



Динаміка показників техніко-тактичної та фізичної підготовленості самбісток 18-20 років під впливом запропонованих моделей підготовки

Бойченко Н. В., Безатосна А. В.

Харківська державна академія фізичної культури

Анотація

Мета. Дослідити динаміку показників техніко-тактичної та фізичної підготовленості самбісток 18-20 років під впливом запропонованих моделей підготовки.

Матеріал і методи. У дослідженні використано такі методи: аналіз науково-методичної літератури, аналіз протоколів і відеозаписів змагальної діяльності, методи математичної статистики. В дослідженні приймали участь дві групи самбісток: експериментальна та контрольна, кожна з яких налічувала по 10 спортсменок віком 18-20 років, кваліфікації КМС, МСУ. Для виявлення динаміки показників техніко-тактичної майстерності самбісток було проведено аналіз показників змагальної діяльності спортсменок. Проаналізовано 30 сутичок спортсменок експериментальної та 30 сутичок контрольної груп (по 3 змагальні сутички кожної спортсменки). Для виявлення динаміки фізичних показників застосувалось педагогічне тестування.

Результати. Аналіз сутичок спортсменок експериментальної та контрольної груп за часом на початку та наприкінці педагогічного експерименту показав, що тенденція до завершення сутичок у відведений час у спортсменок обох груп не змінилась. Але у спортсменок експериментальної групи незначно збільшилась кількість сутичок, що завершилась достроково (початок експерименту – 33 %, кінець – 40 %). Також встановлено, що у спортсменок обох груп характер зауважень за час педагогічного експерименту не змінився: найбільшу кількість зауважень спортсменки отримали за пасивність (експериментальна група – 79 % від загальної кількості зауважень, контрольна – 92 %). Збережена тенденція до ведення сутички в положенні стойка у спортсменок обох груп. У положенні стойка самбістки експериментальної групи у порівнянні з початком експерименту виконали меншу кількість реальних спроб виконання технічних дій (початок – 179, кінець – 169). Спостерігається збільшення використання комбінаційної та атакуючої техніки самбістками експериментальної групи. Порівняння результатів фізичної підготовленості на початку та наприкінці експерименту виявило, що у спортсменок експериментальної групи під впливом запропонованих моделей спостерігається статистично достовірні зміни у тестах на координаційні здібності та спеціальну витривалість.

Висновки. Встановлено, що за час проведення педагогічного експерименту самбістки експериментальної групи, які тренувались за запропонованими моделями підготовки, змінили тактику змагальної сутички та стали менше робити спроб для реалізації технічних дій, якість балів при цьому покращилась. Не зважаючи на зменшення кількості спроб спортсменки стали більш активними під час сутичок, що говорить про більш раціональну реалізацію техніко-тактичних дій. Також, спостерігається покращення результатів у тестах на координаційні здібності та спеціальну витривалість самбісток, що пояснюється спрямованістю запропонованих моделей підготовки.

Ключові слова: самбістки, техніко-тактична підготовленість, фізична підготовленість, підготовка, показники, моделі.

Abstract

Dynamics of indicators of technical-tactical and physical fitness of female sambo wrestlers of 18-20 years old under the influence of the proposed training models

N. Boychenko, A. Bezatosna

Purpose. To investigate the dynamics of indicators of technical-tactical and physical fitness of female sambo wrestlers of 18-20 years old under the influence of the proposed training models.

Material and methods. The following methods were used in the study: analysis of scientific and methodological literature, analysis of protocols and video recordings of competitive activity, methods of mathematical statistics. Two groups of sambo wrestlers took part in the research: experimental and control, each of which consisted of 10 sportswomen aged 18-20 years, qualification of CMS, MSU. To reveal the dynamics of indicators of technical and tactical skills of sambo wrestlers the analysis of indicators of competitive activity of sportswomen was carried out. We analyzed 30 fights of sportswomen of the experimental and 30 fights of the control groups (3 competitive fights of each sportswoman). Pedagogical testing was used to reveal the dynamics of physical indicators.

Results. The analysis of bouts of sportswomen of the experimental and control groups by time at the beginning and at the end of the pedagogical experiment showed that the tendency to the completion of bouts in the allotted time of sportswomen of both groups has not changed. However,



the number of bouts that ended prematurely slightly increased in the experimental group (beginning of the experiment – 33 %, end – 40 %). It was also found that the nature of the remarks for sportswomen of both groups did not change during the pedagogical experiment: the greatest number of remarks was received by sportswomen for passivity (experimental group – 79 % of the total number of remarks, control group – 92 %). The tendency to conduct a fight in a standing position of sportswomen of both groups is preserved. In a standing position sambo wrestlers of the experimental group in comparison with the beginning of the experiment performed a smaller number of real attempts to carry out technical actions (beginning – 179, the end – 169). There is an increase in the use of combination and attacking techniques by sambo wrestlers of the experimental group. Comparison of results of physical fitness at the beginning and at the end of the experiment showed that sportswomen of the experimental group under the influence of the offered models have statistically significant changes in tests on coordination abilities and special endurance.

