

<https://orcid.org/0000-0002-8656-0943>



Сидорчук Тетяна Валеріївна

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання, ННІ «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» УДУНТ, 494094, м. Дніпро, Наб. Перемоги, 10
<https://orcid.org/0000-0001-7129-1616>

Найко Дар'я Олександрівна

студентка магістратури факультету фізичного виховання, ННІ «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» УДУНТ, 494094, м. Дніпро, Наб. Перемоги, 10
<https://orcid.org/0000-0002-8524-5095>

Прийнято: 12.02.2026 | Опубліковано: 28.02.2026

Анотація: *Мета.* Метою статті є перевірка ефективності використання елементів єдиноборств (на прикладі хортингу) у фізичному вихованні дітей середнього шкільного віку, як засобу їх патріотичного виховання.

Методи. У процесі дослідження застосовано комплекс загальнонаукових і спеціально-педагогічних методів: аналіз і систематизацію науково-методичних джерел; анкетування, педагогічний експеримент та методи математичної статистики.

Результати. Обґрунтовано ефективність використання елементів єдиноборств (на прикладі хортингу), як засобу патріотичного виховання дітей середнього шкільного віку

Висновки. Зроблено висновок, що організація уроків фізичної культури з використанням елементів хортингу підвищує активну діяльність учнів, сприяє формуванню у дітей патріотичних цінностей, які базуються на вивчені



національних видів спорту, досвіду видатних українських спортсменів, педагогічного впливу, розумінню історичної спадщини нашої країни.

Ключові слова здобувачі загальної середньої освіти, єдиноборства, патріотичне виховання, середній шкільний вік, хортинг, урок фізичної культури.

Patriotic Education of Middle School–Aged Children Through Martial Arts (Using Horting as an Example).

Oksana Demidova

Candidate of Sciences in Physical Education and Sport, Associate Professor,
Associate Professor of the Department of Theory and Methods of Physical Education,
SEI «Prydniprovsk State Academy of Physical Culture and Sport» USUST, 494094,
Dnipro, Nab. Peremohy, 10

<https://orcid.org/0000-0002-9085-6800>

Natalya Moskalenko

Doctor of Sciences in Physical Education, Professor of the Department of Theory and
Methods of Physical Education, Deputy Director SEI «Prydniprovsk State Academy
of Physical Culture and Sport» USUST, 494094, Dnipro, Nab. Peremohy, 10

<https://orcid.org/0000-0001-9162-5206>

Olga Mykytchuk

Candidate of Sciences in Physical Education and Sport, Professor, Professor of the
Department of Water Sports, SEI «Prydniprovsk State Academy of Physical Culture
and Sport» USUST, 494094, Dnipro, Nab. Peremohy, 10

<https://orcid.org/0000-0002-8656-0943>



Tetiana Sydorchuk

Candidate of Sciences in Physical Education and Sport, Associate Professor,
Associate Professor of the Department of Theory and Methods of Physical Education,
SEI «Prydniprovsk State Academy of Physical Culture and Sport» USUST, 494094,
Dnipro, Nab. Peremohy, 10

<https://orcid.org/0000-0001-7129-1616>

Dasha Naiko

Master's student, Faculty of Physical Education,
SEI «Prydniprovsk State Academy of Physical Culture and Sport» USUST, 494094,
Dnipro, Nab. Peremohy, 10

<https://orcid.org/0000-0002-8524-5095>

Abstract: Purpose. The purpose of this article is to verify the effectiveness of incorporating elements of martial arts (using Horting as an example) into the physical education of middle school–aged children as a means of their patriotic education.

Methods. The study employed a set of general scientific and special pedagogical methods, including analysis and systematization of scientific and methodological sources, questionnaire survey, a pedagogical experiment, and methods of mathematical statistics.

Results. The effectiveness of using martial arts elements (Horting as an example) as a means of patriotic education for middle school–aged children was substantiated.

