

6. Iermolova, V.M., Derevianko, V.V., Zakharchuk, I. R., Silkova, V.O., & Tymchyk, M.V. Navchalna prohrama. Fizychna kultura. Profilynny riven 10-11 klasy. Kyiv, 2017, 138 s. (in Ukr.).
7. Zubalii M. Zmist navchalnoi diialnosti starshoklasnykiv zi sportyvnoho profilu. Zdorovia ta fizychna kultura. 2008. № 3. S. 1-5. (in Ukr.).
8. Kotova O. V. Profiline navchannia v starshii shkoli za sportyvnyim napriamkom, yoho sutnist ta problemy. Visnyk Zaporizkoho natsionalnoho universytetu. 2012. № 1(7). S. 48-53. (in Ukr.).
9. Krutsevych T. Yu. Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia: pidruchnyk dlia studentiv vyshchych navch, zakladiv fiz. vykhovannia i sportu: T2. Metodyka fizychnoho vykhovannia riznykh hrup naselennia / T. Yu. Krutsevych. K., 2012. 368 s. (in Ukr.).
10. Leshchenko O. Profiline navchannia fizychnoi kultury yak pedahohichna problema. Vytoky pedahohichnoi maisternosti. 2016, Vypusk 17, S. 102-108. (in Ukr.).
11. Likarchuk I. L. Problema profilizatsii navchannia v starshii shkoli ta shliakhy yii rozviazuvannia. Dyrektor shk. 2003. №20. S. 23-25. (in Ukr.).
12. Lypova L. A., Malyshev V. V., Palamarchuk T. I. Profilizatsiia navchannia: teoriia i praktyka. Osvita i upravlinnia. K., 2007. T. 10. S. 50-55. (in Ukr.).
13. Nakaz MON vid 21.10.13 № 1456 «Pro zatverdzhennia Kontseptsii profilnoho navchannia u starshii shkoli». https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/37784/.
14. Roters T. Teoretychni zasady profilnoho navchannia starshoklasnykiv za sportyvnyim napriamkom. Fizyчне vykhovannia riznykh hrup naselennia. Donetsk, 2008. S. 12-15. (in Ukr.).
15. Roters T. T. Vzaiemodiia fizychnoho ta estetychnoho vykhovannia starshoklasnykiv u protsesi profilnoho navchannia. Visn. Luhan. nats. un-tu im. Tarasa Shevchenka: Pedahohichni nauky. 2008. № 4(143). S. 232-237. (in Ukr.).
16. Shchurova N. V. Analiz stanu formuvannia fizychnoho zdorovia starshoklasnykiv v umovakh profilnoho navchannia. Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Serii "Pedahohika, sotsialna robota". № 31. 2014. S. 193 – 196. (in Ukr.).

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.6(166).29
УДК 001.82:[796.015.132:796.8

*Розторгуй М.С.,
доктор наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Львівський державний університет фізичної культури імені І. Боберського, м. Львів
Володченко О.А.,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
Львівський державний університет фізичної культури імені І. Боберського, м. Львів
Товстоног О.Ф.,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Львівський державний університет фізичної культури імені І. Боберського, м. Львів
Чикаліна Ю.М.
викладач
Львівський державний університет фізичної культури імені І. Боберського, м. Львів
Детко А.В.,
студент
Львівський державний університет фізичної культури імені І. Боберського, м. Львів*

ОСОБЛИВОСТІ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ У СПОРТИВНИХ ЄДИНОБОРСТВАХ

Аналіз наукового знання щодо фізичної підготовки спортсменів свідчить про те, що наявна проблема відсутності відповідності структури та змісту фізичної підготовки специфіці змагальної діяльності у спортивних єдиноборствах. Мета – виявлення особливостей науково-методичного забезпечення фізичної підготовки спортсменів у спортивних єдиноборствах. Для розв'язання поставленої мети нами були використані наступні методи дослідження: аналогія, аналіз, синтез, абстрагування, індукція, екстраполяція, узагальнення практичного досвіду, методи статистичного аналізу. Положення системи науково-методичного забезпечення фізичної підготовки спортсменів у спортивних єдиноборствах вимагають науково-обґрунтованої модернізації відповідно до вимог сучасної змагальної діяльності. Встановлено необхідність в обґрунтуванні місця фізичної підготовки спортсменів у системі багаторічного удосконалення в спортивних єдиноборствах та виявленні значущості показників фізичної підготовленості спортсменів у досягненні спортивного результату на різних етапах багаторічної підготовки, обґрунтуванні концепції фізичної підготовки спортсменів у системі багаторічного удосконалення в спортивних єдиноборствах та її реалізаційних положень.

