

МІНІСТЕРСТВО МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ

ЗАТВЕРДЖУЮ

Перший заступник Міністра



І. Є. Гоцул

**Цільова комплексна програма підготовки
національної збірної команди України з дзюдо
на участь в Іграх XXXII Олімпіади 2020 року у м. Токіо (Японія)
на 2017 – 2020 роки**

ПОГОДЖЕНО:

- | | | |
|---|---|----------------|
| 1 | Директор департаменту
олімпійського спорту | Р. Я. Вірастюк |
| 2 | Президент Федерації дзюдо України | Р. М. Насіров |
| 3 | Директор ДНДІФКС | В. О. Дрюков |
| 4 | Радник Президента НОК України | М. П. Костенко |

Розробники програми:

- | | | |
|---|------------------|--------------|
| 5 | Державний тренер | Руденко М.М. |
| 6 | Керівник КНГ | Юхно Ю.О. |

ЗМІСТ

Вступ.....	2
1. Основні напрями і тенденції розвитку дзюдо у світі та в Україні	4
2. Характеристика вихідного стану розвитку дзюдо в Україні (за підсумками щорічної участі в головних змаганнях минулого чотириріччя)	12
3. Прогноз конкурентоспроможності національної збірної команди з дзюдо в головних змаганнях 2017-2020 років.....	19
4. Планування тренувальних та змагальних навантажень збірної команди України з дзюдо в олімпійському циклі 2017-2020 років.....	21
5. Система відбору кандидатів до збірної команди України з дзюдо.....	31
6. Організаційні форми підготовки збірної команди України з дзюдо	37
7. Необхідні матеріально-технічні умови підготовки збірної команди України з дзюдо на олімпійське чотириріччя.....	38
8. Кадрове забезпечення підготовки збірної команди України з дзюдо....	41
9. Фінансове забезпечення підготовки збірної команди України з дзюдо.	44
10. Науково-методичне і медичне забезпечення підготовки збірної команди України з дзюдо.....	45
11. Контроль реалізації завдань Цільвої Програми у 2017 – 2020 роках....	48
Висновок.....	49

ВСТУП

Дзюдо засновано наприкінці XIX століття професором Дзігоро Кано, який з численних прийомів дзю-дзюцу вибрав найбільш ефективні та виключив небезпечні прийоми та захвати, створивши нову систему фізичного вдосконалення тіла та духу. Офіційною датою народження дзюдо є 1882 рік – рік створення при храмі Ейсе в Токіо першої школи дзюдо – Кодокан (будинок розуміння шляху). Нині Кодокан є міжнародним університетом по вивченню та розвитку дзюдо, що включає в себе п'ять залів дзюдо, тренажерні зали, відновлювальний центр, гуртожиток, музей, бібліотеку, навчальні класи, адміністративні приміщення.

В 1883 році Кано ввів розрядну систему, а в 1887 – закінчив базування техніки дзюдо. На протязі 1890 року з ціллю пропаганди дзюдо Кано відвідав Ліон, Париж, Відень, Берлін, Лондон та декілька інших великих європейських міст. З 1900 року введено суддівські правила в змаганнях. У 1904 році відкрито першу європейську школу дзюдо в Парижі. Далі дзюдо активно розвивається, завойовуючи величезну популярність у різних країнах світу. В 1926 році в Кодокані було офіційно відкрито жіноче відділення. Вже після Другої Світової війни дзюдо займались в 120 країнах. Міжнародна федерація дзюдо заснована в 1951 році. Сьогодні вона об'єднує близько двохсот країн з п'яти континентальних союзів: Європейського, Азіатського, Панамериканського, Африканського та союзу дзюдо Океанії. Перший чемпіонат світу було проведено у 1956 році на батьківщині дзюдо в Японії. На Олімпійських іграх дзюдо дебютувало в 1964 році в м. Токіо, а з 1972 року постійно входить до олімпійської програми. З 1980 року проводяться чемпіонати світу серед жінок, а з 1992 жіноче дзюдо включено до програми Олімпійських ігор.

В 1972 році було створено федерацію дзюдо, а в 1973, в Києві, проведено перший чемпіонат СРСР. Великий внесок в розвиток дзюдо в СРСР внесли українські спортсмени – Володимир Куспіш, Анатолій Бондаренко, Олександр Шуклін, Володимир Саунін, Сергій Новіков, Сергій Мельниченко, Анатолій Новіков. В новітній українській історії гідно продовжували переможні традиції старшого покоління Руслан Машуренко, Валентин Греков, Роман Гонтюк,

Геннадій Білодід, Ренат Мірзалієв, Віталій Бубон, Анастасія Матросова, Марина Прокоф'єва, Марина Прищепа. В 2005 році в Києві було проведено чемпіонат Європи серед молоді до 23 років, який Європейським союзом дзюдо було визнано кращим за організацією заходом року. В 2009 році киянин Георгій Зантараєв відкрив нову сторінку українського дзюдо, ставши першим українським чемпіоном світу. В 2011 році в Києві було проведено чемпіонат світу з дзюдо серед юнаків та дівчат до 17 років. Збірна України успішно виступила на цих змаганнях, завоювавши шість медалей (1 золота / 3 срібних / 2 бронзові) та посівши четверте загальнокомандне місце серед команд 55 країн світу. В цьому ж році чоловіча команда посіла перше місце на командному чемпіонаті Європи, а її наставника – Віталія Дуброву було визнано кращим тренером Європи.

Змагання з дзюдо проводяться в семи вагових категоріях серед чоловіків (до 60 кг, до 66 кг, до 73 кг, до 81 кг, до 90 кг, до 100 кг, понад 100 кг) та семи у жінок (до 48 кг, до 52 кг, до 57 кг, до 63 кг, до 70 кг, до 78 кг, понад 78 кг). Крім того, проводяться змагання в абсолютній ваговій категорії, де можуть приймати участь спортсмени будь-якої ваги. Широкої популярності серед спортсменів і вболівальників та розвитку з боку Міжнародної федерації в останні роки набувають командні змагання. На даному етапі Міжнародна федерація дзюдо добивається права включення командних змагань до програми Олімпійських ігор в розряді мікст, по три вагових категорії у чоловіків (до 73 кг, до 90 кг, понад 90 кг) та жінок (до 57 кг, до 70 кг, понад 70 кг).

Крім Олімпійських ігор та чемпіонатів світу серед дорослих, юніорів і кадетів проводяться, також, чемпіонати континентів за віковими групами, відкриті Континентальні кубки, турніри “Великого Шолому” та “Гран Прі”, Всесвітня Універсіада та чемпіонати світу серед військових, поліцейських, велика кількість комерційних турнірів, командні змагання. До обов'язкової шкільної програми дзюдо входить в Японії, Франції, Бразилії. Для багатьох країн дзюдо є профільною дисципліною при підготовці поліції та силових структур. Широко дзюдо застосовується для реабілітації та як система фізичного та духовного загартування, проводяться змагання серед людей з вадами зору, та вадами слуху.

Гаслом Європейського союзу дзюдо є теза: «Дзюдо – це більше ніж спорт!».

Для розробки комплексної цільової програми підготовки збірної команди України до Ігор XXXII Олімпіади 2020 року в м. Токіо доцільно проаналізувати основні тенденції розвитку дзюдо як в Україні так і в світі, визначити співвідношення сил на міжнародній арені.

