

Міністерство освіти і науки України
Національний університет фізичного виховання і спорту України

РАДЧЕНКО ЮРІЙ АНАТОЛІЙОВИЧ

УДК: 796.8.015:796.077.2-053.6(043.5)

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ СИСТЕМИ ОЦІНЮВАННЯ
ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ У ЄДИНОБОРСТВАХ
(НА МАТЕРІАЛІ РУКОПАШНОГО БОЮ)**

24.00.01 – Олімпійський і професійний спорт

Реферат дисертації на здобуття наукового ступеня
доктора наук з фізичного виховання та спорту

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Ю. Радченко', with a stylized flourish below it.

Київ – 2025

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано у Національному університеті фізичного виховання і спорту України, Міністерства освіти і науки України.

Офіційні опоненти:

доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор **Альошина Алла Іванівна**, Волинський національний університет імені Лесі Українки, завідувач кафедри теорії спорту та фізичної культури;

доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор **Асаулюк Інна Олексіївна**, Вінницький державний педагогічний університет імені М. Коцюбинського, декан факультету фізичного виховання і спорту;

доктор медичних наук, професор **Подрігало Леонід Володимирович**, Харківська державна академія фізичної культури, завідувач кафедри спортивної медицини та гігієни.

Захист відбудеться 28 травня 2025 р. о 12 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.829.01 у Національному університеті фізичного виховання і спорту України (із використанням засобів зв'язку в режимі реального часу).

Із дисертацією можна ознайомитися на офіційному сайті <https://uni-sport.edu.ua> та у бібліотеці Національного університету фізичного виховання і спорту України за адресою: вул. Фізкультури, 1, Київ, 03150.

Реферат розісланий 22 квітня 2025 р.

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради



В. І. Воронова

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність. Рукопашний бій є одним із найскладніших видів єдиноборств. До особливостей цього виду спорту можна віднести безпосередню боротьбу між суперниками, багатий різноманітний технічний арсенал, запозичений із багатьох видів єдиноборств, ліміт часу для прийняття рішень, багато відволікаючих факторів, наявність у програмі підготовки та правилах спортивних змагань розділів роботи з різними видами холодної зброї (автомат, пістолет, ніж, саперна лопата тощо), підручними й спецзасобами (резинова палиця, щит), зв'язування, конвоювання, протистояння відразу декільком суперникам (V. Manolachi, V. Potop, A. Chernozub, O. Khudyi, I. Delipovici, S. Eshtayev, L. Mihailescu 2022; V. Potop, C. Ciorbă, I. Mihaila, I. Mihai, L-E. Mihailescu, A. Acsinte, 2023; A. Tayoush, T. Hamad, H. Chtourou, 2023). Завдяки своїм особливостям, рукопашний бій є ваговою частиною бойової та спеціальної фізичної підготовки представників сектору безпеки й оборони та військової підготовки населення держави. Саме це сьогодні спонукає до збільшення популяризації рукопашного бою серед різних верств населення, особливо серед дітей і підлітків (В. Данильченко, 2015; О. Нікітенко, 2018; І. Вако, О. Жирнов, 2024).

Така позитивна динаміка популярності рукопашного бою потребує оновлення знань у теорії й методиці підготовки спортсменів, проведення сучасних досліджень з урахуванням тенденцій, притаманних спорту XXI століття загалом та єдиноборствам зокрема.

Загальний напрям удосконалення навчально-тренувального процесу типовий для багатьох видів спорту й пов'язаний із постійним удосконаленням методології управління на основі оптимізації засобів, методів комплексного контролю та оцінювання шляхом використання специфічних тестових процедур і показників в умовах, максимально наближених до змагальних (В. Осіпов, 2015; В. Костюкевич, 2017; А. Кошура, 2021).

Віддзеркаленням сучасних тенденцій у системі контролю та оцінювання у єдиноборствах стали наукові роботи останнього десятиріччя, у яких було науково обґрунтовано вирішення таких проблем, як оцінювання змагальної діяльності (М. Baić, Ю. Тропін, Л. Сичова, 2019; І. Асаулюк та ін., 2021; Ю. Радченко І. Вако, 2022), оцінювання різних сторін підготовленості (В. Голоха, Д. Картавий, 2019; T. Ambroży, Ł. Rydzik, M. Spieszny, W. Chwała, J. Jaszczur-Nowicki, M. Jekielek, W. Syparski, 2021; І. Штефюк, А. Альошина, Н. Белікова, К. Дробот, М. Ніга, Ш. Ковач, 2023; І. Асаулюк, А. Антонюк, А. Ковальчук, 2024), оцінювання морфотипу, антропометричних даних (Ю. Радченко, А. Радченко, 2023; Л. Подрігало, Ші Ке, 2024); оцінювання фізичного розвитку (В. Хурілова, М. Борсук, 2017; В. Добринський, Ж. Мудрик, С. Савчук, О. Валькевич, Н. Захожа, 2021;), оцінювання функціональних можливостей (В. Голоха, П. Панов, 2020; Г. Коробейніков, Т. Данько, А. Коханевич, 2022); оцінювання психофізіологічних станів (М. Latyshev, S. Latyshev, G. Korobeynikov, O. Kvasnytsya, V. Shandrygos, Y. Dutchak, 2020; Г. Коробейніков, Д. Турлиханов, Л. Коробейникова, Д. Ніконоров, А. Воронцов, 2021).

Утім зазначимо, що головним завданням усіх досліджень було удосконалення навчально-тренувального процесу з метою досягнення максимально можливого результату в змагальній діяльності.

Аналіз теорії та практики спортивної сфери (В. Ковальов, 2010; А. Буц, Т. Шепеленко, А. Шатов, 2014) свідчить, що сьогодні спорт високих досягнень – це діяльність, яка спрямована на досягнення максимально можливого результату або на перемогу на найбільших спортивних змаганнях і підвищення престижу спортсмена, команди, а на вищому рівні – держави. Реалізація цієї мети можлива лише за умов повсякденних багаторічних витрат часу та зусиль на спортивну діяльність. У результаті – інтенсифікація тренувального процесу й змагальної діяльності, значне збільшення навантажень на організм спортсмена, що потребує граничної мобілізації функціональних резервів і психологічної стійкості в умовах тренувальної та змагальної діяльності (V. Potop, C. Ciorbă, I. Mihaila, I. Mihai, L-E. Mihailescu, A. Acsinte, 2023; A. Tayoush, T. Hamad, H. Chtourou, 2023). Поряд із помилками під час побудови тренувального процесу, низькою мотивацією, вимогами подальшого постійного зростання рівня готовності, фінансовим забезпеченням, підтримкою з боку держави, усі ці обставини призводять до значного зниження кількості (відсіву) спортсменів у тренувальних групах різних вікових категорій, особливо на перших етапах багаторічного тренування, що й обумовлює не менш важливу проблему збереження спортивного резерву.

Наукові дослідження та змагальна практика свідчать, що на досягнення спортивного результату в єдиноборствах і рукопашному бою зокрема впливає рівень підготовленості й досвід участі в змаганнях (V. Potop, C. Ciorbă, I. Mihaila, I. Mihai, L-E. Mihailescu, A. Acsinte, 2023; A. Tayoush, T. Hamad, H. Chtourou, 2023), а оцінювання підготовленості спортсменів, як правило, відбувається завдяки результатам змагальної діяльності. У ряді фахових робіт зазначено, що рівень підготовленості спортсменів також визначається за результатами складання нормативів та тестів, які запропоновані програмою підготовки ДЮСШ, але вони не сприяють створенню умов різнобічного розвитку основних фізичних якостей юних спортсменів, не враховують особливості виду спорту, спеціалізації змагальної діяльності та не мають мотиваційної складової і, як наслідок, недбале виконання, або проведення оцінювання на папері (В. Винник, 2010; В. Ганчева, 2013; О. Дрюков, 2016; Т. Грищенко, 2019; В. Яременко, 2019).

Узагальнення передового досвіду розвитку єдиноборств у різних країнах світу (A. Tatlici, B. Löklüoğlu, 2022; S. Ciaccioni, O. Castro, F. Bahrami, P. Tomporowski, L. Capranica, S. Biddle, I. Vergeer, C. Pesce, 2023; N. Antoniettô, F. Bello, A. Queiroz, P. Carvalho, C. Brito, J. Amtmann, B. Miarka, 2023; V. Manolachi, A. Chernozub, A. Tsos, E. Syvokhop, I. Marionda, S. Fedorov, I. Shtefiuk, V. Potop, 2023) доводить, що за перемогу у боях та поєдинках спортсмен отримує звання чемпіона, медалі та призові нагороди, а за відповідний рівень підготовленості черговий ранг, який дає право носити пояс визначеного кольору.

Фахові дослідження (О. Лукіна, 2018; Ю. Радченко, Г. Коробейніков, А. Чернозуб, Г. Данько, Л. Коробейнікова, 2018; А. Чернозуб, Р. Адамович, І. Штефюк, 2019) доводять, що в ряді зарубіжних країн накопичено значний досвід

реалізації програм підготовки за участю великої кількості населення, метою яких є передусім набуття прикладних навичок, формування фізичного та психічного здоров'я, моральної стійкості й соціальної адаптації вихованців спортивних секцій, а не участь і перемога у змаганнях. Основа такого підходу – система поясів, яка є альтернативним інструментом оцінювання підготовленості спортсменів та допуску до змагальної діяльності в багатьох міжнародних федераціях із різних видів двобоїв (Н. Sudas, 2015; В. Саєнко, С. Мишельман, 2018; С. Степанюк, О. Серпутько, Я. Максим'як, В. Коваль, 2022;).

Водночас у наявній науково-методичній літературі майже відсутні дані щодо оцінювання підготовленості спортсменів у системі поясів, або вони мають розрізнений, імовірнісний, а не достовірний характер.

Викладене вище створює підстави для перегляду наявної системи знань щодо оцінювання підготовленості юних спортсменів у єдиноборствах з урахуванням тенденцій, притаманних сучасному спорту загалом та єдиноборствам зокрема.

Зв'язок роботи з науковими планами, темами. Дисертаційну роботу виконано відповідно до Плану науково-дослідної роботи Чорноморського національного університету імені Петра Могили на 2017–2020 рр. на тему: «Розробка та реалізація інноваційних технологій та корекція функціонального стану людини при фізичних навантаженнях у спорті та реабілітації», номер державної реєстрації 0117U007145; Плану науково-дослідної роботи Національного університету фізичного виховання і спорту України на 2021–2025 рр. за темою «Науково-методичний супровід тренувальної та змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів у єдиноборствах та силових видах спорту», номер державної реєстрації 0121U108940. Роль здобувача, як співвиконавця тем, полягала в теоретико-методичному обґрунтуванні положень системи оцінювання підготовленості юних спортсменів у єдиноборствах, яка ґрунтується на засадах системи поясів (на матеріалі рукопашного бою).

Мета дослідження – науково обґрунтувати систему оцінювання підготовленості юних спортсменів у єдиноборствах, яка базується на засадах системи поясів (на матеріалі рукопашного бою).

Завдання дослідження.

1. Вивчити сучасний стан проблеми оцінювання підготовленості спортсменів у єдиноборствах, зокрема в рукопашному бою (на матеріалі науково-методичної літератури), узагальнити світовий досвід, окреслити проблемне поле наукових досліджень в означеній царині.

2. Дослідити сучасну змагальну діяльність спортсменів, які спеціалізуються в рукопашному бою, визначити склад основних техніко-тактичних дій.

3. Охарактеризувати організаційно-методичні засади системи оцінювання підготовленості в процесі багаторічної підготовки юних спортсменів у єдиноборствах (на матеріалі рукопашного бою).

4. Обґрунтувати та розробити концепцію системи поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості юних спортсменів у рукопашному бою.

5. Сформувати цілісне уявлення про систему знань щодо оцінювання підготовленості юних спортсменів у єдиноборствах, яка ґрунтується на засадах системи поясів, розробити структурно-логічну схему оцінювання, технологію її впровадження та єдині кваліфікаційні вимоги.

6. Інтегрувати систему поясів, як підґрунтя оцінювання підготовленості юних спортсменів, у загальну систему багаторічної підготовки, урахувуючи вікові, статеві закономірності та особливості рукопашного бою.

7. Обґрунтувати систему оцінювання техніко-тактичної підготовленості юних спортсменів, розробити алгоритм і критерії, вимоги до виконання окремих технічних елементів.

Об'єкт дослідження – управління та контроль підготовки юних спортсменів у єдиноборствах (на матеріалі рукопашного бою).

Предмет дослідження – система оцінювання підготовленості спортсменів у рукопашному бою.

В основу **методології дослідження** покладено вивчення і всебічний аналіз фундаментального знання обраної предметної галузі, джерелом якого є знання про загальні закономірності та принципи побудови багаторічної підготовки (В. Саєнко, 2012; О. Шинкарук, 2013; І. Вако, 2016; Л. Волков, 2016; В. Костюкевич, Л. Шевчик, О. Сокольвак, 2017; В. Саєнко, 2018; А. Кошура, 2021; В. Платонов, 2021;), управління, контроль та оцінювання в спорті (В. Добринський та ін., 2021;) дані передової спортивної практики.

Як один з напрямів методології дослідження використовувався системний, інтегративно-діяльнісний й особистісно орієнтований підхід.

Системний підхід розглядався як методологічний напрям у науці, до інструментарію якого належить сукупність принципів, прийомів, методів і моделей дослідження складних систем.

Інтегративно-діяльнісний підхід у дослідженні дав змогу здійснювати сукупність різних підходів, сукупність методів і принципів інтеграції суміжних дисциплін та можливість формувати цілісність знання.

Особистісно орієнтований підхід постає як теоретико-методологічна стратегія та тактика формування цілісного знання про систему оцінювання.

Методи дослідження. У роботі застосовано різні загальнонаукові методи, які забезпечують коректність й об'єктивність узагальнення масиву емпіричних знань, як от: теоретичний аналіз та узагальнення науково-методичної літератури за темою наукового дослідження; аналіз змагальної діяльності; педагогічний експеримент; кваліметрія; математико-статистичні методи аналізу й обробки результатів дослідження.

Наукова новизна. Уперше:

– сформовано на підставі теоретичного аналізу й узагальнення даних, передової спортивної практики, власних експериментальних досліджень систему знань, яка розглядає концепцію системи поясів, як підґрунтя оцінювання підготовленості юних спортсменів у рукопашному бою в органічному взаємозв'язку з урахуванням сучасних вимог розвитку єдиноборств;

- інтегровано систему поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів у рукопашному бою в загальну систему багаторічної підготовки спортсменів;
- сформовано цілісне уявлення про систему знань щодо особливостей функціонування системи поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів у різних видах спортивних єдиноборств;
- обґрунтовано та розроблено зміст та структуру «Єдиних кваліфікаційних вимог» як важливого елементу оцінювання підготовленості юних спортсменів у рукопашному бою;
- проведено аналіз й узагальнення досвіду оцінювання підготовленості юних спортсменів у єдиноборствах загалом, зокрема в рукопашному бою;
- обґрунтовано основні положення системи поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів у рукопашному бою;
- проведено ретроспективний аналіз змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів, які спеціалізуються в рукопашному бою та визначено її сучасний стан;
- представлено систему поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості юних спортсменів у рукопашному бою як взаємозалежний багаторічний процес, який спрямовано на максимальну реалізацію індивідуальних можливостей, спортсменів;
- теоретично обґрунтовано та розроблено технологію комплексного оцінювання підготовленості спортсменів у рукопашному бою.

Доповнено та розширено наукові положення про організаційно-методичні особливості оцінювання підготовленості в процесі багаторічної підготовки спортсменів у єдиноборствах (на матеріалі рукопашного бою) та особливості застосування техніко-тактичних дій у змагальній діяльності кваліфікованих спортсменів із рукопашного бою.

