

**ВИСНОВКИ.** Отже гуманізація та демократизація фізичного виховання з використанням біогуманітарної підготовки студентів своєю сутністю зв'язана з формуванням активної життєвої позиції студентів, зі створенням загальнолюдських цінностей. Це вказує на те, що потрібен новий підхід до праці з молоддю, необхідно вивчати й враховувати мотивації, сучасні інтереси та зацікавленість студентів до занять фізичними вправами, навчитись спиратись на їхню свідомість, вміти ненав'язливо спрямовувати її. Недарма в сучасній українській науці важливе місце посідають проблеми здоров'я, фізичної підготовки і фізичної досконалості в системі ціннісних орієнтацій людини, різних соціальних груп. Це питання – одне з найгостріших на сучасному етапі національного відродження України, бо воно стосується здоров'я студентської молоді як пріоритету людської цінності у цивілізованому світі.

#### **ЛІТЕРАТУРА**

8. Бондаревская Е.В. Педагогика: личность в гуманистических теориях и системах воспитания / Е.В.Бондаревская, С.В.Кульневич. – Ростов-на-Дону: Учитель, 1999. – С. 2-13.
9. Бех І.Д. Психологічна суть гуманізму у вихованні особистості / І.Д.Бех // Педагогіка і психологія. – 1994. - № 3. – С. 3-13.
10. Газман О.С. Гуманизм и свобода / О.С.Газман // Гуманизация воспитания в современных условиях. – М., 1995. – С. 3-13.
11. Шиянов Е.Н. Теоретические основы гуманизации образования / Е.Н.Шиянов. – М., 1991. – С. 43-51.

**Аннотация. Сычев С.А. Гуманизация и демократизация физического воспитания с использованием биогуманитарной подготовки студентов.**

В статье раскрываются подходы гуманизации и демократизации физического воспитания с использованием биогуманитарной подготовки студентов. Такой подход содействовал формированию у студентов социального и гуманистического мышления, способности и таланта, приоритета общечеловеческих ценностей, высокой биологической и социальной активности.

**Ключевые слова:** гуманизм, демократия, студенты, биогуманитарная подготовка, физическое воспитание.

**Annotation. Sychov S.O., Humanization and democratization of physical education with the use of bio humanitarian training of students.**

The article describes the approaches of humanization and democratization of physical education with the use of bio humanitarian training of students. This approach helped to form the students of social and humanistic thinking, ability and talent, the priority of universal values, high biological and social activity.

**Key words:** humanism, democracy, students, bio humanitarian training, physical education.

**Слободянюк В. О.  
Національний університет фізичного виховання і спорту**

#### **НАПРЯМКИ ВДОСКОНАЛЕННЯ ПІДГОТОВКИ ВАЖКОАТЛЕТОК НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ**

У статті представлено наукові дані щодо вдосконалення процесу підготовки жінок-важкоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки. У результаті дослідження визначено значущі показники спеціальної

підготовленості важкоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки та методики за якими вони визначаються. Встановлено найбільш оптимальний варіант побудови підготовки важкоатлеток в річному макроциклі та параметри побудови програми підготовки важкоатлеток різних груп вагових категорій.

**Ключові слова:** вагова категорія, важкоатлетка, етап підготовки, макроцикл, методика, рух штанги, спортивний результат.

**Постановка проблеми.** Протягом останніх десятиліть систематично відбувається пошук нових засобів та методів підготовки, вдосконалення процесу підготовки на різних етапах багаторічної підготовки [4]. При цьому, велика увага приділяється дослідженню підготовки спортсменів високої кваліфікації.

Разом з тим, на етапі спеціалізованої базової підготовки та на етапі підготовки до вищих досягнень закладається підґрунтя для реалізації індивідуальних можливостей спортсменів [3, 7].

Одним з можливих шляхів вдосконалення структури та змісту підготовки спортсменів є індивідуалізація, тобто орієнтація під час планування та організації тренувального процесу на індивідуальні особливості [5, 8].

У важкій атлетиці багато робіт присвячено розробці програм підготовки висококваліфікованих важкоатлеток, які знаходяться на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей [1, 6]. На нашу думку, процес індивідуального підходу необхідно починати з етапу спеціалізованої базової підготовки, де закладається основа для подальшого спортивного вдосконалення та закріплюється індивідуальними руховими навичками.

