

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра спорту і спортивних ігор

**Кваліфікаційна робота
на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»**

**з теми «СТРУКТУРНО-ФУНКЦІОНАЛЬНІ АСПЕКТИ МОДЕЛЮВАННЯ
ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ ДЗЮДОЇСТІВ В
УМОВАХ ІНТЕРВАЛЬНОЇ М'ЯЗОВОЇ АКТИВНОСТІ»**

Виконав: здобувач вищої освіти
освітньої програми «Тренер з видів спорту»
спеціальності 017 Фізична культура і спорт
денної форми здобуття вищої освіти
Юрчак Назарій Васильович

Керівник: Прозар М.В., кандидат наук з
фізичного виховання та спорту, завідувач
кафедри спорту і спортивних ігор, доцент
Рецензент: Гуска М.Б. кандидат наук з
фізичного виховання та спорту, доцент
спорту і спортивних ігор, доцент

Кам'янець-Подільський, 2025 р.

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ І СКОРОЧЕНЬ	3
ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. АКТУАЛЬНІ АСПЕКТИ ТА СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ У ДОСЛІДЖЕННІ ПРОБЛЕМИ МОДЕЛЮВАННЯ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ДЗЮДОЇСТІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ	9
1.1. Модель часової та структурної організації змагального поєдинку в дзюдо.....	9
1.2. Діяльнісні характеристики змагального поєдинку дзюдоїстів	13
1.3. Модель фізіологічного забезпечення змагального поєдинку в дзюдо.....	13
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	25
2.1. Методи дослідження	25
2.2. Організація дослідження.....	30
РОЗДІЛ 3. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ ІНТЕРВАЛЬНИХ ТРЕНУВАЛЬНИХ МОДЕЛЕЙ У ПІДГОТОВЦІ ДЗЮДОЇСТІВ.....	31
3.1. Оптимальна модель змагальної діяльності дзюдоїста та її взаємозв'язок із спеціальною підготовленістю	31
3.2. Педагогічні засади моделювання змагальної діяльності дзюдоїстів у системі інтервального тренування на передзмагальному етапі.....	37
3.3. Визначення оптимальної структури етапу передзмагальної підготовки через застосування моделей навантажень інтервального типу	38
3.4. Практична реалізація методики передзмагальної підготовки з використанням моделей тренувальних навантажень у структурі інтервального м'язового тренування	46
ВИСНОВКИ	50
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	52

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ І СКОРОЧЕНЬ

АВЗП	–	активність ведення змагального поєдинку;
АВП	–	активність ведення поєдинку;
ІА	–	інтервал атаки;
КСВ	–	коефіцієнт спеціальної витривалості;
НАД	–	надійність виконання тактико-технічних дій;
РЕЗ	–	результативність;
СО	–	середня оцінка в умовних одиницях;
Т	–	час поєдинку або одиниця часу;
ТТДп	–	кількість спроб виконання прийомів;
ТТДо	–	кількість результативних прийомів.

ВСТУП

Актуальність дослідження. Моделювання змагальної діяльності посідає провідне місце у системі підготовки спортсменів найвищих розрядів. Цей метод є одним із визначальних чинників підвищення ефективності та інтенсифікації тренувального процесу, оскільки дозволяє відтворити умови реальної змагальної боротьби та формувати необхідні для успіху тактико-технічні й функціональні якості [5, с. 32].

У спортивній боротьбі, зокрема в дзюдо, правила змагань зазнають постійних змін. Це зумовлює трансформацію вимог до змагальної діяльності та, відповідно, вимагає переорієнтації всієї методики підготовки спортсменів. Такий процес неможливий без ґрунтовного наукового аналізу змагальної практики, що стає базою для оновлення змісту та структури тренувального процесу [8; 22].

Аналіз наукових робіт, присвячених передзмагальній підготовці дзюдоїстів, показує обмежену кількість досліджень, у яких системно розглядається проблематика моделювання змагальної діяльності. Це призвело до ситуації, коли у практиці підготовки національних команд застосовуються застарілі підходи або методики, запозичені з інших видів боротьби, без урахування сучасних особливостей дзюдо. Подібна невідповідність сприяє зниженню конкурентоспроможності та результативності вітчизняних спортсменів на міжнародній арені [12; 24].

