

УДК 796.2.071.5

DOI <https://doi.org/10.24195/olympicus/2024-2.22>**Радченко Юрій Анатолійович**кандидат наук з фізичного виховання і спорту,  
доцент кафедри спортивних єдиноборств та силових видів спорту  
Національний університет фізичного виховання і спорту України**ORCID ID:** 0000-0002-8819-3104**Research ID:** GNM-6330-2022

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ КОНТРОЛЮ ТА УПРАВЛІННЯ В ЄДИНОБОРСТВАХ (НА МАТЕРІАЛІ РУКОПАШНОГО БОЮ)

*У статті розкрито теоретико-методичні засади контролю та управління процесом спортивної підготовки спортсменів в єдиноборствах. Мільйони людей у світі займаються різними видами двобоїв. Унаслідок цього в спортивних єдиноборствах постійно зростає рівень конкуренції, що у свою чергу висуває підвищені вимоги до тренерів та спортсменів, змушуючи їх здійснювати постійний пошук більш ефективних форм, засобів та методів спортивної підготовки. Загальний напрям удосконалення навчально-тренувального процесу типовий для багатьох видів спорту та пов'язаний з постійним удосконаленням методології управління на основі оптимізації засобів та методів комплексного контролю шляхом використання специфічних тестових процедур і реєстрованих показників в умовах, максимально наближених до змагальних. Але сучасні єдиноборства висувають свої специфічні вимоги до ряду систем організму, що забезпечують високу працездатність і ефективність поведінки спортсменів-єдиноборців у складних умовах тренувальної та змагальної діяльності.*

*У зв'язку з вищевикладеним актуальними є систематизація наукових знань про теоретико-методичні засади контролю та управління спортивною діяльністю в єдиноборствах як інтегрального складника тренувального та змагального процесів.*

*Мета дослідження – на підставі теоретичного аналізу та власних експериментальних досліджень сформулювати теоретико-методичні засади контролю та управління в єдиноборствах (на прикладі рукопашного бою) для оптимізації управління спортивною підготовкою.*

*У роботі використано теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел, загальнонаукові методи дослідження, системний, структурно-функціональний, процесний, порівняльний та ситуаційний підходи.*

*Сформовано теоретико-методичні засади контролю та управління в єдиноборствах (на прикладі рукопашного бою) для оптимізації управління спортивною підготовкою. Різноманітність та особливість спортивної діяльності єдиноборств і рукопашного бою, зокрема, створює певні труднощі під час розроблення системи управління техніко-тактичної підготовленості спортсменів. Для побудови ефективного тренувального процесу тренеру необхідна повна інформація про стан спортсмена, особливо в найбільш екстремальних режимах, тому наявність лише відомостей про кількісні та якісні показники тренувальної або змагальної діяльності за умови відсутності інформації про реакцію організму спортсмена на навантаження буде призводити до розриву одного зі шляхів зворотного зв'язку і, як наслідок, зниження ефективності системи управління.*

*З метою оптимізації системи управління тренувальної та змагальної діяльності відповідно до сучасних тенденцій розвитку єдиноборств необхідне подальше вдосконалення системи контролю та управління різних складників підготовки спортсменів, залежно від факторів, що впливають на успішність змагальної діяльності на різних етапах багаторічного спортивного вдосконалення.*

**Ключові слова:** єдиноборства, рукопашний бій, управління, контроль, тренувальна та змагальна діяльність.

**Вступ.** Значна частина досліджень присвячена вирішенню методологічних, теоретичних, методичних і практичних проблем вдосконалення багаторічної підготовки і змагальної діяльності спортсменів [1; 2; 3; 4; 5].

У фундаментальних наукових джерелах зазначено [6; 7; 8], що загальний напрям вдосконалення навчально-тренувального процесу типовий для багатьох видів спорту та пов'язаний з постійним вдосконаленням методології управління на основі оптимізації засобів і методів комплексного контролю шляхом використання специфічних тестових процедур та реєстрованих показників в умовах, максимально наближених до змагальних. У низці фахових робіт [9; 10; 11] зазначалось, що вдосконалення управління тренувальним процесом в єдиноборствах знаходиться в нерозривному зв'язку з розвитком загальних закономірностей становлення теоретико-методичних основ спортивного тренування, сформульованих В.М. Платоновим. Але фахівці з напрямку єдиноборств підкреслювали [12; 13], що управління процесом підготовки єдиноборців є досить складною справою у зв'язку з тим, що спортивна діяльність в єдиноборствах має свої специфічні особливості. Водночас у різних наукових працях [2; 14; 15; 16; 17] наголошувалось, що методичні підходи щодо побудови ефективної системи управління повинні бути чітко конкретизовані та відповідати специфіці конкретного виду спортивної діяльності.

Рукопашний бій, як і велика кількість інших комплексних (змішаних) видів єдиноборств, з'явився в системі міжнародного спортивного руху відносно недавно. Аналіз праць із цього напрямку [10; 11; 18] дозволяє зробити висновок, що спортивна діяльність з рукопашного бою має свої неповторні риси. Незважаючи на численні наукові дослідження, присвячені удосконаленню різних напрямів тренувальної та змагальної діяльності, актуальними є систематизація наукових знань про теоретико-методичні засади контролю та управління спортивною діяльністю в єдиноборствах як інтегрального складника тренувального і змагального процесів.

