

Селявкін О. І. Студентська молодь як провідна основа спортивного резерву зі східних єдиноборств / О. І. Селявкін, В. Г. Саєнко, О. В. Дубовой // Актуальні проблеми розвитку традиційних і східних єдиноборств : Зб. тез доп. XI Міжнар. Інтернет наук.-метод. конф. Вип. 11. – Х. : Національна академія Національної гвардії України, 2017. – С. 17 – 20.

УДК 796.853 : 378.096

## СТУДЕНТСЬКА МОЛОДЬ ЯК ПРОВІДНА ОСНОВА СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВУ ЗІ СХІДНИХ ЄДИНОБОРСТВ

**Селявкін О. І., Саєнко В. Г., Дубовой О. В.**

*Державний заклад «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»,  
Старобільськ, Україна*

**Постановка проблеми.** Все більше видів східних єдиноборств стають відомими широкому колу шанувальників спорту, приваблюють населення багатьох країн світу і набувають чисельних прихильників. Серед них своє місце займають айкідо, джиу-джитсу, дзюдо, карате, сумо, тхеквондо та ін. Найпопулярніші з них включаються до програми Олімпійських Ігор. Так, на XXXI літніх Олімпійських іграх 2016 року в Ріо-де-Жанейро найкращі спортсмени виборювали медалі в дзюдо і тхеквондо ВТФ. А вже через чотири роки, тобто в 2020 році, у Токіо олімпійські спортивні змагання поповнюють ще одним видом – «карате», що має серед східних єдиноборств найбільшу поширеність. Це покладає на керівництво будь-якої держави додаткові функції – організувати належну підготовку національної збірної команди, що складається із спортсменів уже трьох їх видів (дзюдо, карате і тхеквондо ВТФ), які повинні перемогти у відбірних турнірах і вибороти ліцензії на Олімпіаду. Для набуття необхідного змагального досвіду та конкурентоздатності кожної з національних збірних команд треба налагоджувати підготовчий процес, тобто необхідно піклуватися про створення функціональної структури спортивного резерву, розпочинаючи роботу в середовищі юних спортсменів шкільного і студентського віку. Таке становище виводить дослідження питання створення спортивного резерву в східних єдиноборствах в Україні у розряд актуальних.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Держава у скрутний для неї економічний період руху мобілізує посилені зусилля, які мають як матеріальний, так і організаційний характер в середовищі фізичної культури і спорту, що визнаються стратегічним напрямком розвитку людини. Шлях публікаціям, в яких висвітлюються сучасні проблеми розвитку фізичної культури, яка формується і видами східних єдиноборств, відкритий. Це дозволяє присвячувати питанням створення руху за обраним напрямком розвитку фізичної здібності первинно у формі спортивних секцій зі східних єдиноборств в закладах загальної середньої освіти [4, 5, 7]. На більш високому рівні, серед студентської молоді, вирішується вже державне завдання по збереженню здоров'я людини засобами східних єдиноборств [1, 2, 8]. У деяких університетах України підтримується спортивна спеціалізація з підготовки спортсменів, тренерів та кваліфікованих методичних працівників, яка базується на ефективних методичних програмах, що реалізують засвоєння знань, навичок та умінь, виконання методично виважених обсягів тренувального навантаження у східних видах єдиноборств [6] за науково обґрунтованими рекомендаціями режимів відновлення організму [9]. Проте, на системні обґрунтування підготовки спортивного резерву зі східних єдиноборств у студентському віці звертається уваги недостатньо.

**Мета дослідження** – здійснити аналіз потенціальних організаційних можливостей підготовки спортивного резерву зі східних єдиноборств у державі під час навчання молоді в навчальних закладах до належного спортивного рівня кваліфікаційних вимог, що висуваються світовими школами і осередками з єдиноборств.