Особливу увагу привертає проблема розвитку локального м'язового компонента спеціальної витривалості. У сучасній системі передзмагальної підготовки цей аспект фактично не розглядається як самостійний об'єкт цілеспрямованого впливу. Відсутні спеціальні методики, спрямовані на його вдосконалення, а класифікація тренувальних засобів не відображає значення цього компонента для досягнення високих результатів [26].

З огляду на це, моделювання змагальної діяльності доцільно розглядати як перспективний напрям у структурі розвитку спеціальної витривалості

дзюдоїстів. Його впровадження здатне забезпечити підвищення рівня спеціальної підготовленості та покращення спортивних результатів. Саме це підтверджує актуальність і наукову значущість обраної теми дослідження.

Об'єкт дослідження – змагальна діяльність дзюдоїстів у сучасних умовах спортивних змагань.

Предмет дослідження – моделі спеціальної підготовленості та інтервальних тренувальних навантажень, спрямованих на розвиток периферичного компонента спеціальної витривалості дзюдоїстів і підвищення ефективності їхньої змагальної діяльності.

Мета дослідження – обґрунтувати та експериментально перевірити ефективність застосування інтервальних тренувальних моделей у підготовці дзюдоїстів, спрямованих на розвиток периферичного компонента спеціальної витривалості, підвищення рівня техніко-тактичної результативності та оптимізацію змагальної діяльності в сучасних умовах.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати особливості сучасної змагальної діяльності у дзюдо, зокрема її повторно-інтервальну структуру, динаміку атакуючих дій та вимоги до спеціальної витривалості спортсменів.

2. Обґрунтувати модель спеціальної підготовленості дзюдоїстів, що передбачає розвиток периферичного компонента спеціальної витривалості шляхом застосування інтервальних тренувальних навантажень.

3. Експериментально перевірити ефективність розробленої моделі, оцінивши її вплив на рівень змагальної активності та результативність тактико-технічних дій дзюдоїстів у поєдинку.

Методи дослідження: аналіз наукової та науково-методичної літератури; соціологічні методи дослідження – анкетне опитування; педагогічні методи дослідження: педагогічне спостереження, відео фіксація змагальної діяльності, тестування рівня спеціальної фізичної підготовленості; педагогічний експеримент; математико-статистичні методи дослідження.

Наукова новизна отриманих результатів. Виявлено та науково обґрунтовано нові підходи і засоби оптимізації змагальної діяльності у дзюдо.

Доведено, що змагальна діяльність у дзюдо має повторно-інтервальний характер, що вимагає специфічної організації тренувального процесу. Уперше визначено найбільш ефективні підходи до моделювання та відтворення цих умов у тренувальній практиці, що забезпечує підвищення відповідності підготовки спортсменів сучасним вимогам змагальної боротьби.

Проведено комплексний аналіз і порівняння систем підготовки висококваліфікованих дзюдоїстів у західній та східній школах.

Встановлено особливості організації передзмагальної підготовки у різних традиціях, що дало змогу узагальнити їх сильні сторони та сформувати інтегровану модель, яка поєднує найефективніші елементи обох систем. Запропоновано концепцію взаємозбагачення методик, що створює нові можливості для вдосконалення національної школи дзюдо.

Обґрунтовано високу ефективність засобів акцентованого розвитку локального компонента спеціальної витривалості.

Уперше доведено, що цілеспрямоване застосування спеціально підібраних вправ і методів суттєво підвищує локальну м'язову витривалість, яка є визначальним фактором результативності змагальної діяльності у дзюдо. Це розширює уявлення про структуру спеціальної підготовленості спортсменів та відкриває нові резерви для підвищення їх спортивних досягнень.

Теоретичне та практичне значення одержаних результатів.

Теоретичне значення. Уточнено наукові положення щодо відповідності методики підготовки дзюдоїстів вимогам сучасної змагальної діяльності. Проведений порівняльний аналіз системи підготовки українських спортсменів і закордонних шкіл дозволив виявити закономірності та протиріччя у змістовному й структурному забезпеченні передзмагальної підготовки, що сприяє поглибленню наукових уявлень про оптимальні моделі тренувального процесу.

Отримані результати дозволили доповнити сучасну теорію та методику спортивного тренування положеннями щодо адаптації системи підготовки до змін правил змагань. Науково доведено, що передзмагальна підготовка має розглядатися як динамічний процес, який постійно модифікується відповідно до актуальних вимог змагальної діяльності.

Одержані дані формують підґрунтя для подальших досліджень у сфері спортивної науки, зокрема у напрямі розробки інтегрованих моделей підготовки дзюдоїстів, які поєднують теоретичні засади та практичні методичні рішення.