**Мета статті** – на підставі теоретичного аналізу та власних експериментальних досліджень сформулювати теоретико-методичні засади контролю та управління в єдиноборствах (на прикладі рукопашного бою) для оптимізації управління спортивною підготовкою.

**Методи дослідження.** У роботі використано: теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел; загальнонаукові методи дослідження; системний, структурно-функціональний, процесний, порівняльний та ситуаційний підходи.

**Результати.** Фундаментальні наукові дослідження переконливо свідчать, що великий вклад у розроблення теорії контролю у своїх працях зробили вчені [1; 3; 4; 5; 14; 16; 19; 20], які показали важливість застосування управління та контролю в різних сферах фізкультурно-спортивної діяльності. Але аналіз доступної фахової наукової літератури доводить, що постановка питання, пов'язаного з управлінням та контролем тренуваності спортсменів-єдиноборців, також не нова і постійно притягує увагу науковців з метою його подальшого вдосконалення. Загальнотеоретичні принципи підготовки та управління тренувальним процесом і системи контролю в різних видах єдиноборств відображені в наукових роботах [7; 21; 22; 23]. Дослідження і спостереження за змагальним процесом у спортивних єдиноборствах на різних етапах спортивного вдосконалення розглядалися у наукових публікаціях [3; 18; 24]. У найбільш повному вигляді питання розроблення нових форм та змісту педагогічного контролю тренувальної та змагальної діяльності в різних видах єдиноборств розглянуто в роботах [9; 10; 25]. Важливість застосування комплексного контролю в єдиноборствах обговорювалися в наукових працях [5; 26]. Відображення проблеми контролю функціонального стану під час тренувальних або змагальних навантажень єдиноборців представлено в публікаціях [27; 28]. Важливість контролю рівня фізичної підготовленості та спеціальної працездатності спортсменів-єдиноборців розглянуто в наукових джерелах [12; 13; 29; 30]. Також низка наукових досліджень присвячена проблемі організації контролю спортивної підготовки спортсменів-єдиноборців [31; 32] та застосуванню сучасних засобів і методів контролю в спортивних єдиноборствах [22; 26; 33].

Проведений аналіз стану з поняттями в системі управління виявив, що в сучасних наукових публікаціях [5] «управління» визначають як цілеспрямоване переведення системи з одного стану (початкового) в заданий інший (кінцевий), що здійснюється шляхом управляючих впливів, які забезпечують вирішення (або просування до вирішення) поставлених ближніх чи

віддалених завдань. Причому структура управління складається з двох систем: керуючої (тренер) та керованої (спортсмен) [22]. Керуюча система впливає на керовану систему з метою кількісної та якісної зміни параметрів її діяльності відповідно до поставлених завдань управління. Низка науковців [15; 16; 28] сходяться в думці, що управління спортивною підготовкою здійснюється спрямованим підбором і дозованою реалізацією впливів на спортсменів. Ефективність управління визначають рівнем досягнутих запланованих зрушень стосовно витраченого часу, сили, матеріальних витрат, причому одною з головних умов ефективного управління тренувальним процесом є наявність зворотних зв'язків між тренером та спортсменом.

Разом із тим у деяких наукових публікаціях підкреслено [4; 13], що складність управління в спортивному тренуванні полягає в тому, що не можна безпосередньо керувати зміною спортивних результатів. Неможливо просто підвищити в спортсмена силу і витривалість. Це можна зробити лише опосередковано. Фактично тренер управляє лише діями (поведінкою) спортсмена. Він пропонує йому певну тренувальну програму (тренувальне навантаження) і вимагає її правильного виконання. Таким чином, управління тренувальним процесом виконує тренер за активною участю спортсмена.

У роботі О.А. Шинкарук [5] представлено типовий для багатьох видів спорту алгоритм управління процесом спортивних тренувань, який здійснює тренер за активної участі спортсмена. Він включає три групи операцій:

1) збирання інформації про стан спортсменів (показники фізичної, техніко-тактичної та психічної підготовленості, реакції різних систем на тренувальні й змагальні навантаження, параметри змагальної діяльності тощо);

2) аналіз інформації шляхом зіставлення фактичних і заданих параметрів, розроблення шляхів планування і корекції характеристик тренувальної і змагальної діяльності в напрямі, що забезпечує досягнення заданого ефекту;

3) прийняття і реалізація рішень шляхом розроблення і впровадження цілей і завдань, планів і програм, засобів і методів, що забезпечують досягнення заданого ефекту тренувальної і змагальної діяльності.

Науковці зазначають [2; 6; 7; 14], що управління підготовкою спортсменів – це складний процес, який базується на багатофакторній структурі спортивної діяльності та включає зміни, які відбуваються у спортсмена на біологічному, педагогічному, соціальному та психологічному рівнях.

Водночас у фахових виданнях [3; 25] зазначено, що управління тренувальним процесом та змагальною діяльністю єдиноборців на сучасному етапі не можна визнати досконалим. Деякі автори [9; 13] підкреслюють, що різноманітність єдиноборств створює певні труднощі в розробленні системи вдосконалення техніко-тактичної підготовленості спортсменів. Але, незважаючи на зазначений факт, фахівці [5] сходяться в думці, що методичні підходи повинні бути чітко конкретизовані та відповідати специфіці конкретного виду спортивної діяльності. При цьому дослідники наголошують [3], що головною ланкою функціональної схеми системи управління підготовкою спортсменів є змагальна діяльність. Відомо, що будь-який спортивний результат характеризується проявом інтегральної підготовленості спортсменів, а змагальні завдання вирішуються лише в комплексі функціональної, технічної, тактичної та інших видів підготовленості [6; 16].

