

Reference

1. Andrieieva Ye.V., Blahyi A.L. (2013). Rekreatsiini hry u strukturi dozvilnoi diialnosti osib zriloho viku. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*. Dnipropetrovsk. №2, 37 – 41. [in Ukrainian].
2. Blahyi A.L. (1997). Prohramuvannia samostiinykh fizkulturno-ozdorovchykh zaniat osib drugoho zriloho viku: dys. ... kand. ped. nauk: 24.00.02 / Ukrainska derzh. un-t fiz. vykhovannia ta sportu. Kyiv, 207 s. [in Ukrainian].
3. Volovyk N.I. (2015). Navchalnyi posibnyk: «Suchasni prohramy ozdorovchoho fitnesu» dla studentiv vyshchykh pedahohichnykh navchalnykh zakladiv. Kyiv: Vydavnytstvo NPU imeni M. P. Drahomanova, 48 s. [in Ukrainian].
4. Ivashchenko L.Ia., Blahii Yu.A. (2008). Prohramuvannia zaniat ozdorovchym fitnesom. Kyiv: Naukovyi svit. 198 s. [in Ukrainian].
5. Osnovy personalnoho trenuvannia (2012) /pid red. Rodzhera V. Erla, Tomasa R. Bekhlia. Kyiv: Olimpiiska literatura. 724 s. [in Ukrainian].
6. Patsaliuk K. (2011). Otsinka efektyvnosti vprovadzhennia rekreatsiinoi diialnosti u fizkulturno-ozdorovchykh klubakh. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu*. № 1, 51–56. [in Ukrainian].
7. Pantzara Mika (2010). Understanding innovation in practice: a discussion of the production and re-production of Nordic Walking. *Technology Analysis & Strategic Management*. Vol. 22 № 4, 447 – 461.
8. Walter C. (2009). Nordic Walking: The Complete Guide to Health, Fitness, and Fun. Hatherleigh Press. 208 p.

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.5\(178\).19](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.5(178).19)
УДК: 796.8

Коновальчук А.М.
аспірант кафедри теорії спорту та фізичної культури
Волинський національний університет імені Лесі Українки, м. Луцьк
<http://orcid.org/0000-0003-2138-0797>;

ІСТОРИЯ РАЗВИТКУ ФРАНЦУЗЬКОГО БОКСУ САВАТ

У даній статті висвітлюється історія розвитку французького боксу сават. Вказується, що французький бокс сават – це видовищний вид єдиноборств, який набирає популярності в Україні, а тому актуальним є питання вивчення історії його розвитку.

Мета статті – ознайомитись з історією розвитку французького боксу сават.

Остаточне визнання респектабельності сават прийшло в 1924 році, коли його включили як демонстраційний вид спорту на Олімпійські ігри в Парижі. У 2008 році сават було визнано Міжнародною федерацією університетського спорту (FISU) – це визнання дозволяє Всесвітній федерації проводити офіційні університетські чемпіонати світу; перший відбувся у Нанті, Франція, у 2010 році. Двадцять п'яту річницю заснування Міжнародної федерації сават у березні 2010 року було відзначено візитом до Лозанни, щоб зустрітись з президентом Міжнародного олімпійського комітету Жаком Рогге. Президент FISav Жиль Ле Дюго отримав сувенір із зображенням олімпійських кілець. У квітні 2010 року Міжнародна федерація сават була прийнята в члени SportAccord (раніше відома як AGFIS) – що стало великим кроком вперед на шляху до включення в Олімпійські ігри.

Висновок. Якщо європейці вже давно відкрили для себе французький бокс сават та розвивають його на високому професійному та технічному рівні, то в Україні цей вид спорту є відносно молодим. А отже, поле для досліджень у цій сфері є великим. Французький бокс сават цікавий і видовищний вид спорту, чим завдячує своїм технічним елементам. Отже, варто приділити велику увагу вивченню різних аспектів цього виду єдиноборств.

Ключові слова: Сават, французький бокс, розвиток, історія, спорт.

Anastasia Konovalchuk. The history of the development of French Savat boxing. This article highlights the history of the development of French Savat boxing. It is indicated that French boxing savat is a spectacular form of martial arts that is gaining popularity in Ukraine, and therefore the question of studying the history of its development is relevant.