Практичне значення. Виявлено невідповідність існуючої методики підготовки вітчизняних дзюдоїстів завданням змагальної діяльності.

Порівняльний аналіз системи підготовки українських спортсменів і провідних закордонних шкіл дзюдо дав змогу визначити суттєві розбіжності у змістовному та структурному наповненні передзмагальної підготовки. Це створює підґрунтя для корекції національної методики та адаптації її до сучасних вимог змагальної діяльності, що забезпечує більш високий рівень готовності спортсменів до участі у міжнародних турнірах.

Розроблено модель тренувальних навантажень та методику передзмагальної підготовки висококваліфікованих дзюдоїстів. На основі отриманих результатів створено практичні рекомендації щодо оптимізації обсягів, інтенсивності та спрямованості тренувальних навантажень. Запропонована методика враховує специфіку повторно-інтервального характеру змагальної діяльності у дзюдо та може бути використана тренерами у підготовці національних збірних команд. Її застосування сприяє підвищенню ефективності тренувального процесу та досягненню стабільних спортивних результатів.

Результати дослідження доповнюють сучасну теорію і методику спортивного тренування. Запропоновані положення розширюють наукові уявлення про побудову передзмагальної підготовки відповідно до постійних змін правил змагань та сучасних вимог до змагальної діяльності. Це дозволяє не

лише підвищити наукову обґрунтованість тренувального процесу, а й створює основу для розробки нових програм навчально-тренувальної роботи у системі багаторічної підготовки спортсменів.

Апробація результатів дослідження. Основні результати кваліфікаційної роботи обговорювались на звітній науковій конференції студентів, магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (м. Кам'янець-Подільський 09–10 квітня 2025 року).

Публікації. Результати дослідження за темою кваліфікаційної роботи магістра висвітлені в одній науковій статті.

Структура роботи. Роботу викладено на 58 сторінках, з яких 51 основного тексту, вона містить 11 таблиць. Кваліфікаційна робота магістра складається з переліку умовних позначень і скорочень, вступу, трьох розділів, висновків, та списку 61 використаного літературного джерела.

ВИСНОВКИ

1. Сучасна змагальна діяльність у дзюдо характеризується стабільною повторно-інтервальною структурою поєдинку, що визначається чергуванням відносно коротких відрізків інтенсивної боротьби з нетривалими фазами відпочинку. Така організація поєдинку вимагає від спортсменів здатності швидко мобілізувати енергетичні ресурси, підтримувати високу частоту та щільність атакуючих дій, а також ефективно відновлюватися в умовах обмеженого часу паузи. Повторно-інтервальний характер поєдинку посилює роль спеціальної витривалості, функціональної підготовленості та швидкості переходу від захисту до атаки.

2. Класична модель спеціальної підготовленості, що базувалася на рівнозначному поєднанні атакуючих, захисних і утримуючих дій, у сучасних умовах є малоефективною. Вона не враховує високої динаміки та змінених вимог сучасного дзюдо, де акцент зміщується на безперервний тиск на суперника, активне використання атакуючих комбінацій та зниження ролі пасивного захисту. Це зумовлює потребу у переосмисленні системи підготовки спортсменів та адаптації її до нових реалій змагальної практики.

3. Визначальним чинником результативності сучасного поєдинку стали атакуючі дії, зокрема тактичний прийом «функціонального подавлення суперника позачерговими атаками». Цей метод дозволяє зламати оборонну стратегію опонента, позбавити його можливості для організації контратак та забезпечує високий відсоток ефективних дій. Такий тактичний підхід вимагає від спортсмена не лише технічної майстерності, але й високого рівня спеціальної витривалості та психологічної готовності до агресивної ведучої ролі у поєдинку.

4. Сучасні правила змагань з дзюдо сприяють зростанню кількості штрафних санкцій за пасивну оборону та утримання переваги. Це свідчить про прагнення міжнародних федерацій підвищити видовищність та динамічність поєдинків. Унаслідок цього зростає значення активної тактики у нападі, яка

стає не лише засобом здобуття балів, але й ключовою умовою уникнення штрафів і збереження конкурентоспроможності спортсмена на міжнародній арені.

