

6. Сальникова С. Динаміка показників фізичної підготовленості студентів ВНЗ під впливом занять з плавання, легкої атлетики та боксу / С. Сальникова, О. Гуренко, М. Пуздімір // Фізична культура, спорт та здоров'я нації. – 2017. – 4. – pp. 226-231.
7. Anikieiev D.M. Criteria of effectiveness of students' physical education system in higher educational establishments / D.M Anikieiev // Physical education of students. – 2015. – № 5. – pp. 3-8.
8. Hill M. In pursuit of excellence : student guide to sports development / Michael Hill. – London; New York: Roulledge, 2007. – 124 p.
9. Sparker D. Swimming for all [Text] / D. Sparker. – London, 1985. – 109 p.
10. Thomas D. G. Teaching swimming [Text] : steps to success / D. G. Thomas. – Champaign, 1989. – 154 p.

References:

1. Absalyamov, TM., Bulatova, MN., Bulgakova, NZh. (2000). Swimming. K., Olympic literature.
2. Bolyak, NL. (2009) Now come to the problem of the physical approach to the process of the physical exercise of student youth. Slobozhansky science and sports news, 2, 202.
3. Camels, IB. (2007) Optimization of individual trenuval-health programs for students of major primary mortgages: author. dis. ... cand. sciences fiz. edd .: 24.00.02.
4. Koryagin V.M., Blavt, OZ., Tsovkh, LP. (2009). Swimming as a student who is engaged in studying with the heart and forensic systems, who are engaged in special medical groups, in the minds of a university. Slobozhansky science-based sports news, 2, 99-104.
5. Redkina, MA. (2016). Zmist to take a healthy swim for students at the process of physical vihovannya. Science clock of the National Pedagogical University of Imeni M.P. Drahomanova. Seriya 15: Science-pedagogical problems of physical culture (physical culture and sport), 3K1(70)16, 154-157.
6. Salnikova, S., Gurenko, O., Puzdimir, M. (2017). Dinamika indicators of physical training of students at the Higher School of Economics to take care of swimming, track and field athletics and boxing. The physical culture, sports and health of the nation, 4, 226-231.
7. Anikieiev, DM. (2015). Criteria of effectiveness of students' physical education system in higher educational establishments. Physical education of students, 5, 3-8.
8. Hill, M. (2007). In pursuit of excellence: student guide to sports development. London; New York: Roulledge.
9. Sparker, D. (1985). Swimming for all [Text]. London.
10. Thomas, DG. (1989). Teaching swimming [Text]: steps to success Champaign.

УДК 59.9:796.8

Согор О.,
аспірант

Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського, м. Львів

Пітин М.,

д.фіз.вих., проф.,

Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, м. Львів;

Херсонський державний університет, м. Херсон

ПОКАЗНИКИ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ ІЗ ПАНКРАТІОНУ

Високий рівень спортивних досягнень у панкратіоні, а також висока конкуренція на національному і на світовому рівнях, вимагають збільшення вимог до підготовки спортсменів, зокрема і в техніко-тактичному аспекті. **Мета:** з'ясувати структуру та зміст техніко-тактичних дій юних спортсменів у панкратіоні. **Результати.** У змагальній діяльності юних спортсменів із панкратіону наявна значно більша кількість ударів ногами та часте застосування лоу-кіка. Невелику кількість ударів руками можна пояснити техніко-тактичною особливістю панкратіону, а саме проведенням поєдинків на килимі і намагання спортсменів частіше проводити свої поєдинки на довгій та середній дистанції. У межах протидії не підготовленим ударам руками застосовують борцівську техніку. Вивчення динаміки техніко-тактичних дій спортсменів-юніорів не дало змоги виявити залежність між різними техніко-тактичними діями. Перші 10 с поєдинку спортсмени проявляють активність в усіх техніко-тактичних діях. Спостерігається спад активності в динаміці виконання ударів руками в період зі 140 по 180 с. В період зі 80 по 10 с поєдинку спостерігається висока активність застосувань ударів ногами. В кінцівіці сутички спортсмени надають перевагу використанню ударної техніки рук та ніг і менше застосовують техніко-тактичні дії пов'язані із боротьбою.

Ключові слова: техніко-тактичні дії, кількість, співвідношення, динаміка, значення.

Согор О., Питин М. Показатели соревновательной деятельности юных спортсменов по панкратиону.

Высокий уровень спортивных достижений в панкратионе, а также высокая конкуренция на национальном и мировом уровнях, требуют увеличения требований к подготовке спортсменов, в том числе и в технико-тактическом аспекте.