Ключові слова: спортсмен, спортивні єдиноборства, фізична підготовка, науково-методичне забезпечення.

Mariia Roztorhui, Oleksandr Volodchenko, Oleksandr Tovstonoh, Yuliia Chykalina, Andrii Detko Features of the scientific-methodical provision of physical training of athletes in combat sports On the basis of the analysis of the available scientific knowledge, it was found that the physical training of athletes in martial arts is a complex multi-component process that requires a comprehensive scientific justification, and the system of scientific and methodological support of martial artists is based on research of the last century, which negatively affects the effectiveness of competitive activities and the training of athletes in sports martial arts. It has been established that the conceptual provisions of the system of scientific and methodological support for the physical training of athletes in martial arts need improvement based on taking into account the requirements for the physical fitness of martial artists, which puts forward the modern level of effectiveness of competitive activities in martial arts. The postulates of the system of scientific and methodical support for the physical training of sportsmen in martial arts, which for many years allowed Ukrainian athletes to occupy leading positions, today require scientifically based modernization, which requires a consistent solution of the following tasks: to identify the problem area and the main directions of the scientific and methodical support of physical training athletes in martial arts; to determine the essence and place of physical training of athletes in the system of multi-year improvement in martial arts; to reveal the significance of indicators of physical fitness of athletes in achieving a sports result in sports martial arts at various stages of long-term training; substantiate the concept of physical training of athletes in the system of multi-year improvement in martial arts; to develop implementing provisions of the concept of physical training of athletes in martial arts in the form of kickboxing physical training programs at various stages of multi-year training; to experimentally check the effectiveness of implementation provisions of the concept of physical training of athletes in martial arts; to develop a set of measures to improve the organizational, regulatory and methodical foundations of physical training of sportsmen in martial arts.

Key words: athlete, combat sports, physical training, scientific and methodological support.

Постановка проблеми. В умовах жорсткої конкуренції та систематичного підвищення спортивних результатів, демонстрація яких вимагає від спортсменів прояв надлюдських фізичних можливостей, рівень науково-методичного забезпечення підготовки спортсменів стає однією із визначальних умов високого рівня спортивних досягнень []. На сьогодні одним з найбільш досліджуваних напрямків науково-методичного забезпечення є удосконалення рівня підготовленості спортсменів як визначального чинника результативності змагальної діяльності у різних видах спорту [5, 8, 10].

Удосконалення рівня підготовленості спортсменів як напрям науково-методичного забезпечення реалізується в межах досліджень основних сторін підготовки [1, 2, 10]. Незважаючи на обмежені резерви удосконалення фізичної підготовленості спортсменів, спрямованість до встановлення нових рекордів та їх висока соціальна оцінка актуалізує проведення численних досліджень з проблематики фізичної підготовки спортсменів у різних видах спорту [3, 6, 12]. Незалежно від структури та змісту змагальної діяльності, що визначають специфіку фізичної підготовки спортсменів у певному виді спорту, одним з найбільш популярних шляхів удосконалення фізичної підготовленості спортсменів у практиці спорту є систематичне збільшення обсягу та інтенсивності навантаження [4, 13]. Застосування даного підходу дозволяє покращувати фізичну підготовленість спортсменів, але надмірна інтенсифікація навантаження спричиняє підвищення рівня спортивного травматизму, не дозволяє спортсменам реалізувати власний спортивний потенціал та спричиняє форсування досягнення спортивного результату [7, 9, 11]. Аналіз наявних численних наукових досліджень в напрямку фізичної підготовки спортсменів свідчить про те, що проблема відсутності відповідності структури та змісту фізичної підготовки специфіці змагальної діяльності наявна у деяких видах спорту.

Аналіз літературних джерел. Особливо гостро це проявляється у спортивних єдиноборствах як групи видів спорту, що динамічно розвиваються, характеризуються систематичним внесенням змін до правил змагань та наявністю великої кількості варіантів структури змагальної діяльності [1, 3, 7, 13].