5. Ефективна модель спеціальної підготовленості дзюдоїстів повинна базуватися на розвитку «периферичного компонента» спеціальної витривалості. Саме він забезпечує стабільність функціонування організму в умовах високої інтенсивності та під час «метаболічного переходу». Важливим є розвиток локальної м'язової витривалості, що дає змогу спортсмену підтримувати оптимальний рівень атакувальної активності навіть у фінальних фазах поєдинку, коли настає різке зниження енергетичного потенціалу.

6. Моделі тренувальних навантажень повинні передбачати використання інтервальних вправ глобального характеру, що залучають більшість м'язових груп, з акцентом на силові та швидко-силові компоненти рухів. Їх поєднання з режимами роботи «антигліколітичного» спрямування дозволяє підвищити економічність м'язової діяльності, зменшити передчасне накопичення продуктів метаболізму та оптимізувати адаптаційні можливості організму до умов повторно-інтервальної роботи.

7. Застосування інтервальних тренувальних моделей у передзмагальній підготовці довело свою ефективність. Результати експериментів свідчать, що така методика:

- нівелює критичні відмінності у рівні активності ведення поєдинку, забезпечуючи стабільність на всьому його протязі;
- достовірно підвищує середні показники змагальної активності на турнірах найвищого рівня (до 31 %), особливо у «зоні метаболічного переходу» (30–53 %) та «кінцівці» поєдинку (до 41 %);
- збільшує результативність тактико-технічних дій у середньому на 12 % за поєдинок, зокрема в ключових фазах, де вирішується спортивний результат.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Артеменко О.В. Аналіз показників ефективності змагальної діяльності кваліфікованих дзюдоїстів. Фізична культура, спорт та здоров'я нації, 2020. № 9, С. 54–58.
2. Бойко О.В., Кузнецов В.С. Аналіз змагальної діяльності та її вплив на техніко-тактичну підготовку дзюдоїстів. Спортивний вісник Придніпров'я, 2018. № 1, С. 28–32.
3. Бойченко С.Д., Борисова Ю.С. Фізіологічні особливості адаптації дзюдоїстів до змагальних навантажень. Спортивна медицина, 2018. № 2, С. 45–50.
4. Волков В.В., Литвиненко А.Г. Динаміка функціональних показників організму дзюдоїстів у змагальному періоді. Теорія і методика фізичного виховання і спорту, 2016. № 4, С. 31–36.
5. Волков В.М., Соколов В.В. Моделювання в спорті: теорія і практика. Львів: Спорт-Прес, 2014. 210 с.
6. Волков С.В., Макаров В.В. Динаміка структурно-функціональних показників дзюдоїстів під час змагань. Теорія і методика фізичного виховання і спорту, 2021. № 1, С. 110–115.
7. Галіцин С.В., Кузнецов В.С. Методичні основи моделювання тренувального процесу дзюдоїстів. Слобожанський науково-спортивний вісник, 2015. № 1, С. 122–126.
8. Гаращук В.В. Аналіз структурно-часових характеристик змагального поєдинку в дзюдо. Теорія і методика фізичного виховання і спорту, 2014. № 3, С. 48–52.
9. Григор'єв В.В., Іванов О.М. Оцінка ефективності тактичних дій у дзюдо. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, 2017. № 7, С. 20–25.

10. Грицюк В.П. Особливості фізичної підготовки дзюдоїстів високої кваліфікації. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, 2011. № 4, С. 78–82.

11. Гуменюк В.В., Ковальчук О.В. Характеристика енергетичного забезпечення змагальної діяльності у дзюдо. Науковий вісник Національного університету фізичного виховання і спорту України, 2014. № 8, С. 58–62.

12. Демідова С.В., Коваль А.В. Аналіз змагальної діяльності та шляхи її вдосконалення у дзюдо. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології, 2018. № 10, С. 25–30.

13. (1.3) Дем'яненко І.І., Романенко В.І. Вплив фізичних навантажень на вегетативну нервову систему дзюдоїстів в умовах змагань. Вісник Запорізького національного університету, 2015. № 3, С. 129–134.

14. Дем'яненко І.І., Романенко В.І. Характеристики змагальної діяльності дзюдоїстів високої кваліфікації. Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Серія: Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини, 2015. № 3, С. 115–119.

15. Ємець В.І., Соколов О.С. Вивчення динаміки змагального поєдинку в дзюдо. Теорія і методика фізичного виховання і спорту, 2014. № 3, С. 48–52.

16. Ємець В.І., Соколов О.С. Вивчення динаміки фізіологічних показників під час змагального поєдинку в дзюдо. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, 2014. № 10, С. 45–48.

