

УДК 378.14:355.23;796.89

DOI <https://doi.org/10.24919/2308-4863.4/30.212621>

Вадим ШЕМЧУК,

orcid.org/0000-0001-8873-0443

кандидат педагогічних наук,

начальник науково-дослідного відділу розвитку фізичного виховання,

спеціальної фізичної підготовки і спорту

Науково-дослідного центру проблем фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту

Навчально-наукового інституту фізичної культури та спортивно-оздоровчих технологій

Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського

(Київ, Україна) *va.shem@ukr.net*

Світлана ДМИТРЕНКО,

orcid.org/0000-0001-5934-4893

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,

завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання

Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського

(Вінниця, Україна) *smitrenko73@gmail.com*

Володимир КЛИМОВИЧ,

orcid.org/0000-0003-4678-5002

кандидат наук з фізичного виховання і спорту,

викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту

Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного

(Львів, Україна) *klimovichvolodymyr@gmail.com*

Оксана ХУРТЕНКО,

orcid.org/0000-0002-2498-1515

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання

Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського

(Вінниця, Україна) *kseniachurtenko@gmail.com*

Світлана КУРБАКОВА,

orcid.org/0000-0002-0429-8065

старший викладач кафедри загальновійськових дисциплін (з курсом фізичної підготовки)

Української військово-медичної академії

(Київ, Україна) *sveta1966alina@gmail.com*

РЕЗУЛЬТАТИ ВИЗНАЧЕННЯ ПРОФЕСІЙНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ЖІНОК-ЄДИНОБОРЦІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ

У професійних поєдинках за правилами UFC приймають участь висококваліфіковані бійці, як чоловіки, так і жінки, які володіють широким техніко-тактичним арсеналом (професійними компетентностями) із різних повноконтактних єдиноборств, що дає змогу глядачам та аналітикам зазначеного напрямку оцінити перевагу того чи іншого бойового мистецтва. Високий рівень сформованості професійних компетентностей у жінок – бійців ММА забезпечує дострокову перемогу під час титульних (кваліфікаційних) поєдинків.

Головною метою роботи є визначення домінуючих професійних компетентностей жінок-єдиноборців високої кваліфікації (на прикладі жінок – бійців ММА «ТОР-10»). Під час дослідження нами використано такі методи: теоретичний аналіз та узагальнення науково-методичної (спеціальної) літератури; аналіз Інтернет-ресурсів; педагогічні спостереження; метод експертних оцінок; методи математичної статистики; науковий інструментарій. Окрім цього, для досягнення мети та завдань дослідження членами науково-дослідної групи проведено відеомоніторинг та аналіз протоколів поєдинків чемпіонатів UFC (2018–2020 рр.), використано офіційну статистику професійних поєдинків жінок – бійців ММА, «ТОР-10» (станом на 12.05.2020.). Відповідно до моніторингу науково-методичних джерел (даних Інтернет-ресурсів), встановлено, що питання формування професійних компетентностей (жінок – бійців ММА) та представниць інших повноконтактних єдиноборств вивчено

недостатньо, відсутні наукові праці, які узагальнюють досягнення провідних тренерів у підготовці жінок – бійців ММА, а існуючі напрацювання у напрямі всебічної підготовки жінок-єдиноборців викладено без необхідного рівня деталізації, що потребує додаткових досліджень.

У результаті дослідження нами визначено, що домінуючими професійними компетентностями жінок – бійців ММА є техніко-тактичний арсенал; бойовий потенціал та досвід титульних (кваліфікаційних) поєдинків. Варто зауважити, що кожна з вищезазначених компетентностей має власну розгалужену ієрархію, яка за умов їх усебічного та комплексного розвитку забезпечує успіх під час змагань.

Ключові слова: бойовий потенціал, змішані бойові мистецтва, єдиноборства, професійні компетентності, тактика, техніка, жінки-єдиноборці, ММА, UFC.

Vadym SHEMCHUK,

orcid.org/0000-0001-8873-0443

Candidate of Pedagogical Sciences,

Head of Research Department of Physical Education Development, Special Physical training and Sports of the Research Center of Problems of Physical Education, Special Physical Training and Sports Educational and Scientific Institute of Physical Culture and Sports and Health Technologies of the National Defence University of Ukraine named after Ivan Cherniakhovskiyi (Kyiv, Ukraine) va.shem@ukr.net

Svitlana DMYTRENKO,

orcid.org/0000-0001-5934-4893

Candidate of Sciences in Physical Education and Sports, Associate Professor, Head of the Department of Theory and Methodology of Physical Education Vinnytsia Mykhailo Kotsiubynskiyi State Pedagogical University (Vinnytsia, Ukraine) sditrenko73@gmail.com

Volodymyr KLYMOVYCH,

orcid.org/0000-0003-4678-5002

Candidate of Sciences in Physical Education and Sports, Teacher at the Department of Physical Education, Special Physical Training and Sports National Academy of Land Forces named after Hetman Petro Sagaidachny (Lviv, Ukraine) klimovichvolodymyr@gmail.com

Oksana KHURTENKO,

orcid.org/0000-0002-2498-1515

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor at the Department of Theory and Methods of Physical Education Vinnytsia Mykhailo Kotsiubynskiyi State Pedagogical University (Vinnytsia, Ukraine) kseniaxyrtenko@gmail.com

Svitlana KURBAKOVA,

orcid.org/0000-0002-0429-8065

Senior Lecturer at the Department of General Military Disciplines (with a course of physical training) Ukrainian Military Medical Academy (Kyiv, Ukraine) sveta1966alina@gmail.com

RESULTS OF DETERMINATION OF PROFESSIONAL COMPETENCIES OF HIGH QUALIFIED WOMEN- FIGHTERS

Highly qualified fighters, both men and women, who have a wide technical and tactical arsenal (professional competencies) of various full-contact martial arts take part in professional fights according to UFC rules, which allows spectators and analysts to assess the superiority of a particular martial art. The high level of professional competencies of women MMA fighters ensures early victory during the title (qualification) fights.

