

5. Норми фізіологічних потреб населення України в основних харчових речовинах та енергії: Наказ №272 МОЗ України від 18.11.09: - К. 1999.- с.11
6. Ermolenko V. Theoretical problems of agrarian property relations, monogram. - Kyiv, 2008.
7. Haiduk O., Kurilo V. Food security and the need to ensure legal // Lawyer. - 2006. – V.3 – P. 3-5
8. Moskalenko V., Gruzeva T, Halienko L., Features nutrition of the Ukrainian people and their impact on health. Scientific Journal of the Bogomolets National Medical University.- Kyiv,2009.
9. Nikolaev Yu., Nilov E. Simple and Useful truth. – Moscow: Physical education and sport, 1986.
10. Pokrovskiy A. The book of tasty and healthy food. - Moscow: Light and food industries, 1984.
11. Tsipriyakov V. Food in the prevention of tumors. - Kyiv, 2000. – P. 147.
12. Velyaev F. The brain, emotions and health. - Moscow: Knowledge, 2007. - P. 64.
13. Zhalpanova L. Diets which we are killed by. – Moscow: Multi Media, 2008. – P. 108.
14. Zmanovskiy Yu. Let's bring up children healthy.- Moscow: Medicine,1989.

Улан А.Н.

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

ОСОБЕННОСТИ ВЕДЕНИЯ ПОЕДИНКОВ В ФЕХТОВАНИИ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ ВИДА СПОРТА

Современное фехтование кардинально отличается от классического фехтования, имевшего место на первых Олимпийских играх. Фехтовальные поединки сегодня характеризуются своей динамичностью, неожиданностью возникающих в ходе поединков ситуаций, высокой эмоциональностью. Результаты, полученные в ходе исследования, позволили определить характерные особенности ведения поединков в фехтовании на разных видах оружия. Так, отличительные черты соревновательной деятельности в различных дисциплинах фехтования обуславливаются границами поражаемой поверхности соперника, строением фехтовального оружия, наличием запрещенных приемов и типовым составом технико-тактических приемов и действий, наиболее часто используемым фехтовальщиком в ходе поединка. Проведенный теоретический анализ соревновательной деятельности фехтовальщиков-саблистов позволил установить тенденцию к повышению зрелищности соревновательных поединков путем изменений правил соревнований. В работе представлено соотношение приемов маневрирования, наиболее часто используемых саблистом в ходе ведения соревновательного боя, и их количественное изменение в связи с нововведениями в правила проведения соревнований в период с 1980 по 2007 гг.

Ключевые слова: фехтование, виды оружия, соревновательная деятельность, приемы, боевые действия.

Улан А. Особливості ведення поєдинків у фехтуванні на сучасному етапі розвитку виду спорту. Сучасне фехтування кардинально відрізняється від класичного фехтування, яке мало місце на перших Олімпійських іграх. Фехтувальні поєдинки сьогодні характеризуються своєю динамічністю, несподіванкою, виникаючих в ході поєдинків, ситуацій, високою емоційністю. Результати, отримані в ході дослідження, дозволили визначити характерні особливості ведення поєдинків у фехтуванні на різних видах зброї. Так, відмінні риси змагальної діяльності в різних дисциплінах фехтування обумовлюються межами поверхні суперника, що уражується, будовою фехтувальної зброї, наявністю заборонених прийомів і типовим складом техніко-тактичних прийомів і дій, які найчастіше використовуються фехтувальником в ході поединку. Проведений теоретичний аналіз змагальної діяльності фехтувальників-шаблістів дозволив встановити тенденцію до підвищення видовищності змагальних поєдинків шляхом змін правил змагань. У роботі представлено співвідношення прийомів маневрування, що найчастіше використовуються фехтувальниками-шаблістами в ході ведення змагального бою, і їх кількісна зміна у зв'язку з нововведеннями в правила проведення змагань в період з 1980 по 2007 рр.

Ключові слова: фехтування, види зброї, змагальна діяльність, прийоми, бойові дії.