Тому, постає важливе науково-практичне завдання вивчення напрямків удосконалення структури та змісту програм підготовки важкоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Аналіз науково-методичної літератури вказує на важливість індивідуалізації підготовки спортсменів у важкій атлетиці, тобто орієнтації при плануванні та організації тренувального процесу на індивідуальні особливості [3, 7, 9]. Індивідуалізація сприятиме вдосконаленню якісних сторін підготовки важкоатлеток, без граничного навантаження на організм, яке може спричинити негативні наслідки [7, 8]. Переважна більшість фахівців будує підготовку важкоатлеток за моделлю чоловіків. Тільки в останні роки плануванню підготовки жінок приділяється велика увага, зважаючи на їхні індивідуальні особливості, проте, найсучасніші дослідження стосуються підготовки жінок-важкоатлеток високої кваліфікації [1, 6].

На нашу думку, для побудови тренувальних програм необхідно визначити напрями удосконалення підготовки важкоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки. Однак, у літературних джерелах немає робіт присвячених визначенню напрямів удосконалення підготовки важкоатлеток саме на етапі спеціалізованої базової підготовки. Таким чином, **метою** нашого дослідження є визначення актуальних напрямів удосконалення підготовки жінок-важкоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз і узагальнення; соціологічні методи: анкетування, метод експертних оцінок; документальні методи; методи математичної статистики.

**Організація дослідження:** в результаті анкетування було проведено опитування 60 респондентів, серед яких 20 заслужених тренерів України з важкої атлетики, 15 тренерів вищої категорії з важкої атлетики та 25 тренерів першої категорії з важкої атлетики.

**Результати дослідження.** На основі аналізу науково-методичної літератури було висунуто гіпотезу про необхідність удосконалення підготовки важкоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки. Оскільки основним завданням анкетування було виявити проблемне поле побудови тренувального процесу важкоатлеток

на етапі спеціалізованої базової підготовки, тому в першому питанні нами було запропоновано відповісти на питання щодо потреби в її удосконаленні. Аналіз відповідей респондентів свідчить про високий рівень узгодженості їхніх думок. 93,3% респондентів вважають, що сучасна система побудови тренувального процесу важкоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки потребує вдосконалення. При цьому, лише 6,7% респондентів притримується іншої думки. Значна кількість тренерів (90,0%) вважає, що підготовку в річному макроциклі жінок-важкоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки необхідно будувати із урахування їхніх індивідуальних особливостей. Отримані результати підтверджують необхідність побудови індивідуальних програм підготовки спортсменок на етапі спеціалізованої базової підготовки у важкій атлетиці.

В одному із запитань нами було запропоновано визначити пріоритетні критерії для побудови індивідуальних програм підготовки для важкоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки. Найбільшу кількість балів в результаті ранжування респонденти віддали показникам спеціальної фізичної підготовленості – 372 бали (SD = 0,72) як найбільш пріоритетному критерію для побудови індивідуальних програм підготовки важкоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки. На думку фахівців другим за значенням критерієм, що необхідно враховувати при побудові підготовки спортсменок у важкій атлетиці є групи вагових категорій – 346 балів (SD = 1,24; середній ранг – 5,77). Деяко меншу кількість балів в результаті експертної оцінки набрали морфо-функціональні показники – 273 бали (SD = 1,29). За результатами опитування респондентів четвертим за значенням критерієм, що необхідно враховувати при побудові підготовки спортсменок у важкій атлетиці є антропометричні показники спортсменів – 252 бали (SD = 1,01; середній ранг – 4,20). Меншу кількість балів, на думку респондентів, заслуговують показники функціонального стану організму – 198 балів (SD = 1,26). Необхідно звернути увагу на те, що два з семи критеріїв за результатами експертної оцінки набрали 110 балів та 101 бал (психофізіологічні показники (SD = 0,84); показники загальної фізичної підготовленості (SD = 1,19)). Що свідчить про не значущу доцільність врахування та низьку інформативність даних критеріїв при індивідуалізації процесу підготовки важкоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки.

Опрацювання рангової шкали вимірювань, яка була використана для проведення опитування респондентів передбачало використання методів непараметричної статистики [2]. Узгодженість думок респондентів визначалася за допомогою коефіцієнту конкордації Кенделла. Значення коефіцієнту конкордації при кількості зазначених об'єктів 7 складає 0,697798. Враховуючи значення коефіцієнту конкордації, можна зробити висновок про те, що експертна група з достатньою узгодженістю у значеннях відповідей визначила впливовість критеріїв для побудови індивідуальних програм підготовки для важкоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки.