1. Основні напрямки і тенденції розвитку дзюдо у світі.

За останні десять років суттєво розширилась географія країн, що беруть участь в чемпіонатах світу та континентальних чемпіонатах, зростає спортивна конкуренція. Збільшення кількості змагань (командні чемпіонати світу, клубні змагання, відкриті Континентальні кубки, турніри “Великого Шолому” та “Гран Прі”) значно вплинуло на співвідношення сил на міжнародній арені. Процес підготовки спортсменів до головних стартів нерідко здійснюється паралельно з інтенсивною змагальною діяльністю. Безперечно, все це веде до посилення конкуренції, збільшення змагальної практики, а в зв'язку з цим і обсягів та інтенсивності тренувальної роботи та кількості занять із великими і локальними за характером навантаженнями. Все це вимагає від спортсменів величезних фізичних і психічних зусиль.

Все більшої популярності набувають короткострокові тренувальні збори з великою кількістю сутичок змагального характеру. Велика кількість провідних, а також молодих талановитих спортсменів, беруть участь в навчально-тренувальних зборах в Японії та Кореї (як довго так і короткострокових). Широкої популярності набирає кооперація між країнами, коли декілька збірних проводять спільні тренувальні збори на умовах прийому однієї із зацікавлених сторін. Такий широкий обмін інформацією сприяє зближенню різноманітних шкіл, розширенню арсеналу технічних дій, а також методів та методик тренування. Слід відзначити, що така інтенсифікація процесу підготовки, а отже і збільшення об'єму тренувальної роботи, проводиться вже з кадетського віку (до 18 років). Саме з цього віку в Європі починає проводитись серія Континентальних кубків з триденними тренувальними зборами для їх учасників. З 2007 року проводиться чемпіонат світу, а з 2010 Юнацькі Олімпійські ігри для спортсменів цієї вікової групи. Міжнародною федерацією дзюдо визначена низка рейтингових

турнірів серед кадетів та юніорів за результатами яких буде проводитись жеребкування на чемпіонатах Європи та світу.

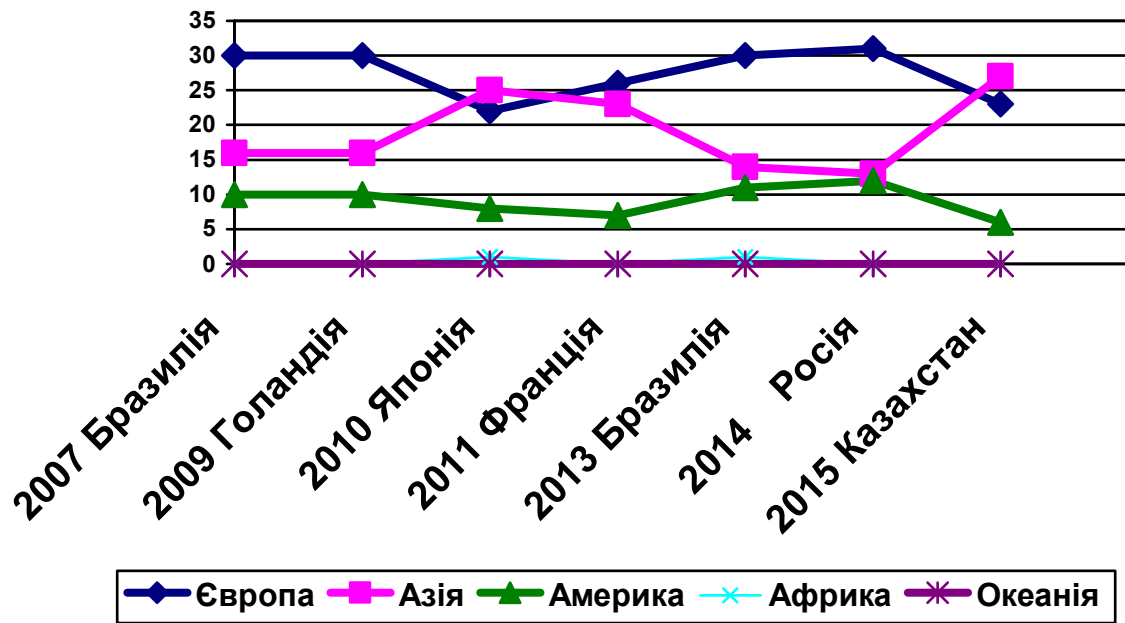
В правила боротьби та проведення змагань, які діяли в олімпійському циклі 2013-16 років, були введені деякі доповнення. Вони будуть діяти як експериментальні до чемпіонату світу 2017 року, який пройде в серпні в столиці Угорщини. До них відносяться відміна оцінки «юко» та перемоги шляхом здобуття двох оцінок «ваза-арі». Крім того до чотирьох хвилин зменшено час сутички у чоловіків, а отримані суперником зауваження не є підставою для закінчення сутички, якщо не було оцінюваних суддями дій або оцінки рівні. Введено також зміни в правилах відносно захватів, боротьби на краю робочої зони та деякі інші. Ці зміни значною мірою динамізують процес ведення боротьби, а зміни з покараннями направлені на заохочення активних технічних дій спортсменів. Після чемпіонату світу в Будапешті (Угорщина) буде прийнято кінцеве рішення по правилам змагань за якими і буде проводитись олімпійський відбір, який має початись 1 січня 2018 року та триватиме до 31 грудня 2019 року. На даному етапі ще не має кінцевої інформації про те як буде проводитись олімпійський відбір.

Крім того, в сучасному дзюдо надзвичайно велика увага приділяється науковому, психологічному, медико-біологічному та інформаційному забезпеченню тренувального та змагального процесів.

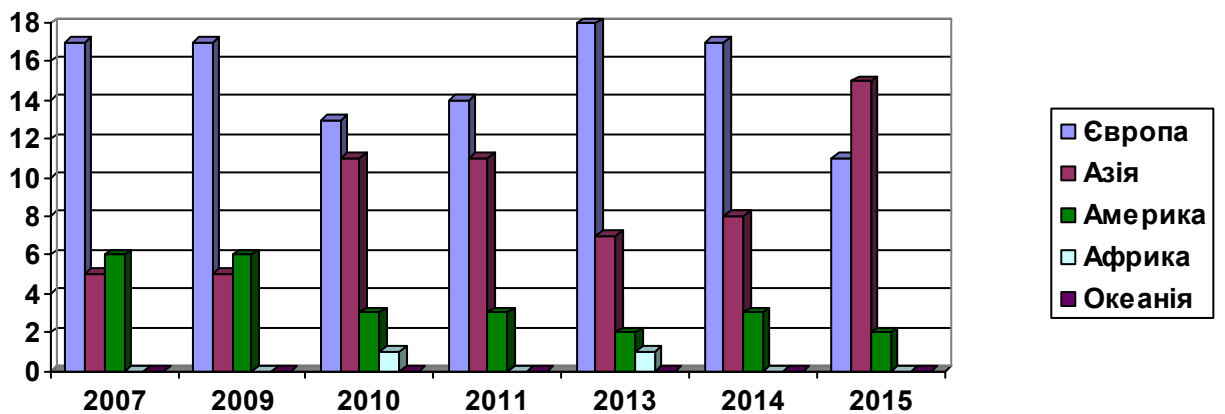
Для більш повної інформації про напрямки і тенденції розвитку дзюдо в світі проаналізуємо результати чемпіонатів світу за останні десять років (період 2007 – 2016 років), а також Олімпійських ігор на період з 2000 по 2016 рік. Аналізуючи чемпіонати світу, особливу увагу слід звернути на змагання 2007, 2011 та 2015 років, як на чемпіонати останнього передолімпійського року підготовки та відбору. Слід також взяти до уваги, що в чемпіонатах світу 2010-11 років приймали участь по два спортсмени від країни у кожній ваговій категорії, а, починаючи з 2013 року, не більше дев'яти в семи вагових категоріях.