Ulan A. Features of conduct of duels are in fencing on the modern stage of development of type of sport. Modern fencing is fundamentally different from classical fencing, which took place at the first Olympic games. Fencing bouts are characterized today by its dynamism, surprise arising during the fights situations and high emotions. The results that were obtained during the study allowed us to determine characteristic features of doing duels in the fencing on different types of weapons. Thus, the distinctive features of competitive activity in the various disciplines of fencing are determined by the the boundary surface of the opponent, which is strike, the structure of the fencing weapons, the presence of illicit techniques and a typical composition of technical and tactical techniques and actions that are most often used by the fencer during the fight. A theoretical analysis of competitive activity of fencers who fence saber showed the tendency to increase the breathtaking of competitive fights through changes of competition rules. The work presents the ratio of the techniques of maneuvering, the most commonly used by saber fencer during the competitive fight, and their quantitative change due to innovations in the rules of the competition in the period from 1980 to 2007.

Key words: fencing, types of weapons, competitive activity, techniques, fighting.

Актуальность. Современное фехтование в условиях коммерциализации спорта в целом и интенсификации спортивной подготовки характеризуется стремительным ростом результатов и рекордов. В фехтовании сегодня наблюдается постоянное увеличение конкуренции на международной спортивной арене, что обуславливает необходимость формирования индивидуальной техники спортсмена, которая сможет обеспечить ему победу в соревновательном поединке. Кроме того, стремление спортивных функционеров к повышению зрелищности вида спорта путем нововведений в уже имеющиеся правила

проведения соревнований не могут не сказаться на особенностях соревновательной деятельности в каждом виде фехтования [10]. Исследования относительно характерных особенностей соревновательной деятельности фехтовальщиц-шпажисток, особенностей проведения соревнований по фехтованию, а так же арсенала наиболее часто используемых фехтовальщиком приемов и действий в ходе соревновательных поединков нашли свое отражение во многих работах специалистов [3, 5, 10]. Однако необходимо отметить, что исследование особенностей соревновательной деятельности фехтовальщиков на современном этапе развития данного вида спорта имеет тенденцию к уменьшению.

Цель исследования - осуществить теоретический анализ ведения поединков в различных дисциплинах спортивного фехтования на современном этапе развития вида спорта.

Методы исследования – анализ и обобщение данных научно-методической литературы и материалов сети Интернет, метод синтеза и анализа, систематизация данных.

Связь работы с научными программами, планами, темами. Работа выполнена в рамках научно-исследовательской темы 2.34. “Технологія відбору та орієнтації спортсменів-початківців в різних видах спорту” в соответствии с тематическим планом МОН Украины, № гос. регистрации 0114U001483.

Результаты исследований и их обсуждение. Эффективность соревновательной деятельности фехтовальщиков зависит от их способности демонстрировать во время боя высокую координированность движений, точность, быстроту движений и реагирования на постоянно меняющиеся ситуации, эмоциональную устойчивость в стрессовых ситуациях, какими являются соревновательные поединки, умение превосходить действия соперника прочее. Успешность ведения поединков зависит от типового боевого арсенала спортсмена, разнообразия используемых им действий и тактических приемов, проявления двигательных и психических качеств каждого спортсмена в соревновательных схватках, которые имеют свои отличия в зависимости от вида фехтовального оружия. Особенности строения оружия, площадь поражаемой поверхности соперника, правила ведения боя влияют на систему подготовки спортсменов, специализирующихся в фехтовании на разных видах оружия, проявление различных способностей фехтовальщика, технико-тактические характеристики ведения боя, на ведение соревновательных поединков (Табл. 1) [9].

Таблица 1

	Особенности ведения поединка в фехтовании на разных видах оружия				
	Отличительные характеристики				
	Поражаемая поверхность	Особенности строения оружия	Эффективные средства ведения боя	Продолжительность поединка	Запрещенные приемы
Фехтование на сабле	Все части тела выше талии, включая руки (до запястья) и маску	Рубящее или рубяще-колющее оружие. Клинок трапециевидного сечения с лезвием и противолезвием без наконечника. Длина оружия не более 105 см, вес-400-500 г, гарда с дужкой диаметром 15 см	Атаки переносом, с финтами, с батманом, удары по маске, контрзащиты и контрответы	3 периода по 3 минуты с паузами между периодами – 1 минута (до 15 уколов (ударов))	Скрестный шаг вперед, «флеш», защита невооруженной рукой
Фехтование на шпаге	Все части тела, кроме затылка	Колющее оружие. Клинок трехгранного сечения с наконечником. Длина оружия не более 110 см, вес не более 770 г, диаметр гарды – 13,5 см	Простые атаки уколом в руку, атаки с батманом и уколом в вооруженную руку и туловище, контратаки уколом в вооруженную руку, повторные уколы, уколы с захлестом контратаки, контрзащиты, верхние круговые защиты, батманы, отбивы		Защита невооруженной рукой
Фехтование на рапире	Туловище и шея, исключает конечности и голову	Колющее оружие. Клинок четырехгранного сечения с наконечником. Длина оружия не более 110 см, вес не более 500 г, диаметр гарды – 12 см	Атаки с переводами и переносами, прямые и круговые защиты, контрзащиты и контрответы		Столкновения, защита невооруженной рукой