**Результати досліджень.** За концептуально-державним модулем, запропонованим у джерелі [3], визначається, що за зовнішніми ознаками системності, компліментарності і фрактальності середовища людина в суспільстві виступає і як суб'єкт соціального руху, і як фактор моделі самодостатності. Таке визначає залежність її розвитку, як стратегію руху за

найкращими фізичними системами і педагогічними технологіями. У ХХ столітті такі технології проявилися у сімействі, що отримали назву «Східні єдиноборства», що впроваджуються у Японії змалку. Згідно до діючого законодавства України спеціалізуватися в східних єдиноборствах за програмою ДЮСШ дозволено з 10-річного віку і до 18 років включно. Але, займатися у секціях східних єдиноборств не забороняється ще і з більш раннього віку. Натомість висувається до цього процесу організації тренування додаткові вимоги по дотриманню умови введення у тренувальний процес вправ загальної фізичної підготовки та спортивних й рухливих ігор. Окрім того, суворо забороняється участь у спортивних змаганнях будь-якого рівня до виповнення десяти років. Такі обмеження пов'язуються з можливими негативними наслідками для дітей, а саме: травмами хребта і суглобів, кістковими відшаруваннями, розладами психіки, перевантаженнями судинно-серцевої системи та інше. За умови переходу спортсмена з ДЮСШ для навчання на денному відділенні вищого навчального закладу він має можливість продовжувати представляти цю ДЮСШ та приносити в її актив залікові бали до 23 років включно. Як показує досвід [6], видатні результати в східних єдиноборствах досягаються спортсменами у віці 24–33 років. З цього твердження витікає наступне: період підготовки людини у 19-23 роки, що припадає, як відомо, на період навчання молоді в вищих навчальних закладах, має виключне методичне значення, що поєднує в собі систематичний кругообіг і оберт відтворення, витрати, поповнення і розвитку могутньої біологічної енергії, що розподіляється між тренуванням, особистим духовним та фізичним вдосконаленням і отриманням системних професійних знань за обраним освітнім рівнем.

Вдосконалювання людини у конкретному виді єдиноборства здійснюється в названому віці, як правило, виключно за трьома варіантами здійснення взаємодії, в якій своє місце займають:

1) профільні і цільові форми відтворення тренувального процесу, що формуються за навчальною програмою спеціалізованого вищого навчального закладу, інституту чи факультету фізичного виховання, де ведеться підготовка відповідних фахівців для використання їх в економіках держави за фахом. Рахується, що досвід, який набувається в середовищі змагальної діяльності, формує гармонічно розвинену людину і гартує загальну культуру спеціаліста. В таку навчальну програму, що названа університетською, для освоєння включаються ті види східних єдиноборств, що потребують методичного контролю за фізичною та психологічною підготовкою спортсменів до відповідальних змагань, передбачених у планах Міністерства. У їх число в обов'язковому порядку включаються Всеукраїнські і Всесвітні універсиади та спартакіади студентів. Такий засіб організації базових відносин в подальшому дозволяє комплектувати команди збірної України і виконувати своєчасно заплановані заходи і підготовчу роботу до міжнародних змагань. Позааудиторна педагогічно-виховна робота фахівців такого навчального закладу дозволяє якісно розширити підготовку студентів, бо надає координовані і матеріально забезпечені умови для удосконалення набутих знань, навичок та умінь у вільний від занять час завдяки організації середовища спортивних секцій, що викликають найбільший попит як у студентської молоді, так і у населення регіону;

2) форми взаємовідносин, що налагоджуються державою в системі добровільних спортивних товариств. Такі товариства володіють матеріально-технічним обладнанням, і їх успішна діяльність ставиться в залежність від кваліфікації методичних менеджерів та тренерів. Доступ університетської молоді до участі в командах таких утворень розширює тренувальний і змагальний потенціал, надає більшої можливості для критичного осмислення і перевірки набутих знань, навичок і умінь, що здобуті на лавах університету, бо програма підготовки в таких організаціях орієнтована на чисельну кількість дружніх зустрічей, змагань, спільних тренувань, турнірів і театралізованих виступів. Такі контакти розвивають у студента, окрім того, ще й когнітивні якості мислення, розширюють його кругозір, а зв'язки поповнюються друзями і товаришами, що у повсякденні заняті в різних сферах економіки;

3) форми взаємодії, що підтримуються підприємцями, колективами промислових підприємств та їх об'єднань, меценатами та спонсорами. Це, як правило, спортивні клуби, секції, центри і об'єднання за інтересами. Вхідження людини в таку сферу відносин не обмежується досягненням спортивної мети, бо носить оздоровчо-розважальне і культурно-відпочинкове навантаження. Тобто ведеться мова про те, що включення в неї студента надає їй можливість використовувати в оточенні свій фізичний і розумовий ресурс з максимальними зусиллями і користістю.