Розподіл медалей на чемпіонатах світу, олімпійських ліцензій, отриманих за результатами відбору та олімпійських медалей показано на діаграмах, в графіках, та таблицях 1 і 2.

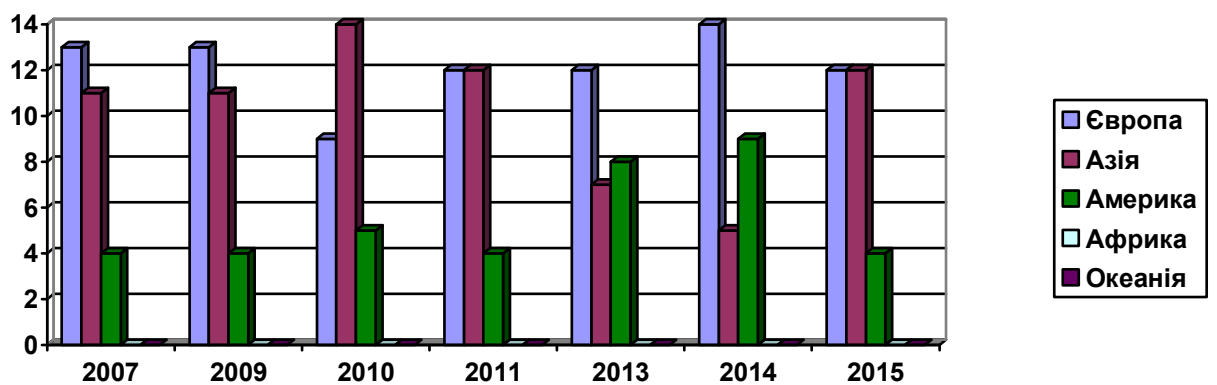
Діаграми розподілу медалей на чемпіонатах світу 2007-2015 р.р.
(за континентами).



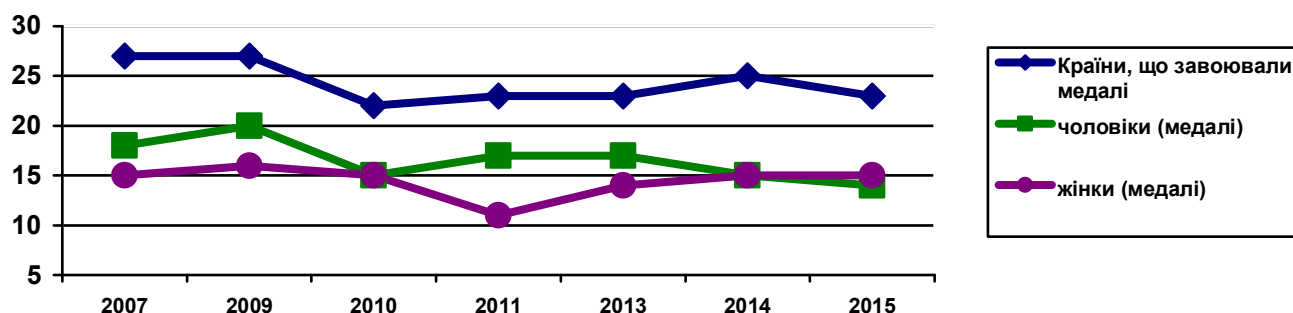
чоловіки



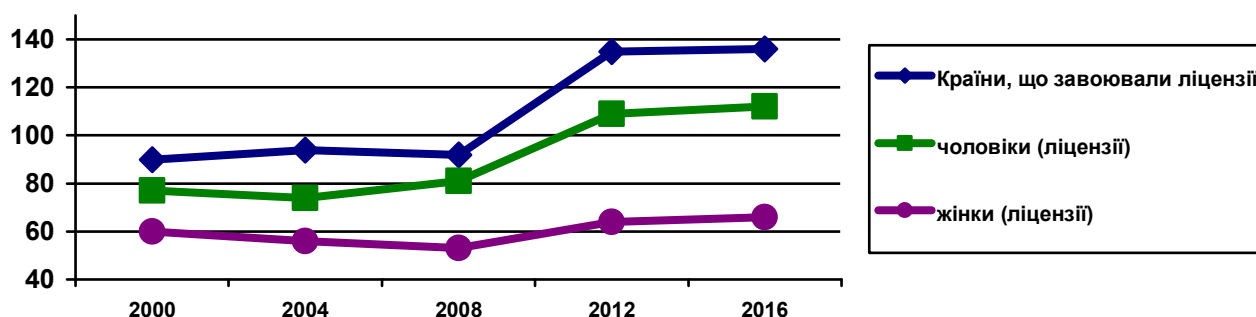
жінки



Графік кількості країн, що завоювали медалі на чемпіонатах світу 2007 – 2015 р.р.



Графік кількості країн, що завоювали олімпійські ліцензії 2000 – 2016 р.р.



Слід звернути увагу на те, що критерії відбору до ігор в Пекіні відрізнялися від критеріїв відбору до Ігор сіднейської та афінської Олімпіад. В зв'язку із зменшенням кількості прямих ліцензій з 8 в 1999 році (1–7 місце) до 6 в 2003 та 2007 роках (1–5 місце) кількість країн, що завоювали ліцензії в 2003 та 2007 роках менше по відношенню до 1999 року. До ігор 2012 та 2016 років не було прямого відбору з чемпіонату світу. Учасники Олімпійських ігор визначались за кваліфікаційним рейтингом Міжнародної федерації по десяти (в 2012 р.) та дванадцяти (в 2016 р.) кращим результатам за два роки відбору. На посилення конкуренції вказує той факт, що кількість країн, які завоювали ліцензії для участі в Олімпійських іграх 2012-2016 років зросла по відношенню до ігор 2000-2008 років в 1,5 рази.

Кількість країн, що завоювали медалі на чемпіонатах світу з 2010 по 2015 рік лишається стабільною, в межах 22-25 країн, дещо знизившись по відношенню до 2007 та 2009 років, після допуску в 2010, 2011 роках по два спортсмени від країни у кожній ваговій категорії. Це суттєво посилило конкуренцію та надало більше переваг на отримання медалей країнам з високо розвиненою структурою дзюдо. Найкраще цю ситуацію використали спортсмени Японії (таблиця 1).

Таблиця 1.