The main purpose of the work is to determine the dominant professional competencies of highly qualified single wrestlers (on the example of female MMA fighters «TOR-10»). During the research we used the following methods: theoretical analysis and generalization of scientific and methodical (special) literature; analysis of Internet resources; pedagogical observations; method of expert assessments; methods of mathematical statistics; scientific tools. In addition, to achieve the goals and objectives of the study, members of the research team conducted video monitoring and analysis

of the protocols of UFC Championships (2018-2020, used the official statistics of professional fights of women MMA fighters, «TOP-10» as of 12.05.2020). In accordance with the monitoring of scientific and methodological sources (data from Internet resources) it is established that the formation of professional competencies (women MMA fighters) and representatives of other full-contact martial arts is insufficiently studied, there are no scientific papers summarizing the achievements of leading trainers in MMA fighters, and the existing developments in the direction of comprehensive training of women wrestlers are presented without the necessary level of detail, which requires additional research.

As a result of the study, we determined that the dominant professional competencies of women MMA fighters are: technical and tactical arsenal; combat potential and experience of title (qualification) fights. It is worth noting that each of the above competencies has its own branched hierarchy, which, given their comprehensive and comprehensive development, ensures success during the competition.

Key words: martial arts, mixed martial arts, martial arts, professional competencies, tactics, technique, women-combats, MMA, UFC.

Постановка проблеми. Сьогодні професійний спорт є унікальним явищем сучасної спільноти. За своїм сутнісним складником він відрізняється від олімпійського спорту комерціалізацією та екстремальністю. Змагання за участю професійних атлетів завжди викликають зацікавленість широких верств населення та є досить видовищними і привабливими. Крім того, професійний спорт надає атлетам значні можливості для прояву духовних та фізичних сил.

Відповідно до вищезазначеного, стає зрозумілим прагнення жінок до занять професійним спортом. Важливим є те, що існує багато поглядів та припущень щодо мотивації участі жінок у бійцівських поєдинках. Цю мотивацію можливо розподілити на дві категорії: суттєво жіночі (у переважній більшості підсвідомі) та універсальні (які можливо застосувати як для жінок, так і для чоловіків). Однією з головних соціальних домінант поширення жіночих єдиноборств є сумісна взаємодія відповідних факторів: розвиток цивілізації; науково-технічний прогрес; емансипація жінок та феміністський рух. Слід також зауважити, що жінки з великим ентузіазмом та завзяттям опановують нові види спорту, у тому числі й змішані бойові мистецтва (в перекладі з англійської – Mixed Martial Arts, MMA), які об'єднує міжнародна спортивна організація Ultimate Fighting Championship (UFC).

У професійних поєдинках за правилами UFC приймають участь висококваліфіковані бійці, як чоловіки, так і жінки, які володіють різноманітним техніко-тактичним арсеналом із різних повноконтактних єдиноборств, що дає змогу глядачам та аналітикам зазначеного напрямку оцінити перевагу того чи іншого бойового мистецтва. Важливим є той факт, що значна та фінансово вмотивована конкуренція в MMA, прагнення жінок-бійців до світової слави, підняття престижу чемпіонатів UFC, їх видовищності та «касовості» стимулюють невинне вдосконалення техніко-тактичного арсеналу жінок – бійців MMA, наслідком чого є велика конкуренція, результативність та високі

гонорари. Відповідно до вищезазначеного, вагомої ролі набуває науково-методичне забезпечення необхідних компонентів професійної діяльності єдиноборців-жінок, які займаються MMA (Вареников та ін., 2019: 1).

Актуальність зазначеної проблематики полягає у дослідженні технічного арсеналу жінок – єдиноборців MMA як провідного чинника їх професійної компетентності у підготовці до чемпіонатів UFC (Сороканюк, 2019: 2). Варто також зауважити, що вибір ефективного техніко-тактичного арсеналу жінок – бійців MMA з урахуванням їхніх індивідуально-типологічних особливостей, психологічного профілю (домінуючих професійних компетентностей) дає змогу у найкоротші терміни досягнути головної мети, суть якої зводиться до здобуття титулу всесвітньої чемпіонки UFC.

У попередніх дослідженнях встановлено особливості тренувального процесу та необхідних професійних компетентностей підготовки висококваліфікованих спортсменів, представників різних видів єдиноборств у тому числі й бійців MMA чоловіків, як еталонних моделей для формування ефективного технічного арсеналу жінок-єдиноборців, які займаються змішаними бойовими мистецтвами (Хацаюк, Скірта, 2014: 3; Хуртенко, Дмитренко, 2018: 4; Хацаюк та ін., 2020: 5), тому вибраний напрям дослідження є актуальним.

Дослідження виконано відповідно до зведеного плану НДР і ДКР (РК) Українського інституту науково-технічної і економічної інформації (шифр «Модель-РБ», номер державної реєстрації 0108U007536).