The purpose of the article is to get acquainted with the history of the development of French Savat boxing.

The final recognition of the respectability of sawat came in 1924, when it was included as a demonstration sport at the Olympic Games in Paris. In 2008, Savat was recognized by the International University Sports Federation (FISU) - this recognition allows the World Federation to hold official university world championships; the first was held in Nantes, France in 2010. The twenty-fifth anniversary of the founding of the International Savat Federation in March 2010 was marked by a visit to Lausanne to meet the President of the International Olympic Committee, Jacques Rogge. FISav President Gilles Le Dugot received a souvenir with the image of the Olympic rings. In April 2010, the International Sawat Federation was accepted as a member of SportAccord (formerly known as AGFIS) - a major step forward towards Olympic inclusion.

However, the history of the development of French Savat boxing was not conducted by Ukrainian scientists. Studying the specifics of this sport will allow a deeper understanding of not only the sport itself, but also the peculiarities of the worldview and aesthetic preferences of the French people. An in-depth study of the cultural history of Savat through a historical lens will help to more vividly present the uniqueness and value of this tradition. This can interest and encourage young people to engage in French boxing, not only young men, but also girls, and it will inspire young athletes to reach the heights of sportsmanship.

Conclusion. If the Europeans discovered the French boxing savat a long time ago and are developing it at a high professional and technical level, this sport is relatively young in Ukraine. Therefore, the scope for research in this area is large. French boxing savat is an interesting and spectacular sport, which owes its technical elements. Therefore, it is worth paying great attention to the study of various aspects of this type of martial arts.

Key words: Savat, French boxing, development, history, sport.

Постановка проблеми. Французький бокс сават створили на початку XIX століття. Він є захоплюючим видом спорту, ефективною системою самозахисту, чудовим засобом фізичного розвитку та підтримання форми. Сучасний французький бокс нічим не уступає таким популярним видам єдиноборств, як корейське тхеквондо й японське карате, а й навіть перевершує їх. Французький бокс має цілком європейське походження, тому тісно пов'язаний зі східними релігійно-філософськими системами [5]. Він добре відповідає українському менталітету.

Аналіз літературних джерел. Бойові мистецтва або єдиноборства – це комплекс прийомів, що дозволяє здолати або завдати максимальної шкоди супротивнику, ґрунтуючись на майстерності володіння своїм тілом і концентрації духу. Єдиноборства – це не просто набір фізичних вправ і правил ведення бою. Найчастіше це філософія, справа всього життя, важкий професійний обов'язок. Досягти успіху можна в будь-якому з видів єдиноборств, якщо є бажання. адже бойові мистецтва – це ті ж тренування, тільки з ударної або кидковою технікою. Різні напрямки єдиноборств розвивають різні якості і навіть групи м'язів. Деякі з них вивчають використовувати енергію суперника, інші націлені на відпрацювання потужних ударів руками, ногами [10].

Проте історію розвитку французького боксу сават українські науковці не проводили. Вивчення особливостей даного виду спорту дозволить глибше зрозуміти не тільки сам вид спорту, але й особливості світогляду естетичних уподобань французького народу. Поглиблене вивчення культурної історії сават через історичну призму допоможе яскравіше представити унікальність та цінність цього виду спорту. Це може зацікавити та спонукати молодь займатися французьким боксом сават не тільки юнаків, але й дівчат, надихатиме юних спортсменів досягати вершин спортивної майстерності [1].

Мета статті – ознайомитись з історією розвитку французького боксу сават.

Виклад основного матеріалу дослідження. Сават, також відомий як французький бокс (*boxe Française*) – це французький вид єдиноборств, в якому застосовують руки та ноги як зброю, поєднуючи елементи англійського боксу з технікою ударів ногами. Сават, як бойове мистецтво був розроблений і практикувався моряками в Марселі. Під час Французької революції, французьких вояків навчали прийомам сават. З початку XIX століття сават, як його в деяких місцевостях називали «шосон» (від фр. *Chausson* – старий черевик), набув широкого поширення насамперед в кримінальному та шахрайському середовищі. На той час сават був не видом спорту, а лише різновидом боротьби [3].