Розподіл медалей між країнами-учасницями чемпіонатів світу.*

Країна	2007 рік Бразилія		2009 рік Голандія		2010 рік Японія		2011 рік Франція		2013 рік Бразилія		2014 рік Росія		2015 рік Казахстан	
	чол	жін	чол	жін	чол	жін	чол	жін	чол	жін	чол	жін	чол	жін
Японія	1	6	2	5	7	10	5	10	4	3	4	5	7	8
Франція	2	4	1	2	4	1	2	3	4	3	2	5	2	4
Бразилія	4				2	2	2	3	1	5	1	3	1	1
Росія	2		3		2	1	3	1	2		7	1	2	
Корея	2	1	4	1	2		3		1	2			4	1
Куба	2	3	1	2	1	2	1		1	2	1	3		1
Голандія	2	2	1	2	2		1	2	2	3		1		1
Німеччина		1	1	3	1		1		2	3	1		2	1
Угорщина	2	2	1	2		1		2			1			
Грузія	3						1		2		3		2	
Китай		2		2		3		2						1
Монголія			1		1	1			1	1	1		1	2
Україна			1	1	1		1		1		1		1	
Азербайджан	1			1	1	1	1		2					
Словенія						1		1		1		2		2
Румунія		1				1		2				1		2
Греція	1				1	1	1		1		1			
Узбекистан			2		1		2						1	
Іспанія		1	1	2				1						1
КНДР		2	1							1	1			
США		1				1		1		1		1		
Казахстан			1				1		1				2	
В. Британія	2			1	1									
Ізраїль				1						1		1	1	
Колумбія				1						1		1		1
Португалія		1		1		1						1		
Італія	1	1	1											
Бельгія			1						1				1	
Чехія							1		1		1			
Єгипет			2		1									
ОАЕ											2			
Австрія	1					1								
Канада											1		1	
Косово										1		1		
Аргентина												1		1
Білорусь			1											1
Туніс				1					1					
Польща											1			
Молдова							1							
Таджикистан	1													
Вірменія			1											
Чорногорія							1							
Литва			1											
Іран	1													
Всього країн, що отримали медалі	23		27		22		23		23		25		23	

*- тільки за олімпійськими видами.

Аналізуючи результати чемпіонатів світу 2007–2015 років можна зробити наступні висновки:

1. Безперечними лідерами світового дзюдо є спортсмени Японії (77 медалей на чемпіонатах світу за останні 10 років). Головними їх конкурентами в боротьбі за медалі стабільно є спортсмени Європи (Франція, Нідерланди, Росія, Німеччина, Грузія), Азії (Корея, Китай, Монголія), Америки (Куба, Бразилія).

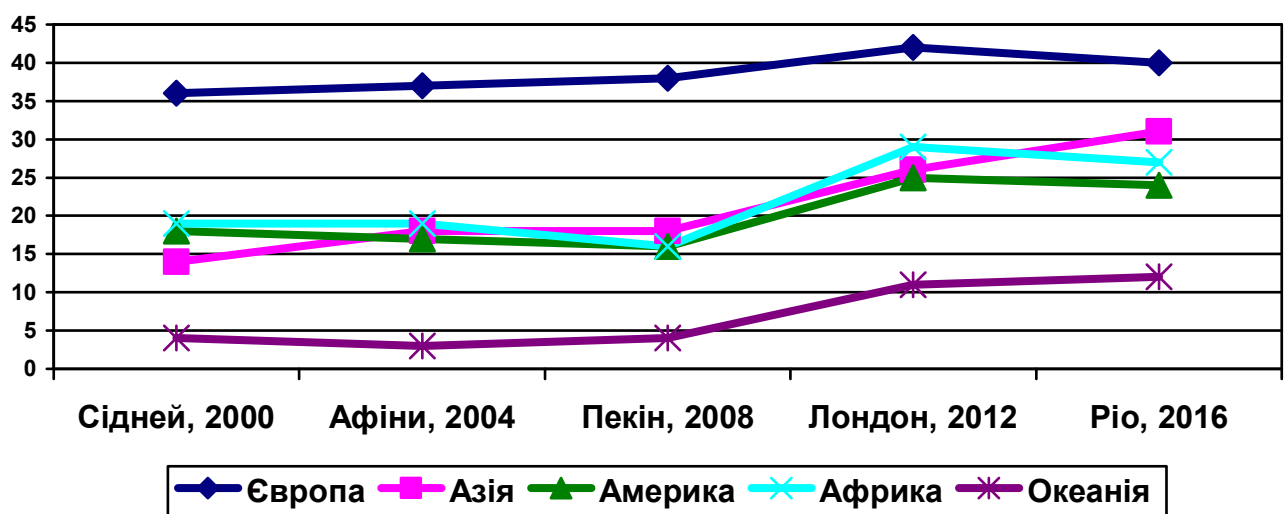
2. За останні чемпіонати світу (2007 – 2015 роки) за завойованими медалями безперечними лідерами є країни Європи (26 країн / 192 медалі / 48,9 %), що свідчить про надзвичайно високу конкуренцію на континентальному чемпіонаті. Інші континенти: Азія (10 країн / 137 медалей / 35 %), з яких спортсмени Японії завоювали більше половини (77 медалей), з яких 47 здобуток жіночої команди; Америка (6 країн / 58 медалей / 14,8 %), з яких у представників Бразилії та Куби відповідно 25 та 20 медалей; Африка (2 країни / 5 медалей / 1,3%).

3. Аналіз динаміки результатів показує, що у світі існує два основних стилі розвитку дзюдо: азіатський та європейський. Проте зміни до правил, внесені Міжнародною федерацією в минулому олімпійському циклі та доповнення до них в цьому році максимально вирівнюють відмінність між ними.

4. Україна посідає 13 місце серед 45 країн світу (7 місце з країн Європи), що завойовували медалі на чемпіонатах світу 2007 – 2015 років.

Проаналізувавши результати Олімпійських ігор 2000-2016 років отримаємо наступні данні:

Діаграма розподілу олімпійських ліцензій (за континентами).

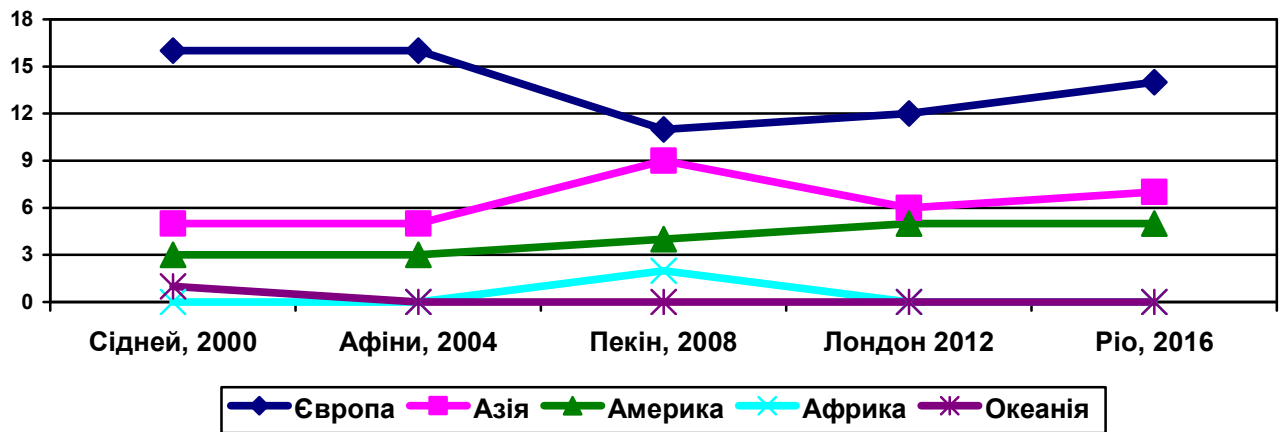


Таблиця 2.