Цель: выяснить структуру и содержание технико-тактических действий юных спортсменов в панкратионе.

Результаты. В соревновательной деятельности юных спортсменов из панкратиона наблюдается значительно

большее количество ударов ногами и частое применение лоу-кика. Небольшое количество ударов руками можно объяснить технико-тактической особенностью панкратиона, а именно проведением поединков на ковре и попытки спортсменов чаще проводить свои поединки на длинной и средней дистанции. В рамках противодействия неподготовленным ударам руками применяют борцовскую технику. Изучение динамики технико-тактическим действиям спортсменов-юниоров не позволило выявить зависимость между различными технико-тактическими действиями. Первые 10 с поединка спортсмены проявляют активность во всех технико-тактических действиях. Наблюдается спад активности в динамике выполнения ударов руками в период с 140 по 180 с В период с 80 по 10 с. поединка наблюдается высокая активность использования ударов ногами. В концовке поединка спортсмены предпочитают использовать ударную технику рук и ног и меньше применяют технико-тактические действия, связанные с борьбой.

Ключевые слова: технико-тактические действия, количество, соотношение, динамика, значение.

Sogor O., Pityn M.. Indicators of active competitions of young athletes from the pankration. A high levels of athletic achievement in the pankration, as well as high competition at the national and world levels, require increasing requirements for the training of athletes, in particular in terms of technical and tactical aspects. **Purpose:** To find out the structure and content of technico-tactical actions of young athletes in the pankration. **Organization.** Twenty-five young pankration athletes on the basis of an analysis of video footage of the competitive activities of the Leading Pankration Championships has been analyzed. **Results.** Most of the anticipatory victories of an athlete took place in the middle of a fight. During the competition of young athletes of the pankration there are a much greater kicks' number and more frequent use of low-kick. The small number of punches can be explained by the technical and tactical feature of the pankration, that is, conducting battle on the carpet and trying to make athletes more often to conduct their battles in the long and medium distance. Within the counteraction with unprepared strikes with the hands applies wrestling technique. The study of the dynamics of technical and tactical actions of junior athletes did not reveal the dependence between different technical and tactical actions. First 10 seconds of battle athletes are active in all the technical and tactical actions. There is a decline in the activity in the dynamics of the execution of strikes in the period from 140 to 180 seconds. In the period from 80 and 10 seconds of the fight has a high activity of kicking. In the end, athletes prefer to use a technique of hands and legs striking and use less tactical combat tactics.

Keywords: technical and tactical actions, numbers, ratio, dynamics, value.

Постановка проблеми. На сьогодні існує чимало видів змішаних єдиноборств. Дані види мають значну кількість спільних ознак проте наявні й певні характерні відмінності. Це своєю чергою повинно відобразитися в системі підготовки спортсменів та її науково-методичному обґрунтуванні [1, 2, 3].

Панкратіон можна вважати базовим для всіх пізніше створених видів спорту, котрі належать до змішаних єдиноборств [4, 7, 8, 10, 13]. Проте еволюція панкратіону та часті зміни правил на сучасному етапі розвитку виду спорту потребують актуалізованого вивчення [9]. Звісно сучасний панкратіон не є копією античного, а результатом певного розвитку. З кожним роком рівень техніко-тактичної підготовленості спортсменів лише зростає, тому постає потреба в якісному науково-методичному забезпеченні. Високий рівень спортивних досягнень в панкратіоні, а також висока конкуренція, як на національному, так і на світовому рівнях, вимагають підвищення підготовленості спортсменів, зокрема в техніко-тактичному аспекті [9].

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Існує значна кількість науковців, котрі розробляли проблематику наукового обґрунтування техніко-тактичних дій різних видів спорту, в тому числі і єдиноборств. Спільна наукова праця С. В. Чередніченка та О. В. Бріжатого розкриває суть аналізу техніки ударних дій при проведенні тренувань у молодіжних об'єднаннях м. Сум [1]; наукова робота М. Ю. Долженко стосується питань психологічної підготовки спортсменів у панкратіоні [3]; праця Л. М. Постулякова доводить позитивний вплив на здоров'я молоді занять хортингом [6] та схожі дослідження М. О. Яремко проведені в кікбоксингу [12]. Проте відсутні роботи з проведення порівняльного аналізу змагальних дій юних спортсменів у панкратіоні, що визначило наше дослідження.

