

УДК 796.81.052.242

DOI <https://doi.org/10.24195/olympicus/2023-3.21>**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

ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СПОРТСМЕНІВ ІЗ РУКОПАШНОГО БОЮ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ ПРОЦЕСУ БАГАТОРІЧНОГО ВДОСКОНАЛЕННЯ

Актуальність проблеми. У статті розглянуто дані сучасних наукових досліджень, присвячених аналізу змагальної діяльності єдиноборців, як механізму побудови раціонального процесу підготовки спортсменів на різних етапах процесу багаторічного спортивного удосконалення. Структура змагальної діяльності детермінується націленістю на досягнення максимальних показників індивідуального результату в обраному виді спорту. Роль ключової ланки в ній відводиться спортивному результату, спираючись на який і будується ефективна система підготовки спортсменів.

Як відомо, ефективність побудови навчально-тренувального процесу є проявом виступу спортсмена на змаганнях. Саме в важких екстремальних умовах змагань проявляються сильні та слабкі сторони підготовленості єдиноборців. Систематичний аналіз, який оснований на даних особливостей змагальної діяльності спортсменів, є важливим засобом розробки нових технологій та механізмів управління тренувальним процесом.

Мета дослідження – проаналізувати змагальну діяльність спортсменів-представників рукопашного бою на різних етапах процесу багаторічного удосконалення.

Методи дослідження. У роботі використано теоретичний аналіз і узагальнення спеціальної науково-методичної літератури. Для дослідження особливостей змагальної діяльності застосовувався метод експертних оцінок та аналіз відео матеріалів Всеукраїнських змагань з рукопашного бою які відбулися на протязі 2022–2023 р.

Результати дослідження. Встановлено, що змагальна діяльність юних спортсменів на початкових етапах багаторічного удосконалення обумовлена загальними закономірностями притаманними рукопашному бою, але має свої особливості. Змагальний поєдинок юних спортсменів більшість часу проходить в положенні стійка з дуже великою цільністю і має ударну спрямованість, намагаючись компенсувати недоліки у тактичній підготовці бійці виконують велику кількість технічних дій, причому переважна більшість застосованих техніко-тактичних дій це прості удари та прийоми, сам бій проходить на великій дистанції між суперниками тому юнаки надають перевагу ударам ногами, ефективність виконання ударної техніки залишається низькою.

Ключові слова: змагальна діяльність, підготовка, змішані єдиноборства, техніко-тактична підготовленість, рукопашний бій, змагання.

Вступ. Розвиток змішаних єдиноборств і рукопашного бою зокрема на сучасному етапі характеризується постійним зростанням спортивних результатів, підвищенням рівня техніко-тактичної майстерності спортсменів та якості демонстрованого змагального арсеналу [1; 2].

При цьому змагальна діяльність безумовно є головною ланкою функціональної схеми загальної системи підготовки спортсменів на всіх етапах багаторічного удосконалення. Відомо, що ефективність побудови навчально-тренувального процесу є проявом виступу спортсмена на змаганнях. Саме в важких екстремальних умовах змагань проявляються сильні та слабкі сторони підготовленості єдиноборців. У сучасних наукових дослідженнях зазначено [3–6], що систематичний аналіз, який заснований на даних особливостей змагальної діяльності спортсменів, є важливим засобом розробки нових технологій та механізмів управління тренувальним процесом.

Треба зазначити, що увага значної кількості дослідників [3; 7; 8; 9; 10] останнім часом була звернена до проблеми оптимізації параметрів змагальної діяльності в різних видах спортивних єдиноборств в контексті опори на неї, як орієнтиру при проектуванні різних структурних компонентів навчально-тренувального процесу, особливо на початкових етапах багаторічної підготовки.

Фахівцями доведено [7; 11–14], що структура змагальної діяльності детермінується націленістю на досягнення максимальних показників індивідуального результату в обраному виді спорту. Роль ключової ланки в ній відводиться спортивному результату, спираючись на який і будується ефективна система підготовки спортсменів.

За останні два-три десятиліття сформувалася думка, що одним із пріоритетних напрямів механізму побудови раціонального процесу підготовки спортсменів є вивчення структурних компонентів змагальної діяльності [15–18], яка при цьому практично вся, так чи інакше, представлена різними показниками техніко-тактичної підготовленості. Відомо, що планування спортивного результату юних спортсменів базується на основі нормативних вимог навчальної програми, динаміки зростання показників спортивної майстерності, оптимізації вікових меж та досягненні максимально можливого результату.

Акумуляція інформації про професійну діяльність спортсменів в рамках змагань на різних етапах процесу багаторічного удосконалення може служити, за певних умов, основою для визначення мети та завдань спортивної підготовки, підбору нових методів та засобів їх реалізації.