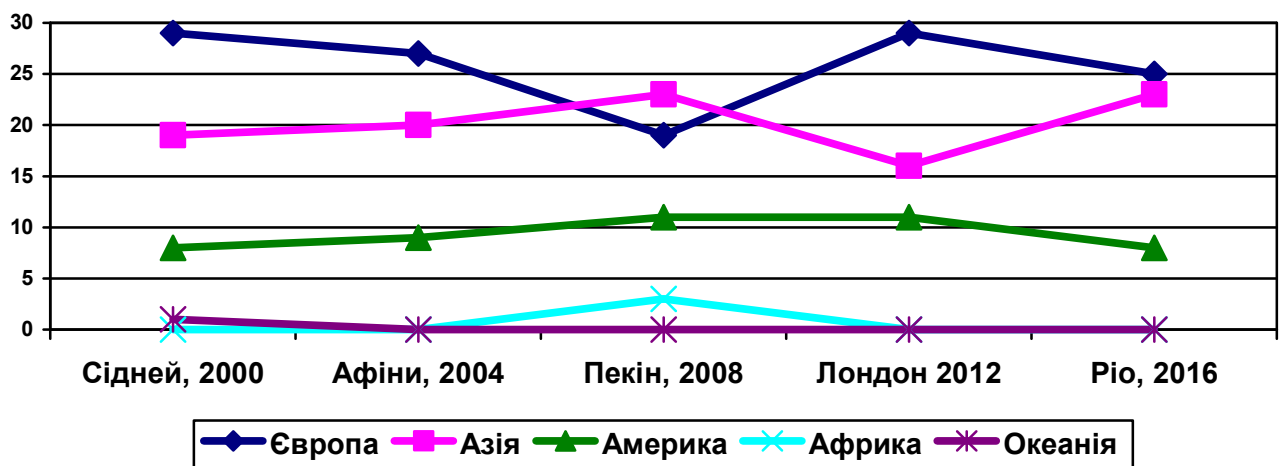
Розподіл медалей між країнами-учасницями Олімпійських ігор.

Місце	Країна	Сідней, 2000		Афіни, 2004		Пекін, 2008		Лондон 2012		Ріо, 2016		Разом медалей						Всього (зол.)
												чоловіки			жінки			
		ч	ж	ч	ж	ч	ж	ч	ж	ч	ж	з	с	б	з	с	б	
1	Японія	4	4	4	6	2	5	4	3	7	5	10	5	6	10	4	9	44(17)
2	Франція	4	2	---	1	2	2	2	5	2	3	3	2	5	3	5	5	23 (6)
3	Китай	---	4	---	5	---	4	---	2	1	1	0	0	1	6	3	7	17 (6)
4	Росія	2	1	4	1	---	---	5	---	2	1	5	3	5	0	0	2	15 (5)
5	Корея	2	3	3	---	3	1	3	---	2	1	4	6	3	0	1	4	18 (4)
6	Куба	1	4	1	5	2	4	1	2	---	1	0	1	4	3	8	5	21 (3)
7	Грузія	1	---	2	---	1	---	1	---	2	---	3	2	2	0	0	0	7 (3)
8	Бразилія	2	---	2	---	2	1	2	2	1	2	0	2	7	2	0	3	14 (2)
9	Німеччина	---	1	1	3	1	---	3	1	---	1	1	1	3	1	1	4	11 (2)
10	Італія	2	2	---	1	---	1	---	1	1	1	2	0	1	1	1	4	9 (2)
11	США	---	---	1	---	---	1	---	2	1	1	0	1	1	2	0	2	6 (2)
12	Словенія	---	---	---	1	---	1	---	1	---	2	0	0	0	2	0	3	5 (2)
13	КНДР	---	1	---	1	1	2	---	1	---	---	0	1	0	1	2	2	6 (1)
14	Нідерланди	1	---	2	2	2	3	1	1	---	1	1	0	5	0	2	5	13 (1)
15	Монголія	---	---	1	---	1	---	2	---	---	1	1	1	2	0	1	0	5 (1)
16	Румунія	---	1	---	---	---	1	---	2	---	---	0	0	0	1	2	1	4 (1)
16	Азербайджан	---	---	---	---	2	---	---	---	2	--	1	2	1	0	0	0	4 (1)
18	Білорусь	1	---	1	---	---	---	---	---	---	---	1	0	1	0	0	0	2 (1)
18	Аргентина	---	---	---	---	---	1	---	---	---	1	0	0	0	1	0	1	2 (1)
18	Греція	---	---	1	---	---	---	1	---	---	---	1	0	1	0	0	0	2 (1)
21	Іспанія	---	1	---	---	---	---	---	---	---	---	0	0	0	1	0	0	1 (1)
21	Туреччина	1	---	---	---	---	---	---	---	---	---	1	0	0	0	0	0	1 (1)
21	Косово	---	---	---	---	---	---	---	---	---	1	---	0	0	1	0	0	1 (1)
21	Чехія	---	---	---	---	---	---	---	---	1	---	1	0	0	0	0	0	1 (1)
25	В. Британія	---	1	---	---	---	---	---	2	---	1	0	1	0	0	1	2	4
26	Казахстан	---	---	---	---	1	---	---	---	1	1	0	2	0	0	0	1	3
27	Австрія	---	---	---	1	1	---	---	---	---	---	0	1	0	0	1	0	2
28	Узбекистан	---	---	---	---	2	---	1	---	2	---	0	1	4	0	0	0	5
29	Україна	1	---	1	---	1	---	---	---	---	---	0	1	2	0	0	0	3
30	Алжир	---	---	---	---	1	1	---	---	---	---	0	1	0	0	0	1	2
30	Канада	1	---	---	---	---	---	1	---	---	---	0	1	1	0	0	0	2
30	Угорщина	---	---	---	---	---	---	1	1	---	---	0	1	0	0	0	1	2
30	Колумбія	---	---	---	---	---	---	---	1	---	1	0	0	0	0	1	1	2
34	Словаччина	---	---	1	---	---	---	---	---	---	---	0	1	0	0	0	0	1
35	Бельгія	---	2	---	1	---	---	---	1	1	---	0	0	1	0	0	4	5
36	Естонія	2	---	1	---	---	---	---	---	---	---	0	0	3	0	0	0	3
36	Ізраїль	---	---	1	---	---	---	---	---	1	1	0	0	2	0	0	1	3
38	Португалія	1	---	---	---	---	---	---	---	---	1	0	0	1	0	0	1	2
39	ОАЕ	---	---	---	---	---	---	---	---	1	---	0	0	1	0	0	0	1
39	Австралія	---	1	---	---	---	---	---	---	---	---	0	0	0	0	0	1	1
39	Киргизстан	1	---	---	---	---	---	---	---	---	---	0	0	1	0	0	0	1
39	Латвія	1	---	---	---	---	---	---	---	---	---	0	0	1	0	0	0	1
39	Таджикістан	---	---	---	---	1	---	---	---	---	---	0	0	1	0	0	0	1
39	Швейцарія	---	---	---	---	1	---	---	---	---	---	0	0	1	0	0	0	1
39	Єгипет	---	---	---	---	1	---	---	---	---	---	0	0	1	0	0	0	1
39	Болгарія	---	---	1	---	---	---	---	---	---	---	0	0	1	0	0	0	1
К-ть країн, що отримали медалі		17	14	17	12	19	14	13	16	16	20							
		25		24		25		23		26								

Діаграми розподілу медалей на Олімпійських іграх (за країнами).