Мета дослідження: з'ясувати структуру та зміст техніко-тактичних дій юних спортсменів у панкратіоні.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення матеріалів наукової та методичної літератури, педагогічне спостереження (з використанням відеоматеріалів змагальної діяльності), методи математичної статистики.

Організація дослідження. Проаналізовано 25 поєдинків юних спортсменів з панкратіону. Встановлено такі показники: структуру дострокового завершення сутичок юних спортсменів; співвідношення ударів руками, ногами, техніко-тактичних дій пов'язаних із боротьбою, та техніко-тактичних дій різного характеру в змагальній діяльності; динаміку дострокового завершення сутичок; динаміка абсолютної кількості ударів руками, ногами, техніко-тактичних дій пов'язаних із боротьбою та техніко-тактичних дій різного характеру упродовж змагальної діяльності; динаміку абсолютної кількості різновидів техніко-тактичних дій упродовж змагальної діяльності; співвідношення абсолютної кількості різновидів техніко-тактичних дій упродовж змагальної діяльності; динаміку відносної загальної кількості ударів руками, ногами, техніко-тактичних дій пов'язаних із боротьбою та різновидами техніко-тактичних дій упродовж змагальної діяльності юних спортсменів у панкратіоні.

Виклад основного матеріалу дослідження. Складність змагальної діяльності панкратіону визначається можливістю виконання техніко-тактичних дій, руками, ногами та дій з використанням елементів боротьби (у стійці чи у партері). За отриманими результатами більшість поєдинків, а саме 52,0% закінчилися достроково і 48,0% поєдинків вичерпали увесь відведений регламентом час. З них 4,0% поєдинків завершилися достроково через травми, а решта

поєдинків це 48,0% закінчилися внаслідок результативних дій. На нокаут або технічний нокаут припало 12,0% і ще 36,0% закінчилися больовими або задушливими прийомами. Переконані, що було б не правильно констатувати і навіть припускати факт набуття «борцівською» технікою в панкратіоні більшого значення за «ударну». Проте це підтверджує, що більшість поєдинків у панкратіоні закінчуються результативними техніко-тактичними діями в партері.

Загалом регламентований час поєдинку в панкратіоні серед юних спортсменів становить 4 хвилини. За правилами можлива додаткова хвилина в разі нічийного результату. Однак у нашому дослідженні такі випадки не траплялися. Згідно з тривалістю змагальних поєдинків та урахуванням дострокового завершення сутичок серед юних спортсменів у панкратіоні виявлено, що більшість дострокових перемог того чи іншого спортсмена відбулися в першій половині сутички. Тривалість таких поєдинків становить здебільшого до 180 с

Співвідношення ударів руками серед юних спортсменів перебуває у такій пропорції. Із загалу 52% припали на удари руками в голову і 48% на удари руками в корпус. Однак обов'язковим елементом, який також має небезпеку дострокового завершення поєдинку є удари в корпус. На їхню користь вказують такі особливості, як збиття ритму дихання, больові та функціональні порушення нормальної діяльності організму під час поєдинку. Але незважаючи на це найбільшу небезпеку ймовірного «нокауту» несуть собою удари в голову [1].

Згідно з узагальненнями авторів, серед ударів ногами в змагальній діяльності панкратіону домінують удари ногою в голову та корпус, удари лоу-кік. Найбільша частка ударів ногами припадає на лоу-кік – 52%. Однак у панкратіоні, на відміну від більшості інших змішаних єдиноборств лоу-кік оцінюється 1 балом [5]. Тож ми припускаємо, що такий великий відсоток саме цієї технічної дії був спричинений вибором техніко-тактичної моделі ведення змагальної діяльності.

Інші техніко-тактичні дії, наприклад удари ногою в голову, юні спортсмени в панкратіоні виконували в 27% випадків. Удари ногою в голову є найбільш більш енергозатратними за інші техніко-тактичні дії цієї групи. Проте власне на цю дію припадає значна частина реалізованих нокаутів. З-поміж зазначених, удар у голову оцінюють найбільшою оцінкою 3 балами. Решта техніко-тактичних дій (21%) припадає на удари ногами по корпусу. Зіставляючи отримуємо певне підтвердження наявним у літературі зі спортивних єдиноборств закономірностей щодо вищої частки застосування ударів ногами по корпусу порівняно з аналогічними, виконаними руками.