Аналіз досліджень. Характеристики змагальної діяльності в єдиноборствах визначаються відповідно до концепцій моделей найсильніших атлетів (Лісіцин, 2014: 6; Гуцул, 2015: 7). Оскільки аналітичний апарат, який використовується для вивчення змагальної діяльності атлетів, значно ширший, то залежно від того, який із боків підготовленості спортсменки аналізується (техніко-тактичний, фізичний, психологічний),

використовується різна варіативна методологія досліджень. Модель найсильнішого атлета формується відповідно до аналізу трьох груп модельних характеристик: змагальної діяльності, основних боків підготовленості, функціональних систем організму та його морфологічних особливостей (Кузнецов та ін., 2015: 8).

Уважається, що в єдиноборствах якість виконання технічних дій та тактичних комбінацій атлетами у змагальних умовах є інтегральним показником їхньої професійної компетентності (Анісімов, 2014: 9; Коротких, 2015: 10; Ананченко та ін., 2020: 11).

Важливим є й той факт, що сьогодні у систему спортивної підготовки єдиноборців активно впроваджується діяльнісний підхід, у якому руховий потенціал атлета розглядається як процес, скерований на отримання певного результату, тому фахівцями зазначеного напрямку дослідження звертається достатньо уваги на всебічний аналіз змагальної діяльності, у тому числі з використанням наукового інструментарію (Пашинцев, 2010: 12; Максимчук та ін., 2019: 13; Первачук та ін., 2020: 14).

Своєю чергою, використання інноваційних фітнес-технологій у процесі підготовки висококваліфікованих єдиноборців, як чоловіків, так і жінок, забезпечує відновлення м'язів, зв'язок, суглобів, а також психологічної рівноваги після змагальних та тренувальних поєдинків, що в подальшому позитивно відображається на виконанні ними тренувальних завдань та успішному виступу на змаганнях різних рівнів (Хуртенко та ін., 2019: 15).

Таким чином, проведений нами моніторинг науково-методичних джерел (даних Інтернет-ресурсів) у вибраному напрямі дослідження свідчить про те, що питання формування професійних компетентностей жінок – бійців ММА та представниць інших повноконтактних єдиноборств вивчено недостатньо, відсутні наукові праці, які узагальнюють досягнення провідних тренерів у підготовці жінок – бійців ММА, а існуючі напрацювання у напрямі їх усебічної підготовки викладено без необхідного рівня деталізації (відсутня впорядкована система їх підготовки та не визначено складники їхніх професійних компетентностей).

Мета статті – визначити домінуючі професійні компетентності жінок-єдиноборців високої кваліфікації (на прикладі жінок – бійців ММА «ТОР-10»).

Для досягнення мети дослідження планувалося вирішити такі завдання:

– провести моніторинг науково-методичних джерел (даних Інтернет-ресурсів) із техніко-так-

тичної підготовленості жінок – бійців ММА, представниць інших повноконтактних єдиноборств як провідного складника їхньої професійної компетентності;

– визначити та проаналізувати важливі професійні компетентності жінок – бійців ММА високої кваліфікації.

Виклад основного матеріалу. Для досягнення мети та завдань дослідження нами визначено провідні професійні компетентності жінок – бійців ММА високої кваліфікації (n=10), які знаходяться у світовому рейтингу найкращих («ТОР-10») за версією UFC. Відповідно до вищезазначеного, жінок – бійців ММА було розподілено на групи.

До першої групи увійшли професійні спортсменки – «ударники» (n=5), у яких серед провідних професійних компетентностей (технічного арсеналу) переважає техніка ударів руками (ліктями), ногами (колінами) й які рідко виконують кидки, а також використовують больові прийоми та прийоми задушення.

Другу групу становили жінки – бійці ММА – «борці» (n = 5), у яких серед провідних професійних компетентностей (технічного арсеналу) переважає техніка виконання кидків і які рідко застосовують серії ударів руками (ліктями), ногами (колінами), але активно використовують під час поєдинків больові прийоми та прийоми задушення (у різних варіативних тактичних комбінаціях).

Розподіл до груп здійснювався відповідно до офіційної статистики у процентному співвідношенні нанесення загальної кількості ударів та реалізованих технічних дій борцівської техніки (обчислено загальну кількість технічних дій за весь період виступу на професійній арені в чемпіонатах UFC упродовж 2018–2020 рр.). Важливим є те, що під час дослідження членами науково-дослідної групи використовувалася методика відеоаналізу техніки та тактики єдиноборств (Ананченко, Хацаюк, 2016: 16). Ефективні комбінації та ключові зв'язки техніки ММА (складники професійних компетентностей жінок-єдиноборців) були проаналізовані за допомогою інструментальних методів дослідження (Каратаєва, Хацаюк, 2008: 17).

Отримані результати порівняльного аналізу результатів ефективності техніко-тактичного арсеналу жінок – бійців ММА високого класу (результати порівняльного аналізу викладено на рис. 1, 2), представниць першої та другої груп (n = 10), дали змогу визначити коефіцієнт бойового потенціалу.