Conclusions. It is established that during the pedagogical experiment sambo wrestlers of the experimental group who trained on the offered models of preparation changed tactics of a competitive fight and began to make less attempts for realization of technical actions, quality of points at the same time improved. Despite the decrease in the number of attempts, the athletes became more active during the bouts, which indicates a more rational implementation of technical and tactical actions. Also, there is an improvement of results in tests of coordination abilities and special endurance of sambo wrestlers, which is explained by the orientation of the proposed training models.

Keywords: female sambo wrestlers, technical and tactical preparedness, physical fitness, training, indicators, models.

Вступ

Сучасне самбо вимагає від спортсменів високого рівня фізичної підготовленості, технічної майстерності та здатності до тактичного аналізу. Важливим аспектом підготовки самбістів є вивчення змагальної діяльності, яка включає аналіз техніко-тактичного арсеналу, фізичної підготовленості та моделей змагальної діяльності спортсменів різного рівня кваліфікації.

У більшості наукових праць розглядають склад і структуру змагальної діяльності спортсменів-борців (Алексєєнко & Юхно, 2015; Бойченко & Пирог, 2022; Бойченко та ін., 2020; Ковальов та ін. 2020; Юхно & Гнатенко, 2012), моделі змагальних показників, аналізуючи специфіку техніко-тактичної підготовки спортсменок і спортсменів високої кваліфікації (Безатосна, 2024; Бойченко, 2024; Бойченко, Безатосна & Шандригось, 2024). Водночас, інші дослідники зосереджуються на вивченні особливостях техніко-тактичного арсеналу спортсменів дзюдо та самбо високої кваліфікації (Забора та ін., 2022; Маріонда та ін., 2023), рідкісних технічних прийомів та їх впровадженні в тренувальний процес, що дозволяє підвищити ефективність змагальної діяльності (Свтушенко та ін., 2023; Солодка та ін., 2023; Солодка, Кусовська та ін., 2023). Також, покращенні підходів до удосконалення техніко-тактичної підготовленості спортсменів-борців на різних етапах підготовки (Лаврентьев та ін., 2023; Савінов & Лозовий, 2010; Соколов & Ковальов, 2011; Хацаюк та ін., 2021). Ряд авторів акцентують увагу на взаємозв'язку та взаємовпливу технічної та фізичної підготовленості борців (Алексєєнко та ін., 2016; Волков та ін., 2020; Ковальов, Савич & Іванчук, 2020).

Зв'язок дослідження з науковими програмами, планами і темами. Дослідження проводилося відповідно до теми науково-дослідної роботи Харківської державної академії фізичної культури «Оптимізація тренувального процесу в єдиноборствах» (номер державної реєстрації 0121U112873).

Мета дослідження – дослідити динаміку показників техніко-тактичної та фізичної підготовленості самбісток 18-20 років під впливом запропонованих моделей підготовки.

Матеріал і методи

Для виявлення ефективності запропонованих моделей на показники техніко-тактичної та фізичної підготовленості самбісток був проведений педагогічний експеримент на базі «Федерації самбо України». Було сформовано дві групи самбісток: експериментальна та контрольна, кожна з яких налічувала по 10 спортсменок віком 18-20 років, кваліфікації КМС, МСУ. Контрольна група тренувалась за «Навчальною програмою для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих ДЮСШ олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю з самбо». Експериментальна група тренувалась за тією ж програмою, але із додатковим застосуванням запропонованих індивідуальних моделей тренувального процесу. Із 10 спортсменок експериментальної групи 3 спортсменки відповідали ваговій категорії 50 кг, 4 самбістки – 54 кг та 3 спортсменки – 59 кг. Наприкінці педагогічного експерименту було досліджено динаміку показників техніко-тактичної та фізичної підготовленості самбісток під впливом запропонованих моделей тренувального процесу.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, аналіз протоколів і відеозаписів змагальної діяльності, методи математичної статистики. Для виявлення динаміки показників техніко-тактичної майстерності самбісток та перевірки ефективності запропонованих моделей підготовки було проведено аналіз показників змагальної діяльності спортсменок експериментальної (ЕГ=10) та контрольної (КГ=10). Проаналізовано 30 сутичок спортсменок експериментальної та 30 сутичок контрольної груп (по 3 змагальні сутички кожної спортсменки). Фіксувались такі показники: кількість сутичок, що закінчились у відведений час, достроково; кількість та якість зауважень; кількість спроб виконати технічні дії; застосування технічної дії від загальної кількості технічних дій (%); ефективність технічних дій (%).

Для виявлення динаміки фізичних показників застосувалось педагогічне тестування: 10 перекидів в обидва боки через партнерку, що знаходиться в партері, с; два перекиди вперед-два перекиди назад, с; кидки манекену через спину за 1 хвилину, кількість разів; виведення з



рівноваги на кидок через спину з відривом партнерки за 1 хвилину, кількість разів.