Для визначення найбільш інформативних тестових методик для визначення показників спеціальної підготовленості жінок у важкій атлетиці, фахівцям було запропоновано визначити ступінь важливості наведених тестів. Респонденти оцінювали дані характеристики від 7 до 1 балу. (1 – найменший ступінь важливості, 7 – найбільший). Визначена загальна сума балів кожного критерію, стандартне відхилення та середній ранг (табл. 1).

*Таблиця 1*

**Результати експертної оцінки тестових методик для визначення показників спеціальної підготовленості жінок у важкій атлетиці (за результатами анкетування, n=60)**

№ з/п	Критерії	Сер. ранг	Сума балів	Стандартне відхилення (SD)
-------	----------	-----------	------------	----------------------------

1.	Методика В. Абалакова	6,40	384	1,04
2.	Відео-комп'ютерний аналіз кінематичних характеристик руху	5,55	333	1,19
3.	Відео-комп'ютерний аналіз динамічних характеристик руху	4,07	244	1,22
4.	Визначення ергономіки працездатності спортсменів	3,78	227	1,37
5.	Прискорення снаряду за методом акселерометрії	3,78	227	1,89
6.	Відео-комп'ютерний аналіз ритмічних характеристик руху штанги	2,57	154	1,54
7.	Вимірювання зусиль на опорі на тензоплатформі	1,55	111	1,12

Найбільшу кількість балів за результатами ранжування респонденти віддали наступним тестам: визначення швидкісно-силових можливостей за методикою В. Абалакова – 384 бали (SD = 1,04) та визначення кінематичних характеристик руху за допомогою відео-комп'ютерного аналізу – 333 бали (SD = 1,19). Дещо нижчими за інформативністю, на думку респондентів, є: визначення динамічних характеристик руху за допомогою відео-комп'ютерного аналізу – 244 бали (SD = 1,22); прискорення снаряду за методом акселерометрії – 227 балів (SD = 1,89) та визначення ергономіки працездатності спортсменів – 227 балів (SD = 1,37). Найменш інформативними у сучасному важкоатлетичному спорті, на думку фахівців є: відео-комп'ютерний аналіз ритмічних характеристик руху штанги – 154 балів (SD = 1,54) та вимірювання зусиль на опорі на тензоплатформі – 111 балів (SD = 1,12).

Значення коефіцієнту конкордації при кількості зазначених об'єктів 7 у даному випадку складає 0,533492. Враховуючи значення коефіцієнту конкордації, можна зробити висновок про те, що експертна група з достатньою узгодженістю у значеннях відповідей визначила інформативні тести для визначення показників спеціальної підготовленості жінок у важкій атлетиці. Для виявлення більш значущих показників спеціальної підготовленості важкоатлеток саме на етапі спеціалізованої базової підготовки, респондентам було запропоновано відранжувати наступні характеристики: швидкісно-силовий індекс (м/с), висота стрибка (см), відношення висоти стрибка до зросту (%), відношення висоти стрибка до маси тіла (ум. од.), потужність стрибка (кВт), швидкість руху штанги (м/с), потужність руху (см/с<sup>-1</sup> кг), висота вильоту штанги (см), прискорення штанги (см/с<sup>2</sup>) та траєкторія руху штанги. Результати розрахунку загальної суми балів кожного з показників, стандартного відхилення та середнього рангу наведено в таблиці 2.

Таким чином, серед показників спеціальної підготовленості фахівці визначили найбільш значущі: швидкісно-силовий індекс – 552 бали (SD = 1,14), висота вильоту штанги – 494 бали (SD = 1,83), прискорення штанги – 418 балів (SD = 1,69), швидкість руху штанги – 378 бали (SD = 2,40) та відношення висоти стрибка до зросту – 364 бали (SD = 1,81). Отримані результати дають нам можливість визначити пріоритетні показники спеціальної підготовленості спортсменок, що в подальших дослідженнях необхідно враховувати при складанні програми підготовки важкоатлеток різних груп вагових категорій в річному макроциклі на етапі спеціалізованої базової підготовки.

