

ЕВОЛЮЦІЯ ПРАВИЛ СПОРТИВНИХ ЗМАГАНЬ ІЗ РУКОПАШНОГО БОЮ

EVOLUTION OF THE RULES OF SPORTS COMPETITIONS FROM HAND-TO-HAND COMBAT

Радченко Ю. А.¹, Радченко А. А.²

¹Національний університет фізичного виховання і спорту України,
м. Київ, Україна

²Комплексна дитячо-юнацька спортивна школа «Арсенал»,
м. Київ, Україна

Radchenko Yu. A.¹, Radchenko A. A.²

¹National University of Physical Education and Sports of Ukraine,
Kyiv, Ukraine

²Complex child and youth sports school "Arsenal",
Kyiv, Ukraine

DOI <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2023.16.17>

Анотації

Мета – дослідити зміни правил змагань із рукопашного бою протягом усього етапу розвитку, визначити їх динаміку, особливості, напрямки, причини впровадження, ефективність і відповідність до вимог часу окремих етапів та сучасного розвитку. **Методи.** Теоретичний аналіз і узагальнення спеціальної науково-методичної літератури, бесіди, узагальнення передового досвіду фахівців, методи математичної статистики. Застосовувався метод експертних оцінок та аналіз протоколів змагань із рукопашного бою, які відбулись протягом 1993–2023 років. Також було створено експертну групу, у яку ввійшли десять провідних суддів із рукопашного бою, із них: чотири – із кваліфікацією «суддя зі спорту міжнародної категорії», шість – із кваліфікацією «суддя зі спорту національної категорії». **Результати.** Основним фактором, який визначає змагальну діяльність та впливає на навчально-тренувальний процес єдиноборців, є правила змагань. У широкому спектрі досліджень ідеться про те, що навіть незначні зміни в правилах змагань впливають на якісні та кількісні показники змагальної діяльності спортсменів. У ході дослідження встановлено, що весь еволюційний процес розвитку правил змагань із рукопашного бою умовно ділиться на шість етапів. За весь період розвитку, який відбувається протягом останніх декілька десятків років, у рукопашному бою відбуваються кардинальні зміни правил змагань, з'являються нові версії, змінюються вимоги щодо застосування техніко-тактичних дій, впроваджуються нові системи оцінок та суддівства змагань. Більшість змін на різних етапах еволюції правил змагань вносились з метою відповідності сучасним вимогам розвитку спортивної галузі, підвищення видовищності змагальних поєдинків, впровадження нових технологій, удосконалення інвентарю, обладнання та спортивної екіпіровки, об'єктивізації системи суддівства в цілому, профілактики травматизму. Експериментально доведено, що версія «дозований контакт», при якій дозволено застосування ширшого технічного арсеналу, є найбільш популярною, а більшість нововведень має позитивну динаміку щодо подальшого розвитку. **Висновки.** Вивчення фундаментальних напрацювань, присвячених проблематиці дослідження, слугувало підставою для констатації важливості аналізу змін правил змагань для подальшої перспективи підвищення ефективності змагальної та навчально-тренувальної діяльності. Незважаючи на велику кількість етапів еволюції правил змагань із рукопашного бою, цей вид спорту не втратив притаманних саме йому ознак. На даний час незаперечним фактом є те, що фахівці і в подальшому продовжуватимуть вносити нові зміни до правил змагань із рукопашного бою, тому отримана інформація щодо особливостей еволюції правил змагань, її основних напрямків, ефективності та відповідності змін до вимог часу буде фундаментальною основою для перспективи підвищення ефективності змагальної діяльності на нових етапах розвитку рукопашного бою.

Ключові слова: єдиноборства, рукопашний бій, спортивна підготовка, правила змагань, розділи, версії, змагальна діяльність, поєдинки.

The purpose to investigate changes in the rules of hand-to-hand combat competitions throughout the entire development stage, to determine their dynamics, features, directions, reasons for implementation and effectiveness and compliance with the requirements of the time of individual stages and modern development. **Methods.** Theoretical analysis and generalization of special scientific and methodical literature, conversations, generalization of the best experience of specialists, methods of mathematical statistics. The method of expert evaluations and analysis of protocols of hand-to-hand combat competitions, which took place during 1993–2023, was used. An expert group was also created, which included ten leading hand-to-hand combat judges, four of them with the qualification of an international category judge, six with the qualification of a national category judge. **The results.** The main factor that determines the competitive activity and affects the educational and training process of martial artists are the competition rules. In a wide range of studies, it is said that even minor changes in the rules of the competition affect the qualitative and quantitative indicators of the competitive activity of athletes. In the course of the research, it was established that the entire evolutionary process of developing the rules of hand-to-hand combat competitions is conventionally divided into six stages. Over the entire period of development, which has been taking place over the last several dozen years, in hand-to-hand combat, the rules of the competition have undergone radical changes, new versions have appeared, the requirements for the use of technical and tactical actions have changed, and new systems of evaluation and refereeing of the competition have been implemented. Most of the changes at various stages of the evolution of the competition rules were made with the aim of meeting the modern requirements of the development of the sports industry, increasing the spectacle of competitive matches, introducing new technologies, improving inventory, equipment and sports equipment, objectifying the refereeing system as a whole, and preventing injuries. It has been experimentally proven that the dosed contact version, which allows the use of a wider technical arsenal, is the most popular, and most of the innovations have positive dynamics regarding further development. **Conclusions.** The study of the fundamental studies devoted to the problems of the research served as a basis for ascertaining the importance of analyzing the changes in the competition rules for the further perspective of increasing the efficiency of competitive and educational and training activities. Despite the large number of stages of evolution of the rules of hand-to-hand combat competitions, this sport has not lost its characteristic features. Currently, it is an indisputable fact that specialists will continue to make new changes to the rules of hand-to-hand combat competitions in the future, so the information obtained on the features of the evolution of the competition rules, its main directions, effectiveness and conformity of changes to the requirements of the time will be a fundamental basis for prospects for increasing the efficiency of competitive activity at new stages of hand-to-hand combat development.

Key words: martial arts, hand-to-hand combat, sports training, rules of competition, sections, versions, competitive activity, fights.

Вступ. Основним фактором, який визначає змагальну діяльність та впливає на навчально-тренувальний процес єдиноборців, є правила змагань [9; 12].

З метою відповідності сучасним вимогам розвитку спортивної галузі, підвищення видовищності окремих видів єдиноборств, впровадження нових технологій, удосконалення інвентарю, обладнання та спортивної екіпіровки, об'єктивізації системи суддівства в цілому, профілактики травматизму фахівці постійно розглядають питання щодо внесення змін у правила спортивних змагань [1; 7; 9; 14]. Відомо, що навіть незначні зміни в правилах змагань впливають на якісні та кількісні показники змагальної діяльності спортсменів [8; 9].

За останні декілька десятиріч років у рукопашному бою відбуваються кардинальні зміни правил змагань, з'являються нові вер-

сії, змінюються вимоги щодо застосування техніко-тактичних дій, впроваджуються нові системи оцінок та суддівства змагань [6].

На даний час незаперечним фактом є те, що фахівці і в подальшому продовжуватимуть вносити нові зміни до правил змагань із рукопашного бою, тому отримана інформація щодо особливостей еволюції правил змагань, її основних напрямків, ефективності та відповідності змін до вимог часу буде фундаментальною основою для перспективи підвищення ефективності змагальної діяльності на нових етапах розвитку рукопашного бою.

Мета – дослідити зміни правил змагань із рукопашного бою протягом усього етапу розвитку, визначити їх динаміку, особливості, напрямки, причини впровадження, ефективність і відповідність до вимог часу окремих етапів та сучасного розвитку.

Методи. У роботі використано теоретичний аналіз і узагальнення спеціальної науково-методичної літератури щодо впливу змін правил змагань на змагальну та навчально-тренувальну діяльність, педагогічні спостереження, бесіди, узагальнення передового досвіду фахівців.

Для дослідження змін правил змагань застосовувався метод експертних оцінок та аналіз протоколів 334 змагань із рукопашного бою, які відбулись протягом 1993–2023 років. Для вирішення завдань дослідження було опрацьовано шість редакцій правил змагань.

