

Дослідження інтенсивності змагальних поєдинків
юних борців вільного стилю

Огарь Г.О., Середа В.Д.

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

Анотація. Мета: провести порівняльний аналіз інтенсивності дій борців вільного стилю на чемпіонатах світу і України 2019 року з вільної боротьби, серед кадетів. **Матеріал і методи.** Для дослідження інтенсивності змагальних сутичок, шляхом експертної оцінки, були визначені критерії оцінки різних зон інтенсивності. Було запропоновано поділити дії борців, під час ведення змагальних поєдинків, на три зони інтенсивності: мала (низька), помірна, висока. До першої зони увійшли дії борців без контакту у стойці, пасивні дії в партері. До другої зони інтенсивності увійшли дії борців у контакті (підготовка до проведення прийому; оманливі атаки; боротьба за захоплення). До третьої зони інтенсивності увійшли спроби виконання технічних дій (вдалі й невдалі) захист від атак супротивника, як в стойці так і в партері; боротьба в небезпечному положенні. **Методи дослідження:** аналіз і узагальнення науково-методичної літератури; педагогічне спостереження, педагогічний експеримент; аналіз змагальних поєдинків; методи математичної статистики. **Результати:** Була досліджена інтенсивність дій юних борців на чемпіонатах світу й України 2019 року з вільної боротьби, що дозволило визначити вплив функціональної підготовленості спортсменів на успішність у змагальних поєдинках. **Висновки.** У фінальних поєдинках чемпіонату світу і чемпіонату України 2019 року з вільної боротьби, серед кадетів найвищу інтенсивність показали борці легких вагових категорій, за ними йдуть середньовагові, після яких борці важких вагових категорій. Порівняльний аналіз інтенсивності фінальних сутичок досліджуваних змагань показав перевагу борців - учасників чемпіонату світу над учасниками чемпіонату України. На світовій першості спортсмени 38,59 % часу вели активну боротьбу високої інтенсивності, 39,98 % часу боротьби велося з помірною інтенсивністю і 21,43 % - низької інтенсивності. На чемпіонаті України, відповідно – 27,97 %; 45,97 %; 26,06 %. Борці, які перемагали у фінальних сутичках більше балів отримали у другому періоді поєдинків, незалежно від рівня змагань (близько 62,5 %), що є опосередкованим показником їхньої високої функціональної підготовленості. Спортсмени, які програли сутички, на чемпіонаті світу, у першому періоді були більш результативними (57,02 %), а на чемпіонаті України незначно результативнішими були у другому періоді (52,44 %). Переможці обох змагань значно перевершили своїх опонентів за кількістю набраних балів ($p < 0,001$), хоча переможці чемпіонату світу перший період у багатьох сутичках програвали.

Ключові слова: юні борці, інтенсивність дій, порівняльний аналіз, переможці, переможені.

Вступ. Інтенсивність поєдинків борців вільного стилю за останній час суттєво зросла, що спостерігається, навіть при візуальній оцінці змагань (Ручка, 2016). Сьогодні, щоб домінувати у змаганнях на міжнародній арені мало володіти гарною техніко-тактичною майстерністю Бойченко, 2007; Бойченко & Гринь, 2011; Панченко & Селюкін, 2015).

Фізичні кондиції, навіть юних борців значно зросли у порівнянні з минулими роками (Бойченко, & Голубничій, 2016; Тропін, 2019). Нажаль, методика підготовки спортсменів у видах спортивної боротьби в нашій країні залишається майже незмінною десятиліттями. Переважна частина навчально-тренувального процесу спрямована на удосконалення техніко-

тактичної підготовленості, що безсумнівно є одним з основних компонентів спортивної майстерності. Але, разом з цим, не менш важливого компоненту – фізичній підготовленості відводиться другорядне значення. У світі є безліч різних систем підготовки борців. У різних країнах вони є, як традиційними на протязі десятиліть, так і періодично мінливими з метою оптимізації навчально-тренувального процесу під вимоги сьогодення. В останні роки значно зросла атлетична підготовка спортсменів у різних видах спорту. Сучасні силові види спорту (бодібілдинг, пауерліфтинг, стронгмен, кросфіт) породили масу нових засобів і методів впливу на фізичні кондиції спортсменів. Не оминула ця тенденція і спортивну боротьбу. Майже усі країни - світові лідери спортивної боротьби використовують сучасні засоби і методи фізичної підготовки спортсменів. Особливо це помітно у підготовці спортсменів таких країн, як: США, Японія, Іран, Росії, Грузії, Угорщина, Німеччина та ін.