Саватери зазвичай кажуть, що дух французького боксу міститься в таких чотирьох ключових словах: «етичний, навчальний, естетичний, ефективний». У французькому боксі неможливо брехати чи брехати самому собі: потрібно викладатись на повну і знати, як довести свої навички, якщо хочеш показати гарний поєдинок та перемоги [2]. Груба сила, нав'язливий пошук нокауту – далеко не ключ до перемоги в поєдинку у французькому боксі.

Розум є ключовим для цього виду боротьби, сават вимагає ідеальної психомоторної координації. Потрібно розвивати свою гнучкість і рівновагу. Наполегливість і сміливість водночас, сават – це джентльменський вид спорту [8].

Розвитку сават у Франції особливо посприяли двоє людей. Першим з них був Мішель Кассе (*Michel Casseux*, 1794 – 869), який 1825 року відкрив першу школу сават. Він також був першим, який розробив правила сават, за якими деякі особливо небезпечні прийоми, такі як удари головою, були заборонені.

Близько 1830 року Шарль Лекур (*Charles Lecour*, 1808 – 1894) поєднав сават з англійським боксом. З того часу сават стали називати «французьким боксом». З часом сават набув такої популярності, що навіть викладався в рамках занять зі спорту в закладах загальної середньої освіти.

Після Першої світової війни кількість спортсменів, які практикували французький бокс, значно зменшилася. Проте під час Літніх олімпійських ігор 1924 року в Парижі сават був представлений широкій міжнародній громадськості. Після 1945 року завдяки зусиллям популяризатора сават П'єра Барюзі, кількість прихильників цього бойового мистецтва значно зросла. А 1985 року навіть виникла потреба створити французьке товариство сават, до якого також увійшли прихильники французького бойового мистецтва з палицями (фр. *Bâton français* – досл. французька палиця) та тростинами (фр. *Canne*). Сьогодні цей розділ має назву Канни. Також 1 березня 2008 року «французький бокс сават» був визнаний Міжнародною федерацією університетського спорту. Перший університетський чемпіонат світу з сават відбувся 25 – 26 червня 2010 року в місті Нант.

Сават отримав свою назву від французького слова «старе взуття» (важке взуття, особливо черевики, які використовували французькі військові та моряки). Сучасна формалізована форма в основному є сумішшю французьких технік вуличного бою з початку 19 століття. Тоді сават був типом вуличних боїв, поширеним у Парижі та на півночі Франції [7].

На півдні, особливо в порту Марселя, моряки розробили бойовий стиль, що включає удари ногами і ляпаси відкритими руками. Існує припущення, що цей стиль ударів ногами був розроблений таким чином, щоб дозволити бійцю використовувати руку, щоб триматися за щось для рівноваги на палубі корабля, що коливається, і що удари ногами та ляпаси використовувалися на суші, щоб уникнути юридичних покарань за використання закритого кулака, який за законом вважався смертельною зброєю. Вона була відома як *jeu marseillais* (гра з Марселя), а пізніше була перейменована на *chausson* (черевик, за типом взуття, яке носили моряки). Навпаки, у той час в Англії (батьківщині боксу) удари ногами вважалися неспортивними.

Традиційний сават був розвинений на півночі Франції, особливо в паризьких нетрях і завжди використовувались важкі черевики та черевики, потенційного військового походження. У сават вуличного бою, на відміну від шоссона, удари ногами наносились низькими, майже ніколи не націленими вище паху, і вони наносилися зі злісним наміром, що ламає кістки. У паризькому сават також використовувалися удари відкритою долонею, руйнівні удари долонями (*la baffe*) або приголомшливі ляпаси, націлені на лицьові нерви.

Двома ключовими історичними фігурами в історії переходу від вуличних боїв до сучасного виду спорту савате є Мішель Кассе (також відомий як ле Піссе) (1794 – 1869) і Шарль Лекур (1808 – 1894). Кассе відкрив перший заклад у 1825 році для практикування та просування регламентованої версії шоссона та сават (заборона ударів головою, виколування очей, захоплення тощо) [4].