Мета роботи – проаналізувати змагальну діяльність спортсменів-представників рукопашного бою на різних етапах процесу багаторічного удосконалення.

Методи дослідження. У роботі використано теоретичний аналіз і узагальнення спеціальної науково-методичної літератури щодо організації процесу підготовки спортсменів у змішаних єдиноборствах, педагогічні спостереження, бесіди, узагальнення передового досвіду фахівців. Для дослідження особливостей змагальної діяльності застосовувався метод експертних оцінок та аналіз відео матеріалів Всеукраїнських змагань з рукопашного бою серед юнаків віком 10–11 років та 12–13 років, які відбулись протягом 2022–2023 років.

Проаналізовано 21 змагальний поєдинок юних спортсменів з рукопашного бою. Часові параметри бою: 1 раунд тривалістю дві хвилини. Загальний обсяг досліджених техніко-тактичних дій – 609.

Для досягнення мети роботи було створено експертну групу в яку увійшли сім провідних тренерів з рукопашного бою, з вищою тренерською кваліфікацією, з них чотири – Заслужені тренера України.

Аналіз проводився за наступними показниками: часові характеристики поєдинку в положенні в стійка, партер і лежачи окремо, щільність ведення бою, загальний обсяг техніко-тактичних дій, їх результативність, популярність та особливості виконання.

Експериментальний матеріал опрацьований на персональному комп'ютері за допомогою пакетів статистичних програм «Statistika 7.0» і EXEL.

Результати. У ряді фахових робіт зазначено [2; 6; 13; 18], що проблема побудови раціонального навчально-тренувального процесу в будь-якому виді єдиноборств обумовлена загальними закономірностями підготовки спортсменів, як у процесі багаторічного тренування, так і протягом окремого річного тренувального циклу. При цьому початкові етапи підготовки відіграють важливу роль в загальній системі багаторічного удосконалення, оскільки саме тут закладається основа подальшого оволодіння спортивною майстерністю в обраному виді спорту.

Змагальна діяльність, згідно Правил спортивних змагань з рукопашного бою [19], починається у спортсменів у віці з 10 років та відбувається у вікових межах 10–11 років і 12–13 років. Саме ці вікові періоди, згідно з програмою підготовки для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, припадають на закінчення етапу початкової підготовки та тривають весь період етапу попередньої базової підготовки.

Для вирішення завдання дослідження, а саме, визначення особливостей ведення змагальної діяльності на різних етапах багаторічного удосконалення нами було проведено аналіз

змагальної діяльності спортсменів вікових категорій 10–11 років і 12–13 років та проведено порівняльний аналіз з отриманими результатами попередніх досліджень [2] щодо змагальної діяльності висококваліфікованих спортсменів.

На *першому етапі роботи* були проаналізовані часові параметри ведення змагальних поєдинків. Згідно з правилами спортивних змагань, для досягнення переваги над суперником спортсмени можуть застосовувати ударну техніку та техніку боротьби, а сам бій ведеться у положенні стійка або партер та лежачи. Отримані результати щодо часу ведення поєдинку в різних положеннях (табл. 1) довели, що переважну більшість часу спортсмени змагаються у положенні стійка, а тривалість ведення бою в різних позиціях не залежить від етапів багаторічної підготовки, а детермінується саме умовами, що зазначені в правилах змагань, де ведення бою в ударному стилі не обмежено у часі, а виконання техніки боротьби чітко регламентується визначеним часом, на виконання техніки боротьби у стійці дається п'ять секунд після проведення захвату, для початку виконання борцівської техніки дається також п'ять секунд і якщо прийом почався виконуватися додатково дається ще двадцять секунд для його виконання, після чого бійці піднімаються у положення стійка та починають поєдинок з ударної техніки.

Таблиця 1

Часові параметри ведення бою в різноманітних положеннях на різних етапах багаторічного удосконалення

Положення	Спортсмени віком 10–11 років (n=1069)	Спортсмени віком 12–13 років (n=1180)	Висококваліфіковані спортсмени (n=7560) [2]
Стойка (с), %	77	72	74
Партер або лежачи (с), %	23	28	26
Всього (с), %	100	100	100

Але цікавим є факт, що ударну техніку можливо застосовувати тільки у положенні стійка, а техніка боротьби може виконуватися спортсменами в будь яких положеннях. Аналіз отриманих даних з цього напрямку довів, що незважаючи на етап підготовки, бійці переважну більшість часу ведуть поєдинок у ударному стилі (табл. 2). Причому головною умовою виконання борцівської техніки є наявність щільного контакту із тілом суперника, а вся техніка будується на захопленні одягу, корпусу чи кінцівок опонента.