Цьогорічні чемпіонати світу серед кадетів, юніорів та дорослих спортсменів зі спортивної боротьби ще раз показали велике значення фізичної підготовленості борців, як вільного так і греко-римського стилів. Особливо це помітно у другому періоді й наприкінці сутички. Українські борці гідно виступили на світових чемпіонатах 2019 року, на кожних змаганнях маючи по одному чемпіону у чоловічому розділі: Микита Алексєєв – чемпіон світу серед кадетів з греко-римської боротьби, Ерік Арушанян – чемпіон світу серед юніорів з вільної боротьби і Жан Беленюк – чемпіон світу серед дорослих з греко-римської боротьби. Також ми мали призерів цих змагань, але, на нашу думку, багатьом хлопцям, для сходження на п'єдестал не хватило саме рівня фізичної підготовленості.

Актуальність досліджуваної проблеми полягає у ретельному аналізі змагальних поєдинків чемпіонатів світу та України серед кадетів з вільної боротьби 2019 року, дослідження інтенсивності дій

світової й вітчизняної еліти юних борців у змагальних поєдинках, з метою порівняння й визначення слабких і сильних сторін юних борців різних вагових категорій, у сенсі функціональної підготовленості, для більш ефективної побудови навчально-тренувального процесу юних спортсменів у майбутньому, що має сприяти досягненню більш високих результатів на міжнародній арені.

Шандригось, Яременко & Первачук (2018) провели аналіз результатів виступів збірних команд на чемпіонаті світу з вільної боротьби серед чоловіків. Виявили, що борці високого класу, протягом усієї сутички, мають високу результативність виконання прийому, що опосередковано вказує на значні функціональні можливості організму цих спортсменів. Тропін & Пашков (2018) досліджували різні режими фізичних навантажень в якості засобів підвищення працездатності борців і вплив застосування різних режимів навантажень на працездатність спортсменів. На підвищення рівня розвитку фізичних здібностей і його взаємозв'язок з індивідуальною техніко-тактичною майстерністю (Шандригось, 2015).

Аналізуючи вище описане, було прийнято рішення провести дослідження з вивчення проблеми спеціальної функціональної підготовленості спортивної зміни у вільній боротьбі, спортсменів, які переходять у розряд юніорів, а потім дорослих борців.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами та темами. Дослідження проводились відповідно до теми плану науково-дослідної роботи кафедри одноборств, фехтування і силових видів спорту ХНПУ імені Г.С. Сковороди «Здоров'язбережувальна оптимізація тренування та навчально-виховного процесу фізичного виховання студентів» (номер державної реєстрації 0114U003929).

Мета роботи: провести порівняльний аналіз інтенсивності дій борців вільного стилю на чемпіонатах світу і України 2019 року з вільної боротьби, серед кадетів.

Завдання дослідження:

1. Дослідити інтенсивність дій борців у фінальних поєдинках чемпіонату світу і чемпіонату України 2019 року з вільної боротьби, серед кадетів.

2. Порівняти інтенсивність дій борців, учасників фіналів чемпіонату світу і чемпіонату України 2019 року з вільної боротьби, серед кадетів.

3. Проаналізувати результативність дій борців – переможців й переможених у фінальних сутичках чемпіонату світу і чемпіонату України 2019 року з вільної боротьби, серед кадетів.

Матеріали та методи дослідження.

Для дослідження інтенсивності змагальних сутичок, шляхом експертної оцінки, були визначені критерії оцінки різних зон інтенсивності. Запропоновано поділити дії борців, під час ведення змагальних поєдинків, на три зони інтенсивності: мала (низька), помірна, висока. До першої зони увійшли дії борців без контакту у стойці, пасивні дії в партері. До другої зони інтенсивності увійшли дії борців у контакті (підготовка до проведення прийому; оманливі атаки; боротьба за захоплення). До третьої зони інтенсивності увійшли реальні спроби виконання технічних дій (вдалі й невдалі) захист від атак супротивника, як в стойці так і в партері; боротьба в небезпечному положенні.

Для дослідження інтенсивності ведення змагальних поєдинків фіналістами

світового та вітчизняного чемпіонатів серед кадетів було проаналізовано по 28 сутичок на кожних змаганнях. У кожній ваговій категорії досліджувалась інтенсивність ведення поєдинків борців, які змагались за призові місця, тобто фінальні сутички за перше й за третє місце. При розрахунках результатів дослідження не враховували сутички, які закінчились чистою перемогою одного з борців задовго до кінця першого періоду. Таких поєдинків було п'ять. Два на чемпіонаті світу (фінальна сутичка за перше місце у важкій ваговій категорії до 110 кг. між російським і грузинським борцями і поєдинку за третє місце у ваговій категорії 60 кг. між представниками Японії та Азербайджану). Три на чемпіонаті України (фінальна сутичка за перше місце у ваговій категорії до 51 кг. і два поєдинки за третє місце у вагових категоріях 45 кг. і 51 кг.).