Доповнено та розширено наукові положення про особливості організації навчально-тренувального процесу юних спортсменів, які спеціалізуються в рукопашному бою.

Практична значущість дослідження ґрунтується на реалізації базових положень авторської концепції з урахуванням вивчених організаційно-методичних особливостей оцінювання підготовленості в процесі багаторічної підготовки юних спортсменів у єдиноборствах (на матеріалі рукопашного бою). Застосування технології комплексного оцінювання підготовленості рукопашників дало змогу створити необхідні передумови для підвищення ефективності навчально-тренувального процесу та збереження спортивного резерву.

Основні положення й результати дослідження впроваджено в процес управління системою оцінювання підготовленості спортсменів Всеукраїнської федерації рукопашного бою (акт впровадження від 07 вересня 2022 р.); у тренувальний процес КДЮСШ «АРСЕНАЛ» (акт впровадження від 15.02.2023 р.); в освітній процес кафедри спортивних єдиноборств та силових видів спорту Національного університету фізичного виховання і спорту України (акт впровадження від 17.09.2024 р.); у Правила спортивних змагань з рукопашного бою (акт впровадження від 24 вересня 2024 р.); у практику тренувальних занять соціального проекту Президента України і Міністерства молоді та спорту України «Активні парки – локації здорової України» (акт впровадження від 25 квітня 2024).

Апробація результатів дисертації. Основні положення й результати дослідження оприлюднено на міжнародній науково-практичній конференції «Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту збройних сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України», (Київ, 2017, 2024); 8th International Multidisciplinary Academic Conference «Ecology of Century – The European Green Deal Challenges» (Bucharest, Romania, 2020); науково-практичному семінарі «Впровадження інноваційних методик фізичної підготовки здобувачів вищої освіти та військовослужбовців управління державної охорони» (Київ, 2021); міжнародній науково-практичній конференції «Основні напрямки розвитку фізичної культури, спорту, фізичної терапії та ерготерапії» (Дніпро, 2022, 2023, 2024); всеукраїнській електронній науково-практичній конференції з міжнародною участю «Біомеханіка спорту, оздоровчої рухової активності, фізкультурно-спортивної реабілітації: актуальні проблеми, інноваційні проекти та тренди» (Київ, 2022, 2023, 2024); міжнародній науково-практичній конференції «Підвищення фізичної працездатності різних груп населення в процесі занять фізичною культурою і спортом» (Ірпінь, 2024); VI Всеукраїнському науково-практичному семінарі з міжнародною участю «Фізична культура, спорт та реабілітація: проблеми, інноваційні проекти та тренди» (Вінниця, 2024); науково-методичних конференціях кафедри спортивних єдиноборств та силових видів спорту Національного університету фізичного виховання і спорту України (Київ, 2021–2024).

Результати досліджень представлено на курсах для тренерів Всеукраїнської федерації рукопашного бою вищої та першої категорії (Київ, 2021–2024).

Особистий внесок дисертанта У спільних публікаціях здобувачеві належать пріоритети в організації досліджень, аналізі, обговоренні фактичного матеріалу, інтерпретації отриманих результатів і їх теоретичному узагальненні. Внесок співавторів визначається участю у формуванні завдань дослідження, у організації досліджень окремих наукових напрямів, допомогою в обробці матеріалів.

Публікації. Наукові результати дисертації висвітлено у 42 наукових публікаціях: 28 статей – у наукових виданнях з переліку наукових фахових видань України, шість з яких проіндексовано у базі даних Scopus. Одна стаття – у науковому періодичному виданні Румунії, проіндексованому у базі даних Scopus (Q4) та одна стаття у науковому періодичному виданні України, проіндексованому у базі даних Scopus. Сім матеріалів апробаційного характеру, п'ять праць, які додатково відображають наукові результати дисертації.

Структура і обсяг дисертації. Матеріали дисертаційного дослідження викладено на 515 сторінках тексту комп'ютерного набору державною мовою. У структурі дисертаційної роботи виділено: анотацію двома мовами, список публікацій здобувача за темою дисертації, зміст, перелік умовних позначень та скорочень, вступ, дев'ять розділів та висновки до них, загальні висновки, список використаних джерел, 7 додатків. Цифровий матеріал дисертації ілюстровано 153 таблицями та 55 рисунками. Список використаних джерел складається з 375 найменувань, з яких 123 іноземні.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ

У **вступі** обґрунтовано актуальність обраної теми, вказано на зв'язок з науковими планами, темами; сформульовано мету та завдання дослідження, визначено об'єкт і предмет, представлено методологію та методи дослідження, розкрито наукову новизну та практичну значущість одержаних результатів, а також визначено особистий внесок здобувача в спільних опублікованих наукових працях, подано інформацію про апробацію і впровадження результатів дослідження, визначено кількість публікацій автора за темою дисертації, структуру та обсяг роботи.

Перший розділ **«Науково-теоретичні засади системи оцінювання підготовленості спортсменів у процесі багаторічної підготовки в єдиноборствах (на матеріалі рукопашного бою)»** присвячений аналізу наукових джерел, де висвітлено наступні питання:

розвиток рукопашного бою як прикладного виду спорту (М. Бака, В. Корж, 2004; Г. Сухорада, Ю. Фіногенов, 2012; Ю. Радченко, 2014-2024). Доцільно зазначити, що наприкінці минулого століття, рукопашний бій з розділу бойової підготовки військових формувань, поступове став видом спорту зі своєю специфікою, правилами змагань, програмою підготовки, кваліфікацією та оцінюванням підготовленості спортсменів. Фахівці зазначають (І. Вако, 2022-2024; В. Крутов, В. Костюченко, 2024.), що різноманітність напрямків розвитку рукопашного бою, обширний арсенал технічних дій і розширений спектр можливих конфліктних ситуацій, які регулярно виникають в ході змагального та тренувального процесу, детермінують особливості операцій, дій та механізми їх удосконалення та оцінювання. Саме такі особливості рукопашного бою сьогодні вимагають від фахівців постійного пошуку нових шляхів підвищення ефективності управління процесом підготовки, його контролю та оцінювання, для створення передумов оптимізації навчально-тренувального та змагального процесу;

теоретичні передумови пошуку шляхів оптимізації системи оцінювання підготовленості спортсменів у процесі багаторічної підготовки у єдиноборствах (на матеріалі рукопашного бою) (А. Лапутін, 2001; О. Худолій, 2005-2014; В. Костюкевич, 2010-2024; В. Саєнко, 2012-2018; М. Latyshev, 2022; І. Асаулюк, А. Антонюк, А. Ковальчук, 2024; І. Пашков, 2024;). За даними наукової спільноти (М. Khaled, 2003; Ю. Литвиненко, 2018) на сьогоднішній момент у єдиноборствах при застосуванні контролю та оцінювання техніко-тактичної підготовленості спортсменів одними з найбільш інформативних є біомеханічні показники. У даний час у практиці спорту оцінювання спортивної техніки неможливе без застосування високоточної вимірювальної техніки, що дозволяє фахівцеві оцінити як внутрішню, так і зовнішню сторони руху (А. Лапутін, 1993-2007; В. Гамалій, 2013; А. Chernozub, О. Olkhovyi, А. Aloshyna, et al, 2023). Аналіз джерельної бази свідчить, що на сьогоднішній день формування і вдосконалення та оцінювання спортивної техніки спортсменів здійснюється на підставі кількісних даних які отримані за допомогою сучасних оптико-електронних систем (Ю. Литвиненко, 2019; І. Вако, 2024.);

теоретико-методичні засади управління, контролю та оцінювання в єдиноборствах (на матеріалі рукопашного бою). У фундаментальних наукових джерелах В. Платонов, 1997 – 2021; М. Булатова, 1998–2017; В. Костюкевич, 2010-2024; О. Шинкарук, 2011-2024) зазначено, що загальний напрямок удосконалення навчально-тренувального процесу типовий для багатьох видів спорту та пов'язаний з постійним удосконаленням методології управління на основі оптимізації засобів та методів комплексного контролю шляхом використання специфічних тестових процедур та реєстрованих показників в умовах, максимально наближених до змагальних. У ряді фахових робіт (О. Молоков, 2009; К. Ананченко, Л. Пакулін Р. Арканія, 2016; В. Саєнко та ін. 2018; В. Miarka, V. Coswig, 2019; В. Голоха, 2020; Н. Madraimov, 2023) зазначається, що змагальна діяльність у спортивних єдиноборствах відноситься до категорії найважчих об'єктів вивчення, а існуюча система оцінювання не дає можливості отримати повний, вичерпний обсяг необхідної інформації;

моделювання в системі багаторічної підготовки спортсменів. Фахівці зазначають (Ю. Тропін, В. Перевозник 2022; І. Вако, О. Жирнов, 2024; Ю. Радченко, В. Бігос, 2024), що одним з шляхів підвищення ефективності управління тренувальним процесом є моделювання, як методологічна основа управління складним багатокомпонентним процесом спортивної підготовки.

За даними наукового пошуку існуючі підходи формування системи контролю та оцінювання підготовленості юних спортсменів, які спеціалізуються у рукопашному бою потребують детального теоретико-методологічного аналізу, уточнень, доповнень, узагальнення передового практичного досвіду роботи тренерів, проведення спеціальних досліджень. Наведені в огляді літератури відомості довели актуальність проблеми та дозволили визначити, що одним з перспективних напрямів є розробка теоретико-методичних основ системи оцінювання підготовленості юних спортсменів у єдиноборствах (на матеріалі рукопашного бою).

У другому розділі дисертації **«Методи та організація дослідження»** представлено методологію досліджень, систему методів дослідження у відповідності до об'єкту, предмету, мети і завдань досліджень, обґрунтовано доцільність використання цих методів, описана організація і контингент випробуваних.

У процесі вирішення поставлених завдань були використані такі методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення науково-методичної літератури на тему наукового дослідження; аналіз змагальної діяльності; педагогічний експеримент; кваліметрія; математико-статистичні методи аналізу й обробки результатів дослідження.

Дослідження проведено на кафедрі олімпійського та професійного спорту Чорноморського державного університету ім. П. Могили (м. Миколаїв); кафедрі єдиноборств та силових видів спорту Національного університету фізичного виховання і спорту України (НУФВСУ), Всеукраїнської федерації рукопашного бою і її регіональних відділеннях, на базі КДЮСШ «Арсенал» (м. Київ).

Дослідження проведено в чотири етапи.

На першому етапі (листопад 2012 р. – квітень 2022 р.) проведено аналіз стану досліджуваної проблеми в науково-методичній літературі, сформульовано мету й завдання, відібрано та апробовано методи дослідження, цілі, адекватні поставленим завданням, визначено предмет й об'єкт дослідження. Збір аналітичних матеріалів, систематизація отриманих результатів.

На другому етапі дослідження (травень 2022 р. – червень 2023 р.) проведено констатувальний експеримент, який уключав аналіз та узагальнення світового досвіду оцінювання підготовленості юних спортсменів у єдиноборствах (на матеріалі рукопашного бою); здійснено ретроспективний аналіз та досліджено сучасну змагальну діяльність спортсменів, які спеціалізуються в рукопашному бою; охарактеризовано організаційно-методичні особливості функціонування системи оцінювання підготовленості юних спортсменів у єдиноборствах (на матеріалі рукопашного бою).

На третьому етапі дослідження (липень 2023 р. – серпень 2024 р.) проведено формувальний експеримент із метою апробації розробленої концепції, яка розглядає систему поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості юних спортсменів у рукопашному бою в органічному взаємозв'язку з урахуванням сучасних вимог розвитку єдиноборств; обґрунтовано основні положення системи поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів у рукопашному бою, а також зміст та структуру «Єдиних кваліфікаційних вимог» системи поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів у рукопашному бою; теоретично аргументовано й розроблено технологію комплексного оцінювання підготовленості юних спортсменів як практичну складову частину авторської концепції.

Четвертий етап (вересень 2024 р. – листопад 2024 р.) – сформовано загальні висновки роботи, оформлено й підготовлено дисертаційну роботу до офіційного захисту.

У дослідженні взяли участь 401 юний спортсмен різної кваліфікації віком 8-15 років, які спеціалізуються у рукопашному бою.

Для досягнення мети дослідження було створено експертну групу, до якої увійшли сім провідних тренерів з рукопашного бою, з вищою тренерською кваліфікацією, з них чотири – заслужені тренери України, три – судді міжнародної категорії.

У третьому розділі **«Світовий досвід побудови системи оцінювання підготовленості юних спортсменів у єдиноборствах (на матеріалі рукопашного бою)»** представлено аналіз розвитку виду спорту у різних країнах світу. Рукопашний бій молодий вид спорту, який розвивається в 30 країнах протягом останніх 20 років. Так склалось, що основний розвиток рукопашного бою відбувається у країнах Європи та Азії. Найбільш потужного розвитку рукопашний бій набув в Узбекистані та Польщі.

Тому нами були досліджені найбільш інноваційні та прогресивні моменти накопичення досвіду системи оцінювання підготовленості спортсменів з рукопашного бою саме в цих країнах, а отримані результати порівняні з особливостями оцінювання підготовленості спортсменів в Україні.

В Узбекистані рукопашний бій є сучасним, популярним видом спорту та вагомою частиною бойової підготовки Збройних Сил та співробітників правоохоронних органів. Система побудови багаторічної підготовки спортсменів з рукопашного бою відповідає всім основним положенням теорії та методики спортивної науки і націлена на досягнення максимального можливого результату в змагальній діяльності. Причому, змагальна діяльність з рукопашного бою відбувається у двох дисциплінах «демонстрація прикладної техніки» та поєдинки у розділі «повний контакт», який має напрямок проведення професійних поєдинків та шалену популярність серед глядачів (рис.1).



Рис. 1. Розвиток рукопашного бою в Узбекистані

Мотиваційна складова досягнення високих спортивних результатів у виді класифікаційної системи (присвоєння почесних звань та розрядів) має широкі можливості щодо виконання розрядів та звань, а також вагомий соціальний статус серед спортсменів, тренерів та громадян Узбекистану. Для отримання почесного звання або розряду треба здобути відповідний результат згідно класифікаційних вимог (табл. 1). Звертає на себе увагу факт відсутності у класифікаційній системі додаткових вимог для отримання почесних звань щодо кількості учасників, перемоги та представників регіонів. Такий підхід значно підвищує кількість спортсменів, які можуть виконати розрядні вимоги, особливо на початкових етапах багаторічного вдосконалення.

Класифікаційні вимоги з рукопашного бою в Узбекистані

Рівень змагань	Звання та розряди					
	МСМК	МС	КМС	1	2	3
Чемпіонат Світу	1-3	4-5				
Чемпіонат Світу серед молоді 18-20 років	1					
Чемпіонат Світу серед молоді 16-17 років		2-3				
Чемпіонат Азії	1	2-4				
Чемпіонат Азії серед молоді 18-20 років		2-4				
Міжнародні турніри (не менше 10 країн)		1-2	1-5			
Чемпіонат Узбекистану		1	1-3			
Кубок Узбекистану		1	1-3			
Республіканські турніри			1-3			
Чемпіонат Узбекистану серед молоді			1-3			
Кубок Узбекистану серед молоді			1-3			
Республіканські турніри			1-3			
Міжнародні турніри серед молоді			1-5			
Чемпіонат Узбекистану серед юнаків			1-3			
Республіканські турніри серед юнаків			1-3			
Міжнародні турніри серед юнаків та дівчат			1-5			
Чемпіонати областей, міст			1			
Протягом року отримати 8 перемог над спортсменами 1 розряду або 12 перемог над спортсменами 2 розряду				X		
Протягом року отримати 6 перемог над спортсменами 2 розряду або 8 перемог над спортсменами – учасниками обласних або міських змагань та ін.					X	
Протягом року отримати 4 перемоги над спортсменами 3 розряду або 8 перемог над спортсменами – учасниками обласних або міських змагань й ін.						X

Особливостями побудови системи багаторічної підготовки спортсменів в Узбекистані є визначення етапів підготовки, їх тривалість, вимоги щодо спортивної майстерності, обсягу навантажень, співвідношення засобів різних видів підготовки, проведення контролю та оцінювання різних сторін підготовленості спортсменів, що зазначені в програмних документах (табл. 2), але їх виконання носить умовний характер.