Таким чином, аналіз наявного наукового знання свідчить, що фізична підготовка спортсменів у спортивних єдиноборствах є складним багатокomпонентним процесом, що потребує комплексного наукового обґрунтування з метою вирішення низки протиріч:

– між необхідністю врахування специфіки сучасної змагальної діяльності спортсменів як визначального фактора структури та змісту фізичної підготовки та відсутністю теоретико-методологічного обґрунтування цього процесу у спортивних єдиноборствах;

– між потребою у систематичному підвищенні спортивної майстерності, збереженні спортивного довголіття, забезпеченні передумов реалізації спортивного потенціалу спортсменів та відсутністю цілісної концепції фізичної підготовки спортсменів у спортивних єдиноборствах.

Мета дослідження – виявлення особливостей науково-методичного забезпечення фізичної підготовки спортсменів у спортивних єдиноборствах.

Матеріал і методи дослідження. Для розв'язання поставленої мети нами були використані наступні методи дослідження: аналогія, аналіз, синтез, абстрагування, індукція, екстраполяція, узагальнення практичного досвіду, педагогічні методи (спостереження). В дослідженні застосовано бази даних SportDiscus, PubMed, ProQuest Dissertation & Theses Global, Google Академія, Google Book Search, Ресурси Національної бібліотеки України ім. В. І. Вернадського та каталоги й репозитарії електронних бібліотек.

Для реалізації мети проаналізовано 116 спеціалізованих видання науково-методичної літератури та всесвітньої інформаційної мережі Інтернет, серед яких 74 роботи закордонних авторів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Науково-методичне забезпечення спортсменів як один із факторів забезпечення результативності змагальної діяльності спортсменів у спортивних єдиноборствах реалізується в переважній більшості у прикладних досліджень в межах діяльності комплексних науково-дослідних груп з видів спорту, що функціонують при національних збірних командах []. Сучасне наукове знання щодо науково-методичного забезпечення спортсменів характеризується широким колом досліджуваних питань проблематики фізичної підготовки у спортивних єдиноборствах. Система науково-методичного забезпечення фізичної підготовки спортсменів у спортивних єдиноборствах була сформована на основі узагальнення напрацювань і практичного досвіду з підготовки спортсменів національних команд, що базуються на

дослідженнях минулого сторіччя. При цьому, система науково-методичного забезпечення повинна базуватися на аналізі сучасного знання щодо підготовки спортсменів, які займають лідируючі позиції на міжнародній арені. Постулати системи науково-методичного забезпечення фізичної підготовки спортсменів у спортивних єдиноборствах, що протягом багатьох років дозволяло українським спортсменам займати лідируючі позиції, на сьогодні вимагають науково-обґрунтованої модернізації, що потребує послідовного вирішення наступних завдань: виявити проблемне поле та основні напрямки науково-методичного забезпечення фізичної підготовки спортсменів у спортивних єдиноборствах; визначити сутність і місце фізичної підготовки спортсменів у системі багаторічного удосконалення в спортивних єдиноборствах; виявити значущість показників фізичної підготовленості спортсменів у досягненні спортивного результату в спортивних єдиноборствах на різних етапах багаторічної підготовки; обґрунтувати концепцію фізичної підготовки спортсменів у системі багаторічного удосконалення в спортивних єдиноборствах; розробити реалізаційні положення концепції фізичної підготовки спортсменів у спортивних єдиноборствах у вигляді програм фізичної підготовки з кікбоксингу на різних етапах багаторічної підготовки; експериментально перевірити ефективність реалізаційних положень концепції фізичної підготовки спортсменів у спортивних єдиноборствах; розробити комплекс заходів для удосконалення організаційних, нормативних і методичних основ фізичної підготовки спортсменів у спортивних єдиноборствах.

Висновки. На основі аналізу наявного наукового знання виявлено, що фізична підготовка спортсменів у спортивних єдиноборствах є складним багатокomпонентним процесом, що потребує комплексного наукового обґрунтування, а система науково-методичного забезпечення єдиноборців базується на дослідженнях минулого сторіччя, що негативно впливає на результативність змагальної діяльності та підготовку спортсменів у спортивних єдиноборствах. Встановлено, що концептуальні положення системи науково-методичного забезпечення фізичної підготовки спортсменів у спортивних єдиноборствах потребують удосконалення на основі врахування вимог до фізичної підготовленості єдиноборців, що висуває сучасний рівень результативності змагальної діяльності в спортивних єдиноборствах.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з виявленням значущості показників фізичної підготовленості спортсменів у досягненні спортивного результату в спортивних єдиноборствах на різних етапах багаторічної підготовки.