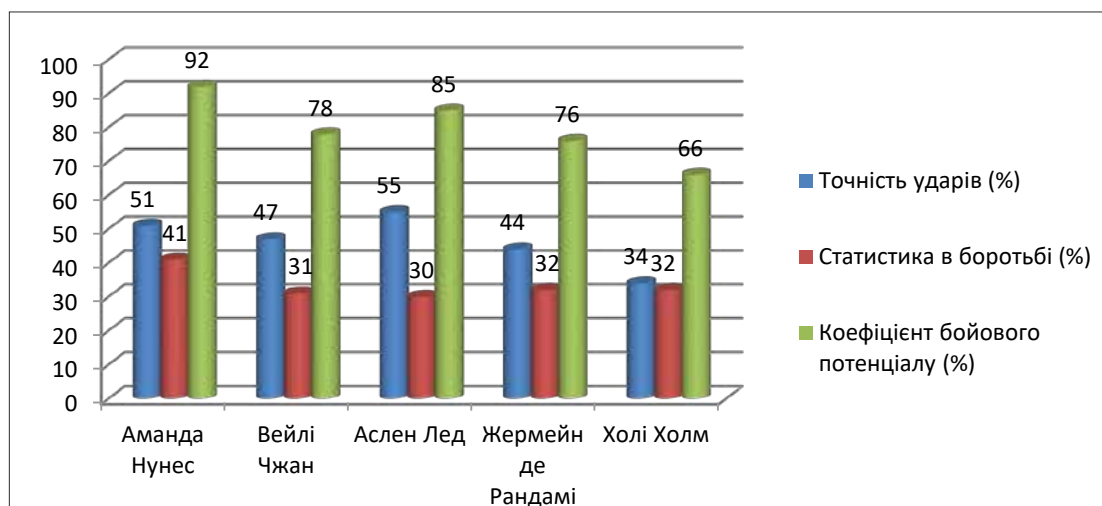


Рис. 1. Порівняльний аналіз результатів визначення бойового потенціалу жінок – бійців MMA високого класу, представниць першої групи («ударники», n = 5)

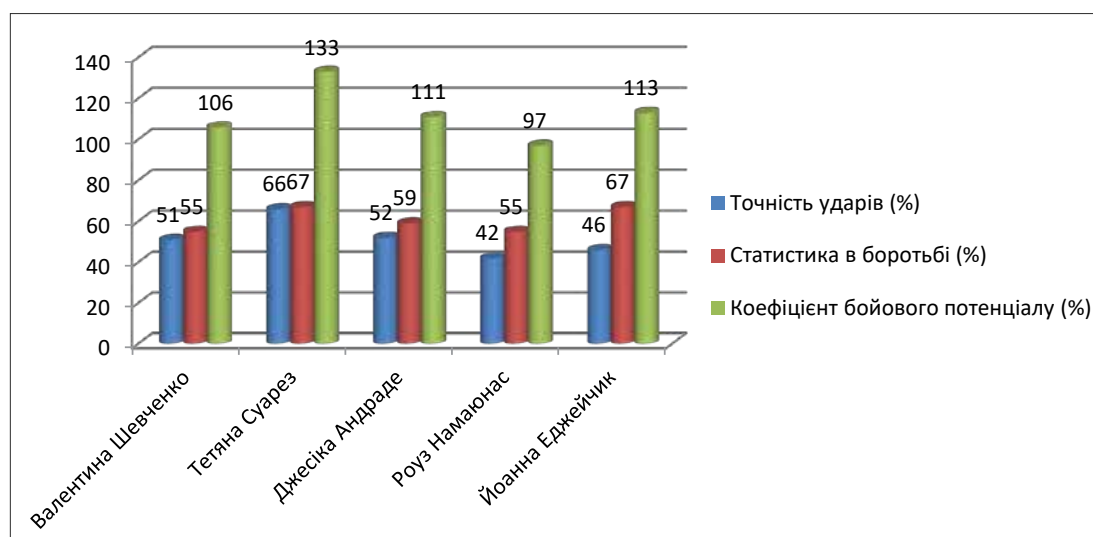


Рис. 2. Порівняльний аналіз результатів визначення бойового потенціалу жінок – бійців MMA високого класу, представниць другої групи («борці», n = 5)

Бойовий потенціал техніко-тактичного арсеналу (домінуючий чинник професійних компетентностей) єдиноборців можна розглядати як інтеграцію незалежних один від одного різних показників та факторів. Під час наших досліджень зазначений коефіцієнт визначено шляхом сумування статистичних результатів точності ударів та борцівської техніки. Вибір оптимальної методики (формули обчислення) підтверджується високими досягненнями на міжнародній арені представницями досліджуваної категорії.

Моніторинг відеоматеріалів та ходу протоколів змагальних сутичок чемпіонату UFC (2018–2020 рр.) свідчить про те, що найрезультативнішою (рис. 1, 2) у першій групі є Аманда Нунес (коефіцієнт бойового потенціалу 92%), а у другій групі – Тетяна Суарез (коефіцієнт бойового

потенціалу 133%); відповідно найменш результативними жінками – бійцями MMA («TOP-10») у першій групі є Холі Холм (коефіцієнт бойового потенціалу 66%), а у другій – Роуз Намаюнас (коефіцієнт бойового потенціалу 97%).

Далі нами було визначено ефективний техніко-тактичний арсенал як один із чинників професійної компетентності жінок – бійців MMA високої кваліфікації («TOP-10»). Із цією метою членами науково-дослідної групи проведено аналіз архівного відео та протоколів кваліфікаційних (титульних) поєдинків, у результаті чого отримано кількісні показники об'єкта та предмета дослідження (результати наведено в табл. 1). Технічні дії та тактичні комбінації, які використовують жінки – бійці MMA високої кваліфікації, обчислювалися відповідно до їх загальної кількості проведених

кваліфікаційних (титульних) поєдинків за всю професійну кар'єру.