Результати дослідження та їх обговорення

В попередніх дослідженнях (Безатосна, 2024; Бойченко, Безатосна, & Шандригось, 2024) на основі аналізу змагальної діяльності висококваліфікованих самбісток, також аналізу змагальної діяльності спортсменок, що досліджуються було розроблено індивідуальні моделі підготовки самбісток 18-20 років, що включали модельні завдання в стойці та партері, завдання по вдосконаленню витривалості та координаційних здібностей.

Після проведення педагогічного експерименту з впровадження запропонованих індивідуальних моделей підготовки спортсменок 18-20 років було зроблено повторне тестування спортсменок обох груп. Аналіз сутичок спортсменок експериментальної та контрольної груп за часом на початку та наприкінці педагогічного експерименту показав, що тенденція до завершення сутичок у відведений час у спортсменок обох груп не змінилась (табл. 1). Але у спортсменок експериментальної групи незначно збільшилась кількість сутичок, що завершилась достроково (початок експерименту – 33 %, кінець – 40 %). Це говорить про те, що сутички спортсменок експериментальної групи стали більш динамічними, а застосування комбінацій та контратак дозволяє заробити більше білів та, відповідно, завершати сутичку раніше відведеного часу.

Також встановлено, що у спортсменок обох груп характер зауважень за час педагогічного експерименту не змінився: найбільшу кількість зауважень спортсменки отримали за пасивність (експериментальна група – 79 % від загальної кількості зауважень, контрольна – 92 %). Але спостерігається зменшення цього показнику за час експерименту у спортсменок експериментальної групи (з 86 % до 79 %), у спортсменок контрольної групи навпаки цей показник трохи збільшився (з 88 % до 92 %). Це говорить про те, що самбістки експериментальної групи були більш активними під час сутичок.

Порівнюючи дані змагальної діяльності самбісток експериментальної групи на початку та наприкінці експерименту встановлено, що збережена тенденція до ведення сутички в положенні стойка у спортсменок обох груп (табл. 2). Також, виявлено зменшення загальної кількості

реальних спроб виконання технічних дій з 179 до 169 у стойці та збільшення з 28 до 33 у партері у спортсменок експериментальної групи. У спортсменок контрольної групи ці показники змінились неістотно: у стойці зменшились з 172 до 170 технічних дій, а у партері збільшились з 33 до 36. В загальній сумі у спортсменок експериментальної групи зменшилась кількість реальних спроб виконання технічних дій (з 207 до 202), а в контрольній навпаки збільшилась але неістотно (з 205 до 206). Це говорить про те, що спортсменки експериментальної групи стали більш раціонально вести сутички у порівнянні зі спортсменками контрольної групи.

Більш детальний аналіз показав, що у положенні стойка самбістки експериментальної групи у порівнянні з початком експерименту виконали меншу кількість реальних спроб виконання технічних дій (початок – 179, кінець – 169). У самбісток контрольної групи в положенні стойка зміни несуттєві: так зменшилась кількість реальних спроб виконання технічних дій на дві спроби (початок – 172, кінець – 170).

В положенні партер, лежачі у самбісток експериментальної групи спостерігається збільшення кількості виконання реальних технічних дій. Так, на початку експерименту цей показник склав 28 спроб, наприкінці – 33. Найбільш результативними виявились утримання. Саме ці технічні дії було включено в моделі техніко-тактичної підготовки спортсменів експериментальної групи. У спортсменів контрольної групи в положенні партер також спостерігається збільшення загальної кількості технічних дій але не істотно (початок – 33, кінець – 36). Найбільш результативними також виявились утримання та важіль ліктя.

На початку педагогічного експерименту було виявлено «коронні» кидки та найбільш розповсюджені під час сутичок кидки самбісток (кидок через спину з колін, прохід в ноги, кидок з упором стопи в живіт) на які було зроблено акцент при техніко-тактичній підготовці спортсменок експериментальної групи. Після проведення педагогічного експерименту встановлено певні зміни, у спортсменок експериментальної групи зменшилась кількість виконання кидку через спину з колін в сутичці (початок – 52 (29 %), кінець – 43 (25 %)) та збільшилась його ефективність (початок – 34 %, кінець – 39 %). У спортсменок контрольної групи показник знизився неістотно: на три спроби (з 57 до 54) та, на відміну від експериментальної

Таблиця 1. Показники змагальної діяльності самбісток контрольної та експериментальної груп на початку та наприкінці педагогічного експерименту

Показники	ЕГ (n=10)				КГ (n=10)			
	До		Після		До		Після	
	Кількість	%	Кількість	%	Кількість	%	Кількість	%
Сутички								
Сутички у відведений час	20	67	18	60	22	73	23	77
Дострокові сутички	10	33	12	40	8	27	7	23
Всього	30	100	30	100	30	100	30	100
Зауваження								
За пасивність	25	86	19	79	29	88	31	92
За вихід за межі робочої зони	4	14	5	21	3	9	3	8
За заборонений захват	-	-	-	-	1	3	-	-
Всього	29	100	24	100	33	100	34	100

**Таблиця 2.** Технічні дії змагальної діяльності самбісток контрольної та експериментальної груп на початку педагогічного експерименту