Conclusions. It was concluded that organizing physical education lessons with the inclusion of Horting elements increases students' active engagement and contributes to the formation of patriotic values grounded in learning about national sports, studying the experience of outstanding Ukrainian athletes, targeted pedagogical influence, and understanding the historical heritage of our country.



Keywords: learners in general secondary education; martial arts; patriotic education; middle school age; Horting; physical education lesson.

Постановка проблеми. Проблема пошуку ефективних засобів підвищення рухової активності та зміцнення здоров'я школярів залишається актуальною в Україні. В освітньому середовищі дедалі більшого значення набувають такі підходи до фізичного виховання, які поєднують розвиток фізичних якостей із формуванням соціально значущих рис особистості: дисциплінованості, самоконтролю, відповідальності, поваги до інших. Також, в нашій країні залишається низька проблем, які пов'язані з нестабільною соціально-політичною ситуацією і продовженням воєнного стану. Все це супроводжується зниженням якості життя населення, пропогомандою жорстокості, бездуховністю, насильницькими проявами, і, безумовно, це значно впливає на формування моральних норм та цінностей дітей та молоді [9]. В таких умовах актуальності набуває: виховання громадянина-патріота, формування у дітей та молоді духовно-моральних цінностей, відродження української національної культури, збереження та зміцнення здоров'я учнівської молоді під час уроків фізичної культури, самостійних занять фізичним вихованням та занять різними видами спорту [1 с. 244-248].

У цьому контексті перспективним є використання у фізичному вихованні дітей та молоді різних видів єдиноборств (карате, дзюдо, тхеквондо, хортинг, бойовий хортинг), оскільки вони мають чітку структуру навчання, нормовані правила взаємодії та вагомий виховний потенціал.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Інтеграція окремих видів спорту у зміст фізичного виховання в нашій країні реалізується, через варіативні модулі модельної навчальної програми «Фізична культура. 5-9 класи» для закладів загальної середньої освіти [5, с. 632-643]. Окремим прикладом є напрацювання щодо впровадження в освітній



процес бойового хортингу, як варіативного модуля для закладів загальної середньої освіти, що створює методичні передумови для системного використання національного виду єдиноборств у шкільному середовищі [3].

Єдиноборства широко використовують у фізичному вихованні закладів освіти різного рівня з метою розвитку фізичних якостей та покращення фізичного стану учнівської молоді. Зарубіжні дослідження підтверджують, що шкільні програми з елементами єдиноборств можуть бути ефективними не лише для фізичного розвитку та підвищення фізичної підготовленості учнів, а й для покращення поведінкових характеристик і загальної адаптації дітей.

Так, у дослідженні Т. Pinto-Escalona та ін., зазначається, що використання елементів карате під час уроків фізичної культури сприяло покращенню показників фізичної підготовленості дітей віком 7-8 років. Також, спостерігалось покращення академічної успішності дітей, та зменшення проблем з поведінкою [13].

Узагальнені результати досліджень А. Stamenković та ін., свідчать, що застосування програм бойових мистецтв у фізичному вихованні дітей дошкільного та шкільного віку найчастіше призводить до позитивних змін за параметрами, які прямо відображають функціональний стан і фізичну працездатність: кардіореспіраторна підготовленість, швидкість, спритність, сила, гнучкість, координація та баланс [15]. Таким чином, застосування єдиноборств у фізичному вихованні може розглядатися як засіб комплексного впливу на фізичний розвиток і функціональні можливості організму школярів.

Водночас для України важливим є ще один вимір — патріотичне виховання. Єдиноборства, особливо національні (хортинг, бойовий хортинг), у вітчизняних працях розглядаються як середовище формування дисципліни, громадянської відповідальності, готовності діяти за правилами та поваги до традицій, тобто як потенційний інструмент військово-патріотичного та



національно-патріотичного виховання учнівської молоді за умови педагогічно коректної організації занять [8, с. 191].