Порівняльний аналіз результатів ефективності техніко-тактичного арсеналу жінок – бійців ММА високої кваліфікації здійснено за методикою експертної оцінки фахівцями галузі повноконтактних єдиноборств (n=9) за п'ятибальною шкалою оцінювання, де 5 – максимальний бал, 1 – мінімальний.

Окрім того, відповідно до наявної архівної бази відеоматеріалів, протоколів ходу кваліфікаційних (титульних) поєдинків чемпіонату UFC нами визначено ефективний технічний арсенал (домінуючі професійні компетентності) досліджуваних жінок – бійців ММА відповідно до вагових категорій (результати наведено в табл. 2).

Підводячи підсумки порівняльного аналізу технічного арсеналу та ефективності його застосування жінками – бійцями ММА під час участі чемпіонаті UFC (2018–2020 рр.), доцільно констатувати, що досліджувані спортсменки систематично та наполегливо тренуються і знаходяться в оптимальній спортивній формі, що сприяє під-

триманню високої їх працездатності та швидкому відновленню під час участі у кваліфікаційних (титульних) поєдинках.

Варто також зауважити, що під час моніторингу Інтернет-ресурсів (приватних сторінок соціальних мереж) провідних бійців ММА, як чоловіків, так і жінок, нами встановлено, що для підтримання оптимальної спортивної форми професійні атлети використовують дозволені фармакологічні засоби.

Висновки. Відповідно до моніторингу науково-методичних джерел (даних Інтернет-ресурсів), встановлено, що питання формування професійних компетентностей жінок – бійців ММА та представниць інших повноконтактних єдиноборств вивчені недостатньо. Сьогодні відсутні наукові праці, які узагальнюють досягнення провідних тренерів у підготовці жінок – бійців ММА, а існуючі напрацювання у напрямі їх усебічної підготовки викладено без необхідного рівня деталізації, що потребує додаткових досліджень.

Нами встановлено, що домінуючими професійними компетентностями жінок – бійців ММА

Таблиця 1

Результати ефективності техніко-тактичного арсеналу жінок – бійців ММА високої кваліфікації (1 група, n=5; 2 група, n=5) за методикою Ф. Уїлкоксона, бали

Технічний арсенал	1 група (n = 5)	2 група (n = 5)	Δ	P-Value	P
1) зв'язки та комбінації ударів	3,22 ± 0,12	2,63 ± 0,11	0,59	0,05	p ≥ 0,05
2) кидки	2,69 ± 0,14	2,83 ± 0,20	0,14	0,00087	p ≤ 0,05
3) удари руками	2,83 ± 0,09	1,64 ± 0,10	1,19	0,00087	p ≥ 0,05
4) удари ногами	1,58 ± 0,11	3,03 ± 0,14	1,45	0,00061	p ≤ 0,05
5) прийоми задушення	2,67 ± 0,15	3,55 ± 0,19	0,88	0,00089	p ≤ 0,05
6) больові прийоми	2,82 ± 0,12	3,06 ± 0,11	0,24	0,07	p ≤ 0,05

Примітка: Δ – Різниця застосування технічного арсеналу для досягнення перемоги між представницями 1-ї та 2-ї груп (визначено середнє значення балів по групам та стандартне відхилення відповідно до аналізу 175 поєдинків за правилами UFC: 1 група – «ударники», 2 група – «борці»)

Таблиця 2

Домінуючі професійні компетентності жінок – бійців ММА («TOP-10»)

№	Боець (в/кат.)	Характеристика домінуючих професійних компетентностей
1.	Аманда Нунес 57-61 кг (Bantamweight)	загальна кількість поєдинків – 23; перемог нокаутами – 13; перемог за рішенням суддів – 3 (сабмішином – 3); поразок нокаутами – 2; поразок за рішенням суддів – 1 (сабмішином – 1); точність ударів: нанесено акцентованих ударів – 434, виконано спроб акцентованих ударів – 843; статистика в боротьбі: тейкдаунів виконано – 11, спроб тейкдаунів – 27
2.	Вейлі Чжан 48-52 кг (Strawweight)	загальна кількість поєдинків – 23; перемог нокаутами – 10; перемог за рішенням суддів – 4 (сабмішином – 7); поразок за рішенням суддів – 1; точність ударів: нанесено акцентованих ударів – 185, виконано спроб акцентованих ударів – 394; статистика в боротьбі: тейкдаунів виконано – 1, спроб тейкдаунів – 13
3.	Валентина Шевченко 53-57 кг (Flyweight)	загальна кількість поєдинків – 21; перемог нокаутами – 6; перемог за рішенням суддів – 5 (сабмішином – 7); поразок нокаутами – 1; поразок за рішенням суддів – 2; точність ударів: нанесено акцентованих ударів – 506, виконано спроб акцентованих ударів – 1002; статистика в боротьбі: тейкдаунів виконано – 12, спроб тейкдаунів – 42