т/д	ЕГ (n=10)						КГ (n=10)					
	Кількість спроб		% від загальної кількості т/д		Ефективність, %		Кількість спроб		% від загальної кількості т/д		Ефективність, %	
	До	Після	До	Після	До	Після	До	Після	До	Після	До	Після
Стойка/кидки												
Через спину з колін	52	43	29	25	34	39	57	54	33	32	38	30
Через спину	9	8	5	5	22	25	12	8	7	5	33	25
З упором гомілки в стегно	14	16	8	9,5	29	31	16	18	9	10,5	31	33
З упором стопи в живіт	8	14	5	8	25	36	6	9	3,5	5	17	22
Вихват 1-ї ноги	16	14	9	8	44	43	13	12	7,5	7	46	42
Підхват під одну ногу	14	17	8	10	50	53	16	18	9	10,5	42	44
Зачеп зсередини під р/н	16	14	9	8	43	43	12	10	7	6	42	40
Зачеп зсередини під о/н	6	5	3	3	33	20	3	5	2	3	-	20
Зачеп ззовні з падінням	3	1	2	1	-	-	1	-	0,5	-	-	-
Прохід в ноги	22	25	12	15	23	36	18	20	10,5	12	22	25
Передня підніжка	9	6	5	3,5	17	17	6	4	3,5	2	17	25
Передня підніжка з коліна	2	1	1	1	-	-	3	5	2	3	-	20
Підсікання зсередини під о/н	6	4	3	2	-	-	8	5	5	3	12	20
Через стегно	2	1	1	1	-	-	1	2	0,5	1	-	-
Всього	179	169	100	100	-	-	172	170	100	100	-	-
Партер, положення лежачи												
Важіль ліктя	10	15	36	46	40	46	15	18	45	50	48	44
Важіль коліна	4	3	14	9	-	-	3	2	10	6	-	-
Утримання зверху	2	3	7	9	75	100	4	3	12	8	25	33
Утримання поперек	4	6	14	18	50	67	6	7	18	19	50	43
Утримання збоку	8	6	29	18	75	67	5	6	15	17	60	67
Всього	28	33	100	100	-	-	33	36	100	100	-	-
Всього кидки, партер, лежачи	207	202	-	-	-	-	205	206	-	-	-	-

Таблиця 3. Динаміка показників фізичної підготовленості самбісток

Тест	ЕГ			КГ			Достовірність ЕГ-КГ	
	До	Після	t	До	Після	t	До	Після
1	25,50±0,89	21,00±0,49	t=4,44 p<0,05	24,00±0,76	23,10±0,67	t=0,89 p>0,05	t=1,32 p>0,05	t=2,51 p<0,05
2	6,50±0,32	5,36±0,24	t=2,84 p<0,05	7,00±0,31	6,48±0,17	t=1,48 p>0,05	t=1,14 p>0,05	t=3,77 p<0,05
3	20,10±0,99	23,40±0,78	t=2,62 p<0,05	19,50±0,75	20,30±0,56	t=0,86 p>0,05	t=0,48 p>0,05	t=3,24 p<0,05
4	22,90±0,94	27,70±0,88	t=3,73 p<0,05	23,70±0,91	24,10±0,87	t=0,32 p>0,05	t=0,61 p>0,05	t=2,90 p<0,05

Примітка: 1 – 10 перекидів в обидва боки через партнерку, що знаходиться в партері, с; 2 – два перекиди вперед-два перекиди назад, с; 3 – кидки манекену через спину за 1 хвилину, кількість разів; 4 – виведення з рівноваги на кидок через спину з відривом партнерки за 1 хвилину, кількість разів.

групи, зменшилась ефективність виконання технічної дії (з 38 % до 30 %). Також, у спортсменок експериментальної групи спостерігається збільшення кількості реальних спроб виконати проходу в ноги (початок – 22 (12 %), кінець – 25 (15 %)), кидку з упором стопи в живіт (початок – 8 (5 %), кінець – 14 (8 %)), кидку підхват під одну ногу (початок – 14 (8 %), кінець – 17 (10 %)) та їх ефективності (прохід в ноги (початок – 23 %, кінець – 36 %), кидок з упором стопи в живіт (початок – 25 %, кінець – 36 %)), підхват під одну ногу кидок (початок – 50 %, кінець – 53 %)). Це пов'язано зі збільшенням використання комбінаційної та атакуючої техніки самбітками, адже ці кидки в ос-

новному використовуються при атаці та в комбінаційних зв'язках. У самбісток контрольної групи показники майже не змінились: зменшилась ефективність кидку з упором з упором стопи в живіт.

Таким чином, можна зробити висновок, що за час проведення педагогічного експерименту самбістки експериментальної групи, які тренувались за запропонованими моделями підготовки, змінили тактику змагальної сутички та стали менше робити спроб для реалізації технічних дій, якість балів при цьому покращилась. Не зважаючи на зменшення кількості спроб спортсменки стали більш активними під час сутичок, що говорить про більш раціо-



нальну реалізацію техніко-тактичних дій. У спортсменок контрольної групи кількість спроб для реалізації технічних дій істотно не змінилась, але зменшилась ефективність виконання певних технічних дій.