17. Єрмаков С.С., Шапошников В.В. Моделювання змагальної діяльності як основа спеціальної підготовки дзюдоїстів високої кваліфікації. Слобожанський науково-спортивний вісник, 2010. № 4, С. 101–105.

18. Заїка В.С., Мельник О.В. Моделювання часових показників змагальної діяльності дзюдоїстів. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова, 2016. Серія 15, № 5, С. 110–115.

19. Іваненко В.М., Бондаренко С.В. Оптимізація тренувального процесу у дзюдо з урахуванням особливостей змагальної діяльності. Вісник

Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки, 2013. № 110, С. 125–129.

20. Іващенко Г.В., Ковальчук В.І. Психологічні аспекти підготовки дзюдоїстів до змагальної діяльності. Молода спортивна наука України, 2020. № 2, С. 98–102.

21. Ігнатенко А.В., Савчук В.М. Психологічні особливості змагальної діяльності у дзюдо. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, 2016. № 4, С. 89–93.

22. Коваль О.В. Аналіз змагальних ситуацій у дзюдо. Молода спортивна наука України, 2013. № 2, С. 98–102.

23. Ковальчук О.В., Кузнецов В.С. Технічна підготовка у дзюдо: моделювання та оптимізація. Спортивний вісник Придніпров'я, 2011. № 2, С. 28–32.

24. Ковальчук О.В., Савченко О.А. Структура змагального поєдинку в дзюдо та її вплив на підготовку спортсменів. Спортивна наука України, 2018. № 4, С. 20–25.

25. Когут І.А., Золотов М.Ю. Аналіз змагальної діяльності у дзюдо на сучасному етапі. Теорія і методика фізичного виховання і спорту, 2018. № 2, С. 31–36.

26. Костюкевич В.М., Заїка В.С. Удосконалення системи підготовки дзюдоїстів високої кваліфікації на основі застосування індивідуалізованих програм. Вісник Запорізького національного університету, 2018. № 2, С. 75–81.

27. Кравченко В.Д., Савчук В.М. Діяльнісні характеристики дзюдоїстів в умовах змагань. Науковий вісник Національного університету фізичного виховання і спорту України, 2019. № 8, С. 36–40.

28. Кузнецов А.І., Литвиненко А.Г. Хронометраж та аналіз змагальної діяльності у дзюдо. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, 2019. № 10, С. 58–62.

29. Кучеренко О.О., Сидоренко І.В. Аналіз техніко-тактичних показників змагальної діяльності у дзюдо на міжнародному рівні. Молода спортивна наука України, 2019. № 1, С. 156–160.

30. Латишев С.В. Оцінка ефективності техніко-тактичних дій у динаміці поєдинку дзюдо. Молода спортивна наука України, 2017. № 2, С. 105–109.

31. Литвиненко А.Г., Гайдуков В.П. Моделювання фізіологічних показників змагальної діяльності кваліфікованих дзюдоїстів. Спортивна наука України, 2019. № 1, С. 51–56.

32. Литвиненко А.Г., Петренко О.В. Моделювання змагальної діяльності кваліфікованих дзюдоїстів. Спортивна наука України, 2019. № 1, С. 45–50.

33. Лисенко В.А. Методика вдосконалення техніко-тактичної майстерності дзюдоїстів на основі моделювання змагальних ситуацій. Спортивний вісник Придніпров'я, 2017. № 3, С. 45–49.

34. Лисенко О.М. Моделювання техніко-тактичної підготовки кваліфікованих дзюдоїстів. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15, 2014. № 9 (51), С. 139–144.

35. Марченко О.М., Габелков С.І. Аналіз змагальної діяльності спортсменів високої кваліфікації в дзюдо. Теорія і методика фізичного виховання і спорту, 2012. № 1, С. 34–38.

36. Медведєв В.В., Куліш М.С. Використання інформаційних технологій для аналізу змагальної діяльності в дзюдо. Науковий вісник Національного університету фізичного виховання і спорту України, 2014. № 8, С. 36–40.

37. Михайлов М.І., Гайдуков В.П. Аналіз змагальної діяльності та шляхи підвищення її ефективності у дзюдо. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, 2015. № 2, С. 55–59.

38. Міщенко С.І., Лаптін А.А. Моделювання змагальної діяльності в єдиноборствах. Теорія і методика фізичного виховання і спорту, 2017. № 3, С. 55–60.

