

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ імені  
ІВАНА БОБЕРСЬКОГО

Кафедра теорії спорту та фізичної культури

Передерій А.В.

**ЗМАГАННЯ ЯК ФОРМУВАЛЬНИЙ ЧИННИК СПОРТУ**

Лекція з навчальної дисципліни

**„Система підготовки спортсменів”**

**ЛЬВІВ – 2024**

1. **Роль змагань у спорті.**
2. **Змагання в системі підготовки спортсменів.**
3. **Види та різновиди спортивних змагань.**
4. **Регламентація і способи проведення змагань**
5. **Визначення результату в змаганнях**

## **1. Роль змагань у спорті**

Змагання в спорті – центральний елемент, який визначає усю систему організації, методики і підготовки спортсменів для результативної змагальної діяльності.

**Спортивні змагання** – це своєрідна модель людських взаємовідносин, які реально існують у світі: боротьби, перемог і поразок, спрямованості до постійного вдосконалення, досягнення найвищого результату, творчих, престижних і матеріальних цілей.

З іншого боку, спортивні **змагання** – це об'єктивний спосіб демонстрації досягнутого рівня підготовленості, спосіб оцінки і порівняння досягнень окремих спортсменів і команд. Вони є системоутворюючим фактором спорту. В свою чергу, системоутворюючим фактором змагань є результат.

У змаганнях виявляється дієвість організаційних. Матеріально-технічних основ підготовки, системи відбору і виховання резерву для ОС, кваліфікація тренерських кадрів і ефективність системи підготовки спеціалістів, рівень спортивної науки і результативність системи науково-методичного і медичного забезпечення підготовки та ін.

Змагання характеризуються наявністю конкуренції між їх учасниками. При цьому конкуренція виникає не лише між спортсменами і тренерами, але й між НОКами, національними федераціями, організаторами СПС, керівниками команд, лікарями, спеціалістами служб забезпечення та ін.

Окрім конкуренції на змаганнях створюються умови для об'єднання спортсменів і спеціалістів спільними інтересами – підвищенням авторитету виду спорту, його видовищності і популярності, обміном досвіду підготовки і ЗД, досягненнями в області спортивної науки та ін.

Спортивні змагання як явище соціального життя підвладні основним принципам, які діють у будь-якій людській діяльності.

**Гласність** гарантується різносторонньою інформацією, присутністю глядачів. Це створює умови для суспільного контролю за поведінкою тих, хто змагається.

**Порівняльність результатів** забезпечується дією правил змагань, об'єктивними способами реєстрації спортивних досягнень, рівністю умов для усіх, хто змагається.

**Можливість практичного повторення досвіду** визначається їх періодичністю, традиційністю, стабільністю календаря, правилами відбору і допуску до змагань.

Змагання – потужний мобілізаційний фактор практично для усіх резервів організму спортсменів.

## **2. Змагання в системі підготовки спортсменів**

Змагання в СПС – не лише засіб контролю за рівнем підготовленості, але й важливий засіб підвищення тренуваності і спортивної майстерності. Особливості безпосередньої підготовки до змагань і власне змагальної боротьби є потужним засобом мобілізації функціонального потенціалу організму спортсмена, подальшої стимуляції його адаптаційних резервів та ін.

Роль і місце змагань суттєво відрізняються в залежності від етапу багаторічної підготовки. На початкових етапах плануються, як правило, підготовчі і контрольні змагання. З ростом кваліфікації спортсменів кількість змагань зростає, в змагальну практику вводяться підвідні, відбіркові і головні змагання.

