

Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури. Фізична культура і спорт. Зб. наук. пр. Київ. Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова. Вип. 3/2016. (15) – С. 96 – 99

8. Постанова Кабінету Міністрів України від 9 грудня 2015 року № 1045 "Про затвердження Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України" – Режим доступу: <http://www.kmu.gov.ua/control/uk/cardnpd?docid=248719427>.

9. Про затвердження тестів і нормативів для проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України – Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/go/z0195-17>

10. Korol S. A. Assessment of physical health and physical fitness of students of technical specialties of I course. Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports, 2014, vol.11, pp. 23-29. doi:10.15561/18189172.2014.1105

11. Fotynyuk V. G. Determination of first year students' physical condition and physical fitness level. Physical education of students, 2017; 21 (3):116–120. doi:10.15561/20755279.2017.0303

References

1. Belykh S. I. (2013), "Dynamics of physical and functional status of students in the experiment on approvals personality oriented physical education". Pedagogics, psychology, medicalbiological problems of physical training sports, Vol. 9, pp. 8-15.

2. Golod N. (2015), "Dinamika parametriv fizichnogo rozvitku i fizichnoi pidgotovlenosti studentok special'noi medichnoi grupi pid vplivom reabilitacijnoi programi". Moloda sportivna nauka Ukraini, Vol.19, no. 3, pp. 45 - 52.

3. Gula V. S. (2014), "Physical fitness and health of students NUSTS Ukraine". Science magazine named NEA. MP Dragomanova. Scientific-pedagogical problems of physical culture. Physical culture and sport. Coll. Science. pr. Kyiv. Izdatel'stvo nous of MP Dragomanova, Vol. 15, no. 10, pp. 36 - 40.

4. Gurieieva A. M., and Klopov R. V. (2014), "Factor structure of physical state of female students of higher education institution". Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports. Vol. 7, pp. 7-11.

5. Drachuk A. Romanenko V., and Hudyma C. (2014)"Comparative specifications in physical condition of students 1-4 courses of universities in Ukraine". Physical Culture, Sport and Health of the Nation: Coll. Science. pr. Vinnitsa state. ped. Univ name Kotsiubynskyi; - Ball: LLC "Glider", Vol. 18, no. 1, pp. 76 – 83.

6. Olchovik A. V. (2015), "Physical development and physical preparedness of students of special medical group with the disease of vegetative-vascular dystonia of mixed type". Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports, Vol. 3, pp. 38 – 45

7. Pavlos R. Svitlyk V., J. Borovik, and Bulatov A. (2016),"State of physical fitness of university students as an indicator of their quality of physical education". Science magazine named NEA. MP Dragomanova. Scientific-pedagogical problems of physical culture. Physical culture and sport. Coll. Science. pr. Kyiv. Izdatel'stvo nous of MP Dragomanova, Vol. 15, no. 3, pp. 96 – 99

8. Resolution of the Cabinet of Ministers of Ukraine dated December 9, 2015 No. 1045 "On Approval of the Procedure for conducting an annual evaluation of the physical preparedness of the population of Ukraine", available at: <http://www.kmu.gov.ua/control/uk/cardnpd?Docid=248719427>.

9. On the approval of tests and standards for conducting an annual evaluation of physical preparedness of the population of Ukraine, available at: <http://zakon.rada.gov.ua/go/z0195-17>

10. Korol S. A. "(2014), Assessment of physical health and physical fitness of students of technical specialties of I course". Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports, Vol. 11, pp. 23 – 29. available at: doi:10.15561/18189172.2014.1105

11. Fotynyuk V. G. (2017), "Determination of first year students' physical condition and physical fitness level". Physical education of students, Vol. 21 no. 3, pp.116–120. available at: doi:10.15561/20755279.2017.0303

Хомяк І. І.

аспірант

Задорожна О. Р.

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент

Львівський державний університет фізичної культури

ХАРАКТЕРИСТИКА ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ БОКСЕРІВ В УМОВАХ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

У статті проаналізовано науково-методичну літературу та встановлено, що найменші зміни правил змагань вимагають дослідження змісту змагальної діяльності для встановлення модельних показників, які є орієнтиром для досягнення максимального результату.

