

7. Твердохліб Ж. О., Погребенник Л. І. Рухливі ігри для сучасної школи: методичні матеріали. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2011. 62 с.
8. Шевченко О. В. Рухливі ігри та забави. Навчально-методичний посібник. Кіровоград: «ІмексЛТД», 2008. 164 с.

Бермудес Діана, Є Мінцзін

ДОСЛІДЖЕННЯ ІСТОРИЧНОГО РОЗВИТКУ БОРОТЬБИ ДЗЮДО

*Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка
Навчально-науковий інститут фізичної культури*

Анотація. У статті досліджується історичний розвиток боротьби дзюдо від її зародження до сучасності. Проаналізовано етапи становлення цього бойового мистецтва в Японії, починаючи з його засновника Дзигоро Кано, а також розкрито вплив дзюдо на формування морально-етичних цінностей і фізичної культури. У дослідженні розглядається еволюція технічних і тактичних аспектів дзюдо, що перетворило його з традиційного бойового мистецтва на міжнародний вид спорту, включений до Олімпійських ігор.

Ключові слова: історія, історичний розвиток, бойові мистецтва, дзюдо, фізична культура.

Bermudes Diana, Ye Mintszin. *Research on the historical development of judo.*

Abstract. *The article examines the historical development of judo from its origins to the present day. The stages of this martial art's formation in Japan are analyzed, beginning with its founder, Jigoro Kano, and the impact of judo on the formation of moral and ethical values, as well as physical culture, is explored. The study considers the evolution of the technical and tactical aspects of judo, which transformed it from a traditional martial art into an international sport included in the Olympic Games.*

Keywords: *history, historical development, martial arts, judo, physical culture.*

Постановка проблеми. Історичний розвиток дзюдо, як одного з найпопулярніших і найбільш розповсюджених видів бойових мистецтв, є важливою темою для дослідження з огляду на його значний вплив на спортивну культуру, етику та фізичне виховання в усьому світі. Незважаючи на численні публікації про техніку та методику тренувань, питання історичних передумов виникнення дзюдо, а також його трансформації з традиційного бойового мистецтва в сучасний олімпійський вид спорту потребують подальшого глибокого вивчення. Це включає дослідження етапів розвитку дзюдо, внеску засновника Дзигоро Кано та особливостей культурної адаптації дзюдо в різних країнах [1; 9].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Останні дослідження в галузі історичного розвитку дзюдо висвітлюють еволюцію цього бойового мистецтва, починаючи з його створення наприкінці 19 століття Дзигоро Кано, та акцентують увагу на його впливі на міжнародну спортивну культуру. В дослідженнях обґрунтовано, як дзюдо трансформувалося від традиційного японського бойового мистецтва до спортивної дисципліни світового рівня, яка є частиною Олімпійських ігор з 1964 року. Публікації також досліджують

внесок Дзигоро Кано, який розробив принципи «м'якого шляху» (дзюдо) і філософію, що поєднує фізичний розвиток з морально-етичним вихованням.

Сучасні роботи розкривають зв'язок між розвитком технічних і тактичних аспектів дзюдо і його поширенням у різних культурних середовищах. У дослідженнях наголошується, що дзюдо активно адаптується у багатьох країнах завдяки своїм універсальним принципам і цінностям, таким як взаємоповага, самодисципліна і цілеспрямованість. Це робить дзюдо важливим інструментом виховання, який активно впроваджується у навчальні заклади різних країн для розвитку фізичних і моральних якостей молоді.

Деякі публікації також акцентують увагу на культурних аспектах і процесах глобалізації, що вплинули на розвиток дзюдо, зокрема на еволюцію правил і методів тренування, які адаптовані до сучасних вимог міжнародних змагань. Аналізуючи етапи трансформації дзюдо в глобальний вид спорту, дослідники звертають увагу на проблеми збереження його культурних та етичних основ у сучасному спортивному контексті [2; 6; 7].