Третій, останній блок техніко-тактичних дій юних спортсменів із панкратіону, пов'язаний із виконанням дій з елементами боротьби. Їх різноманіття є дещо більшим за технічні елементи при виконанні руками та ногами. Відповідно до виявленого співвідношення, у змагальній діяльності юних спортсменів із панкратіону серед борцівських техніко-тактичних дій домінує виконання тейкдаунів. Їхня частка становить 69% загальної кількості дій з елементами боротьби.

Із впевненістю можна відзначити, що спортсмени з панкратіону проявляють активність у боротьбі в стійці, і в боротьбі в партері. Якщо говорити про їхнє співвідношення, то 71% дій відбуваються у стійці та ще 29% у партері. Серед технічних дій у партері бачимо що спортсмени найчастіше намагаються здобути позицію за рахунок виконання техніко-тактичної дії «сайд контрол» (використано в 11% випадків), «сайд маунт» (4%) та «бек маунт» (5% випадків відповідно). Це у 9% випадків застосування елементів боротьби юні спортсмени з панкратіону намагалися здійснити «сабмішн» (больовий або задушливий прийом) що є досить великим показником і підтверджує наші припущення, що юні спортсмени намагаються закінчувати поєдинки достроково.

За допомогою аналізу змагальної діяльності підтверджено потребу різносторонньої підготовленості юних спортсменів у панкратіоні. Згідно з отриманими результатами у 27% техніко-тактичних дій спортсмени намагаються застосовувати борцівські прийоми (як в стійці так і в партері) і 73% ударної техніки, а саме 27% удари ногами і 44% удари руками.

Згідно динаміки найбільш рівна динаміка, без різких спадів і підйомів, спостерігається в виконанні техніко-тактичних дій пов'язаних із боротьбою. Присутній невеликий спад активності в кінці поєдинку. Динаміка виконання ударів ногами є подібною, спостерігається три фази активності (на старті, в середині і в кінці поєдинку), та незначний спад активності в період зі 180 по 20 с поєдинку (рис. 1).



Рис 1. Динаміка абсолютної кількості техніко-тактичних дій різного виду
Динаміка виконання ударів руками в першій половині зустрічі, якщо не враховувати перші 10 с, є подібною без

різких спадів і підйомів, але починаючи з другої половини поєдинку спостерігається суттєвий спад активності, котрий поступово змінюється на різке зростання активності в кінці поєдинку. На наступних рисунках (2-5) зображено відносні значення ударів серед юних спортсменів.

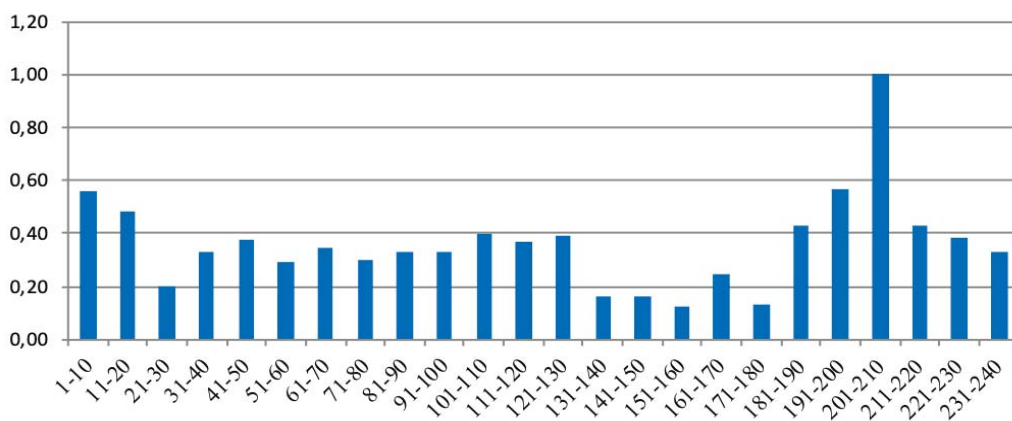


Рис. 2. Динаміка відносного показника кількості атакувальних техніко-тактичних дій руками юних спортсменів у панкратіоні.

Динаміка ударів руками є досить рівною. Спостерігається невеликий спад активності зі 130 по 190 хв. поєдинку. Зі 190 хв. розпочинається різкий приріст активності, котрий переходить в динаміку котра спостерігалась упродовж більшого часу поєдинку. Спад активності може бути спричинений з техніко-тактичних міркувань, так як спортсмени беруть невелику паузу для того щоб максимально активізуватись на кінцівку поєдинку.