Система змагань в багаторічній підготовці спортсменів повинна знаходитися в органічній єдності з метою, завданнями і змістом тренувального процесу на різних етапах багаторічної підготовки (табл.1). На перших двох етапах багаторічної підготовки змагання повинні повністю відповідати вирішенню завдань планомірної підготовки. Спортивний результат є виключно засобом підготовки і контролю за її ефективністю. Змагальна практика на цих етапах повинна сприяти адаптації до змагальної атмосфери. Розвиток спрямованості у дітей та підлітків до змагальної боротьби – засіб контролю за

ефективністю процесу підготовки. Програма змагань повинна виключати вузьку спеціалізацію, бути різноманітною, будуватися на матеріалі різних змагальних вправ, які дозволяють оцінити технічні можливості спортсменів, рівень їх координаційних здібностей.

Таблиця 1

**Спрямованість змагань і підготовки до них на етапах багаторічного спортивного удосконалення**

<b>Етап багаторічної підготовки</b>	<b>Мета змагань</b>	<b>Результат змагань</b>	<b>Спрямованість підготовки</b>
<b>Початкової підготовки</b>	Виявлення вихідного рівня спортивних результатів	Виконання заданих нормативів, набуття початкового досвіду участі у змаганнях	Зміцнення здоров'я дітей, навчання основам техніки виду спорту, розвиток фізичних якостей та ін.
<b>Попередньої базової підготовки</b>	Планомірне підвищення спортивного результату	Виконання заданих нормативів	Різносторонній розвиток фізичних якостей, засвоєння різноманітних рухових дій, формування мотивації та ін.
<b>Спеціалізованої базової підготовки</b>	Досягнення заданого рівня спортивних результатів	Місце і результат в головних змаганнях, виконання заданих нормативів	Поглиблення у розвитку фізичних якостей, різностороннє технічне удосконалення, тактична і психологічна підготовка
<b>Підготовки до вищих досягнень</b>	Досягнення високих результатів	Місце у відбіркових і головних змаганнях сезону, місце у світовому рейтингу	Досягнення високого рівня специфічної адаптації і готовності до змагань
<b>Максимальної реалізації індивідуальних можливостей</b>	Досягнення найвищих результатів	Місце у відбіркових і головних змаганнях сезону, місце у світовому рейтингу	Досягнення максимального рівня специфічної адаптації і готовності до змагань
<b>Збереження вищої спортивної майстерності</b>	Збереження найвищого результату	Місце у відбіркових і головних змаганнях сезону, місце у світовому рейтингу	Збереження максимального рівня специфічної адаптації і готовності до змагань
<b>Поступового зниження досягнень</b>	Збереження високих результатів	Місце у відбіркових і головних змаганнях сезону, місце у світовому рейтингу	Протидія зниженню рівня специфічної адаптації і готовності до змагань

На етапі спеціалізованої базової підготовки, коли вже визначений предмет спеціалізації юного спортсмена, риси прийнятної для нього моделі змагальної діяльності і відповідним чином зорієнтовано зміст підготовки, змагання, поряд

з контрольними-підготовчими завданнями пов'язані і зі спрямованістю до досягнення високих спортивних результатів. Проте, спрямованість до демонстрації максимально доступного результату, успіху і перемог ніякою мірою не повинно супроводжуватися форсуванням підготовки, порушенням процесу планомірного спортивного удосконалення.

На етапі підготовки до вищих досягнень змагання вже спрямовані на досягнення максимально можливого результату. Проте по відношенню до побудови підготовки вони носять другорядний характер і є наслідком раціонально побудованого тренувального процесу, використання періодизації річної підготовки, орієнтованої виключно на планомірне удосконалення і досягнення найвищих результатів в головних змаганнях року. Участь в усіх інших змаганнях року відповідає вирішенню цього завдання.

Ситуація змінюється на наступних етапах багаторічної підготовки. Коли спортсмен, який досягнув високого рівня майстерності, вже змушений і зацікавлений експлуатувати свою майстерність в різних змаганнях обумовлених національним та міжнародним календарями. І тут уже календар змагань в значній мірі визначає зміст підготовки. Система змагань і необхідність демонстрації у них високих результатів має суттєвий вплив на зміст підготовки, що може впливати на її якість по відношенню як до подальшого зростання спортивного результату на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей і збереження досягнень, так і по відношенню до можливості формування найвищої готовності до стартів в межах часу відведеного на проведення головних змагань року.