39. Новікова Н.Г. Побудова тренувального процесу дзюдоїстів з урахуванням особливостей їх змагальної діяльності. Вісник Запорізького національного університету, 2015. № 3, С. 129–134.

40. Новікова Н.Г., Кузнецов В.С. Фізіологічні аспекти адаптації дзюдоїстів до специфічних навантажень. Слобожанський науково-спортивний вісник, 2015. № 1, С. 122–126.

41. Носко М.О., Іванов О.В. Застосування моделей техніко-тактичної підготовленості для підвищення ефективності тренувань дзюдоїстів високої кваліфікації. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, 2019. № 1, С. 48–53.

42. Овчаренко І.М., Ткаченко І.І. Особливості тактичної підготовки дзюдоїстів. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, 2013. № 9, С. 61–65.

43. Окопний О.С., Ковальчук О.В. Структурна організація змагального поєдинку дзюдоїстів на різних етапах підготовки. Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, 2016. № 4, С. 131–135.

44. Окопний О.С., Ковальчук О.В. Фізична підготовка дзюдоїстів з урахуванням фізіологічних вимог змагального поєдинку. Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, 2016. № 4, С. 135–138.

45. Павленко О.В., Коваленко О.І. Психологічні аспекти змагальної діяльності у дзюдо. Молодий вчений, 2018. № 9, С. 245–248.

46. Пасічник Д.П. Техніко-тактична підготовка дзюдоїстів з урахуванням сучасних правил змагань. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова, 2019. Серія 15, № 1, С. 145–150.

47. Пуховський В.П. Моделювання змагальної діяльності як засіб підвищення ефективності тренувального процесу дзюдоїстів. Спортивний вісник Придніпров'я, 2016. № 2, С. 67–72.

48. Романенко В.І. Характеристика змагальної діяльності кваліфікованих дзюдоїстів. Молодіжний науковий вісник, 2014. № 14, С. 54–58.

49. Романенко О.А., Єременко В.Г. Моделювання змагального поєдинку в дзюдо: теорія та практика. Спортивний вісник Придніпров'я, 2022. № 3, С. 25–30.

50. Руденко С.Ю. Аналіз ефективності техніко-тактичних дій дзюдоїстів високої кваліфікації. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, 2013. № 5, С. 122–126.

51. Самарський О.В. Сучасні тенденції в моделюванні підготовки спортсменів високої кваліфікації (на прикладі дзюдо). Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології, 2012. № 1, С. 182–188.

52. Савчук В.М., Козловський В.С. Сучасні підходи до побудови тренувального процесу дзюдоїстів високої кваліфікації. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, 2016. № 4, С. 93–98.

53. Семенов А.С., Павлюк В.І. Хронометрія та динаміка змагального поєдинку у дзюдо. Фізична культура, спорт та здоров'я нації, 2017. № 3, С. 182–186.

54. Свиридчук І.М., Костенко В.О. Вплив модельних характеристик на ефективність тренувального процесу дзюдоїстів. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, 2011. № 2, С. 22–27.

55. Сидоренко І. В., Кучеренко О.О. Аналіз техніко-тактичних показників змагальної діяльності у дзюдо. Молода спортивна наука України, 2019. № 1, С. 156–160.

56. Ткаченко І.І., Овчаренко І.М. Тактичні особливості ведення поєдинку дзюдоїстами. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки, 2013. № 110, С. 125–129.

57. Ткаченко О.В., Дуднік Ю.М. Аналіз ефективності виконання прийомів дзюдо в умовах змагальної діяльності. Спортивна наука України, 2017. № 2, С. 20–24.

58. Фесенко В.В., Новицька В.В. Вплив інтенсивних фізичних навантажень на серцево-судинну систему дзюдоїстів. Фізична культура, спорт та здоров'я нації, 2018. № 5, С. 110–115.

59. Фесенко В.В., Новицька В.В. Структура та зміст тренувального процесу у дзюдо на етапі поглибленої спеціалізації. Фізична культура, спорт та здоров'я нації, 2018. № 5, С. 115–121.

60. Хрипченко В.М., Соколов В.В. Структура та зміст змагальної діяльності дзюдоїстів високої кваліфікації. Молодий вчений, 2015. № 6, С. 132–136.

61. Юрчак Н. Методичні аспекти навчання та вдосконалення рухових дій у дзюдо. Збірник матеріалів наукових досліджень студентів і магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Факультет фізичної культури. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2025. Випуск 17. С. 267–271.