

над їх розвитком відіграє провідну роль у досягненні максимальної ефективності тренувального процесу.

2. Аналіз результатів дослідження констатує, що показники швидкісних здібностей юних легкоатлетів на етапі попередньої базової підготовки є нижчими від модельних для цього віку. Це свідчить про необхідність розробки ефективних тренувальних програм цілеспрямованого впливу з метою досягнення спортсменами відповідного рівня фізичної підготовленості.

Список використаної літератури

1. Ахметов Р.Ф. Легка атлетика. Підручник. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2013. 340 с.
2. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта. Киев: Олимпийская литература, 2002. 294 с.
3. Кульчицька І., Дідик Т., Поляк В., Колос О., Квасниця О. Удосконалення фізичної підготовленості легкоатлетів-спринтерів в річному макроциклі. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць. Вип. 9 (28). Вінниця: ТОВ «Твори», 2020. С. 224-230.
4. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учеб-ник [для тренеров] : в 2 кн. В. Н. Платонов. К.: Олимп. лит., 2015. Кн. 1. 2015. 680 с.
5. Сергієнко Л. П. Спортивний відбір: теорія і практика. У 2 кн. Книга 2. Відбір у різні види спорту: Підручник. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2010. 784 с.
6. Теоретико-методичні основи контролю у фізичному вихованні та спорті: монографія; за заг. ред. В.М. Костюкевича. Вінниця: ТОВ «Планер», 2017.191 с.

ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ БОРЦІВ

Латишев М.В.¹, Тропін Ю.М.²

¹ Київський університет імені Бориса Грінченка

² Харківська державна академія фізичної культури

Анотація. Дані про взаємозв'язок між віком та результатами змагань важливі для планування багаторічної підготовки спортсменів у кожному виді спорту. У роботі були проаналізовані спортивні кар'єри борців вільного стилю (n=80), які посіли з 1 по 8 місце на Чемпіонаті світу 2019. Аналіз результатів дослідження показав, що середній вік борців склав 25,9 року; медалісти трохи молодші – 25,6 року; не медалісти старші 26,1 року.

Вступ. Дані про взаємозв'язок між віком та результатами змагань важливі для планування багаторічної підготовки спортсменів у кожному виді спорту [6, 7, 8]. Процес

дорослішання є ключовим фактором фізичного та психічного розвитку спортсмена, який, у свою чергу, відіграє вирішальну роль у визначенні їх змагальних результатів. Найважливішим віком для спортсмена є пік змагальних результатів, на основі якого планується вся спортивна кар'єра у кожному виді спорту. Як показано в дослідженнях, залежно від виду спорту та статі спортсмена вік пікових змагальних результатів значно варіюється [3, 4, 5]. Тому питання вікових особливостей високо кваліфікованих спортсменів є актуальною проблемою у системі підготовки борців.

Мета дослідження. Визначити вікові особливості кращих учасників Чемпіонату світу 2019 з вільної боротьби.

Завдання дослідження.

1. Провести аналіз науково-методичної літератури з теми дослідження.
2. Визначити вік учасників (1-8 місце) на чемпіонаті світу з вільної боротьби.
3. Провести порівняльний аналіз медалістів та борців, які посіли не призові місця на чемпіонаті світу.

Методи дослідження. У роботі використані такі методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, аналіз офіційних протоколів змагань, методи математичної статистики. Були проаналізовані спортивні кар'єри борців вільного стилю (n=80), які посіли з 1 по 8 місце на Чемпіонаті світу 2019 (м. Нур-Султан, Казахстан). Дані для аналізу взяті з офіційного сайту "United World Wrestling" (unitedworldwrestling.org, 2020).

Результати дослідження та їх обговорення. Середній вік борців склав 25,9 року: медалісти трохи молодші – 25,6 року, а не медалісти старші 26,1 року. Аналіз показав, що всі переможці (1 місце) мають вік від 22 до 28 років, а більшість (80,0%) – до 25 років.