Методи дослідження: аналіз і узагальнення науково-методичної літератури; педагогічне спостереження, педагогічний експеримент; аналіз змагальних поєдинків; методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Результати дослідження інтенсивності ведення поєдинків фіналістами чемпіонату світу і чемпіонату України серед кадетів в усіх вагових категоріях представлені у таблиці 1.

Таблиця 1

Інтенсивність ведення поєдинків фіналістами чемпіонату світу (n=28) і чемпіонату України (n=27) серед кадетів

Рівень змагань	Частина сутички	Низька (%)	Середня (%)	Висока (%)
Чемпіонат світу	1 період	23,32	41,28	35,4
	2 період	19,53	38,69	41,78
	Вся сутичка	21,43	39,98	38,59
Чемпіонат України	1 період	29,93	48,92	21,15
	2 період	22,19	43,02	34,79
	Вся сутичка	26,06	45,97	27,97

Примітка: Розраховувався відсоток від часу ведення боротьби в певних зонах інтенсивності (в 1 і 2 періодах – % від 3 хв.; вся сутичка – % від 6 хв.).

Порівняльний аналіз інтенсивності ведення змагальних поєдинків показав, що на світовій першості доля дій високої інтенсивності, яку показали юні борці на 10,62 % більша ніж аналогічний показник, продемонстрований юними спортсменами на чемпіонаті України, відповідно 38,59 % проти 27,97%. В свою чергу дій помірної

та малої інтенсивності було показано більше на вітчизняному чемпіонаті ніж на світовому (45,97 % проти 39,98 % - дії помірної інтенсивності; 21,43 % проти 26,06 % - дії низької інтенсивності). Що характерно для обох змагань, інтенсивність дій спортсменів зростала в другому періоді поєдинків.

Таблиця 2

Інтенсивність ведення поєдинків фіналістами чемпіонату світу (n=12) і чемпіонату України (n=9) серед кадетів (легкі в. к. 45, 48, 51 і 55 кг.)

Рівень змагань	Частина сутички	Низька (%)	Середня (%)	Висока (%)
Чемпіонат світу	1 період	23,46	37,96	38,58
	2 період	17,86	30,74	51,40
	Вся сутичка	20,66	34,35	44,99
Чемпіонат України	1 період	28,76	39,48	31,76
	2 період	13,57	39,49	46,94
	Вся сутичка	21,17	39,48	39,35

Примітка: Розраховувався відсоток від часу ведення боротьби в певних зонах інтенсивності (в 1 і 2 періодах – % від 3 хв.; вся сутичка – % від 6 хв.).

Як і передбачалось, найактивнішими в змагальних поєдинках на світовому й вітчизняному рівнях були легковаговики, які демонстрували дії високої інтенсивності на рівні 44,99 % на

чемпіонаті світу і 39,35 % на чемпіонаті України (таблиця 2). Після них, за рівнем високо інтенсивних дій йдуть представники середніх вагових категорій, відповідно – 36,40 % і 25,20 % (таблиця 3).

Таблиця 3

Інтенсивність ведення поєдинків фіналістами чемпіонату світу (n=8) і чемпіонату України (n=9) серед кадетів (середні в. к. 60, 65, 71 кг.)

Рівень змагань	Частина сутички	Низька (%)	Середня (%)	Висока (%)
Чемпіонат світу	1 період	18,67	49,46	31,87
	2 період	15,77	43,31	40,92
	Вся сутичка	17,22	46,38	36,40
Чемпіонат України	1 період	29,01	55,87	15,13
	2 період	22,26	42,46	35,28
	Вся сутичка	25,63	49,17	25,20

Примітка: Розраховувався відсоток від часу ведення боротьби в певних зонах інтенсивності (в 1 і 2 періодах – % від 3 хв.; вся сутичка – % від 6 хв.).

Борці важких вагових категорій, за інтенсивністю ведення змагальних поєдинків, опинились на останньому місці, з показниками дій високої інтенсивності - 30,48 % - на чемпіонаті світу; 21,53 на

чемпіонаті України (таблиця 4). Слід зауважити, що у сутичках чемпіонату світу важковаговики були більш активними ніж середньоваговики на чемпіонаті України, відповідно – 30,48% проти 25,20%).