Визначено структуру, зміст атакуючих та захисних техніко-тактичних дій боксерів, а також їх динаміку відповідно до змін у правилах змагань. Проаналізовано показники змагальної діяльності висококваліфікованих боксерів (півфінальні та фінальні поєдинки чемпіонатів світу та Європи 2017 року). Визначено співвідношення атакуючих техніко-тактичних дій боксерів високої кваліфікації: прямих, ударів збоку та ударів низу. Встановлено результативність техніко-тактичних дій висококваліфікованих боксерів у змагальних поєдинках, а також кількісні показники різновидів захисних техніко-тактичних дій. Також проаналізовано значущість використання боксерами високої кваліфікації у змагальній діяльності відволікаючих техніко-тактичних дій.

Ключові слова: *техніко-тактичні дії, кількісні показники, змагальна діяльність, висококваліфіковані боксери.*

Хомяк И. И., Задорожная О. Р. Характеристика технико-тактической подготовленности высококвалифицированных боксера в условиях соревновательной деятельности. В статье проанализированы научно-методическую литературу и установлено, что малейшие изменения правил соревнований требуют исследования содержания соревновательной деятельности для установления модельных показателей, которые являются ориентиром для достижения максимального результата.

Определена структура, содержание атакующих и защитных технико-тактических действий боксеров, а также их динамику в соответствии с изменениями в правилах соревнований. Проанализированы показатели соревновательной деятельности высококвалифицированных боксеров (полуфинальные и финальные поединки чемпионатов мира и Европы 2017 года). Определено соотношение атакующих технико-тактических действий боксеров высокой квалификации прямых, ударов сбоку и ударов снизу. Установлено результативность технико-тактических действий высококвалифицированных боксеров в соревновательных поединках, а также количественные показатели разновидности защитных технико-тактических действий. Также проанализированы значимость использования боксерами высокой квалификации в соревновательной деятельности отвлекающих технико-тактических действий.

Ключевые слова: технико-тактические действия, количественные показатели, соревновательная деятельность, высококвалифицированные боксеры.

Khomiak I., Zadorozhna O. Characteristics of technical and tactical preparation of high-qualified boxers in complex activity conditions. The article analyzes scientific and methodological literature and found that the slightest changes in the rules of the competition change the structure and content of competitive activities, while at the same time, requires in-depth study and analysis of various components of competitive activities for the establishment of model indicators, which are the benchmark for achieving maximum results in sport higher achievements.

The structure, content of attacking and protective tactical actions of boxers, as well as their dynamics in accordance with changes in rules of competitions are determined. The quantitative and qualitative indicators of competitive activity of highly skilled boxers who participated in the semi-final and final matches of the World and European Championships in 2017 were analyzed. In total, one hundred highly skilled boxers were analyzed. The ratio of attacking technical and tactical actions of high qualification boxers: direct, side impacts and blows from below. It has been established that the quantitative indicator of technical and tactical action of high-skilled boxers in competitive matches is the highest, as well as the quantitative indicators of the varieties of protective technical and tactical actions (hand protection, foot protection, body protection) change their correlation according to the evolution of the box. The significance of the use of highly skilled boxers in the competitive activities of distracting technical and tactical actions as a factor contributing to the performance of the effective technical and tactical feedback on the strength of the boxers of high qualification is also analyzed.

Keywords: technical and tactical actions, quantitative indicators, competitive activity, highly skilled boxers

Постановка проблеми. На думку провідних фахівців в галузі спорту, найменші зміни у правилах змагань призводять до зміни структури та змісту змагальної діяльності [7]. Змагальна діяльність у боксі за останні роки зазнала численних змін, які відображаються у підрахунку результативних дій спортсменів, у кількості суддів, які визначають переможця, та в екіпуванні боксерів. Часті зміни правил змагань вимагають постійного пошуку модельних показників змагальної діяльності спортсменів високої кваліфікації для внесення корективів у тренувальний процес спортсменів [11]. У практиці моделювання в спорті досліджують різні сторони підготовленості спортсменів високої кваліфікації, результати яких вважать еталоном [12]. Одним із основних чинників ефективної змагальної діяльності у спорті загалом та у боксі зокрема є техніко-тактичні дії. Слід відзначити, що у змагальній діяльності є важливими технічні дії та раціональні способи їх реалізації в умовах дефіциту часу та простору, вміння правильно використовувати арсенал під впливом фізичного та психічного натиску суперника [4]. Таким чином, пошук модельних показників техніко-тактичних дій спортсменів при змінах правил змагань не втрачає актуальності і сьогодні.