Також під час педагогічного експерименту було запроваджено засоби для вдосконалення координаційних здібностей та спеціальної витривалості кваліфікованих самбісток. Результати повторного тестування спортсменок обох груп представлені в таблиці 3.

Порівняння результатів на початку та наприкінці експерименту виявило, що у спортсменок контрольної групи не спостерігаються статистично достовірних змін у всіх тестах ($p > 0,05$). У спортсменок експериментальної групи навпаки під впливом запропонованих моделей спостерігається статистично достовірні зміни. Найбільш у тестах «10 перекидів в обидва боки через партнерку, що знаходиться в партері» ($t=4,44$; $p < 0,05$) та «Виведення з рівноваги на кидок через спину з відривом партнерки за 1 хвилину» ($t=3,73$; $p < 0,05$). Порівнюючи результати спортсменок контрольної та експериментальної груп також спостерігається статистично достовірні зміни у всіх тестах ($p < 0,05$). Найбільш у тестах «Два перекиди вперед-два перекиди назад» ($t=3,77$; $p < 0,05$) та «Кидки манекену через спину за 1 хвилину» ($t=3,24$; $p < 0,05$). Покращення результатів у цих тестах пояснюється спрямованістю запропонованих моделей підготовки на розвиток координаційних здібностей та спеціальної витривалості самбісток.

Таким чином, аналізуючи результати отримані за час педагогічного експерименту, можна зробити висновок,

що запропоновані моделі підготовки самбісток 18-20 років, що включали модельні завдання в стойці та партері, завдання по вдосконаленню спеціальної витривалості та координаційних здібностей позитивно вплинули на динаміку розвитку техніко-тактичної майстерності та фізичної підготовленості самбісток, що можна побачити на контрольному, тестуванні показників фізичних здібностей та техніко-тактичної підготовленості.

Висновки

Встановлено, що за час проведення педагогічного експерименту самбістки експериментальної групи, які тренувались за запропонованими моделями підготовки, змінили тактику змагальної сутички та стали менше робити спроб для реалізації технічних дій, якість балів при цьому покращилась. Не зважаючи на зменшення кількості спроб спортсменки стали більш активними під час сутичок, що говорить про більш раціональну реалізацію техніко-тактичних дій.

Також, спостерігається покращення результатів у тестах на координаційні здібності та спеціальну витривалість самбісток, що пояснюється спрямованістю запропонованих моделей підготовки.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку. На основі отриманих даних планується розробити практичні рекомендації щодо організації тренувального процесу самбісток 18-20 років.

Список літератури

- Алексєєнко, А. О., & Юхно, Ю. О. (2015). Склад і структура змагальної діяльності самбістів різної кваліфікації на сучасному етапі. *Вісник Чернівецького національного педагогічного університету*, (129 (4)), 7-10.
- Алексєєнко, А., Журавель, О., & Юхно, Ю. (2016). Особливості технічної підготовки юних самбістів з різним рівнем фізичної підготовленості. *Спортивний вісник Придніпров'я*, (2), 5-9.
- Безатосна, А. В. (2024). Індивідуальні моделі техніко-тактичної підготовки самбісток 18-20 років. *Збірник наукових праць Харківської державної академії фізичної культури*, 10, 20-24.
- Бойченко, Н. (2024). Модель показників змагальної діяльності самбістів до 64 кг. *Проблеми та перспективні напрями розвитку сучасного спорту: актуальні питання теорії та практики*, 95-99.
- Бойченко, Н., & Пирог, Ю. (2022). Аналіз показників змагальної діяльності висококваліфікованих дзюдоїсток на змаганнях серії Grand Slam 2022 р. *Єдиноборства*, (4 (26)), 4-15. <https://doi.org/10.15391/ed.2022-4.01>
- Бойченко, Н., Безатосна, А., & Шандригось, В. (2024). Моделі показників змагальної діяльності самбісток до 50 кг, 54 кг, 59 кг. *Єдиноборства*, (3 (33)), 4-16. <https://doi.org/10.15391/ed.2024-3.01>
- Бойченко, Н. В., Чертов, І. І., Пирог, Ю. А., & Алексєєв, А. Ф. (2020). Аналіз показників змагальної діяльності висококваліфікованих дзюдоїсток легких вагових категорій. *Єдиноборства*, 4-12. <https://doi.org/10.15391/ed.2020-3.01>
- Волков, В. Л. (2020). Структура фізичної підготовленості юних спортсменів 14–15 років, які спеціалізуються у боротьбі самбо. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*, 6 (126), 33-36.
- Євтушенко, Є. Г., Білобров, В. М., Делямба, М. М., Мазур, В. Й., & Мердов, С. П., Сирмаміїх, В. В. (2023). Моніторинг арсеналу рідкісних прийомів боротьби самбо. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*, 2 (160), 105-110.
- Забора, А. В., Замрозович-Шадріна, С. Р., Колесніков, В. В., Хацаюк, О. В., & Павлов, Р. В. (2022). Особливості техніко-тактичного арсеналу спортсменів високої кваліфікації, які спеціалізуються в боротьбі самбо. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*, 4(149), 53-59. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.4\(149\).13](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.4(149).13)
- Ковальов, І. М., Савич, К. О., & Іванчук, В. С. (2020). Удосконалення спеціальної фізичної підготовленості самбістів високої кваліфікації. *Актуальні проблеми розвитку службово-прикладних, традиційних та східних єдиноборств*, 12-14.
- Ковальов, І. М., Ільченко, С. С., Замрозович-Шадріна, С. Р., Дяченко, А. А., Людовик, Т. В., & Антонюк, А. Е. (2022). Аналіз техніко-тактичної підготовленості спортсменок високої кваліфікації, які спеціалізуються в боротьбі самбо за підсумками «ЧС-2021». *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*, 2(146), 63-69. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.2\(146\).14](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.2(146).14)
- Лаврентьев, О. М., Сергієнко, Ю. П., & Антоненко, С. А. (2023). Організація тренувального процесу спортсменів високої кваліфікації у спортивному самбо. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*, 3К(162), 211-216. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K\(162\).43](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K(162).43)