Інтенсивність ведення поєдинків фіналістами чемпіонату світу (n=8) і чемпіонату України (n=9) серед кадетів (важкі в. к. 80, 92, 110 кг.)

Рівень змагань	Частина сутички	Низька (%)	Середня (%)	Висока (%)
Чемпіонат світу	1 період	30,98	43,41	25,61
	2 період	19,46	45,20	35,34
	Вся сутичка	25,22	44,30	30,48
Чемпіонат України	1 період	35,1	47,87	17,03
	2 період	30,74	43,22	26,04
	Вся сутичка	32,92	45,55	21,53

Примітка: Розраховувався відсоток від часу ведення боротьби в певних зонах інтенсивності (в 1 і 2 періодах – % від 3 хв.; вся сутичка – % від 6 хв.).

Дослідження технічних дій, оцінених судьями, які були показані борцями – переможцями і тими, хто програв в змагальних сутичках (таблицях 5 і 6) показали, що у поєдинках світової першості в першому періоді важко було спрогнозувати переможця поєдинку. Кількість балів, яку отримали переможці та переможені майже збігалася ($p > 0,05$) навіть, переможені борці набрали декілька більше балів. У другому періоді за рахунок більшої інтенсивності переможці

спроміглися набрати значно більшу кількість балів ніж їх опоненти ($p < 0,001$). Слід зауважити, що борці – переможці у першому періоді здобули лише 37,36 % балів зароблених за сутичку. Значно більшу кількість балів ними було зароблено у другому періоді – 62,64 %. Зворотну картину ми бачимо у борців, які потерпіли поразку. В першому періоді вони отримали 57,02 % балів, а у другому 42,98 %.

Таблиця 5

Кількість балів зароблених борцями в поєдинках чемпіонату світу (n=28) і чемпіонату України (n=27) серед кадетів

Рівень змагань	Частина сутички	Переможець		Переможений	
		Бали	%	Бали	%
Чемпіонат світу	1 період	68	37,36	69	57,02
	2 період	114	62,64	52	42,98
	Вся сутичка	182	100	121	100
Чемпіонат України	1 період	65	37,35	39	47,56
	2 період	109	62,65	43	52,44
	Вся сутичка	174	100	82	100

Таблиця 6

Результативність технічних дій юних борців в поєдинках чемпіонату світу (n=28) і чемпіонату України (n=27) серед кадетів

Рівень змагань	Частина сутички	Переможець	Переможений	t	p
		Бали ($x_1 \pm \delta$)	Бали ($x_2 \pm \delta$)		
Чемпіонат світу	1 період	2,43±2,25	2,46±2,2	0,26	>0,05
	2 період	4,0±2,98	1,86±1,5	17,94	<0,001
	Вся сутичка	6,43±3,48	4,32±3,4	12,13	<0,001
Чемпіонат України	1 період	2,41±2,03	1,44±1,07	11,39	<0,001
	2 період	4,04±2,88	1,59±1,10	21,48	<0,001
	Вся сутичка	6,45±3,52	3,03±1,92	23,03	<0,001

У поєдинках чемпіонату України домінування переможців спостерігається майже в усіх сутичках вже в першому періоді ($p < 0,001$). У другому періоді ця тенденція зберігається. Також, як і переможці світової першості, переможці чемпіонату України в другому періоді виконали значно більше оцінених технічних дій ніж в першому, набравши 62,65 % балів проти 37,35 % балів переможених спортсменів. Борці, які потерпіли поразку, у другому періоді заробили незначно більшу кількість балів ніж у першому – 52,44 проти 47,56 %.

Проаналізувавши уважно результати дослідження можна помітити, як впливає інтенсивність дій юних борців у змагальних поєдинках на результативність техніко-тактичних дій. Аналіз результатів експерименту показує на зв'язок функціональної підготовленості спортсменів зі змагальною успішністю. Для того, щоб успішно виконувати технічні дії, а також протистояти активним діям суперника спортсменам необхідні високі фізичні кондиції, причому, спеціальна фізична підготовленість має створюватись на всебічній базовій фізичній підготовленості борців. Сприятливим віком для ефективного розвитку м'язової системи, силових здібностей, які є фундаментом фізичної підготовленості спортсменів у боротьбі, є вік, який відповідає кадетському віку в змаганнях борців.

