

Удосконалення спортивної підготовленості юних таеквондистів

Костянтин Ананченко
Русудан Арканія

Харківська державна академія фізичної культури,
Харків, Україна

Мета: обґрунтувати напрямки удосконалення спортивної підготовленості юних таеквондистів з метою покращення результатів їх змагальної діяльності та техніко-тактичної майстерності.

Матеріал і методи: у ході дослідження використані наступні методи: теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичних літературних джерел; педагогічні спостереження, опитування 19 провідних експертів і фахівців з таеквондо та 24 юних таеквондистів, анкетування; аналіз відеоматеріалів із змагальної діяльності юних таеквондистів; метод тестів; метод експертних оцінок; педагогічний експеримент; хронометрування; моделювання.

Результати: доведено, що для вдосконалення спортивної майстерності та підвищення ефективності тренувального процесу юних таеквондистів виняткове значення набуває напрямна діяльність тренера, з одного боку, і, з іншого – використання коригуючої інформації при цілеспрямованому самоконтролі таеквондиста; визначено негативні тенденції у сучасному тренувальному процесі юних таеквондистів.

Висновки: використання комплексу спеціалізованих тренажерів і методу колового тренування дозволяє цілком реально навчити юного таеквондиста атакуючим і захисним діям, сприяє суттєвому удосконаленню спортивної підготовленості юних таеквондистів; процедура оцінки спортивної підготовленості юних таеквондистів повинна враховувати елементи результативних і часто вживаних у змагальних двобоях технічних дій.

Ключові слова: таеквондо, таеквондист, тренування, змагальна техніка, спеціалізовані тренажери.

Вступ

Аналіз змагальної діяльності юних таеквондистів свідчить про те, що вона проходить у постійно мінливих умовах, при дефіциті часу та необхідності приймати рішення в умовах протидії супротивника [2, с. 30]. Юні таеквондисти в поєдинках у кілька разів частіше застосовують базові прийоми, ніж всі інші. Аналіз таких досліджень вказує на необхідність на відповідному етапі спортивної підготовки удосконалювати базову техніку таеквондо і вносити відповідні корективи в програми розвитку і вдосконалення спеціальної фізичної підготовки таеквондистів. Досягнення максимальних показників змагальної діяльності безпосередньо пов'язане із загальним обсягом тренувальних навантажень, які на сьогодні досягли критичних значень [3, с. 45]. Останнє змушує тренерів і спортсменів шукати ефективніші шляхи підготовки. На початкових етапах багаторічної підготовки спортивний результат визначається досконалістю рухів, що складають основу технічної оснащеності таеквондо [7, с. 56]. Базуючись на результатах наукових досліджень, можна стверджувати, що успішність виступу юних таеквондистів на змаганнях, в основному, залежить від уміння технічно правильно виконувати відносно нескладні атакуючі та захисні дії, від уміння швидко і своєчасно пересуватися і враховувати дистанцію до суперника.

Сучасний рівень спортивних досягнень у таеквондо вимагає цілеспрямованої організації багаторічної підготовки юних спортсменів, пошуку усе більш ефективних організаційних форм, засобів і методів учбово-тренувальної роботи, а також контролю рівня підготовленості як інструменту управління та планування тренувального процесу. Наше дослідження базувалося на працях К. В. Ананченка, 2014 [1]; Н. В. Бойченко, 2015 [2]; С. В. Павлова, 2006 [5];

С. Л. Пакуліна, 2015 [6]; А. С. Ровного, 2004 [7] та інших науковців. Аналіз наукової літератури виявив недостатню розробку проблеми вдосконалення тренувального процесу таеквондистів з урахуванням рівня їх підготовки [9]. Актуальність нашого дослідження пояснюється підвищенням вимог, які пред'являються до рівня техніко-тактичної та фізичної підготовленості в сучасному таеквондо і недовіками діючої технології оцінки підготовленості юних спортсменів.