Головним показником оцінювання підготовленості спортсменів є результат змагальної діяльності, не зважаючи на наявність у програмах підготовки ДЮСШ тестів та нормативів з оцінювання різних видів підготовки, але як правило вони носять другорядний характер.

Така тенденція притаманна більшості азіатських країн. Система поясів в Узбекистані відсутня.

Особливості побудови тренувального процесу в Узбекистані

Етапи підготовки	Групи підготовки	Рік навчання	Режим навчально-тренувальної роботи	Вимоги до оцінювання підготовленості
Початковий	Початкової підготовки	1 рік	6	-
		2 рік	8	-
		3 рік	8	-
Навчально тренувальний	Навчально тренувальні	1 рік	12	Масові розряди
		2 рік	14	Масові розряди
		3 рік	16	Масові розряди
		4 рік	18	Масові розряди
		5 рік	20	Масові розряди
Спортивного вдосконалення	Спортивного вдосконалення	1 рік	24	КМС, МС
		2 рік	26	КМС, МС
		Більше 2 років	28	КМС, МС
Вашої спортивної майстерності	Вищої спортивної майстерності	Весь термін	32	МСМК, ЗМС

Розвиток єдиноборств у Польщі відбувається відповідно до загальноєвропейських цінностей, відповідно до побажань громадян республіки. Останніми роками в Європі з'явилися концепції розвитку єдиноборств у вигляді самовдосконалення, без спортивних змагань, які набувають неабиякої популярності. Причиною такого явища, насамперед, є комерціалізація, жорстокість, політичні умови, допінг та дегуманізація, яка притаманна сучасному спорту. Такі обставини значно впливають і на розвиток рукопашного бою (рис. 2).

Загалом, системи бойових мистецтв у Європі та в Польщі зокрема або обирають шлях спорту, або уникають спортивних змагань.

Визначальним фактором побудови навчально-тренувального процесу та оцінювання підготовленості спортсменів є система поясів, яка у Польщі дуже популярна і охоплює майже 100% осіб, які займаються бойовими мистецтвами. Програма багаторічної підготовки спортсменів у Польщі включає у себе вимоги щодо опанування техніки прикладного та змагального напрямків спортивної підготовки. Причому відповідний рівень кваліфікації (Кю), також є допуском до участі у змаганнях і розподілу спортсменів за рівнем підготовленості. Необхідно зазначити, що спортивна складова дуже обширна і дозволяє займатись рукопашним боєм, як системою самовдосконалення (дисципліна «Демонстрація техніки»), так і беручи участь у змагальній діяльності (дисципліна «Поєдинки»).



Рис. 2. Структура спортивної діяльності з рукопашного бою у Польщі

Причому найбільш популярним напрямом змагальної діяльності у польських спортсменів є дисципліна «Демонстрації техніки» (рис. 3).

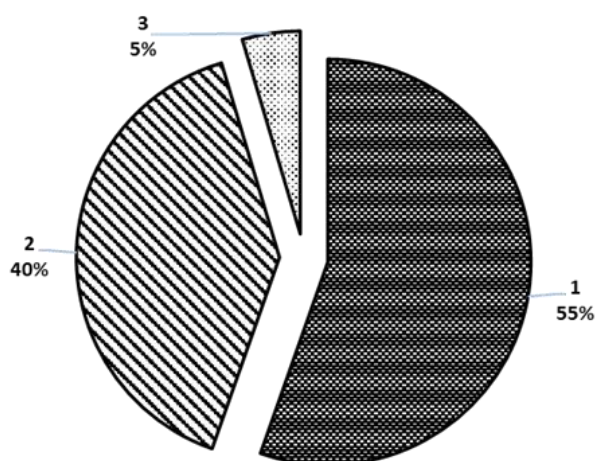


Рис. 3. Розподіл пріоритетності розділів змагальної діяльності у Польщі

Примітка. 1. Дисципліна «Демонстрація техніки».

Примітка 2. Дисципліна «Поєдинки» semi contact.

Примітка 3. Дисципліна «Поєдинки» full contact.

Класифікаційна система та програма підготовки для спортивних шкіл в Польщі відсутня. Система оцінювання підготовленості спортсменів зазначена у програмних документах системи поясів та складається з вимог щодо оцінювання фізичної та технічної готовності.

Аналіз нормативних програмних документів побудови тренувального процесу дозволив визначити тривалість періоду для оцінювання розрядних кваліфікацій яка становить понад шість років.

Установлено відсутність в програмних документах розподілу підготовки по етапах, врахування вимог вікових та статевих особливостей (табл. 3).

Таблиця 3

Побудова тренувального процесу у Польщі, ранги, мінімальний вік отримання, тривалість підготовки

Ранг	Колір поясу	Мінімальний вік отримання	Мінімальний термін підготовки
10 КЮ	Білий	До 14 років	3 місяці
9 КЮ	Білий з однією смужкою	До 14 років	3 місяці
8 КЮ	Білий з двома смужками	До 14 років	3 місяці
7 КЮ	Жовтий	Невизначено	6 місяців
6 КЮ	Помаранчевий	Невизначено	6 місяців
5 КЮ	Зелений	Невизначено	6 місяців
4 КЮ	Синій	Невизначено	6 місяців
3 КЮ	Коричневий з однією смужкою	Невизначено	6 місяців
2 КЮ	Коричневий з двома смужками	Невизначено	12 місяців
1 КЮ	Коричневий з трьома смужками	Невизначено	12 місяців
1 ДАН	Чорний	Невизначено	1 рік

Звертає на себе увагу нетрадиційний підхід щодо оцінювання фізичного розвитку юних вихованців. Звичайні фізичні вправи до четвертого кваліфікаційного учнівського рангу замінені вправами з йоги. Оцінювання спеціальної фізичної підготовленості спортсменів відбувається завдяки виконанню гімнастичних, акробатичних та спеціальних вправ самострахування при різних видах падіння. Звертає на себе увагу відсутність конкретних вимог щодо виконання вправ, їх кількості, критеріїв оцінювання та особливостей виконання (табл. 4).

Основна увага при оцінюванні підготовленості спортсменів приділяється технічній майстерності. Тестові завдання з оцінювання технічної підготовленості складаються з вміння виконувати рухові дії (техніка ударів, кидків, спеціальна прикладна техніка) та вирішувати складні модельні завдання нападу (умовна погроза суперником різними видами нападу). Причому, з кожним кваліфікаційним

рівнем збиваючі фактори ускладнюються. Так, на четвертому кваліфікаційному рівні додатково необхідно вміти протистояти одночасно двом суперникам та володіти технікою захисту від нападу зброєю.

Таблиця 4

Вимоги до оцінювання загальної та спеціальної фізичної підготовленості спортсменів у Польщі

Ранг	Вимоги з оцінювання загальної та спеціально-фізичної підготовки
10, 9 КЮ	Йога, гімнастичні вправи: перекид вперед, падіння вправо-вліво
8 КЮ	Йога, гімнастичні вправи: перекид вперед, падіння вправо-вліво
7 КЮ	Йога, гімнастичні вправи: падіння назад
6 КЮ	Йога, гімнастичні вправи: падіння вперед
5 КЮ	Йога, гімнастичні вправи: падіння з колін
4 КЮ	Йога, гімнастичні вправи: вихід з рук
3 КЮ	Повторення, вдосконалення
2 КЮ	Повторення, вдосконалення
1 КЮ	Повторення, вдосконалення
1 ДАН	Повторення, вдосконалення

У той же час, у ході дослідження нами не виявлено чітких критеріїв щодо виконання прийомів, їх кількості та вимог з оцінювання підготовленості спортсменів.

У четвертому розділі «Оцінювання змагальної діяльності спортсменів, які спеціалізуються в рукопашному бою» представлено дані ретроспективного аналізу еволюції правил спортивних змагань з рукопашного бою.

Весь еволюційний процес розвитку правил змагань з рукопашного бою умовно поділяється на шість етапів (табл. 5), та постійно спрямований на вдосконалення системи оцінювання та суддівства в цілому з метою підвищення видовищності змагальних поєдинків.

Таблиця 5

Етапи еволюційного розвитку правил змагань з рукопашного бою

	№ етапу					
	1 етап	2 етап	3 етап	4 етап	5 етап	6 етап
Тривалість етапу, рр.	≤1996	1996-1999	1999-2004	2004-2017	2017-2021	2021≤

Змагальна діяльність протягом всієї історії існування виду спорту відбувається у двох дисциплінах: «Поєдинки» та «Демонстрація техніки», причому дисципліна

«Демонстрація техніки» тривалий час була обов'язковою для всіх учасників змагань, а сам змагальний розділ не має аналогів в світі та має велику прикладну значимість, чим і притягує увагу різних силових структур та відомств. Результати дослідження довели, що не зважаючи на тривалий період розвитку виду спорту та значну кількість змін правил змагань, проблема оцінювання підготовленості спортсменів досі є актуальною.

У дисципліні «Демонстрація техніки» учасники виконують техніку, що застосовується у стандартних ситуаціях (моделі реального бою) з неозброєним та озброєним противником із застосуванням спецзасобів та зброї.

Дослідженням встановлено, що оцінювання технічної підготовленості спортсменів у рукопашному бою в умовах змагань можливо тільки за допомогою суб'єктивного аналізу, який передбачає замість об'єктивних даних, отримання абстрактної інформації, яка не підтверджується жодними кількісними параметрами, а оцінюється суто суб'єктивно, тобто дається суб'єктивна характеристика руху.

При такому підході першочергового значення набувають рівень знань, чіткі критерії виконання рухових дій, практичний досвід експертів.

Для вдосконалення системи оцінювання технічної підготовленості спортсменів в умовах змагань (виконання модельних ситуацій) була розроблена узагальнена фазова структура виконання захисних і контратакуючих дій (моделі реального бою) розділу демонстрації прикладної техніки та визначені головні завдання, характерні помилки для оцінювання кожної фази окремо та дії в цілому (табл. 6).

Таблиця 6

Фазова структура захисних і контратакуючих дій (моделі реального бою) для оцінювання виконання розділу «Демонстрації прикладної техніки»

№ фази	Назва фази	Головні завдання фази
I	Фаза реагування	Зустріч із противником, аналіз ситуації, прийняття рішення на подальші дії
II	Фаза захисту	Реалізація головних параметрів захисних рухів
III	Фаза безпосередньої підготовки до виконання головної контратакуючої техніко-тактичної дії	Виведення суперника із рівноваги, нанесення розслаблюючого удару зближення, захват
IV	Фаза реалізації головної контратакуючої техніко-тактичної дії	Виконання головної контратакуючої техніко-тактичної дії
V	Фаза завершення	Здійснення больового чи задушливого впливу, добивання в життєво важливі частини тіла або контроль під погрозою застосування зброї

Дослідженням встановлено, що для вирішення завдань модельних ситуацій спортсмени застосовують кидки або спеціальні больові прийоми, надаючи перевагу виконанню кидків (рис. 4).

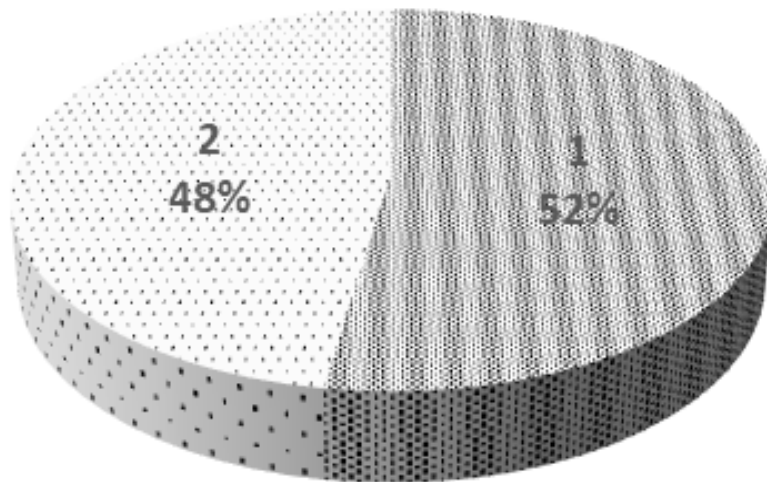


Рис.4. Розподіл виконання контратакуючих техніко-тактичної дій в умовах змагань, % (n=183)

Примітка 1. Кидки.

Примітка 2. Спеціальні больові прийоми.

Отримані результати дозволили зробити висновок, що у рукопашному бою кидки являють собою складну у технічному виконанні групу прийомів і використовуються на близькій дистанції, причому завдяки їх виконанню не досягається кінцева мета двобою або нейтралізації нападу суперника, а лише створюються найбільш сприятливі умови для її вирішення шляхом подальшого нанесення ударів або проведення больових та задушливих прийомів.

Найбільш поширеними кидками у дисципліні «Демонстрація техніки» є задня підніжка та через спину, а найбільш поширеним больовим прийомом є важіль руки на зовні (табл. 7-8).

У процесі дослідження для вдосконалення системи оцінювання нами було визначено: вимоги щодо правильного виконання техніки модельних ситуацій; вимоги щодо правильного виконання техніки звільнення від захоплень та охоплень; вимоги щодо правильного виконання техніки нападу зі зброєю.

Таблиця 7

Склад та кількість виконаних контратакуючих дій (кидків) на змаганнях з дисципліни «Демонстрація техніки» рукопашного бою (n = 96)

Технічні дії	Технічні дії, кількість разів	Відсоток від загальної кількості, (%)
Кидки підсадом	3	3
Кидки захватом ніг	3	3
Кидки через плечі	4	4
Кидки задня підніжка	39	40
Кидки через спину	19	20
Кидки через стегно	7	7
Кидки підсіканням	7	7
Звалювання	10	11
Інші прийоми	4	4
Разом	96	100

Таблиця 8

Склад та кількість виконаних контратакуючих дій (больові прийоми) на змаганнях з дисципліни «Демонстрація техніки» рукопашного бою (n = 87)

Технічні дії	Кількість технічних дій	Відсоток від загальної кількості (%)
Важіль руки всередину	10	11
Важіль руки на зовні	57	66
Загинання руки за спину	17	20
Вузол руки зверху	3	3
Разом	87	100

У п'ятому розділі «**Організаційно-методичні засади системи оцінювання підготовленості юних спортсменів у процесі багаторічної підготовки в єдиноборствах (на матеріалі рукопашного бою)**» було проведено аналіз навчальних програм ДЮСШ.

У ході дослідження нами виявлені вагомі розбіжності за окремими положеннями, що зазначені у програмних документах ДЮСШ та реальній практиці роботи тренерів. Деякі положення не відповідають сучасним вимогам побудови реального навчально-тренувального процесу з рукопашного бою та потребують негайного подальшого доопрацювання.

Згідно вимог програмних документів ДЮСШ головним критерієм оцінювання підготовленості спортсменів є результат змагальної діяльності та виконання

розрядних нормативів та звань. Такий підхід змушує тренерів націлювати навчально-тренувальний процес на участь спортсменів у максимально-можливій кількості змагань для отримання високих спортивних результатів.

Так спортсмени на етапі базової підготовки реально приймають участь у значно більшій кількості змагань, а на етапі підготовки до вищих досягнень, навпаки приймають участь у змаганнях майже у два рази менше, ніж зазначено у річному навчальному плані підготовки (табл. 9).