Діаграми розподілу медалей на Олімпійських іграх (за кількістю).



Аналізуючи результати Олімпійських ігор 2000-2016 років можна констатувати той факт, що не зважаючи на зміни в системі відбору на Олімпійські ігри, спрямовані на інтенсифікацію змагального процесу, співвідношення сил між країнами – лідерами світового дзюдо практично не змінюється. Суттєво зросла конкуренція на всіх континентах (крім Океанії).

Японські спортсмени є безумовними лідерами світового дзюдо. Дещо знизили свої результати на іграх 2012 та 2016 років по відношенню до змагань попередніх Олімпіад спортсменки Китаю і Куби. Спортсменки Японії, Китаю, Куби та Франції завоювали майже половину жіночого комплекту нагород, що розігрувався за останні п'ять Олімпіад. До лідерів можна також віднести чоловічі збірні Росії, Кореї і Бразилії. Стабільні результати демонструють також команди Нідерландів та Німеччини. Представники інших країн не демонструють стабільно високих результатів.

Відносно невдалий виступ європейських збірних на іграх 2008 року, що пояснювався наджорсткою системою відбору по відношенню до інших континентів та надзвичайно високою внутрішньою конкуренцією було компенсовано на іграх 2012 та 2016 років. Представники Європейського континенту в Лондоні та Ріо-де-Жанейро знову вийшли на рівень половини медального комплекту.

За останні п'ять Олімпіад чоловічі збірні команди Європи вибороли половину всіх розіграних нагород (70 медалей (20 / 14 / 36) з 140). Жіночі збірні Європи та Азії вибороли дещо більше ніж по третині всіх медалей (відповідно по 58 та 51 з 140, що розігравались).

З загальної кількості країн (46), що вибороли олімпійські медалі, представники лише дев'яти зробили це на всіх Олімпіадах. Кількість країн, які виборюють олімпійські медалі коливається в межах 23-26, що на останніх іграх складало майже 20 % від всіх учасників олімпійського турніру дзюдоїстів.

Спортсмени 27 країн Європи завойовували медалі на іграх 2000-2016 років. З них представники 5 країн вибороли медалі на всіх чотирьох турнірах. Цей факт свідчить про високу внутрішню конкуренцію в Європейському Союзі Дзюдо

Крім того, спираючись на результати збірних команд європейського континенту на чемпіонатах світу та олімпійських іграх можна зробити висновок про високу конкуренцію в боротьбі за медалі чемпіонатів Європи та велику кількість країн-учасниць. Беззаперечними лідерами європейського дзюдо є збірні команди Франції, Росії, Нідерландів, Італії, жіноча збірна Німеччини та чоловіча команда Грузії. Приблизно половини команд-учасниць чемпіонату Європи претендує на завоювання хоча б однієї медалі.

2. Характеристика вихідного стану розвитку дзюдо в Україні (за підсумками щорічної участі в головних змаганнях минулого чотириріччя).

Дзюдо – пріоритетний вид спорту, що розвивається в спортивних школах всіх регіонів України. Для дев'яти з них його затверджено до 1-ї категорії (Донецька, Дніпропетровська, Закарпатська, Запорізька, Івано-Франківська, Полтавська, Харківська, Чернігівська області, та місто Київ) де створено інфраструктуру відповідну до вимог пріоритетного виду спорту. Структурно-функціональний

аналіз розвитку дзюдо в Україні за останні 12 років показав, що державні органи, як і колись, виконують головну роль у реалізації функцій контролю й створенні необхідних умов для проведення тренувального процесу. В цілому, збережена структура державного управління дзюдо на обласному та міському рівнях. У більш ніж 320 відділеннях ДЮСШ, СДЮШОР, УФК та 6 відділеннях ШВСМ тренуються близько 25000 спортсменів (з них майже 6000 дівчат), працюють майже 1000 тренерів, з яких 70 % є штатними працівниками, а близько 300 – мають першу та вищу тренерські категорії. Останні п'ять років кількість спортсменів, що займаються дзюдо в дитячо-юнацьких школах та спортивних клубах стабільно тримається в межах 25 тисяч. Така стабільність контингенту, а також збільшення первинних спортивних організацій (відділень, клубів, секцій) вказує на те, що дзюдо по праву є одним з найпопулярніших видів спорту в Україні. В деяких областях відкрились нові відділення в спортивних школах, стабільно та плідно працюють відділення дзюдо в ШВСМ Дніпропетровської, Харківської, Донецької, Івано-Франківської, Чернігівської, Запорізької, Полтавської, Київської, Рівненської областей та міста Києва

На протязі 2013-2016 років в різних регіонах України проводились чемпіонати України: до 14, 16, 17, 20, 23 років, Кубок і чемпіонат України, в яких приймають участь близько 3000 спортсменів щорічно та більше двадцяти всеукраїнських і відкритих всеукраїнських турніри серед спортсменів різних вікових груп (охоплюють близько 7000 спортсменів щороку).

Результати національних змагань протягом 2013–2016 років показують, що до лідерів, минулого олімпійського циклу – спортсменів м. Києва, Дніпропетровської та Запорізької областей додалися спортсмени Харківської та Полтавської областей. Провідні позиції, як і раніше, займають Сумська, Рівненська, та Волинська області.

Цільовою програмою підготовки збірної команди України з дзюдо до XXXI Олімпійських ігор в м. Ріо-де-Жанейро (Бразилія) передбачалось отримання від 8 до 10 олімпійських ліцензій та завоювання на Іграх не менше однієї медалі.

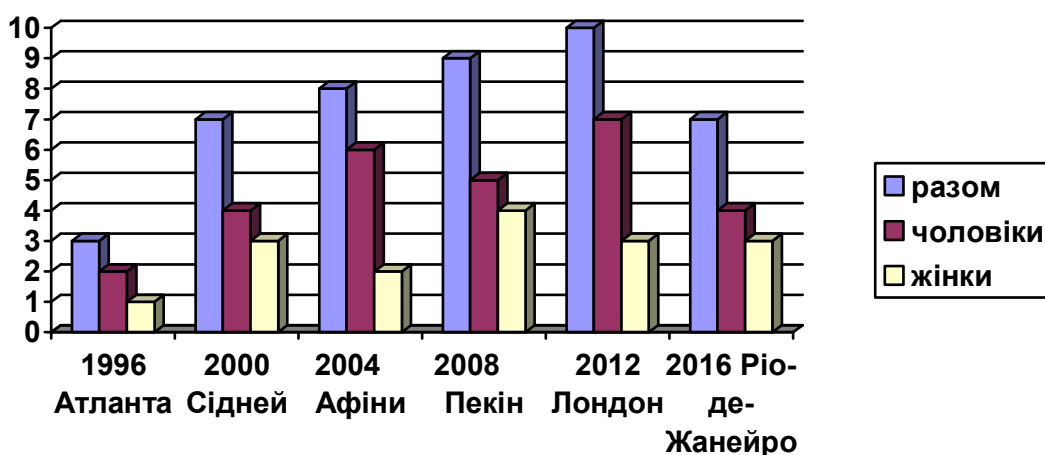
Фінансування, заплановане для участі у відбіркових змаганнях та навчально-тренувальних зборах, було надано в повному обсязі. Це дозволило максимальній кількості спортсменів взяти участь в олімпійському відборі.