- Маріонда І., Самойленко О., Анацький Р., Леоненко А., Чередніченко С., & Красілов А. (2023). Особливості техніко-тактичного арсеналу спортсменів та спортсменок високої кваліфікації, які спеціалізуються в дзюдо. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*, 2 (160), 25-53.
- Савінов, О. В., & Лозовий, Є. А. (2010). Особливості удосконалення техніко-тактичних комбінацій самбістів на етапі спеціальної базової спортивної підготовки. *Інноваційні технології в галузі фізичного виховання, спорту, рекреації та валеології*, 102-106.
- Соколов, О. А., & Ковальов, І. М. (2011). Методика удосконалення ТТД самбістів на базовому етапі багаторічної підготовки. *Інноваційні технології в галузі фізичного виховання, спорту, рекреації та валеології*, 139-142.
- Солодка, О. В., Кусовська, О. С., Вороний, В. О., Махінко, М. П., Ставрінов, М. Г., & Мамотько, П. М. (2023). Introduction of rare techniques into the system of long-term training of athletes (men and women) who specialize in sambo wrestling. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*, 6 (166), 151-158. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.6\(166\).33](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.6(166).33)
- Солодка, О. В., Забора, А. В., Колесніков, В. В., Білобров, В. М., Кусовська, О. С., & Шевченко, Т. Г. (2023). Моніторинг технічного арсеналу рідкісних прийомів боротьби самбо в партері. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*, 4(163), 172-178. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.04\(163\).33](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.04(163).33)
- Хацаюк, О. В., Кіндзер, Б. М., Пришва, О. Б., Івченко, А. О., Кулібаба, С. О., & Кусовська, О. С. (2021). Програма удосконалення техніко-тактичної підготовленості однокласників-ветеранів (на прикладі борців самбо). *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*, 6 (137), 121-127. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.6\(137\).28](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.6(137).28)
- Юхно, Ю., & Гнатенко, О. (2012). Склад і структура змагальної діяльності дзюдоїсток на етапі спеціалізованої базової підготовки. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки*, (7), 130-133.