В сучасній змагальній практиці можна виділити три методичні підходи до участі у змаганнях упродовж року. 1. Стартувати як можна частіше, досягати найвищих результатів у кожному змаганні; 2. Малоінтенсивна змагальна практика. Уся увага на підготовку до головних змагань; 3. Широка, але суворо диференційована змагальна практика: підготовчі і контрольні змагання використовуються лише як засіб підготовки.

Перевагами першого є те, що його застосування дозволяє спортсменам широко використовувати змагання як засіб і метод підготовки і контролю за

ефективністю тренувального процесу. Проте, як демонструють спеціальні дослідження, постійна спрямованість до досягнення високих спортивних результатів в різних змаганнях, хоч і стабілізує результат, пов'язано з надлишковими нервово-психічними і фізичними навантаженнями, погіршенням технічної підготовленості, і, як правило, призводить до зниження спортивних результатів в головних змаганнях.

Другий підхід також має свої недоліки, особливо при підготовці спортсменів високої кваліфікації. По-перше обмежена змагальна практика позбавляє спортсмена одного з найважливіших факторів, який забезпечує подальший розвиток пристосувальних реакцій організму. По-друге, недостатній змагальний досвід часто не дозволяє повноцінно реалізувати в головних змаганнях техніко-тактичний і функціональний потенціал. При такій підготовці змагання приховують багато неочікуваних аспектів, до яких спортсмен може виявитися неготовим і викликати в його організмі постійний стан тривоги і відповідно результат може бути негативним.

Третій підхід вважається найбільш оптимальним.

При плануванні змагань протягом року необхідно враховувати єдність тренувальної і змагальної діяльності спортсменів в системі підготовки. Цілі участі спортсмена у змаганнях на різних етапах підготовки повинні відповідати рівню його підготовленості і здатності вирішувати поставлені завдання.

### **3. Види спортивних змагань**

В залежності від мети, завдань, форм організації, складу учасників змагання поділяються на різні види. В системі олімпійського спорту змагання можуть поділятися за наступними критеріями:

- за значенням (підготовчі, відбіркові, головні);
- за масштабами (районі, місцеві, регіональні, континентальні, Олімпійські ігри);
- за вирішенням завдань (контрольні, класифікаційні, відбіркові, показові);

- за характером організації (відкриті, закриті, традиційні, матчеві, кубкові та інші);
- за формою заліку (особисті, командні, особисто-командні);
- за віковими категоріями учасників (дитячі, юнацькі, для дорослих, для ветеранів);
- за статтю (серед чоловіків або жінок);
- за професійною орієнтацією учасників (шкільні, студентські ті інші).

Масштабні офіційні змагання визначають тривалі етапи підготовки, дозволяють оцінити, як діють системи підготовки спортсменів і команд. Інші змагання можуть вирішувати завдання відбору спортсменів з метою участі у важливих змаганнях, бути ефективним засобом удосконалення різних сторін підготовленості спортсменів.

Виділяють підготовчі, контрольні, підвідні (модельні), відбіркові та головні змагання.

**Підготовчі змагання.** В цих змаганнях головними завданнями є: удосконалення раціональної техніки і тактики змагальної діяльності спортсмена, адаптація різних функціональних систем організму на змагальні навантаження та інші. При цьому підвищується рівень тренуваності спортсмена, набувається змагальний досвід.

**Контрольні змагання** дозволяють оцінювати рівень підготовленості спортсмена. В них перевіряється ступінь оволодіння технікою, тактикою, рівень розвитку фізичних якостей, психічна готовність до змагальних навантажень. Результати контрольних змагань дають можливість проводити корекцію побудови процесу підготовки. Контрольними можуть бути як спеціально організовані, так і офіційні змагання різного рівня.