Значна частина сучасних досліджень [11; 24; 30] присвячена аналізу змагальної діяльності в різних видах єдиноборств. Взагалі, фахівці наголошували [15; 18; 34], що поєдинок у спортивних єдиноборствах відноситься до категорії найважчих об'єктів для вивчення, а отримання повного, вичерпного обсягу інформації є неможливим. Особливості єдиноборств не створюють умов втручання в змагальний поєдинок, що у свою чергу не дає можливості об'єктивно та достовірно оцінити інші компоненти структури підготовленості спортсменів.

Аналіз наукових робіт із цього напрямку [9; 17] свідчить, що змагальна діяльність в єдиноборствах головно представлена різними показниками техніко-тактичної підготовленості, кількість яких досить велика, тому науковці [25; 35] підкреслюють, що зареєструвати їх повністю,

а потім проаналізувати, порівняти з критеріями тренувальної діяльності та показниками, що характеризують підготовленість спортсменів, просто неможливо. Водночас учені стверджують [18; 20; 29], що рішенням зазначеної проблеми є вибір з безлічі показників найбільш інформативних, які мають певний задум, відображають різні сторони підготовленості спортсмена, а головне, повинні бути придатними для використання як в окремому поєдинку, так і в змаганнях загалом. У низці наукових джерел [31; 34; 35; 36] зазначається, що в єдиноборствах найбільш інформативними показниками (критеріями) є педагогічні, біохімічні та психологічні, але останні два вимагають застосування складних методичних підходів, спеціального обладнання та в більшості проводяться в стаціонарних або лабораторних умовах.

Аналіз літературних джерел [3; 17; 25] дозволяє зробити висновок, що єдиним методом дослідження змагальної діяльності спортсменів-єдиноборців безпосередньо під час поєдинку є так звана експертиза (метод експертних оцінок), при цьому автори звертають увагу на важливість підбору експертів.

У ряді публікацій [2; 6; 37] підкреслюється, що для якісного управління спортивною діяльністю необхідно володіти певною інформацією, саме функція контролю передбачає збирання інформації про стан об'єкта управління та порівняння його дійсного стану з належним. У практиці спортивного тренування науково обґрунтований контроль займає найважливіше місце в системі управління підготовкою спортсменів і є інструментом управління, який дозволяє втілювати зворотні зв'язки між тренером та спортсменом і завдяки цьому підвищувати рівень управління процесом підготовки спортсменів [3]. У теорії спортивної науки такий контроль є педагогічним і здійснюється тренером безпосередньо під час тренувального процесу або змагань. У фундаментальних наукових дослідженнях в галузі управління змагальною та тренувальною діяльністю зазначається [5; 9; 16], що предметом педагогічного контролю в спорті прийнято вважати оцінювання, облік та аналіз стану рухової функції, психічних процесів, технічної майстерності, норм тренувальних навантажень, змагальної діяльності, спортивних результатів тих, хто займається, а головним критерієм ефективності є доступність під час організації тренувального процесу. Причому практичну реалізацію різних форм контролю (етапного, поточного, оперативного), який застосовується в структурних ланках тренувального процесу для отримання об'єктивної різнобічної інформації про стан спортсменів та його динаміку з метою управління процесом спортивної підготовки, забезпечує застосування комплексного контролю [6; 34; 37].

У фундаментальних роботах [4; 18] автори неодноразово зосереджували увагу на важливості застосування комплексного контролю як однієї з найважливіших ланок системи підготовки спортсменів. У наукових працях [3; 5] доведено, що за допомогою системи комплексного контролю перевіряється й аналізується виконання плану та програм підготовки спортсменів на різних етапах, визначаються невідповідності між запланованим (модельним) рівнем підготовленості та вносяться необхідні корективи щодо програм, методів і засобів підготовки.

Водночас у сучасних наукових публікаціях [9; 13; 18] наголошено, що в реальному тренувальному процесі в єдиноборствах під час проведення педагогічного контролю багато тренерів нехтують застосуванням засобів щодо визначення функціонального стану організму спортсменів.

Однак відомо, що тренеру необхідна повна інформація про стан спортсмена, особливо в найбільш екстремальних режимах, тому наявність лише відомостей про кількісні та якісні показники тренувальної або змагальної діяльності, за умови відсутності інформації про реакцію організму спортсмена на навантаження, буде приводити до розриву одного зі шляхів зворотного зв'язку, і, як наслідок, система управління «тренер – спортсмен» стане розімкнутою, а тому стане неможливою її ефективна робота [5].

Це пов'язано з тим, що фізіологічні процеси зумовлюють прояв усіх рухових якостей, поліпшення тактичного мислення, забезпечують виконання складних техніко-тактичних дій в єдиноборствах на фоні ліміту часу. Адже загальна картина проявів фізичної працездатності залежить від функціонування як виконавчої системи (рухова), так і від регуляторних (центральної нервової, ендокринної системи), і систем забезпечення (дихальна, серцево-судинна, виділення

та ін.) [38]. Водночас науковці зазначають, що на різних етапах підготовки спортсменів стоять різні завдання, відповідно до яких визначаються цілі та форми контролю [2; 6; 4].