Аналіз останніх літературних джерел. Основний пошук етальонних показників техніко-тактичної дії у боксі здійснюється за допомогою педагогічного спостереження за змагальною діяльністю боксерів високої кваліфікації [3]. Більшість авторів на основі показників які характеризують змагальну діяльність, виокремлюють атакуючі та захисні дії боксерів, утім деякі з них виводять коефіцієнти ефективності техніко-тактичних дій у змагальній діяльності [5]. Серед них:

12. коефіцієнт ефективності атакуючих техніко-тактичних дій. Розрахунок проводився за співвідношенням атакуючих дій, що досягли цілі, до загальної кількості атакуючих техніко-тактичних дій;

13. коефіцієнт ефективності захисних техніко-тактичних дій. Розрахунок проводився за співвідношенням загальної кількості захисних дій до загальної кількості атакуючих дій суперника;

14. загальна кількість захисних техніко-тактичних дій;

15. загальна кількість виконаних атакуючих техніко-тактичних дій;

16. кількість атакуючих техніко-тактичних, які не досягнули цілі;

17. кількість техніко-тактичних дій, які досягнули цілі;

18. атакуючі техніко-тактичні дії у голову та корпус, що досягнули суперника.

19. активність бою – загальна кількість атакуючих техніко-тактичних дій, нанесених обома боксерами.

Ефективне управління тренувальним процесом пов'язане із сучасними знаннями про об'єкт, предмет або явище, які є еталоном, що дозволяє вносити корективи для підготовки спортсмена із урахуванням сучасних вимог правил змагань [10]. Аналіз науково-методичну стосовно динаміки техніко-тактичних дій змагальної діяльності боксерів високої кваліфікації вказує на те, що техніко-тактичні характеристики змінювалися разом із зміною правил змагань [2]. У 60-х роках кількісні показники атакуючих техніко-тактичних дій склали близько 122 удари. За десятирічний період (70-80 рр.) спостерігається

збільшення кількості атакуючих техніко-тактичних дій у змагальних поєдинках боксерів високої кваліфікації в середньому на 23%, а у 2012 році цей показник зріс ще на 16% (близько 174 атакуючих техніко-тактичних дій). Відсоток різноманітних захисних техніко-тактичних дій на 70-80 роки складає: захисти за допомогою рук 49%, ніг – 33%, тулуба – 18%. Наприкінці 90-х років це співвідношення виглядало так: захист руками – 53%, ногами – 26%, тулубом – 21%. Слід відзначити зменшення кількості захисних дій за допомогою ніг, а також приріст захистів руками і тулубом [6].

Також наголошується про необхідність визначення модельних показників боксерів різних вагових категорій, що, в свою чергу, дозволить індивідуалізувати процес підготовки боксерів до змагань різного рангу [1].

Зв'язок роботи з науковими темами та планами. «Теоретико-методичні основи управління тренувальним процесом та змагальною діяльністю в олімпійському, професійному та адаптивному спорті» (номер державної реєстрації: 0116U003167) на 2016-2020 рр. плану науково-дослідної роботи Львівського державного університету фізичної культури.

Мета дослідження: Визначити результативні характеристики техніко-тактичних дій боксерів високої кваліфікації у змагальній діяльності.