Єдиноборства (карате, тхеквондо, дзюдо, бойовий хортинг тощо) вирізняються саме такою структурою: наявністю етикету, дисциплінарних вимог, поетапності навчання, правил безпеки та нормативної «культури взаємодії» (повага, контроль сили, відповідальність). У наукових оглядах підкреслюється, що при правильній педагогічній реалізації програм з єдиноборств, практика бойових мистецтв може сприяти розвитку у учнівської молоді цінностей та соціально-емоційних навичок [10].

Систематичні заняття єдиноборствами можуть бути пов'язані з розвитком самоконтролю та регуляцією емоцій, що є базою для громадянської поведінки й ненасильницького розв'язання конфліктів [12].

Єдиноборства є одним з видів спорту які можна використовувати, як засіб для морального виховання. Багато фахівців цінують цей вид спорту за їх можливість допомогти сформувати гарний характер і зменшити насильство у суспільстві; за їх здатність покращувати здоров'я, фізичне та психічне благополуччя, а також підвищувати особисту безпеку. Регулярні тренування позитивно впливають на благополуччя людини, розвиток її особистості, когнітивне та освітнє функціонування [14, с. 894].

Результати досліджень А. Sinulingga та ін., свідчать, що багатьом бойовим мистецтвам притаманні цінності які включають: релігію, чесність, толерантність, дисципліну, наполегливу працю, креативність, незалежність, демократію, допитливість, національний дух, любов до країни, повагу до досягнень, дружлюбність, комунікабельність, миролюбність, любов до читання, турботу про навколишнє середовище, соціальну турботу та відповідальність [13, с. 898], тобто ті цінності, що педагогічно сумісні з цілями патріотичного виховання.



В процесі патріотичного виховання важливим є розмежування таких понять як «вміння захищатись» та «культура ненасильства». Jorge Carlos Lafuente та ін., у своїх дослідженнях вказують, що єдиноборства можуть асоціюватись зі зниженням гніву та агресії, але такий виховний ефект залежить від: правил безпеки, етичних установок тренера, акцентів на самоконтролі та повазі до партнера [11].

У сучасних умовах національно-патріотичне виховання в Україні визначається як системний напрям освітньої та виховної діяльності, що реалізується, зокрема, через план дій щодо Стратегії національно-патріотичного виховання на 2020–2025 роки [6]. Для учнів середнього шкільного віку характерні інтенсивний розвиток самосвідомості, усвідомлення і дотримання норм суспільства, потреба в справедливих правилах і визнанні, що робить цей період сприятливим для формування громадянських і моральних установок через діяльність, яка має зрозумілий кодекс поведінки та соціально значущий зміст.

У поєднанні з державними пріоритетами національно-патріотичного виховання це актуалізує потребу наукового обґрунтування та методичного супроводу використання видів єдиноборств у шкільному фізичному вихованні як засобу одночасно фізичного розвитку, підвищення функціонального стану і формування ціннісних орієнтацій патріотичного змісту.

В нашій країні в цьому контексті особливе місце займає хортинг – національний вид єдиноборств, що розглядається фахівцями як інструмент військово-патріотичного й національно-патріотичного виховання учнівської молоді [4, 7].

Проте на сьогодні, не набули достатнього науково-методичного обґрунтування визначення впливу використання засобів хортингу на формування патріотичних цінностей дітей середнього шкільного віку в умовах



закладів загальної середньої освіти, що обумовлює доцільність проведення досліджень в даному напрямі.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Попри значний внесок проаналізованих наукових досліджень, аналіз літературних джерел виявляє низьку питань, які пов'язані з науковим обґрунтуванням використання засобів хортингу у фізичному вихованні дітей середнього шкільного віку з метою підвищення рівня їх фізичної підготовленості і формування у них патріотичних цінностей.