Якщо мова ведеться про студентську молодь навчальних закладів, в яких не планується в стінах своїх установ культивування виду східного єдиноборства, то треба визначитися з можливістю включення їх у форми відносин другої і третьої групи.

**Висновки.** Держава вступила в відтворювальний процес праці, в якому своє місце займають тренувальні процеси фізичної здібності і розумової здатності з більш результативними можливостями. Це – засоби єдиноборства і бойового мистецтва, що наділяють людину винятковими властивостями захисту життя і поведінки у суспільному оточенні. Вони включають в себе не тільки види східних єдиноборств, на які звертається увага, але й ті системи, якими наповнюється множина єдиноборств Світу, що за своєю сукупністю перевищує 1500 їх різновидів.

**Перспективи подальших розробок у даному напрямку.** Планується дослідження середовища ринку за допомогою маркетингового інструментарію і руху послуги до споживача в галузі організації і проведення спортивних заходів зі східних єдиноборств.

#### **Список використаних джерел**

1. Дубовой О. В. Збереження здоров'я студентської молоді – запорука ефективного розвитку держави / О. В. Дубовой, В. Г. Саєнко // *Materialy IX Miedzynarodowej naukowo-praktycznej konferencji «Aktualne problemy nowoczesnych nauk – 2013»*. Vol. 25. Medycyna. : Przemysl. Nauka i studia, 2013. – str. 17 – 22.

2. Жадан А. О. Відмінності суб'єктивного стану особистості студентів після відвідування навчальних занять фізичної культури та тренувальних занять у секціях карате / А. О. Жадан, В. Г. Саєнко // *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка (педагогічні науки) : Зб. наук. праць*. – Луганськ : Вид-во ДЗ „ЛНУ імені Тараса Шевченка”, 2013. – № 8(267). – С. 155 – 160.

3. Саєнко В. Г. Гипотетические модули менеджмента развития личности посредством восточного единоборства / В. Г. Саєнко // *Вісник Хмельницького національного університету*. – 2016. – № 5, Т. 1. – С. 157 – 164.

4. Саєнко В. Г. Важливість створення секцій східних єдиноборств в закладах загальної середньої освіти / В. Г. Саєнко // *Вісник Луганського національного університету ім. Тараса Шевченка*. – Луганськ : ДЗ „ЛНУ імені Тараса Шевченка”, 2010. – № 17. – С. 206 – 211.

5. Саєнко В. Г. Вдосконалення фізичної підготовленості учнів старших класів у секціях східних єдиноборств / В. Г. Саєнко // *Актуальні проблеми фізичного виховання школярів : теорія і практика : Зб. ст. за матер. Всеукраїн. наук.-практ. семінару для вчителів фізичної культури та кер. міськ. і район. метод. об'єднань*. – Луганськ : Вид-во ДЗ „ЛНУ імені Тараса Шевченка”, 2009. – С. 182 – 186.

6. Саєнко В. Г. Спортивно-педагогічне вдосконалювання зі східних єдиноборств : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фізичного виховання і спорту / В. Г. Саєнко ; Держ. закл. „Луган. нац. ун-т імені Тараса Шевченка”. – Луганськ : Вид-во ДЗ „ЛНУ імені Тараса Шевченка”, 2012. – 432 с.

7. Скляр М. С. Психофізіологічні функції учнів старших класів, які займаються в секціях карате / М. С. Скляр, В. Г. Саєнко // *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка : Зб. наук. праць*. – Чернігів : ЧНПУ, 2013. – Вип. 107. Т. II. – С. 366 – 369.

8. Толчева А. В. Китайское ушу как средство физического воспитания и оздоровления людей славянских государств / А. В. Толчева, В. Г. Саєнко // *Инновационные технологии в*

физическом воспитании, спорте и физической реабилитации : матер. II Междунар. науч.-практ. конф. – Орехово-Зуево : ГГТУ, 2016. – С. 101 – 107.

9. Толчева А. В. Комплекс упражнений хатха-йоги для восстановления единоборцев после тренировочных нагрузок / А. В. Толчева // Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях // Сб. статей XI междунар. науч. конф. – Белгород – Харьков – Красноярск : ХГАФК, 2015. – С. 153 – 155.