Також однією з нагальних проблем у реальній практичній діяльності тренерів є наявність великої різноманітності застосовуваних засобів контролю у вигляді тестів і контрольних вправ. Така обставина потребує подальшої систематизації засобів контролю як відображення впливу основного фактору, детермінуючого стану спортсмена – змагального навантаження [16; 18].

Роботи, які представлені в останні роки [3; 12; 15; 22], свідчать, що з метою оптимізації управління тренувальною та змагальною діяльністю відповідно до сучасних тенденцій розвитку єдиноборств та у зв'язку зі значним масивом наукових експериментальних даних виникає необхідність подальшого вдосконалення системи контролю різних складників підготовки спортсменів залежно від факторів, що впливають на успішність змагальної діяльності спортсменів, на різних етапах багаторічного спортивного поліпшення.

**Висновки.** Управління процесом підготовки єдиноборців є досить складною справою у зв'язку з тим, що спортивна діяльність в єдиноборствах, зокрема в рукопашному бою, різноманітна. Саме різноманітність та особливість спортивної діяльності створює певні труднощі в розробленні системи управління техніко-тактичної підготовленості спортсменів. Головною проблемою побудови ефективної системи контролю та управління в єдиноборствах є неможливість втручання в змагальний поєдинок, що у свою чергу не дає можливості об'єктивно та достовірно оцінити інші компоненти структури підготовленості спортсменів, окрім показників техніко-тактичної підготовленості.

Головною ланкою функціональної схеми системи управління підготовкою спортсменів в єдиноборствах є змагальна діяльність, яка в більшості представлена різними показниками техніко-тактичної підготовленості, кількість яких досить велика. Вирішенням зазначеної проблеми є вибір найбільш інформативних показників, які мають певний задум, відображають різні сторони підготовленості спортсмена, а головне, повинні бути придатними для використання як в окремому поєдинку, так і в змаганнях загалом.

Для побудови ефективного тренувального процесу тренеру необхідна повна інформація про стан спортсмена, особливо в найбільш екстремальних режимах, тому наявність лише відомостей про кількісні та якісні показники тренувальної або змагальної діяльності, за умов відсутності інформації про реакцію організму спортсмена на навантаження, буде приводити до розриву одного зі шляхів зворотного зв'язку і, як наслідок, до зниження ефективності системи управління.

У реальній практичній діяльності тренери зустрічаються з наявністю великої різноманітності застосовуваних засобів контролю у вигляді тестів і контрольних вправ. Така обставина потребує подальшої систематизації засобів контролю як відображення впливу основного фактору, детермінуючого стану спортсмена – змагального навантаження.

### Література:

1. Волков Л.В. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту : підручник. Київ : Освіта України, 2016. 464 с.
2. Основи спортивної підготовки : навч. посіб. / Е.І Маляр та ін. Тернопіль : ТНЕУ Економічна думка, 2018. 96 с.
3. Платонов В. Сучасна система спортивного тренування : підручник. Київ : Перша друкарня, 2021. 672 с.
4. Шкреттій Ю.М. Управління тренувальними і змагальними навантаженнями спортсменів високого класу : навч. посіб. Київ : Олімпійська література, 2005. 257 с.
5. Шинкарук О.А. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті : навч. посіб. Київ : Олімпійська література, 2013. 136 с.
6. Костюкевич В.М., Шевчик Л.М., Соколькова О.Г. Метрологічний контроль у фізичному вихованні та спорті : навчальний посібник. Київ : КНТ, 2017. 256 с.
7. Кошура А.В. Теорія і методика спортивних тренувань : навч. посіб. Чернівці : Чернівецький національний університет імені Ю. Федьковича, 2021. 120 с.