Мета дослідження полягає у теоретичному аналізі історії розвитку боротьби дзюдо.

Результати дослідження. Історія розвитку дзюдо тісно пов'язана з японським єдиноборством джиу-джитсу, яке бере свій початок із китайських бойових мистецтв. За легендою, прийоми джиу-джитсу потрапили до Японії з Китаю. З середини XVII століття цей вид боротьби почав вивчатися в японських школах, де його практикували переважно самураї. Для них було важливо опанувати техніку боротьби «голими руками», оскільки під час бою самурай міг втратити меч і мав вміти захищатися без зброї. Ця техніка, яка отримала назву «куміуші», з часом перетворилася на джиу-джитсу.

У 1870 році в Японії було заборонено носіння зброї, що зробило боротьбу без зброї доступною для всіх громадян. В результаті джиу-джитсу почало поширюватися серед широких верств населення. Згодом Дзигоро Кано, народжений у 1860 році в сім'ї торговця, зацікавився джиу-джитсу і почав навчатися цьому мистецтву під керівництвом майстрів, таких як Тейносуке Яге та Хашиносуке Фукуда.

У 1882 році Кано відкрив власну школу боротьби під назвою «Кодокан» у Токіо, де він удосконалив техніку джиу-джитсу, зробивши її більш структурованою і безпечною для тренувань. Він назвав новий вид боротьби «дзюдо», що означає «гнучкий шлях». Дзюдо відрізнялося від традиційних систем єдиноборств новими прийомами, такими як кудзусі – техніка виведення суперника з рівноваги, та впровадженням спортивних принципів у тренувальний процес.

Кано також підкреслював важливість соціального аспекту дзюдо. Він сформулював принцип «взаємної користі», який полягав у тому, що техніка дзюдо може застосовуватися не лише для бою, але й для гармонійного розвитку людини в будь-яких життєвих ситуаціях. Школа «Кодокан» швидко здобула популярність і стала одним із символів японської культури. Дзюдо стало частиною освітніх програм у школах Японії, а Кано активно пропагував цей вид спорту за межами країни [8].

На кінець XIX століття дзюдо стало не лише методом фізичної підготовки, але й важливою складовою морального та інтелектуального виховання в Японії, закріпивши свій статус як один із елементів національної культури.

Після досягнення бажаного офіційного визнання на батьківщині, Кано Дзигоро розпочав реалізацію свого грандіозного плану – зробити дзюдо відомим у всьому світі. У 1951 році була заснована міжнародна федерація дзюдо, що призвело до регулярного проведення чемпіонатів і світових першостей, які почали привертати увагу спортсменів. Дзюдо також стало частиною програми Олімпійських ігор.

У 1903 році один із найталановитіших учнів Кано був відправлений до Америки, де відкрив школу, яка швидко здобула популярність. Президент США Теодор Рузвельт навіть відвідував цю школу, і в Кокодані досі зберігаються його подячні листи, адресовані Кано. Однак до 1909 року витрати на школу значно зросли, і Кано змушений був ввести вступні внески та плату за іспити.

У тому ж році він заснував культурне об'єднання Кокодан, яке ґрунтувалося на принципах дзюдо, і став членом Олімпійського комітету, залишаючись у цьому статусі до своєї смерті.

Міжнародна федерація дзюдо (IJF) була заснована в 1957 році і складається з п'яти континентальних союзів: Європейського, Азіатського, Панамериканського, Африканського та Союзу дзюдо Океанії. До складу IJF входять 122 національні федерації [3; 5].

Глядачі в Європі з великим ентузіазмом сприйняли дзюдо, ставши його першими пропагандистами. В Японії відкривалися філії Кокодану та школи для військових. Ідеї Кано ставали все більш популярними.