У сучасному таеквондо постійно зростає швидкість виконання технічних прийомів, підвищується їх ефективність за рахунок використання різних підготовчих дій, розроблюються нові техніко-тактичні з'єднання, що дозволяють отримати перемогу, змінюються правила змагань [4, с. 69]. Тому наукова проблематика удосконалення спортивної підготовленості юних таеквондистів є дуже актуальною, потребує спеціальних досліджень.

Мета дослідження: обґрунтувати напрямки удосконалення спортивної підготовленості юних таеквондистів з метою покращення результатів їх змагальної діяльності та техніко-тактичної майстерності.

Зв'язок дослідження з науковими програмами, планами, темами. Дослідження виконано згідно зі Зведеним планом науково-дослідних робіт Харківської державної академії фізичної культури на 2011–2015 рр. за темою «Індивідуалізація тренувального процесу кваліфікованих єдиноборців».

Матеріал і методи дослідження

У ході дослідження використані наступні методи: теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичних літературних джерел; педагогічні спостереження, опитування 19 провідних експертів і фахівців з таеквондо і 24

юних таеквондистів, анкетування; аналіз відеоматеріалів із змагальної діяльності юних таеквондистів; метод тестів; метод експертних оцінок; педагогічний експеримент; хронометрування; моделювання.

Результати дослідження та їх обговорення

Завдяки впливу на усю поведінку юного таеквондиста гострих емоційних переживань створюються об'єктивні складнощі в системі багаторічної підготовки таеквондиста (К. В. Ананченко, 2014 [1]). Від одного тренування до іншого за роки регулярних занять зростає разом з віком тактична майстерність спортсмена, оскільки багато тренувальних занять за своїми навантаженнями і умовами прирівнюються до умов змагань. Проведення тренувальних занять за своєю еквівалентністю часто перевищує напруження змагальної діяльності. У ряді досліджень було встановлено, що чим вище клас майстерності спортсмена, тим вище темп його розумової діяльності. Швидкість сприйняття, переробка інформації, що поступає, вибір дії у відповідь багато в чому залежать від специфіки виду спорту, куди входить у першу чергу уявний перебір можливих дій у відповідь, як в обороні, так і в нападі. Спортсменові в найкоротші проміжки часу доводиться подумки прорахувати можливі варіанти і вибрати з них найбільш доцільні. Якість рішень, що приймаються, залежить від досвіду людини, тому можливість вибору рішення, його швидкість і ефективність далеко не еквівалентні у хлопця-новачка, що тільки що почав займатися таеквондо, і зрілого майстра, що присвятив цьому виду єдиноборства декілька років.

Однією з основних проблем у системі підготовки таеквондистів є тактична підготовка або рішення техніко-тактичних завдань. Від спортсмена вимагається швидка оцінка обстановки і прийняття єдино правильного рішення. Усе це відбувається в умовах жорсткої протидії суперника, що бажає використовувати щонайменше зволікання для проведення контрприйому. При цьому до психіки спортсмена пред'являються дуже жорсткі вимоги, для задоволення яких потрібний цілий комплекс спеціальних психофізіологічних якостей, куди входять перцептивні, психомоторні, інтелектуальні і інші якості. Однією з основних є психічна стійкість – надійність функціонування усіх систем в умовах дефіциту часу.

Одним з основних чинників, що чинить серйозний вплив на підготовку таеквондиста, є уміння не лише глибоко осмислювати, але і швидко перемикаючи свою увагу з одного об'єкту на інший, знаходити взаємозв'язки в цих об'єктах і приймати логічно виправдане рішення відповідно ситуації, що швидко змінюється.

Серед засобів і методів підготовки юних таеквондистів, на нашу думку, видне місце займає робота із вдосконалення тактичного мислення. Звичайно, рішення оперативного-тактичних завдань в єдиноборствах взагалі і в таеквондо, зокрема, за своєю специфікою значно відрізняється від різноманіття варіантів у спортивних іграх. Проте тактична підготовка в таеквондо має свої специфічні особливості, удосконалювати які необхідно з перших же років занять боротьбою.