Формулювання цілей статті (постановка завдання)

Метою статті є перевірка ефективності використання елементів єдиноборств (на прикладі хортингу) у фізичному вихованні дітей середнього шкільного віку, як засобу їх патріотичного виховання

Для досягнення мети дослідження сформульовано такі завдання:

1. охарактеризувати виховний потенціал єдиноборств у формуванні патріотичних цінностей підлітків;
2. визначити ефективність використання елементів хортингу на уроках фізичної культури, як засобу патріотичного виховання дітей 13-14 років.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Педагогічний експеримент проводився в умовах Магдалинівського ліцею Магдалинівської селищної ради. Для вирішення поставлених проблем до педагогічного експерименту було залучено 20 здобувачів загальної середньої освіти віком 13-14 років.

На початку експерименту було проведено опитування школярів за анкетною на тему: «Визначення патріотизму учнівської молоді та її патріотичної активності». За результатами аналізу відповідей було з'ясовано, що особисто патріотизм для 65% учнів середнього шкільного віку – це віддана любов, підтримка і захист України. 5% респондентів вважали, що патріотизм негативне



явище, яке викликає конфліктні ситуації в суспільстві, 10% учнів відповіли, що патріотизм – це романтична вигадка, щось, що не має чіткого пояснення, а 30% дітей 13-14 років вказали, що їм важко надати відповідь на це запитання (рис.1).

Серед чинників, які допомагають учням виховувати в собі почуття патріотизму 60% учнів вказали, що це відчуття гордості за Україну; 15% дітей визначили інтерес до історичного минулого; 20% школярів вказали, що патріотизм їм допомагає виховувати активність у громадському житті України; 15% респондентів зазначили такий чинник, як інтелігентність і 20% дітей було складно визначитись з цим питанням.

Найбільший вплив на формування патріотичних цінностей у 55% дітей має сім'я і родичи; у 50% школярів – особистий приклад і їх ставлення до України; у 20% респондентів - педагоги, діяльність освітніх закладів різного рівня, інтернет-ресурси; 25% учнів визначили, що на формування у них патріотичних цінностей впливають ровесники, однокласники і друзі; 35% дітей зазначили участь спортсменів України в Міжнародних спортивних змаганнях; 15% респондентів вказали на фільми, передачі, літературу національно-політичної спрямованості, засоби масової інформації, впровадження у фізичне виховання дітей та молоді Українських національних видів спорту (бойовий гопак, хортинг, спас). Хочеться відмітити, що в процесі відповіді на запитання: «Хто, або що може найбільше вплинути на формування у Вас патріотичних цінностей?» жоден з учнів не обрав відповідь «жоден не впливає» та «важко відповісти», що свідчить, що діти середнього шкільного віку мають чітку позитивну позицію щодо формування у них патріотичних цінностей і розуміють важливість цього процесу. Особливої уваги привертає той факт, що лише 15% учнів вказали на те, що на формування у них патріотичних цінностей впливає впровадження у фізичне виховання дітей та молоді Українських національних видів спорту. Це може свідчити про недостатню обізнаність або недооцінку ролі національних видів спорту у процесі формування патріотичних



цінностей серед молоді, і спонукає шукати шляхи щодо більшого поінформування дітей з цього питання.

Щодо визначення, яким чином, у разі необхідності, учні готові захищати Україну – 50% школярів вказали, що найкраща допомога, це виконання своїх прямих обов'язків, 45% респондентів готові проявити себе в якості волонтерів і лише 5% дітей зазначили, що не готові захищати Україну.

Аналіз відповідей на запитання: «Чи маєте Ви бажання виїхати з України?» показав, що 40% дітей можливо хотіли б повчитися або попрацювати за кордоном якийсь час, але потім повернутись в Україну. 45% учнів хочуть жити в Україні, 10% респондентів зазначили, що їм важко відповісти на це запитання і лише 5% учнів планують це зробити найближчим часом. Це свідчить про те, що діти люблять Україну, пишаються нею і не дивлячись на те, що зараз складні часи хочуть жити і працювати саме в Україні.