Джиу-джитсу почало втрачати свої позиції, однак суперництво між цими системами єдиноборств продовжувалося. В Європі, де вже звикли до англійського боксу та греко-римської боротьби, дзюдо спочатку сприймалося з недовірою. Проте показові виступи, організовані для офіційних осіб, викликали великий інтерес, і багато з глядачів згодом стали активними прихильниками дзюдо.

Європейська подорож Кано Дзигоро принесла свої плоди. Почався обмін викладачами та спортсменами, відкривалися філії Кодокана за кордоном і школи дзюдо в країнах Старого Світу, а пізніше – і в США. Вже після закінчення Другої світової війни дзюдо практикувалося в 120 країнах світу.

У 1938 році в Каїрі відбувся конгрес, присвячений підготовці до наступних Олімпійських ігор. Завдяки старанням доктора Кано наступні Олімпійські ігри проходили в країні сходячого сонця, і в програму були включені змагання з дзюдо. Існує думка, що сам засновник заперечував проти цього включення, але важко з цим погодитися, адже, будучи серйозним аналітиком, професор не міг не усвідомлювати, яку користь розвитку та популяризації дзюдо принесе олімпійський статус його дитини.

На жаль, великий майстер не довжив до того часу, коли дзюдо стало по-справжньому масовим видом спорту, яким захоплюються діти і дорослі, юнаки та дівчата, чоловіки та жінки. Повертаючись на батьківщину на судні «Хікава Мару», Кано Дзигоро помер від запалення легень 4 травня 1938 року.

Розширення географії дзюдо врешті-решт призвело до проведення світового чемпіонату в 1956 році, звичайно, на батьківщині цього популярного виду боротьби. Другий чемпіонат світу (1958 рік) також відбувся в Токіо. Змагання проходили без поділу учасників за ваговими категоріями, і найсильнішими стали господарі. Але після трирічної перерви у 1961 році в Парижі відбувся чемпіонат світу, який закінчився сенсацією. Золоту медаль здобув голландець Антон Хеесінк, який у фіналі виграв у Соні Кодзе, змусивши його розпрощатися з титулом чемпіона світу.

З 1955 року дзюдо поступово поширювалося вже під офіційною назвою дзюдо, і частіше – боротьба дзюдо. З Японії виїжджали спеціалісти в різні країни, щоб викладати дзюдо. Стало модно мати японського тренера, навіть якщо його послуги коштували дорого. Завдяки рекламі та активній діяльності професорів дзюдо японська боротьба отримала широке розповсюдження. Особливо великої популярності здобуло дзюдо у Франції, Бельгії, Нідерландах, Іспанії та Англії. Ось чому спортсмени саме цих країн є найсильнішими на нинішніх чемпіонатах Європи та світу [4].

Настав час, коли конкуренція європейських борців стала настільки серйозною, що японці почали програвати не тільки у важких вагових категоріях.

Таким чином можна зробити такі висновки, боротьба дзюдо виникла на основі китайського джиу-джитсу, засновником дзюдо є Дзигоро Кано, який відкрив школу «Кодокан» і значно реформував систему єдиноборств. До кінця XIX століття дзюдо стало важливою частиною японської культури та освітньої системи. Найталановитіших учнів Д. Кано в 1903 році був відправлений до Америки та відкрив там школу, яка швидко здобула популярність, потім він став членом Олімпійського комітету і залишався в цій ролі до самої смерті.

Європейська подорож Кано Дзигоро дала свої результати: розпочався обмін викладачами та спортсменами, відкривалися філії Кодокана за кордоном і школи дзюдо в Старому Світі та пізніше в США. Після закінчення Другої світової війни дзюдо практикувалося в 120 країнах світу.

У 1938 році в Каїрі відбувся конгрес щодо підготовки до чергових Олімпійських ігор [10]. Завдяки доктору Кано наступні Олімпійські ігри проводилися в країні сходячого сонця.