Таблиця 2

Часові параметри ведення поєдинку в ударної або борцівської спрямованості на різних етапах багаторічного удосконалення

Направленість ведення бою	Спортсмени віком 10–11 років (n=1069)	Спортсмени віком 12–13 років (n=1180)	Висококваліфіковані спортсмени (n=7560) [2]
Ударна направленість ведення поєдинку (с), %	64	62	66
Борцівська направленість ведення поєдинку (с), %	36	38	34
Всього (с), %	100	100	100

На *другому етапі роботи* було досліджено особливості застосуванні техніко-тактичних дій різної спрямованості. Як відомо, рукопашний бій відноситься до змішаних видів єдиноборств та комплексних видів спорту де правилами змагань дозволено застосовувати різноманітну техніку ударів ногами, руками, виконувати кидки, збивання, больові та задушливі прийоми, розподіл виконання яких в змагальному поєдинку представлено в табл. 3.

Таблиця 3

Розподіл загальної кількості виконаних ударних та борцівських техніко-тактичних дій на різних етапах багаторічного удосконалення

Техніко-тактичні дії	Спортсмени віком 10–11 років (n=283)	Спортсмени віком 12–13 років (n=326)	Висококваліфіковані спортсмени (n=1434) [2]
Удари руками та ногами, кількість разів, %	77	76	78
Кидки та збивання, кількість разів, %	19	15	15
Утримання, больові та задушливі прийоми, кількість разів, %	4	9	7
Всього кількість разів, %	100	100	100

Згідно отриманих результатів у віковій групі 10–11 років спостерігається зменшення відсотку виконання прийомів боротьби у положенні лежачи та партер та збільшення відсотку виконання борцівської техніки в положенні стійка.

За думкою фахівців, така тенденція пов'язана з особливостями правил змагань з рукопашного бою, згідно з якими саме в цій віковій групі заборонено виконання больових та задушливих прийомів.

Необхідно зазначити, що під час змагального поєдинку бійці застосовують розширений технічний арсенал та виконують велику кількість різноманітних ударів та прийомів, але не всі технічні дії підлягають оцінці, а результат поєдинку залежить саме від виконання результативних техніко-тактичних дій, табл. 4, які підлягають суддівській оцінці.

Таблиця 4

Результативність виконання ударних та борцівських техніко-тактичних дій на різних етапах багаторічного удосконалення

Техніко-тактичні дії	Спортсмени віком 10–11 років (n=283)	Спортсмени віком 12–13 років (n=326)	Висококваліфіковані спортсмени (n=1434) [2]
Удари руками та ногами, кількість разів, %	18	15	18
Кидки та збивання, кількість разів, %	69	60	55
Утримання, больові та задушливі прийоми, кількість разів, %	50	37	22
Всього кількість разів, %	100	100	100

Отримані дані підтверджують загальну тенденцію щодо непоганої реалізації борцівської техніки, особливо на початкових етапах підготовки та низьку результативність виконання ударної техніки на всіх етапах багаторічного удосконалення. Особо уваги набуває факт зменшення результативності виконання борцівської техніки з підвищенням рівня майстерності спортсменів, особливо відносно виконання утримань, больових та задушливих прийомів.

Відповідно до попередньо отриманих даних в змагальному поєдинку спортсмени в більшості застосовують ударну техніку, яка складається з різноманітних ударів руками та ногами. З біомеханічної точки зору удари руками є найбільш прості у виконанні та потребують мінімальних затрат енергії, в порівнянні з ударами ногами, тому досвідчені спортсмени в більшості застосовують ударну техніку руками. Аналіз цих показників (табл. 5) на початкових етапах підготовки навпаки доводить, що юні спортсмени надають перевагу ударній техніці ногами.

Таблиця 5

Розподіл виконання ударів руками та ногами на різних етапах багаторічного удосконалення

Техніко-тактичні дії	Спортсмени віком 10–11 років (n=217)	Спортсмени віком 12–13 років (n=227)	Висококваліфіковані спортсмени (n=1117) [2]
Удари руками, кількість разів, %	49	42	70
Удари ногами, кількість разів, %	51	58	30
Всього кількість разів, %	100	100	100

Така закономірність пояснюється можливістю починати атаку з дальньої дистанції. Ведення бою на ближній дистанції з можливістю застосування ударів руками потребує більш високого рівня готовності, саме це спостерігається у спортсменів високого класу.

На *третьому етапі* роботи було досліджено особливості застосування ударів руками. Ударна техніка руками згідно з правилами спортивних змагань може наноситися в голову та тулуб, розподіл наведено у табл. 6. Отримані дані свідчать, що незважаючи на етап підготовки, більшість ударів руками наноситься в голову, особливо це проявляється на початкових етапах багаторічного удосконалення. Зниження відсотку атак в голову та збільшення в тулуб у кваліфікованих спортсменів пояснюється підвищенням рівня тактичної підготовленості, можливістю проводити більш складні атаки за різними зонами та напрямками.