Проте цей вид спорту не похитнув своєї репутації техніки вуличного бою. Шарль Лекур створив сучасну версію бойового мистецтва до 1830 року. Шарль Лекур поєднав техніку боксу з технікою ударів ногами та показав, як використовувати їх разом. Він був першим, хто побачив сават як спорт і систему самозахисту. Чарльз Лекур був першим, хто додав англійські боксерські рукавички до бойового мистецтва, що дозволило його учням тренувати свої удари, не травмуючи руки [9].

Чарльз Лекур познайомився з англійським мистецтвом боксу, коли став свідком англійського боксерського матчу у Франції між англійським боксером Оуеном Свіфтом і Джеком Адамсом у 1838 році. Пізніше того ж року Лекур також взяв участь у товариському спарингу зі Свіфтом. Лекур відчував, що він у невідповідній становищі, використовуючи руки лише для того, щоб відбити кулаки свого суперника, а не для ударів.

Деякий час він тренувався в боксі, перш ніж поєднати бокс із шоссом і сават, щоб створити вид спорту сават (або французький бокс, як ми його знаємо сьогодні). У якийсь момент було додано *la canne* та *le baton*, бій на палицях і деякі форми фехтування на палицях, такі як *la canne*, зазвичай є частиною тренувань у французькому боксі, проте зараз втрачає свою популярність. Французький бокс був професійно розроблений учнем Лекура Джозефом Шарлемонтом, а потім його сином Чарльзом Шарлемонтом. Чарльз продовжив справу свого батька і в 1899 році бився з англійським боксером на ім'я Джеррі Дрісколл. Він виграв матч *fouetté median* (фуєте медіан – боковий удар в середній рівень, з ліва або з права) у восьмому раунді.

Пізніше сават був кодифікований у Національному комітеті Франції під керівництвом учня Шарля Шарлемона графа П'єра Барузі (*dit Barozzi*). Граф вважається батьком сучасного сават і був 11-разовим чемпіоном Франції та її колоній, його перший бій на рингу та титул до Першої світової війни. *Savate de Défense*, *Défense Savate* або *Savate de Rue* («вуличний сават») – це назва тих методів боротьби, які виключені з змагань із сават сьогодні. Міжнародна федерація сават (FIS) є офіційним всесвітнім керівним органом сават.

Остаточне визнання репутації сават прийшло в 1924 році, коли його включили як демонстраційний вид спорту на Олімпійські ігри в Парижі. У 2008 році сават було визнано Міжнародною федерацією університетського спорту (FISU) – це визнання дозволяє Всесвітній федерації проводити офіційні університетські чемпіонати світу; перший відбувся у Нанті, Франція, у 2010 році. Двадцять п'яту річницю заснування Міжнародної федерації сават у березні 2010 року було відзначено візитом до Лозанни, щоб зустрітися з президентом Міжнародного олімпійського комітету Жаком Рогге. Президент FISav Жиль Ле Дюго отримав сувенір із зображенням олімпійських кілець. У квітні 2010 року Міжнародна федерація сават була прийнята в члени SportAccord (раніше відома як AGFIS) – що стало великим кроком вперед на шляху до включення в Олімпійські ігри.

Незважаючи на своє коріння, сават є відносно безпечним видом спорту для навчання. Сьогодні французький бокс практикують аматори по всьому світу: від Австралії до США і від Фінляндії до Британії. Багато країн (включно зі Сполученими Штатами) мають національні федерації, які займаються популяризацією сават. У Сполучених Штатах Жан-Ноель Ейнард привіз французький бокс і канни (*Savate Boxe-Francaise & Canne de Combat (FFBFSDA)*) на східне узбережжя. Деніел Дабі привіз сават на західне узбережжя Південної Каліфорнії. Перший справжній клуб FFBFSDA/FIS з французького боксу був відкритий у 1983 році на східному узбережжі у Філадельфії в Університеті Сент-Джозефа під керівництвом Жана-Ноеля Ейнара, професора FFBFSDA/FIS за підтримки колишнього FFBFSDA/FIS DTN Боба Алікса.