Таблиця 9

Орієнтовний розподіл змагальних навантажень у річному циклі на різних етапах підготовки спортсменів

Зміст	Групи									
	початкової підготовки		базової підготовки				спеціалізованої підготовки		підготовки до вищих досягнень	
	рік навчання									
	1й	2й	1й	2й	3й	4й	1й	2й	3й	весь період
Кількість змагань на рік згідно навчального річного плану підготовки у редакціях програм ДЮСШ 2010 р., 2019 р.	3-4	3-4	4-5	5-6	6-7	6-7	6-8	6-8	6-8	7-10
Розподіл змагальних навантажень у редакціях програм ДЮСШ 2010 р., 2019 р.	2-3	3-4	4-5	5-6	6-7	7-8	8-9	9-10	10-11	12-14
Реальна кількість змагань протягом року	7-8	8-9	9-10	10-11	10-11	9-10	9-10	8-9	8-9	6-7

Дослідженням також встановлено, що юні спортсмени беруть участь у змаганнях зі споріднених видів спорту.

Не відповідність побудови реального тренувального процесу програмним нормативним документам також спостерігається у співвідношення засобів фізичної, спеціальної та техніко-тактичної підготовки, особливо на початкових етапах багаторічного вдосконалення (табл. 10).

Таблиця 10

Співвідношення засобів фізичної та техніко-тактичної підготовки за роками навчання згідно програми ДЮСШ і практичної роботи тренерів, %

Зміст	Групи									
	початкової підготовки		базової підготовки				спеціалізованої підготовки			підготовки до вищих досягнень
	рік навчання									
	1й	2й	1й	2й	3й	4й	1й	2й	3й	весь період
Загальна фізична підготовка, програма ДЮСШ	50	50	35	35	35	35	20	20	20	15
Загальна фізична підготовка, реальна тренерська практика	40	40	30	30	30	30	20	20	20	15
Спеціальна фізична підготовка, програма ДЮСШ	40	40	50	50	50	50	40	40	40	20
Спеціальна фізична підготовка, реальна тренерська практика	40	40	40	40	40	40	40	40	40	20
Техніко-тактична підготовка, програма ДЮСШ	10	10	15	15	15	15	40	40	40	65
Техніко-тактична підготовка, реальна тренерська практика	20	20	30	30	30	30	40	40	40	65

Оцінювання спеціальної та загальної фізичної підготовленості спортсменів відбувається один раз на рік за визначеними тестами та нормативами, що зазначені у програмних документах, як правило при переведенні спортсмена на наступний етап підготовки.

Важливою проблемою організації щорічного оцінювання юних спортсменів є відсутність мотиваційної складової і, як наслідок, недбале виконання, або проведення оцінювання на папері.

Нормативи та тести, що запропоновані програмою ДЮСШ не сприяють створенню умов усебічного розвитку основних фізичних якостей юних спортсменів, не враховують особливості рукопашного бою та його широкий технічний арсенал, спеціалізацію змагальної діяльності. Така обставина потребувала значного корегування існуючої системи підготовки юних спортсменів та створення нових підходів щодо системи оцінювання підготовленості спортсменів, враховуючи досвід багатьох країн світу.

У шостому розділі «**Основні положення концепції системи поясів як підгрунтя оцінювання підготовленості юних спортсменів у рукопашному бою**» нами було встановлено, що система поясів як підгрунтя оцінювання підготовленості спортсменів властива багатьом видам сучасних єдиноборств, які використовують пояси для визначення рівня майстерності та прогресу учнів. Особливо така тенденція прослідковується в видах єдиноборств, де атрибутом одягу є кімоно і пояс – фундаментальний елемент, що відрізняє певні види єдиноборств від будь-яких інших спортивних дисциплін. Дослідженням встановлено, що система поясів може змінюватись у залежності від стилю бойового мистецтва, школи, федерації та країни, але у більшості має багато спільного в багатьох видах спортивних єдиноборств (рис. 5).



Рис. 5. Узагальнена структура системи поясів як підгрунтя оцінювання підготовленості юних спортсменів

Основою системи поясів є оцінювання підготовленості спортсменів за різними видами підготовки, яке дає право носіння певного поясу.

Для більш детального розуміння побудови системи оцінювання, що базується на засадах системи поясів нами було проаналізовано відповідні нормативні програмні документи найбільш популярних у світі видів спортивних єдиноборств (джудо, карате, джиу-джитсу, тхеквон-до) (табл. 11).

Отримані результати дослідження свідчать, що система поясів як підгрунтя оцінювання підготовленості вихованців спортивних секцій направлена насамперед на розширення та вдосконалення техніко-тактичного арсеналу притаманного певному виду єдиноборств. У ході роботи встановлено, що велика увага при визначенні підготовленості спортсменів приділяється теоретичній підготовці, яка присутня в нормативних документах всіх досліджуваних видів єдиноборств.

Особливості побудови системи поясів в різних видах єдиноборств

Особливості побудови системи поясів	Вид єдиноборств			
	Карате	Джиу-джитсу	Дзюдо	Тхеквондо
Кількість початкових рангів	10 КЮ	10 КЮ	6 КЮ	10 КУП
Тривалість підготовки до отримання чорного поясу	6-7 років	6-7 років	6-7 років	4-5 років
Мінімальний вік отримання поясу	Невизначено	9 років	9 років	Невизначено
Основана направленість оцінювання	ОФП, СФП, теорія, техніка	ОФП, СФП, теорія, техніка	Теорія, техніка	Теорія, СФП, техніка

У той же час дослідженням виявлено ряд характерних недоліків у притаманних системі поясів у різних видах єдиноборств, а саме: відсутність чітких критеріїв щодо оцінювання виконання технічних дій – як правило оцінювання відбувається за суб'єктивними ознаками і в більшості залежить від рівня кваліфікації та досвіту експертів; невизначеність вікових та статевих особливостей виконання окремих завдань з техніко-тактичної та фізичної підготовки; невідповідність позначення рівня кваліфікації на учнівські ступені в різних єдиноборствах, особливо на початкових етапах; наявність різниці у кількості кваліфікаційних рангів та тривалості підготовки на різних етапах технічного вдосконалення; необґрунтованість та неможливість виконання масово окремих завдань з спеціальної та загальної фізичної підготовки.

Отримані результати роботи дозволили зробити висновок, що з'явившись більше ста років тому, в багатьох видах єдиноборств система поясів майже не потерпала змін, залишаючись підтримувати погляди та закономірності, що були закладені в минулих сторіччях, не зважаючи на те, що наукові досягнення в галузі спортивної науки зробили крок далеко вперед.

Згідно з сучасними уявленнями про побудову системи тренування в різних видах єдиноборств, для подальшого ефективного існування, система поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів потребувала негайних змін, розробки концепції, систематизації та впровадження нових сучасних технологій оцінювання з урахуванням наукових досягнень в галузі спортивної науки.

Уявлення про те, що система поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів на її різних стадіях має бути представлена у вигляді цілісної системи, знайшло відображення у запропонованій концепції, яка розглядається як система пов'язаних між собою блоків-етапів, які впливають один на одного (рис.6).

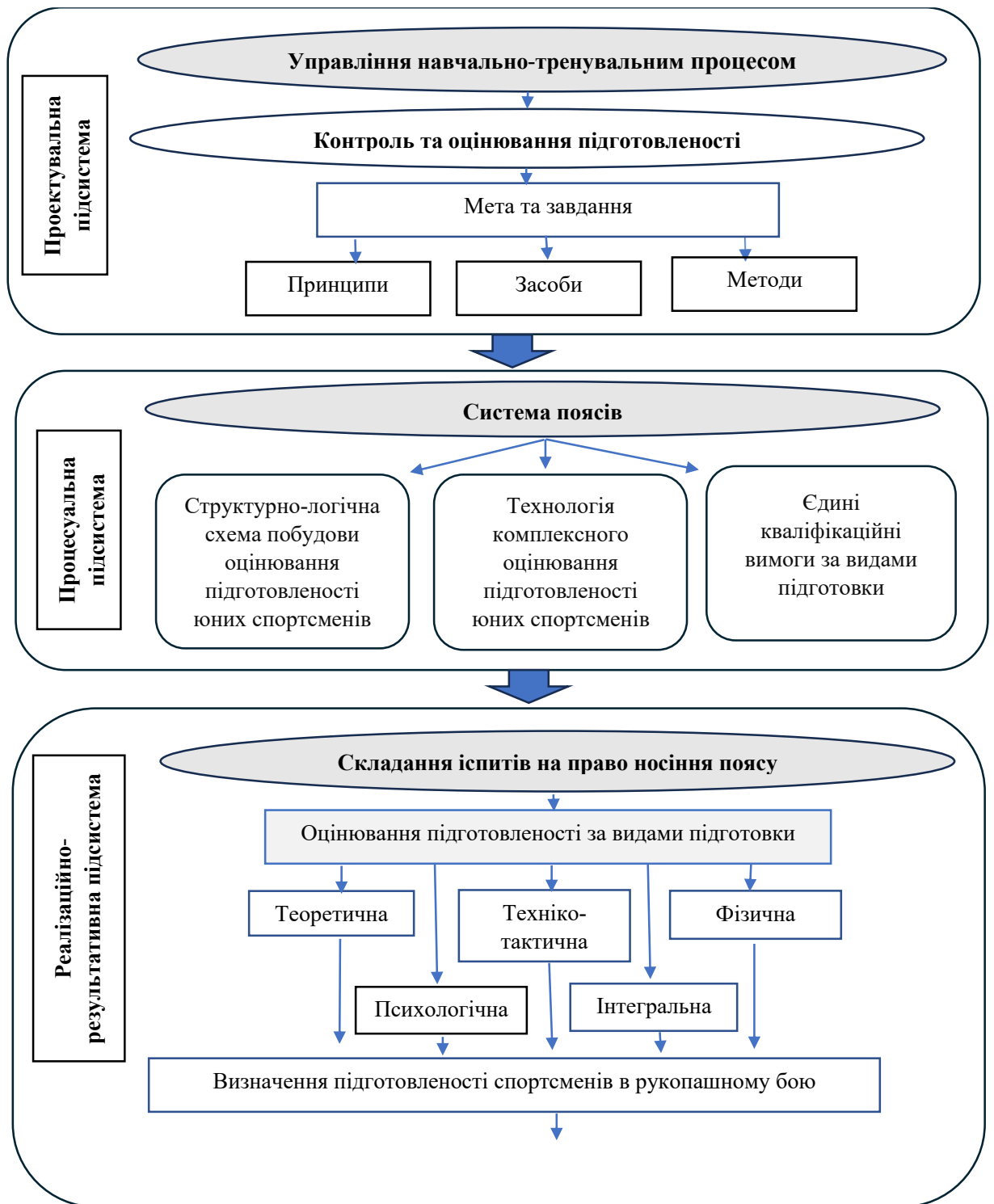


Рис. 6. Концепція системи поясів рукопашного бою

Перший блок – проектувальна підсистема, яка включає в себе визначення мети, завдань, методів, принципів та засобів побудови системи оцінювання, базується на засадах системи поясів (на матеріалі рукопашного бою).

Другий блок – процесуальна підсистема, яка визначає структурно-логічну схему побудови оцінювання, технологію комплексного оцінювання підготовленості юних спортсменів та єдині кваліфікаційні вимоги за видами підготовки.

Третій блок – реалізаційно-результативна підсистема, що безпосередньо передбачає оцінювання підготовленості, визначення рівня кваліфікації та надання права носіння поясу певного кольору.

Мета концепції – обґрунтувати необхідність, умови та основні напрямки побудови системи поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів у рукопашному бою відповідно до сучасних тенденцій розвитку європейських та світових єдиноборств.

Завдання концепції: визначити нові підходи до системи оцінювання підготовленості спортсменів у рукопашному бою; обґрунтувати нову стратегію системи оцінювання у багаторічній підготовці юних рукопашників з урахуванням європейських та світових тенденцій; розробити технологію комплексного оцінювання підготовленості юних спортсменів у рукопашному бою; визначити критерії оцінювання у системі поясів у рукопашному бою.

Раціональна побудова концепції системи поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів, спрямована на широту та обсяг охоплення населення заняттями рукопашним боєм, регулярність тренувань, підвищення рівня підготовленості, особисті спортивні результати та передбачає: створення технології комплексного оцінювання підготовленості спортсменів, що базується на засадах системи поясів відповідно до сучасних світових тенденцій розвитку єдиноборств, взаємодію всієї системи загальнодоступного, дитячо-юнацького, резервного, адаптивного спорту та спорту вищих досягнень відповідно до сучасних світових тенденцій розвитку єдиноборств; розподіл функцій та можливостей різних державних, громадських організацій та особливих можливостей у вирішенні завдань залучення населення до занять рукопашним боєм; підвищення рівня спеціально-прикладної ті військової готовності, підготовки найближчого та віддаленого резерву збірних команд; забезпечення оптимального співвідношення засобів підготовки, полегшення тренувальних навантажень для осіб, які займаються на різних етапах, що передбачає постійне зменшення відсіву недостатньо перспективних спортсменів і приплив перспективних дітей; створення організаційних та методичних умов для несуперечливого та ефективного оцінювання підготовленості юних спортсменів; виявлення спортивно обдарованих дітей та ефективної реалізації їх можливостей у змагальній діяльності, орієнтованій на максимальні досягнення можливих результатів.

Методологічною основою забезпечення концепції системи поясів є дотримання наступних принципів: мінімізація педагогічних, психологічних та організаційних помилок та упущень у процесі підготовки; безперервний контроль стану систем організму спортсмена у процесі виконання тренувальних та змагальних навантажень; оптимізація (з тенденцією до мінімізації) обсягів, інтенсивності тренувальних навантажень та динаміки їх ритмів у тренувальному процесі на різних стадіях спортивної підготовки та окремих тренувальних занять; профілактика травм та захворювань у періоди інтенсивної підготовки до участі у кваліфікаційних виступах або змаганнях.

Організаційною основою концепції системи поясів є інтенсифікація розвитку спортивної науки та технологій за пріоритетними напрямками: пошук нових

нетрадиційних технологій та альтернативних підходів до вдосконалення структури та підвищення ефективності спортивної підготовки на різних стадіях тренувального процесу; формування ефективної системи інформаційно-аналітичного забезпечення процесів розвитку загальнодоступного спорту; удосконалення системи підготовки та перепідготовки кадрів на основі цілеспрямованої їх стимуляції, безперервної освіти та самоосвіти, формування потреби в джерелах систематичної інформації про науково-технологічні інновації у сфері професійної діяльності; удосконалення положень, нормативно-правових актів, програм та навчальних планів, завдяки яким здійснюється підготовка спортсменів на різних етапах багаторічного вдосконалення, розробка критеріїв ефективності роботи організацій та тренерів, залучення зазначених факторів до багаторічної підготовки на її різних рівнях та ін.

У цьому розділі «**Основні положення системи поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості юних спортсменів у рукопашному бою**» було обґрунтовано доцільність розробки системи оцінювання, яка базується на засадах системи поясів.

Дослідження мотиваційно складової підлітків, які займаються рукопашним боєм на різних етапах багаторічного вдосконалення, довело, що кількість бажаючих приймати участь у змаганнях з переходом на наступний етап підготовки скорочується, а бажання скласти іспити з метою отримання поясу залишається відносно високим (табл. 12).

Таблиця 12

Результати дослідження мотивації підлітків, які займаються рукопашним боєм на різних етапах спортивного вдосконалення (n=401)

Етап підготовки	Мотив		Кількість, п
	Брати участь у змаганнях, %	Брати участь у іспитах на право носіння поясу, %	
Групи спортивно-оздоровчої підготовки	82	96	137
Групи початкової підготовки (8-10 років)	86	96	112
Групи базової підготовки (10-14 років)	75	92	94
Групи спеціалізованої підготовки (14-17 років)	54	89	58

У той же час, система поясів майже у повному обсязі задовольняє соціальні амбіції дітей, бажаючих швидше отримати певне свідоцтво про міру досягнень, але які не мають на даному етапі можливостей для вдалого виступу у змаганнях, на відміну від змагальної діяльності, в результаті якої, при умові участі у ваговій категорії 20–30 спортсменів, лише троє учасників будуть мати позитивний результат, а повністю задоволеним буде лише переможець змагань (рис. 7).