№	Босць (в/кат.)	Характеристика домінуючих професійних компетентностей
4.	Джесіка Андраде 48-52 кг (Strawweight)	загальна кількість поєдинків – 27; перемог нокаутами – 7; перемог за рішенням суддів – 6 (сабмішином – 7); поразок нокаутами – 3; поразок за рішенням суддів – 2 (сабмішином – 2); точність ударів: нанесено акцентованих ударів – 1 020, виконано спроб акцентованих ударів – 1 977; статистика в боротьбі: тейкдаунів виконано – 33, спроб тейкдаунів – 56
5.	Йоанна Еджейчик 48-52 кг (Strawweight)	загальна кількість поєдинків – 22; перемог нокаутами – 4; перемог за рішенням суддів – 12 (сабмішином – 2); поразок нокаутами – 1; поразок за рішенням суддів – 3; точність ударів: нанесено акцентованих ударів – 1 345, виконано спроб акцентованих ударів – 2 899; статистика в боротьбі: тейкдаунів виконано – 2, спроб тейкдаунів – 3; захист від тейкдаунів – 32; захист від больових прийомів – 18
6.	Роуз Намаюнас 48-52 кг (Strawweight)	загальна кількість поєдинків – 15; перемог нокаутами – 1; перемог за рішенням суддів – 2 (сабмішином – 8); поразок нокаутами – 1; поразок за рішенням суддів – 2 (сабмішином – 1); точність ударів: нанесено акцентованих ударів – 436, виконано спроб акцентованих ударів – 1 038; статистика в боротьбі: тейкдаунів виконано – 16, спроб тейкдаунів – 29
7.	Тетяна Суарез 48-52 кг (Strawweight)	загальна кількість поєдинків – 8; перемог нокаутами – 2; перемог за рішенням суддів – 2 (сабмішином – 4); точність ударів: нанесено акцентованих ударів – 246, виконано спроб акцентованих ударів – 374; статистика в боротьбі: тейкдаунів виконано – 18, спроб тейкдаунів – 35
8.	Холі Холм 57-61 кг (Bantamweight)	загальна кількість поєдинків – 18; перемог нокаутами – 8; перемог за рішенням суддів – 5; поразок нокаутами – 1; поразок за рішенням суддів – 3 (сабмішином – 1); точність ударів: нанесено акцентованих ударів – 453, виконано спроб акцентованих ударів – 1 327; статистика в боротьбі: тейкдаунів виконано – 6, спроб тейкдаунів – 19
9.	Жермейн де Рандамі 57-61 кг (Bantamweight)	загальна кількість поєдинків – 13; перемог нокаутами – 4; перемог за рішенням суддів – 5; поразок нокаутами – 1; поразок за рішенням суддів – 2 (сабмішином – 1); точність ударів: нанесено акцентованих ударів – 220, виконано спроб акцентованих ударів – 458; статистика в боротьбі: тейкдаунів виконано – 0, спроб тейкдаунів – 1
10.	Аслен Лед 57-61 кг (Bantamweight)	загальна кількість поєдинків – 5; перемог нокаутами – 2; перемог за рішенням суддів – 2 (сабмішином – 1); точність ударів: нанесено акцентованих ударів – 145, виконано спроб акцентованих ударів – 262; статистика в боротьбі: тейкдаунів виконано – 2, спроб тейкдаунів – 4; захист від тейкдаунів – 24

є техніко-тактичний арсенал, бойовий потенціал та досвід титульних (кваліфікаційних) поєдинків. Варто зауважити, що кожна з вищезазначених компетентностей має власну розгалужену ієрархію, яка за умови їх усебічного та комплексного розвитку забезпечує успіх під час змагань.

Окрім того, відповідно до результатів дослідження, встановлено, що представниці другої групи більш технічно, тактично та функціонально підготовлені на відміну від жінок – бійців ММА першої групи. Цікавим виявився той факт, що під час розподілу жінок – бійців ММА до груп за ознаками їх техніко-тактичного домінування (рівня розвитку професійних компетентностей) сума місць у загальному рейтингу UFC «TOP-10» у першій групі становила 30 очок, а у другій – 25 очок відповідно, що на п'ять пунктів краще, ніж у представниць першої групи. Під час розподілу жінок – бійців ММА до зазначених груп даний показник членами науково-дослідної групи до уваги не брався. Для

обчислення загальної суми місць нами використано методику ранжування за найменшим показником. Зазначений вище показник у нашому разі додатково підтверджує достовірність отриманих результатів дослідження.

Таким чином, представниці другої групи володіють більш досконаліми професійними компетентностями, які забезпечують високу результативність під час кваліфікаційних та титульних поєдинків. Результати дослідження впроваджено у практику підготовки жінок-єдиноборців, членів збірних команд України та спортсменок – здобувачів вищої освіти, які займаються повноконтактними єдиноборствами.