Для досягнення мети роботи було створено експертну групу, у яку увійшли десять провідних суддів із рукопашного бою, із них: чотири – із кваліфікацією «суддя зі спорту міжнародної категорії», шість – із кваліфікацією «суддя зі спорту національної категорії».

Аналіз проводився за наступними ознаками: розділи, у яких змагаються спортсмени, учасники змагань, розміри та особливості майданчика, одяг єдиноборців та засоби захисту, особливості суддівства, тривалість поєдинку та час, відведений на виконання техніко-тактичних дій, дозволені та заборонені правилами засоби досягнення переваги, дозволені зони нанесення атакуючих дій, особливості покарання за порушення правил змагань, ефективність і доцільність застосування.

Експериментальний матеріал опрацьований на персональному комп'ютері за допомогою пакетів статистичних програм «Statistika 7.0» і Microsoft Excel.

Результати дослідження. Аналіз науково-методичних праць [2; 5; 8; 11] підтверджує, що основним фактором, який визначає змагальну та навчально-тренувальну діяльність у єдиноборствах, є правила змагань із виду спорту. Також дослідники у своїх роботах зазначають [8; 15], що на техніку єдиноборств того чи іншого виду впливають визначені ознаки, основними з яких, на їхню думку, є сутність

перемоги, одяг єдиноборців, дозволені та заборонені правилами засоби досягнення переваги, розміри та особливості майданчика, тривалість поєдинку та час, відведений на виконання техніко-тактичних дій і поєдинку в цілому. Усі ці ознаки та інші вимоги зазначені в «Правилах спортивних змагань» з будь-якого виду спортивних єдиноборств.

Дослідження еволюції «Правил спортивних змагань» довели, що весь еволюційний процес їхнього розвитку можна умовно поділити на шість етапів: перший (≤1996 р.), другий (1996–1999 рр.), третій (1999–2004 рр.), четвертий (2004–2017 рр.), п'ятий (2017–2021 рр.), шостий (2021 р. по теперішній час) (табл. 1).

З метою більш детального розуміння змін, які відбувались протягом розвитку рукопашного бою, як прикладного виду спорту, фахівцями було запропоновано провести аналіз за ознаками, які найбільше впливають на змагальну діяльність та методику підготовки спортсменів-рукопашників: розділи, у яких змагаються спортсмени, учасники змагань, розміри та особливості майданчика, одяг єдиноборців та засоби захисту, особливості суддівства, тривалість поєдинку та час, відведений на виконання техніко-тактичних дій, дозволені та заборонені правилами засоби досягнення переваги, сутність перемоги, дозволені зони нанесення атакуючих дій, особливості покарання за порушення правил змагань.

На *першому етапі* роботи було проведено дослідження розділів, за якими проводились змагання з рукопашного бою, яке довело, що протягом усього періоду розвитку виду спорту турніри проводились у розділах «Демонстрація техніки» (1 тур) та «Поєдинки» (табл. 2).

Тривалий час (до 2017 року) розділ «Демонстрація техніки» (1 тур), згідно з визначенням у «Правилах спортивних змагань» у всіх редакціях, був кваліфікаційний (впливав на виконання вимог Єдиної спортивної класифікації

Таблиця 1

Етапи еволюційного розвитку правил змагань із рукопашного бою

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

Таблиця 2

**Особливості проведення змагань за розділами
впродовж усього етапу еволюції правил змагань із рукопашного бою**

Рік зміни правил	Основні ознаки, визначення та особливості правил спортивних змагань із рукопашного бою
≤1996 р.	Розділ «Поєдинки» (версії не визначено) Розділ «Демонстрація техніки», особливості: є обов'язковим для всіх учасників змагань, є кваліфікаційним для допуску до поєдинків (90 ≤ балів)
1996–1999 рр.	Розділ «Поєдинки» (версії ЛК, ДК, ПК) Розділ «Демонстрація техніки», особливості: є обов'язковим для всіх учасників змагань, є кваліфікаційним для допуску до поєдинків. Допуск зазначається в Положенні, як правило (90 ≤ балів)
1999–2004 рр.	Розділ «Поєдинки» (версії ДК) Розділ «Демонстрація техніки», особливості: є обов'язковим для всіх учасників змагань, є кваліфікаційним для допуску до поєдинків. Допуск зазначається в Положенні, як правило (90 ≤ балів)
2004–2017 рр.	Розділ «Поєдинки» (версії ЛК, ДК, ПК) Розділ «Демонстрація техніки», особливості: є обов'язковим для всіх учасників змагань, є кваліфікаційним для допуску до поєдинків. Допуск зазначається в Положенні, як правило (90 ≤ балів)
2017–2021 рр.	Розділ «Поєдинки» (версії ЛК, ДК) Розділ «Демонстрація техніки». Окремі розділи змагань із виконання прикладної та формальної техніки рукопашного бою
2021 р. ≤	Розділ «Поєдинки» (версії ЛК, ДК) Розділ «Демонстрація техніки», особливості. Окремі розділи змагань з виконання прикладної та формальної техніки рукопашного бою

Примітка: ЛК – легкий контакт, ДК – дозований контакт, ПК – повний контакт

на присвоєння спортивних звань і розрядів) та обов'язковий для всіх учасників змагань, тобто до розділу «Поєдинки» допускались спортсмени, які при виконанні прийомів рукопашного бою (1 туру змагань) набрали необхідну кількість балів – оцінок за виступ. Лише починаючи з 2017 р., «Демонстрація техніки» стала окремим розділом змагань.

Аналіз правил змагань довів, що у змагальних поєдинках із рукопашного бою дозволяється застосовувати борцівську та ударну техніку, але більшість змін у правилах змагань протягом усього еволюційного розвитку рукопашного бою відбувалась у напрямку можливості застосування саме ударної техніки, насамперед дозування сили та зони нанесення ударів.

Згідно з отриманими результатами дослідження, до 1996 року в розділі «Поєдинки» не було чіткого визначення обмеження сили та зони нанесення ударів. Правила змагань того часу дозволяли проводити сутички без контакту, із поперковим контактом та з обмеженим контактом у визначені залікові зони при застосуванні ударної техніки залежно від наявності захисного спорядження (табл. 3).

Також виявлено, що на першому етапі розвитку була заборона нанесення ударів у голову та шию, які призводять до стану нокауту або нокауту суперника, та ударів у тулуб, які теж призводять до нокауту суперника. Необхідно зазначити, що інколи відсутність необхідного інвентарю та обладнання

Таблиця 3

**Особливості проведення змагальних поєдинків першого етапу (≤1996 р.)
еволюції правил змагань із рукопашного бою**

Версія розділу	Особливості застосування техніки за ознакою сили та зони нанесення ударів	Особливості проведення поєдинків
Не визначено	Голова та шия без контакту або обмежений контакт, нокауту та нокауту заборонені. Тулуб – дозований контакт, нокаут заборонений. Прийоми боротьби дозволені. Удари по ногах заборонені.	Із зупинкою часу для оцінювання проведення технічних дій

спонукало проводити змагання, обмежуючи виконання борцівської техніки.

Як зазначають фахівці, саме недоліки у визначенні дозування сили та зон нанесення ударної техніки стали причиною радикальних змін у рукопашному бою, які були відображені в редакції правил змагань 1996 року, де в розділі «Поєдинки» вже дозволялось проведення змагань із легкого контакту (ЛК), дозованого (ДК) та повного контакту (ПК). На думку фахівців, радикальним нововведенням стала можливість нанесення ударів, які доводять суперника до стану нокдауну або нокауту в зону голови, тулуба та нижче пояса (ДК, ПК). Дослідженням встановлено, що чітке визначення дозування сили ударів та розподіл можливості проведення поєдинків із зупинкою та без зупинки часу для оцінювання технічних дій стало критерієм поділу розділу «Поєдинки» за різними версіями: легкий контакт, дозований контакт, повний контакт (табл. 4).

