

завдань (за сигналом) на різке припинення рухів (при збереженні заданої пози) або різка зміна напрямку чи характеру рухів; виконання різноманітних рухових дій із заплученими очима.

Координованість рухів, як здатність до раціонального прояву й перебудови рухових дій у конкретних умовах на основі наявного запасу рухових умінь і навичок, має особливо велике значення для досягнення високих результатів у спортивних єдиноборствах [4].

Успішне оволодіння техніко-тактичними прийомами в боротьбі самбо потребує як розвитку координаційних здібностей, так і вдосконалення фізичних якостей борця. Так, наприклад, зачеплення залежить від сили й координації, швидкості й спритності, рішучості й настирливості спортсмена. Цей перелік ціннісних якостей спортсмена не випадковий. Застосування окремих прийомів вимагає цілеспрямованого розвитку певних якостей, над якими треба працювати на тренуваннях і вдосконалює техніко-тактичну підготовку студентів-самбістів.

Л. Матвеев, Ю. Верхошанський, В. Панков, А. Акоюн і багато інших науковців відмічають, що фізичні якості настільки тісно пов'язані між собою, що розвинути одну з них до високого рівня неможливо без оптимального розвитку інших. У реальній практиці борців мають місце комплексні форми прояву фізичних якостей [2].

Отже, займаючись самбо, студент проходить всебічний розвиток і багатократне випробування своєї волі, витримки, працьовитості, розвиває наполегливість у досягненні поставлених цілей, самодисципліну, самоконтроль почуттів та емоцій.

ВИСНОВКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ. У процесі дослідження ми дійшли висновку, що для досягнення високих результатів у боротьбі самбо студентам-самбістам необхідно в однаковій мірі досконало володіти не лише всіма вище зазначеними фізичними якостями, чого можна досягнути лише завдяки постійній наполегливій і цілеспрямованій потужній фізичній самореалізації, а за допомогою системи вдосконалення техніко-тактичних дій. Важливе значення в техніко-тактичній підготовці має фізична підготовка борця, яка впливає на техніку виконання прийомів, що, у свою чергу, сприяє вдосконаленню фізичних якостей. Систематичні заняття боротьбою самбо сприяють якісній підготовці студентів до змагальної діяльності, де вимагається бути впевненим, урівноваженим і завжди знаходити правильні рішення у складній обстановці сучасного бою.

ЛІТЕРАТУРА

1. Lyakh V. V. Blahoslovit' mene, braty, v dorohu : navchal'no-metodychnyy posibnyk / V. V. Lyakh. – Sumy : «Yaroslavna», 2008. – 114 s.
2. Matvyeyev S. F. Borot'ba sambo / S. F. Matvyeyev. – K. : «Zdorovya», 1977. – 152 s.
3. Панков В. А. Специальная физическая подготовка в видах спортивных единоборств / В. А. Панков, А. О. Акоюн // Теория и практика физической культуры. – М. : Научно-издательский центр, 2004. – № 4.
4. Пістун А. І. Спортивна боротьба : навчальний посібник / А. І. Пістун. – Львів : «Тріада плюс», 2008. – 864 с.

Согор Олег, Пітин Мар'ян

Львівський державний університет фізичної культури

ВІДМІННОСТІ СТРУКТУРИ ТА ЗМІСТУ РЕГЛАМЕНТАЦІЇ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ЗМІШАНИХ ОДНОБОРСТВАХ

Анотація. У статті визначено спільні та відмінні риси структури та змісту регламентації змагальної діяльності у різних видах змішаних єдиноборств.

У всіх видах змішаних єдиноборств наявна ударна техніка, борцівська техніка, і робота в партері, але виходячи із особливостей правил того чи іншого виду спорту, в деяких видах переважає ударна техніка, інших – борцівська та також представлені види змішаних єдиноборств із відсутньою перевагою тому чи іншому стилю ведення бою. У споріднених видах змішаних єдиноборств де регламентація змагальної діяльності майже не відрізняється, основною відмінністю може бути різний час і формат поєдинку. Оскільки ми бачимо явні відмінності між різними видами змішаних єдиноборств, тренувальний процес і особливо підготовка до змагань повинна бути відмінною, урахувуючи особливості структури та змісту регламентації змагальної діяльності.