В процесі опитування було проаналізовано відповіді респондентів стосовно питання, що для них є найважливішим у житті. Діти мали можливість обрати декілька варіантів відповідей. Результати показали, що для 60% дітей найважливішим є те, щоб не було війни; для 55% учнів – збереження фізичного і психічного здоров'я. 40% респондентів визначили, що одним з найважливіших компонентів їхнього життя - бути з коханою людиною, а 30% дітей вказали на наявність хороших і вірних друзів. По 15% учнів вважають, що найголовнішим є власне самовдосконалення (постійний духовний та фізичний розвиток) та можливість взяти від життя якомога більше задоволення або розваг. Викликає занепокоєння те, що лише 15% школярів середнього шкільного віку визначають у своєму житті важливість самовдосконалення. Наш погляд це свідчить про недостатність розуміння взаємозв'язку між станом здоров'я і постійним духовним і фізичним розвитком особистості, що в свою чергу призводить до недооцінення важливості регулярних занять фізичним вихованням у різних його формах і викликає потребу у пошуку шляхів



розширення знань дітей та молоді, щодо формування у них мотивації до самовдосконалення за допомогою використання різноманітних засобів фізичного виховання, зокрема елементів хортингу.

Актуальності набуває і той факт, що лише 20% дітей вважають, що найголовнішим у житті є отримання достойної освіти та професії. Такий результат може пояснюватись тим, що воєнні дії, які продовжуються в нашій країні, викликають у дітей багато психологічних переживань і тривогу, і тому навчання і вибір майбутньої професії не завжди є пріоритетом у житті сучасної дитини. Про це наголошують і фахівці, вказуючи, що війна вносить дуже негативні корективи в життя кожної людини і для дітей це дуже важке випробування. Всі ці фактори призводять до того, що діти втрачають інтерес до навчання і освітянам необхідно шукати шляхи щодо пробудження у дітей цього інтересу [2]. І на наш погляд саме засоби фізичного виховання можуть допомогти у вирішенні цієї актуальної проблеми сьогодення, а елементи хортингу будуть сприяти не лише вмотивованості дітей до регулярної рухової активності, а і допоможуть в подальшому вихованні патріотизму учнів.

Таким чином, результати анкетування на початку експерименту показали, що у дітей 13-14 років рівень сформованості патріотизму знаходився на доволі високому рівні. Але необхідно звернути увагу на те, що учні не мають достатньої обізнаності або недооцінюють роль національних видів спорту у процесі формування патріотичних цінностей серед молоді, а також на те, що діти, на жаль, в умовах війни втрачають інтерес до навчання, зокрема і фізичною культурою також. Тому розгляд питання щодо впровадження елементів хортингу у фізичне виховання дітей середнього шкільного віку, може стати ефективним засобом вирішення цих проблем.

Результати анкетування стали підґрунтям для розробки експериментальної методики використання елементів хортингу в процесі проведення уроків



фізичної культури з дітьми середнього шкільного віку в умовах змішаного навчання, яка передбачала:

- виконання спеціальних вправ: пересування: поєднання способів пересування з технічними базовими рухами хортингу; повороти в русі у стійках; удосконалення техніки пересувань і техніки зміни стійки (на місці та в русі); застосування вправ для рук та ніг: імітаційні, махи та викиди; вправ для тулуба; вправ для утримання центру ваги;

- виконання вправ на відновлювання дихання, оздоровчі дихальні вправи хортингу та дихальні вправи на місці у русі і в стійці;

- вивчення і демонстрація атаквальних та захисних форм (оздоровчих базових комплексів), в залежності від завдань уроку;