Висновки. Боротьба дзюдо своїм корінням сягає китайського бойового мистецтва джиу-джитсу. Засновником дзюдо став Дзигоро Кано, який пізніше заснував школу Кодокан. У кінці XIX століття дзюдо стало невід'ємною частиною культури Японії. Таким чином, останні дослідження і публікації підтверджують, що дзюдо має значний педагогічний і соціальний потенціал, будучи не тільки ефективним видом спорту, але й засобом розвитку особистісних якостей, що сьогодні є важливим у системі міжнародного фізичного виховання та виховання молоді.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Булатова М. М. Енциклопедія олімпійського спорту в запитаннях і відповідях. К.: Олімпійська література, 2009. 400 с.
2. Васільєва О. С., Саєнко В. Г. Формування дзюдо як виду східних єдиноборств та його спортивна роль у сучасному суспільстві. *Олімпізм та молода спортивна*

наука України: Матер. X Регіон. наук.-практ. конф. Ат: Луганськ : Вид-во ЛНУ імені Тараса Шевченка, 2012. С. 47-52.

3. Дзюдо. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. К. 2015. 45 с.
4. Історія зародження дзюдо. Федерація дзюдо України. URL: <https://ukrainejudo.com/team/26-judo/history>.
5. Пістун А.І. Спортивна боротьба: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Л.: Тріада плюс, 2008. 862 с.
6. Саєнко В. Г. Удосконалення людини за системами східних єдиноборств : [монографія] Бердянський державний педагогічний університет. Луганськ : СПД Рєзніков В. С., 2011. 440 с.
7. Соловей А.В., Арзютов Г.М. Школа дзюдо. Українська методика технічної підготовки за поясами. Книга - 3. Синій пояс - Коричневий пояс. К.: НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2001. 38 с.
8. Філіна В. А. Дзюдо: спорт чи мистецтво? *Фізичне виховання і спорт у закладах вищої освіти: проблеми та перспективи*. 2022. С. 84-87.
9. Філь С.М., Худолій О.М., Малка Г.В. Історія фізичної культури: навч. посіб. Харків: «ОВС», 2003. 160 с.
10. Petrov Rayko. 100 years of Olympic wrestling. This history of Olympic wrestling is dedicated to the 100th anniversary of modern Olympic Games. Budapest: FILA, 1997. 160 с.

Бермудес Діана, Лю Ін

ВИЗНАЧЕННЯ КРИТЕРІЇВ, ПОКАЗНИКІВ ТА РІВНІВ СФОРМОВАНOSTІ У ДІТЕЙ 6-7 РОКІВ УМІННЯ ГРАТИ В НАСТІЛЬНИЙ ТЕНІС

*Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка
Навчально-науковий інститут фізичної культури*

Анотація. У статті визначено критерії, показники та рівні сформованості вміння грати в настільний теніс у дітей 6-7 років. Проведено аналіз ключових аспектів, що впливають на розвиток базових технічних навичок та ігрових умінь у гравців 6-7 років, а також розглянуто особливості фізичної та координаційної підготовки, необхідної для цього віку. На основі дослідження розроблено структуру критеріїв та показників, які дозволяють об'єктивно оцінити рівень освоєння гри в настільний теніс у дітей молодшого шкільного віку.

Ключові слова: настільний теніс, діти, технічні навички, критерії оцінювання, фізична підготовка.

Bermudes Diana, Liu In. Determination of Criteria, Indicators, and Levels of Skill Formation in Playing Table Tennis for Children Aged 6-7.

Abstract: The article defines the criteria, indicators, and levels of skill formation in playing table tennis for children aged 6-7. An analysis of key aspects influencing the development of basic technical skills and gameplay abilities in young players is conducted, along with an examination of the physical and coordination training required for this age group. Based on the research, a structure of criteria and indicators is developed, enabling an objective assessment of table tennis skills acquisition among young school-age children.

Keywords: table tennis, children, technical skills, assessment criteria, physical training.