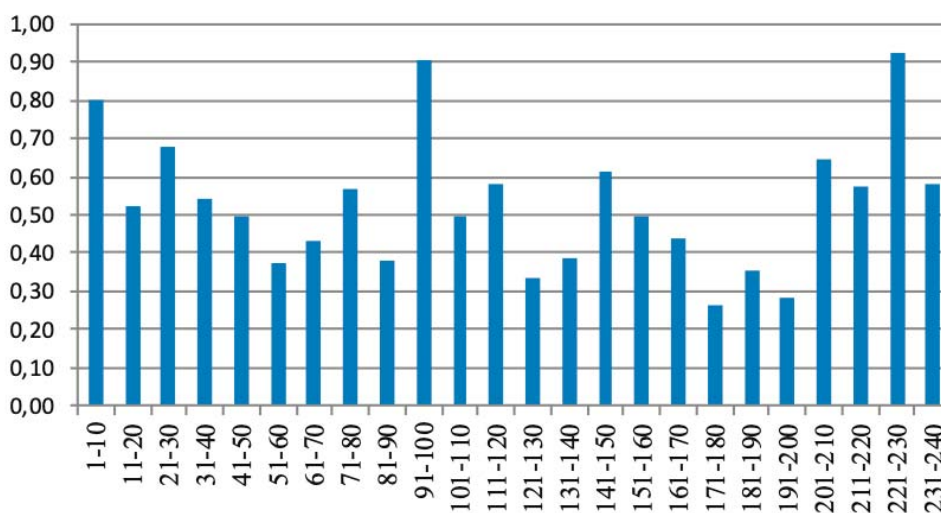


Рис. 3. Динаміка відносного показника кількості атакувальних техніко-тактичних дій ногами юних спортсменів у панкратіоні

Динаміка ударів ногами (рис.3) дещо нагадує динаміку ударів руками. Це є логічно адже спортсмени панкратіоністи в стійці застосовують різноманітний арсенал ударної техніки. Невеликий спад активності спостерігається ближче кінця поєдинку, а саме зі 170 по 20 с. Після цього відбувається ріст активності, котрий триває до кінця поєдинку. Динаміка ударів руками і ногами є пов'язаною оскільки разом вони становлять ударну техніку спортсмена панкратіоніста в стійці.

Також виявився цікавий факт що наприкінці поєдинку, а саме в останні 30 с поєдинку спортсмени найчастіше наносять удари ногами. Це можна пояснити тим що удар ногою (особливо в голову) оцінюється найбільшою кількістю, в порівнянні з іншими ударами. Також точний удар ногою несе велику загрозу для суперника і спортсмени наприкінці поєдинку часто намагаються виграти достроково.

Цей графік більш плавний і без різких змін інтенсивності. Якщо перші секунди поєдинку вважати «розвідкою» то спортсмени виконують певну кількість борцівських техніко-тактичних дій майже весь поєдинок, а якщо точніше до 180 с поєдинку (рис. 4). Після цього йде незначний спад активності спад. Можна припустити що основною причиною спаду активності є або втома (оскільки техніко-тактичні дії пов'язані з боротьбою вимагають найбільшої анаеробної витривалості).

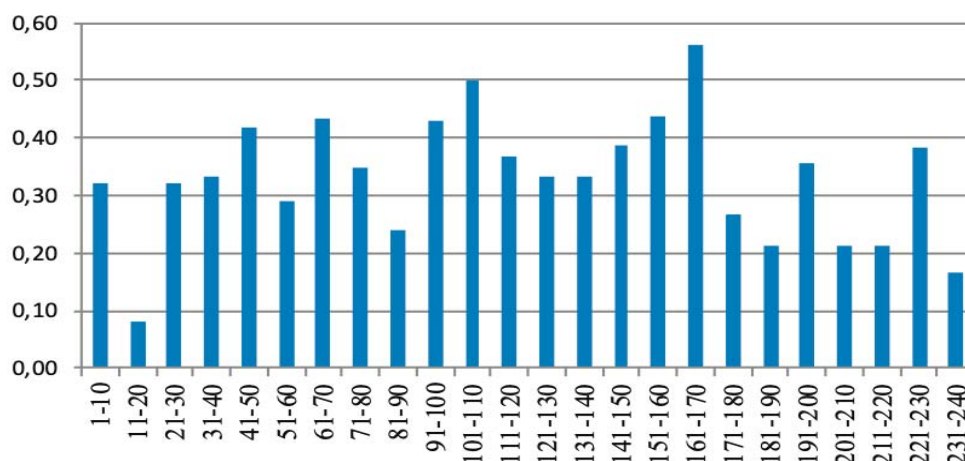


Рис. 4. Динаміка відносного показника кількості атакуючих техніко-тактичних дій з елементами боротьби юних спортсменів у панкратіоні