Використання комплексу спеціалізованих тренажерів і методу колового тренування дозволяє цілком реально навчити юного таеквондиста атакуючим і захисним діям – швидко, ефективно і без травм. При навчанні атакуючим діям найбільш ефективним є використання тренажерних

пристроїв за методом колового тренування. Методика вдосконалення атакуючих дій розрахована на застосування тренажерних пристроїв у режимі швидко-силової витривалості, для стабілізації параметрів основної рухової дії [9].

У сучасному тренувальному процесі юних таеквондистів спостерігається ряд негативних тенденцій:

1. Тренувальний процес практично не враховує результатів контролю спортивної підготовленості на різних етапах річного тренувального циклу.

2. Відсутність єдиної думки серед фахівців з питання розробки засобів і методів підвищення ефективності виступу в процесі змагальної діяльності.

3. Недостатня чіткість цілей і завдань для кожного етапу підготовки юних таеквондистів.

4. Розрізненість методик оцінки і контролю готовності до змагальної діяльності.

5. Слабкий взаємозв'язок між результатами контролю і процесом оптимізації підготовленості юних таеквондистів.

На нашу думку, процедура оцінки спортивної підготовленості юних таеквондистів повинна враховувати елементи результативних і часто вживаних в змагальних двобоях технічних дій. У результаті аналізу сучасної змагальної діяльності таеквондистів нами було виявлено, що істотну кількість ударів у спарингу спортсмени проводять в основному чотирма технічними діями – це «піт-чагі», «двід-чагі», «доліо-чагі» та «неріо-чагі». Вони складають більше 86,3% від загальної кількості ударів, оцінених суддями в 127 обстежених нами двобоях.

Ці удари використовуються таеквондистами в основному в усіх атакуючих і контратакуючих діях, оскільки є найбільш результативними в змагальних двобоях. Це пояснюється недостатнім рівнем технічної, тактичної і психологічної підготовки юних таеквондистів, низьким рівнем моделювання змагальної діяльності.

З метою визначення ефективності моделювання змагальної діяльності таеквондистів за допомогою інтервальних бігових навантажень і кидків манекену нами був проведений 8-тижневий експеримент у рамках основного педагогічного експерименту. Характерною рисою тренування таеквондистів контрольної групи (КГ) було виконання достатньо великих об'ємів рівномірного кросового бігу (до 60 км на тиждень у першій частині експерименту і до 40 км у другій). Наприкінці експерименту у спортсменів ЕГ було зареєстровано достовірне підвищення показників витривалості по всім трьом тестам (техніка виконання ударів руками і ногами, техніка виконання маневрування, складність техніки) (при цьому достовірність відмінностей ($p < 0,05$), у той самий час як у представників КГ підвищено лише один показник у рівномірному бігу на 3000 м. Під час порівняння кінцевих даних ЕГ дала достовірні більш високі результати, ніж контрольна, у бігу на 3000 м ($p < 0,05$), у тесті з виконанням ударів і біговому тесті ($p < 0,05$). Це свідчить про те, що у спортсменів ЕГ у результаті моделювання рухової діяльності значно зросла здатність протистояти втомі під час виконання інтервальних високоінтенсивних навантажень.

Показники змагальної діяльності таеквондистів ЕГ і КГ до та після експерименту наведені у табл. 1. Наприкінці експерименту спортсмени обох груп прийняли участь у чемпіонаті Харківської області. У представників КГ знизилася активність ведення двобою, про що свідчить достовірне зниження кількості реальних атак і збільшення

інтервалу атаки ($p < 0,05$). На фоні збільшення кількості оцінених атак ($p < 0,05$) і підвищення ефективності атаки ($p < 0,05$), знизилася ефективність захисту ($p < 0,05$). Крім цього, зменшилася кількість виграних сутичок зі значною перевагою і кількість попереджень, але достовірних змін не визначено.