Отличительные черты фехтования на рапире, сабле и шпаге обуславливают применение спортсменами определенного арсенала технических приемов и боевых действий. Так, ограниченная поражаемая поверхность фехтовальщика-рапириста вызывает у соперника необходимость использования различных манипуляций клинком, переход в ближний бой, выполнение движений клинком с небольшой амплитудой. Фехтование на сабле, в котором, как и в фехтовании на рапире, существует «приоритет действий», характеризуется непродолжительным боем. Это связано с тем, что на протяжении всего поединка практически не наблюдаются соединения клинками соперников, так как оба участника схватки стремятся первыми начать атаку. Это в свою очередь делает атаки эффективным средством ведения боя, и создает определенные барьеры для применения защит. Возможность нападений, используя всю длину лезвия клинка сабли, а так же площадь поражаемой поверхности (вооруженная рука и туловище), определили преимущество ударов по отношению к уколам.

В фехтовании на шпагах особое внимание в поединке уделяется защите вооруженной руки и впереди стоящей ноги, так как они находятся наиболее близко к сопернику; широко используются движения гардой для защиты вооруженной руки.

Следует отметить, в технике фехтования на шпагах много общего с техникой фехтования на рапирах. Это, прежде всего, относится к структуре движений при нанесении уколов в туловище, роли круговых защит, а так же техники выполнения защит и контрзащит [1, 8]. В условиях современного развития олимпийского спорта в фехтовании за последние 30 лет произошел ряд изменений, направленных на повышение зрелищности и динамичности соревновательной деятельности единоборцев. Данные изменения в правилах ведения поединков значительно повлияли как на тактику ведения боев, проявление физических качеств спортсменов в ходе поединков, так и на технику соревновательной деятельности, в частности на арсенал боевых действий и приемов, используемых фехтовальщиком в ходе соревновательной деятельности [4, 6].

Так, фехтование на саблях претерпело множество изменений, внесенных в правила, которые существенно повлияли на технико-тактические действия и приемы, используемые спортсменом в процессе соревновательной борьбы [2]. Среди них – электрическая фиксация ударов (уколов), сокращение времени боя, уменьшение длины поля боя, запрещение передвижения скрестным шагом, установление фиксированного времени опережения действий (0,125 с), изменения способов проведения личных и командных встреч и т. д. [1].

В работах специалистов представлены изменения в приемах передвижений фехтовальщиков-саблистов в период с 1980 по 2007 г., путем анализа ведения поединков высококвалифицированными фехтовальщиками в рамках чемпионата мира и Олимпийских игр 2000 года (рис. 1) [7]. Анализ соревновательной деятельности фехтовальщиков-саблистов во второй половине 90-х годов на Играх Олимпиады в Сиднее после запрещения скрестного шага, бега и «флеша» позволил выявить, что в арсенале, используемых саблистом приемов передвижений, увеличилось количество выпадов, шагов (скачков) вперед-назад, а так же комбинаций приемов маневрирования. Последующие исследования, проведенные в рамках чемпионата мира 2007 г., после введения в 2005 году в правила соревнований по фехтованию на саблях регламента оценки опережения при взаимных нападениях (0,12 мс) позволили выявить существенное увеличение в арсенале фехтовальщиков сближений шагами и скачками вперед, а так же комбинаций приемов нападения.