Спортсмени активно застосовують техніко-тактичні дії пов'язані із боротьбою майже увесь поєдинок, а саме основний час поєдинку за виключенням перших 20 с поєдинку та останньої хвилини поєдинку. Невисока динаміка застосованих техніко-тактичних дій пов'язаних із боротьбою на початку поєдинку є цілком зрозумілою, адже поєдинок розпочинається зі стійки і як правило перші секунди поєдинку іде так звана розвідка. Зменшення динаміки техніко тактичних дій пов'язаних із боротьбою в кінці поєдинку може бути спричинено втому, адже техніко-тактичні дії пов'язані із боротьбою є найбільш енергозатратні і багатьом спортсменам не вистачає енергетичних ресурсів для здійснення борцівських прийомів. Водночас зменшення динаміки може бути пов'язане із тактичною особливістю коли спортсмени в кінці поєдинку частіше надають перевагу ударам руками та ногами. Згідно рисунку бачимо що юні спортсмени показують досить високу активність весь відведений правилами змагань час поєдинку. Проте можна виділити три фази активності (на початку поєдинку, в середині і в кінці).

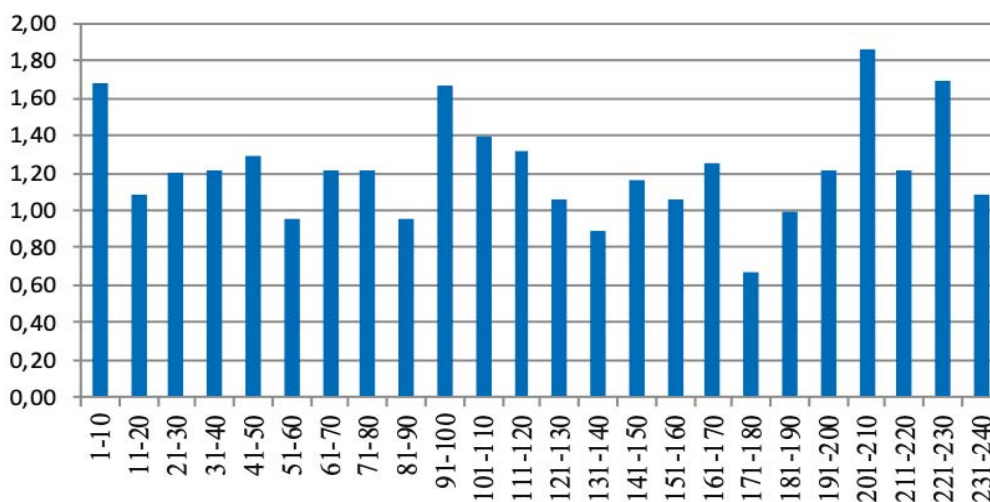


Рис 5. Динаміка відносної загальної кількості техніко-тактичних дій упродовж змагальної діяльності юних спортсменів у панкратіоні.

Незначний спад активності спостерігається в період зі 140 по 180 с поєдинку. Пояснити дані спади активності можна лише втому, адже можна припустити що спортсмени максимально активно розпочинають поєдинок і після цього розпочинається незначний спад активності в границях 80 с поєдинку. Після цього спортсмени знову активізуються, але на всю дистанцію поєдинку знов їм не вистарчає сил і концентрації уваги тому розпочинаються другий спад активності зі 170 по 180 с поєдинку. І на кінцівку поєдинку юні спортсмени знову активізуються і працюють на максимум своїх фізіологічних можливостей.

У даному випадку (рис. 6) не вдалось виявити залежність між різними техніко-тактичними діями спортсменів-юніорів. Перші 10 с поєдинку спортсмени активні в усіх техніко-тактичних діях.

Спостерігається спад активності в динаміці виконання ударів руками в період зі 140 по 180 хв. В період зі 80 по 10 с поєдинку спостерігається висока активність застосувань ударів ногами. В кінцівці поєдинку спортсмени надають перевагу використанню ударної техніки рук та ніг і менше використовують техніко-тактичні дії пов'язані із боротьбою.



Рис 6.