Таблиця 6

Розподіл виконання ударів руками за зонами нанесення на різних етапах багаторічного удосконалення

Техніко-тактичні дії	Спортсмени віком 10–11 років (n=106)	Спортсмени віком 12–13 років (n=96)	Висококваліфіковані спортсмени (n=787) [2]
Голова, кількість разів, %	81	75	71
Тулуб, кількість разів, %	19	25	29
Всього кількість разів, %	100	100	100

Аналіз даних ударів руками за напрямками нанесення, табл. 7, довів, що також незважаючи на етап підготовки, в переважній більшості учасники змагань наносять прямі удари в голову, особливо це проявляється на першому етапі багаторічної підготовки.

Таблиця 7

Розподіл виконання ударів руками за напрямками нанесення на різних етапах багаторічного удосконалення

Техніко-тактичні дії	Спортсмени віком 10–11 років (n=106)	Спортсмени віком 12–13 років (n=96)	Висококваліфіковані спортсмени (n=787) [2]
Прямі, кількість разів, %	89	67	71
Бокові, кількість разів, %	8	19	22
Знизу, кількість разів, %	3	14	7
Всього кількість разів, %	100	100	100

Такий факт свідчить про недостатній рівень технічної майстерності юних спортсменів. Прямі удари руками є найбільш простими з точки зору біомеханічної структури їх виконання, також для їх проведення можливо знаходитися на дальній дистанції. Тому юні рукопашники на початковому етапі і застосовують в переважній більшості саме ці технічні дії. Бокові удари та удари знизу, враховуючи їх біомеханічну структуру, наносяться з меншої дистанції, а ведення бою на малих відстанях потребує від спортсменів більш високого рівня технічної майстерності.

На *четвертому етапі* роботи було досліджено особливості застосування ударної техніки ногами, яка має більш розширений спектр застосування, враховуючи можливі зони та напрямки нанесення. Згідно з правилами спортивних змагань удари ногами можливо наносити в змаганнях серед юнаків в голову та тулуб, серед дорослих в голову, тулуб та по ногах. Розподіл нанесення ударів ногами за зонами представлено в табл. 8. Згідно з результатами дослідження, незважаючи на етап багаторічної підготовки, спостерігається загальна тенденція нанесення не

великої кількості ударів ногами в голову. Цей факт пояснюється складністю виконання ударів ногами в голову та великою амплітудою нанесення.

Таблиця 8

Розподіл виконання ударів ногами за зонами нанесення на різних етапах багаторічного удосконалення

Техніко-тактичні дії	Спортсмени віком 10–11 років (n=110)	Спортсмени віком 12–13 років (n=131)	Висококваліфіковані спортсмени (n=330) [2]
Голова, кількість разів, %	28	21	28
Тулуб, кількість разів, %	72	79	58
Ноги, кількість разів, %	0	0	14
Всього кількість разів, %	100	100	100

У змагальному поєдинку спортсмени можуть застосовувати бідь яку техніку ударів ногами за різними напрямками яка притаманна більшості видів змішаних єдиноборств. Розподіл виконання ударів ногами за різними напрямками наведено в табл. 9. Аналіз отриманих даних щодо напрямків нанесення ударів ногами, демонструє загальну тенденцію нанесення ударної техніки ногами незалежно від рівня майстерності спортсменів. Переважна більшість нанесених ударів це бокові удари ногами.

Таблиця 9

Розподіл виконання ударів ногами за напрямками нанесення на різних етапах багаторічного удосконалення

Техніко-тактичні дії	Спортсмени віком 10–11 років (n=110)	Спортсмени віком 12–13 років (n=131)	Висококваліфіковані спортсмени (n=330) [2]
Прямі, кількість разів, %	29	28	26
Бокові, кількість разів, %	73	70	69
З розворотом, кількість разів, %	4	2	5
Всього кількість разів, %	100	100	100

На *п'ятому етапі* роботи було досліджено особливості застосування техніки боротьби. В змагальних поєдинках бійці для здобуття перемоги застосовують різноманітні кидки та збивання, табл. 10, які притаманні більшості видів спортивних єдиноборств.