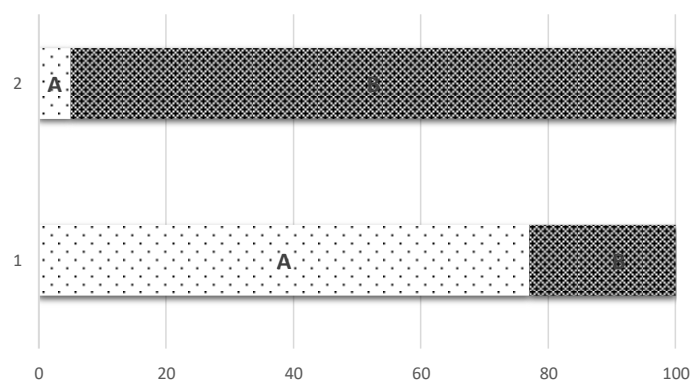


Рис. 7. Дані кількості учасників змагальної (n=546) та атестаційної діяльності (n=138), які досягли позитивного результату за різними напрямками, %

Примітка 1. Змагальна діяльність.

Примітка 2. Атестаційна діяльність.

Примітка 3. А – негативний результат.

Примітка 4. В – позитивний результат.

Отримані в попередніх розділах роботи результати визначають, що у світовій практиці єдиноборств, система поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів - вид соціальної діяльності, який дає можливість мільйонам людей вдосконалювати свої фізичні якості та рухові можливості, зміцнювати здоров'я, опанувати прикладні навички і продовжувати творче довголіття, а значить, протистояти небажаним впливам на організм фізичних чинників та умов повсякденного життя.

Отже, виходячи із зазначеного, головною метою системи поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів у рукопашному бою є досягнення можливого для даного учня рівня техніко-тактичної, фізичної і психологічної підготовленості, обумовленого специфікою рукопашного бою. Загальна структура системи поясів представлена на рис. 8.

При цьому основними завданнями системи поясів є: зміцнення здоров'я та поліпшення фізичного розвитку та підготовленості; всебічний гармонійний розвиток особистості; удосконалення техніки і тактики рукопашного бою; розвиток рухових якостей; забезпечення необхідного рівня психологічної підготовки; підвищення функціональних можливостей окремих систем організму, рівня загальної та професійної працездатності; надбання теоретичних знань і практичного досвіду, які необхідні для успішної спортивної діяльності та у повсякденному житті; оволодіння життєво-необхідними прикладними (військовими) вміннями та навичками; активний відпочинок; спілкування.

Головна відмінність системи поясів від спорту вищих досягнень полягає у тому, що спортивна діяльність не стає домінуючою в індивідуальному способі життя людини та будується у лімітуючій залежності від іншої діяльності, яка займає провідне місце у житті (освітня, професійна діяльність). Тренувальні навантаження

відбуваються у щадних режимах, а витрати часу та зусиль на спортивні заняття досить чітко обмежені, що, безумовно обмежує і рівень спортивних досягнень.



Рис. 8. Структура системи поясів

Враховуючи зазначене, критеріями оцінювання у системі поясів є: рівень володіння технікою та тактикою рукопашного бою; рівень розвитку фізичних якостей; рівень інтегральної підготовленості; рівень надбання теоретичних знань.

Направленість системи поясів на технічне вдосконалення, фізичний розвиток та духовну практику не означає, що особистісні спрямування спортсмена позбавлені прагнення досягнути можливо високих результатів. Таке прагнення стимулюється сутністю та внутрішньою організацією спорту в цілому, але об'єктивні умови реалізації спортивних прагнень у межах системи поясів мають свої обмеження.

Важливою складовою системи поясів є кваліфікаційні вимоги, зміст яких складається з теоретичного та практичного розділів (рис. 9).

Теоретичний розділ - це історія, термінологія, філософське обґрунтування, етикет, знання правил змагань та структури міжнародної федерації з виду спорту. Практичний розділ - це опанування техніко-тактичного арсеналу, притаманного виду єдиноборств та оцінка розвитку певних якостей.

Враховуючи, що система оцінювання підготовленості спортсменів, що базується на засадах системи поясів є також і визначенням рівня спортивної кваліфікації та допуску спортсменів до змагальної діяльності в багатьох видах єдиноборств та рукопашному бою зокрема, нами було її інтегровано до загальної системи підготовки спортсменів (табл.13).

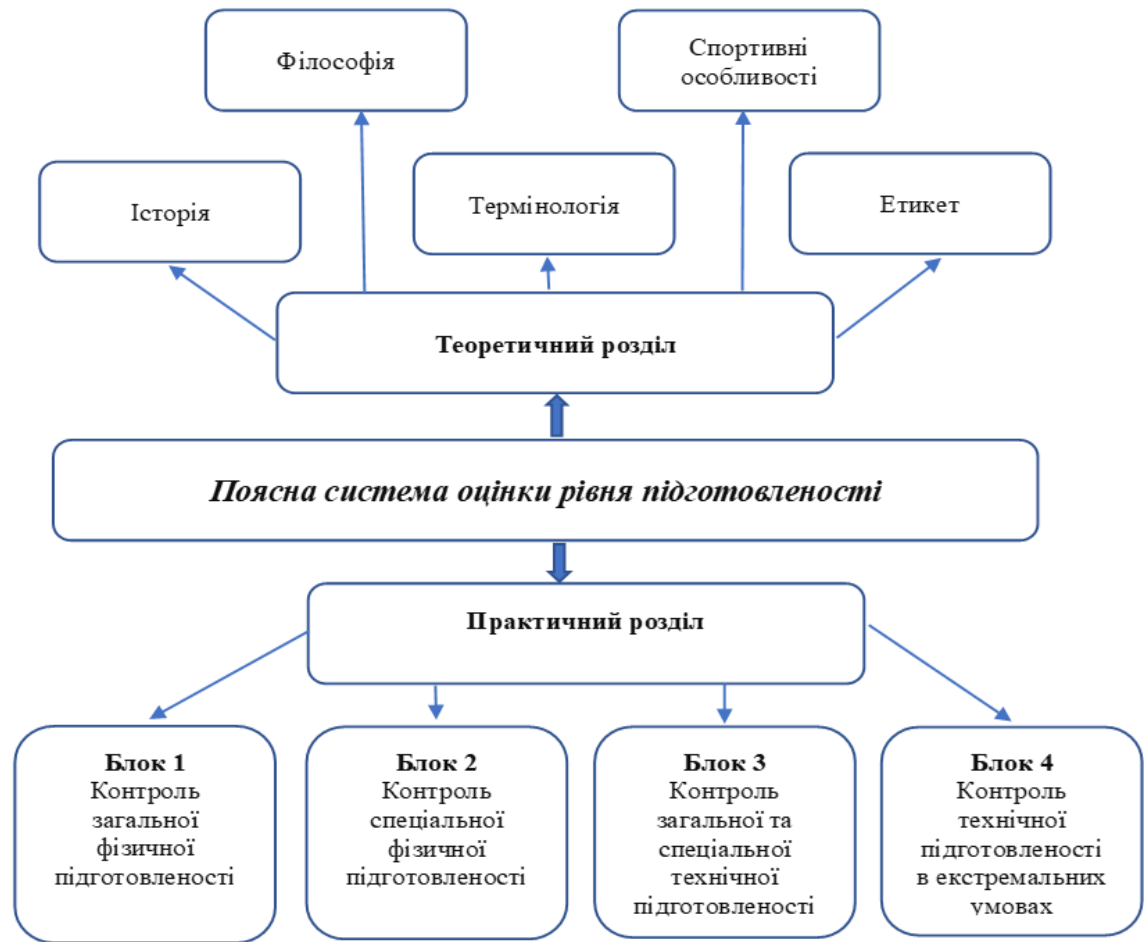


Рис. 9. Блок-схема системи оцінювання підготовленості спортсменів, які спеціалізуються у рукопашному бою

Таблиця 13

Схема інтеграції системи поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів з системою багаторічної підготовки

<i>Перша стадія спортивної підготовки</i>					
<i>Система</i>	Вік вихованців				
	6-8	9-10	11-13	14-15	16 і більше
<i>Система багаторічної підготовки</i>		Етап початкової підготовки	Етап попередньої базової підготовки;	Етап спеціалізованої базової підготовки	Етап підготовки до вищих досягнень
<i>Система поясів</i>	Етап попередньої майстерності	Етап початкової майстерності	Етап базової майстерності	Етап підготовки до вищої майстерності	Етап вищої майстерності

Необхідно зазначити, що основними факторами визначення вікових меж та тривалості етапів становлення спортивної майстерності у системі поясів стали

об'єктивні закономірності вікового розвитку дітей, адаптація різних функціональних систем до тренувальних і змагальних впливів.

З нашої точки зору, для ефективної інтеграції системи поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів у загальну систему багаторічної підготовки, доцільно її розділити на п'ять етапів, пов'язуючи цей процес із віком, кваліфікацією та найбільш сприятливими для розвитку фізичних якостей "сенситивними" періодами розвитку організму спортсмена (табл. 14).

Таблиця 14

**Вимоги до спортивної майстерності, віку, тривалості підготовки
вихованців на різних етапах системи поясів**

Орієнтовний вік	Ранг	Тривалість етапу	Колір поясу	Вимоги до підготовленості
Етап попередньої майстерності				
6		півроку	білий	ЗФП, СФП, ТТП
7	14 КЮ	півроку	фіолетовий	ЗФП, СФП, ТТП
7	13 КЮ	півроку	фіолетовий	ЗФП, СФП, ТТП
8	12 КЮ	півроку	червоний	ЗФП, СФП, ТТП
8	11 КЮ	півроку	червоний	ЗФП, СФП, ТТП
Етап початкової майстерності				
9	10 КЮ	півроку	помаранчевий	ЗФП, СФП, ТТП
9	9 КЮ	півроку	помаранчевий	ЗФП, СФП, ТТП
10	8 КЮ	півроку	синій	ЗФП, СФП, ТТП
10	7 КЮ	півроку	синій	ЗФП, СФП, ТТП
Етап базової майстерності				
11	6 КЮ	півроку	жовтий	ЗФП, СФП, ТТП
11	5 КЮ	півроку	жовтий	ЗФП, СФП, ТТП
12	4 КЮ	1 рік	зелений	ЗФП, СФП, ТТП
13	3 КЮ	1 рік	зелений	ЗФП, СФП, ТТП
Етап підготовки до вищої майстерності				
14	2 КЮ	1 рік	коричневий	ЗФП, СФП, ТТП
15	1 КЮ	1 рік	коричневий	ЗФП, СФП, ТТП
Етап вищої майстерності				
16	1 ДАН	1 рік	Чорний	ЗФП, СФП, ТТП

Таким чином, кожному етапу в системі поясів відповідає порівняно однорідний за рівнем кваліфікації контингент спортсменів, певні тимчасові межі (терміни), а також специфічна сукупність розв'язуваних завдань та засобів, що використовуються для цього, методів, показників, вибір яких здійснюється з урахуванням особливостей рукопашного бою.

Необхідно зазначити, що основним завданням всіх етапів у системі поясів є контроль різних видів підготовленості спортсмена за допомогою спеціальних тестових завдань і об'єктивних кількісних показників. При цьому, цей контроль охоплює весь процес багаторічної підготовки спортсменів, а кожний етап системи поясів збігається з відповідним етапом багаторічної підготовки спортсмена.

Систему поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів необхідно розглядати як систематичний багатоступінчастий процес, який здійснюється у ході багаторічної підготовки спортсменів. Протягом всіх етапів спортивної майстерності тренувальний процес носить комплексний характер з паралельним удосконаленням різних сторін підготовленості юних рукопашників, але з переважною спрямованістю на техніко-тактичне вдосконалення. На цих етапах важливе кожне чергове заняття проводити на тлі повного відновлення після попереднього. Здійснюється це шляхом підтримки стандартного щотижневого обсягу роботи та постійного співвідношення тренувальних засобів різної спрямованості, які не допускають недовідновлення на час проведення чергового заняття.

Принципово важливим моментом побудови підготовки, враховуючи систему поясів, є відсутність річної періодизації, націленої на досягнення високих результатів у змагальній діяльності. Основою системи поясів є іспити на право носіння чергового поясу, які повинні природно вписуватись у тренувальний процес.

Підготовка при цьому певною мірою передбачає спеціалізований характер і вже пов'язана з основною діяльністю – складанням іспитів на право носіння поясу. Це спричиняє і відповідну періодизацію річної підготовки з особливостями двоциклового планування у зв'язку з участю в іспитах за системою «літо-осінь» або «зима-весна», де чітко виражені два макроцикли.

Такий підхід до побудови загальної структури річної підготовки триває до певного рівня кваліфікації (4 КЮ) 12 років. Потім, з урахуванням підвищення кваліфікаційних нормативів та тестових завдань, іспити на право носіння чергового поясу відбуваються один раз на рік, з відповідною періодизацією річної підготовки та особливостями одноциклового планування.

Також, для вирішення поставлених завдань по ефективному плануванню і розподілу навчального матеріалу системи поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів нами було запропоновано ввести у практичну діяльність, чотири додаткових кваліфікаційних ступеня (14 КЮ, 13 КЮ, 12 КЮ, 11 КЮ) та відповідно – стадію попередньої майстерності.

У восьмому розділі **«Обґрунтування системи оцінювання підготовленості юних спортсменів у рукопашному бою та розробка технології її впровадження»** нами було встановлено, що рукопашний бій відноситься до видів спорту, у яких оцінювання технічної майстерності вихованців визначається заснованими на

зорових враженнях думками експертів, коли суттєвими є зовнішній ефект та емоційність виконуваних дій. Така обставина потребувала розробки технології оцінювання техніко-тактичної підготовленості юних спортсменів (рис. 10).

Загальна схема оцінювання підготовленості спортсменів у системі поясів включає в себе контроль теоретичної, фізичної, технічної, тактичної підготовленості на різних етапах становлення спортивної майстерності. Визначення рівня кваліфікації у системі поясів є комплексною оцінкою за різними видами підготовки (рис. 11).

Визначення рівня кваліфікації у системі поясів є комплексною оцінкою та визначається за формулою:

$$\Sigma(KO) = \text{Блок I} + \text{Блок II} + \text{Блок III} + \text{Блок IV} + \text{Блок V}$$

де КО – комплексна оцінка рівня підготовленості за видами підготовки у системі поясів;

блок I – середній показник виконання тестів та нормативів з загальної фізичної підготовки; блок II – середній показник виконання тестів та нормативів з спеціальної фізичної підготовки; блок III – середній показник виконання тестів та нормативів з техніко-тактичної підготовки; блок VI – середній показник виконання тестів та нормативів з інтегральної підготовки; блок V – середній показник виконання завдань з теоретичної підготовки.