References

- Aljeksjejenko, A. O., & Juhno, Ju. O. (2015). Sklad i struktura zmagal'noi' dij'al'nosti sambistiv riznoi' kvalifikacii' na suchasnomu etapi [Composition and Structure of Competitive Activity of Samboists of Different Qualifications at the Present Stage]. *Visnyk Chernigivs'kogo nacional'nogo pedagogichnogo universytetu* [Bulletin of Chernihiv National Pedagogical University], (129 (4)), 7-10. [in Ukrainian].
- Aljeksjejenko, A., Zhuravel', O., & Juhno, Ju. (2016). Osoblyvosti tehnicnoi' pidgotovky junyh sambistiv z riznym rivnem fizychnoi' pidgotovlenosti [Features of technical training of young sambo wrestlers with different levels of physical fitness]. *Sportyvnyj visnyk Prydniprov'ja* [Sports bulletin of Prydniprovia], (2), 5-9. [in Ukrainian].
- Bezatosna, A. V. (2024). Indyvidual'ni modeli tehniko-taktychnoi' pidgotovky sambistok 18-20 rokiv [Individual models of technical and tactical training of female sambo wrestlers of 18-20 years old]. *Zbirnyk naukovykh prac' Harkivs'koi' derzhavnoi' akademii' fizychnoi' kul'tury* [Collection of scientific works of Kharkiv State Academy of Physical Culture], 10, 20-24. [in Ukrainian].
- Boychenko, N. (2024). Model' pokaznykiv zmagal'noi' dij'al'nosti sambistiv do 64 kg [Model of indicators of competitive activity of sambo wrestlers up to 64 kg]. *Problemy ta perspektyvni naprjamy rozvytku suchasnogo sportu: aktual'ni pytannja teorii' ta praktyky* [Problems and perspective directions of development of modern sport: topical issues of theory and practice], 95-99. [in Ukrainian].
- Boychenko, N., & Pyrog, Ju. (2022). Analiz pokaznykiv zmagal'noi' dij'al'nosti vysokokvalifikovanykh dzjudoi'stok na zmagannjah serii' Grand Slam 2022 [Analysis of the performance indicators of highly qualified judokas at the competitions of the Grand Slam 2022 series]. *Jedynoborstva* [Martial arts], (4 (26)), 4-15. <https://doi.org/10.15391/ed.2022-4.01> [in Ukrainian].
- Boychenko, N., Bezatosna, A., & Shandrygos', V. (2024). Modeli pokaznykiv zmagal'noi' dij'al'nosti sambistok do 50 kg, 54 kg, 59 kg [Models of indicators of competitive activity of female sambo wrestlers up to 50 kg, 54 kg, 59 kg]. *Jedynoborstva* [Martial arts], (3 (33)), 4-16. <https://doi.org/10.15391/ed.2024-3.01> [in Ukrainian].
- Boychenko, N. V., Chertov, I. I., Pyrog, Ju. A., & Aleksjejev, A. F. (2020). Analiz pokaznykiv zmagal'noi' dij'al'nosti vysokokvalifikovanykh dzjudoi'stok legkykh vagovykh kategorij [Analysis of indicators of competitive activity of highly skilled judo women of light weight categories]. *Jedynoborstva* [Martial arts], 4-12. <https://doi.org/10.15391/ed.2020-3.01> [in Ukrainian].
- Volkov, V. L. (2020). Struktura fizychnoi' pidgotovlenosti junyh sportsmeniv 14-15 rokiv, jaki specializujut'sja u borot'bi sambo [The structure of physical fitness of young athletes of 14-15 years old specializing in sambo wrestling]. *Naukovyj chasopys NPU imeni M. P. Dragomanova* [Scientific Journal of the Drahomanov National Pedagogical University], 6 (126), 33-36. [in Ukrainian].
- Jevtushenko, Je. G., Bilobrov, V. M., Deljamba, M. M., Mazur, V. J., & Merdov, S. P., Syrmamii'h, V. V. (2023). Monitoryng arsenalu ridkisnykh pryjomiv borot'by sambo [Monitoring of the arsenal of rare sambo wrestling techniques]. *Naukovyj chasopys Nacional'nogo pedagogichnogo universytetu imeni M. P. Dragomanova* [Scientific Journal of the National Pedagogical Dragomanov University], 2 (160), 105-110. [in Ukrainian].
- Zabora, A. V., Zamrozevych-Shadrina, S. R., Koljesnikov, V. V., Hacijuk, O. V., & Pavlov, R. V. (2022). Osoblyvosti tehniko-taktychnogo arsenalu sportsmeniv vysokoi' kvalifikacii', jaki specializujut'sja v borot'bi sambo [Features of the technical and tactical arsenal of highly qualified athletes specializing in sambo wrestling]. *Naukovyj chasopys NPU imeni M.P. Dragomanova* [Scientific Journal of the Drahomanov National Pedagogical University], 4(149), 53-59. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.4\(149\).13](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.4(149).13) [in Ukrainian].
- Koval'ov, I. M., Savych, K. O., & Ivanchuk, V. S. (2020). Udoshkonalennja special'noi' fizychnoi' pidgotovlenosti sambistiv vysokoi' kvalifikacii' [Improvement of special physical fitness of highly qualified sambists]. *Aktual'ni problemy rozvytku sluzhbovo-prykladnykh, tradycijnykh ta shidnykh jedynoborstv* [Actual problems of development of applied, traditional and martial arts], 12-14. [in Ukrainian].
- Koval'ov, I. M., Il'chenko, S. S., Zamrozevych-Shadrina, S. R., Djachenko, A. A., Ljudovyk, T. V., & Antonjuk, A. E. (2022). Analiz tehniko-taktychnoi' pidgotovlenosti sportsmenok vysokoi' kvalifikacii', jaki specializujut'sja v borot'bi sambo za pidsumkamy «ChS-2021» [Analysis of the technical and tactical preparedness of highly qualified athletes specializing in sambo wrestling according to the results of the 2021 World Cup]. *Naukovyj chasopys NPU imeni M.P. Dragomanova* [Scientific Journal of the Drahomanov National Pedagogical University], 2(146), 63-69. <https://doi.org/10.31392/NPU-nc.se->



ries15.2022.2(146).14 [in Ukrainian].