Порівняння динаміки відносної кількості техніко-тактичних дій різного виду юних спортсменів у панкратіоні

Висновки. У змагальній діяльності юних спортсменів із панкратіону наявне часте застосування "лоу-кіка". Більшість дострокових перемог того чи іншого спортсмена відбулись в середині сутички. Невелику кількість ударів руками можна пояснити техніко-тактичною особливістю панкратіона, а саме проведенням поєдинків на відкритому килимі і намагання спортсменів проводити свої поєдинки на дистанції. В межах протидії не підготовленим ударам руками застосовують борцівську техніку, а саме кидки, здебільшого «тейкдауни». Наявні високі показники активності юних спортсменів упродовж усього поєдинку. Можна виділити три фази активності (на початку поєдинку, в середині і в кінці). Незначний спад активності спостерігається в період зі 140 по 180 с поєдинку.

Перспективи подальших досліджень передбачають співставлення техніко-тактичних дій дорослих та юних спортсменів із панкратіону.

Література

- Бріжатию О.В. Структурний аналіз техніки ударних дій при проведенні тренувань з єдиноборств у молодіжних об'єднаннях м.Сум / Бріжатию О.В., Чередніченко С.В. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук.пр. – Харків: ХХПІ, 2010. – № 2. – С. 25–29
- Вовк В. В. Азбука панкратиона (Синтез боротьби і кулачного боя): [метод. посіб. с учебним фильмом (издание первое)] / Вовк В. В. // под. ред. А.П Мандрика. – Львов, 2008. – 105 с.
- Долженко М. Ю. Психологическая подготовка спортсменов-студентов к соревновательной деятельности в панкратионе / Долженко М. Ю. / Біологічний вісник Алтайская государственная педагогическая академия. – 2015. – С 42–45.
- Зарудний Ю. А. Состав и структура соревновательной деятельности в панкратионе на современном этапе его развития / Ю. А. Зарудний, В. Ю. Олексенко, І. Н. Журавель А. В. // Физическое воспитание студентов. – 2011. – Вип. 4. – С. 92–95
- Панкратіон правила змагань / Мандрик О.П., Яковенко Р.В., Томенко О.А., Чередніченко С. В. та ін. – Київ. 2015. – С. 22–36.
- Пустолякова Л. М. Використання методу фізичної культури з елементами хортингу на заняттях фізичного виховання у спеціальних медичних групах із студентами з порушеннями постави та сколіозу / Пустолякова Л. М. // Теорія і методика хортингу. – Київ, 2014. – Вип. І. – С. 11–18.
- Согор О. Відмінності структури та змісту регламентації змагальної діяльності у змішаних єдиноборствах / Согор О., Пітин М. // Науковий часопис нац. пед. ун. імені М. П. Драгоманова. Серія № 15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / фізична культура і спорт» / за ред. О. В. Тимошенка. – К., 2017. – Вип. 1 (82) 17. – С. 62–67.
- Согор О. Характеристика панкратіону в структурі змішаних єдиноборств / Согор О., Пітин М. // Фізична культура, спорт та здоров'я нації. – Житомир, 2016: Вид-во ФОР Євенок О. О. – Вип. 2. – С. 198–203.
- Структура та зміст підготовки спортсменів на етапі спеціалізованої базової підготовки в панкратіоні / Согор О., Пітин М., Окопний А., Свістельник І. // Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб наук. праць. – Вінниця: ТОВ «Планер», 2017. – Вип. 3 (22). – С. 409–416.
- Томенко О. Зародження і розвиток панкратіону в античний період / О. Томенко, С. Чередніченко // Молода спортивна наука України. – Львів, 2007. – С. 372–376.
- Чередніченко С. В. Порівняльний аналіз техніки рухових дій у панкратіоні / С. В. Чередніченко // Теорія та методика фізичного виховання. – 2007. – № 10. – С. 43–46.
- Яремко М.О. Вдосконалення швидко-силових якостей в ударних прийомах кікбоксерів на етапі попередньої базової підготовки : дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту: спец.: 24.0.01 «Олімпійський професійний спорт» / М. О. Яремко. – Львів: ЛДІФК, 2004. – 226 с.
- Ekdotike S.A. Te Olympic Games in Ancient Greece. – Athens. – p. 204.