Встановлена Міжнародною федерацією дзюдо дворічна система відбору, збільшення кількості та розширення географії відбіркових турнірів, іменна олімпійська ліцензія, суттєво посилили конкуренцію на міжнародній арені та ускладнили відбір для спортсменів.

В змаганнях Олімпійських ігор 2016 року з дзюдо взяли участь спортсмени з 136 країн світу. Українські дзюдоїсти вибороли сім олімпійських ліцензій.

Кількість українських дзюдоїстів, що приймали участь в Олімпійських іграх на діаграмі.

Динаміка отримання олімпійських ліцензій збірною командою України з дзюдо.



На жаль, поставлену задачу по завоюванню медалей на XXXI Олімпійських іграх збірній команді України з дзюдо виконати не вдалося. Виконавши, на протязі всього олімпійського відбору та заключного етапу підготовки до Олімпійських ігор, величзний об'єм роботи, команда не змогла реалізувати свій потенціал на головному старті чотириріччя. Кращий результат – 5-те місце у ваговій категорії до 100 кг виборів Блошенко Артем, який представляв Дніпропетровську та Донецьку області. Ще два представники збірної України, Яків Хаммо (понад 100 кг) та Черняк Марина (до 48 кг), посіли дев'яті місця.

Було проведено глибинний аналіз відбору кожного члена збірної команди України з дзюдо та їх участь безпосередньо в олімпійських змаганнях, визначено ряд об'єктивних та суб'єктивних причин, що негативно вплинули на виступ команди на олімпійському турнірі. Всі ці помилки та недоліки враховано в програмі підготовки збірної команди України на 2017-2020 роки.

Незважаючи на невдалий виступ на Олімпійських іграх, слід відзначити знакові події українського дзюдо на протязі олімпійського циклу 2013 – 2016 років. До них можна віднести бронзову медаль командної першості на перших Європейських іграх в м. Баку (Азербайджан), бронзову медаль Якова Хаммо на чемпіонаті світу 2015 року в Казахстані, три чемпіонські титули Дар'ї Білодід на кадетських чемпіонатах світу та Європи в 2015 та юніорському чемпіонаті Європи в 2016 році. Крім того слід відзначити дві бронзові медалі Георгія Зантараї на чемпіонатах світу 2013 та 2014 років.

За олімпійський цикл 2013 – 2016 років на чемпіонатах світу та Європи збірними командами України різних вікових груп завойовано 62 медалі (13 / 12 / 37). Це значно менше ніж в олімпійському циклі 2009 – 2012 років (96 (20 / 29 / 47)).

Результати виступу провідних українських спортсменів в основних змаганнях 2013–2016 років показано в таблицях 3 та 4.

Аналізуючи виступи українських спортсменів в змаганнях 2013–2016 років можна зробити наступні висновки:

1. В цілому українські спортсмени є конкурентоспроможними як на європейському так і на світовому татамі. Потрібно відзначити збільшення кількості молодих перспективних спортсменів, що входять до збірної команди.

2. Створення внутрішньої конкуренції між спортсменами у вагових категоріях привело до покращення результатів спортсменів та збільшення їх конкурентоспроможності на міжнародній арені.

3. Підключення до тренувань збірних команд України серед кадетів та юніорів привело до підвищення майстерності молодих спортсменів та покращення їх результатів на міжнародній арені.

4. В роки проведення чемпіонату світу та чемпіонату Європи більшість спортсменів показувала результат на одному з двох головних стартів року, що вимагає внесення коректив до програми підготовки збірної команди.

5. Не зважаючи на появу молодих талановитих спортсменів, проблемними для жіночої збірної команди продовжують залишатися вагові категорії до 48 кг, до 57 кг, до 63 кг та до 70 кг. Для чоловічої команди проблемними є вагові категорії до 60 кг та до 81 кг.

Таблиця 3.

**Результати виступу спортсменів-кандидатів в олімпійську збірну України
на основних змаганнях олімпійського циклу 2013-2016 років (чоловіки).**

№	Прізвище, ім'я спортсмена	р/н	Вагова катег.	Регіон	Ігри XXXI Олімпіади	Місце на Чемпіонаті світу, Європи						
						2013		2014		2015		2016
						ЧЄ	ЧС	ЧЄ	ЧС	ЄІ	ЧС	ЧЄ
1	Біліченко Денис	1988	60 кг	Дніпропетровська				(1-1)				(0-1)
2	Геворгян Геворг	1987	66 / 60 кг	Полтавська		(0-1)			(1-1)			
3	Зантарая Георгій	1987	66 кг	м. Київ - Запорізька	б/м (0-1)	(0-1)	3 м.	5 м.	3 м.	7 м.	(0-1)	н/у
4	Хачатрян Геворг	1991	66 кг	Дніпропетровська			(0-1)				(2-1)	(1-1)
5	Дребот Сергій	1987	73 кг	Львівська		(1-1)	(2-1)	(1-1)	(1-1)	(1-1)	(0-1)	(0-1)
6	Канівець Дмитро	1990	73 кг	Полтавська					(0-1)			(1-1)
7	Сорока Володимир	1982	73 кг	Дніпропетровська - Київська		(2-1)	(0-1)					
8	Хомула Артем	1995	73 кг	Сумська - м. Київ						(0-1)	(0-1)	
9	Попович Віталій	1990	81 кг	Полтавська		(0-1)						
10	Дудчик Віталій	1984	81 кг	Дніпропетровська		7 м.	(0-1)			7 м.		
11	Синявський Вадим	1987	90 кг	Запорізька				(1-1)	(0-1)	(0-1)	(1-1)	(1-1)
12	Ньябалі Кеджау	1990	90 кг	м. Київ - Кіровоградська	б/м (0-1)	(1-1)		(1-1)	7 м.	(1-1)	(0-1)	7 м.
13	Греков Валентин	1976	90 кг	Дніпропетровська			(2-1)					
14	Лучин Дмитро	1991	100 кг	м. Київ - Кіровоградська		(0-1)	(1-1)	(0-1)				
15	Блошенко Артем	1985	100 кг	Донецька	5 м.	(1-1)	(1-1)	7 м.	(1-1)	(0-1)	(1-1)	(1-1)
16	Бережний Дмитро	1987	100 кг	Сумська					(1-1)			
17	Гордієнко Олександр	1990	п. 100 кг	Одеська				(0-1)		(1-1)	(0-1)	5 м.
18	Хаммо Яків	1994	п. 100 кг	м. Київ - Донецька	9 м. (1-1)					3 м.	3 м.	н/у
19	Бондаренко Станіслав	1987	п.100 кг	Запорізька				7 м.	(0-1)			(0-1)

* - учасники Олімпійських ігор виділені жирним шрифтом.