8. Пашков І.М., Ахмедов Ф.Ш. Контроль та управління підготовленістю тхеквондистів. *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор та одноборств у закладах вищої освіти*. 2024. № 1. С. 35–39.
9. Кличко В.В. Педагогічний контроль у системі управління базовою підготовкою кваліфікованих боксерів : автореф. дис. ... на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» ; Національний університет фізичного виховання і спорту, 2000. 20 с.
10. Лукіна О.В. Оптимізація спеціальної фізичної підготовленості юних тхеквондистів на етапі попередньої базової підготовки : автореф. дис. ... канд. фіз. вих. : 24.00.01. Дніпропетровськ, 2009. 20 с.
11. Радченко Ю.А. Особливості змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів з рукопашного бою. *Педагогіка, психологія, медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2015. № 12. С. 91–95. doi: 10.15561/18189172.2015.1214
12. Бойченко Н.В., Станкевич Б., Дрозд М.С. Контроль за станом підготовленості борця. *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор та єдиноборств в вищих учбових закладах*. 2014. № 1. С. 14–17.
13. Особливості контролю фізичної підготовленості в спортивних єдиноборствах / В.Г. Саєнко та ін. *Актуальні проблеми фізичної культури, спорту, фізичної терапії та ерго-терапії: біомеханічні, психофізіологічні та метрологічні аспекти : Зб. матер. I Всеукраїн. електрон. наук.-практ. конф. з міжнар. участю*. Київ : НУФВСУ, 2018. С. 33–35.
14. Воронова В.І. Психологія спорту : навч.-метод. посіб. Київ : Олімпійська література, 2007. 298 с.
15. Комплексний контроль фізичного стану, навчально-тренувальної та змагальної діяльності спортсменів : метод. реком. / В. Добринський та ін. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 112 с.
16. Костюкевич В.М., Шевчик Л.М., Соколькова О.Г. Метрологічний контроль у фізичному вихованні та спорті : навчальний посібник. Київ : КНТ, 2017. 256 с.
17. Сергієнко Л.П. Спортивна метрологія: теорія і практичні аспекти : навчальний посібник. Київ : КНТ, 2010. 776 с.
18. Показники змагальної діяльності найсильніших бійців-жінок змішаних єдиноборств ММА / Ю.М. Тропін та ін. *Єдиноборства*. 2021. № 3. (21). С. 69–83. <https://doi.org/10.15391/ed.2021-3.07>.
19. Круцевич Т.Ю., Воробйов М.І., Безверхня Г.В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навч. посіб. Київ : Олімпійська література, 2011. 224 с.
20. Jinga G. Sports Organizations' Decision Process. *Faculty of Management, Academy of Economic Studies*. 2014. Vol. 15. (1). P. 88–97.
21. Ананченко К.В., Пакулін С.Л., Арканія Р.А. Теоретичні аспекти вдосконалення управління підготовкою таеквондистів. *International Electronic Scientific Journal*. 2016. Т. 2. № 11. С. 2.1–2.13. <http://dx.doi.org/10.22178/pos.16-2>.
22. Гусаревич О.В. Удосконалення управління спортивною підготовкою на основі комплексного використання технічних методів. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2012. № 2. С. 277–281.
23. GutaImportance E.L. In *The Organization Of Controlling In Sports Management. Annals – Economy Series, Constantin Brancusi University, Faculty of Economics*. 2019. Vol. 6. P. 319–324.
24. Бойченко Н.В., Беянінов Р.І. Показники змагальної діяльності борців. *Єдиноборства*. 2017. № 3. С. 23–26. <https://doi.org/10.15391/ed.2023-1.05>
25. Кіпріч С.В. Особливості побудови процесу тренування юних єдиноборців у контексті останніх досліджень. *Молода спортивна наука України: зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту* : у 4-х т. Львів : НВФ Українські технології, 2010. Вип. 14. Т. 1. С. 131–135.
26. Донец А.В., Шаповал, Е.Ю. Системний підхід до організації контролю спортивної підготовки спортсменів. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*, 2018. № 11. Вип. 105. С. 36–40.
27. Коробейніков Г.В., Данько Т.Г., Коханевич А.І. Функціональний стан кваліфікованих борців на етапі спеціалізованої базової підготовки. *Єдиноборства*. 2022. № 2. С. 17–25. <https://doi.org/10.15391/ed.2022-2.02>.
28. Савчин М.П. Тренованість боксера та її діагностика : навч. посіб. Київ : Нора-прінт, 2003. 220 с.

29. Бачинська Н.В., Кощєєв О.С. Контроль загальної та спеціальної фізичної підготовленості тхеквондистів 12–13 років. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2010. № 1. С. 6–9.
30. Голоха В.Л. Оцінка рівня спеціальної витривалості борців вільного стилю за допомогою тесту Купера. *Єдиноборства*. 2020. № 1. Вип. 15. С. 4–12. <https://doi.org/10.15391/ed.2020-1.01>.
31. Донець О.В. Етапний контроль як функція управління системою функціонального стану тренуваності спортсмена-єдиноборця на етапі безпосередньої підготовки до змагань. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. 2016. № 3. Вип. 72. С. 51–55.
32. Pereira Soares J.A. The Board President's Role in Controlling the Decision-making Process in Voluntary Sports Organizations. *Brazilian Business Review, Fucape Business School*. 2016. Vol. 13. P. 57–79.
33. Хонєць О.В. Обґрунтування методичного підходу щодо застосування сучасних засобів і методів контролю в спортивних єдиноборствах у період безпосередньої підготовки до змагань. *Актуальні проблеми освіти і науки: досвід та сучасні технології*. 2020. № 1. С. 246–248.
34. Донець О.В. Контроль спеціальної працездатності спортсменів-єдиноборців (бокс, кік-боксинг) на перед змагальному етапі підготовки. *Витоки педагогічної майстерності: зб. наук. пр.* Полтава, 2012. № 10. С. 96–100.
35. Яворська Т.Є., Севостьянов Є.О., Андрєє А.С. Теоретичні основи організації комплексного контролю в системі підготовки дзюдоїстів. *Фізичне виховання та спорт у контексті державної програми розвитку фізичної культури в Україні: досвід, проблеми, перспективи*. 2015. № 2. С. 58–61.
36. Саєнко В.Г. Побудова і контроль тренувального процесу спортсменів в кіокушинкай карате : монографія. Луганськ : СПД Резніков В., 2012. 404 с.
37. Мітова О. Ретроспективний аналіз формування системи контролю у командних спортивних іграх. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2016. № 1. С. 74–81.
38. Осіпов В.М. Комплексний контроль у системі управління тренуваністю спортсменів у ігрових видах спорту. *Спортивні ігри*. 2015. № 11. С. 134–139.