До речі слід зазначити, що українські кадети гідно виступили на чемпіонаті світу з вільної боротьби 2019 року, завоювавши три бронзові нагороди: Микита Абрамов, який став призером у ваговій категорії 51 кг.; Віктор Ташогло – призер у ваговій категорії 60 кг.; Денис Сагалюк – вагова категорія 80 кг.

Результати проведеного дослідження доповнюють дані інших досліджень: про спеціальну фізичну підготовку атлетів у спортивній боротьбі (Воложанін & Дагбаєв, 2011; Камаєв, Тропін & Костюков, 2017; Шандригось, Яременко, Первачук & Латишев, 2018); про взаємозв'язок техніко-тактичної і фізичної

підготовленості борців (Огарь, Санжаров, Ласиця & Ручинський, 2014; Тропін, Пономарьов & Кліменко, 2017; Тропін, Панов & Белобаба, 2017); про оптимізацію навчально-тренувального процесу в спортивній боротьбі (Салчак, 2015; Первачук, Загура & Свищ, 2016).

Висновки.

1. У фінальних поєдинках чемпіонату світу і чемпіонату України 2019 року з вільної боротьби, серед кадетів найвищі показники інтенсивності були показані, як і передбачалось, борцями легких вагових категорій, за ними йдуть середньоваговики, після яких борці важких вагових категорій.

2. Порівняльний аналіз інтенсивності фінальних сутичок досліджуваних змагань показав перевагу борців - учасників чемпіонату світу над учасниками чемпіонату України. На світовій першості спортсмени 38,59 % часу вели активну боротьбу високої інтенсивності, 39,98 % часу боротьби велось з помірною інтенсивністю і 21,43 % - низької інтенсивності. На чемпіонаті України, відповідно – 27,97 %; 45,97 %; 26,06 %.

3. Борці, які перемагали у фінальних сутичках більше оцінених дій отримали у другому періоді поєдинків, незалежно від рівня змагань (близько 62,5 %), що є опосередкованим показником їхньої високої функціональної підготовленості. Спортсмени, які програли сутички, на чемпіонаті світу, у першому періоді були більш результативними (57,02 %), а на чемпіонаті України незначно результативнішими були у другому періоді (52,44 %). Переможці обох змагань значно перевершили своїх опонентів за кількістю набраних балів ($p < 0,001$), хоча переможці чемпіонату світу перший період у багатьох сутичках програвали.

Перспективи подальших досліджень. В перспективі планується розробити методiku удосконалення локальної м'язової витривалості для юних борців вільного стилю і перевірити її вплив на функціональні можливості спортсменів і на їх успішність у змагальних поєдинках.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють, про відсутність конфлікту інтересів.

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

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

- Бойченко, Н. В. (2007). «Пути повышения эффективности тренировочного процесса в восточных единоборствах». *Физическое воспитание студентов творческих специальностей*, 2, 148-150.
- Бойченко, Н. В., & Голубничій, Р. В. (2016). «Особенности физической подготовки спортсменов, что занимаются дзюдо». *Єдиноборства*, 11-13.
- Бойченко, Н. В., & Гринь, Л. В. (2011). «Техніко-тактичні показники змагальної діяльності єдиноборців». *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 1, 10-13.
- Воложанин, С. Е., & Дагбаев, Б. В. (2011). «Совершенствование специальной физической подготовленности борцов вольного стиля на базе акцентированной силовой тренировки». *Вестник Бурятского государственного университета*, 13, 43-46.
- Камаев, О. И., Тропин, Ю. Н., & Костюков, Я. Э. (2017). «Специальная выносливость как неотъемлемая часть подготовки борцов». *Єдиноборства*, 3, 40-43.
- Максимов, Д. В., Селуянов, В. Н., & Табаков, С. Е. (2011). *Физическая подготовка единоборцев (самбо, дзюдо)*. ТВТ «Дивизион». Москва.
- Огарь, Г. О., Санжаров, В. А., Ласиця, В. І., & Ручинський, Д. О. (2014). «Особенности специальной подготовленности юних борцов греко-римского стиля с различными тактичными манерами ведения поединку». *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер.: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*, 118(4), 143-145.
- Панченко, И. А., & Селюкин, Д. Б. (2015). «Особенности физической и тактико-технической подготовленности юношей и девушек, занимающихся вольной борьбой». *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта*, 5(123), 138-142.
- Первачук, Р., Загура, Ф., & Свищ, Я. (2016). «Особенности побудови програми фізичної підготовки борців вільного стилю з урахуванням домінантного типу енергозабезпечення». *Спортивна наука України*, 1(71), 9-16.
- Ручка, С. В. (2016). «Удосконалення підготовки юних борців в умовах динамічного розвитку вільної боротьби». *Траектория науки. Электронный научный журнал*, 2(7), 5.51-5.56.
- Салчак, В. К. (2015). «Оптимизация средств физической подготовки борцов вольного стиля». *VII Международная студенческая электронная научная конференция. Современные проблемы физической культуры и спорта*, 45-53.
- Тропин, Ю. Н. (2019). «Модельные характеристики физической подготовленности юных борцов в группах предварительной подготовки». *Єдиноборства*, 2(9), 71-80.
- Тропін, Ю. М., Панов, П. П., & Белобаба, С. Б. (2017). «Фізична підготовка борців». *Єдиноборства*, 3, 82-84.
- Тропін, Ю. М., & Пашков, І. М. (2018). «Фізичні навантаження як основний засіб підвищення працездатності борців». *Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях*, 1, 70-74.
- Тропін, Ю. М., Пономарьов, В. А., & Кліменко, О. І. (2017). «Взаємозв'язок рівня фізичної підготовленості з показниками змагальної діяльності у юних борців греко-римського стилю». *Слобожанський науково-спортивний вісник*, 1(57), 111-115.
- Шандригось, В. І. (2015). «Індивідуалізація технічної підготовки юних борців вільного стилю». *Спортивна наука України*, 5(69), 44-48.
- Шандригось, В. І., Яременко, В. В., & Первачук, Р. В. (2018). «Аналіз виступів борців різних країн на чемпіонаті Європи 2018 року з вільної боротьби серед чоловіків». *Єдиноборства*, 4(10), 80-90.