Аналіз результатів змагальної діяльності спортсменів ЕГ свідчить про те, що у них спостерігається зростання всіх показників ($p < 0,05$), але при цьому кількість попереджень не змінилася. У цілому можна констатувати наступне: моделювання рухової діяльності борців за допомогою спринтерського бігу та виконання ударів в інтервальному режимі сприяє підвищенню можливості протистояти втомі під час виконання нерівномірних інтенсивних навантажень [8, с. 118], що у свою чергу позитивно відображається на ефективності їх змагальної діяльності.

Принципова відмінність методики навчання, що пропонується, від традиційної полягає у тому, що таеквондисти із самого початку до моменту досягнення запланованого результату на тренувальних заняттях відпрацьовували новий режим рухової діяльності в парах з використанням тренажера «Тулуб» і комп'ютерної програми «Атака». З акцентом на роботу плечового поясу і тазу вибірково здійснювали корекцію характеристик ударного руху та біодинамічних показників самого удару. Основні результати експерименту (табл. 2) свідчать про те, що значно підвищилася якісна сторона учбово-тренувального процесу, скоротився час на підготовку, покращилися оперативне мислення спортсменів та техніка атакуючих дій у таеквондо.

Стійке зростання кількості змагань вимагає від спортс-

мена значного розвитку спеціальних фізичних якостей і грамотних тактичних навичок ведення поєдинку. Висока значущість психологічної підготовки на кожному етапі навчання обумовлена особливою важливістю відношення юного таеквондиста до результатів виступу на змаганнях будь-якого рівня.

Висновки

1. Наукова проблематика удосконалення спортивної підготовленості юних таеквондистів потребує спеціальних досліджень. Актуальність проведеного дослідження зростає і у зв'язку з модернізацією механізмів оцінки дій юних таеквондистів у ході поєдинків і відсутністю програмно-нормативних матеріалів, що дозволяють оцінювати рівень їх спортивної підготовленості. Вивчення механізмів контролю і оцінки в системі спортивного тренування юних таеквондистів має велике значення, оскільки саме в процесі освоєння базових основ техніки закладається фундамент спортивної майстерності та формуються основні рухові здібності. У сучасній практиці основним інструментом технології контролю і оцінки в таеквондо являються тестові нормативи, проте нині вони не мають належного наукового і метрологічного обґрунтування, оскільки не вироблений єдиний підхід до значущості різних видів підготовки стосовно рівня спортивної кваліфікації юних таеквондистів.

2. Використання комплексу спеціалізованих тренажерів і методу колового тренування дозволяє цілком реально навчити юного таеквондиста атакуючим і захисним діям, сприяє суттєвому удосконаленню спортивної підго-

Таблиця 1

Показники змагальної діяльності юних таеквондистів ЕГ і КГ до та після експерименту

Показники	КГ		ЕГ	
	До експерименту	Після експерименту	До експерименту	Після експерименту
Кількість реальних атак	6,03±0,08	5,52±0,087	5,6±0,12	6,4±0,1
Кількість оцінених атак	2,4±0,11	2,5±0,09	2,6±0,06	3,7±0,09
Інтервал атаки (с)	54,5±0,75	55,8±0,94	37,5±0,8	49,1±0,9
Ефективність атаки (%)	39,8±0,9	45,3±1,1	46,4±1,1	57,8±1,3
Ефективність захисту (%)	46,4±1,0	43,1±0,9	41,3±1,0	65,6±1,2
Кількість чистих перемог	3,12±0,1	3,0±0,12	3,12±0,11	5,38±0,13
Кількість попереджень	1,3±0,04	1,2±0,03	1,6±0,05	1,2±0,057