Ключові слова: змішані єдиноборства, регламентація, спільні та відмінні риси.

Анотація. Отличия структуры и содержания регламентации соревновательной деятельности в смешанных единоборствах. Согор Олег, Марьян Питын. В статье определены общие и отличительные черты структуры и содержания регламентации соревновательной деятельности в различных видах смешанных единоборств.

Во всех видах смешанных единоборств имеется ударная техника, борцовская техника, и работа в партере, но исходя из особенностей правил того или иного вида спорта, в некоторых видах преобладает ударная техника, в некоторых – борцовская, и также представлены виды смешанных единоборств с отсутствующим преимуществом в том или ином стиле ведения боя. В родственных видах смешанных единоборств где регламентация соревновательной деятельности почти не отличается, основным отличием может быть разное время и формат поединка. Поскольку мы видим явные различия между разными видами смешанных единоборств, тренировочный процесс и особенно подготовка к соревнованиям должна быть другой,

учитывая особенности структуры и содержания регламентации соревновательной деятельности.

Ключевые слова: смешанные единоборства, регламентация, общие и отличительные черты.

Abstract. *The differences of the structure and content of regulation of competitive activities in mixed martial arts. Oleg Sogor, Pityn Maryan. The article identifies the common and distinctive features of the structure and content of regulation and competitive activities in different types of mixed martial arts. Every year the formation of new organizations and federations appears in MMA. Today there are about ten sports which are positioned as mixed martial arts that appears in Ukraine. These sports have a significant number of common features in the rules of competition and competitive activity. However, there are characteristic differences provide an opportunity to highlight a particular kind of sport among others. This theory should be reflected in the training aspect of athletes and its scientific and methodological justification.*

The development of mixed martial arts began with Ancient Greece, where the competitions on pankration took place. The development of society has created a new form of mixed martial arts that we see today. They are all similar, so it may seem that this is one kind of mixed martial arts.

All types of mixed martial arts has absorbed the striking, wrestling and brazilian jiu-jitsu techniques. Based on the characteristics of the rules of a sport some types of MMA dominated by striking and wrestling techniques. Also we can see the other types of mixed martial arts with no preference for a particular style of fighting.

Related types of mixed martial arts regulation where competitive activity is almost the same, the main difference may be a different time and format of the fight. As we can see clear differences between different types of mixed martial arts, the training process and especially the preparation for the competition should be different, due to characteristics of the structure and content of regulation of competitive activity.

Key words: mixed martial arts, rules, common and distinctive features.

Постановки проблеми. Змішані єдиноборства можна вважати однією із найстаріших груп видів спорту. Водночас значна кількість різновидів змагань вказує на недостатню вивченість та наукову обґрунтованість окремих видів спорту, що стрімко розвиваються [8, 13, 20]. Підвищення вимог до адаптаційних можливостей людини дає підстави фахівцям з різних видів спорту стверджувати, що все більшої популярності набувають неолімпійські види змагальної діяльності [17, 18, 19].

З кожним роком утворюються нові організації та федерації, напрями традиційних видів спорту. Сьогодні в Україні є близько десяти видів спорту які тією чи іншою мірою позиціонуються як змішані єдиноборства. Ці види спорту мають значну кількість спільних ознак у правилах змагань та, відповідно, змагальної діяльності. Проте наявні характерні відмінності дають змогу виокремлювати той чи інший вид спорту з-поміж інших. Це своєю чергою повинно відобразитися на системі підготовки спортсменів та її науково-методичному обґрунтуванню [2, 6, 16].