Мислячи далеко вперед, Жан-Ноель Ейнард зареєстрував серію письмових робочих аркушів (1983 – 1999) під назвою «Простий посібник професора Ейнарда з *Savate*» [6] у Бюро авторських прав США та Бібліотеці Конгресу як захищений авторським правом текст, включаючи слово «Сват» як вид спорту, а не щось інше. У 1988 році на східному узбережжі було створено Реєстр сават США, який у 1994 році став Американським реєстром інструкторів та клубів сават (ARSIC-International). Тим часом на західному узбережжі клуби сават виникли з Каліфорнійської асоціації сават. Кілька років потому, за спільної допомоги керівного комітету у складі Жюльєн ле Дюго (FIS), Дж. Е. Ейнарда, ARSIC-International (PA), Армандо Басулто (NJ) і Нормана Тейлора, президента USSF (NJ), а також кількох інших осіб з Каліфорнії, офіційна назва *United States Savate Federation* була дана цій об'єднаній асоціації. Викладацька діяльність доктора Жана-Ноеля Ейнарда, Салема Аслі та Нікола Сеньяка сприяла подальшому розвитку *Boxe Francaise Savate* у США.

Сучасний сават передбачає три різновиди змагань: *ассо*, *пре-комба* і *комба*. *Ассо*, або як його ще називають – технічний розділ, вимагає, щоб учасники зосередилися на своїй техніці, удар повинні наноситись з дозованою силою, судді призначають покарання за перевищення контакту. Нарахування очок здійснюється за точні попадання в ціль одиночних ударів, або ударів у зв'язці. Як правило для цього розділу притаманна велика кількість ударів з розвороту і в стрибках. Перемогу отримує спортсмен який наніс більшу кількість точних ударів без порушень правил та дотримуючись передбачуваної техніки. Із форми використовують рукавички, вагою відповідно до вагової категорії, захист голови не вимагає, або може використовуватись за бажанням.

Пре-комба дозволяє вести бій на повну силу, якщо бійці носять захисне спорядження, таке як шоломи та щитки. Цей розділ здебільшого передбачений, як перехідний між *ассо* і *комба*.

Комба, найінтенсивніший рівень, такий самий, як і пре-комба, але захисне спорядження, крім захисту паху та капи, непередбачено. Проте за новими правилами у відбіркових поєдинках спортсмени зобов'язані його одягати а у фіналах та професійних поєдинках боксують без шоломів та щитків.

Учасники змагань зобов'язані виконати привітання «Салют savate», тобто привітання опонента, суперника, таким чином виявляючи свою повагу та демонструючи порядність, та дотримання правил протягом ведення поєдинку.

У багатьох бойових мистецтвах є системи рейтингу, наприклад кольори поясів. Сават використовує кольори рукавичок, щоб вказати рівень майстерності бійця (на відміну від мистецтв, таких як багато сучасних стилів карате, які призначають нові пояси при кожному підвищенні, перехід до вищого кольорового рангу в сават не обов'язково тягне за собою зміну кольору вашого фактичного). Рукавички і певний боєць може продовжувати використовувати ту саму пару рукавичок під час кількох поєдинків. Новачки починають без кольору.

Кваліфікація для участі в змаганнях залежить від асоціації чи комісії. У Французькій федерації може змагатися спортсмен який володіє жовтою рукавичкою, а в Бельгії – зеленою. У Сполучених Штатах рівень змагань починається з новачка (6 місяців). В Україні сьогодні немає обмежень на участь у змаганнях національного рівня.

Рейтинг Savate: Boxe Française розділений на три шляхи, які може обрати саватер.

Змагальний: бронзова рукавичка, срібна рукавичка I, срібна рукавичка II, срібна рукавичка III, срібна рукавичка IV і срібна рукавичка V.

Викладацькі звання: ініціатор (рівень інструктора 1), монітор (рівень інструктора 2/магістр) і професор (надається рідко). Ці ранги вимагають додаткових знань, ніж просто савате. Іспити включають анатомію, правила савате, освітню підготовку, сертифікацію з надання першої допомоги, техніку савате та ін.

Глобальне поширення шкіл сьогодні найкраще пояснюється їхніми стилістичними підходами:

La Savate-Boxe Française (1980-дотепер): технічні здібності як головного арсеналу ударів ногами сават, так і англійського боксу були об'єднані в єдиний спортивний бій.

La Savate Défense (1994–до теперішнього часу): вперше був представлений професором П'єром Шенжем, а потім у 2000 році Еріком Кеке переведений на самооборону. Після того, як Французька Федерація звільнила Prof. Change і призначила Мішеля Леру відповідальним за формування. Він заснований на La Boxe Française Savate, La Savate кінця 19 століття, La Lutte Parisienne і дисципліні.