Шандригось, В. І., Яременко, В. В., Первачук, Р. В., & Латишев, М. В. (2018). «До питання оцінки фізичної підготовленості борців вільного стилю». *Актуальні проблеми фізичної культури, спорту, фізичної терапії та ерготерапії*, 5(17), 82-84.

Стаття надійшла до редакції: 27.09.2019 р.

Опубліковано: 01.11.2019 р.

Аннотація. *Исследование интенсивности соревновательных поединков юных борцов вольного стиля. Огарь Г. А., Серeda В. Д. Цель:* провести анализ интенсивности действий борцов вольного стиля на чемпионатах мира и Украины 2019 года по вольной борьбе среди кадетов. **Материалы и методы.** Для исследования интенсивности соревновательных схваток, путем экспертной оценки, были определены критерии оценки различных зон интенсивности. Было предложено разделить действия борцов, в период ведения соревновательных поединков на три зоны интенсивности: малая (низкая), умеренная, высокая. В первую зону вошли действия борцов без контакта в стойке, пассивные действия в партере. Ко второй зоне интенсивности вошли действия борцов в контакте (подготовка к проведению приема; обманные атаки, борьба за захват). К третьей зоне интенсивности вошли попытки выполнения технических действий (удачные и неудачные) защита от атак противника, как в стойке так и в партере; борьба в опасном положении. **Методы исследования:** анализ и обобщение научно-методической литературы; педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент; анализ соревновательных поединков; методы математической статистики. **Результаты.** Была исследована интенсивность действий юных борцов на чемпионатах мира и Украины 2019 года по вольной борьбе, что позволило определить влияние функциональной подготовленности спортсменов на успешность в соревновательных поединках. **Выводы.** В финальных поединках чемпионата мира и чемпионата Украины 2019 по вольной борьбе среди кадетов наиболее высокая интенсивность была показана борцами легких весовых категорий, за ними следуют средневесы, после которых борцы тяжелых весовых категорий. Сравнительный анализ интенсивности финальных схваток исследуемых соревнований показал преимущество борцов - участников чемпионата мира над участниками чемпионата Украины. На мировом первенстве спортсмены 38,59 % времени вели активную борьбу высокой интенсивности, 39,98 % времени борьбы велось с умеренной интенсивностью и 21,43 % - низкой интенсивности. На чемпионате Украины, соответственно - 27,97 %; 45,97 %; 26,06 %. Борцы, которые побеждали в финальных схватках больше баллов заработали во втором периоде поединков, независимо от уровня соревнований (около 62,5 %), что является косвенным подтверждением их высокой функциональной подготовленности. Спортсмены, проигравшие схватки, на чемпионате мира в первом периоде были более результативными (57,02 %), а на чемпионате Украины незначительно более результативными были во втором периоде (52,44 %). Победители обоих соревнований значительно превзошли своих оппонентов по количеству набранных баллов ($p < 0,001$), хотя победители чемпионата мира первый период во многих схватках проигрывали.