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Існує значна кількість науковців, які розробляли проблематику наукового обґрунтування того чи іншого виду спорту (змішаних єдиноборств). Проте практично відсутні роботи з проведення порівняльного аналізу між окремими видами спорту. Це дало нам підстави в нашому науковому дослідженні зосередити увагу на загальних рисах найбільш популярних видах змішаних єдиноборств в Україні [2, 4, 5].

За останні кілька десятиліть змішані єдиноборства в світі набули значної популярності і з кожним наступним періодом розвитку суспільства вона збільшується. В Україні розвиток змішаних єдиноборств демонструє сповільнені темпи, які значно відстають від світових. На тлі достатньої вивченості окремих видів змішаних єдиноборств у світі на національному рівні в Україні ця інформація є надзвичайно обмеженою.

Варто відокремити засновників українського панкратіону тренера національної збірної України з панкратіону С. В. Чередніченка та О. А. Томенка. Фахівці у своїх роботах свідчать, що молодь, зокрема студентська має значне зацікавлення заняттями з панкратіону. На їхнє переконання це допомагає їм у зміцненні здоров'я, удосконаленні спеціальних фізичних якостей, удосконаленні засад техніки тощо [5]. Також варто виділити науковця І. Ю. Наконечного, який займався психологічними аспектами та станом спортсменів при заняттях панкратіоном [4]. Д. А. Коньков в своїх роботах ґрунтовно розкриває суть проблеми тренувального процесу в панкратіоні. За його словами майже всі бійці змішаного стилю більшість тренувань проводять зі своїх базових класичних видів спорту (наприклад бокс, кікбоксинг чи боротьба) і стараються свою техніку підлаштувати під змішані єдиноборства [13].

Також варто відзначити науковців, які займалися іншими видами змішаних єдиноборств (бойове самбо, хортинг, рукопашний бій, тощо). Р. Тронь та В. Ільїн у своїх працях розкривали підготовку спортсменів у бойовому самбо. Дані автори стверджують що в бойовому самбо найчастіше доводиться зустрічати комплексний прояв швидкісних якостей, де виконання спортсменом технічних дій залежить безпосередньо від швидкості реакції та швидкості виконання цілісного руху [12].

Анісімов М.П. Ставить під сумнів, що боєць змішаних єдиноборств володіє усіма техніками боротьби і ударної техніки, тому що у змішаних єдиноборствах присутня дуже велика кількість технік з різних видів єдиноборств, Ключову роль тут відіграє те як спортсмен може поєднувати різні дисципліни і переходити від ударної техніки до боротьби [15]. А. Олексенко зіставляє структуру та зміст змагальної діяльності в панкратіоні [14].

Зв'язок з науковими темами та планами. Дослідження виконане згідно тем «Основи теоретичної підготовки в спорті» (номер державної реєстрації 0113U000659) на 2013–2017 рр. та «Теоретико-методичні основи управління тренувальним процесом та змагальною діяльністю в олімпійському, професійному та адаптивному спорті» (номер державної реєстрації: 0116U003167) на 2016–2020 рр. плану науково-дослідної роботи Львівського державного університету фізичної культури).

Мета дослідження: визначити спільні та відмінні риси структури та змісту регламентації змагальної діяльності у різних видах змішаних единоборств.

Методи дослідження. Для реалізації завдань дослідження використані методи теоретичного аналізу та узагальнення, аналізування документальних матеріалів, порівняння.

Результати дослідження та їх обговорення. У запропонованому дослідженні проведено порівняльний аналіз регламентувальних положень змагальної діяльності та особливостей оцінювання ряду сучасних та популярних видів змішаних единоборств. Без сумніву всі види спорту, які стали предметом нашого вивчення мають право на існування. Ми лише намагаємося зіставити окремі структурні відмінності в цих видах спорту. Серед них такі:

- Змішані бойові мистецтва (англ. Mixed Martial Arts, MMA) – вид спорту, розглядається також як категорія бойових мистецтв, що включає в себе різноманітні засоби і способи ведення оборони й нападу в рукопашному бою.