Таблиця 10

Розподіл виконання техніки боротьби у положенні стійка на різних етапах багаторічного удосконалення

Техніко-тактичні дії	Спортсмени віком 10–11 років (n=44)	Спортсмени віком 12–13 років (n=45)	Висококваліфіковані спортсмени (n=220) [2]
Кидки за ноги, кількість разів, %	59	42	55
Збивання, кількість разів, %	5	7	10
Кидки підхватом, кількість разів, %	2	4	2
Кидки упором стопи, кількість разів, %	0	0	1
Кидки через сину і стегно, кількість разів, %	16	9	4
Кидки переворотом, кількість разів, %	2	7	7
Кидки підніжкою, кількість разів, %	5	11	4
Кидки прогином, кількість разів, %	2	0	0
Кидки упором стопи, кількість разів, %	2	4	5
Кидки підхватом, кількість разів, %	0	0	4
Кидки підсіканням, кількість разів, %	7	16	8
Всього кількість разів, %	100	100	100

Відповідно до отриманих даних підтверджено результати попередніх досліджень, що незважаючи на рівень кваліфікації спортсменів, кидки захватом за ноги є найбільш популярними серед учасників змагань.

Насамперед велика кількість виконання різних кидків захватом за ноги пояснюється біомеханічною з точки зору, саме в цих кидках кут падіння найменший та складає дев'яносто градусів.

Як відомо, чим менше кут падіння, тим менше сил та часу необхідно для проведення технічної дії. Також необхідно звернути увагу на виконання юними спортсменами кидків прогином, який вважається одним з самих складних, враховуючи особливості виконання борцівської техніки в рукопашному бою. Цей факт підтверджує різноманітність та ефективність засобів та методів які застосовують фахівці в навчально-тренувальному процесі на початкових етапах багаторічного удосконалення.

Згідно з правилами спортивних змагань поєдинок також може проводитися в положенні лежачи або партер, саме в цих положеннях дозволено виконання утримань, больових та задушливих приймів, розподіл яких наведено у табл. 11.

Таблиця 11

Розподіл виконання техніки боротьби у положенні партер або лежачи на різних етапах багаторічного удосконалення

Техніко-тактичні дії	Спортсмени віком 10–11 років (n=44)	Спортсмени віком 12–13 років (n=45)	Висококваліфіковані спортсмени (n=220) [2]
Больові прийоми на руки, кількість разів, %	0	37	37
Больові прийоми на ноги, кількість разів, %	0	0	16
Задушливі прийоми, кількість разів, %	0	5	18
Утримання, кількість разів, %	100	58	29
Всього кількість разів, %	100	100	100

Особливостями застосування техніки боротьби є обмеження виконання задушливих та больових прийомів в віковій категорії 10–11 років.

Проведений аналіз змагальної діяльності з цього напрямку довів, що на початкових етапах спортивного удосконалення спортсмени виконують в основному больові прийоми на руки. Такий факт говорить про недостатню роботу в цьому напрямку та необхідності внесення корекції до тренувальних програм підготовки.

Однією з умов популяризації виду єдиноборств є видовищність змагальних поєдинків, яка досягається за рахунок виконання різноманітної техніки і динаміки ведення поєдинку. Для отримання інформації з цього напрямку нами було проведено порівняльний аналіз показників інтервал атаки та інтервал успішної атаки, дані яких наведено в табл. 12.

Таблиця 12

Розподіл виконання техніки боротьби у положенні партер або лежачи на різних етапах багаторічного удосконалення

Техніко-тактичні дії	Спортсмени віком 10–11 років (n=1069)	Спортсмени віком 12–13 років (n=1180)	Висококваліфіковані спортсмени (n=7560) [2]
Інтервал атаки, с	3,77	3,61	5,27
Інтервал успішної атаки, с	12,87	14,56	22,4

Отримані дані підтверджують велику щільність ведення змагальних поєдинків юними спортсменами. Цей факт свідчить про відсутність тактичної підготовки для виконання атак, а перемога досягається за рахунок великої кількості виконання різноманітних техніко-тактичних дій.

Висновки. Рукопашний бій – сучасний динамічний вид єдиноборств, який має в своєму арсеналі велику кількість техніко-тактичних дій, які притаманні багатьом видам змішаних єдиноборств, але має свої особливості щодо умов їх застосування, що відображені в правилах спортивних змагань з виду спорту.

Змагальна діяльність юних спортсменів на початкових етапах багаторічного удосконалення обумовлена загальними закономірностями, притаманними рукопашному бою, але має свої особливості: змагальний поєдинок юних спортсменів більшість часу проходить в положенні стійка з дуже великою щільністю і має ударну спрямованість; намагаючись компенсувати недоліки у тактичній підготовці, бійці виконують велику кількість технічних дій, причому переважна більшість застосованих техніко-тактичних дій – це прості удари та прийоми, сам бій проходить на великій дистанції між суперниками, тому юнаки надають перевагу ударам ногами, ефективність виконання ударної техніки залишається низькою.