#### References:

1. Volkov, L.V. (2016). *Teoriya i metodyka dytyachoho ta yunats'koho sportu [Theory and methodology of children's and youth sports]*. Pidruchnyk. 464 p. [in Ukrainian].
2. Malyar, E.I., Malyar, N.S., Ohnystyy, A.V., & Ohnysta, K.M. (2018). *Osnovy sportyvnoyi pidhotovky [Basics of sports training]*. Navch. posib. Ternopil', TNEU: Ekonomichna dumka. 96 p. [in Ukrainian].
3. Platonov, V.M. (2021). *Suchasna systema sportyvnoho trenuvannya [A modern system of sports training]*. Pidruchnyk. 672 p. [in Ukrainian].
4. Shkrebtiiy, Y.M. (2005). *Upravlinnya trenuval'nymy i zmahal'nymy navantazhennyamy sport-smeniv vysokoho klasu [Management of training and competition loads of high-class athletes]*. Navchal'nyy posibnyk. 257 p. [in Ukrainian].
5. Shynkaruk, O.A. (2013). *Teoriya i metodyka pidhotovky sport-smeniv: upravlinnya, kontrol', vidbir, modelyuvannya ta prohnozuvannya v olimpiys'komu sport [Theory and methods of training athletes: management, control, selection, modeling and forecasting in Olympic sports]*. Navch. posib. 136 p. [in Ukrainian].
6. Kostyukevych, V.M., Shevchyk, L.M., & Sokol'vak, O.H. (2015). *Metrolohichnyy kontrol' u fizychnomu vykhovanni ta sporti [Metrological control in physical education and sports]*. Navchal'nyy posibnyk. 256 p. [in Ukrainian].
7. Koshura, A.V. (2021). *Teoriya i metodyka sportyvnykh trenuvan [Theory and methods of sports training. Education manual]*. Navch. posib. Chernivets. nats. un-t im. Yu.Fed'kovycha. 120 p. [in Ukrainian].
8. Pashkov, I.M., & Akhmedov, F.Sh. (2024). Kontrol' ta upravlinnya pidhotovlenistyu tkhek-vondystiv [Control and management of training of taekwondo players]. *Problemy i perspektyvy rozvytku sportyvnykh ihor ta odnobormtv u zakladakh vyshchoyi osvity*. № 1. P. 35–39 [in Ukrainian].
9. Klychko, V.V. (2000). Pedagogichnyy kontrol u systemi upravlinnya bazovoyu pidhotovkoyu kvalifikovanykh bokseriv. [Pedagogical control in the management system of basic training of qualified boxers] avtoref. dys. na zdobuttya nauk. stupenya kand. ped. na uk: [spets.] 24.00.01 "Olimpiys'kyy

i profesiynny sport” / Vol. V. Klychko; Natsional’nyy universytet fizychnoho vykhovannya i sportu. 20 p. [in Ukrainian].

10. Lukina, O.V. (2018). Optyimizatsiya spetsial’noyi fizychnoyi pidhotovlenosti yunyk rukopashnykiv na etapi poperedn’oyi bazovoyi pidhotovky [Optimizing the special physical fitness of young martial artists at the stage of preliminary basic training]. *Extended abstract of Candidate’s thesis*. Dnipropetrovs’k. 20 p. [in Ukrainian]

11. Radchenko, Yu.A. (2015). Osoblyvosti zmahal’noyi diyal’nosti kvalifikovanykh sport·smeniv z rukopashnoho boyu [Peculiarities of the competitive activity of qualified hand-to-hand combat athletes]. *Pedahohika, psykholohiya, medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannya i sportu*. № 12. P. 91–95. <https://doi.org/10.15561/18189172.2015.1214>. [in Ukrainian].

12. Boychenko, N.V., Stankevych, B., & Drozd, M.S. (2014). Kontrol za stanom pidhotovlenosti bortsya [Control over the state of preparedness of the wrestler]. *Problemy y perspektyvy rozvytku sportyvnykh ihor ta yedynoborstv v vyshchykh uchbovykh zakladakh*. № 1. P. 14–17 [in Ukrainian].

13. Sayenko, V. H., Tolcheyeva, H. V., Polulyashchenko, YU. M., Zakirko, A. E., & Zakirko, E.E. (2018). Osoblyvosti kontrolyu fizychnoyi pidhotovlenosti v sportyvnykh yedynoborstvakh [Peculiarities of physical fitness control in martial arts]. *Aktual’ni problemy fizychnoyi kul’tury, sportu, fizychnoyi terapiyi ta erhoterapiyi: biomekhanichni, psykhofiziolohichni ta metrolohichni aspekty. Mater. I Vseukrayin. elektron. nauk.-prakt. konf. z mizhnar. uchastyu*. P. 33–35. [in Ukrainian].

14. Voronova, V.I. (2007). *Psykholohiya sportu [Psychology of sports]*. Navch. posibnyk. Olimpiys’ka literatura. 298 p. [in Ukrainian].