Основу змішаних бойових мистецтв складають класичні види боротьби (греко-римська і вільна боротьба, дзюдо, дзюдзюцу тощо) і класична ударна техніка (бокс та кікбоксинг). На відміну від класичних бойових мистецтв, які в своїй більшості походять із країн Сходу, змішані бойові мистецтва не несуть в собі духовного або релігійного навантаження, віддаючи перевагу спортивно-прикладному аспекту.

- Фрі-файт (англ. Free-fight — «Вільний бій») — змішане бойове мистецтво, український варіант змішаних контактних единоборств. У фрі-файті дозволено вести роботу як в стійці, так і в партері. Удари наносяться руками, ногами, колінами в корпус і голову суперника, а також у стрибку чи з розворотом. Дозволяється застосовувати кидки та задушливі прийоми.

У 2004 році Міністерством України у справах сім'ї, молоді та спорту офіційно визнали фрі-файт як вид спорту. Водночас змішані единоборства MMA визнані офіційним видом спорту в нашій країні у лютому 2012 року. Визнання виду спорту в Україні передувало створення національної федерації і розробка чітких правил та уніфікація положення про змагання. За основу взято класичні правила MMA, але дещо змінені з урахуванням тенденцій любительського спорту.

- Самбо (у перекладі означає «самооборона без зброї») було розроблено ще в 30-х роках в СРСР. Самбо розділяється на два види: спортивне і бойове.

Бойове самбо передбачає нанесення ударів руками і ногами, але при цьому зберігається можливість робити різні прийоми: кидки, утримання, больові і так далі. Однією зі специфічних ознак бойового самбо є те що тренування і змагання проводяться в спеціальних куртках – самбовках.

Національна Федерація Самбо України була створена 11 квітня 1993 року. 15 липня 2014 року Самбо було визнано національним видом спорту в Україні, а Федерація Самбо України отримала статус національної.

- Хортинг – український вид спортивних единоборств. Хортинг позиціонується не тільки як бойове мистецтво, а і як система комплексної фізичної підготовки, самовдосконалення, морального, духовного та культурного виховання, наближення до українських традицій.

Слово «хортинг» походить від назви острова Хортиця. У 2009 року, Міністерство України у справах сім'ї, молоді та спорту, офіційно визнано Хортинг як вид спорту. Правила Хортингу ряд фахівців вважають відносно складними та специфічними. Це пов'язано з тим, що правила і екіпірування суттєво відрізняється навіть у межах різних раундів бою.

- Рукопаш гопак — українське бойове мистецтво, що являє собою систему фізично-духовного виховання. Його складовими є ударна техніка (рук та ніг) і боротьба (кидки, больові та задушливі прийоми). У 2003 році була зареєстрована Федерація Українського Рукопаш Гопака.

- Рукопашний бій – вид бойового мистецтва, заснований в Росії на основі східних шкіл единоборств. Рукопашний бій – це швидка техніка ліквідування супротивника. Бій ведеться без зброї, за допомогою нанесення ударів руками й ногами, кидками, больовими та задушливими прийомами, а також прийомами реанімації. Існує три категорії рукопашного бою: спортивний, поліцейський і армійський. Рукопашний бій визнаний як вид спорту в Україні разом із створенням Федерації рукопашного бою, а саме в 1993 році. Правила змагань дещо відрізняються від класичних видів змішаних единоборств адже в рукопашному бої заборонено наносити удари на землі, а також порівняно з іншими видами спорту, яким ми приділили увагу, є багато заборон при виконанні больових та задушливих прийомів. Змагання і тренування відбуваються в кімано.

- Панкратіон – це вид единоборств (синтез боротьби і кулачного бою), який в 648 р. до Р.Х. було включено до програми Олімпійських Ігор. У 2004 р. Панкратіон був визнаний в Україні як вид спорту. Панкратіон – це сукупність багатьох видів единоборств, який поєднує в собі найдоцільніші прийоми боротьби та кулачного бою, сучасного тайського боксу, кік-боксингу, тощо.