Таблиця 2

Основні результати експерименту

Група	Статистичні показники	Час виконання удару без обертання, с	Час виконання удару з обертанням, с	Швидкість удару без обертання, м·с ⁻¹	Швидкість удару з обертанням, м·с ⁻¹	Сила ударного руху без обертання, кг	Сила ударного руху з обертанням, кг
КГ	$\bar{X} \pm m$	1,68±0,12	1,43±0,29	1,60±0,32	1,62±0,27	68±4	81±5
ЕГ	$\bar{X} \pm m$	1,15±0,04	0,77±0,15	2,41±0,25	3,35±0,44	77±5	94±6
	Приріст	0,53	0,66	0,81	1,73	9	13
	$t_{кр}$	13,75	7,2	6,13	12	4,7	3,2
		$p < 0,05$	$p < 0,05$	$p < 0,05$	$p < 0,05$	$p < 0,05$	$p < 0,05$

Примітка. Коефіцієнт при $n=12$, $f=2,07$ за t -критерієм Стьюдента.

товленості юних таеквондистів.

3. Процедура оцінки спортивної підготовленості юних таеквондистів повинна враховувати елементи результативних і часто вживаних у змагальних двобоях технічних дій.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку. У наступний час перспективні дослідження

щодо розробки алгоритму комплексної оцінки спортивної підготовленості юних таеквондистів, який враховує помилки, що допущені при демонстрації елементів техніки виконання ударів і тактики ведення поєдинку, та дозволяє об'єктивніше проводити оцінку готовності до змагальної діяльності.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють, що немає конфлікту інтересів, який може сприятися таким, що може завдати шкоди неупередженості статті.

Джерела фінансування. Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

Список використаної літератури

1. Ананченко К. В. Особенности построения тренировочного процесса юных тхэквондистов с учетом аттестационных требований при сдаче на «гип» / К. В. Ананченко, Д. О. Омеляненко // Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях : Сборник статей XI международной научной конференции, 6 февраля 2015 года. – Белгород. – Харьков. – Красноярск : ХДАФК, 2014. – С. 9–11.
2. Бойченко Н. В. Удосконалення комбінаційної техніки каратистів стилю «кіокушинкай» // Н. В. Бойченко, І. М. Пашков, К. В. Ананченко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2015. – № 1(45). – С. 29–33.
3. Ефремов А. П. Особенности формирования двигательных и координационных качеств тхэквондистов ВТФ (на примере сборной команды России) / А. П. Ефремов, Е. В. Головихин, В. Воробьев, Б. Зенкин // Теория и практика физической культуры. – 2008. – № 8. – С. 44–47.
4. Назин В. А. Исследование скоростно-силовой подготовки таеквондистов различного возраста и квалификации / В. А. Назин // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. – 2011. – № 7. – С. 68–70.
5. Павлов С. В. Система комплексного контроля состояния спортивной подготовленности единоборцев в процессе соревновательной деятельности (на примере тхэквондо) / С. В. Павлов, Т. В. Бондарчук, А. С. Мавлеткулова // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 8. – С. 28–30.
6. Пакулин С. Л. Занятия единоборствами – правильный выбор для школьников и родителей [Электронный ресурс] / С. Л. Пакулин. – Режим доступа : <http://suvorov-dussh.ru/wp-content/uploads/2014/03/Пакулин-С-Для-родителей.doc> (дата обращения 23.03.2014 г.).
7. Ровный А. С. Модельные характеристики сенсомоторных реакций и специфических восприятий единоборцев высокой квалификации / А. С. Ровный, В. В. Романенко // Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях : Сборник статей XII международной научной конференции, 5 февраля 2016 года. – Харьков : ХГАФК, 2016. – С. 54–57.
8. Тропін Ю. М. Аналіз техніко-тактичної підготовленості висококваліфікованих борців греко-римського стилю після змін правил змагань / Ю. М. Тропін, Н. В. Бойченко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2014. – № 2(40). – С. 117–120.
9. Арканія Р. А. Удосконалення тренувального процесу таеквондистів [Електронний ресурс] : наукова стаття / Р. А. Арканія // Траектория науки. – 2016. – №2(7). – 1,10 авт. арк. – Режим доступа : <http://pathofscience.org/index.php/ps/article/view/70>. – Назва з екрана.