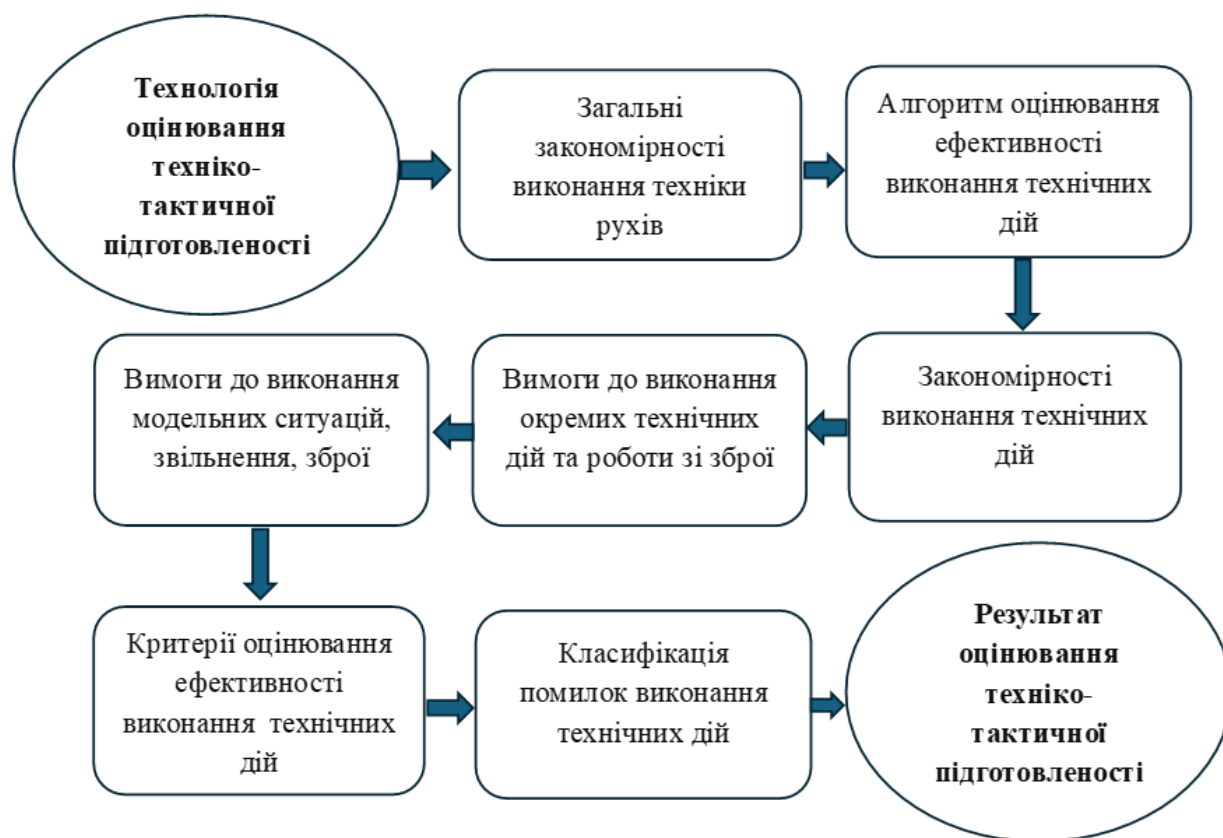


Рис. 10. Технологія оцінювання техніко-тактичної підготовленості юних спортсменів

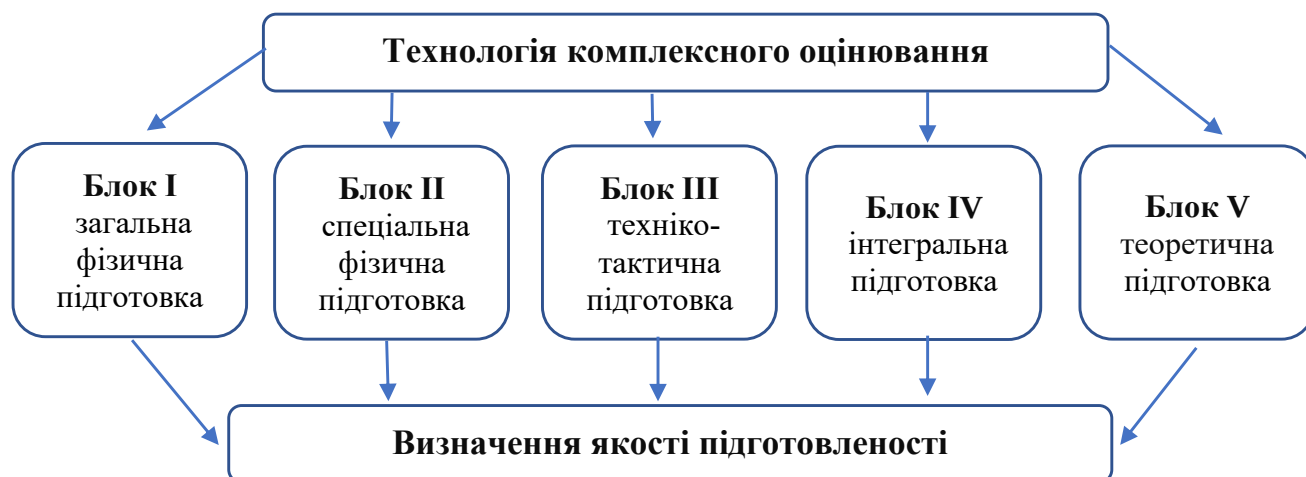


Рис. 11. Технологія комплексного оцінювання підготовленості спортсменів у системі поясів

Шкала визначення якості комплексного оцінювання підготовленості спортсменів у системі поясів подана в табл. 15.

Таблиця 15

Шкала оцінювання підготовленості спортсменів у системі поясів

Рейтинг за 50 бальною школою	Оцінка якості підготовленості
41 - 50 балів	Відмінна
31 - 40 балів	Добра
21 - 30 балів	Задовільна
≥ 20 балів	Погана, іспит нескладно

У дев'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» узагальнено отримані результати, окреслено їх практичну і теоретичну значущість, висвітлено дискусійні питання. На підставі цього сформульовано наукові положення трьох рівнів новизни (підтверджено, доповнено, вперше).

Результатом проведеного дослідження стало **підтвердження** даних:

щодо організаційно-методичних особливостей системи оцінювання підготовленості в процесі багаторічної підготовки спортсменів у єдиноборствах (на матеріалі рукопашного бою) (О. Молоков, 2009; І. Вако, 2016) та особливості застосування техніко-тактичних дій у змагальній діяльності кваліфікованих спортсменів із рукопашного бою (Ю. Тропін, 2021; І. Вако, Ю. Радченко, 2022; В. Крутов, В. Костюченко, 2024).

Матеріали проведеного дослідження **доповнюють та розширюють** наявні результати щодо підвищення ефективності навчально-тренувального процесу юних

спортсменів, які спеціалізуються в рукопашному бою (А. Чернозуб, Р. Адамович, І. Штефюк, 2019; Ю. Радченко, 2023).

У результаті дослідження було отримано нові дані, а саме уперше:

- сформовано на підставі теоретичного аналізу й узагальнення даних, передової спортивної практики, власних експериментальних досліджень систему знань, яка розглядає концепцію системи поясів, як підґрунтя оцінювання підготовленості юних спортсменів у рукопашному бою в органічному взаємозв'язку з урахуванням сучасних вимог розвитку єдиноборств;
- інтегровано систему поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів у рукопашному бою в загальну систему багаторічної підготовки спортсменів;
- сформовано цілісне уявлення про систему знань щодо особливостей функціонування системи поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів у різних видах спортивних єдиноборств;
- обґрунтовано та розроблено зміст та структуру «Єдиних кваліфікаційних вимог» як важливого елементу оцінювання підготовленості юних спортсменів у рукопашному бою;
- проведено аналіз й узагальнення досвіду оцінювання підготовленості юних спортсменів у єдиноборствах, зокрема в рукопашному бою;
- обґрунтовано основні положення системи поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів у рукопашному бою;
- проведено ретроспективний аналіз змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів, які спеціалізуються в рукопашному бою та визначено її сучасний стан;
- представлено систему поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості юних спортсменів у рукопашному бою як взаємозалежний багаторічний процес, який спрямовано на максимальну реалізацію індивідуальних можливостей, спортсменів;
- теоретично обґрунтовано та розроблено технологію комплексного оцінювання підготовленості спортсменів у рукопашному бою.

Отже, проведені дослідження дали можливість обґрунтувати ряд нових наукових положень, які в цілому вирішують важливу наукову проблему, пов'язану з розробкою концепції оцінювання підготовленості юних спортсменів, які спеціалізуються в рукопашному бою.

ВИСНОВКИ

1. Сучасна система багаторічного тренування, враховуючи систему контролю та оцінювання підготовленості спортсменів, у спортивних єдиноборствах і рукопашному бою зокрема, націлена на формування високого рівня майстерності спортсменів для отримання максимально можливого змагального результату на різних етапах багаторічного вдосконалення. Такий підхід спонукає тренерів до підвищення обсягів спеціалізованої роботи, у тому числі за рахунок участі спортсменів у максимально можливій кількості змагань з настановами на перемогу. Але, значна частина бажаючих займатися спортивними єдиноборствами мотивована не на досягнення спортивних результатів та не на заняття призових місць, а на оволодіння певними вміннями, формування відповідного психологічного стану та розвиток різноманітних якостей. Впровадження системи оцінювання підготовленості спортсменів, що базується на досвіді розвитку різних видів

спортивних єдиноборств у зарубіжних країнах, дозволяє реалізовувати новітні програми підготовки за участю великої кількості населення, метою яких є насамперед формування фізичного здоров'я, моральної стійкості та соціальної адаптації, покращення розвитку фізичних якостей, набуття прикладних навичок, а не участь та перемога на змаганнях.

2. Проблема наукового обґрунтування системи оцінювання, що базується на засадах системи поясів, є актуальною на сучасному етапі розвитку спортивних єдиноборств. З'явившись понад десятки років тому в багатьох видах єдиноборств, система поясів майже не зазнала змін, незважаючи на те, що наукові досягнення в галузі спортивної науки зробили крок далеко вперед. Згідно із сучасними уявленнями про побудову системи тренування в різних видах єдиноборств, для подальшого ефективного існування як інструменту розвитку масового спорту, система поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів, потребувала негайних змін, упровадження нових сучасних технологій з урахуванням наукових досягнень у галузі спортивної науки.

3. Сьогодні в світі існують різні варіанти моделей розвитку рукопашного бою. Кожній моделі розвитку виду спорту притаманні свої особливості щодо мети, завдань, умов фінансування, ролі й місця в державі, форм організації тренувального процесу та змагальної практики, кадрового потенціалу, а головне – побудови системи оцінювання підготовленості спортсменів. У світі утворилися три основні моделі розвитку рукопашного бою – радянська, європейська, комбінована. Для більш детального розуміння особливостей їх функціонування досліджено та зіставлено систему підготовки й оцінювання підготовленості спортсменів Республіки Узбекистан (радянська модель), польських спортсменів (європейська модель) та українських (комбінована модель). Згідно з отриманими даними, узбецькі спортсмени здебільшого спеціалізуються в змагальній діяльності в дисципліні «Поєдинки» з повного контакту. Головна мета – отримання максимально можливого змагального результату на різних етапах багаторічного вдосконалення. Оцінювання підготовленості спортсменів відбувається, передусім, за результатами змагальної діяльності, отримання звань, розрядів і складання нормативів із різних видів підготовки. Польські спортсмени переважно підвищують свій рівень готовності для можливості отримання чергового пояса. Змагальна діяльність не є профілюючою. Найпоширенішим мотивом для заняття єдиноборствами є бажання навчитися самозахисту, щоб отримати відчуття безпеки й покращити фізичну форму. У змагальній практиці спортсмени спеціалізуються в дисциплінах «Демонстрація техніки» з формального комплексу (ката) та «Поєдинки» з легкого контакту. Оцінювання підготовленості спортсменів відбувається завдяки складанню іспитів на право носіння пояса певного кольору (система поясів).

4. Дисципліна спортивних змагань «Демонстрація прикладної техніки» притаманний лише рукопашному бою, а кожен вид нападу створює свої неповторні умови для виконання та оцінювання тих чи інших прийомів. Особливостями суддівства цього напряму є суб'єктивний підхід щодо системи оцінювання дій учасників, що впливає на визначення переможців. Для підвищення ефективності оцінювання дій учасників розроблено узагальнену фазову структуру, яка

складається з фаз реагування, безпосередньої підготовки до виконання головної контратакуючої дії, реалізації головної контратакуючої дії, завершення й визначення завдання кожної фази.

5. Змагальна діяльність у рукопашному бою має свої особливості щодо застосування техніко-тактичних дій. Розподіл змагальних ситуацій, пов'язаних з ударами руками неозброєного противника руками ($n = 26$): 1 прямі удари руками – 23 %; удари руками збоку – 27 %; удари руками знизу – 4 %; удари руками зверху – 38 %; удари руками навідмаш – 8 %; удари неозброєного противника ногами ($n = 36$): прямі удари ногами – 20 %; удари ногами збоку – 61 %; удари ногами в бік – 19 %. Розподіл застосування модельних ситуацій в умовах змагань із цих напрямів: удари озброєного противника палкою ($n = 32$): прямі удари палкою – 50 %; удари палкою збоку – 13 %; удари палкою зверху – 34 %; удари палкою навідмаш – 3 %; удари неозброєного противника ножом ($n = 27$): удари ножом збоку – 19 %; прямі удари ножом – 33 %; удари ножом знизу – 37 %; удари ножом зверху – 11 %. Найбільш поширеними є завдання щодо звільнення від охоплення тулуба з руками під час підходу ззаду й обхвату тулуба без рук у разі підходу спереду – відповідно, по 27 %, інші модельні ситуації застосовуються значне менше, а саме: звільнення від захватів за шию під час підходу ззаду 12 %, від обхвату тулуба з руками в разі підходу спереду й захвату за кисті рук по 9 %, від охоплення тулуба без рук під час підходу ззаду, захоплення за одяг та за шию під час підходу спереду. Особливу увагу повинна приділятися напряду обеззброювання. Зазвичай, загроза зброєю відбувається в разі підходу спереду, під час підходу ззаду та за спроби достати зброю. В умовах змагань ці завдання застосовували по 43 %, 24 %, 33 % відповідно. Розподіл основних помилок, які допускають учасники змагань прикладного розділу (%): 1 – затримка в прийнятті рішення щодо подальших дій або відсутність прийняття бойової стійки – 14 %, 2 – відсутність нанесення розслаблюючого, шокуючого або відволікаючого удару – 7 %; 3 – нереальність виконання – 22 %; 4 – нераціональність застосованих техніко-тактичних дій – 3 %; 5 – помилки в завершальній стадії виконання – 13 %, 6 – помилки в техніці виконання – 27 %, 7 – помилки в застосуванні захисних дій – 13 %; 8 – невиконання завдання – 13 %.

6. Застосування кидків у певних видах спортивних єдиноборств є одним із засобів підвищення ефективності бою та видовищності поєдинку. Але умови проведення та критерії оцінювання цієї технічної складової частини в різних видах спорту дуже відрізняються. Кидки в рукопашному бою являють собою складну в технічному виконанні групу прийомів, які використовуються на близькій дистанції, причому, завдяки їх виконанню, не досягається кінцева мета двобою або нейтралізації нападу суперника, а лише створюються найбільш сприятливі умови для її досягнення шляхом подальшого нанесення ударів або проведення больових і задушливих прийомів. Під час оцінювання виконання кидків у прикладному розділі рукопашного бою треба враховувати, що виконавець повинен залишитися на ногах та зберегти рівновагу для можливості далі проводити дії щодо нейтралізації дій суперника й здійснення повного контролю над ним.

7. Змішані єдиноборства, зокрема й рукопашний бій, містять в собі практично весь арсенал відомих техніко-тактичних дій, притаманний класичним

видам єдиноборств як ударної, так і борцівської спрямованості. Розроблена структура техніки борцівських дій рукопашного бою дає змогу більш детально уявити їх різноманітність і визначати основні положення та особливості їх виконання для здобуття перемоги над суперником. З огляду на реалії сьогодення, у змішаних єдиноборствах неможливо здобути перемогу лише за рахунок ударної техніки, зовсім не володіючи технікою боротьби. Значний проміжок часу змагального поєдинку бійці проводять виконуючи борцівські прийоми. Причому виконання техніки цього напрямку можливе за наявності щільного контакту із суперником, його захопленням за одяг, тулуб або кінцівки. Ударна техніка обмежена в застосуванні в окремих положеннях, у яких опиняються бійці під час поєдинку, а техніка боротьби може виконуватись у будь-яких положеннях. Саме ця обставина надає прийомам боротьби особливого значення. Досконале володіння технікою боротьби, особливо в положеннях лежачи та партер, підвищує можливість здобуття дострокової перемоги над суперником.