Література:

1. Хацаюк, О., Ананченко, К., Хуртенко, О., Дмитренко, С., Бойченко, Н. Дослідження технічного арсеналу бійців ММА високої кваліфікації. *Єдиноборства*. 2020. № 3(17). С. 92–105. DOI: 10.15391/ed.2020-3.09.
2. Вако І., Радченко Ю. Структура успішності змагальної діяльності в змішаних єдиноборствах (на прикладі рукопашного бою). *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2022. № 2. С. 111–122. DOI: 10.32540/2071-1476-2022-2-111.
3. Ваїс М., Тропін Ю., Сичова Л. Особливості змагальної діяльності в спортивній боротьбі. *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор і єдиноборств у вищих навчальних закладах*. 2019. № 1. С. 66–70.
4. Лукіна О., Вороний В. Особливості змагальної діяльності борців греко-римського стилю. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2019. № 2. С. 21–29. DOI: 10.32540/2071-1476-2019-1-021.
5. Володченко О. Аналіз змагальної діяльності висококваліфікованих борців на чемпіонаті Європи 2023 р. *Єдиноборства*. 2023. № 3(29) С. 1–27 DOI: 10.15391/ed.2023-3.02.
6. Тропін, Ю., Перевозник, В., Мирошніченко, Є. Модельні характеристики змагальної діяльності бійців змішаних єдиноборств ММА різних вагових категорій. *Єдиноборства*. 2022. № 3(25). С. 90–103. DOI: 10.15391/ed.2022-3.08.
7. Радченко Ю., Вако І. Модельні характеристики техніко-тактичної підготовленості найсильніших спортсменів у змішаних єдиноборствах (на прикладі рукопашного бою). *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2022. № 14. С. 74–83. doi.org/10.31652/2071-5285-2022-14 (33)-74-83.
8. Бойченко, Н., Белянінов, Р. Показники змагальної діяльності борців. *Єдиноборства*. 2017. № 3. С. 23–26.
9. Ozkan L., Khalil I., Mehmet G., Berkan Al. Development of the wrestling competition analysis form according to the latest competition rules. *International Journal of Wrestling Science*. 2017. № 7(1–2). С. 41–45. doi.org/10.1080/21615667.2017.1422815.
10. Тропін, Ю., Латишев, М., Пилипець, О. Показники змагальної діяльності найсильніших бійців-жінок змішаних єдиноборств ММА. *Єдиноборства*. 2021. № 3(21). С. 69–83. DOI: 10.15391/ed.2021-3.07.
11. Шандригось, В., Латишев, М., Первачук, Р. Аналіз результатів виступів збірної команди України з жіночої боротьби. *Єдиноборства*. 2020. № 4(18). С. 90–104. DOI: 10.15391/ed.2020-4.09.
12. Бойченко Н. Прогнозування технічної майстерності єдиноборців 15-16 років. *Єдиноборства*. 2018. № 1. С. 4–12.
12. Радченко Ю. 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.
13. Голоха, В., Картавий Д. Особливості технічної підготовки в спортивній боротьбі. *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор і єдиноборств у вищих навчальних закладах*. 2019. № 1. С. 22–25.
14. Ambroży, T., Rydzik, Ł., Spieszny, M., Chwała, W., Jaszczur-Nowicki, J., Jekielek, M., ... & Cynarski, W.J. Evaluation of the Level of Technical and Tactical Skills and Its Relationships with Aerobic Capacity and Special Fitness in Elite Ju-Jitsu Athletes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021. № 18(23). DOI: /10.3390/ijerph182312286.
15. Podrigalo, L., Volodchenko, A., Rovnaya, O., & Stankiewicz, B. Analysis of martial arts athletes goniometric indicators. *Physical Education of Students*. 2017. № 21(4). С. 18–28. DOI: /10.15561/20755279.2017.0406.

16. Тропін, Ю., Голоха, В., & Ахмедов, Ф. Техніко-тактичний арсенал професійних борців сумо. *Єдиноборства*. 2023. № 1(27). С. 78–90. DOI:10.15391/ed.2023-1.07.
17. Латишев, М., Лахтадир, О., Чорній, І. Важливість досягнень серед кадетів та юніорів у греко-римській боротьбі. *Єдиноборства*. 2022. № 3. С. 48–61. DOI: 10.15391/ed.2022-3.05.
18. Міністерство молоді та спорту України. Наказ №15/5.3/21. 2021 Квітень/ Правила спортивних змагань з рукопашного бою. 2021. [Українська]. URL: https://sport.gov.ua/storage/app/sites/16/Sport/Pravyla_zmagan/2021/sportivnikh_zmagan-z-rukopashnogo-boyu.pdf.