Спортивний панкратіон – один з найкрасивіших та найскладніших видів единоборств. Правила змагань з панкратіону включають три розділи: поединки без ударів – «граплінг»; поединки з обмеженим повним контактом – «традішн»; поединки з повним контактом – «фул» [1, 16].

З метою їхнього порівняння основні структурні відмінності правил змагань, що реалізовані у підходах до оцінювання техніко-тактичних дій представлені у зведеній таблиці (табл. 1) [3, 7, 8, 9, 10, 11].

Таблиця 1

Оцінка технічних дій спортсменів у змагальній діяльності змішаних одноборств

№	Технічні дії	Вид спорту						
		Панкратіон	Фрі файт	ММА	Бойове самбо	Хортінг	Рукопаш гопак	Рукопашний Бій
1	удари руками в голову	1	1	1	-	1	1	2
2	удари руками в корпус	1	1	1	-	1	1	1
3	удари коліном в голову	заб.	2	3	-	заб.	заб.	заб.
4	удари коліном в корпус	2	1	1	-	2	1	заб.
5	удари ногами в голову	3	3	3	-	3	2	2
6	удари ногами в корпус	2	2	1	-	2	1	1
7	удари ногами в стегно	1	-	1	-	1	1	-
8	удари ліктями в корпус	заб.	1	1	-	заб.	заб.	заб.
9	удари в партері	+	+	+	+	+	+	заб.
10	неамплітудний кидок	1	1	1	2 (4)	1	2	1
11	Кидок	2	3	2	2 (4)	2	2	3 (1)
12	високоамплітудний кидок	3	3	3	2 (4)	3	4	3
13	Утримання	**	-	-	2	**	-	2

Примітки: 1, 2, 3, 4 – оцінки у балах; заб. – прийом заборонений в умовах змагальної діяльності; – – технічна дія дозволяється але не оцінюється; +* – удари в партері тільки по тулубу; ** – утримання оцінюється різною кількістю балів в залежності від позиції в партері.

З наведених даних можна зробити висновок, що найменший час поєдинку в змішаних одноборствах, котрі ми розглядаємо становить три хвилини в рукопашному бої, також можлива додаткова хвилина в разі якщо судді не зможуть визначити переможця одностайним рішенням в основний час поєдинку. Також звертаємо увагу що фінали відбуваються по 5 хв і з можливою додатковою хвилиною в разі нічії. Це вказує на відмінності у величинах інтенсивності проведення бою та відповідно вимогах до підготовленості спортсменів за умови участі в цих змаганнях.

Такий самий час поєдинку наявний в ММА (3хв), але тут ситуація вже кардинально міняється, адже починаючи з півфінальних поєдинків бійці проводять вже не один раунд а два (тобто 3+3). Також звертаємо на те що максимальний час поєдинку в фінальних сутичках може бути три раунди по три хвилини, оскільки в ММА в разі нічийного результату можливий ще додатковий третій раунд.

Подібна ситуація зафіксована для Фрі-файту. У цьому виді спорту бійці змагаються два раунди по дві хвилини в відбіркових поєдинках і два раунди по три хвилини в фінальних.

У рукопаш гопаку час поєдинку також складає два раунди по три хвилини, але часовий формат однаковий на всіх стадіях змагання. Також у разі нічийного результату може бути оголошений третій раунд.

У панкратіоні та бойовому самбо спортсмени змагаються один раунд тривалістю п'ять хвилин незважаючи на те, що це відбіркова стадія чи фінальна. Але в панкратіоні в разі рівної кількості балів оголошується додаткова хвилина, а в бойовому самбо судді повинні визначити переможця в основний час.

І найбільший час поєдинку бійці можуть проводити в хортінгу це три раунди по три хвилини починаючи з відбіркових поєдинків.