8. Виявлені тенденції щодо повного або частинного ігнорування загальнотеоретичних положень, які розроблені провідними фахівцями та пов'язані з організацією навчально-тренувального процесу й оцінюванням підготовленості спортсменів на перших етапах багаторічного вдосконалення не створюють умов для підвищення ефективності навчально-тренувального процесу. Існуючі вимоги щодо оцінювання підготовленості спортсменів, обсягів тренувальних і змагальних навантажень, спонукають тренерів до застосування підвищених обсягів спеціалізованої роботи та участі у великій кількості змагань, спрямованих на отримання максимального результату. Такий підхід, зазвичай, призводить до передчасного вичерпання функціональних ресурсів організму юних спортсменів й унеможливорює подальше зростання їхньої спортивної майстерності. Важливо зауважити, що контрольні нормативи з оцінювання різних сторін підготовленості спортсменів, які запропоновані навчальною програмою ДЮСШ, не сприяють створенню умов для різнобічного розвитку основних фізичних якостей та формуванню обширного техніко-тактичного арсеналу юних спортсменів під час тренувального процесу.

9. Неналежна увага до вікових, а також індивідуальних характеристик юних спортсменів має своїми ризиками такі негативні наслідки, як невідповідний добір тестів і нормативів з оцінювання підготовленості спортсменів, що закономірно негативно впливатиме на стан здоров'я, передусім порушуючи стійкість дитячого організму. Важливо зауважити, що досить поширеними в юних спортсменів є функціональні порушення опорно-рухового апарату. Вищезгаданий зв'язок стану локомоторного апарату юного спортсмена та його досягнень у царині спорту вищих досягнень полягає передусім у визнаній багатьма дослідниками ймовірності виникнення в ході багаторічної підготовки спортсменів дисадаптаційних змін різних ланок опорно-рухового апарату, серед ранніх симптомів яких – перенапруження м'язово-зв'язкового апарату (значне підвищення тону м'язів, зниження пружності зв'язок), що слугує каталізатором гострої травми опорно-рухового апарату й розвитку його патологій.

10. Система поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів притаманна значній кількості популярних у світі спортивних єдиноборств і насамперед спрямована на реалізацію програм підготовки за участю великих мас населення, метою яких є формування фізичного та розумового здоров'я, моральної стійкості й соціальної адаптації вихованців спортивних секцій, а не участь і перемога на змаганнях. Значна частина охочих займатися рукопашним боєм мотивована не на досягнення спортивних результатів та не на займання призових місць, а на оволодіння певними вміннями, формування відповідного психологічного стану, розвиток різноманітних якостей та можливості їх оцінювання задля отримання чергового пояса: групи спортивно-оздоровчої підготовки брати участь у змаганнях 82%, брати участь в іспитах на право носіння пояса, 96%; групи початкової підготовки 86% та 96%; групи базової підготовки 75% та 92%; групи спеціалізованої підготовки 54% та 89 відповідно. Великі фізичні навантаження, які спрямовані на участь у змаганнях і перемогу в них, із метою отримання спортивних розрядів і звань зменшують у дітей інтерес до занять спортивними єдиноборствами. Система поясів, завдяки помірним режимам навантаження й високій імовірності отримання бажаного результату, у повному обсязі задовольняє соціальні амбіції юних спортсменів.

11. Система поясів є ефективною альтернативою змагальній діяльності щодо отримання бажаного результату та соціального заохочення. Велика кількість кваліфікаційних рангів, відсутність екстремальних умов, націленість на бездоганне володіння технічною майстерністю дають змогу займатися єдиноборствами значній кількості населення різних вікових груп і статі протягом багатьох років. Майстерність спортсменів поділяється на початкові ранги (КЮ) і ранги майстрів (ДАН), причому вимоги щодо отримання чергового пояса в різних видах єдиноборств відрізняються. Зміст кваліфікаційних вимог складається з теоретичного й практичного розділів.

12. Обґрунтовано та розроблено концепцію системи поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості юних спортсменів у рукопашному бою. Запропоновану концепцію розглядаємо як систему пов'язаних між собою блоків-етапів, які впливають один на одного:

перший блок – проектувальна підсистема, яка включає визначення мети, завдань, методів, принципів і засобів побудови системи оцінювання, ґрунтується на засадах системи поясів (на матеріалі рукопашного бою);

другий блок – процесуальна підсистема, яка визначає структурно-логічну схему побудови оцінювання, технологію комплексного оцінювання підготовленості юних спортсменів та єдині кваліфікаційні вимоги за видами підготовки;

третій блок – реалізаційно-результативна підсистема, що безпосередньо передбачає оцінювання підготовленості, визначення рівня кваліфікації й надання права носіння пояса певного кольору.

13. Основою системи поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості юних спортсменів є іспити на право носіння чергового пояса, які повинні природно вписуватись у тренувальний процес. Підготовка при цьому певною мірою передбачає спеціалізований характер і вже пов'язана з основною діяльністю –

складанням іспитів на право носіння пояса. Це спричиняє й відповідну періодизацію річної підготовки з особливостями двоциклового планування у зв'язку з участю в іспитах за системою «літо–осінь» або «зима–весна», де чітко виражено два макроцикли. Такий підхід до побудови загальної структури річної підготовки триває до 12 років (4 КЮ). Потім, ураховуючи підвищення кваліфікаційних нормативів та тестових завдань, іспити на право носіння чергового пояса відбуваються один раз на рік, із відповідною періодизацією річної підготовки й особливостями одноциклового планування. Також для виконання поставлених завдань щодо ефективного планування та розподілу навчального матеріалу поясної системи нами запропоновано ввести в практичну діяльність чотири додаткових кваліфікаційних ступені (14 КЮ, 13 КЮ, 12 КЮ, 11 КЮ) та, відповідно – стадію попередньої майстерності.

14. Загальна схема визначення ефективності системи поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів містить контроль теоретичної, технічної, фізичної, тактичної, інтегральної підготовленості на різних стадіях становлення спортивної майстерності. Теоретичний розділ є невід'ємною складовою частиною в системі поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів. Теоретичні знання, отримані на різних етапах підготовки, сприяють усебічному їх розвитку й вдосконаленню спортивних результатів. Теоретичний розділ – це історія, термінологія, філософське обґрунтування, етикет, знання правил змагань і структури міжнародної федерації з виду спорту. Тестування складається з відповідей на питання з теоретичного розділу, які зазначені в «Єдиних кваліфікаційних вимогах», кожна з відповідей оцінюється окремо, згідно із системою оцінювання.

Проблема визначення об'єктивних критеріїв оцінювання технічної майстерності є педагогічним завданням, передбачає розкриття закономірностей у різних аспектах – аксіологічному, психофізіологічному, кваліметричному, безпосередньо практичному. Алгоритм оцінювання ефективності виконання технічних дій: визначення результативності (якості виконання рухового завдання); порівняння з параметрами еталонної техніки; визначення різниці між реальним результатом і можливим; прийняття рішення щодо оцінки. Важливі моменти під час оцінювання ефективності виконання технічних дій: початкове положення, із якого рух починається; кінцеве положення, у якому рух закінчується; низка миттєвих проміжних положень, які приймає тіло під час виконання руху.

15. Оцінювання фізичної підготовленості передбачає виконання спортсменами різної статі й віку комплексу тестів і нормативів для визначення рівня їх фізичної підготовленості. Система тестування для кандидатів на право носіння чергового пояса складається за видами тестів на витривалість, силу, швидкість, спритність, гнучкість. Фізична підготовленість спортсменів передбачає із кількості балів, отриманих ними за виконання всіх призначених для перевірки фізичних вправ за умови виконання мінімального порогового рівня в кожній вправі. Комплексна оцінка загальної фізичної підготовленості є середньоарифметичною оцінкою суми набраних балів за виконання кожної вправи окремо. Основу тактичної підготовленості респондентів у системі поясів як підґрунтя оцінювання

підготовленості спортсменів становлять володіння сучасними засобами, формами й видами тактики рукопашного бою; відповідність тактики рівню розвитку рукопашного бою з оптимальною для нього структурою діяльності під час демонстрації техніки; відповідність тактичного плану особливостям складання конкретних іспитів на право носіння чергового пояса (суперники, місце проведення, характер оцінювання, поведінка уболівальників); забезпечення взаємозв'язку тактики з рівнем розвитку інших сторін підготовленості.

16. Визначення рівня кваліфікації в системі поясів є комплексною оцінкою за видами підготовки: блок I – середній показник виконання тестів і нормативів із загальної фізичної підготовки; блок II – середній показник виконання тестів та нормативів зі спеціальної фізичної підготовки; блок III – середній показник виконання тестів і нормативів із техніко-тактичної підготовки; блок VI – середній показник виконання тестів та нормативів з інтегральної підготовки; блок V – середній показник виконання завдань із теоретичної підготовки.

СПИСОК ПУБЛІКАЦІЙ ЗДОБУВАЧА ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Наукові праці, у яких опубліковано основні наукові результати дисертації

1. Радченко Ю. А. Особливості змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів з рукопашного бою. *Педагогіка, психологія, медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2015. № 12. С. 91–95. <https://doi.org/10.15561/18189172.2015.1214>. Фахове видання України.

2. Радченко Ю. А., Радченко А. А., Міненко О. В. Структура та зміст змагальної діяльності з рукопашного бою. *Український журнал медицини, біології та спорту*. 2015. Т. 1, № 1. С. 257–259. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/ujmbs_2016_1_55. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає у виявленні проблеми, мети та завдань досліджень, опрацюванні результатів досліджень та формулюванні висновків.*

3. Аналіз рукопашного бою, сучасний стан, перспективи розвитку / Ю. А. Радченко та ін. *Теорія та методика фізичного виховання*. 2018. Т. 18, № 1. С. 23–30. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/TMFV_2018_18_1_4. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає у визначенні стану наукової проблеми, аналізі науково-методичної літератури, проведенні дослідження та інтерпретації отриманих даних.*

4. Радченко Ю. А. Особливості побудови навчально-тренувального процесу рукопашників на початковому етапі підготовки. *Український журнал медицини, біології та спорту*. 2020. Т. 5, № 2(24). С. 283–289. <https://doi.org/10.26693/jmbs05.02.283>. Фахове видання України.

5. Радченко Ю. А., Радченко А. А. Особливості виконання прикладної техніки рукопашного бою (1 тур) у змагальних умовах. *Український журнал медицини, біології та спорту*. 2020. Т. 5, № 5(27). С. 426–434. <https://doi.org/10.26693/jmbs05.05.426>. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає у виявленні проблеми, мети та завдань досліджень, опрацюванні результатів досліджень і формулюванні висновків.*

6. Радченко Ю. А., Нікітенко О. В. Обґрунтування рукопашного бою – службово-прикладного виду спорту, як елемента спеціальної фізичної підготовки

співробітників правоохоронних органів. *Український журнал медицини, біології та спорту*. 2021. Т. 6, № 6. С. 316–325. <https://doi.org/10.26693/jmbs06.06.316>. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає в організації досліджень, виявленні проблеми, інтерпретації результатів досліджень та формулюванні висновків.*

7. Вако І. І., Радченко Ю. А. Структура успішності змагальної діяльності в змішаних єдиноборства (на прикладі рукопашного бою). *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2022. № 2. С. 111–122. <https://doi.org/10.32540/2071-1476-2022-2-111>. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає у визначенні стану наукової проблеми, аналізі науково-методичної літератури, проведенні дослідження та інтерпретації отриманих даних.*

8. Радченко Ю. А., Вако І. І. Модельні характеристики техніко-тактичної підготовленості найсильніших спортсменів у змішаних єдиноборствах (на прикладі рукопашного бою). *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2022. Т. 14, № 33. С. 74–83. [https://doi.org/10.31652/2071-5285-2022-14\(33\)-74-83](https://doi.org/10.31652/2071-5285-2022-14(33)-74-83). Фахове видання України. *Здобувачеві належить безпосередня участь у визначенні мети та завдань дослідження, обґрунтуванні етапів його проведення, аналізі отриманих даних.*

9. Радченко Ю. А., Радченко А. А. Визначення важливості володіння технікою боротьби для досягнення перемоги у змішаних єдиноборствах (на прикладі рукопашного бою). *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2023. Т. 15, № 34. С. 355–364. [https://doi.org/10.31652/2071-5285-2023-15\(34\)-355-364](https://doi.org/10.31652/2071-5285-2023-15(34)-355-364). Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає у визначенні стану наукової проблеми, аналізі науково-методичної літератури, проведенні дослідження та інтерпретації отриманих даних.*

10. Радченко Ю. А., Радченко А. А. Оцінка стану постави юних єдиноборців (на прикладі рукопашного бою). *Rehabilitation & Recreation*. 2023. № 15. С. 269–276. <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2023.15.34>. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає у визначенні стану наукової проблеми, аналізі науково-методичної літератури, проведенні дослідження та інтерпретації отриманих даних.*

11. Радченко Ю. А., Радченко А. А. Еволюція правил спортивних змагань з рукопашного бою. *Rehabilitation & Recreation*. 2023. № 16. С. 138–154. <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2023.16.17>. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає у визначенні стану наукової проблеми, аналізі науково-методичної літератури, проведенні дослідження та інтерпретації отриманих даних.*

12. Радченко Ю. А., Радченко А. А. Структура техніки рукопашного бою (спортивний напрям). *Rehabilitation & Recreation*. 2023. № 17. С. 233–244. <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2023.17.29>. Фахове видання України. *Здобувачеві належить безпосередня участь у визначенні мети та завдань дослідження, обґрунтуванні етапів його проведення, аналізі отриманих даних.*

13. Радченко Ю. А., Радченко А. А. Особливості соматоскопічних показників юних єдиноборців (на прикладі рукопашного бою). *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2023. № 2. С. 128–136. <https://doi.org/10.32540/2071-1476-2023-2-128>

DOI: 10.32540/2071-1476-2023-2-128. Фахове видання України. *Здобувачеві належить розроблення стратегії дослідження.*

14. Радченко Ю. А. Порівняльний аналіз змагальної діяльності спортсменів із рукопашного бою на різних етапах процесу багаторічного вдосконалення. *OLYMPICUS*. 2023. № 3. С. 145–155. <https://doi.org/10.24195/olympicus/2023-3.21>. Фахове видання України.

15. Радченко Ю., Михник О. Аналіз особливостей побудови традиційної системи тренування юних спортсменів, які спеціалізуються в рукопашному бою, на етапі попередньої базової підготовки. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2023. Т. 3, № 63. С. 53–62. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2023-03-53-62>. Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає у визначенні стану наукової проблеми, аналізі науково-методичної літератури, проведенні дослідження та інтерпретації отриманих даних.*

16. Vako I., Kashuba V., Khmel'nitska I., Radchenko Y., Radchenko A., Carp I., Krupenya S. Utilizing technology to develop fundamental motor skills in young athletes specializing in hand-to-hand combat. *J. Phys. Educ. Sport*. Vol. 24, no. 2. Art. 36. P. 303–312. <https://doi.org/10.7752/jpes.2024.02036>. Наукове періодичне видання Румунії, проіндексоване в базі даних Scopus (Q4). *Особистий внесок здобувача полягає в організації та проведенні досліджень, обробці й аналізі результатів.*

17. Радченко Ю. Оцінка ефективності підходів до побудови етапу спеціалізованої базової підготовки в рукопашному бою. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2023. Т. 4, № 64. С. 44–52. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2023-04-44-52>. Фахове видання України.