**Підвідні (модельні) змагання.** Важливим завданням цього етапу є підведення спортсмена до головних змагань макроциклу, року, чотирьохріччя. Підвідними можуть бути як спеціально-організовані змагання в системі підготовки спортсмена, так і офіційні календарні змагання. Вони повинні повністю або частково моделювати головні змагання.

**Відбіркові змагання** проводяться для відбору спортсменів в збірні команди і визначення учасників особистих змагань найвищого рангу. Відмінною особливістю таких змагань є умови відбору: завоювання певного місця або виконання контрольного нормативу, який дозволить виступати на головних змаганнях. Відбірковий характер можуть носити як офіційні, так і спеціально організовані змагання.

**Головні змагання.** Головними змаганнями є ті, в яких спортсмену необхідно продемонструвати найвищий результат на даному етапі спортивного удосконалення. На цих змаганнях спортсмену необхідно проявити повну мобілізацію техніко-тактичних і функціональних можливостей, максимальну спрямованість до досягнення найвищого результату, найвищий рівень психічної підготовленості.

Цілком природньо, що в олімпійському спорті центральне місце займають масштабні комплексні змагання – Ігри Олімпіад і зимові Олімпійські ігри, чемпіонати світу, великі континентальні і регіональні змагання, а також такі комплексні змагання, як Всесвітні Універсіади.

Кількість стартів, яка прийнята спортсменами в змаганнях різних видів, суттєво коливається. Найбільша кількість стартів припадає на підготовчі, контрольні і підвідні змагання.

Таблиця 2

**Максимальна кількість днів офіційних змагань і стартів спортсменів найвищої кваліфікації в річному циклі**

<b>Вид спорту, змагань</b>	<b>Кількість змагальних днів</b>	<b>Кількість стартів</b>
Біг на короткі дистанції	22-26	28-32
Футбол	70-85	70-85
Боротьба вільна, греко-римська	30-40	50-70

#### **4. Регламентація і способи проведення змагань**

Регламентація спортивних змагань здійснюється за двома основними документами.

Спортивні змагання регламентовані спеціальними правилами, специфічними для кожного виду спорту. Правила змагань виявляють:



організацію змагань з даного виду спорту; види змагань і способи їх проведення; особливості місць проведення змагань, інвентар і обладнання; склад суддівської колегії і її обов'язки; правила суддівства; правила поведінки і дій учасників та інше.

В правилах змагань відзначається прагнення, по можливості, більш чітко диференціювати і зробити більш об'єктивними різні пункти, максимально зменшити вірогідність впливу зовнішніх факторів на результат змагань. Але не дивлячись на те, що багато пунктів правил віддзеркалюють параметри які об'єктивно вимірюються (тривалість гри, час виходу на поміст або доріжку, паузу між підходами, спробами та інше.), залишається велика кількість пунктів, виконання яких залежить від кваліфікації і совісті суддів. У видах спорту, в яких результат може визначатися за часом, відстанню і т.п. (плавання, легка атлетика, стрільба та ін.), вплив суб'єктивних оцінок суддів на результат змагань невеликий. В ігрових, складнокоординованих видах, спортивних одноборствах, в свою чергу, суб'єктивна оцінка суддів, їх здатність приймати рішення в суворій відповідності з правилами змагань виявляється вирішальною для розподілу зайнятих місць.

Міжнародні спортивні федерації постійно працюють над удосконаленням правил змагань, прагнуть зробити об'єктивною систему оцінки їх результатів, зробити змагання більш видовищними і цікавими для глядачів і засобів масової інформації.

Документом, який виявляє умови проведення конкретних змагань, їх правове оформлення, є Положення про змагання. Розробка Положення про змагання та своєчасна розсилка зацікавленим організаціям покладається на організаторів даних змагань.