Організація дослідження. Для визначення результативних характеристик техніко-тактичних дій боксерів високої кваліфікації у змагальній діяльності було проведено педагогічне спостереження. Загалом було проаналізовано 50 поєдинків на змаганнях вищого рівня (фінальні та півфінальні поєдинки чемпіонату Світу та Європи 2017 року). У дослідженні було акцентовано увагу на виконанні таких техніко-тактичних дій як: удари руками (прямі, бокові, низу та відволікаючі удари), захисні дії: тулубом, руками та ногами, оскільки саме вони є арсеналом у боксі [8].

Загалом було проаналізовано поєдинки 100 спортсменів. Для отримання об'єктивних даних щодо структури техніко-тактичних дій проведено аналіз змагальної діяльності представників різних вагових категорій: «Найлегша 46-49 кг», «Легка 49-52 кг», «Напівлегка 52-56 кг», «Легка 56-60 кг», «Перша напівсередня 60-64 кг», «Напівсередня 64-69 кг», «Середня 69-75 кг», «Напівважка 75-81 кг», «Важка 81-91 кг», «Надважка 91+».

Виклад основного матеріалу дослідження. За результатами педагогічного спостереження встановлено кількісні показники змагальної діяльності боксерів-представників усіх вагових категорій. Зокрема, середнє значення атакуючих техніко-тактичних дій впродовж всього трьохраундового поєдинку складає 185 (це близько 69 ударів за раунд). Цікавим, на наш погляд, є те, що ця ж кількість техніко-тактичних дій спортсмени підтримують у кожному раунді. Вважаємо, що це можна обґрунтувати високим рівнем аеробних можливостей висококваліфікованих боксерів.

Таблиця 1

Структура атакуючих техніко-тактичних дій боксерів високої кваліфікації у змагальній діяльності (n=100)

Різновиди дій	Кількість ударів			
	Загалом за три раунди	Перший раунд	Другий раунд	Третій раунд
1 Прямі удари	54,27%	53,47%	55,25%	54,10%
2 Бокові удари	26,38%	25,36%	26,04%	27,75%
3 Удари низу у корпус	4,60%	4,13%	4,67%	4,98%
4 Удари низу у голову	4,17%	3,50%	4,48%	4,53%
5 Відволікаючі удари	10,58%	13,53%	9,57%	8,64%

Впродовж всього поєдинку боксери високої кваліфікації найчастіше виконують прямі удари – 54,3 % від загальної кількості техніко-тактичних дій. Водночас кількість ударів збоку становить 26,4%, ударів низу – 8,8 %, з яких 4,6 % у живіт та 4,2 % у голову. Також боксери високої кваліфікації у змагальній діяльності використовують близько 10,6 % відволікаючих ударів, які спрямовані на підготовку до нанесення результативних атакуючих дій. Високий показник прямих ударів можемо пояснити тим, що такий удар наноситься з умов дальнього бою, отже, дозволяє при невеликому застосуванні чи при виконанні суперником відповідних контратакуючих дій змінити послідовність ударів чи використати інший технічний прийом. Окрім цього, деякі фахівці у теорії боксу свідчать, що прямі удари є найбільш результативними порівняно з іншими атакуючими техніко-тактичними діями так, як наносяться з найдалшої відстані [9]. Слід відзначити, що у третьому раунді висококваліфіковані боксери виконують меншу кількість відволікаючих (обманних) дій у зв'язку із більшим акцентом на удари, які спрямовані на результат. Це пов'язано із лімітом часу та особливостями ситуації, яка склалася впродовж поєдинку (відставання у рахунку, дотримання певної тактичної схеми). Згідно правил змагань у боксі перемогу отримує боксер який виконав більшу кількість атакуючих техніко-тактичних дій, а саме: прямі, бокові та удари низу, які без перешкод потрапили у голову або тулуб суперника.