Література

1. Арзютов Г. М. Теорія і методика поетапної підготовки спортсменів (на матеріалі дзюдо): автореф. дис... д-ра пед. наук : 13.00.02 ; 13.00.04 / Арзютов Геннадій Николаевич; Національний педагогічний ун-т ім. М. П. Драгоманова. – Київ, 2000. – 21 с.
2. Бойченко Н. В. Техніко-тактична підготовка спортсменів-юніорів у «кіокушинкай» карате за допомогою спеціальних технічних засобів : автореф. дис. на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту : спец. 24.00.01 / Наталія Олександрівна Бойченко; Харківська державна академія фізичної культури. – Харків, 2010. – 23 с.
3. Диференціація фізичної підготовки спортсменів : монографія / авт. кол. : Линець М. М., Чичкан О. А., Хіменес Х. Р. [та ін.]; за заг. ред. М. М. Линця. – Львів : ЛДУФК, 2017. – 304 с.
4. Козіна Ж. Л. Індивідуальний підхід у підготовці спортсменів у єдиноборствах / Козіна Ж. Л., Кот В., Огарь Г. А. // Health, sport, rehabilitation. – 2018. – № 2 (4). – С. 28-38.
5. Мирошниченко Є. С. Характеристика часових інтервалів техніко-тактичних з'єднань таеквондистів-юніорів / Мирошниченко Є. С., Романенко В. В. // Єдиноборства. – 2017. – № 3. – С. 53-55.
6. Юхно Ю. О. Спеціальна силова підготовка дзюдоїстів високої кваліфікації у передзмагальному періоді : автореф. дис. на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фіз. виховання та спорту: 24.00.01 / Юрій Олександрович Юхно; Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України. – К., 2000. – 17 с.
7. Яремко М. О. Вдосконалення швидкісно-силових якостей в ударних прийомах кікбоксерів на етапі попередньої базової підготовки : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.01 / Яремко Марина Олександрівна; ЛДУФК. – Львів, 2001. – 18 с.
8. Barley O. R. Profiling combat sports athletes: Competitive history and outcomes according to sports type and current level of competition / Barley O. R., Harms C. A. // Sports Medicine - Open. – 2021. – Vol. 7. – P. 63.
9. Bridge C. A. Physical and physiological profiles of taekwondo athletes / Bridge C. A., Ferreira da Silva Santos J., Chaabène H., Pieter W., Franchini E. // Sports Medicine. – 2014. – Vol. 44. – P. 713-733.
10. Bromley S. J. A systematic review of prospective epidemiological research into injury and illness in Olympic combat sport / Bromley S. J., Drew M. K., Talpey S., McIntosh A. S., Finch C. F. // British Journal of Sports Medicine. – 2018. – Vol. 52. – P. 8-16.
11. Francino L. Effect of a six week in-season training program on wrestling-specific competitive performance / Francino L., Villarreal B., Valdés-Badilla P., Ramirez-Campillo R., Báez-San Martín E., Ojeda-Aravena, A., Aedo-Muñoz E., Pardo-Tamayo C., Herrera-Valenzuela T. // International Journal of Environmental Research and Public Health. – 2022. – Vol. 19. – 9325.
12. Martínez de Quel Ó. Does physical fitness predict future karate success? a study in young female karatekas / Martínez de Quel Ó., Ara I., Izquierdo M., Ayán C. // International Journal of Sports Physiology and Performance. – 2020. – Vol. 15. – P. 868-873.
13. Sáez de Villarreal E. Determining variables of plyometric training for improving vertical jump height performance: A meta-analysis / Sáez de Villarreal E., Kellis E., Kraemer W. J., Izquierdo M. // Journal of Strength and Conditioning Research. – 2009. – Vol. 23. – P. 495-506.

References

1. Arziutov, H.M. (2000). Theory and method of step-by-step training of athletes (based on judo material) (Master's thesis). Natsionalnyi pedahohichniy un-t im. M. P. Drahomanova, Kyiv.
2. Boychenko, N.V. (2010). Technical and tactical training of junior athletes in "kyokushinkai" karate using special technical means (Master's thesis). Kharkivska derzhavna akademiia fizychnoi kultury, Kharkiv.
3. Lynets, M.M., Chychkan, O.A., Khimenes, Kh.R. (2017). Differentiation of physical training of athletes. Lviv : LDUFK.
4. Kozina, Zh.L., Kot, V., Ohar G.A. (2018). Individual approach in training athletes in martial arts. Health, sport, rehabilitation, 2(4),28-38.