La canne de Combat (поєдинок з палицями) – включає також Le Bâton Français (посох), Le Couteau (ніж), Le Poignard (кинжал), La Chaise (крісло) і Le Manteau (пальто). Це різні стилістичні підходи французького кулачного мистецтва в сучасному світі.

На офіційних змаганнях учасники носять інтеграл або майку і штани сават, боксерські рукавички (з м'якими долонями або без них) і черевики (саватки). Сават – це єдиний стиль, у якому використовується взуття, хоча в деяких інших видах єдиноборства, як-от шут-файтинг і деякі форми MMA, іноді також використовуються черевики для боротьби. Черевики в сават можна використовувати для ударів підшвою, верхньою частиною стопи, носком або п'ятою.

Попри все найпопулярнішим французький бокс залишається на території Європи та особливо популяризується у родоначальників виду спорту – французів. Друге місце за популярністю займає Бельгія, далі Італія, Сербія, Хорватія, Англія, Австрія, Фінляндія та ін.

В Україні розвиток Французького боксу почався з 90-их років минулого століття, першим і головним осередком його розвитку стало місто Одеса.

З жовтня 2008 року Міністерством України у справах сім'ї, молоді та спорту Французький бокс Сават було офіційно визнано видом спорту, що розвивається в Україні і від тоді ж офіційно діє громадська організація «Українська федерація французького боксу «Сават»», яка розташована в місті Одеса.

З моменту створення громадської організації, створювались і обласні осередки, найпотужнішими з них окрім Одеського є Волинський, Рівненський, Дніпровський та Харківський.

Особливістю сучасного французького боксу є те що змагання проводяться по чергово, тобто через рік, комбінуючи два види асо і комба. Один рік проводиться чемпіонат світу в легкому розділі, а чемпіонат Європи у повному контакті. На наступний рік навпаки. Така періодичність змагального процесу допомагає збірним ефективно готуватись до стартів та якісно показувати техніку, яка дуже вимагається у даному виді спорту.

Історично чемпіонати світу у розділі комба (повний контакт) проводились 2007, 2009, 2011, 2013, 2015, 2017, 2019, 2021, 2023 років. Відповідно у розділі асо (технічний) 2008, 2010, 2012, 2014, 2016, 2018, у 2020 чемпіонат світу був відмінений через пандемію COVID-19, 2022 років.

Французький бокс сават входить до Всесвітніх Ігор Єдиноборств [4], які за планом мали проводитись раз на 4 роки. Всесвітні Ігри Єдиноборств це змагання серед усіх бойових видів спорту включаючи олімпійські та не олімпійські види спорту. У перше їх провели у 2010 році в Пекіні (Китай), тоді у 2013 у Санкт-Петербурзі (Росія), де Україну представляли п'ятеро спортсменів. Після того планувалось проведення цих змагань у Лімі (Перу), але через політичні причини, змагання були відмінені. Після того організація Всесвітніх Ігор Єдиноборств взяв на себе Казахстан і мали вони проводитись у столиці Астана у 2021 році, але через пандемію COVID-19 змагання знову були відмінені, і нарешті у 2023 році відбулися у м. Ер-Ріяд (Саудівська Аравія), де до речі Україну у французькому боксі представляло троє спортсменів.

Висновок. Якщо європейці вже давно відкрили для себе французький бокс сават та розвивають його на високому професійному та технічному рівні, то в Україні цей вид спорту є відносно молодим. А отже, поле для досліджень у цій сфері є великим. Французький бокс сават цікавий і видовищний вид спорту, чим завдячує своїм технічним елементам. Отже варто приділити велику увагу вивченню різних аспектів цього виду єдиноборств.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у розвитку фізичних якостей у спортсменів, які займаються французьким боксом сават.