References:

1. Khatsayuk, O., Ananchenko, K., Khurtenko, O., Dmytrenko, S., & Boychenko, N. (2020). Doslidzhennya tekhnichnoho arsenalu biytsiv MMA vysokoyi kvalifikatsiyi [Study of the technical arsenal of highly qualified MMA fighters]. *Yedynoborstva*, 3(17). Syu 92-105. DOI:10.15391/ed.2020-3.09 [in Ukrainian].
2. Vako, I., & Radchenko, Yu. (2022). Struktura uspishnosti zmahalnoyi diyalnosti v zmishanykh yedynoborstvakh (na prykladi rukopashnoho boyu [The structure of the success of competitive activity in mixed martial arts (on the example of hand-to-hand combat)]. *Sportyvnyy visnyk Prydniprov'ya*, 2. S. 111–122. DOI: 10.32540/2071-1476-2022-2-111 [in Ukrainian].
3. Baić, M., Tropin, Yu., & Sychova, L. (2019). Osoblyvosti zmahalnoi diialnosti v sportyvni borotbi [Peculiarities of competitive activity in sports wrestling]. *Problemy i perspektyvy rozvytku sportyvnykh ihor i yedynoborstv u vyshchyykh navchalnykh zakladakh*, 1. S. 66–70 [in Ukrainian].
4. Lukina, O., & Voronyy, V. (2019). Osoblyvosti zmahalnoi diialnosti bortsiv hreko-rymskoho stylu [Peculiarities of the competitive activity of wrestlers of the Greco-Roman style]. *Sportyvnyy visnyk Prydniprov'ya*, 2. S. 21-29. DOI: 10.32540/2071-1476-2019-1-021 [in Ukrainian].
5. Volodchenko, O. (2023). Analiz zmahalnoi diialnosti vysokokvalifikovanykh bortsiv na chempionati Yevropy 2023 [Analysis of the competitive performance of highly qualified wrestlers at the 2023 European Singles Championship 2023]. *Yedynoborstva*, 3 (29). S. 13–27 DOI: 10.15391/ed.2023-3.02 [in Ukrainian].
6. Tropin, Yu., Perevoznik, V., & Myroshnychenko, Ye. (2022). Modelni kharakterystyky zmahalnoi diialnosti biitsiv zmishanykh yedynoborstv MMA riznykh vahovykh katehori [Model characteristics of competitive activity of MMA mixed martial arts fighters of different weight categories]. *Yedynoborstva*, 3(25). S. 90-103. DOI: 10.15391/ed.2022-3.08 [in Ukrainian].
7. Radchenko, Yu., & Vako, I. (2022). Modelni kharakterystyky tekhniko-taktychnoi pidhotovlenosti naisylnishykh sportsmeniv u zmishanykh yedynoborstvakh (na prykladi rukopashnoho boiu) [Model characteristics of technical and tactical preparation of the strongest athletes in mixed martial arts (on the example of hand-to-hand combat)]. *Fizychna kultura, sport ta zdorovya natsiyi*, 14. S. 74–83. doi.org/10.31652/2071-5285-2022-14 (33)-74-83 [in Ukrainian].
8. Boychenko, N., & Byelyaninov, R. (2017). Pokaznyky zmahalnoyi diyalnosti bortsiv [Indicators of competitive activity of wrestlers]. *Yedynoborstva*, 3. S 23–26 [in Ukrainian].
9. Ozkan, L., Khalil, I., Mehmet, G., & Berkan Al. (2017). Development of the wrestling competition analysis form according to the latest competition rules. *International Journal of Wrestling Science*. №7(1-2): C. 41–45. doi.org/10.1080/21615667.2017.1422815 [in English].
10. Tropin, Yu., Latyshev, M., Pylypets, O., & Ponomarov, V. (2021). Pokaznyky zmahalnoi diialnosti naisylnishykh biitsiv-zhinok zmishanykh yedynoborstv MMA [Indicators of the competitive performance of the strongest female MMA mixed martial arts fighters]. *Yedynoborstva*, 3(21). S. 69–83. DOI: 10.15391/ed.2021-3.07 [in Ukrainian].
11. Shandryhos, V., Latyshev, M., Pervachuk, R., & Yaremenko, V. (2020). Analiz rezultativ vystupiv zbirnoyi komandy Ukrayiny z zhinochoyi borotby [Analysis of the results of the performances of the national women's wrestling team of Ukraine]. *Yedynoborstva*, 4(18). S. 90–104. DOI:10.15391/ed.2020-4.09 [in Ukrainian].
12. Boychenko, N. (2018). Prohnozuvannya tekhnichnoyi maysternosti yedynobortsiv 15–16 rokiv [Forecasting the technical skill of martial artists aged 15–16 years]. *Yedynoborstva*, 1. S. 4–12 [in Ukrainian].
13. Radchenko, Yu. (2015). Osoblyvosti zmahalnoi diialnosti kvalifikovanykh sportsmeniv z rukopashnoho boiu [Peculiarities of the competitive activity of qualified hand-to-hand combat athletes]. *Pedahohika, psykholohiia, medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*, 12. S. 91–95. DOI: 10.15561/18189172.2015.1214 [in Ukrainian].