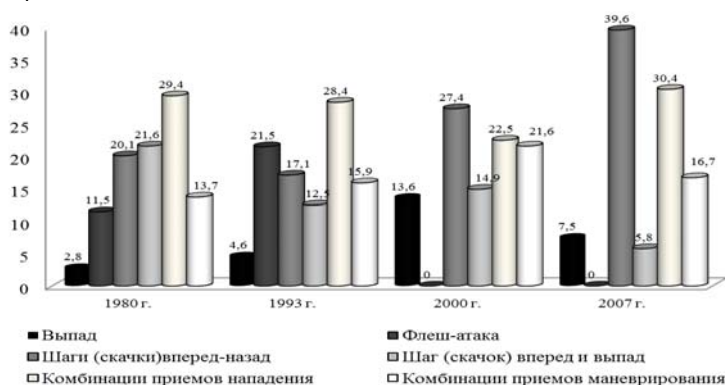


Рис. 1. Количество приемов передвижений, используемых фехтовальщиком-саблистом во время соревновательного поединка в период 1980 – 2007 г., %

Данные, полученные в ходе исследования, демонстрируют влияние изменений правил соревнований на состав используемых спортсменом-фехтовальщиком приемов передвижений в ходе соревновательного поединка. Так, в связи с увеличением конкуренции на международной спортивной арене, повышением спортивных результатов, узкой специализации спортсменов, соревновательные бои стали более динамичными, о чем свидетельствуют представленные данные.

ВЫВОДЫ. Результаты исследований позволили определить особенности, характерные для фехтования на разных видах оружия. Среди них - площадь поражаемой поверхности, строение оружия и правила соревнований, что, в свою очередь, определяет выбор приемов и действий в ходе соревновательного поединка спортсменом. В современных условиях развития спорта с целью повышения зрелищности и динамичности фехтовальных поединков фехтование претерпевает систематические изменения правил проведения соревнований. Это в свою очередь не может не влиять на особенности ведения спортсменом боев, в частности на его арсенал приемов и действий, используемых в ходе поединка, независимо от дисциплины фехтования.

ПЕРСПЕКТИВОЙ ДАЛЬНЕЙШИХ ИССЛЕДОВАНИЙ является изучение типового состава приемов и действий, наиболее часто используемых фехтовальщиками с различными проявлениями функциональной асимметрии (левши, правши и амбидекстры).

ЛИТЕРАТУРА

1. Reglements. – Paris : Federation Internationale Descrime, 2008. – 160 p.
2. Дрюков В. Фізична підготовка фехтувальників-шаблістів на етапі попередньої базової підготовки // Спортивна наука України. – 2013. – № 2. – С. 35-38.
3. Івашко Л. Сучасна змагальна діяльність у фехтуванні на шпагах серед жінок / Лілія Івашко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. - 2001. - № 01. - С. 7-10.
4. Роцін І. Г. Способи нанесення ударів у сучасному фехтуванні на шаблях / І. Г. Роцін // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Х., 2006. - №9. – С. 135-137.
5. Спортивное фехтование: учебник для вузов физ. культуры под общ. ред. Д.А. Тышлера. — М.: ФОН, 1997. — 389 с., Тышлер Д. А. Фехтование. От новичка до чемпиона / Д.А. Тышлер, Г.Д. Тышлер. – М.: Академический проект, 2007. – 232 с.+32 с. вкл. – (Технологии спорта).
6. Турецкий Б. В. Обучение фехтованию : [учеб. пособие для вузов] / Б. В. Турецкий. – М. : Академический Проект,

2007. – 432 с.

7. Тышлер Г. Д. Теория и методика формирования техники и тактики передвижений спортсменов в соревновательном пространстве и технология совершенствования приемов в многолетней тренировке (на примере фехтования) : автореф. докт. дис. / Г. Д. Тышлер. – М., 2010. – 46 с.

8. Тышлер Д. А. Фехтование. От новичка до чемпиона / Д.А. Тышлер, Г.Д. Тышлер. – М.: Академический проект, 2007. – 232 с.+32 с. вкл. – (Технологии спорта).

9. Улан А. Особливості змагальної діяльності у фехтуванні на різних видах зброї / Аліна Улан // Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. пр. / за заг. ред. В.М. Костюкевича. – Вінниця: ТОВ «Планер», 2015. – Випуск 19, т. 2. - С.404-408.