Reference

1. Alix B. Sachez chasser // BF Savate. 1986. № 1. p. 37-39.
2. Artigas F. L'écho des Savates // La lettre de la BF. 1997. № 28. p. 4.
3. Delahaye M. Savate – chausson et boxe française d'hier et d'aujourd'hui. Paris: Editions François Reider, 1991. 206 p.
4. Djiba A. Lors championnats d'Afrique // Savate Internationale. 1998. № 5. p. 3.
5. Guillaume Ch., Georges D. Boxe française savate. Paris: Sedirer, 1986. 172 p.
6. Gauvin G. Le nouveau visage de la Boxe Française et la self-défense féminine. Paris: Amphora, 1987. 128 p.
7. Leroux M., Reymond J. M. Savate boxing. Paris: INSEP, 1997. 44 p.
8. Maillot J.-P. Internationaux de Paris de BF Savate // Karate. 1987. № 132. p. 46-49.
9. Martin R. Boxe Française // Pieds & Poings. 1995. № 4. p. 18-21.
10. Sylla R. Les conseils de Richard Sylla // BF Savate. 1990. № 17. p. 44-45.

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.5\(178\).20](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.5(178).20)
УДК 796.012-055.15:796.344

Лазаківич Ю. І.,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри фізичного виховання Київського національного економічного університету імені В. Гетьмана
<https://orcid.org/0000-0003-2469-1195>
Мартинюк О. А.,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри фізичного виховання Київського національного економічного університету імені В. Гетьмана
<https://orcid.org/0009-0007-5553-9328>
Ковальова Н. В.,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності Національного університету фізичного виховання і спорту України, м. Київ
<https://orcid.org/0000-0002-9812-847X>
Ричок Т. М.,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри кінезіології та фізкультурно-спортивної реабілітації Національного університету фізичного виховання і спорту України, м. Київ
<https://orcid.org/0000-0003-1280-7058>
Даруга А. Р.,
викладач кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності Національного університету фізичного виховання і спорту України, м. Київ
<https://orcid.org/0009-0004-1918-6893>

ВПЛИВ ДОЗВІЛЛЄВИХ ЗАНЯТЬ З ПРІОРИТЕТНИМ ВИКОРИСТАННЯМ ЗАСОБІВ БАДМІНТОНУ НА ПОКАЗНИКИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ТА РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ХЛОПЦІВ 13-14 РОКІВ

Лазаківич Ю. І., Мартинюк О. А., Ковальова Н. В., Ричок Т. М., Даруга А. Р. Вплив дозвіллевих занять з пріоритетним використанням засобів бадмінтону на показники фізичної підготовленості та рухової активності хлопців 13-14 років. Пошук шляхів підвищення інтересу дітей та молоді до занять руховою активністю, особливо під час дозвіллевої діяльності, є предметом уваги практиків та науковців в сфері фізичної культури та спорту. Рационально організоване дозвілля на основі застосування різноманітних заходів оздоровчо-рекреаційного спрямування є одним із шляхів підвищення рухової активності. Використання ігрових засобів у рекреаційно-оздоровчій діяльності дітей та молоді сприяє оптимізації їх рухового режиму, дозволяє розширити можливості педагогічного впливу на формування рухових умінь і навичок. Метою дослідження була розробка програми дозвіллевих занять з пріоритетним використанням засобів бадмінтону для хлопців 13-14 років. Процес розробки програми включав три етапи: організаційний, практичний та контрольний. Ефективність програми занять доведена результатами, отриманими наприкінці дослідження, що свідчать про покращення показників фізичної підготовленості (сили на 13,6 %, спритності – на 2,8 %, гнучкості – на 15,5 %, швидкісно-силових якостей – на 5,1 %, швидкості – на 2,9 %) та рухової активності хлопців 13-14 років.

Ключові слова: дозвілля, підлітки, рухова активність, фізична підготовленість, бадмінтон

Lazakovych Yuliia, Martyniuk Oksana, Kovalova Nataliia, Rychok Tetiana, Daruha Alina. Influence of recreation activities with the priority use of badminton exercises on indicators of physical fitness and motor activity of boys 13-14 years old. Scientists and practitioners in the field of physical culture and sports are trying to solve issues related to increasing the interest of children and youth in physical activity, especially during leisure time. One of the ways to increase physical activity is rationally organized leisure time based on the application of various health and recreational activities. The use of games in the recreational and health-improving activities of children and youth helps to optimize their motor activity, promotes the development of motor skills. The purpose of the study was to develop a program of leisure activities with priority use of badminton exercises for