Ключевые слова: юные борцы, интенсивность действий, сравнительный анализ, победители, побежденные.

Abstract. *A study of the intensity of competitive fights of young freestyle wrestlers. Ogar G., Sereda V. Purpose:* to analyze the intensity of actions of freestyle wrestlers at the 2019 World Championships and Ukraine freestyle wrestling among cadets. **Materials and methods.** To study the intensity of competitive fights, by means of an expert assessment, criteria for evaluating various intensity zones were determined. It was proposed to divide the actions of the wrestlers during the period of conducting competitive fights into three zones of intensity: small (low), moderate, high. The first zone included actions of fighters without contact in the rack, passive actions in the stalls. The second zone of intensity included the actions of the fighters in contact (preparation for the

reception; fraudulent attacks, the struggle for capture). The third zone of intensity included attempts to perform technical actions (successful and unsuccessful) protection from enemy attacks, both in the stance and on the ground; fighting in a dangerous position. Research methods: analysis and synthesis of scientific and methodological literature; pedagogical observation, pedagogical experiment; analysis of competitive fights; methods of mathematical statistics. **Results.** The intensity of the actions of young wrestlers at the 2019 World and Ukrainian Championships in freestyle wrestling was investigated, which allowed us to determine the impact of the athletes' functional preparedness on success in competitive fights. **Conclusions.** In the final matches of the World Championships and Ukrainian Championships 2019 in freestyle wrestling among cadets, the highest intensity was shown by lightweight wrestlers, followed by middleweights, followed by heavyweight wrestlers. A comparative analysis of the intensity of the final fights of the studied competitions showed the advantage of wrestlers - participants of the World Cup over the participants of the Championship of Ukraine. At the world championship, athletes 38,59 % of the time were active in high intensity, 39,98 % of the time in moderate intensity and 21,43 % in low intensity. In the championship of Ukraine, respectively – 27,97 %; 45,97 %; 26,06 %. Wrestlers who won in the final bouts earned more than points in the second period of fights, regardless of the level of competition (about 62,5 %), which is an indirect indicator of their high functional readiness. Athletes who lost the fight at the World Championships in the first period were more productive (57,02 %), and at the Ukrainian Championships they were slightly more effective in the second period (52,44 %). The winners of both competitions significantly surpassed their opponents in the number of points scored ($p < 0,001$), although the winners of the World Cup lost the first period in many fights.

Keywords: young wrestlers, intensity of action, comparative analysis, winners, losers.

References

- Boychenko, N. V. (2007). «Puti povysheniya jeffektivnosti trenirovochnogo processa v vostochnykh edinoborstvah». *Fizicheskoe vospitanie studentov tvorcheskikh special'nostej*, 2, 148-150.
- Boychenko, N. V., & Golubnychij, R. V. (2016). «Osoblyvosti fizichnoi' pidgotovky sportsmenok, shho zajmajut'sja dzjudo». *Jedynoborstva*, 11-13.
- Boychenko, N. V., & Grin', L. V. (2011). «Tehniko-taktichni pokazniki zmagal'noi' dijal'nosti edinoborciv». *Pedagogika, psihologija ta mediko-biologichni problemifizichnogo vihovannja i sportu*, 1, 10-13.
- Volozhanin, S. E., & Dagbaev, B. V. (2011). «Sovershenstvovanie special'noj fizicheskij podgotovlennosti borcov vol'nogo stilja na baze akcentirovannoj silovoj trenirovki». *Vestnik Burjatskogo gosudarstvennogo universiteta*, 13, 43-46.
- Kamaev, O. I., Tropin, Ju. N., & Kostjukov, Ja. Je. (2017). «Special'naja vynoslivost' kak neotyemlemaja chast' podgotovki borcov». *Edinoborstva*, 3, 40-43.
- Maksimov, D. V., Selujanov, V. N., & Tabakov, S. E. (2011). *Fizicheskaja podgotovka edinoborcev (sambo, dzjudo)*. TVT «Divizion». Moskva.
- Ogar', G. O., Sanzharov, V. A., Lasicja, V. I., & Ruchins'kij, D. O. (2014). «Osoblivosti special'noi' pidgotovlenosti junih borcov greko-rims'kogo stilju z rizmimi taktichnimi manerami vedennja poedinku». *Visnik Chernigivs'kogo nacional'nogo pedagogichnogo universitetu. Ser.: Pedagogichni nauki. Fizichne vihovannja ta sport*, 118(4), 143-145.
- Panchenko, I. A., & Seljukin D. B. (2015). «Osobnosti fizicheskij i taktiko-tehnicheskij podgotovlennosti junoshej i devushek, zanimajushhhsja vol'noj bor'boj». *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, 5(123), 138-142.
- Pervachuk, R., Zagura, F., & Svishh, Ja. (2016). «Osoblivosti pobudovi programi fizichnoi' pidgotovki borciv vil'nogo stilju z urahuvannjam dominantnogo tipu energozabezpechennja». *Sportivna nauka Ukraini*, 1(71), 9-16.
- Ruchka, E. V. (2016). «Udoskonalennja pidgotovki junih borciv v umovah dinamichnogo rozvitku vil'noi' borot'bi». *Traektorija nauki. Jelektronnyj nauchnyj zhurnal*, 2(7), 5.51-5.56.