Але цікавим є факт, який було виявлено в результаті кількісного аналізу проведених змагань за різними версіями. Встановлено,

що переважна більшість турнірів у ті часи проводилась за версією, у якій заборонялось виконання ударів, що доводили суперника до стану нокауту, але нокдаун був дозволений. Також заборонялось нанесення ударів ногами нижче пояса, а суддівство відбувалося із зупинкою часу для оцінювання проведених технічних дій (рис. 1).

Як встановлено дослідженням, саме ця обставина – проведення переважної кількості змагань за версією «дозований контакт», у яких дозволяється нанесення ударів, які доводять до нокдауну, але не приводять суперника до стану нокауту, та непопулярність інших версій – була підставою до чергової радикальної зміни правил змагань із рукопашного бою, які відбулися в 1999 році, згідно з якими було передбачено проведення змагальних поєдинків тільки за версією «дозований контакт», а інші версії були вилучені зі змісту (табл. 5).

Така тенденція проведення змагань спостерігалась до 2004 року. Фахівці зазначають, що розвиток єдиноборства на міжнародній арені, затребуваність змін у внутрішньому

Таблиця 4

Особливості проведення змагальних поєдинків другого етапу (1996–1999 рр.) еволюції правил змагань із рукопашного бою за різними версіями

Версія розділу	Особливості застосування техніки за ознакою сили та зони нанесення ударів	Особливості проведення поєдинків
Легкий контакт	Голова та тулуб, нокдаун та нокаут заборонені. Прийоми боротьби дозволені.	Із зупинкою часу для оцінювання проведених технічних дій
Дозований контакт	Голова та тулуб, нокаут заборонені. Прийоми боротьби дозволені.	Із зупинкою часу для оцінювання проведених технічних дій
Повний контакт	Голова, тулуб, ноги, нокдаун та нокаут дозволені. Прийоми боротьби дозволені.	Без зупинки часу для оцінювання проведених технічних дій

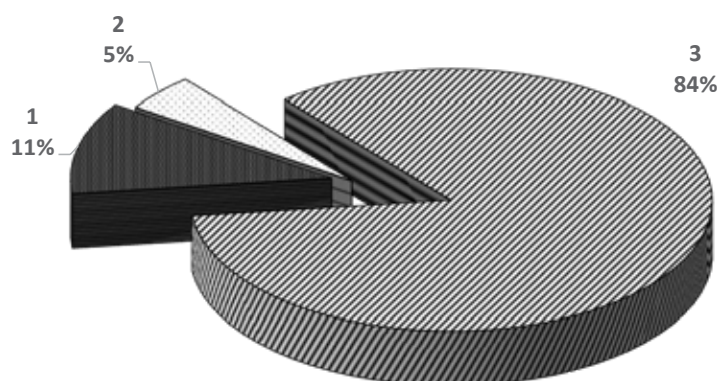


Рис. 1. Розподіл проведених змагань за різними версіями протягом 1996–1999 рр. (n = 44)

Примітки: 1 – поєдинки, у яких нокаут і нокдаун дозволені; 2 – поєдинки, у яких нокаут і нокдаун заборонені; 3 – поєдинки, у яких нокаут заборонений, нокдаун дозволений

Таблиця 5

Особливості проведення змагальних поєдинків третього етапу (1999–2004 рр.) еволюції правил змагань із рукопашного бою за версією «дозований контакт»

Версія розділу	Особливості застосування техніки за ознакою сили та зони нанесення ударів	Особливості проведення поєдинків
Дозований контакт	Голова та тулуб, нокауті заборонені. Прийоми боротьби дозволені.	Із зупинкою часу для оцінювання проведення технічних дій

середовищі спонукали представників федерації до введення нових радикальних змін до правил змагань із рукопашного бою, основними з яких стали більш чіткий розподіл проведення поєдинків з можливістю застосування технічного арсеналу та дозування сили нанесення ударної техніки, тобто збільшення версій, за якими проводяться змагальні поєдинки (табл. 6).

Аналіз умов проведення поєдинків за різними версіями довів, що, починаючи з четвертого етапу еволюції правил змагань із рукопашного бою, з'явилися чіткі відмінності між версіями «легкий контакт», «дозований контакт» і «повний контакт», які полягали не тільки в дозуванні сили ударів (нокдауни та нокауті заборонені або дозволені), але в значному обмеженні застосування технічного арсеналу (виконання техніки боротьби у версії «легкий контакт» було заборонено).

Дослідження кількісного відношення проведених змагань за різними версіями на четвертому етапі еволюції правил змагань довели, що переважна більшість змагань проводилась за версіями «легкий контакт» і «дозований контакт», причому суддівство змагань за версією «легкий контакт» відбувалось із зупинкою часу для оцінювання проведених технічних дій, а суддівство поєдинків за версією

«дозований контакт» – без зупинки часу для оцінювання проведених технічних дій у закритий спосіб за допомогою суддівських записок. Змагання за версією «повний контакт» проводились у дуже малій кількості (рис. 2).

Кількісний аналіз змагань найбільш поширеної в ті часи версії «дозований контакт» довів, що переважна більшість змагань на четвертому етапі еволюції правил змагань із рукопашного бою проводилась без зупинки часу для оцінювання проведених технічних дій із закритою системою суддівства, за суддівськими записками (рис. 3).

На думку дослідників, саме така обставина призвела до чергових змін правил змагань із рукопашного бою, які відбулися в 2017 році. У зв'язку з непопулярністю версії «повний контакт» її було вилучено з нової редакції правил змагань, але у версії «дозований контакт» було дозволено нанесення ударів, які доводять суперника до стану нокауту, ударів при охопленні, ударів нижче пояса (табл. 7).

Як доводить дослідження, саме такий розподіл поєдинків за версіями залишається і на сучасному етапі розвитку рукопашного бою. Але в редакції правил змагань 2021 р. суддівство поєдинків за версією «дозований контакт» без зупинки часу для оцінювання проведених технічних дій відбувається у відкритому

Таблиця 6

Особливості проведення змагальних поєдинків четвертого етапу (2004–2017 рр.) еволюції правил змагань із рукопашного бою

Версія розділу	Особливості застосування техніки за ознакою сили та зони нанесення ударів	Особливості проведення поєдинків
Легкий контакт	Голова та тулуб, нокдауни та нокауті заборонені. Прийоми боротьби заборонені.	Із зупинкою часу для оцінювання проведення технічних дій
Дозований контакт	Голова та тулуб, нокауті заборонені. Прийоми боротьби дозволені.	Без зупинки часу (та можливістю проведення із зупинкою часу) для оцінювання проведення технічних дій
Повний контакт	Голова, тулуб, ноги, нокдауни та нокауті дозволені. Прийоми боротьби дозволені.	Без зупинки часу для оцінювання проведення технічних дій

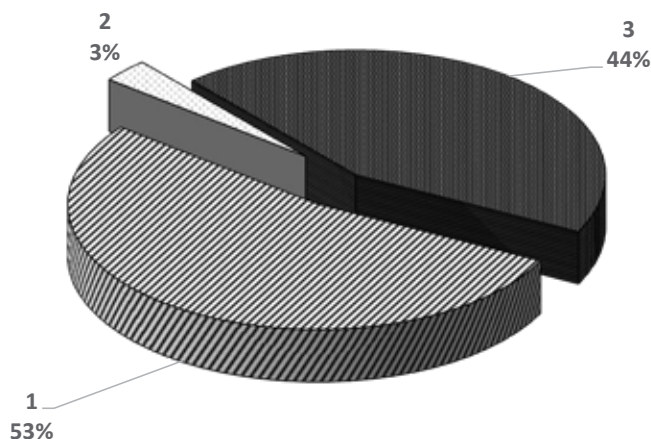


Рис. 2. Розподіл проведених змагань протягом 2004–2017 рр. за різними версіями (n = 164)