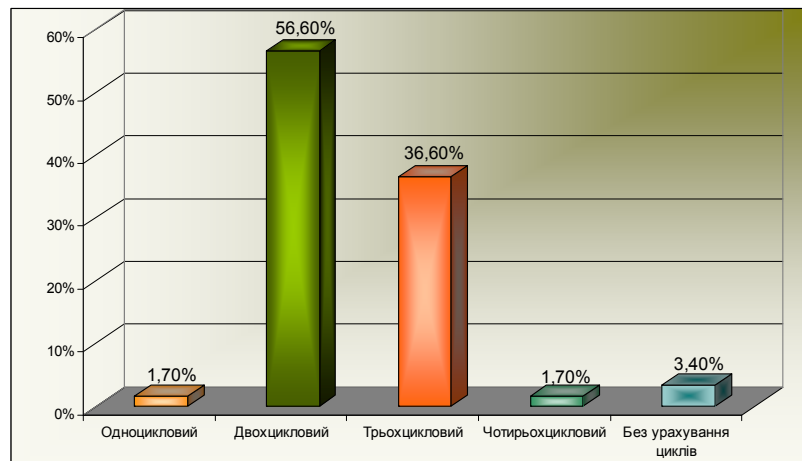
Таблиця 2

**Результати експертної оцінки показників спеціальної підготовленості важкоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки (за результатами анкетування, n=60)**

№ з/п	Критерії	Сер. ранг	Сума балів	Стандартне відхилення (SD)
1	Швидкісно-силовий індекс (м/с)	9,20	552	1,14
2	Висота вильоту штанги (см)	8,23	494	1,83

3	Прискорення штанги (см/с <sup>2</sup> )	6,97	418	1,69
4	Швидкість руху штанги (м/с)	6,30	378	2,40
5	Відношення висоти стрибка до зросту (%)	6,07	364	1,81
6	Відношення висоти стрибка до маси тіла (ум. од.)	4,43	266	2,71
7	Потужність руху (см/с <sup>-1</sup> кг)	3,82	229	1,97
8	Висота стрибка (см)	3,45	207	2,02
9	Траєкторія руху штанги	3,33	200	2,21
10	Потужність стрибка (квт)	3,20	192	1,82

Результат математико-статистичного аналізу результатів експертної оцінки вказує значення коефіцієнту конкордації при кількості зазначених об'єктів 10 у даному випадку 0,514323. Враховуючи значення коефіцієнту конкордації, можна зробити висновок про те, що експертна група з достатньою узгодженістю у значеннях відповідей визначила більш значущі показники спеціальної підготовленості важкоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки. Аналіз відповідей респондентів на запитання щодо найбільш оптимального варіанту побудови підготовки важкоатлеток в річному макроциклі на етапі спеціалізованої базової підготовки свідчить про різні погляди фахівців на планування підготовки спортсменок. Необхідно зазначити, що відповіді респондентів (56,6 % опитаних) підтверджують дані науково-методичної літератури, в яких зазначається двохциклове планування, як оптимальний варіант побудови підготовки важкоатлеток в річному макроциклі. При оцінюванні варіантів побудови підготовки спортсменок 36,6% опитаних фахівців вважають, що трьохциклове планування є найбільшим ефективним на етапі спеціалізованої базової підготовки. 3,4 % респондентів стверджують, що побудову підготовки важкоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки необхідно планувати без урахування циклів, що суперечить методологічним основам сучасної загальної теорії підготовки спортсменів (Рис. 1).



**Рис. 1.** Результати опитування респондентів щодо найбільш оптимального варіанту побудови підготовки важкоатлеток в річному макроциклі на етапі спеціалізованої базової підготовки

В одному із запитань респондентам було запропоновано оцінити параметри за якими повинні відрізнятися програми підготовки важкоатлеток різних груп вагових категорій. Відповідно до поставленого запитання, респондентам необхідно було відранжувати дані параметри від 5 до 1 балу за ступенем важливості (табл. 3.4). Згідно з ранжованими оцінками найбільшу кількість балів респонденти віддали наступним параметрам: кількість піднімань штанги – 283 балів (SD = 0,55), кількість піднімань у зоні інтенсивності 90 % і вище – 197 балів (SD = 1,42), відносна інтенсивність – 175 балів (SD = 0,88). На думку опитаних, меншу

значущість при побудові програми підготовки важкоатлеток різних груп вагових категорій мають наступні параметри: середня вага штанги – 140 балів (SD = 1,03), спеціальні вправи – 105 бали (SD = 0,91).

Таблиця 3.