Reference

1. Brizhatyi O.V., Cherednichenko S.V. (2010), «Structural analysis of the technique of shock actions in conducting martial arts training in youth organizations of Sumy». Pedagogika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu. Kharkiv. № 2. P. 25–29
2. Vovk V. V. (2008), «Pankration alphabet (Synthesis of fight and fist fight): [metod. posob. s uchebnym fylmom (yzdanye pervoe)] // Pod. red. A.P Mandryka, Lvov. 105 p.
3. Dolzhenko M. Yu. (2015), «Psychological training of student athletes for competitive activities in pankration». Biologichni visnyk Altaiskaia hosudarstvennaia pedagoghycheskaia akademiia, S 42-45.
4. Zarudnyi Yu. A., Oleksenko I. N., Zhuravel A. V. (2011), «Composition and structure of competitive activity in pankration at the modern stage of its development». Fyzycheskoe vospytanyia studentov. Vyp. 4. S. 92–95
5. Mandrik O.P., Yakovenko R.V., Tomenko O.A., Cherednichenko S. V., Nakonechnyi I. Yu., Vetrov O. M. (2015), «Pankration rules of competition». Kyiv. 2015. – С. 22–36.
6. Postuliakova L. M. (2014), «Use of physical education method with elements of horticulture in physical education classes in special medical groups with students with postural and scoliosis disorders». Teoriia i metodyka khortynhu. Vyp. 1. Kyiv. 2014. V. I. P. 11–18.
7. Sohor O. Pityn M. (2017), «Differences of structure and content of regulation of competitive activity in mixed martial arts». Naukovyi chasopys nats. ped. un. imeni M. P. Drahomanova. Seriia № 15 «Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury / fizychna kultura i sport» / za red. O. V. Tymoshenko. K., Vyp. 1 (82) 17. S. 62–67.
8. Sohor O. Pityn M. (2016), «Characterization of pankration in the structure of mixed martial arts». Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii. Zhytomyr. Vyp. 2. S. 198–203.
9. Sohor O., Pityn M., Okopnyi A., Svistelnik I. (2017), «Structure and content of athletes training at the stage of specialized basic training in the pankration». Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii. Vinnytsia: TOV «Planer», Vyp. 3 (22). S. 409–416.
10. Tomenko O., Cherednichenko S. (2007), Origin and development of pankration in ancient period. Moloda sportyvnna nauka Ukrainy. S. 372-376.
11. Cherednichenko S. V. (2007), «Comparative analysis of the technique of locomotion in the pankration». Teoriia ta metodyka fizychnoho vykhovannia. 2007. № 10. P. 43–46.
12. Iaremko M.O. (2004), «Improvement of speed and power qualities in kickboxing shocks at the stage of preliminary basic preparation»: dys. ... kand.nauk z fiz. vykh. i sportu: spets.: 24.0.01 «Olimpiiskyi profesiinyi sport» / M. O. Yaremko. Lviv: LDIFKiS. 226 s.
13. Ekdokite S.A. Te Olympic Games in Ancient Greece. Athens, p. 204.

Терещенко В.І.
кан.пед.наук, професор
Шевчук А. В.
викладач, докторант
Український гуманітарний інститут, м.Буча

КЕРУВАННЯ У НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ

Організація будь-якого рівня складності для здійснення ефективної діяльності припускає визначення мети, що у практиці керування стає управлінською. Відповідальним за вирішення завдань у тренувальному процесі є тренер. Основний зміст його діяльності реалізується через послідовне вирішення управлінських завдань на всіх етапах планування тренування.

Вирішення завдань керування ґрунтується на виділенні складності відносин між різними елементами системи. Зміст завдання повинен включати досягнення запланованих результатів, формування спеціалізованих функціональних станів, тобто при відомих умовах шукати невідомі шляхи ефективного вирішення завдань. Використовуючи термін «завдання», мають на увазі проблему, вирішення якої передбачає конкретну діяльність з чітким функціональним призначенням.

Вирішення завдань може мати кілька змістів: рішення як план, спосіб, метод реалізації завдання; рішення як процес виконання плану; рішення як результат досягнення запланованих тренувальних завдань.

Ключові слова: керування, завдання, відповідальність, рішення, ризик, тренер.

Терещенко В.І., Шевчук А.В. Руководство в учебно-тренировочном процессе. Организация любого уровня сложности для осуществления эффективной деятельности предполагает определение цели, в практике управления становится управленческой. Ответственным за решение задач в тренировочном процессе есть тренер. Основное содержание его деятельности реализуется через последовательное решение управленческих задач на всех этапах планирования тренировки.

Решение задач управления основывается на выделении сложности отношений между различными элементами системы. Содержание задания должен включать достижения запланированных результатов, формирование специализированных функциональных состояний, то есть при известных условиях искать неизвестные пути эффективного решения задач. Используя термин «задача», имеют в виду проблему, решение