Таблиця 2

Результативність атакуючих техніко-тактичних дій у змагальній діяльності боксерів високої кваліфікації у межах усіх вагових категорій (n=100)

Різновиди дій	Кількість ударів											
	Загалом за три раунди			Перший раунд			Другий раунд			Третій раунд		
1 Прямі удари	112	17,5	15,6%	37,9	5,7	15%	38	6,2	16,2%	36,2	5,7	15,7%
2 Бокові удари	54,4	13,8	25,4%	18	4,1	23%	17,9	4,7	26,0%	18,5	5	27%
3 Удари низу у корпус	9,5	2,7	28,6%	2,9	0,8	28%	3,2	1	30,8%	3,3	0,9	27%
4 Удари низу у голову	8,6	1,9	22,5%	2,5	0,4	15,3%	3,1	0,7	22,7%	3	0,8	28,1%

Боксери високої кваліфікації в змагальній діяльності у різних вагових категоріях впродовж усього поєдинку виконують 112 прямих ударів, однак із них лише 15,6 % досягнули мети. Показник результативності бокових ударів складає

25,4 %, удари низу в корпус 28,6%, та техніко-тактичні дії удар низу у голову 22,5%. Слід відміти, показник результативності ударів низу в живіт є найвищим – 28,6%. Втім при виконанні техніко-тактичної дії «удар низу» є велика ймовірність отримати зустрічний удар, так як в цей час голова боксера найменш захищена. Тому кількісний показник ударів низу у тулуб та у голову є найнижчим.

Таблиця 3

Структура захисних техніко-тактичних дій боксерів високої кваліфікації у змагальній діяльності (n=100)

	Різновиди захисних дій	Кількість ударів			
		Загалом за три раунди	Перший раунд	Другий раунд	Третій раунд
1	Захист руками	15,3%	15,1%	16,9%	14,2%
2	Захист ногами	39,1%	42,9%	38,2%	36,2%
3	Захист тулубом	45,6%	42,0%	44,9%	49,6%

За результатами педагогічного спостереження встановлено кількісні показники змагальної діяльності боксерів-представників усіх вагових категорій. Зокрема, середнє значення захисних техніко-тактичних дій впродовж всього трьох раундового поєдинку складає 62 (це близько 21-ї захисної дії за раунд). У боксі прийнято розрізняти такі види захисних дій: захист руками (блокування передпліччям або ліктем, накладання зовнішньої сторони кулака та відбивання атаквальних дій суперника), захист ногами (крок в сторону, крок назад або відскік в сторону, відскік назад), та захист тулубом (уклон, нирок, відтяжка тулубом назад). Впродовж усього поєдинку боксери високої кваліфікації виконують 15,3 % захисних техніко-тактичних дій руками, 39,1 % захисту ногами та 46,6 % захист тулубом. Після Ігор XXX Олімпіади у Лондоні 2012 року Аматорської міжнародною боксерською федерацією було прийнято рішення щодо зміни правил екіпування боксерів. З 2013 року боксери не професіонали проводять змагальну діяльність без захисних шоломів виключно у віковій категорії «Еліта». Таку зміну у правилах змагань АІБА пояснює тим що сучасні трьох раундові поєдинки у боксі втратили популярність, і з метою підвищення видовищності були відмінені захисні шоломи.

Слід відзначити, що захист за допомогою рук склав 15,3 %, що є найнижчим показником серед усіх захисних техніко-тактичних дій боксерів високої кваліфікації. На наш погляд, це обґрунтовується тим, що при виконанні захисту руками спортсмен не може у повній мірі зменшити силу ударів суперника, які потрапляють у захищену за допомогою рук результативну зону. У таких випадках можливі травми обличчя, такі як гематоми, потертості чи розсічення на обличчі, а інколи при потужних ударах можливий і нокадаун. Також, слід зазначити показник захисних дій ногами від першого до третього раунду зменшується, 1 раунд – 42,9 %, 2 раунд – 38,2 %, 3 раунд – 36,2 % це пояснюється втому боксерів у продовж змагального поєдинку тому спортсмени високої кваліфікації концентрують увагу на захисних техніко-тактичних діях тулубом 1 раунд 42 %, 2 раунд 44,9 %, 3 раунд – 49,6 %.

Висновки:

1. Розвиток боксу на сучасному етапі характеризується періодичним внесенням змін у правила змагань, що вимагає належного відображення у навчально-тренувальному процесі. Відповідно змінюється результативність окремих показників змагальної діяльності боксерів. Аналіз цих показників упродовж другої половини ХХ століття вказав на збільшення обсягу атаквальних техніко-тактичних дій під час поєдинків боксерів високої кваліфікації. Із 60-х років минулого століття по 2017 рік кількісні показники атаквальних техніко-тактичних дій збільшилась на 52%.