Також у деяких видах змішаних одноборств завершити поєдинок достроково можна не лише нокаутом або больовим прийомом, а за явною перевагою, якщо судді зафіксують великий розрив між балами як наприклад в панкратіоні, хортінгу, бойовому самбо та рукопашному бої. Також в бойовому самбо отримати чисту перемогу можна за рахунок чистого кидка при якому кидаючий спортсмен залишиться на ногах а його візаві впаде на спину.

Цікавий момент виявлений у правилах панкратіону. Подавати протест секундант може лише під час поєдинку, тоді судді зупиняють зустріч розглядають протест і якщо дійсно суддя помилився то оцінку певної технічної дії можуть відмінити, але якщо протест буде відхилено то суперник отримує додатково п'ять балів.

Стосовно оцінок технічних дій, то тут також є багато як спільних рис, так і розбіжностей між різними видами змішаних одноборств.

Найбільше розбіжностей спостерігається у нарахуванні балів, зокрема для бойового самбо. У бойовому самбо відсутні оцінки за любі удари як в стійці так і в партері, а оцінюються лише ті удари які призвели до явних уражень, наприклад за нокдаун спортсмен отримує чотири залікових бали.

Подібна ситуація і в рукопашному бої адже нокдаун в рукопашному бої також оцінюється чотирма балами

(половина перемоги). Але в рукопашному бої вже оцінюються і удари які не призводять до нокаута чи нокаунів. За чіткі попадання в голову як рукою так і ногою боєць отримує два бали, а в корпус – один бал. Також звертаємо увагу на те, що лише в рукопашному бої заборонені будь-які удари в партері.

В інших видах змішаних одноборств спостерігається більше спільних ознак у правилах та особливостях оцінювання техніко-тактичних дій в умовах змагальної діяльності. У панкратіоні, фрі-файті, ММА, хортінгу та рукопаш гопаку спортсмени за удари рукою в голову і удари рукою в корпус отримують по 1одному балу.

Удари ногою в голову оцінюються в два бала в рукопаш гопаку та рукопашному бої, а у панкратіоні, фрі-файті, ММА та хортінгу оцінюються в три бала.

Виявлено, що удари ногою в корпус в панкратіоні, фрі-файті та хортінгу оцінюються в два бала. Водночас в ММА, рукопаш гопаку та рукопашному бої лише в один бал. Удари ногами в стегно («лоукіки») у фрі-файті та рукопашному бої не оцінюються взагалі. Проте в інших видах оцінюються в один бал.

Що стосується ударів ліктями в корпус і колінами в голову то ці технічні елементи в панкратіоні хортінгу рукопаш гопаку і рукопашному бої заборонені. У фрі-файті і ММА удари ліктями в корпус оцінюються в один бал, а удари коліном у голову в два і три бала відповідно.

Незначні відмінності присутні в оцінювання ударів коліном у корпус, а саме в 2 бала вони оцінюються в панкратіоні та хортінгу, в інших видах, крім бойового самбо оцінка становить один бал.

Що стосується таких техніко-тактичних дій як кидки суперника, то в деяких видах вони класифікуються на амплітудні і не амплітудні як у фрі-файті та рукопашному бої. Відповідно оцінюються в 1 або 3 бала. У панкратіоні, ММА та хортінгу кидок оцінюється в 1, 2 або 3 бала в залежності від амплітуди. У рукопаш гопаку також оцінка залежить від амплітуди і оцінюється в 2 або 4 бала.

У бойовому самбо ситуація є дещо відмінною. За класичне утримання в 2-ма балами оцінюється в бойовому самбо та рукопашному бої але в панкратіоні і хортінгу спортсмен отримує бали за домінуючі положення в партері від одного до чотирьох балів. У фрі-файті ММА та рукопаш гопаку технічні дії в партері, якщо вони не стосуються ударів балами не оцінюються.

Таким чином ми зробили узагальнення щодо переважання в панкратіоні, бойовому самбо та хортінгу переважає борцівської техніки; в рукопашному бої – ударної та в фрі-файті, ММА та рукопаш гопаку комбінованої техніки ведення поєдинку, що за умов регламентації змагальної діяльності має більш виражений вплив на формування результату.