18. Радченко Ю. А., Аксютін В. В., Деха Н. М. Обґрунтування впровадження поясної системи оцінки рівня кваліфікації спортсменів з рукопашного бою. *OLYMPICUS*. 2024. № 1. С. 134–144. <https://doi.org/10.24195/olympicus/2024-1.19>. Фахове видання України. *Здобувачеві належить обґрунтування впровадження поясної системи оцінювання рівня кваліфікації спортсменів із рукопашного бою.*

19. Vako I. I., Radchenko Y. A., Shevchuk O. M. Comparative analysis of the kinematic structure of right-hand and left-hand hooks techniques from the front guard of high qualified athletes specializing in hand-to-hand combat. *Rehabilitation & Recreation*. 2023. № 17. С. 210–217. <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2024.18.22>. Фахове видання України, проіндексоване в базі даних Scopus (Q3). *Особистий внесок здобувача полягає в організації та проведенні досліджень, обробці й аналізі результатів.*

20. Радченко Ю. Критичний аналіз навчальних програм з рукопашного бою для дитячо-юнацьких спортивних шкіл. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2024. № 1. С. 200–214. <https://doi.org/10.32540/2071-1476-2024-1-200>. Фахове видання України.

21. Vako I. I., Radchenko Y. A., Shevchuk O. M. Features of evaluation of the kinematic structure of the technique of the straight right-hand blow from the left guard of high qualified athletes specializing in hand-to-hand combat. *Rehabilitation & Recreation*. 2024. Т. 18, № 2. С. 210–217. <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2024.18.2.15>. Фахове

видання України, проіндексоване в базі даних Scopus. *Здобувачеві належить узагальнення результатів дослідження та розроблення стратегії дослідження.*

22. Радченко Ю., Костюченко В., Штанагей Д. Особливості функціонування поясної системи оцінки рівня кваліфікації спортсменів у різних видах спортивних єдиноборств. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2024. Т. № 17(36). С. 294–308. [https://doi.org/10.31652/2071-5285-2024-17\(36\)-294-308](https://doi.org/10.31652/2071-5285-2024-17(36)-294-308). Фахове видання України. *Здобувачеві належить аналіз особливостей функціонування поясної системи оцінки рівня кваліфікації спортсменів у різних видах спортивних єдиноборств, співавторам розроблення стратегії дослідження.*

23. Радченко Ю. А., Крутов В. В., Костюченко В. І. Особливості застосування кидків у розділі «демонстрація прикладної техніки рукопашного бою». *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 15*. 2024. Вип. 10(183). С. 206–214. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.10\(183\).38](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.10(183).38). Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає у визначенні стану наукової проблеми, аналізі науково-методичної літератури, проведенні дослідження та інтерпретації отриманих даних.*

24. Kashuba V., Radchenko A., Radchenko Y., Vako I., Usychenko V. The state of the biogeometric profile of the posture of young athletes specializing in hand-to-hand combat as a prerequisite for the development of corrective and preventive measures. *Physical Rehabilitation and Recreational Health Technologies*. 2024. № 9(4). P. 224–237. [https://doi.org/10.15391/prrht.2024-9\(4\).03](https://doi.org/10.15391/prrht.2024-9(4).03). Наукове періодичне видання України, проіндексоване в базі даних Scopus. *Особистий внесок здобувача полягає в організації та проведенні досліджень, обробці й аналізі результатів.*

25. Радченко Ю. А., Мирзакулов Б. Ч. Особливості побудови системи багаторічної підготовки спортсменів у єдиноборствах в Узбекистані (на матеріалі рукопашного бою). *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 15*. 2024. Вип. 8(181). С. 213–220. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.8\(181\).39](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.8(181).39). Фахове видання України. *Здобувачеві належить аналіз особливостей побудови системи багаторічної підготовки спортсменів у єдиноборствах в Узбекистані (на матеріалі рукопашного бою) та узагальнення результатів дослідження, співавторам – розроблення стратегії дослідження.*

26. Радченко Ю. А. Теоретико-методичні засади контролю та управління в єдиноборствах (на матеріалі рукопашного бою). *OLYMPICUS*. 2024. № 2. С. 174–183. <https://doi.org/https://doi.org/10.24195/olympicus/2024-2.22>. Фахове видання України.

27. Радченко Ю. Комплексний контроль як невід'ємна частина процесу підготовки спортсменів у єдиноборствах (на матеріалі рукопашного бою). *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2024. № 2. С. 186–194. <https://doi.org/10.32540/2071147620242186>. Фахове видання України.

28. Радченко Ю. А., Бігос В. Характеристика побудови багаторічної підготовки спортсменів у єдиноборствах в Польщі (на матеріалі рукопашного бою). *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 15*. 2024. Вип. 9(182). С. 198–205. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.9\(182\).35](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.9(182).35). Фахове видання України. *Особистий внесок здобувача полягає у визначенні стану наукової проблеми,*

аналізі науково-методичної літератури, проведенні дослідження та інтерпретації отриманих даних.

29. Радченко Ю. А. Системний підхід, як методологічна основа поясної системи оцінки рівня підготовленості у рукопашному бою. *Педагогічна інноватика: сучасність та перспективи*. 2024. № 4. С. 127–133. <https://doi.org/10.32782/ped-uzhnu/2024-4-19>. Фахове видання України.

30. Вако І. І., Радченко Ю. А., Нікітенко О. В. Оцінка ефективності прямого удару правою рукою з лівосторонньої стійки висококваліфікованих спортсменів, які спеціалізуються в рукопашному бою. *Rehabilitation & Recreation*. 2024. Т. 18, № 3. С. 261–272. <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2024.18.3.24>. Фахове видання України, проіндексоване в базі даних Scopus. *Здобувачеві належить розроблення стратегії дослідження, співавторам – аналіз та узагальнення результатів дослідження.*

Опубліковані праці апробаційного характеру

1. Радченко Ю. А. Рукопашний бій як прикладний вид спорту та частина фізичної підготовки та спорту у збройних силах провідних країн світу. *Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України*: матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 2017 р., Київ. Київ: Нац. ун-т оборони України ім. І. Черняхівського, 2017. С. 75–76.

2. Радченко Ю., Радченко А. Особливості техніки боротьби в змішаних єдиноборствах (на прикладі рукопашного бою). *Біомеханіка спорту, оздоровчої рухової активності, фізкультурно-спортивної реабілітації: актуальні проблеми, інноваційні проекти та тренди*: матеріали II Всеукр. електрон. наук.-практ. конф., 14–15 груд. 2022 р., Київ. Київ: НУФВСУ, 2023. С. 30–33. URL: https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/zbirnyk_materialiv_konferenciyi_2023_pravky.pdf. *Здобувачеві належить безпосередня участь у визначенні мети та завдань дослідження, обґрунтуванні етапів його проведення, аналізі отриманих даних, обговоренні результатів дослідження та оформленні наукової праці.*

3. Радченко Ю. А., Радченко А. А. Показники постави юних єдиноборців. *Інноваційні та інформаційні технології у фізичній культурі, спорті, фізичній терапії та ерготерапії*: матеріали VI Всеукр. електрон. наук.-практ. конф. з міжнар. участю, 31 трав. 2023 р., Київ. Київ: НУФВСУ, 2023. С. 22–24. *Здобувачеві належить безпосередня участь у визначенні мети та завдань дослідження, обґрунтуванні етапів його проведення, аналізі отриманих даних, обговоренні результатів дослідження та оформленні наукової праці.* URL: https://drive.google.com/drive/folders/1oD6QuoCZ_ggP2r7YXRFzohT2OW7I6wII

4. Радченко А., Радченко Ю. Візуальний скринінг постави спортсменів 8–14 років, які спеціалізуються в рукопашному бою. *Біомеханіка спорту, оздоровчої рухової активності, фізкультурно-спортивної реабілітації: актуальні проблеми, інноваційні проекти та тренди*: матеріали III Всеукр. електрон. наук.-практ. конф., 16–17 трав. 2024 р. Київ. Київ: НУФВСУ, 2024. С. 73–77. URL: <https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/zbirnyk>

[materialiv konferenciyi 2024 pravky.pdf](#). Здобувачеві належить розробка дизайну дослідження.

5. Радченко Ю. Особливості функціонування поясної системи, як засобу оцінки рівня підготовленості спортсменів у різних видах спортивних єдиноборств). *Основні напрямки розвитку фізичної культури, спорту, фізичної терапії та ерготерапії*: матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 2024 р. Дніпро. Дніпро, 2024.

6. Радченко Ю. А. Рукопашний бій – важливий елемент фізичної підготовки військовослужбовців та правоохоронців у секторі безпеки і оборони України. *Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України*: тези VIII Міжнар. наук.-практ. конф., 27 листоп. 2024 р., Київ. Київ: НУОУ, 2024. С. 204–206. URL: <http://repositsc.nuczu.edu.ua/bitstream/123456789/24077/1/conf-24-12-10.pdf>.

7. Радченко Ю. А., Мірзакулов Б. Ч. Поясна система як підґрунтя оцінювання підготовленості спортсменів у різних видах спортивних єдиноборств. *Фізична культура, спорт та реабілітація: проблеми, інноваційні проекти та тренди*: матеріали VI Всеукр. наук.-практ. семінар з міжнар. уч., 2024 р., Вінниця.

Наукові праці, які додатково відображають наукові результати дисертації

1. Гартвич О. Г. Радченко Ю. А., Седукін В. В. Радченко А. А. Фізкультурно оздоровча та спортивна програма з рукопашного бою: робоча прогр. з фізкультури і спорту з рукопашного бою. Київ: МАУП, 2005. 76 с. URL: <chromeextension://efaidnbnmnibpcjpcglclefindmkaj/https://maup.com.ua/assets/files/lib/book/nw61.pdf>

2. Chernozub A., Radchenko Y. Determination of the optimal safe mode of physical activity for the military servants under conditions close to fighting. *Fiziolog. Zhurnal*. 2015. Vol. 61, no. 6. P. 69–75. <https://doi.org/10.15407/fz61.06.069>. Фахове видання України, проіндексоване в базі даних Scopus. *Особистий внесок здобувача полягає в організації та проведенні досліджень, обробці й аналізі результатів*.

3. Рукопашний бій: навч. прогр. з рукопашного бою для дитячо-юнацьких спорт. шкіл / Ю. А. Радченко та ін. Київ, 2019. 126 с.

4. Радченко Ю. А., Нікітенко О. В. Обґрунтування рукопашного бою – службово-прикладного виду спорту, як елемента спеціальної фізичної підготовки співробітників правоохоронних органів. *Український журнал медицини, біології та спорту*. 2021. Т. 6, № 6. С. 316–325. <https://doi.org/10.26693/jmbs06.06.316>.

5. Застосування фізичної сили поліцейськими: навч.-метод. посіб. / Ю. А. Радченко та ін. Київ: Всеукр. федерація рукопашного бою, 2023. 128 с.

АНОТАЦІЯ

Радченко Ю.А. Теоретико-методичні основи системи оцінювання підготовленості юних спортсменів у єдиноборствах (на матеріалі рукопашного бою). – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю 24.00.01 – Олімпійський і професійний спорт. – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2024.

У дисертаційному дослідженні здійснено теоретико-методологічне узагальнення й запропоновано вирішення важливої наукової проблеми обґрунтування системи оцінювання підготовленості юних спортсменів у єдиноборствах (на матеріалі рукопашного бою).

Розроблена концепція системи поясів як підґрунтя оцінювання підготовленості юних спортсменів, які спеціалізуються в рукопашному бою виступає складною, цілеспрямованою, динамічною системою теоретико-методичних знань, базисні положення якої розглядається як система пов'язаних між собою блоків-етапів, які впливають один на одного.

- перший блок – проектувальна підсистема, яка включає визначення мети, завдань, методів, принципів і засобів побудови системи оцінювання, ґрунтується на засадах системи поясів (на матеріалі рукопашного бою);

- другий блок – процесуальна підсистема визначає структурно-логічну схему побудови оцінювання, технологію комплексного оцінювання підготовленості юних спортсменів та єдині кваліфікаційні вимоги за видами підготовки;

- третій блок – реалізаційно-результативна підсистема безпосередньо передбачає оцінювання підготовленості, визначення рівня кваліфікації й надання права носіння пояса певного кольору;

Оцінювання підготовленості юних спортсменів в системі поясів є комплексною оцінкою за видами підготовки: системи поясів є комплексною оцінкою за видами підготовки: блок I – середній показник виконання тестів та нормативів з загальної фізичної підготовки; блок II – середній показник виконання тестів та нормативів з спеціальної фізичної підготовки; блок III – середній показник виконання тестів та нормативів з техніко-тактичної підготовки; блок VI – середній показник виконання тестів та нормативів з інтегральної підготовки; блок V – середній показник виконання завдань з теоретичної підготовки.

Ключові слова: єдиноборства, рукопашний бій, система поясів, юні спортсмени, управління, контроль, оцінювання, підготовленість, концепція, технологія.

SUMMARY

Radchenko Y.A. Theoretical and Methodological Foundations of the System for Assessing the Preparedness of Young Athletes in Martial Arts (Based on Hand-to-Hand Combat). – Qualifying scientific work on the rights of the manuscript.

Dissertation for the degree of Doctor of Science in Physical Education and Sports, specializing in 24.00.01 – Olympic and Professional Sports. – University of Ukraine on Physical Education and Sports, Kyiv, 2025.

This dissertation research presents a theoretical and methodological generalization and proposes a solution to an important scientific problem—justifying a system for assessing the preparedness of young athletes in martial arts (based on hand-to-hand combat).

The developed belt system concept as a basis for assessing the preparedness of young athletes specializing in hand-to-hand combat is a complex, goal-oriented, and dynamic system of theoretical and methodological knowledge. Its fundamental principles are considered as a system of interconnected blocks-stages that influence one another.

the first block – the design subsystem, which includes the definition of the goal, objectives, methods, principles and means of building the assessment system, is based on the principles of the belt system (on the material of hand-to-hand combat);

- the second block – the procedural subsystem determines the structural and logical scheme of building the assessment, the technology of comprehensive assessment of the preparedness of young athletes and uniform qualification requirements by type of training:

- the third block – the implementation and result subsystem directly provide for the assessment of preparedness, determination of the level of qualification and granting the right to wear a belt of a certain color;

The basis of the belt system as a basis for assessing the preparedness of young athletes are exams for the right to wear the next belt, which should naturally fit into the training process. Training, to a certain extent, assumes a specialized nature and is already connected with the main activity - taking exams for the right to wear the belt.

This also entails the appropriate periodization of annual training with the features of two-cycle planning in connection with participation in exams according to the “summer-autumn” or “winter-spring” system, where two macrocycles are clearly expressed. This approach to building the general structure of annual training lasts up to 12 years (4 Kyu). Then, taking into account the improvement of qualification standards and test tasks, exams for the right to wear the next belt are held once a year with the appropriate periodization of annual training and the features of one-cycle planning. Also, to fulfill the tasks set for effective planning and distribution of educational material of the belt system, we proposed to introduce four additional qualification levels (14 Kyu, 13 K Kyu, 12 K Kyu, 11 K Kyu) and, accordingly, the stage of preliminary mastery.

The general scheme for determining the effectiveness of the belt system as a basis for assessing the fitness of athletes includes monitoring theoretical, technical, physical, tactical, and psychological fitness at different stages of developing sportsmanship.

Assessing the fitness of young athletes in the belt system is a comprehensive assessment by type of training: Block I – average score for general physical fitness tests and standards; Block II – average score for specialized physical fitness tests and standards; Block III – average score for technical and tactical training tests and standards; Block IV – average score for integrated training tests and standards; Block V – average score for theoretical training assessments.

Keywords: martial arts, hand-to-hand combat, belt system, young athletes, management, control, evaluation, preparedness, concept, technology.

Підписано до друку 31.03.2025 р. Зам. № 24.
Формат 60х84 1/16. Папір офсетний. Друк – цифровий.
Наклад 100 прим. Ум. друк. арк. 1,9. Обл. вид. арк. 1,9.
Друк ЦП «КОМПРИНТ». Свідоцтво ДК №4131 від 04.08.2011 р.
м. Київ, вул. Предславинська, 28
095-941-84-99, 067-209-54-30
email: komprint@ukr.net