**Результати експертної оцінки параметрів побудови програми підготовки важкоатлеток різних груп вагових категорій (за результатами анкетування, n=60)**

№ з/п	Критерії	Сер. ранг	Сума балів	Стандартне відхилення (SD)
1.	Кількість піднімань штанги	4,72	283	0,55
2.	Кількість піднімань у зоні інтенсивності 90 % і вище	3,28	197	1,42
3.	Відносна інтенсивність вправ	2,92	175	0,88
4.	Середня вага штанги	2,33	140	1,03
5.	Навантаження у спеціально-підготовчих вправах	1,75	105	0,91

В результаті експертної оцінки встановлено, що програми підготовки важкоатлеток різних вагових категорій в річному макроциклі на етапі спеціалізованої базової підготовки повинні суттєво відрізнятися кількістю піднімань штанги, кількістю піднімань у зоні інтенсивності 90 % і вище та відносною інтенсивністю.

Значення коефіцієнту конкордації при кількості зазначених об'єктів 5 у даному випадку складає 0,504111. Враховуючи значення коефіцієнту конкордації, також можна зробити висновок про те, що експертна група з достатньою узгодженістю у значеннях відповідей визначила параметри за якими повинні відрізнятися програми підготовки важкоатлеток різних груп вагових категорій.

На думку 42 респондентів (70,0%), програми підготовки важкоатлеток різних груп вагових категорій на етапі спеціалізованої базової підготовки в різних спортивних «важкоатлетичних» школах України відрізняються. Не зважаючи на достатню узгодженість відповідей респондентів на це запитання, 18 опитаних (30,0%) вважають, що в спортивних «важкоатлетичних» школах України однакові підходи до побудови підготовки спортсменок на етапі спеціалізованої базової підготовки. Аналіз відповідей респондентів на питання щодо необхідності розробки нової програми підготовки важкоатлеток різних груп вагових категорій в річному макроциклі на етапі спеціалізованої базової підготовки свідчить про високий рівень узгодженості їхніх думок. 91,75% фахівців вважають, що сучасний підхід до планування підготовки важкоатлеток не відповідає потребам практики та існує необхідність в новій програмі підготовки спортсменок різних груп вагових категорій в річному макроциклі. При цьому, лише 8,3% респондентів вважають, що такої потреби немає.

Отже, за допомогою аналізу відповідей фахівців важкоатлетичного спорту України, нами визначено напрямки вдосконалення підготовки важкоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки та визначено необхідність розробки нової програми підготовки важкоатлеток різних груп вагових категорій в річному макроциклі.

**ПОДАЛЬШІ ДОСЛІДЖЕННЯ** будуть спрямовані на виявлення відмінностей в змісті програм підготовки та рівня спеціальної фізичної підготовленості важкоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки в різних важкоатлетичних школах України.

### ВИСНОВКИ

1. За допомогою анкетування нами визначено напрямки вдосконалення підготовки важкоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки та визначено необхідність розробки нової програми підготовки важкоатлеток в річному макроциклі.

2. В результаті експертної оцінки критеріїв встановлено, що при побудові індивідуальних програм підготовки для важкоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки визначальними характеристиками, які необхідно враховувати, є групи вагових категорій та показники спеціальної фізичної підготовленості.

3. Встановлено, що найбільш інформативними тестами для визначення показників спеціальної підготовленості жінок у важкій атлетиці є тестування швидкісно-силових можливостей за методикою В. Абалакова та відео-комп'ютерний аналіз кінематичних характеристик руху. Дещо меншу інформативність мають визначення прискорення снаряду за методом акселерометрії, визначення ергономіки працездатності спортсменів та відео-комп'ютерний аналіз динамічних характеристик руху.

4. Програми підготовки важкоатлеток різних вагових категорій в річному макроциклі на етапі спеціалізованої базової підготовки повинні суттєво відрізнятися кількістю піднімань штанги, кількістю піднімань у зоні інтенсивності 90 % і вище та відносною інтенсивністю. А найбільш оптимальний варіант побудови підготовки важкоатлеток в річному макроциклі на етапі спеціалізованої базової підготовки — двох циклове та трьох циклове планування.

#### **ЛІТЕРАТУРА**

1. Антонюк О. В. Кінематичні характеристики техніки рухових дій ривка у важкоатлеток з урахуванням антропометричних розмірів тіла / О. В. Антонюк / Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – Чернігів, 2011. – Вип. 86, т. 1. – С. 496.

2. Бешелев С. Д. Математико-статистические методы экспертных оценок / Бешелев С. Д., Гурвич Ф. Г. – М. : Статистика, 1974 – 159 с.

3. Камаев О. И. Теоретические и методические основы индивидуализации спортивной подготовки юных лыжников – гонщиков, [Електронний ресурс] / О. И. Камаев, А. Л. Кривенцов. Режим доступа : <http://www.nbuv.gov.ua>.