- Lavrent'jev, O. M., Sergijenko, Ju. P., & Antonenko, S. A. (2023). Organizacija trenuval'nogo procesu sportsmeniv vysokoi' kvalifikacii' u sportyvnomu sambo [Organization of the training process of highly qualified athletes in sports sambo]. *Naukovyj chasopys NPU imeni M.P. Dragomanova* [Scientific Journal of the Drahomanov National Pedagogical University], 3K(162), 211-216. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K\(162\).43](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K(162).43) [in Ukrainian].
- Marionda I., Samojlenko O., Anac'kyj R., Leonenko A., Cherednichenko S., & Krasilov A. (2023). Osoblyvosti tehniko-taktychnogo arsenalu sportsmeniv ta sportsmenok vysokoi' kvalifikacii', jaki specializujut'sja v dzjudo [Features of the Technical and Tactical Arsenal of Highly Qualified Sportsmen and Women Specializing in Judo]. *Naukovyj chasopys Nacional'nogo pedagogichnogo universytetu imeni M. P. Dragomanova* [Scientific Journal of the National Pedagogical Dragomanov University], 2 (160), 25-53. [in Ukrainian].
- Savinov, O. V., & Lozovyj, Je. A. (2010). Osoblyvosti udoskonalennja tehniko-taktychnyh kombinacij sambistiv na etapi special'noi' bazovoi' sportyvnoi' pidgotovky [Features of improvement of technical and tactical combinations of sambo wrestlers at the stage of special basic sports training]. *Innovacijni tehnologii' v galuzi fizychnogo vyhovannja, sportu, rekreacii' ta valeologii'* [Innovative technologies in the field of physical education, sports, recreation and valeology], 102-106. [in Ukrainian].
- Sokolov, O. A., & Koval'ov, I. M. (2011). Metodyka udoskonalennja TTD sambistiv na bazovomu etapi bagatorichnoi' pidgotovky [Methods of improving sambo wrestlers' TTP at the basic stage of long-term training]. *Innovacijni tehnologii' v galuzi fizychnogo vyhovannja, sportu, rekreacii' ta valeologii'* [Innovative technologies in the field of physical education, sports, recreation and valeology], 139-142. [in Ukrainian].
- Solodka, O. V., Kusovs'ka, O. S., Voronyj, V. O., Mahin'ko, M. P., Stavrinov, M. G., & Mamot'ko, P. M. (2023). Introduction of rare techniques into the system of long-term training of athletes (men and women) who specialize in sambo wrestling. *Naukovyj chasopys Ukrai'ns'kogo derzhavnogo universytetu imeni Mykhajla Dragomanova* [Scientific Journal of the Mykhailo Drahomanov Ukrainian State University], (6 (166)), 151-158. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.6\(166\).33](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.6(166).33) [in Ukrainian].
- Solodka, O. V., Zabora, A. V., Koljesnikov, V. V., Bilobrov, V. M., Kusovs'ka, O. S., & Shevchenko, T. G. (2023). Monitoryng tehnicnogo arsenalu rikisnyh pryjomiv borot'by sambo v parteri [Monitoring of the technical arsenal of rare sambo wrestling techniques in the ground]. *Naukovyj chasopys NPU imeni M.P. Dragomanova* [Scientific Journal of the Drahomanov National Pedagogical University], 4(163), 172-178. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.04\(163\).33](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.04(163).33) [in Ukrainian].
- Hacajuk, O. V., Kindzer, B. M., Pryshva, O. B., Ivchenko, A. O., Kulibaba, S. O., & Kusovs'ka, O. S. (2021). Programa udoskonalennja tehniko-taktychnoi' pidgotovlenosti odnorbociv-veteraniv (na prykladi borciv sambo) [Program for Improving the Technical and Tactical Preparedness of Veteran Martial Artists (on the Example of Sambo Wrestlers)]. *Naukovyj chasopys NPU imeni M. P. Dragomanova* [Scientific Journal of the Drahomanov National Pedagogical University], 6 (137), 121-127. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.6\(137\).28](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.6(137).28) [in Ukrainian].
- Juhno, Ju., & Gnatenko, O. (2012). Sklad i struktura zmagal'noi' dijal'nosti dzjudoi'stok na etapi specializovanoi' bazovoi' pidgotovky [Composition and Structure of Judo Girls' Competitive Activity at the Stage of Specialized Basic Training]. *Molodizhnyj naukovyj visnyk Shidnojevropejs'kogo nacional'nogo universytetu imeni Lesi Ukrai'ny* [Youth Scientific Bulletin of Lesya Ukrainka Eastern European National University], (7), 130-133. [in Ukrainian].

Додаткова інформація

Відомості про статтю:

Онлайн-версія доступна за посиланням:

<https://doi.org/10.15391/ed.2025-1.03>

Конфлікт інтересів

Наталія Бойченко є головним редактором журналу «Єдиnobорства». Для забезпечення прозорого та неупередженого процесу рецензування головного редактора було повністю виключено з редакційного ведення, координації рецензування та прийняття остаточних рішень щодо цього рукопису. Інший автор заявляє про відсутність конфлікту інтересів.

Джерела фінансування

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

Отримано: 12.12.2024; Прийнято: 02.01.2025

Опубліковано: 07.02.2025

Відомості про авторів

Бойченко Наталія Валентинівна:

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

<https://orcid.org/0000-0003-4821-5900>,

natalya-meg@ukr.net

Безатосна Анастасія Віталіївна:

студент магістратури; Харківська державна академія фізичної культури: вул. Клочківська, 99, м. Харків, 61058, Україна.

<https://orcid.org/0009-0008-8419-1807>,

nastya.sambo1@gmail.com

Information about the Authors

Natalya Boychenko:

Phd (Physical Education and Sport), Associate Professor; Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska st., 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.

Anastasia Bezatosna:

master's student; Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska st., 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.