5. Myroshnychenko, Y.S., Romanenko, V.V. (2017). Characteristics of time intervals in technical-tactical teams of junior taekwondo players. *Edinoborstva*, 3, 53-55.
6. Yuhno, Yu. O. (2000). Special strength training of highly qualified judokas in the pre-competition period (Master's thesis). *Natsionalnyi univertytet fizychnoho vykhovannia i sportu Ukrainy*, Kyiv.
7. Yaremko, M. O. (2001). Improvement of speed and power qualities in striking techniques of kickboxers at the stage of preliminary basic training (Master's thesis). *Lvivskiy derzhavnyi universytet fizychnoi kultury*, Lviv.
8. Barley, O.R., Harms, C.A. (2012). Profiling combat sports athletes: Competitive history and outcomes according to sports type and current level of competition. *Sports Medicine – Open*, 7, 63.
9. Bridge, C.A., Ferreira da Silva Santos, J., Chaabène, H., Pieter, W., Franchini, E. (2014). Physical and physiological profiles of taekwondo athletes. *Sports Medicine*, 44, 713-733.
10. Bromley, S.J., Drew, M.K., Talpey, S., McIntosh, A.S., Finch, C.F. (2018). A systematic review of prospective epidemiological research into injury and illness in Olympic combat sport. *British Journal of Sports Medicine*, 52, 8-16.
11. Francino, L., Villarroel, B., Valdés-Badilla, P., Ramirez-Campillo, R., Báez-San Martín, E., Ojeda-Aravena, A., Aedo-Muñoz, E., Pardo-Tamayo, C., Herrera-Valenzuela, T. (2022). Effect of a six week in-season training program on wrestling-specific competitive performance. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19, 9325.
12. Martínez de Quel, Ó., Ara, I., Izquierdo, M., Ayán, C. (2020). Does physical fitness predict future karate success? a study in young female karatekas. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 15, 868-873.
13. Sáez de Villarreal, E., Kellis, E., Kraemer, W.J., Izquierdo, M. (2009). Determining variables of plyometric training for improving vertical jump height performance: A meta-analysis. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 23, 495-506.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.6(166).30
УДК 796.323.2:93

Рядова Л. О.
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, старший викладач кафедри здорового способу життя і безпеки життєдіяльності

Харківський національний економічний університет імені С. Кузнеця, м. Харків
Рожков В. О.

кандидат наук з фізичного виховання та спорту,
доцент кафедри олімпійського та професійного спорту
Харківська державна академія фізичної культури, м. Харків
Шутєєв В. В.

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
завідувач кафедри фізичного виховання та здоров'я
Харківський національний медичний університет, м. Харків
Тихонова А. О.

старший викладач кафедри олімпійського і професійного спорту,
спортивних ігор та туризму
Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди,
м. Харків

Єварницький І. А.
старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації
Національний аерокосмічний університет ім. М. Є. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут», м. Харків
Крамаренко В. І.

старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації
Національний аерокосмічний університет ім. М. Є. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут», м. Харків

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ТА ІСТОРИЧНИЙ АСПЕКТ СТАНОВЛЕННЯ ГРИ В БАСКЕТБОЛ НА ТЕРЕНАХ УКРАЇНИ

Рядова Л. О., Рожков В. О., Шутєєв В. В., Тихонова А. О., Єварницький І. А., Крамаренко В. І. Загальна характеристика та історичний аспект становлення гри в баскетбол на теренах України. Мета дослідження: надати загальну характеристику та розглянути історичний аспект виникнення і розвитку баскетболу на теренах України.

Результати дослідження. Надано загальну характеристику гри в баскетбол. Розглянуто історичний аспект становлення зазначеного виду рухової активності на теренах України.

Висновки. Баскетбол є командною спортивною грою, мета якої – закинути більшу кількість м'ячів у кошик суперника, та в той же час не дати іншій команді закинути у ваш кошик. Його умовно поділяється на 2 види: масовий та баскетбол вищих досягнень.

Баскетбол в Україні є важливою складовою загальнодержавної системи фізичної культури і спорту. Він відіграє важливу роль у спортивному житті українців. Гра в баскетбол є настільки популярною, що сьогодні ним займаються всі