Стаття надійшла до редакції: 08.11.2016 р.
Опубліковано: 31.12.2016 р.

Аннотация. Ананченко К., Арканія Р. Совершенствование спортивной подготовленности юных таеквондистов. *Цель:* обосновать направления совершенствования спортивной подготовленности юных таеквондистов с целью улучшения результатов их соревновательной деятельности и технико-тактического мастерства. *Материал и методы:* в ходе исследования использованы следующие методы: теоретический анализ и обобщение научно-методических литературных источников; педагогические наблюдения, опрос 19 ведущих экспертов и специалистов по таеквондо и 24 юных таеквондистов, анкетирование; анализ видеоматериалов соревновательной деятельности юных таеквондистов; метод тестов; метод экспертных оценок; педагогический эксперимент; хронометрирование; моделирование. *Результаты:* доказано, что для совершенствования спортивного мастерства и повышения эффективности тренировочного процесса юных таеквондистов исключительное значение приобретает направляющая деятельность тренера, с одной стороны, и, с другой – использование корректирующей информации при целенаправленном самоконтроле таеквондиста; определены негативные тенденции в современном тренировочном процессе юных таеквондистов. *Выводы:* использование комплекса специализированных тренажеров и метода круговой тренировки позволяет вполне реально научить юного таеквондиста атакующим и защитным действиям, способствует существенному усовершенствованию спортивной подготовленности юных таеквондистов; процедура оценки спортивной подготовленности юных таеквондистов должна учитывать элементы результативных и часто применяемых в соревновательных поединках технических действий.

Ключевые слова: таеквондо, таеквондист, тренировки, соревновательная техника, специализированные тренажеры.

Abstract. Ananchenko, K & Arkaniya, R. Improvement of sports preparedness of young taekwondists. *Purpose:* to prove the directions of improvement of sports preparedness of young taekwondists for the purpose of improvement of results of their competitive activity and technical-tactical skill. *Material & Methods:* the following methods are used during the research: theoretical analysis and synthesis of scientific and methodical references; pedagogical supervision, poll of 19 leading experts and experts on taekwondo and 24 young taekwondists, questioning; analysis of video records of competitive activity of young taekwondists; method of tests; method of expert evaluations; pedagogical experiment; timekeeping; modeling. *Results:* it is proved that the directing activity of a coach gains the exclusive value for the improvement of sports skill and the increase of efficiency of the training process of young taekwondists, on the one hand, and, on the other hand – the use of the correcting information at the purposeful self-checking of taekwondists; negative tendencies in the modern training process of young taekwondists are defined. *Conclusions:* the use of complex of the specialized trainers and the method of a circuit training allows teaching quite really young taekwondists attacking and defensive actions, promotes the essential improvement of sports preparedness of young taekwondists; the assessment procedure of sports preparedness of young taekwondists has to consider elements of the productive and often applied technical actions in competitive duel meets.

Keywords: taekwondo, taekwondist, trainings, competitive technique, specialized trainers.