Примітки: 1 – дозований контакт; 2 – повний контакт; 3 – легкий контакт

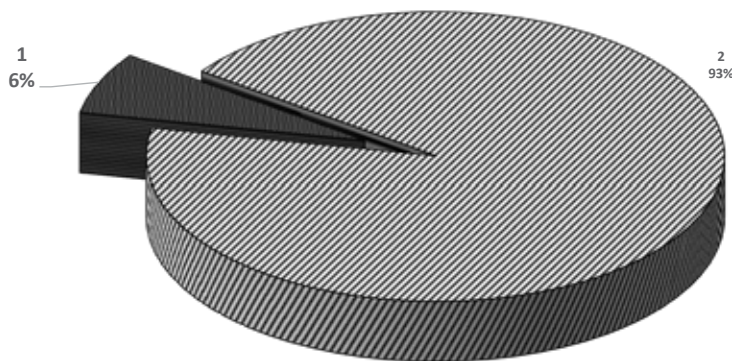


Рис. 3. Розподіл проведених змагань протягом 2004–2017 рр. за версією «дозований контакт» із різною системою суддівства (n = 87)

Примітки: 1 – дозований контакт із зупинкою часу для оцінювання проведених технічних дій; 2 – дозований контакт без зупинки часу для оцінювання проведених технічних дій

Таблиця 7

Особливості проведення змагальних поєдинків п’ятого та шостого етапів (2017–2021 рр.≤) еволюції правил змагань із рукопашного бою за різними версіями

Версія розділу	Особливості застосування техніки за ознакою сили та зони нанесення ударів	Особливості проведення поєдинків
Легкий контакт	Голова та тулуб, нокдауни та нокауті заборонені. Прийоми боротьби заборонені.	Із зупинкою часу для оцінювання проведення технічних дій
Дозований контакт	Голова, тулуб, ноги, нокдауни та нокауті дозволені. Удари при охопленні дозволені. Прийоми боротьби дозволені.	Без зупинки часу (та можливістю проведення із зупинкою часу) для оцінювання проведення технічних дій

режимі «online», а результат поєдинку відразу відображається на інформаційному табло.

Аналіз отриманих даних щодо кількості проведення змагань за різними версіями на останніх етапах еволюції правил змагань довів, що переважна більшість змагань проводиться за версією «дозований контакт» (рис. 4).

Також встановлено, що згідно з правилами змагань останніх редакцій змагання за

версією «дозований контакт» можливо проводити із зупинкою та без зупинки часу для оцінювання технічних дій, але отримані дані кількісного аналізу проведених змагань із цього напрямку доводять, що поєдинки із зупинкою часу для оцінювання проведених технічних дій не проводяться взагалі (рис. 5).

На другому етапі роботи було проведено дослідження особливостей суддівства змагань.

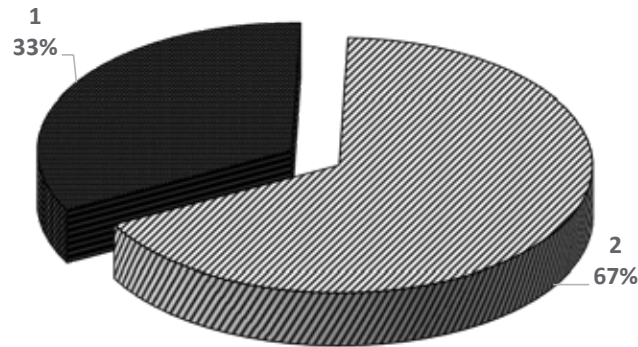


Рис. 4. Розподіл проведених змагань за різними версіями протягом 2017–2021 рр. (n=126)

Примітки: 1 – легкий контакт; 2 – дозований контакт

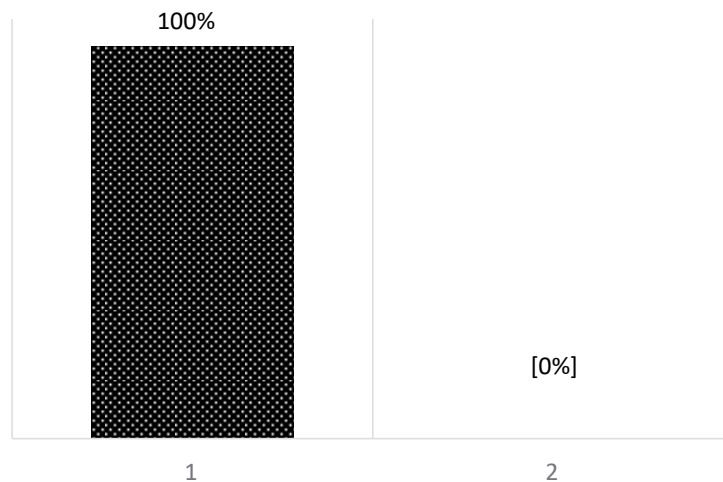


Рис. 5. Розподіл проведених змагань протягом 2017–2023 рр. за версією «дозований контакт» із різною системою суддівства (n=84)

Примітки: 1 – дозований контакт без зупинки часу для оцінювання проведених технічних дій; 2 – дозований контакт із зупинкою часу для оцінювання проведених технічних дій

Аналіз науково-методичної літератури [4; 8; 10] показав, що в комплексних єдиноборствах, як правило, застосовують відкриту або закриту систему суддівства, які мають свої особливості та по-різному впливають на змагальну діяльність. Дослідження еволюції правил змагань із рукопашного бою виявило деякі особливості проведення та суддівства змагальних поєдинків на різних етапах (табл. 8).

Згідно з дослідженнями встановлено, що на перших етапах свого розвитку до 2004 р. поєдинки в більшості проходили із зупинкою часу для оцінювання виконаної технічної дії, причому команда «Стоп» лунала після виконання будь-якої ударної або борцівської технічної дії, а судді одразу наявно повинні були оцінити дії учасників. На думку експертів, така система суддівства мала багато недоліків і суттєво знижувала привабливість рукопашного бою.

Саме з появою редакції правил змагань 2004 року було визначено чіткий розподіл проведення поєдинків з можливістю застосування технічного арсеналу та дозування сили нанесення ударної техніки, ідентифіковано версію «легкий контакт» (проведення поєдинків із зупинкою часу для оцінювання технічних дій без застосування техніки боротьби) версії «дозований та повний контакт» (проведення поєдинків без зупинки часу для оцінювання технічних дій із застосуванням техніки боротьби).

Відкрита система суддівства залишилась лише в розділі «Легкий контакт», а в інших розділах почала застосовуватися закрита система суддівства (за суддівськими записками). Тільки на останньому етапі еволюції правил змагань було внесені зміни, згідно з якими судді застосовують відкрите суддівство в поєдинках без зупинки часу для оцінювання

Порівняльна таблиця особливостей суддівства змагань та часу, відведеного на виконання техніки боротьби на різних етапах розвитку рукопашного бою

Рік зміни правил	Особливості суддівства змагань	Час, відведений на виконання техніки боротьби
≤ 1996 р.	Відкрите із зупинкою часу для нарахування балів.	П'ять секунд
1996–1999 рр.	ЛК відкрите із зупинкою часу для нарахування балів. ДК, ПК закриті за суддівськими записками без зупинки часу для нарахування балів.	П'ять секунд
1999–2004 рр.	ДК відкрите із зупинкою часу для нарахування балів.	П'ять секунд
2004–2017 рр.	ЛК відкрите із зупинкою часу для нарахування балів. ДК відкрите із зупинкою часу для нарахування балів. ДК, ПК закриті за суддівськими записками. ПК закриті за суддівськими записками без зупинки часу для нарахування балів.	П'ять секунд
2017–2021 рр.	ЛК відкрите із зупинкою часу для нарахування балів. ДК закриті без зупинки часу для нарахування балів за суддівськими записками.	П'ять секунд
2021 р. ≤	ЛК відкрите із зупинкою часу для нарахування балів. ДК відкрите без зупинки часу для нарахування балів, закриті за суддівськими записками.	П'ять секунд

технічних дій, тобто оцінюють технічні дії учасників у режимі «онлайн». Також необхідно відмітити, що, незважаючи на розвиток виду спорту протягом декількох десятиріч років, час, відведений на виконання техніки боротьби (згідно з правилами змагань усіх редакцій – п'ять секунд) не змінювався.

На *третьому* етапі роботи було досліджено вік та форму одягу учасників змагань (табл. 9).

Згідно з отриманими даними на першому етапі розвитку виду спорту до участі в змаганнях допускались тільки дорослі та військово-службовці, що, у свою чергу, підтверджує факт прикладності виду спорту. Але в подальшому спостерігається тенденція щодо омолодження рукопашного бою та допуску до участі в змаганнях жінок. Форма одягу учасників змагань протягом усього періоду еволюції правил змагань не змінювалась.