- теоретичний блок, який включав міні-лекції за темами: «Значення й основні правила загартування», «Поняття про режим, його значення у життєдіяльності людини», «Рекомендації щодо порядку дня хортингістів», «Харчування, його значення у збереженні та зміцненні здоров'я, енерговитрати під час фізичних навантажень», а також надавався теоретичний матеріал з метою розширення інформації щодо патріотичного виховання молоді засобами фізичної культури і спорту, зокрема хортингом: «Історичні аспекти розвитку хортингу», «Основні принципи та морально-етичні цінності хортингу», «Хортинг і командна робота (єдність, підтримка, спільна мета)», «Хортинг як інструмент формування лідерських якостей», «Спортивні досягнення українських хортингістів як приклад для наслідування» та інші.

Протягом експерименту засоби хортингу використовувались в процесі проведення уроків фізичної культури і діти отримували домашні завдання щодо виконання вивчених технічних елементів хортингу самостійно.

При організації уроку фізичної культури з елементами хортингу виховний аспект досягався за допомогою наступних методичних дій: кожного уроку на початку надавалась коротка теза, або висловлювання, що сприяло створенню

відповідного настрою дітей до уроку, який проявлявся у подальшій повазі, відповідальності та взаємодопомозі. Протягом застосування елементів хортингу пріоритет віддавався техніці безпеки, формуванню правил щодо контролю сили у поєднанні з повагою та поєднання бойової практики з контролем емоційного стану. Застосовувалось виконання командних завдань та парних вправ в яких партнер відіграє роль помічника, відбувалось чергування рухових дій. Застосовувались міні-лекції, які були присвячені основам здорового способу життя, діяльності видатних спортсменів, історичних аспектів розвитку хортингу, волонтерській діяльності. Фізичне навантаження підбиралось у відповідності до віку і рівню фізичної підготовленості учнів, застосовувались різноманітні ігри та естафети, при вивченні і демонстрації форм дотримувались мінімізації травмонебезпечних контактів.

Наприкінці експерименту, після впровадження експериментальної методики використання елементів хортингу в процесі проведення уроків фізичної культури з дітьми середнього шкільного віку в умовах змішаного навчання було проведено повторне анкетування серед учнів 13-14 років.

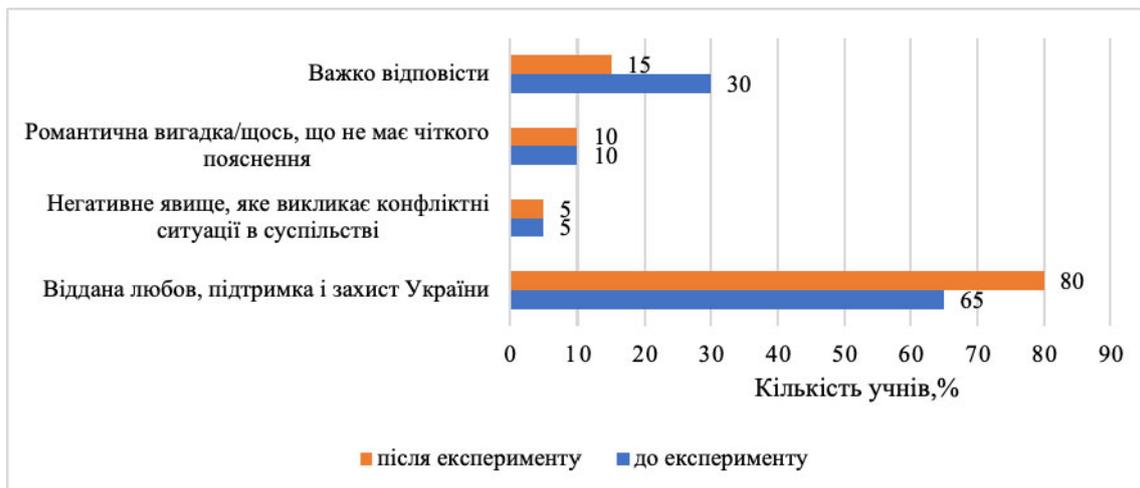


Рис. 1. Відповіді респондентів на питання «Особисто для Вас, патріотизм – це...» (n=20)

Порівняльний аналіз відповідей респондентів до та після експерименту показав, що наприкінці експерименту знизилась кількість дітей, яким важко було надати відповідь на запитання, що для них особисто є поняття патріотизм. Натомість, на 15% збільшилась кількість дітей, які зазначили, що особисто патріотизм для них – це віддана любов, підтримка і захист України.