- Salchak, V. K. (2015). «Optimizacija sredstv fizicheskoj podgotovki borcov vol'nogo stilja». VII Mezhdunarodnaja studencheskaja jelektronnaja nauchnaja konferencija. *Sovremennye problemy fizicheskoj kul'tury i sporta*, 45-53.
- Tropin, Ju. N. (2019). «Model'nye harakteristiki fizicheskoj podgotovlennosti junyh borcov v gruppah predvaritel'noj podgotovki». *Edinoborstva*, 2(9), 71-80.
- Tropin, Ju. M., Panov, P. P., & Belobaba, S. B. (2017). «Fizichna pidgotovka borciv». *Edinoborstva*, 3, 82-84.
- Tropin, Ju. M., & Pashkov, I. M. (2018). «Fizichni navantazhennja jak osnovnij zasib pidvishhennja pracezdatnosti borciv». *Problemy i perspektivy razvitija sportivnyh igr i edinoborstv v vysshyh uchebnyh zavedenijah*, 1, 70-74.
- Tropin, Ju. M., Ponomar'ov, V. A., & Klimenko, O. I. (2017). «Vzaemozv'jazok rivnja fizichnoi pidgotovlenosti z pokaznikami zmagal'noi dijal'nosti u junih borciv greko-rim'skogo stilju». *Slobozhans'kij naukovо-sportivnij visnik*, 1(57), 111-115.
- Shandrigos', V. I. (2015). «Individualizacija tehnicnoi pidgotovki junih borciv vil'nogo stilju». *Sportivna nauka Ukraїni*, 5(69), 44-48.
- Shandrigos', V. I., Jaremenko, V. V., & Pervachuk, R. V. (2018). «Analiz vystupiv borciv riznih kraїn na chempionati Єvropi 2018 roku z vil'noi borot'bi sered cholovikiv». *Edinoborstva*, 4(10), 80-90.
- Shandrigos', V. I., Jaremenko, V. V., Pervachuk, R. V., & Latishev, M. V. (2018). «Do pitannja ocinki fizichnoi pidgotovlenosti borciv vil'nogo stilju». *Aktual'ni problemi fizichnoi kul'turi, sportu, fizichnoi terapiї ta ergoterapiї*, 5(17), 82-84.

Відомості про авторів:

Огарь Геннадий Олексійович: старший викладач кафедри одноборств, фехтування і силових видів спорту; ХНПУ імені Г.С. Сковороди: вул. Валентинівська, 2, м. Харків, 61000, Україна.

Огарь Геннадий Алексеевич: старший преподаватель кафедрой единоборств, фехтования и силовых видов спорта; ХНПУ имени Г.С. Сковороды: ул. Валентиновская, 2, г. Харьков, 61000, Украина.

Gennady Ogar: Senior lecturer of the Department of Martial Arts, Fencing and Endurance Sports; H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University, Valentinovskaya street, 2, Kharkiv, 61000, Ukraine.

<http://orcid.org/0000-0002-7039-5365>

E-mail: gena.ogar@gmail.com

Середа Владислав Дмитрович: студент 62 гр. факультету фізичного виховання і спорту; ХНПУ імені Г.С. Сковороди: вул. Валентинівська, 2, м. Харків, 61000, Україна.

Середа Владислав Дмитриевич: студент 62 гр. факультета физического воспитания и спорта; ХНПУ имени Г.С. Сковороды: ул. Валентиновская, 2, г. Харьков, 61000, Украина.

Vladyslav Sereda: student 62 group to the faculty of physical education and sport; H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University: Valentinovskaya street, 2, Kharkiv, 61000, Ukraine.

<http://orcid.org/0000-0003-2742-7787>

E-mail: seredulkin96@gmail.com