На *четвертому* етапі роботи було досліджено часові параметри поєдинку та особливості майданчика (табл. 10).

Згідно з проведеним аналізом за цими ознаками встановлено, що тривалість поєдинків протягом усього часу розвитку рукопашного бою не змінювалась, незважаючи на спроби в редакції правил змагань 1996–1999 рр. збільшити кількість раундів, також незмінними залишились розміри майданчика.

На *п'ятому* етапі роботи було досліджено дозволені засоби досягнення переваги над суперником (табл. 11).

Проведений аналіз технічних дій, за допомогою яких можливо перемогти суперника, довів, що в змагальних поєдинках із рукопашного бою дозволено проведення дуже широкого арсеналу техніки, але на різних етапах розвитку змінювались умови виконання прийомів, основними з яких є неможливість застосовувати ударну техніку, якщо один з учасників зробив захоплення, а також заборона нанесення ударів нижче пояса. Така обставина, на думку експертів, значно обмежувала технічний арсенал спортсменів та викликала багато суперечностей, але в останніх редакціях правил змагань внесені зміни дозволили наносити удари при захопленнях, удари ногами та нижче пояса. Також виявлено, що в редакції правил змагань 1996–1999 рр. було дозволено нанесення ударів ліктями та колінами (ДК, ПК), але у зв'язку зі збільшенням ризику отримання травми це нововведення не мало подальшого розвитку.

На *шостому* етапі роботи було досліджено індивідуальні засоби захисту учасників (табл. 12).

Дослідження довело, що на початковому етапі індивідуальні засоби захисту були чітко

Таблиця 9

**Порівняльна таблиця особливостей віку та форми одягу учасників змагань
на різних етапах розвитку рукопашного бою**

Рік зміни правил	Вік учасників змагань	Форма одягу
≤ 1996 р.	Дорослі	Кімоно
1996–1999 рр.	Молодші юнаки (14–16 років) Юнаки (16–18 років) Юніори (18–20 років) Дорослі (20 і більше років)	Кімоно
1999–2004 рр.	Молодші юнаки та дівчата (12–13 років) Середні юнаки та дівчата (14–15 років) Старші юнаки та дівчата (16–17 років) Юніори (18–20 років) Дорослі чоловіки та жінки (21 рік і більше)	Кімоно
2004–2017 рр.	Юнаки та дівчата наймолодшого віку (10–11 років) Юнаки та дівчата молодшого віку (12–13 років) Юнаки та дівчата середнього віку (14–15 років) Юнаки та дівчата старшого віку (16–17 років) Старші юнаки та дівчата (16–17 років) Юніори (чоловіки та жінки) 18–19 років Дорослі чоловіки та жінки (20 років і більше)	Кімоно
2017–2021 рр.	Юнаки молодшого віку (10–11 років) Юнаки та дівчата середнього віку (12–13 років) Юнаки та дівчата старшого віку (14–15 років) Юніори (чоловіки та жінки) 16–17 років Дорослі чоловіки та жінки (18 років і більше)	Кімоно
2021 р. ≤	Юнаки молодшого віку (10–11 років) Юнаки та дівчата середнього віку (12–13 років) Юнаки та дівчата старшого віку (14–15 років) Юніори (чоловіки та жінки) 16–17 років Дорослі чоловіки та жінки (18 років і більше)	Кімоно

Таблиця 10

**Порівняльна таблиця часових параметрів поєдинку та особливостей майданчика
на різних етапах розвитку рукопашного бою**

Рік зміни правил	Часові параметри поєдинків	Особливості майданчика
≤ 1996 р.	1 раунд – 3 хвилини, фінал – 5 хвилини	Татамі 8×8
1996–1999 рр.	ЛК (юнаки та жінки) 1 раунд – 2 хв, напівфінал, фінал – 3 хв. ЛК, ПК (юніори та дорослі) 1 раунд – 3 хв, напівфінал, фінал – 5 хв. ДК 2 раунди по 2 хвилини, фінали 2 раунди по 3 хв.	Татамі 8×8
1999–2004 рр.	ДК (юнаки та жінки) 1 раунд – 2 хв, напівфінал, фінал – 3 хв, (юніори та дорослі) 1 раунд – 3 хв, напівфінал, фінал – 5 хв.	Татамі 8×8
2004–2017 рр.	ДК, ЛК (юнаки та жінки) 1 раунд – 2 хв, напівфінал, фінал – 3 хв, (юніори та дорослі) 1 раунд – 3 хв, напівфінал, фінал – 5 хв. ПК (дорослі) 1 раунд – 3 хв, напівфінал, фінал – 5 хв.	Татамі 8×8
2017–2021 рр. ≤	ДК, ЛК (юнаки та жінки) 1 раунд – 2 хв, напівфінал, фінал – 3 хв, (юніори та дорослі) 1 раунд – 3 хв, напівфінал, фінал – 5 хв.	Татамі 8×8

не визначені, але з подальшим розвитком матеріально-технічного обладнання засоби захисту вдосконалювались та чітко були визначені для всіх версій змагань, починаючи з редакції правил змагань 2017 р.

На *сьомому* етапі роботи було досліджено критерії здобуття перемоги над суперником (табл. 13).

Порівняльний аналіз критеріїв здобуття перемоги над суперником довів, що за цими ознаками суттєві зміни відбулись у версії «легкий контакт», де, починаючи з 2004 р., було визначено, що прийоми боротьби виконувати заборонено. У версії «дозований контакт» постійно змінювались критерії, за якими можливо було здобути перемогу,

Порівняльна таблиця засобів досягнення переваги на різних етапах розвитку рукопашного бою

Рік зміни правил	Засоби досягнення переваги
≤ 1996 р.	Удари руками (кулаком), удари ногами (підйомом стопи), кидки, больові та задушливі прийоми. Удари в захваті та нижче пояса заборонені.
1996–1999 рр.	ЛК, удари руками (кулаком), удари ногами (підйомом стопи, гомілкою), кидки, больові та задушливі прийоми, утримання. Удари в захваті заборонені. ДК, удари руками (кулаком, ліктем), удари ногами (підйомом стопи, гомілкою), кидки, больові та задушливі прийоми, утримання. Удари в захваті та нижче пояса дозволені. ПК, удари руками (кулаком, ліктем), удари ногами (підйомом стопи, гомілкою, коліном), кидки, больові та задушливі прийоми, утримання. Удари в захваті та нижче пояса дозволені.
1999–2004 рр.	ДК, удари руками (кулаком), удари ногами (підйомом стопи, гомілкою), кидки, больові та задушливі прийоми, утримання. Удари в захваті та нижче пояса заборонені.
2004–2017 рр.	ЛК, удари руками (кулаком), удари ногами (підйомом стопи, гомілкою). Кидки, удари в захваті та нижче пояса заборонені. ДК, удари руками (кулаком), удари ногами (підйомом стопи, гомілкою), кидки, больові та задушливі прийоми, утримання. ПК, удари руками (кулаком, ліктем), удари ногами (підйомом стопи, гомілкою, коліном), кидки, больові та задушливі прийоми, утримання. Удари в захваті та нижче пояса дозволені.
2017–2021 рр. ≤	ЛК, удари руками (кулаком), удари ногами (підйомом стопи, гомілкою). Удари в захваті та нижче пояса заборонені. ДК, удари руками (кулаком), удари ногами (підйомом стопи, гомілкою), кидки, больові та задушливі прийоми, утримання. Удари в захваті та нижче пояса дозволені.