На 10% більше дітей вказали, що серед чинників, які допомагають їм виховувати у собі почуття патріотизму – це відчуття гордості за Україну та інтерес до історичного минулого. Кількість дітей які змінили своє відношення до власного духовного і фізичного самовдосконалення збільшилась на 35%, а дітей, які вважають здоров'я (фізичне і психічне) найважливішим у житті – на 15%. На 30% збільшилась кількість учнів, які почали проявляти інтерес до національних видів спорту. Кількість дітей, які зазначили, що участь спортсменів України в Міжнародних спортивних змаганнях впливає на формування у них патріотичних цінностей збільшилась на 25% (рис.2).



Рис. 2. Відповіді респондентів на питання «Хто або що, з перерахованого може найбільше вплинути на формування у Вас патріотичних цінностей?» (n=20)



Також, серед дітей відбулись позитивні зміни щодо визначення того, що отримання достойної освіти і професії є важливим для них – кількість таких учнів збільшилась на 20%.

Отримані результати свідчать, що застосування елементів хортингу у фізичному вихованні підлітків позитивно впливає на формування не лише патріотичних цінностей, а і допомагає учням змінити відношення і до свого особистого сприймання сучасності. В освітньому сенсі патріотичне виховання не зводиться лише до емоційних проявів, воно включає розвиток відповідальності, гідності, дисциплінованості, готовності діяти в межах законних правил, поважати інших, служити громаді. Формування цих компонентів у поєднанні з фізкультурно-спортивною діяльністю дає можливість виховувати соціальні норми через практичну діяльність. І єдиноборства можуть суттєво сприяти цьому процесу, виконуючи роль соціально-педагогічного середовища, де дитина вчиться: діяти за правилами (регламент, суддівство, етикет); поважати партнера й тренера; керувати емоціями (самоконтроль, стриманість, відповідальність за силу дії); працювати на результат, не порушуючи норм безпеки і моралі.

Висновки. Використання елементів хортингу на уроках фізичної культури є ефективним засобом патріотичного виховання учнів середнього шкільного віку, оскільки поєднує фізичний розвиток із формуванням ціннісних орієнтацій. У процесі занять підлітки засвоюють норми взаємоповаги, дисциплінованості, самоконтролю та відповідальності, розвивають готовність діяти відповідно до правил і соціальних норм. Залучення дітей до національного виду спорту сприяє підвищенню інтересу до історичної спадщини та спортивних досягнень України, посилює мотивацію до здорового способу життя і систематичних занять фізичними вправами. Отримані результати підтверджують доцільність впровадження хортингу як варіативного змісту фізичного виховання з метою зміцнення функціонального стану та



виховання патріотичних цінностей школярів. Наприкінці експерименту встановлено зростання: на 35% учнів які змінили своє відношення до власного духовного і фізичного самовдосконалення, на 30% кількість учнів, які почали проявляти інтерес до національних видів спорту, на 25% кількість дітей, які визнали, що участь спортсменів України в Міжнародних спортивних змаганнях впливає на формування у них патріотичних цінностей і на 20% кількість підлітків, які визначили, що отримання достойної освіти і професії є важливим для них.