В Положенні визначаються: назва змагання (класифікаційні, першість і т.п.); мета та завдання змагань (перевірка навчально-тренувальної роботи, підведення підсумків, обмін досвідом та інше); допуск до участі (вік, кваліфікація, приналежність до країни, НОК, спортивної організації та інше); характер змагань (особисті, командні, особисто-командні); час і місце проведення; програма і календар по днях змагань; умови проведення, способи

оцінки і виведення результатів; кількість учасників, яка допускається; порядок визначення переможців; форма учасників і їх інвентар; нагородження переможців; умови прийому учасників і суддів (зобов'язання по матеріальному забезпеченню); документація учасників, яка необхідна для допуску до змагань; форма офіційної заявки для участі у змаганнях і терміни її представлення.

Положення про змагання є важливим фактором, який регламентує в певній мірі розвиток спорту. Розширення складу учасників змагань за класифікацією, віком і статтю позитивно впливає на розвиток спорту: Положення також сприяє розширенню кола осіб, які займаються, їх демографічної різноманітності; збільшенню кількості необхідних тренерських кадрів і їхньої вікової і кваліфікаційної спеціалізації (необхідної для підготовки дітей, юнаків, дорослих, новачків і кваліфікованих спортсменів); розвиткові матеріально-технічної бази спорту і т.п.

В олімпійському спорті застосовуються різноманітні **способи проведення змагань**. Вибір способу залежить від виду спорту і традицій проведення змагань в цьому виді; мети змагань; кількості учасників і місця проведення; можливостей суддівської колегії; часу, який виділений на проведення змагань.

У більшості видів спорту найчастіше зустрічаються такі способи: **коловий, відбірково-коловий, змішаний і спосіб прямого вибування**.

**Коловий спосіб.** При проведенні змагань цим способом всі учасники змагань зустрічаються з усіма суперниками по чергово. Результати зустрічей (перемоги, поразки, нічий) враховуються при визначенні порядкового місця, яке посів спортсмен (команда). Вище місце присвоюється спортсмену (команді), які набрала найбільшу суму очок.

При проведенні змагань коловим способом виникають випадки, коли однакову суму очок набирають два або декілька учасників (команд). В таких випадках перевага надається спортсмену або команді у відповідності з умовами, які регламентовані в Положенні про змагання. Умови, які виявляють переваги того або іншого спортсмена (команди) при набраній однаковій кількості очок, можуть бути: перемога спортсмена (команди) в особистій зустрічі; перевага в кількості перемог даного спортсмена (команди); краще

співвідношення нанесених і отриманих голів (футбол) та інші. Положенням про змагання може бути передбачено, що при рівності результатів у деяких учасників для визначення зайнятого місця між ними можуть бути призначені додаткові зустрічі.

**Відбірково-коловий спосіб.** При проведенні змагань цим способом учасників (команди) спочатку розділяють на попередні групи, в яких кожен спортсмен (команда) зустрічається зі всіма суперниками даної групи. Потім спортсмени, які посіли місця в групі (в більшості видів спорту 1-3-є місця, але не більше 50 % учасників даної групи), переходять до наступного туру змагань. Цих учасників розбивають на групи, які проводять поєдинки між собою для подальшого відбору, аж до фінальної зустрічі (туру), в якій і визначають переможця змагань.

При досить великій кількості учасників (команд) відбірково-коловий спосіб дозволяє учасникам набути змагального досвід. При цьому, в певній мірі, об'єктивно визначаються сильніші спортсмени (команди).

**Змішаний спосіб.** Всі спортсмени (команди) попередньо беруть участь в одному-трьох турах, які проводяться відбірково-коловим способом. Потім переможці попередніх змагань зустрічаються між собою за жеребом способом прямого вибування. Кількість фіналістів, як і кількість переможців попередніх змагань, визначається Положенням про змагання. Фінальні поєдинки проводяться коловим способом.

Можливі варіанти змішаного способу, коли після турів, проведених відбірково-коловим способом, фінальні поєдинки проводяться способом прямого вибування.

Приблизно за такою схемою проводяться популярні в США та багатьох країнах Європи змагання зі спортивних ігор. Зокрема, таким чином розігрується Кубок УЄФА. Також цим способом проведення змагань користуються провідні професійні ліги північно-американського спорту (NHL, NBA, NFL та ін.)