Таблиця 12

Порівняльна таблиця індивідуальних засобів захисту на різних етапах розвитку рукопашного бою

Рік зміни правил	Індивідуальні засоби захисту
≤ 1996 рр.	Захисні накладки на руки та ноги, шолом, паховий протектор, протектор на зуби (капа)
1996–1999 рр.	Засоби захисту не визначено
1999–2004 рр.	Захисні накладки на руки та накладки на ноги (гомілку), шолом, паховий протектор
2004–2017 рр.	Рукавички з відкритими пальцями та накладки на гомілку, протектор на стопи (фути), шолом, паховий протектор
2017–2021 рр.	ЛК: шолом, закриті рукавички, паховий протектор, протектор на зуби (капа), протектор на стопи (фути) ДК: шолом, рукавички з відкритими пальцями, паховий протектор, протектор на зуби (капа), протектор на стопи та гомілку
2021 р. ≤	ЛК: шолом, закриті рукавички, паховий протектор, протектор на зуби (капа), протектор на стопи (фути) ДК: шолом, рукавички з відкритими пальцями червоного та синього кольорів, паховий протектор, протектор на зуби (капа), протектор на стопи та гомілку

Таблиця 13

Порівняльна таблиця критеріїв перемоги на різних етапах розвитку рукопашного бою

Рік зміни правил	Критерії перемоги
≤ 1996 р.	Проведення ефективного кидка або виведення з рівноваги з послідовним добиванням рукою або ногою, больовий, задушливий прийоми, досягнення переваги в проведенні ТТД
1996–1999 рр.	ЛК: больовий, задушливий, досягнення переваги в проведенні ТТД ДК, ПК: больовий, задушливий, нокаут (тільки ПК), два нокдауни, досягнення переваги в проведенні ТТД
1999–2004 рр.	ДК: больовий, задушливий, два нокдауни, досягнення переваги в проведенні ТТД
2004–2017 рр.	ЛК: досягнення переваги в проведенні ТТД ДК, ПК: больовий, задушливий, нокаут (тільки ПК), два нокдауни, досягнення переваги в проведенні ТТД
2017–2021 рр. ≤	ЛК: досягнення переваги в проведенні ТТД ДК: больовий, задушливий, нокаут, два нокдауни, досягнення переваги в проведенні ТТД

залежно від етапу розвитку дозволялись або заборонялись технічні дії, які призводять суперника до стану нокауту.

На *восьмому* етапі роботи було досліджено покарання за порушення правил змагань та виходи за межі майданчика (табл. 14).

Отримані дані дослідження свідчать, що, починаючи з першої редакції правил змагань та протягом усього подальшого розвитку, покарання за порушення правил змагань та виходи за межі майданчика давались окремо, причому кількість можливих порушень і виходів за межі майданчика не змінювалась.

Але в ході роботи виявлені радикальні відмінності щодо покарання за порушення правил змагань. Так, у редакції правил змагань першого, другого, третього етапу розвитку після оголошення попередження супернику присуджувалася визначена кількість балів, а в редакції правил змагань четвертого та п'ятого етапів розвитку після оголошення попередження визначена кількість балів знімалась із поруш-

ника. В останній редакції правил змагань знову були внесені зміни, згідно з якими при оголошенні попередження один бал присуджується супернику. Така тенденція, а саме присуджування балів супернику при оголошенні попередження за виходи за межі майданчика, спостерігалася в редакції правил змагань ≤ 1996 р., потім ця норма була скасована, і при виходах за межі майданчика спортсменам тільки оголошувалося попередження, але кількість цих попереджень правилами змагань обмежена.

На *дев'ятому* етапі роботи було досліджено динаміку змін щодо середньої кількості учасників у ваговій категорії всеукраїнських змагань та середньої кількості проведених змагань протягом року на різних етапах розвитку рукопашного бою.

Отримані результати доводять, що з кожною зміною редакції правил змагань спостерігалась позитивна динаміка щодо збільшення середньої кількості учасників змагань у ваговій категорії (рис. 6).

Таблиця 14

Порівняльна таблиця покарань за порушення правил змагань та виходи за межі майданчика на різних етапах розвитку рукопашного бою

Рік зміни правил	Покарання за порушення правил змагань	Покарання за виходи за межі майданчика
≤ 1996 р.	Перше порушення – зауваження; друге – перше попередження, один бал супернику; третє – друге попередження, два бали супернику; четверте – дискваліфікація	Перший вихід – зауваження; другий – перше попередження, два бали супернику; третій – друге попередження, три бали супернику; четвертий – дискваліфікація
1996–1999 рр.	Перше порушення – зауваження; друге – перше попередження, два бали супернику; третє – друге попередження, три бали супернику; четверте – дискваліфікація	Перший вихід – зауваження; другий – перше попередження; третій – друге попередження; четвертий – дискваліфікація
1999–2004 рр.	Перше порушення – зауваження; друге – перше попередження, два бали супернику; третє – друге попередження, три бали супернику; четверте – дискваліфікація	Перший вихід – зауваження; другий – перше попередження; третій – друге попередження; четвертий – дискваліфікація
2004–2017 рр.	Перше порушення – зауваження; друге – перше попередження, бал із порушника знімається; третє – друге попередження, два бали з порушника знімаються; четверте – дискваліфікація	Перший вихід – зауваження; другий – перше попередження; третій – друге попередження; четвертий – дискваліфікація
2017–2021 рр.	Перше порушення – зауваження; друге – перше попередження, бал із порушника знімається; третє – друге попередження, два бали з порушника знімаються; четверте – дискваліфікація	Перший вихід – зауваження; другий – перше попередження; третій – друге попередження; четвертий – дискваліфікація
2021 р. \leq	Перше порушення – зауваження; друге – перше попередження, один бал супернику; третє – друге попередження, один бал супернику; четверте – дискваліфікація	Перший вихід – зауваження; другий – перше попередження; третій – друге попередження; четвертий – дискваліфікація

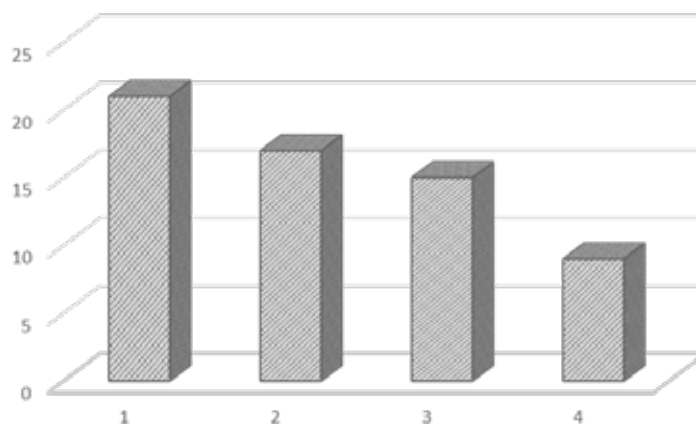


Рис. 6. Розподіл середньої кількості учасників всеукраїнських змагань у ваговій категорії з дозованого контакту на різних етапах розвитку рукопашного бою (n = 10)

Примітки: 1–2021 р. ≤; 2–2017–2021 рр.; 3–2004–2017 рр.; 4–1999–2004 рр.

Отримані результати щодо середньої кількості проведених змагань із рукопашного бою протягом року на різних етапах розвитку виду спорту свідчать також про значну позитивну динаміку цих показників на останніх етапах розвитку рукопашного бою (рис. 7).

Дискусія. Актуальність питання впливу змін правил змагань на змагальну та навчально-тренувальну діяльність знайшла широке відображення в спеціальній науково-методичній літературі [3; 11; 16].

На думку авторів [7; 10; 11; 12], на будь-якому етапі розвитку різних видів єдиноборств завжди актуальним було питання підвищення рівня привабливості змагань, яке є запорукою розвитку та популяризації будь-якого виду спорту. Вирішення цієї проблеми можливе за рахунок внесення змін у правила змагань, які відповідають вимогам глядацької аудиторії, запитам засобів масової інформа-

ції, глобальних соціальних мереж та суспільства в цілому.