Список використаних джерел

1. Діхтяренко З., Єрмоєнко Е. Військово-патріотичне виховання учнівської та студентської молоді, курсантів у спортивному гуртку «Бойовий хортинг» в умовах воєнного стану. *Проблеми освіти*. 2022. Вип. 2(97), С. 239-265.
2. Єрмоєнко Е.А. Хортинг – національний вид спорту України : метод. посіб. Київ. Паливода А.В. 2014. 1064с.
3. Єрмоєнко Е. А. Навчальна програма з фізичної культури для закладів загальної середньої освіти, 5–9, 10–11 класи. Варіативний модуль «Бойовий хортинг» : навч. Програма. Мін-во освіти і науки України, Ін-т модернізації змісту освіти. ГС «НФБХУ». 2020. 78 с.
4. Коваль А.В. Використання потенціалу хортингу в патріотичному вихованні української молоді. *Педагогічні науки*. 2017. Вип. LXXV, 2, С. 55-59.
5. Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5-9 класи» для закладів загальної середньої освіти. Наказ МОН від 22.08.2024 року № 1185. 712 с.
6. Про затвердження плану дій щодо реалізації Стратегії національнопатріотичного виховання на 2020-2025 роки. 2020. <https://www.kmu.gov.ua/npas/pro-zatverdzhennya-planu-dij-shchodo-realizaciyi->



[strategiyi-nacionalno-patriotichnogo-vihovannya-na-20202025-roki-i091020-932?utm_source=chatgpt.com](https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/8729/1/%D0%9C.%D0%92..pdf?utm_source=chatgpt.com)

7. Тимчик М. Виховання патріотизму в старших підлітків у процесі занять хортингу. *Теорія і методика хортингу*. 2014. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/8729/1/%D0%9C.%D0%92..pdf?utm_source=chatgpt.com
8. Тимчик М. В., Мішаровський Р. М. Хортинг як засіб військово-патріотичного виховання учнів основної школи. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. 2016. Вип. 3К 1 (70), С. 189-192.
9. Тітова Г.В., Бобошко В.В., Романенко С.С., Роль фізичної культури і спорту у патріотичному вихованні старших підлітків. *Теорія та методика навчання (з галузей знань)*. Інноваційна педагогіка. 2023. Випуск 61 том 2. С. 15-17.
10. Gutiérrez-García C. Keeping children and young people healthy by practicing martial arts. 2025.
11. Lafuente J-C, Zubiaur M, Gutiérrez-García C, Effects of martial arts and combat sports training on anger and aggression: A systematic review. *Aggression and Violent Behavior*. 2021. 58, 101611, <https://doi.org/10.1016/j.avb.2021.101611>.
12. Lane AM. CALM: Cultivating Awareness, Learning, and Mastery to Reduce Anger and Violence Through Combat Sports. *Youth*. 2025. 5(2):45. URL: <https://doi.org/10.3390/youth5020045>
13. Pinto-Escalona T, Gobbi E, Valenzuela PL, Bennett SJ, Aschieri P, Martin-Loeches M, Paoli A, Martinez-de-Quel O. Effects of a school-based karate intervention on academic achievement, psychosocial functioning, and physical fitness: A multi-country cluster randomized controlled trial. *J Sport Health Sci*. 2024. Jan;13(1):90-98. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2021.06.005>
14. Sinulingga, A., Karisman, V. A., Samodra, Y. T. J., Suryadi, D., Wati, I. D. P., Syam, A., Syahrudin, S., Santika, I. G. P. N. A., & Suwanto, W. ¿Cuáles son los valores del carácter contenidos en las artes marciales y cómo se integran en la



Educación del Carácter? Revisión bibliográfica (What are the character values contained in martial arts and how are they integrated into Character Education? Literature review). 2024. Retos, 60, 894-903. <https://doi.org/10.47197/retos.v60.109330>

15. Stamenković A, Manić M, Roklicer R, Trivić T, Malović P, Drid P. Effects of Participating in Martial Arts in Children: A Systematic Review. *Children* (Basel). 2022. Aug 11;9(8):1203. <https://doi.org/10.3390/children9081203>