4. Олешко В. Г. Підготовка спортсменів у силових видах спорту: [навч. посіб.] / В. Г. Олешко. – К.: ДІА, 2011. – 444 с.: іл. – ISBN 978-966-8311-80-2.

5. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : [учебник для студ. Высших учеб. заведений физ. воспитания и спорта] / В. Н. Платонов. - К. : Олимпийская литература, 2004. – 808 с. – ISBN 966-7133-64-8.

6. Пуцов С. О. Побудова тренувального процесу важкоатлеток високої кваліфікації у річному макроциклі: автореф дис. ... канд. наук, з фіз. виховання і спорту: [спец.] 24.00.01 „Олімпійський і професійний спорт” / С. О. Пуцов. – К., 2008. – 20 с.

7. Пятков В. Т. Індивідуалізація техніки виконання змагальних вправ у важкій атлетиці / В. Т. Пятков, Ю. Д. Мілова, С. В. Хомич // Спортивна наука України : ел. наук. фахове видання. – Л., 2009. – Вип. 5, т. 2. – С. 26 – 32.

8. Товстоног О. Особливості побудови та індивідуалізації підготовки спортсменів на різних етапах багаторічної підготовки / Олександр Товстоног, Володимир Науменко // Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2010. – Вип. 14, т. 1. - с. 317 – 321. – ISSN 1996-1448.

9. Шимечко І. Структура підготовки важкоатлетів високої кваліфікації у річному макроциклі / Ігор Шимечко, Анатолій Магльований, Валентин Олешко // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2011. – №4 (6). – С. 40-45.

**Аннотація. Слободянюк В. А. Направлення совершенствовання підготовки тяжелоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки**

В статті представлені наукові дані по совершенствованию процесу підготовки жінок-тяжелоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки. В результаті дослідження визначені значимі показники спеціальної підготовленості тяжелоатлеток на етапі спеціалізованої базової підготовки і методики по котрим вони визначаються. Встановлено найбільш оптимальний варіант побудови підготовки тяжелоатлеток в річному макроциклі і параметри побудови програми підготовки тяжелоатлеток різних груп вагових категорій.

**Ключевые слова:** вагова категорія, тяжелоатлетка, етап підготовки, макроцикл, методика, рух штанги, спортивний результат.

**Annotation. Victor Slobodyanuk Areas for improvement of training women-weightlifters at the stage of specialized base preparation**

This paper presents the scientific evidence for improving the process of preparing woman-weightlifters at the stage of specialized base preparation. The study identified significant indicators specially trained woman-weightlifters at the stage of basic training and specialized methods by which they are determined. Determined the optimal variant of preparation woman-weightlifters annual macrocycle and parameters of construction training program woman-weightlifters different weight categories groups.

**Key words:** weight category, woman-weightlifter, the stage of preparation, a macrocycle, technique, movement of the bar, a sports result.

**Тропин Ю.Н.**

**Харьковская государственная академия физической культуры**

**СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ БОРЦОВ ГРЕКО-РИМСКОГО СТИЛЯ ДО И ПОСЛЕ ИЗМЕНЕНИЙ В ПРАВИЛАХ СОРЕВНОВАНИЙ**

Встановлено, що результативність і ефективність використаної техніки після змін у правилах стала вище, судді сориєнтовані на стимуляцію активності борців в стойке.

**Ключевые слова:** борці греко-римського стилю, правила змагань, техніко-тактична підготовленість, порівняльний аналіз, ефективність, результативність, вагові групи.

**Введение.** Політика міжнародного Олімпійського комітету, орієнтована на підвищення зрелищності змагань, відносно спортивної боротьби реалізується через відповідні зміни правил змагань [4, 6]. Аналізуючи тенденцію розвитку боротьби в останні роки, більшість спеціалістів сходяться на тому, що для розвитку спортивної боротьби, в тому числі, як елемента програми Олімпійських ігор, необхідно предпринять зусилля для підвищення результативності борцовських поєдинків при збереженні високої інтенсивності боротьби на протязі всієї схватки [1, 3, 8]. Після Олімпійських ігор 2012 г. в Лондоні був піднятий питання об виключенні греко-римської боротьби з Олімпійської програми як незрелищного виду спорту. В результаті чого Міжнародна федерація боротьби (ФІЛА) з метою підвищення зрелищності поєдинків провела ряд реформ в правилах змагань, а практику судейства сориєнтовано на стимуляцію активності борців разом з збільшенням технічних прийомів [6]. В вересні 2013 г. на