Як зазначено в наукових роботах [4; 5; 13; 17], більшість інновацій у цьому напрямку пов'язана з вирішенням проблеми об'єктивізації системи суддівства в цілому, підвищення видовищності змагальних поєдинків за рахунок мотивації спортсменів до виконання різноманітних техніко-тактичних дій та ведення поєдинку в активному темпі, профілактики травматизму. Саме ці причини і спонукали фахівців із рукопашного бою постійно вносити іноді радикальні зміни в правила змагань із рукопашного бою на різних етапах його розвитку. Як показало дослідження, більшість змін на різних етапах еволюційного розвитку правил змагань із рукопашного бою була пов'язана з вирішенням питання чіткого розподілу розділу «Поєдинки» за версіями, визначенням дозування та зон нанесення

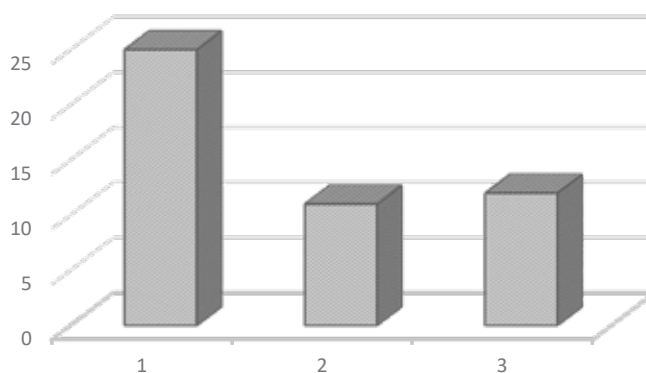


Рис. 7. Розподіл середньої кількості змагань із рукопашного бою протягом року на різних етапах розвитку рукопашного бою (n = 334)

Примітки: 1–2017–2021 рр. ≤; 2–2004–2017 рр.; 3–1999–2004 рр.

ударної техніки, структуризації засобів досягнення переваги та системи суддівства. Наслідком цих змін, у першу чергу, є трансформація структури та змісту змагальної діяльності, чітке визначення версій проведення змагань та створення умов для реалізації широкого технічного арсеналу. Зокрема, надання можливості в найбільш популярній версії «дозований контакт» використовувати ударну техніку при захопленнях і охопленнях, наносити удари нижче пояса, виконувати удари, що приводять противника до стану нокауту, застосування відкритого суддівства для оцінювання технічних дій у режимі «online» призвело до ущільнення поєдинку, зростання швидкості та різноманітності виконання техніко-тактичних дій, збільшення психологічної напруги змагальної боротьби, що, у свою чергу, позитивно вплинуло на видовищність змагальних поєдинків.

Але, як зазначено в низці робіт [7; 8; 12], кожному єдиноборству притаманні визначені ознаки, які є візитною карткою будь-якого виду спорту, основними з яких є сутність перемоги, одяг єдиноборців, дозволені та заборонені правилами способи досягнення переваги, розміри та особливості майданчика, тривалість поєдинку та час, відведений на виконання техніко-тактичних дій.

Саме за цими ознаками, незважаючи на довгий еволюційний шлях свого розвитку, рукопашний бій залишився без змін, бо незмінними залишилися основні ознаки, що були притаманні рукопашному бою, який був започатковано, як комплексний прикладний вид спорту.

Незважаючи на велику кількість змін, які були впроваджені в правила змагань із рукопашного бою на різних етапах розвитку, та в цілому позитивну динаміку їх застосування, вважаємо, що сучасні правила спортивних змагань із рукопашного бою потребують подальшого вдосконалення за низкою напрямків:

– зменшення загального обсягу їх викладення шляхом упорядкування окремих тлумачень, розробки раціонального змісту та вилучення незрозумілих, у багатьох випадках повторюваних визначень та пояснень;

– приведення у відповідність назви версії «дозований контакт» із подальшою зміною її назви (згідно з правилами змагань дозволено наносити удари, які приводять суперника до стану нокауту та нокауту, на нашу думку, версія повинна називатись «повний контакт») та усуненням подвійних тлумачень дозволенних та заборонених засобів досягнення переваги;

– вилучення з редакції правил змагань версії «дозований контакт» із зупинкою часу для оцінювання виконаних технічних дій та положення щодо проведення кваліфікаційного етапу (1 тур) (згідно з результатами дослідження багато років не застосовується);

– внесення змін у розділ правил змагань «Форма одягу та індивідуальні засоби захисту», де чітко прописати обов'язкову наявність у учасників змагань захисного обладнання (шолом, рукавички, захисні накладки на ноги) двох кольорів, на нашу думку, це значно полегшить ідентифікацію спортсменів під час змагального поєдинку;

– ведення додаткового покарання за виходи учасника за межі майданчика, а саме: повернути норму присудження за це порушення додаткових балів супернику та скасувати кількість можливих виходів.

Висновки. Аналіз еволюційного процесу змін правил змагань із рукопашного бою за основними ознаками свідчить про актуальність удосконалення цього напрямку незалежно від етапу розвитку, у зв'язку з чим зміни в правилах змагань із рукопашного бою відбувались регулярно.

Визначено, що основні тенденції змін у правилах змагань були пов'язані з вирішенням проблеми об'єктивізації системи суддівства в цілому, підвищенням видовищності змагальних поєдинків, профілактики травматизму. Встановлено, що найбільші зміни в правилах змагань відбувались в напрямку застосування ударної техніки щодо питань дозування сили ударів, зон їх нанесення, а також системи суддівства змагальних поєдинків. Доведено, що, незважаючи на велику кількість етапів еволюції правил змагань із рукопашного бою, цей вид спорту

не втратив притаманних саме йому ознак. Підтверджено, що радикальні зміни, які впроваджувались на кожному наступному етапі

еволюції правил змагань, були в більшості ефективні та мали позитивні наслідки щодо подальшого розвитку рукопашного бою.

Література

1. Бакіко І.В., Радченко О.В., Констанкевич В.П. Загальна характеристика травматизму в східних єдиноборствах. *Єдиноборства*. 2019. № 4. С. 14. doi: 10.15391/ed.2019-4.01

2. Вако І.І., Радченко Ю.А. Структура успішності змагальної діяльності в змішаних єдиноборствах (на прикладі рукопашного бою). *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2022. № 2. С. 111–122. doi: 10.32540/2071-1476-2022-2-111

3. Евтифійєв А.С. Аналіз підготовки суддів з вільної боротьби в процесі змін правил спортивної боротьби. *Збірник наукових праць Херсонського державного університету*. 2017. № 75. Т. 2. С. 97–101.

4. Задорожна О., Пітин М., Тодорова В., Пасічна Т. Тенденції змін у правилах змагань у сучасних олімпійських спортивних єдиноборствах. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації : збірник наукових праць*. 2020. № 9. Т. 28. С. 184–189. doi: 10.31652/2071-5285-2020-9(28)-184-188

5. Лукіна О., Вороний В. Особливості змагальної діяльності борців греко-римського стилю. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2019. № 2. С. 21–29. doi: 10.32540/2071-1476-2019-1-021

6. Правила спортивних змагань з рукопашного бою : наказ Міністерства молоді та спорту України від 26.04.2021 р. № 15/5.3/21. URL: https://sport.gov.ua/storage/app/sites/16/Sport/Pravyla_zmagan/2021/sportivnikh-zmagan-z-rukopashnogo-boyu.pdf

7. Радченко Ю.А., Коробейніков Г.В., Чернотуб А.А., Данько Г.В., Коробейнікова Л.Г. Аналіз рукопашного бою, сучасний стан, перспективи розвитку. *Вісник Прикарпатського університету*. 2018. № 29. С. 64–71. doi: 10.15330/fcult.29.64-71

8. 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. № 6. С. 316–325. doi: 10.26693/jmbs06.06.316

References

1. Bakiko, I.V., Radchenko, O.V., Konstankevych, V.P. (2019). Zahal'na kharakterystyka travmatyzmu v skhidnykh yedynoborstvakh – [General characteristics of injuries in Eastern martial arts]. *Edynoborstva*. No. 4. Pp. 14. doi: 10.15391/ed.2019-4.01 [in Ukrainian]

2. Vako, I.I., Radchenko, Yu.A. (2022). Struktura uspishnosti zmahal'noyi diyal'nosti v zmishanykh yedynoborstva (na prykladi rukopashnogo boyu) – [The structure of the success of the martial activity in mixed martial arts (on the butt of hand-to-hand combat)]. *Sportyvnyy visnyk Prydniprov'ya*. No. 2. Pp. 111–122. doi: 10.32540/2071-1476-2022-2-111 [in Ukrainian]