2. У змагальному поєдинку боксери високої кваліфікації найчастіше виконують прямі удари – 54,3 % від загальної кількості атаквальних техніко-тактичних дій. Водночас кількість ударів збоку становить – 26,4%, ударів низу – 8,8 %, з яких 4,6 % у живіт та 4,2 % у голову. Також боксери високої кваліфікації у змагальній діяльності використовують близько 10,6 % відволікаючих ударів.

3. У загальній структурі атаквальних техніко-тактичних дій частка ударів, що досягнули зони ураження суперника, складає 15,6 %. Показник результативності бокових ударів складає 25,4 %, ударів низу в корпус – 28,6%, удар низу у голову – 22,5%.

4. Середній показник захисних техніко-тактичних дій впродовж всього трьохраундового поєдинку складає 62 (це близько 21-ї захисної дії за раунд). Серед яких, захист за допомогою рук складає - 15,3 %, захист за допомогою ніг - 39,1 %, та захист за допомогою тулуба 46,6 %. За останні роки показник захисних техніко-тактичних дій за допомогою тулуба та ніг збільшився на 25,6 % та на 13,1 % відповідно, а захист за допомогою рук зменшився на 37,7 % у порівнянні із попередніми роками.

Перспективи подальших досліджень. Подальший напрямок досліджень полягає у аналізі змагальної діяльності боксерів високої кваліфікації із сучасними змінами у правила змагань та виокремлення показників техніко-тактичних дій для легких, середніх та тяжких вагових категорій. Це в свою чергу дасть змогу вносити корекцію у навчально-тренувальний процес боксерів різної кваліфікації.

Література

1. Горсков Е.Н. Особенности методики тренировки боксеров тяжелых весовых категорий: автореф. дис. канд. пед. наук. / Е.Н. Горсков. – М, 1983. – 23 с.
2. Гуцул Н. З. Модельні характеристики спортивної підготовки кваліфікованих кікбоксерів індивідуальних стилів ведення бою / Н. З. Гуцул, М. П. Савчин. // Педагогічні науки. – 2017. – №143. – С. 158–163.
3. Кличко Виталий. Бокс: теория и методика спортивного отбора / Кличко Вит. В. – Киев : Нора-принт, 1999. – 75 с.
4. Лисицын В. В. Технико-тактическая подготовка высококвалифицированных женщин-боксеров: автореф. дис. канд. пед. наук / В. В. Лисицын. – Москва, 2015. – 23 с.
5. Марцив В. П. Сравнительный анализ показателей соревновательной деятельности боксеров-любителей высокой квалификации / Владимир Петрович Марцив. // Физическое воспитание студентов. – 2014. – №6. – С. 41–44.

6. Остьянов В. Н. Змагальна діяльність боксерів важких і легких вагових категорій / В. Н. Остьянов, А. І. Гриб, О. В. Копачко. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2010. – №12. – С. 94–98.
7. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник : в 2 кн. — К. : Олимпийская литература, 2015. — Т. 1. — 680 с.
8. Савчин М. Оценка состояния тренированности боксеров высокой квалификации / Мирон Савчин // Наука в олимпийском спорте. – 2004. – № 2. – С. 41–48.
9. Филимонов В. И. Педагогическая система физической подготовки боксеров : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / В. И. Филимонов. – Москва, 2003. – 442 с.
10. Bompa T. O. Periodizing Training for peak performance. High-performance sports conditioning / Bompa T. O. // Modern training for ultimate athletic development. – Human Kinetics, 2001. – P. 267–282.
11. Thomas L.A model study of optimal training reduction during prevent taper in elite swimmers / L/ Thomas, I. Mujika, T. Busso // J. Sport. Sci. – 2008. – N 26. – P. 643 – 652.
12. Tucker R. An analysis of pacing strategies during men's world record performances in track athletics / R. Tucker, M. I. Lambet, T. D. Noakes // Int. J. Sports Psychol. Perform. – 2006. – Vol. 1. – P. 233-245.