15. Dobryns’kyi, V., Mudryk, ZH., Savchuk, S., Val’kevych, O., & Zakhozha, N. (2021). *Kompleksnyy kontrol fizychnoho stanu, navchal’no-trenaval’noyi ta zmahal’noyi diyal’nosti sport·smeniv [Complex control of physical condition, training and competitive activities of athletes]*. metod. rekom. Vezha-Druk. 112 p. [in Ukrainian].

16. Kostyukevych, V.M., Shevchyk, L.M., & Sokol’vak, O.H. (2017). *Metrolohichnyy kontrol’ u fizychnomu vykhovanni ta sporti [Metrological control in physical education and sports]*. Navchal’nyy posibnyk. Kyiv: KNT. 256 p. [in Ukrainian].

17. Serhiyenko, L.P. (2010). *Sportyvna metrolohiya. [Sports metrology]*. teoriya i praktychni aspekty Navchal’nyy posibnyk. 776 p. [in Ukrainian].

18. Tropin, Y.M., Latyshev, M.V., Pylypets, O.V., & Ponomar’ov, V.O. (2021). Pokaznyky zmahal’noyi diyal’nosti naysyl’nishykh biytsiv-zhinok zmishanykh yedynoborstv MMA [Indicators of the competitive performance of the strongest female MMA mixed martial arts fighters]. *Yedynoborstva*. № 3(21). P. 69–83. <https://doi.org/10.15391/ed.2021-3.07> [in Ukrainian].

19. Krutsevych, T.YU., Vorobyov, M.I., & Bezverkhnya, H.V. (2011). *Kontrol u fizychnomu vykhovanni ditey, pidlitkiv i molodi [Control in the physical education of children, adolescents and youth]*. Navchal’nyy posibnyk. Olimpiys’ka literatura. 224 p. [in Ukrainian].

20. Jinga, G. (2014). Sports Organizations’ Decision Process. *Faculty of Management, Academy of Economic Studies*. № 15. (1). P. 88–97 [in English].

21. Ananchenko, K.V., Pakulin, S.L., & Arkaniya, R.A. (2016). Teoretychni aspekty vdoskonalennya upravlinnya pidhotovkoyu taekvondystiv [Theoretical aspects of improving the management of taekwondo training]. *International Electronic Scientific Journal*. № 2. 11. P. 21–28. <http://dx.doi.org/10.22178/pos.16-2> [in Ukrainian].

22. Husarevych, O.V. (2012). Udoskonalennya upravlinnya sportyvnoyu pidhotovkoyu na osnovi kompleksnoho vykorystannya tekhnichnykh metodiv [Improving the management of sports training based on the complex use of technical methods]. *Fizychno vykhovannya, sport i kul’tura zdorov’ya u suchasnomu suspil’stvi*. № 2. P. 277–281 [in Ukrainian].

23. GutaImportance, E.L. (2019). In the Organization Of Controlling In Sports Management. *Annals – Economy Series, Constantin Brancusi University, Faculty of Economics*. № 6. P. 319–324 [in English].

24. Boychenko, N.V. (2017). Shlyakhy vdoskonalennya tekhnichnoyi pidhotovlenosti sport·smeniv yedynobortsiv [Ways of improving the technical training of martial arts athletes]. *Pedahohika, psykholohiya ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannya i sportu*. № 2. P. 19–21 [in Ukrainian].

25. Kiprych, S.V. (2010). Osoblyvosti pobudovy protsesu trenuvannya yunyk yedynobortsiv u konteksti ostannikh doslidzhen [Peculiarities of the construction of the training process of young



martial artists in the context of recent research]. *Moloda sportyvna nauka Ukrayiny: zb. nauk. Prats' z haluzi fizychnoyi kul'tury ta sportu*. Vyp. 14: u 4-kh t. – L'viv : NVF Ukrayins'ki tekhnolohiyi. № 1. P. 131–135 [in Ukrainian].

26. Donets, A.V., & Shapoval, E.Yu. (2018). Systemnyy pidkhid do orhanizatsiyi kontrolyu sportyvnoyi pidhotovky sportsmeniv [A systematic approach to the organization of control over sports training of athletes]. *Naukovyy chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova*. № 11. (105). P. 36–40 [in Ukrainian].

27. Korobeynikov, H.V., Dan'ko, T.H., & Kokhanevych, A.I. (2022). Funktsional'nyy stan kvalifikovanykh bortsiv na etapi spetsializovanoi bazovoyi pidhotovky [Functional state of qualified wrestlers at the stage of specialized basic training]. № 2. P. 17–25. <https://doi.org/10.15391/ed.2022-2.02> [in Ukrainian].

28. Savchyn, M.P. (2003). *Trenovanist' boksera ta yiyi diahnostyka [Boxer training and its diagnosis]*. Uchbovyi posibnyk. 220 p. [in Ukrainian].

29. Bachyns'ka, N.V., & Koshcheyev, O.S. (2010). Kontrol zahal'noyi ta spetsial'noyi fizychnoyi pidhotovlenosti tkhekvondystiv 12–13 rokiv. [Control of general and special physical fitness of taekwondo players 12-13 years old]. *Pedahohika, psykholohiya ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannya i sportu*. № 1. P. 6–9 [in Ukrainian].