Низку відмінностей виявлено при вивченні структури та тривалості компонентів змагальної діяльності (табл. 2). [3, 7, 8, 9, 10, 11]

Таблиця 2

Параметри тривалості компонентів змагальної діяльності

№	Компоненти	Вид спорту						
		Панкратіон	Фрі-файт	ММА	Бойове самбо	Хортінг	Рукопаш гопак	Рукопаш. бій
1	основний час поєдинку	5	2+2 (3+3)	3 (3+3+3)	5	3+3 +3)	3+3 +3)	3(5)
2	кількість раундів	1	2 (3)	2 (3)	1	3	2(3)	1
3	перерва між раундами	-	1 хв	1 хв	-	1 хв.	1 хв.	-
4	додаткова хв. в разі рівної к-ті балів	1 хв	3 хв	3 хв	ні	ні	3 хв	1 хв
5	дострокова перемога в разі розр. балів	так	ні	ні	так	так	ні	Так

Як ми бачимо з даних таблиці час поєдинку у різних видах змішаних одноборств суттєво відрізняється. У фрі-файті, ММА, хортінгу та рукопаш гопаку правилами передбачено декілька раундів по дві або три хвилини. Причому значна відмінність може бути між відбірковими раундами (як наприклад в ММА передбачено на поєдинок лише 3 хв.) і фінальними (де і в ММА, рукопаші гопак, хортінгу бійці проводять на рингу, або татами аж три раунди по три хвилини).

Кардинально інша ситуація у панкратіоні, бойовому самбо. Тут є фіксований час поєдинку 5 хв., причому в панкратіоні при рівній кількості балів може бути назначена додаткова хвилина без перерви між основним і додатковим часом.

Важливим моментом у панкратіоні, бойовому самбо, рукопашному бої та хортінгу є те що поєдинок можна закінчити достроково в разі великого розриву між балами. В інших видах правилами не передбачено закінчення поєдинку швидше ніж передбачено часом зустрічі, якщо звичайно один зі спортсменів не застосує больовий або

задушливий прийом, або не виграє за допомогою нокаута.

ВИСНОВКИ. Розвиток змішаних одноборств розпочинався ще з Давньої Греції де проводились змагання з панкратіону. З еволюцією суспільства виникали і інші види змішаних одноборств, які ми можемо бачити і сьогодні. Як ми бачимо у всіх цих видах є багато спільного і на перший погляд може здатися, що це один вид спорту

У всіх видах змішаних одноборств наявна ударна техніка, борцівська техніка, і робота в партері, але виходячи із особливостей правил того чи іншого виду спорту, в деяких видах переважає ударна техніка, інших – борцівська та також представлені види змішаних одноборств із відсутньою перевагою тому чи іншому стилю ведення бою.

У споріднених видах змішаних одноборств де регламентація змагальної діяльності майже не відрізняється, основною відмінністю може бути різний час і формат поєдинку. Оскільки ми бачимо явні відмінності між різними видами змішаних одноборств, тренувальний процес і особливо підготовка до змагань повинна бути відмінною, урахувавши особливості структури та змісту регламентації змагальної діяльності.

Подальші дослідження передбачають визначення шляхів урахування відмінностей структури та змісту змагальної діяльності різних видів змішаних одноборств в структурі та змісті навчально-тренувального процесу спортсменів та на різних етапах багаторічного спортивного удосконалення.