References

1. Gorskov, E.N. (1983), "Features of the practice of training boxers heavy weight categories", dis. ... Cand. ped. Sciences, Moscow, 23 p.
2. Gutsul N.Z. and Savchin M. P. (2017) "Model characteristics of sports training of skilled kickboxers of individual styles of combat", Pedagogical sciences, Vol. 143, pp. 158-163.
3. Klitschko V. V. (1999), "Boxing: Theory and Methods of Sports Selection", Kiev: Nora-print, 75 p.
4. Lisitsyn V.V. (2015), "Techno-tactical training of highly qualified female boxers" dis. ... Cand. ped. Sciences. Moscow, 28 p.
5. Martsiv, V.P. (2014), "Comparative analysis of indicators of competitive activity of amateur boxers with high", Physical education of students, Vol. 6, pp. 41–44.
6. Ostianov V. N., Grib A. I., Kopachko O. V. (2010), "Competitive activity of boxers of heavy and light weight categories", Pedagogics, psychology and medical-biological problems of physical education and sports, Vol. 12, pp. 94-98.
7. Platonov V.N. (2015), "System of training athletes in the Olympic sport. General theory and its practical applications", Kiev: Olympic literature, Vol. 1, 680 p.
8. Savchin M. P. (2004), "Assessment of the state of fitness of highly qualified boxers ", Science in Olympic Sport, Vol 2, pp. 41–48.
9. Filimonov V.I. (2003), "Pedagogical system of physical training of boxers" dis. ... Cand. ped. Sciences, Moscow, 442 p.
10. Bompa T. O. (2001), "Periodizing Training for peak performance. High-performance sports conditioning", Modern training for ultimate athletic development. Human Kinetics, pp. 267–282.
11. Thomas L.A., Mujika I., Busso T., (2008), "Model study of optimal training reduction during prevent taper in elite swimmers", J. Sport. Sci., Vol 26. pp. 643 – 652.
12. Tucker R., Lambet M. I., Noakes T. D., (2006), "An analysis of pacing strategies during men's world record performances in track athletics", Int. J. Sports Psychol, Vol. 1, pp. 233-245.

УДК 796.325 -053.67:378

Чередниченко І. А.

**доцент, кандидат наук з фізичного виховання і спорту
Запорізький національний технічний університет**

ЗМІНИ ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ-ЮНАКІВ 18-18 РОКІВ У ПРОЦЕСІ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ З ВОЛЕЙБОЛУ

У статті проаналізовано зміни рівня загальної та спеціальної фізичної підготовленості студентів-юнаків 18-19 років під впливом програми секційних занять з волейболу в умовах закладу вищої освіти. Мета дослідження – виявити зміни показників фізичної підготовленості під впливом секційних занять з волейболу в юнаків 18-19 років в умовах закладу вищої освіти. Основним завданням дослідження було вивчення особливостей впливу програми секційних занять з волейболу на фізичну підготовленість студентів-юнаків 18-19 років. Висновки. Встановлено, що в процесі фізичного виховання в умовах закладу вищої освіти відмічається безсумнівний позитивний вплив розробленої програми секційних занять з волейболу на показники загальної та спеціальної фізичної підготовленості студентів-юнаків 18-19 років.

Ключові слова: процес фізичного виховання, секційні заняття, волейбол, студенти-юнаки 18-19 років, загальна фізична підготовка, спеціальна фізична підготовка, ефективність.

Чередниченко И. А. Изменение показателей физической подготовленности студентов-юношей 18-19 лет в процессе секционных занятий по волейболу. В статье проанализированы изменения уровня общей и специальной физической подготовленности студентов-юношей 18-19 лет под влиянием программы секционных занятий по волейболу в условиях заведения высшего образования. Цель исследования – выявить изменения показателей физической подготовленности под влиянием секционных занятий по волейболу у юношей 18-19 лет в условиях заведения высшего образования. Основным заданием исследования было изучение особенностей влияния программы