30. Holokha, V.L., Romanenko, V.V., & Tropin, Yu.M. (2022). Analiz zmahal'noyi diyal'nosti ukrayins'kykh bortsiv vil'noho stylu na Chempionati svitu U-23 v 2021 [Analysis of the competitive performance of Ukrainian freestyle wrestlers at the U-23 World Championship in 2021]. *Yedynoborstva*. № 2. (24). P. 4–16. <https://doi.org/10.15391/ed.2022-2.01> [in Ukrainian].

31. Donets, O.V. (2016). Etapnyy kontrol' yak funktsiya upravlinnya systemoyu funktsional'noho stanu trenovanosti sport'smena-yedynobortsya na etapi bezposeredn'oyi pidhotovky do zmahan [Staged control as a function of managing the system of the functional state of training of a martial artist at the stage of direct preparation for the competition]. *Naukovyy chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova*. № 3. (72). P. 51–55 [in Ukrainian].

32. Pereira Soares, J. A. (2016) The Board President's Role in Controlling the Decision-making Process in Voluntary Sports Organizations. *Brazilian Business Review, Fucape Business School*. № 13. P. 57–79 [in English].

33. Khonets, O.V. (2020). Obgruntuvannya metodychnoho pidkhodu shchodo zastosuvannya suchasnykh zasobiv i metodiv kontrolyu v sportyvnykh yedynoborstvakh u period bezposeredn'oyi pidhotovky do zmahan [Justification of the methodical approach to the use of modern means and methods of control in martial arts during the period of direct preparation for competitions]. *Aktual'ni problemy osvity i nauky: dosvid ta suchasni tekhnolohiyi*. № 1. P. 246–248 [in Ukrainian].

34. Donets', O.V. (2012). Kontrol' spetsial'noyi pratsezdatsnosti sport'smeniv-yedynobortsiv (boks, kikkboksnyh) na pered zmahal'nomu etapi pidhotovky [Control of the special working capacity of martial arts athletes (boxing, kickboxing)]. *Vytoky pedahohichnoyi maysternosti : zb. nauk. pr. Poltava*. № 10. P. 96–100 [in Ukrainian].

35. Yavors'ka, T.Ye., Sevost'yanov, Ye.O., & Andree, A.S. (2015). Teoretychni osnovy orhanizatsiyi kompleksnoho kontrolyu v systemi pidhotovky dzyudoyistiv [Theoretical foundations of the organization of complex control in the training system of judokas]. *Fizychno vykhovannya ta sport u konteksti derzhavnoyi prohramy rozvytku fizychnoyi kul'tury V Ukrayini: dosvid, problemy, perspektyvy*. № 2. P. 58–61 [in Ukrainian].

36. Sayenko, V.H. (2012). *Pobudova i kontrol' trenoval'noho protsesu sport'smeniv v kiokushynkay karate [Construction and control of the training process of athletes in kyokushinkai karate]*. Monohrafiya. 404 p. [in Ukrainian].

37. Mitova, O. (2016). Retrospektyvnyy analiz formuvannya systemy kontrolyu u komandnykh sportyvnykh ihrakh [Retrospective analysis of the formation of the control system in team sports games]. *Sportyvnyy visnyk Prydniprov'ya*. № 1. P. 74–81 [in Ukrainian].

38. Osipov, V.M. (2015). Kompleksnyy kontrol' u systemi upravlinnya trenovanisty sport'smeniv u ihrovykh vydakh sportu [Complex control in the training management system of athletes in game sports]. *Sportyvni ihry*. № 11. P. 134–139 [in Ukrainian].

Radchenko Yuri

**THEORETICAL AND METHODOLOGICAL PRINCIPLES  
OF CONTROL AND MANAGEMENT IN MARTIAL ARTS  
(BASED ON HAND-TO-HAND COMBAT MATERIAL)**

**Actuality.** *The work reveals the theoretical and methodological principles of control and management of the process of sports training of athletes in martial arts and hand-to-hand combat in particular. In sports martial arts, the level of competition is constantly increasing, which in turn puts higher demands on coaches and athletes. It is necessary to constantly search for more effective forms, means and methods of sports training. The general direction of improvement of the educational and training process is typical for many types of sports and is connected with the constant improvement of the management methodology based on the optimization of means and methods of complex control.*

*Modern martial arts make specific demands on a number of body systems that ensure high performance and efficiency of the behavior of martial arts athletes in difficult conditions of training and competition.*

*In connection with the above, the systematization of scientific knowledge about the theoretical and methodological principles of control and management of sports activities in martial arts as an integral component of training and competition processes is relevant.*

**Purpose.** *On the basis of theoretical analysis and own experimental research, to form the theoretical and methodological principles of control and management in martial arts (on the example of hand-to-hand combat) to optimize the management of sports training.*

**Methods.** *Theoretical analysis and generalization of literary sources; general scientific research methods; systemic, structural-functional, process, comparative and situational approaches.*

**Results.** *The theoretical and methodological principles of control and management in martial arts were formed (on the example of hand-to-hand combat). The specifics of martial arts and hand-to-hand combat in particular have been revealed. It was established that in order to build an effective training process, the coach needs complete information about the athlete's condition, especially in the most extreme modes.*

*To optimize the management system of training and competitive activities in accordance with modern trends in the development of martial arts, further improvement of the system of control and management of various components of training of athletes is necessary, depending on the factors affecting the success of competitive activities at various stages of multi-year sports improvement.*

**Key words:** *martial arts, hand-to-hand combat, management, control, training and competitive activities.*