10. Улан А. Фактори, що визначають стиль ведення поєдинків у фехтуванні / Аліна Улан // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Євгена Приступи. - Л., 2015. - Вип. 19, т. 1. - С. 252 - 255.

Хорошуха М. Ф.

Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова

УСПІШНІСТЬ НАВЧАННЯ ПІДЛІТКІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ РІЗНИМИ ВИДАМИ СПОРТУ

Розглянуто особливості специфічного впливу тренувальних навантажень різної спрямованості на успішність навчання юних спортсменів. Під нашим спостереженням перебувало 130 підлітків, які займалися різними видами спорту (група А – швидкісно-силові види спорту, група Б – види спорту на витривалість). у віці 13–16 років. Виявлено, що заняття різними видами спорту неоднаково впливають на успішність навчання підлітків.

Ключові слова: успішність навчання, дослідження, спортсмени, підлітковий вік.

Хорошуха М. Ф. Успешность учебы подростков, занимающихся разными видами спорта. Рассмотрены особенности специфического воздействия тренировочных нагрузок различной направленности на успешность учебы юных спортсменов. Под нашим наблюдением пребывало 130 подростков, занимающихся разными видами спорта (группа А – скоростно-силовые виды спорта, группа Б – виды спорта на выносливость) в возрасте 13–16 лет. Выявлено, что занятия разными видами спорта неодинаково влияют на успешность учебы подростков.

Ключевые слова: успешность учебы, исследования, спортсмены, подростковый возраст.

Khoroshukha M. F. Education success of adults, who doing different kinds of sport. Features of specific influence on training loads of different directions on success of training to young athletes. Under our supervision there were 130 teenagers who are doing various kinds of sports (Group A - highly speed strength sports, group B - endurance sports). In the age term of thirteen – sixteen years. Described method is about the evaluating of success in teaching of teenagers. Comparative analysis of success of teaching of two groups of examined is attached. It has been found that process of doing different kinds of sport differently affect the success of training of teenagers. It has been also established that classes of different kinds of endurance sports, unlike highly speed strength sports, contribute to the improvement of success of teaching of students-athletes from exact sciences, while significant differences in the educational success of teenagers training of both groups in humanities and natural sciences are not checked. Best among others in studying are swimmers.

Key words: education success, researches, athletes, adolescence (teenage years).

Постановка проблеми. Реформування системи профільного навчання (до цієї системи відносяться спеціалізовані інтернатні заклади спортивного профілю: школи-інтернати спортивного профілю, училища олімпійського резерву, вищі училища фізичної культури тощо) передбачає насамперед досягнення гармонійного розвитку молоді як єдності духовних і фізичних якостей, що в давньогрецькій філософії визначається терміном «калокагатія». Успішність навчання (*працьовитість* як «...любоб до праці, бажання займатися доцільною чи суспільно корисною діяльністю, що потребує розумової та фізичної напруги» [1, с. 276]) є складовою духовного здоров'я людини. Відзначимо, що на сьогодні ми не знайшли робіт, в яких були б висвітлені питання впливу занять різними видами спорту (зокрема, спрямованості тренувального процесу) на успішність навчання юних спортсменів підліткового віку. Дослідження вище зазначеного, на нашу думку, викликає зацікавленість не лише в теоретичному (установлення зв'язку між успішністю навчання та специфікою спортивної діяльності), але й практичному аспектах (досягнення гармонійності розвитку юних спортсменів як особистостей).

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Із літературних джерел знаходимо, що для забезпечення успішності навчання людей різної професійної зайнятості (спортсменів також) важливу роль відіграє стан властивостей основних нервових процесів та психічних функцій (пам'яті, уваги, мислення) [2, 3, 6]. З інших наукових праць дізнаємось, що на успішність навчання можуть впливати емоційні та соціальні фактори [9, 10, 13], особистісні якості людини [7, 11, 12], а також мотивації [8].

Робота виконана за планом НДР Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова.

Мета дослідження – виявити можливість специфічного впливу тренувальних навантажень різної спрямованості на успішність навчання юних спортсменів 13–16 років.

Завдання роботи – провести порівняльний аналіз успішності навчання підлітків, які спеціалізуються у різних видах спорту.

Методи та організація дослідження:

- аналіз наукової та науково-методичної літератури з проблем дослідження психічних функцій та розумової працездатності людини;