Перспектива подальших досліджень у даному напрямі передбачає розроблення ефективних моделей комбінацій та зв'язок у положенні лежачи (партері), які забезпечують дострокову перемогу жінок – бійців ММА під час кваліфікаційних та титульних поєдинків у чемпіонатах UFC із використанням сучасного наукового інструментарію.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Обучение технике и тактике ведения боя в смешанном боевом единоборстве (ММА) / Н. А. Варенников и др. Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2019. № 11(177). URL: <http://lesgaft-notes.spb.ru/ru/node/15710>.
2. Сороканиук О. В. Анализ технических действий и структурных элементов в системе техники смешанных единоборств. Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2019. № 11(177). URL: <http://lesgaft-notes.spb.ru/ru/no-de/15710>.
3. Скирта О. С., Хацаюк О. В. Анализ ударной техники кикбоксерів WPKA в розділі орієнтал з використанням новітніх технологій. *Актуальні проблеми розвитку традиційних і східних единоборств* : матеріали VIII міжн. наук.-метод. конф., м. Харків, 29 листопада 2014 р. Харків, 2014. С. 49–53.
4. Хуртенко О. В., Дмитренко С. М. Педагогічні технології удосконалення фізичної та технічної підготовки боксерів. Єдиноборства. 2018. № 4. С. 69–79. URL: nbuv.gov.ua/UJRN/edinob_2018_4_10.
5. Дослідження технічного арсеналу бійців MMA високої кваліфікації / О. В. Хацаюк та ін. Єдиноборства. 2020. № 2(17). С. 14–27. URL: <http://www.sports-science.org/index.php/combata/issue/archive>.
6. Лисицин В. В. Особенности подготовки женщин-боксеров в спорте высших достижений : монография. Москва : Перо, 2014. 168 с.
7. Гуцул Н. З. Індивідуалізація спортивної підготовки єдиноборців. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2015. Вип. 19(2). С. 95–100.
8. Кузнецов В. В., Новиков А. А., Шустин Б. Н. Проблемы современной системы подготовки высококвалифицированных спортсменов. *Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта*. 2015. № 7. С. 129–134. URL: <http://lesgaftnotes.spb.ru>.
9. Анисимов М. П. Структура техники смешанного боевого единоборства. Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2014. № 6(154). С. 10–13. URL: <http://lesgaft-notes.spb.ru/ru/no-de/15710>.
10. Коротких И. А. Адаптация технико-тактических арсеналов бойцов ударных единоборств к условиям смешанного боевого единоборства (ММА). *Физическая культура, спорт и туризм*. 2015. № 3. С. 20–21. URL: <https://cyberleninka.ru>.
11. Удосконалення техніко-тактичної підготовленості дзюдоїстів 17–18 років / К. В. Ананченко та ін. Єдиноборства. 2020. № 2(16). С. 4–12. URL: <http://www.sportsscience.org/index.php/com-bat/issue/archive>.
12. Пашинцев В. Г. Технология моделирования и программирования в многолетней подготовке дзюдоистов : учебное пособие. Москва, 2010. 195 с.
13. Удосконалення військово-прикладних навичок рукопашного бою курсантів-правоохоронців МВС України на основі використання сучасних педагогічних технологій / Б. А. Максимчук та ін. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2019. Вип. 5(2). С. 98–104.
14. Індивідуальна підготовка кваліфікованих борців вільного стилю з урахуванням компонентів анаеробного механізму енергозабезпечення / Р. В. Первачук та ін. Єдиноборства. 2020. № 2(16). С. 35–45. URL: <http://www.sportsscience.org/index.php/combata/issue/archive>.
15. Використання інноваційних фітнес технологій у процесі відновлювальних занять кваліфікованих боксерів / О. В. Хуртенко та ін. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2019. Вип. 8(27). С. 241–247.
16. Ананченко К. В., Хацаюк О. В. Новий методичний підхід до оцінки відеоматеріалу, що використовується при підготовці дзюдоїстів. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2016. Вип. 4(54). С. 11–16.
17. Каратаева (Миргород) Д. О., Хацаюк О. В. Удосконалення техніки рукопашного бою правоохоронців МВС України із використанням сучасних технічних засобів навчання. *Модель-РБ* : НДР. Харків, 2008. 180 с.

REFERENCES

1. Varennykov N. A., Popova Y. E., Hubyn O. V., Sandrakov M. S. Obuchenye tekhnike y taktyke vedeniya boia v smeshannom boevom edynoborstve (MMA) [Training in techniques and tactics of combat in mixed martial arts]. *Uchennye zapysky unyversyteta ymeny P.F. Leshafta*. 2019. № 11 (177). URL: <http://lesgaft-notes.spb.ru/ru/node/15710>. [in Russian].
2. Sorokaniuk O. V. Analyz tekhnicheskyykh deistviy y struktturnykh elementov v systeme tekhniky smeshannukh edynoborstv [Analysis of technical actions and structural elements in the system of mixed martial arts]. *Uchennye zapysky unyversyteta ymeny P.F. Leshafta*. 2019. № 11 (177). URL: <http://lesgaft-notes.spb.ru/ru/no-de/15710>. [in Russian].
3. Skyrta O. S., Khatsaiuk O. V. Analiz udarnoi tekhniki kikkokseriv WPKA v rozdilii oriental z vykorystanniam novitnikh tekhnolohii [Analysis of WPKA kickboxing percussion techniques in the oriental section using the latest technologies]. *Aktualni problemy rozvytku tradytsiinykh i skhidnykh yedynoborstv*: materialy VIII mizhn. nauk. – metod. konf., m. Kharkiv, 29 lystop. 2014 r. Kharkiv, 2014. P. 49–53. [in Ukrainian].
4. Khurtenko O. V., Dmytrenko S. M. Pedahohichni tekhnolohii udoskonalenniafizychnoi ta tekhnichnoi pidhotovky bokseriv [Pedagogical technologies to improve physical and technical training of boxers]. *Yedynoborstva*. 2018. № 4. P. 6979. URL: nbuv.gov.ua/UJRN/edinob_2018_4_10. [in Ukrainian].
5. Khatsaiuk O. V., Ananchenko, K. V., Khurtenko, O. V., Dmytrenko S. M., Boichenko N. V. Doslidzhennia tekhnichnoho arsenalu biitsiv MMA vysokoi kvalifikatsii [Research of the technical arsenal of highly qualified MMA fighters]. *Yedynoborstva*. 2020. № 2 (17). P. 14–27. URL: <http://www.sports-science.org/index.php/combata/issue/archive>. [in Ukrainian].
6. Lysytsyn V. V. Osobennosti podhotovky zhenshchyn-bokserov v sporte vusshykh dostyzhenyi [Features of training female boxers in high-achievement sports]. *Yzdatelstvo «Pero»* : monohrafyia. Moskva, 2014. 168 p. [in Russian].
7. Hutsul N. Z. Indyvidualizatsiia sportyvnoi pidhotovky yedynoborstiv [Individualization of sports training of wrestlers]. *Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii*. Zb. nauk. pr., Vinnytsia, 2015. Vyp. 19 (2). P. 95–100. [in Ukrainian].