В залежності від вагової категорії вік спортсменів має наступні особливості: борці легкої вагової групи (57kg, 61kg, 65kg) мають середній вік – 25,4 років, середньої (70kg, 74kg, 79kg, 86kg) – 25,5 років, а борці важкої вагової (92kg, 97kg, 125kg) групи мають середній вік 26,8 років. Різниця у віці між спортсменами легкої та середньої вагової групи майже немає, тоді як борці у важкій вазі старші більше ніж на рік інших борців. Дослідження вказують на існуючу кореляцію між віком пікових змагальних результатів та ваговою категорією: борці легких класів досягають піку спортивної кар'єри раніше. Наша робота також підтверджує цю закономірність. Однак варто підкреслити, що борці легкої та середньої ваги досягають піку своїх змагальних результатів майже в одному віці. Ці дані важливі для планування багаторічної підготовки борців [1, 2, 4, 9].

Окремо варто відзначити дані для учасників для так званих «олімпійських» та «неолімпійських» вагових категорій. Визначено, що середній вік борців цих двох груп майже

однаковий: вік борці «олімпійських» вагових категорій дорівнює 25,8 років, а «неолімпійських» – 25,9 років.

Висновки. Проведено аналіз віку учасників Чемпіонату світу з вільної боротьби 2019 року. Середній вік борців – 25,9 року: медалісти трохи молодші – 25,6 року, а не медалісти старші 26,1 року. Аналіз показав, що всі переможці (1 місце) мають вік від 22 до 28 років, а більшість (80,0%) – до 25 років. Також підтверджена залежність віку від ваговою категорії: борці легких класів досягають піку спортивної кар'єри раніше.

Список використаної літератури

1. Абдуллаев А., Ребар І. Особливості процесу індивідуалізації підготовки борців вільного стилю. *Розвиток сучасної освіти і науки: результати, проблеми, перспективи*. 2019. С.188-189.
2. Голоха В. Л., Картавий Д. Д. Особливості технічної підготовки в спортивній боротьбі. *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор і єдиноборств у вищих навчальних закладах*. 2019. № 1. С. 22-25.
3. Радченко Ю. А., Коробейніков Г. В., Коробейнікова Л. Г., Шацьких В. В., Воронцов А. В. Порівняльний аналіз змагальної діяльності найсильніших та українських борців греко-римського стилю (на основі аналізу чемпіонату Світу 2017 року). *Health, sport, rehabilitation*. 2018. № 1. С. 91-95.
4. Шандригось В. І., Яременко В. В., Первачук Р. В. Аналіз виступів борців різних країн на чемпіонаті Європи 2018 року з вільної боротьби серед чоловіків. *Єдиноборства*. 2018. № 4 (10). С. 80-90.
5. Allen S. V., Hopkins W. G. Age of peak competitive performance of elite athletes: a systematic review. *Sports Medicine*. 2015. № 45(10). P. 431-1441.
6. Bompa T., Haff G. *Periodization training: Theory and methodology (5th ed.)*, Champaign, IL: Human Kinetics. 2009.
7. Latyshev M., Latyshev S., Korobeynikov G. Kvasnytsya O., Shandrygos V., Dutchak, Y. The analysis of the results of the Olympic free-style wrestling champions. *Journal of Human Sport and Exercise*. 2020. № 15 (2). P. 400-410. doi.org/10.14198/jhse.2020.152.14
8. Latyshev M., Latyshev S., Kaupužs A., Kvasnytsya O., Tropin Y., Kvasnytsya I., Prystynskiy V. Cadets and Juniors Success: how Important is it for Sports Careers in Free-Style Wrestling? *SOCIETY. INTEGRATION. EDUCATION. Proceedings of the International Scientific Conference*. Vol.VI, May 22th -23th, 2020. P. 282-291. doi.org/10.17770/sie2020vol6.5113
9. Osipov A., Guralev V., Kudryavtsev M., Kamoza T., Kuzmin V. Development of the ability to maintain body balance in dynamic conditions in beginning sambo wrestlers aged 11-12. *Human. Sport. Medicine*. 2018. № 18(4). P. 88-94. doi.org/10.14529/hsm180413