14. Holokha, V., & Kartavyi, D. (2019). Osoblyvosti tekhnichnoyi pidhotovky v sportyvnyi borotbi [Peculiarities of technical training in sports wrestling]. *Problemy i perspektyvy rozvytku sportyvnykh ihor i yedynoborstv u vyshchykh navchalnykh zakladakh*, 1. S. 22–25 [in Ukrainian].

15. Ambroży, T., Rydzik, Ł., Spieszny, M., Chwała, W., Jaszczur-Nowicki, J., Jekielek, M., ... & Cynarski, W.J. (2021). Evaluation of the Level of Technical and Tactical Skills and Its Relationships with Aerobic Capacity and Special Fitness in Elite Ju-Jitsu Athletes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(23). DOI: /10.3390/ijerph182312286/ [in Swiss].

16. Podrigalo, L., Volodchenko, A., Rovnaya, O., & Stankiewicz, B. (2017). Analysis of martial arts athletes goniometric indicators. *Physical Education of Students*, 21(4). C. 18–28. DOI: /10.15561/20755279.2017.0406. [in Ukrainian].

17. Tropin, Yu., Holokha, V., & Akhmedov, F. (2023). Tekhniko-taktychnyy arsenal profesiynykh bortsiv sumo [Technical and tactical arsenal of professional sumo wrestlers]. *Yedynoborstva*, 1(27). S. 78–90. DOI: 10.15391/ed.2023-1.07 [in Ukrainian].

18. Latyshev, M., Lakhtadyr, O., Chorniy, I., Tsisar, V., & Katykhin, V. (2022). Vazhlyvist dosiahnen sered kadetiv ta yunioriv u hreko-rymskii borotbi [The importance of achievements among cadets and juniors in Greco-Roman wrestling]. *Yedynoborstva*, 3. S. 48–61. DOI: 10.15391/ed.2022-3.05 [in Ukrainian].

19. Ministerstvo molodi ta sportu Ukrayiny. Nakaz № 15/5.3/21. 2021 Kviten/ Pravyla sportyvnykh zmahan z rukopashnoho boyu. 2021. [Ministry of Youth and Sports of Ukraine. Order № 15/5.3/21. 2021 April/ Rules of hand-to-hand combat sports competitions. 2021.] *sport.gov.ua*. Retrieved from: https://sport.gov.ua/storage/app/sites/16/Sport/Pravyla_zmagan/2021/sportivnykh_zmagan-z-rukopashnogo-boyu.pdf. [in Ukrainian].

Radchenko Yurii

COMPARATIVE ANALYSIS OF THE COMPETITIVE ACTIVITIES OF HAND-TO-HAND COMBAT ATHLETES AT DIFFERENT STAGES OF THE PROCESS OF MULTI-YEAR IMPROVEMENT

The article examines the data of modern scientific research devoted to the analysis of the competitive activity of martial artists, as a mechanism for building a rational process of training athletes at various stages of the process of multi-year sports improvement. The structure of competitive activity is determined by aiming to achieve the maximum indicators of individual results in the chosen sport. The role of the key link in it is assigned to the sports result, based on which an effective system of training athletes is built.

As you know, the effectiveness of building the educational and training process is a manifestation of the athlete's performance at competitions. It is in the difficult extreme conditions of the competition that the strengths and weaknesses of the martial arts' preparation are revealed. Systematic analysis, which is based on the data of the characteristics of the competitive activity of athletes, is an important means of developing new technologies and mechanisms for managing the training process.

Purpose is to analyze the competitive activity of hand-to-hand combat athletes at various stages of the multi-year improvement process.

Methods. The work uses theoretical analysis and generalization of special scientific and methodical literature. The method of expert evaluations and analysis of video materials of the All-Ukrainian hand-to-hand combat competitions held in 2022–2023 were used to study the specifics of competitive activity.

Results. It has been established that the competitive activity of young athletes at the initial stages of multi-year improvement is determined by the general laws inherent in hand-to-hand combat, but has its own peculiarities. A competitive match of young athletes takes place most of the time in a standing position with a very high density and has a shock orientation, trying to compensate for the shortcomings in tactical training, the fighters perform a large number of technical actions, and the vast majority of applied technical and tactical actions are simple blows and techniques, the fight itself takes place on long distance between opponents, therefore, young men prefer kicks, the effectiveness of striking techniques remains low.

Key words: competitive activity, training, mixed martial arts, technical and tactical preparedness, hand-to-hand combat, competition.