8. Kuznetsov V. V., Novykov A. A., Shustyn B. N. Problemu sovremennoi systemy podgotovky vusokokvalfytsyrovannukh sportsmenov [Problems of the modern system of training of highly qualified athletes]. *Natsionalnuii hosudarstvennuii Unyversytet fizycheskoi kulturu, sporta y zdorovia ymeny P.F. Leshafta*. 2015. № 7. P. 129–134. URL: <http://lesgaftnotes.spb.ru/>. [in Russian].
9. Anysymov M. P. Struktura tekhnky smeshannoho boevoho edynoborstva [The structure of the technique of mixed martial arts.]. *Uchennue zapysky unyversyteta ymeny P.F. Leshafta*. 2014. № 6 (154). P. 10–13. URL: <http://lesgaft-notes.spb.ru/ru/no-de/15710>. [in Russian].
10. Korotkykh Y. A. Adaptatsiya tekhniko-taktycheskykh arsenalov boitsov udarnukh edynoborstv k usloviyam smeshannoho boevoho edynoborstva (MMA) [Adaptation of technical and tactical arsenals of martial arts fighters to the conditions of mixed martial arts (MMA)]. *Fyzycheskaia kultura, sport y turizm*. 2015. № 3. P. 20-21. URL: <https://cyberleninka.ru>. [in Russian].
11. Ananchenko K. V., Khatsaiuk O. V., Zahura F. I., Ohnova L. Yu. Vdoskonalennia tekhniko-taktychnoi pidhotovlenosti dziudoistiv 17-18 rokiv [Improving the technical and tactical training of judokas aged 17-18]. *Yedynoborstva*. 2020. № 2 (16). P. 4–12. URL: <http://www.sportsscience.org/index.php/com-bat/issue/archive>. [in Ukrainian].
12. Pashyntsev V. H. Tekhnolohiya modelyrovanyia y prohrammyrovanyia v mnoholetnei podhotovke dziudoystov [Modeling and programming technology in the long-term training of judokas]. *Ped. yn-t fiz. kulturu : ucheb. posobyie*. Moskva, 2010. 195 p. [in Russian].
13. Maksymchuk B. A., Harkavyi O. A., Olenchenko V. V., Khatsaiuk O. O. Udoskonalennia viiskovo-prykladnykh navychok rukopashnoho boiu kursantiv-pravookhorontsiv MVS Ukrainy na osnovi vykorystannia suchasnykh pedahohichnykh tekhnolohii [Improving military-applied skills of hand-to-hand combat of cadets of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine on the basis of use of modern pedagogical technologies]. *Pedahohika formuvannia tvorchoi osobystosti u vyshchii i zahalnoosvitnii shkolakh*. Zb. nauk. pr., Zaporizhzhia, 2019. Vyp. 5 (2). P. 98–104. [in Ukrainian].
14. Pervachuk R. V., Sybil M. H., Shandryhos V. I., Zahura F. I., Stelmakh Yu. Yu., Kukhtii S. Ya. Indyvidualna pidhotovka kvalifikovanykh bortsiv vilnoho stylu z urakhuvanniam komponentiv anaerobnoho mekhanizmu enerhozabez-pechennia [Individual training of qualified freestyle wrestlers taking into account the components of the anaerobic mechanism of energy supply]. *Yedynoborstva*. 2020. №2 (16). P. 35-45. URL: <http://www.sportsscience.org/index.php/combat/issue/arc-hive>. [in Ukrainian].
15. Khurtenko O. V., Dmytrenko S. M., Khoronzhevskiy L. Ye. Kyrychenko V. M. Vykorystannia innovatsiinykh fitnes tekhnolohii u protsesi vidnovliuvalnykh zaniat kvalifikovanykh bokseriv [The use of innovative fitness technologies in the process of recovery training of qualified boxers]. *Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii*. Zb. nauk. pr., Vinnytsia, 2019. Vyp. 8 (27). P. 241–247. [in Ukrainian].
16. Ananchenko K. V., Khatsaiuk O. V. Novyi metodychnyi pidkhid dlia otsinky videomaterialu, shcho vykorystovuietsia pry pidhotovtsi dziudoistiv [A new methodological approach to the evaluation of videomaterial used in the training of judokas]. *Slobozhanskyi naukovy-sportyvnyi visnyk*. Zb. nauk. pr., Kharkiv, 2016. Vyp. 4 (54). 11–16. [in Ukrainian].
17. Karataieva (Myrhorod) D. O. Khatsaiuk O. V. Udoskonalennia tekhniky rukopashnoho boiu pravookhorontsiv MVS Ukrainy iz vykorystanniam suchasnykh tekhnichnykh zasobiv navchannia [Improving the technique of hand-to-hand combat of employees of the MIA of Ukraine with the use of modern technical means of training]. *Model-RB : NDR*. Kharkiv, 2008. 180 p. [in Ukrainian].