Визначення переможця в змаганнях, які проводяться змішаним способом, багато в чому залежать від характеру жеребкування. Найбільш об'єктивним є

розсіювання спортсменів (команд) по попередніх групах у відповідності з їх кваліфікацією, яка виявляється за результатами попередніх змагань.

**Спосіб прямого вибування.** В змаганнях, які проводяться цим способом, учасник (команда), які програли поєдинок, вибувають з подальшої боротьби. Проте можливі заохочувальні поєдинки між командами, що програли, які дозволяють їх переможцям продовжувати подальші змагання. Допускаються також варіанти вибування спортсмена з подальших змагань не після першої поразки, а після другої. При проведенні змагань способом прямого вибування на результат змагань впливає жеребкування спортсменів (команд), яке може звести в одному поєдинку дві сильні команди. Важливий момент об'єктивізації проведення змагань таким способом – розсіювання учасників, що суттєво впливає на виявлення переможця.

Незалежно від способів проведення змагання можуть складатись з двох основних етапів: попередніх та фінальних. В залежності від кількості учасників між попередніми та фінальними змаганнями можуть бути проміжні етапи: 1/8, 1/4, 1/2 фіналу.

В легкій і важкій атлетиці, плаванні та інших спортивних дисциплінах можуть проводити змагання, які складаються з двох етапів: кваліфікаційні та основні. В процесі кваліфікаційного етапу проводиться відбір спортсменів для участі в основному етапі. При цьому встановлюється кваліфікаційний норматив. Спортсмени, які виконують його, допускаються до участі в основних змаганнях, де і виявляються переможці.

**Визначення результату у змагання може відбуватися в особистій, командній та особисто-командній першості .**

**В особистих змаганнях** визначаються місця всіх спортсменів, які беруть участь у змаганнях, переможці і призери.

**В особисто-командних змаганнях,** окрім особистих місць учасників, за зайнятими ними місцями визначаються місця команд, які приймають участь. Характерною особливістю особисто-командних змагань є те, що всі учасники, в тому числі спортсмени одного колективу, змагаються між собою.

**В командних змаганнях** визначається лише місце, яке займає команда. На відміну від особисто-командних змагань, в командних змаганнях учасники однієї команди змагаються лише зі спортсменами другої команди.

В спортивних іграх (футбол, баскетбол, волейбол та ін.), а також в греблі (крім човнів-одиначок) практично проводять тільки командні змагання. В інших змаганнях можуть проводити особисті, особисто-командні та командні змагання.

## **5. Визначення результату в змаганнях**

Різні види спорту за способом визначення результату можуть бути згруповані в чотири групи:

1. Види з об'єктивнометричним вимірjuвальним результатом.
2. Види, в яких результат визначається умовними одиницями (балами, очками), які присвоюються за виконання обумовленої програми змагань.
3. Види, в яких спортивний результат визначається кінцевим ефектом або перевагою в умовних одиницях (очках) за виконані дії в варіативних ситуаціях.
4. Комплексні види спорту.

**До першої групи** відносяться види спорту, в яких спортивний результат змінюється за часом, відстанню, масою снаряду, точністю. Сюди входять:

- *види спорту з відносно постійними умовами змагань: легка та важка атлетика, плавання, велосипедний (трек), стрілковий, ковзанярський спорт, та ін.*

Змагання з перелічених видів спорту проходять на стандартних спортивних аренах (стадіонах, басейнах, залах, треках і ін.) з відносною стабільністю зовнішніх умов;

- *види спорту з непостійними умовами проведення змагань: лижний, гірськолижний, вітрильний, велосипедний (шосе) та ін.*

Відмінною характеристикою змагань цих видів спорту є зміна профілю трас і умов, що ставить своєрідні вимоги до змагальної діяльності, а відповідно, і підготовленості спортсменів.