References

1. Ananchenko, K. & Omelyanenko, O. (2014), "Features of construction of training process of young athletes taking into account the assessment requirements by passing "gyp"", *Problemy i perspektivy razvitiya sportivnykh igr i edinoborstv v vysshikh uchebnykh zavedeniyakh: Sbornik statey XI mezhdunarodnoy nauchnoy konferentsii, 6 fevralya 2015. Belgorod, Kharkov, Krasnoyarsk* [Problems and prospects of development sports and single combats in higher educational institutions: Collection of articles of XI international scientific conference, February 6, 2015. Belgorod, Kharkov, Krasnoyarsk], KhSAPC, Kharkiv, pp. 9–11. (in Russ.)
2. Boitchenko, N., Pashkov, I. & Ananchenko, K. (2015), "Improving matching techniques karate style "kyokushin", *Slobozans'kij naukovno-sportivnij visnik*, No 1, pp. 29–33. (in Ukr.)
3. Efremov, A., Golovikhin, E., Vorobyev, V. & Zenkin, B. (2008), "Features of formation of motor and coordination qualities taekwondoists VTF (for example Russian national team)", *Teoriya i praktika fizicheskoy kultury*, No 8, pp. 44–47. (in Russ.)
4. Nazin, V. (2011), "The research of speed power preparation of taekvondistov of different age and qualification", *Pedagogika, psikhologiya i mediko-biologicheskie problemy fizicheskogo vospitaniya i sporta*, No 7, pp. 68–70. (in Russ.)
5. Pavlov, S., Bondarchuk, T. & Mavletkulova, A. (2006), "Integrated system condition monitoring of sports training of the athletes during competitive activities (for example Taekwondo)", *Teoriya i praktika fizicheskoy kultury*, No 8, pp. 28–30. (in Russ.)
6. Pakulin, S. (2016), "Martial arts classes is the right choice for students and parents", available at: <http://suvorov-dussh.ru/wp-content/uploads/2014/03/Пакулин-С-Для-родителей.doc> (accessed 14 April 2014). (in Russ.)
7. Rovnyu, A. S. & Romanenko, V. V. (2016), "Model characteristics of sensorimotor reactions and perceptions of specific qualifications combat sports", *Problemy i perspektivy razvitiya sportivnykh igr i edinoborstv v vysshikh uchebnykh zavedeniyakh : Sbornik statey KhII mezhdunarodnoy nauchnoy konferentsii, 5 fevralya 2016 goda* [Problems and prospects of development of sports and martial arts in higher education: Collection of papers HII international scientific conference, February 5, 2016], KhGAFK, Kharkov, pp. 54–57. (in Russ.)
8. Tropin, Y. & Boychenko, N. (2014), "Analysis of techno-tactical preparedness of highly skilled wrestlers of Greco-Roman style after changes competition", *Slobozans'kij naukovno-sportivnij visnik*, No 2, pp. 117–120. (in Ukr.)
9. Arkaniya, R. (2016), "Improvement of the training process taekwondists", *Traektoriya nauki: Mezhdunarodnyy elektronnyy nauchnyy zhurnal* [The trajectory of science: International electronic scientific journal], No 2(7), available at: <http://pathofscience.org/index.php/ps/article/view/70> (date of appeal 15.05.2016). (in Ukr.)

Received: 08.11.2016.

Published: 31.12.2016.

Ананченко Костянтин Володимирович: к. фіз. вих.; Харківська державна академія фізичної культури: вул. Клочківська 99, м. Харків, 61058, Україна.

Ананченко Константин Владимирович: к. физ. восп.; Харьковская государственная академия физической культуры: ул. Клочковская 99, г. Харьков, 61058, Украина.

Ananchenko Konstantin: Kharkov State Academy of Physical Culture: Klochkovska Street 99, Kharkov, 61058, Ukraine.

ORCID.ORG/0000-0001-5915-7262

E-mail: ananchenko_@bk.ru

Арканія Русудан Автанділівна: аспірант; Харківська державна академія фізичної культури: вул. Клочківська 99, м. Харків, 61058, Україна.

Арканія Русудан Автандиловна: аспирант; Харьковская государственная академия физической культуры: ул. Клочковская 99, г. Харьков, 61058, Украина.

Rusudan Arkaniya: Graduate Student, Kharkov State Academy of Physical Culture: Klochkovska Street 99, Kharkov, 61058, Ukraine.

ORCID.ORG/0000-0002-5138-8370

E-mail: uchito.batji@gmail.com

Бібліографічний опис статті:

Ананченко К. Удосконалення спортивної підготовленості юних таеквондистів / Костянтин Ананченко, Русудан Арканія // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2016. – № 6(56). – С. 7–8. – doi:10.15391/sns.v.2016-6.001