ЛІТЕРАТУРА

1. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл з панкратіону. – Київ, 2010. – 54 с.
2. Українська федерація хортингу : Кратка характеристика правил соревнований по хортингу. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://horting.org.ua/node/11973> (Дата звернення: 18.09.2016)
3. Чередніченко С. В. Використання єдиноборств античної культури в процесі виховання студентів педагогічних університетів (на прикладі панкратіону) / С. В. Чередніченко // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер. : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – 2014. – Вип. 118. – С. 219–221.
4. Федерація змішаних єдиноборств ММА України: Історія ММА // Детальніше читайте на: – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://mma.org.ua/istoria-mma> (Дата звернення: 16.09.2016).
5. Панкратіон: правила змагань / Мандрік О.П., Яковенко Р.В., Томенко О.А. [та ін.]. – Київ, 2015. – С. 23–43.
6. Стеценко О. В. Правила спортивних змагань зі змішаних єдиноборств (ММА) / Стеценко О. В. – Київ, 2013. – 36 с.
7. Старовойт А. П. Правила спортивних змагань з фрі-файту / Старовойт А.П. – Київ, 2013. – С. 1–3
8. Правила спортивних змагань з самбо / Наухатко О.К., Хасанов М.Х., Матвеев С.Ф., Шептицький В.В. – Київ, 2008. – 45 с.
9. Правила змагань з рукопашного бою. – Федерація рукопашного бою України. – Київ, 2004 – 52 с.
10. Согор О. Характеристика панкратіону в структурі змішаних одноборств / Согор Олег, Пітин Мар'ян // Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб наук. праць. – Житомир: Вид-во ФОП Євенок О. О., 2016. – Вип. 2. – С. 198–203.
11. Technical devices of improvement the technical, tactical and theoretical training of fencers / Briskin Yuriy, Pityn Maryan, Zadorozhna Olha, Smyrnovsky Serhiy, Semeryak Zoryana // Journal of Physical Education and Sport. – Pitesti, 2014. – issue 3. – Art 51. – P. 337–341.
12. Qualified women epee fencers technical and tactical training using of highly qualified sportsmen model indicators / Briskin Yuriy, Semeryak Zoryana, Pityn Maryan and Vaulin Oleksandr / Journal of Physical Education and Sport. – Pitesti, 2016. – 16 (2). – pp. 534 – 539.
13. Use of an authorial training technology during technical and tactical training of women epee fencers / Zoryana Semeryak, Yuriy Briskin, Maryan Pityn and Oleksandr Vaulin // SportLogia, 2013. – 9 (2). – P. 135–140.
14. Interconnection of women epee fencers of different qualification indicators / Briskin Yuriy, Pityn Maryan, Semeryak Zoryana, and Vaulin Oleksandr // SportLogia. – Banja Luka, 2015. – 11 (1). – p. 37–42. Режим доступу: <http://www.sportlogia.com/no11engl/eng4.pdf>
15. Pityn M. Features of theoretical training in combative sports / Pityn Maryan, Briskin Yuriy, Zadorozhna Olha // Journal of Physical Education and Sport. – Pitesti, 2013. – 13 (2), issue 2. – Art 32. – P. 195–198.
16. Kirk, C. Measuring the Workload of Mixed Martial Arts using Accelerometry, Time Motion Analysis and Lactate. / Kirk, C., Hurst, H. T. and Atkins, S. // International Journal of Performance Analysis in Sport. 2015. – № 15. – P. 359–370.
17. Lenetsky, S. The mixed martial arts athlete: a physiological profile. / Lenetsky S. and Harris, N. // Strength and Conditioning Journal, 2012. – № 34. – P. 32–47.
18. Physical fitness and anthropometric profile of mixed martial arts athletes / Marinho, B. F., Del Vecchio, F. B. and Franchini, E. // Revista de Artes Marciales Asiáticas, 2012. – № 6. – p. 11–18.
19. Tactical Aspects of a National University Taekwondo Championship in Relation to Round and Match Outcome / Menescardi, C., Lopez-Lopez, J. A., Falco, C., Hernandez-Mendo, A. and Estevan, I. // Journal of Strength and Conditioning Research. – 2015. – 29. – P. 466–471.
20. Development and validation of a time-motion judo combat model based on the Markovian Processes / Miarka, B., Branco, V. H., Vecchio, F. B., Camey, S. and Franchini, E. // International Journal of Performance Analysis in Sport, 2015. – № 15. – p. 315–331.