Особливість змагальної діяльності спортсменів в даній групі видів спорту полягає в тому, що спортсмен попередньо знає об'єктивний рівень своїх результатів та результатів майбутніх суперників. Очевидно, що знання (навіть приблизне) рівня результатів дозволяє більш визначено їх планувати, обирати тактику змагальної поведінки в процесі змагальної боротьби.

**В другу групу** входять види спорту, в яких спортивний результат визначається суддями суб'єктивно в умовних одиницях за зовнішнім враженням про точність, складність і красу виконання спортивних вправ. До цієї групи відносяться:

- гімнастика художня та спортивна, акробатика, стрибки у воду, синхронне плавання та ін.;
- стрибки на лижах з трампліну, фігурне катання на ковзанах та ін.

В стрибках на лижах з трампліну кінцевий результат залежить як від дальності польоту, так і від оцінки його краси. У фігурному катанні кінцевий результат визначається як оцінкою виконання вправи в балах, так і сумою зайнятих спортсменом місць, присуджених суддями за загальним враженням про виступ спортсмена в окремих видах змагань.

**Третя група** представлена наступними трьома підгрупами:

- види спорту, в яких спортивний результат визначається досягнутим кінцевим ефектом за встановлений правилами змагань час, який має бути повністю вичерпаний (футбол, хокей, баскетбол, гандбол та ін.);
- види спорту, в яких, не дивлячись на лімітований правилами час змагального поєдинку (боротьба, бокс, фехтування), можливе прискорене досягнення перемоги в двох варіантах: 1) виконання дії, яка дає так званий чистий вигрaш: нокаут, «чиста» перемога в боротьбі; 2) досягнення перемоги при вигрaші певної кількості очків раніше ніж вичерпається час, який обумовлений правилами ліміту часу (фехтування);

- види спорту, в яких перемога визначається обумовленим кінцевим ефектом, але змагання не обмежені у часі їх проведення (теніс, волейбол та ін.).

**Четверта група** об'єднує комплексні види спорту – сучасне п'ятиборство, біатлон, лижне двоборство, легкоатлетичне десятиборство та ін.

Особливістю змагальної діяльності в цих видах спорту є можливість компенсаторної взаємодії і переважального впливу на кінцевий спортивний результат окремих, включених в даний комплекс, спортивних дисциплін.

Змагальна діяльність в цих видах спорту потребує врахування як особливостей окремої спортивної дисципліни, так і позитивних і негативних факторів, які витікають із своєрідного комплексу, індивідуальних переваг в тій або іншій спортивній вправі. Особливо специфічним в цьому відношенні є біатлон, змагання в якому проходять нерозривно з двох видів спорту (гонка і стрільба), що ускладнює змагальну діяльність спортсмена.

## Література

1. Бріскін Ю., Передерій А., Пітин М. Методичне забезпечення системи підготовки спортсменів Спеціальних Олімпіад. Український журнал медицини, біології та спорту. 2017. № 1(3). С. 200–208.

2. Келлер В. С., Платонов В. М. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів. Львів : Українська Спортивна Асоціація, 1993. 269 с.

3. Платонов В. М. Сучасна система спортивного тренування. Київ : Перша друкарня, 2021. 672 с.

4. Передерій А. Аналіз змагальної діяльності висококваліфікованих дзюдоїстів з вадами зору. Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини. Львів, 2015. Вип. 19, т. 1. С. 184–189.

5. Pityn M., Briskin Yu., Perederiy A., Galan Ya., Tsyhykalo O., Popova I. Sport specialists attitude to structure and contents of theoretical preparation in sport. Journal of Physical Education and Sport. 2017. Vol. 17. P. 988–994.

6. Zlepko S. M., Tymchuk S. V., Novikova A. O., Moskovko M. V., Zlepko A. S., Omiotek Z., Małeczka-Massalska T. An informational model of sportsman's competitive activities. Photonics Applications in Astronomy, Communications, Industry, and High-Energy Physics Experiments. 2016. Vol. 10031. P. 717–723.