3. Evtyfiyev, A.S. (2017). Analiz pidhotovky suddiv z vil'noyi borot'by v protsesi zmin pravyl sportyvnoyi borot'by – [Analysis of the training of judges in freestyle wrestling in the process of changes in the rules of sports wrestling]. *Zbirnyk naukovykh prats' Khersons'koho derzhavnoho universytetu*. No. 75(2). Pp. 97–101. [in Ukrainian]

4. Zadorozhna, O., Pityn, M., Todorova, V., Pasichna, T. (2020). Tendentsiyi zmin u pravylakh zmahan' u suchasnykh olimpiys'kykh sportyvnykh yedynoborstvakh – [Trends of changes in the rules of competitions in modern Olympic sports martial arts. Physical culture, sports and the health of the nation]. *Fyzichna kul'tura, sport ta zdorov'ya natsiyi : zbirnyk naukovykh prats'*. No. 9(28). Pp. 184–189. doi: 10.31652/2071-5285-2020-9(28)-184-18 [in Ukrainian]

5. Lukina, O., Voronyy, V. (2019). Osoblyvosti zmahal'noyi diyal'nosti bortsiv hreko-ryms'koho stylyu – [Peculiarities of competitive activity of Greco-Roman wrestlers]. *Sportyvnyy visnyk Prydniprov'ya*. No. 2. Pp. 21–29. doi:10.32540/2071-1476-2019-1-021[inUkrainian]

6. Ministerstvo molodi ta sportu Ukrayiny (2021, Kviten' 26). Nakaz № 15/5.3/21. Pravyla sportyvnykh zmahan' z rukopashnogo boyu. URL: https://sport.gov.ua/storage/app/sites/16/Sport/Pravyla_zmagan/2021/sportivnikh-zmagan-z-rukopashnogo-boyu.pdf [in Ukrainian]

9. Шандригось В.І. Еволюція правил змагань зі спортивної боротьби (огляд літератури). *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка*. 2013. № 1. С. 347–351.
10. Calmet M., Pierantozzi E., Sterkowicz S., Takito M.Y., Franchini E. Judo rules: searching for a wind of changes. *International Journal of Performance Analysis in Sport*. 2017. Vol. 17. № 6. doi: 10.1080/24748668.2017.1405612.12.
11. Cynarski W.J., Lee-Barron J. Philosophies of martial arts and their pedagogical consequences. Ido Movement for Culture. *Journal of Martial Arts Anthropology*. 2014. Vol. 1. P. 11–19. doi: 10.14589/ido.14.1.2
12. Franchini E., Takito M.Y., Calmet M. European Judo Championships: impact of the new rule changes on points and penalties. *International Journal of Performance Analysis in Sport*. 2013. № 13(2). P. 474–479. doi: 10.1080/24748668.2013.11868663
13. Kindzer B., Danylevych M., Ivanochko V., Hrybovska I., Kashuba Y., Grygus I., Napierala M., Smolenska O., Ostrowska M., Hagner-Derengowska M., Muszkieta R., Zukow W. Improvement of special training of karatists for kumite competitions using Kata. *Journal of Physical Education and Sport*. 2021. Vol. 21(5). P. 2466–2472.
14. Miyake K., Sato T., Yokoyama T. Effects of the international judo federation refereeing rules on the match results and points in the all-Japan judo championship. *Archives of Budo*. 2016. Vol. 12(1). P. 133–139.
15. Ozkan L., Khalil I., Mehmet G., Berkan A. Development of the wrestling competition analysis form according to the latest competition rules. *International Journal of Wrestling Science*. 2017. Vol. 7(1–2). P. 41–45. doi: 10.1080/21615667.2017.1422815
16. Vako I.I., Grygus I.M., Nikitenko O.V. The use of modern multimedia resources in the practice of sports and physical education. *Rehabilitation & recreation*. 2023. Vol. 14. P. 258–268. doi: 10.32782/2522-1795.2023.14.31
17. Vovkanych L., Kindzer B., Fedkiv M., Skalski D., Kreft K., Grygus I., Starikov V. Recruitment of the Motor Units of Karatekas' Muscles during the Kick Performance.
7. Radchenko, Yu.A., Korobeynikov, H.V., Chernozub, A.A., Dan'ko, H.V., Korobeynikova, L.H. (2018). Analiz rukopashnoho boyu, suchasnyy stan, perspektyvy rozvytku – [Analysis of hand-to-hand combat, current state, prospects for development] *Visnyk Prykarpats'koho universytetu*. No. 29. Pp. 64–71. doi: 10.15330/fcult.29.64-71 [in Ukrainian]
8. Radchenko, Yu.A., Nikitenko, O.V. (2021). Obgruntuvannya rukopashnoho boyu – sluzhbovo-prykladnoho vydu sportu, yakelementa spetsial'noyi fizychnoyi pidhotovky spivrobotnykiv pravookhoronnykh orhaniv – [Grounding of hand-to-hand combat as a service-applied sport as an element of special physical training of law enforcement officers]. *Ukrayins'kyi zhurnal medytsyny, biolohiyi ta sportu*. No. 6. Pp. 316–325. doi: 10.26693/jmbs06.06.316 [in Ukrainian]
9. Shandryhos', V.I. (2013). Evolyutsiya pravyl zmahan' zi sportyvnoyi borot'by (ohlyad literatury) – [Evolution of the rules of wrestling competitions (literature review)]. *Visnyk Chernihivs'koho natsional'noho pedahohichnoho universytetu imeni T.H. Shevchenka*. No. 1(107). Pp. 347–351. [in Ukrainian]
10. Calmet, M., Pierantozzi, E., Sterkowicz, S., Takito, M.Y., Franchini, E. (2017). Judo rules: searching for a wind of changes. *Journal International Journal of Performance Analysis in Sport*. No. 17(6). doi: 10.1080/24748668.2017.1405612.12
11. Cynarski, W.J., Lee-Barron, J. (2014). Philosophies of martial arts and their pedagogical consequences. Ido Movement for Culture. *Journal of Martial Arts Anthropology*. No. 1. Pp. 11–19. doi: 10.14589/ido.14.1.2 [in Polish]
12. Franchini, E., Takito, M.Y., & Calmet, M. (2013). European Judo Championships: impact of the new rule changes on points and penalties. *International Journal of Performance Analysis in Sport*. No. 13(2). Pp. 474–479. doi: 10.1080/24748668.2013.11868663
13. Kindzer, B., Danylevych, M., Ivanochko, V., Hrybovska, I., Kashuba, Y., Grygus, I., Napierala, M., Smolenska, O., Ostrowska, M., Hagner-Derengowska, M., Muszkieta, R., Zukow, W. (2021). Improvement of special training of karatists for kumite competitions using Kata. *Journal of Physical Education and Sport*. No. 21(5). Pp. 2466–2472.
14. Miyake, K., Sato, T., Yokoyama, T. (2016). Effects of the international judo federation refereeing rules on the match results and points

International Journal of Human Movement and Sports Sciences. 2023. Vol. 11(4). P. 886–892. doi: 10.13189/saj.2023.110424

Отримано: 30.08.2023

Прийнято: 18.09.2023

Опубліковано: 27.10.2023

in the all-Japan judo championship. *Archives of Budo*. No. 12(1). Pp. 133–139.

15. Ozkan, L., Khalil, I., Mehmet, G., Berkan, A. (2017). Development of the wrestling competition analysis form according to the latest competition rules. *International Journal of Wrestling Science*. No. 7(1–2). Pp. 41–45. doi: 10.1080/21615667.2017.1422815

16. Vako, I.I., Grygus, I.M., Nikitenko, O.V. (2023). The use of modern multimedia resources in the practice of sports and physical education. *Rehabilitation & recreation*. No. 14. Pp. 258–268. doi: 10.32782/2522-1795.2023.14.31

17. Vovkanych, L., Kindzer, B., Fedkiv, M., Skalski, D., Kreft, K., Grygus, I., Starikov, V. (2023). Recruitment of the Motor Units of Karatekas' Muscles during the Kick Performance. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*. No. 11(4). Pp. 886–892. doi: 10.13189/saj.2023.110424

Received on: 30.08.2023

Accepted on: 18.09.2023

Published on: 27.10.2023