

## СТРУКТУРА І ЗМІСТ АТАКУВАЛЬНИХ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ ДОРΟΣЛИХ СПОРТСМЕНІВ У РУКОПАШІ ГОПАК

Ігор КУКУРУДЗЯК

*Львівський державний університет фізичної культури,  
м. Львів, Україна, e-mail: igor.kukurudziak@gmail.com*

**Вступ.** Рукопаш гопак уведено до переліку національних видів спорту України. Цей вид спорту характеризується великим обсягом різноманітних техніко-тактичних дій і належить до групи одноборств. На сьогодні, зважаючи на відносну новизну цього виду спорту і недостатнє теоретичне його обґрунтування, актуальною залишається низка питань. Вони першочергово стосуються характеристики структурно-змістового наповнення змагальної діяльності спортсменів, що є важливим чинником формування відповідної системи підготовки в будь-якому виді спорту.

**Мета** – визначити кількісні та якісні показники атаквальних техніко-тактичних дій (АТТД) дорослих спортсменів у рукопаші гопак.

**Методи:** теоретичний аналіз та узагальнення, аналізування документальних матеріалів, порівняння, педагогічне спостереження, методи математичної статистики.

**Результати.** У процесі дослідження було проаналізовано 36 поєдинків серед дорослих спортсменів. 3-поміж усіх АТТД у першому раунді 63% займають ТТД руками, 26% – ТТД ногами і всього 11% – з елементами боротьби та у партері. Серед усіх результативних дій найбільше (56%), займають ТТД руками, 34% ТТД припадає на ноги і 10% – на елементи боротьби та дії в партері. За умови великої кількості АТТД руками відсоток результативних дій значно менший, а от серед усіх АТТД ногами (26%) результативними є 34%.

У другому раунді 68% від загальної кількості АТТД припадає на удари руками, 22% – ногами та 10% – на елементи боротьби та дії в партері. Із загального обсягу дій руками у цьому раунді результативними є 67%. Щодо АТТД ногами, то 23% з них також є результативними. Серед елементів боротьби та дій у партері результативними є 10%.

**Обговорення і висновки.** З метою якісного аналізу структури та змісту змагальної діяльності поєдинок було поділено на 5-секундні часові інтервали. Середня кількість АТТД у цьому інтервалі становить 1,21 дії. Водночас середня результативність дорівнює 0,66 дії.

Найбільша кількість дій, яку виконують спортсмени, припадає на удари руками – 65,5% від усіх дій, на удари ногами – 24% від усіх дій, а елементи боротьби та дії в партері становлять усього 10,5%. Результативність ударів руками дорівнює 61,5%, ударів ногами – 28,5%, елементів боротьби та дій у партері – 10%. Дострокові завершення проаналізованих 36 поєдинків становлять 47,2%, а це 17 поєдинків, які завершилися раніше відведеного часу.

**Ключові слова:** рукопаш гопак, змагальна діяльність, показники, атаквальні техніко-тактичні дії.

### Список використаних джерел

1. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учебник [для тренеров] / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2015. – Кн. 1. – 2015. – 680 с.

2. Кукурудзяк І. Класифікація базової техніки українського рукопашу гопак / Кукурудзяк І. Величкович М., Пітин М. // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : [зб. наук. пр.] / за ред. О. В. Тимошенка. – Київ, 2016. – Вип. 9 (79)16. – С. 55–60.

3. Величкович М. Український рукопаш гопак : навч. посіб. / М. Величкович, Л. Мартинюк. – Львів : Ліга-Прес, 2003. – 152 с.
4. Єрьоменко Е. А. Принципи виконання й методика вивчення базових технічних елементів хортингу : метод. посіб. / Е. А. Єрьоменко. – Київ : Паливода А. В. – 2009. – 87 с.
5. Богуславська В. Аналіз структури змагальної діяльності в українському національному одноборстві "Бойовий Гопак" / Богуславська В., Басістий М. // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання і спорту. – Львів, 2016. – Вип. 20, т. 1/2. – С. 20–23.