Спортсмен Геворгян Геворг (Полтавська) починав олімпійський цикл у ваговій категорії до 66 кг, а закінчив виступати – у категорії до 60 кг.

Таблиця 4.

**Результати виступу спортсменів-кандидатів в олімпійську збірну України
на основних змаганнях олімпійського циклу 2013-2016 років (жінки).**

№	Прізвище, ім'я спортсмена	р/н	Вагова катег.	Регіон	Ігри XXXI Олімпіади	Місце на Чемпіонаті світу, Європи						
						2013		2014		2015		2016
						ЧЄ	ЧС	ЧЄ	ЧС	ЄІ	ЧС	ЧЄ
1	Черняк Марина	1988	48 кг	Запорізька	9 м. (1-1)	(0-1)	(0-1)	3 м.	7 м.	5 м.	5 м.	(0-1)
2	Крот Марина	1990	48 кг	Запорізька			(1-1)					
3	Буйок Марія	1990	52 кг	Чернігівська		(0-1)		(0-1)				
4	Левицька Тетяна	1990	52 кг	м. Київ Одеська				(0-1)	(2-1)	7 м.	(1-1)	
5	Старкова Олександра	1992	52 кг	Дніпропетровська-Київська		(1-1)			(1-1)			(1-1)
6	Черняк Інна	1988	52 кг	Запорізька			(1-1)					
7	Гевондян Шушана	1989	57 кг	м. Київ - Рівненська		7 м.	(0-1)	(1-1)	(0-1)		(1-1)	(0-1)
8	Чепуріна Світлана	1984	63 кг	Дніпропетровська		(1-1)	(2-1)					
9	Гайнутдінова Луїза	1989	70 кг	Чернігівська		(0-1)	(0-1)					
10	Дроздова Людмила	1997	70 кг	Одеська								(0-1)
11	Прищепа Марина	1983	78 кг	м. Київ - Дніпропетровська		(0-1)						
12	Туркс Вікторія	1987	78 кг	Донецька		7 м.	7 м.	(0-1)	(0-1)	7 м.	(0-1)	(0-1)
13	Турчин Анастасія	1995	78 кг	Рівненська-Волинська	(0-1)				(0-1)		(0-1)	(0-1)
14	Ярьомка Світлана	1989	п.78 кг	Київська	(1-1)				(0-1)	3 м.		2 м.
15	Кіндзерська Ірина	1991	п.78 кг	м. Київ - Хмельницька		3 м.			(0-1)	7 м.	(0-1)	

* - учасники Олімпійських ігор виділені жирним шрифтом.

Виконання українськими дзюдоїстами прогнозованих результатів на основних міжнародних змаганнях 2013-2016 років показано в таблицях 5 та 6.

Таблиця 5 (чоловіки).

Прогнозовані місця на основних змаганнях олімпійського циклу 2013-2016 рр.

Вагова категорія	Основні змагання чотирирічного олімпійського циклу 2013-2016 років															
	Роки															
	2013				2014				2015				2016			
	ЧЄ		ЧС		ЧЄ		ЧС		Євр. ігри		ЧС		ЧЄ		ОІ	
	п	в	п	в	п	в	п	в	п	в	п	в	п	в	п	в
60 кг	7-17	н/у	9-17	н/у	7-9	9	9-17	б/м	9-17	н/у	9-17	н/у	7-17	б/м	уч.	
66 кг	3-7	б/м	3-7	3	1-5	5	1-7	3	1-5	7	1-5	б/м	1-5	17	1-5	б/м
73 кг	5-9	9	7-17	9	3-9	9	5-9	б/м	3-9	9	5-9	б/м	5-9	9	7-9	
81 кг	9-13	7	7-17	б/м	3-9	н/у	7-17	н/у	9-17	7	9-17	н/у	7-17	н/у	уч.	
90 кг	5-7	9	5-9	9	5-7	9	7-17	7	3-9	9	5-9	17	3-7	7	7-9	б/м
100 кг	5-7	б/м	7-9	17	5-7	7	7-9	9	5-9	б/м	7-9	17	5-9	9	5-9	5
п.100 кг		н/у	9-17	тр.	7-9	7	7-17	тр.	7-17	3	5-9	3	3-7	5	5-9	9

Виділено – виконані прогнозовані результати; б/м – без місця; н/у – не участь; тр. – травма.

Таблиця 6 (жінки).

Прогнозовані місця на основних змаганнях олімпійського циклу 2013-2016 рр.

Вагова категорія	Основні змагання чотирирічного олімпійського циклу 2013-2016 років															
	Роки															
	2013				2014				2015				2016			
	ЧЄ		ЧС		ЧЄ		ЧС		Євр. ігри		ЧС		ЧЄ		ОІ	
	п.л.	в	п.л.	в	п.л.	в	п.л.	в	п.л.	в	п.л.	в	п.л.	в	п.л.	в
48 кг	7-17	б/м	9-17	17	7-17	3	7-17	7	3-7	5	5-9	5	3-7	б/м	5-9	9
52 кг	7-17	9	9-17	б/м	7-17	б/м	7-17	9	7-9	7	7-17	9	5-7	9	уч.	
57 кг	9-17	7	9-17	б/м	7-9	9	9-17	б/м	7-9	н/у	9-17	17	7-9	б/м		
63 кг	9-17	9	9-17	9	9-17	н/у	9-17	н/у	9-17	н/у	9-17	н/у	9-17	н/у		
70 кг	7-17	б/м	9-17	б/м	7-17	н/у	7-17	н/у	9-17	н/у	9-17	н/у	9-17	б/м		
78 кг	3-7	7	3-9	7	3-5	9	5-9	б/м	3-7	7	5-9	б/м	3-7	б/м	5-9	9
п.78 кг	5-9	3	5-9	тр.	3-5	н/у	5-9	б/м	3-9	3	3-7	б/м	1-5	2	3-7	9

Виділено – виконані прогнозовані результати; б/м – без місця; н/у – не участь; тр. – травма.

При введенні нових, перспективних методів управління збірною командою, підключення до неї молодих амбіційних тренерів, що мають досвід роботи із збірними України різних вікових груп та титулованих спортсменів, які закінчили активну кар'єру, можна вивести її на принципово новий рівень. Для організації цілеспрямованої підготовки до головних змагань року та чотириріччя, потрібно звернути увагу на планування тренувального процесу з урахуванням взаємозв'язку структур змагальної діяльності, підготовленості спортсменів та системи змагань.

Створення національного центру олімпійської підготовки з дзюдо (такі центри існують в Японії, Росії, Франції, Азербайджані, Грузії, тощо), розробка та прийняття загальнодержавної програми розвитку дзюдо в Україні будуть сприяти посиленню збірної команди в новому олімпійському циклі.

3. Прогноз конкурентоспроможності українських спортсменів в головних змаганнях 2017 – 2020 років.

Головною метою цільової програми підготовки збірної України з дзюдо до XXXII Олімпійських ігор в м. Токіо (Японія) є отримання від 8 до 10 олімпійських ліцензій та завоювання не менше однієї олімпійської медалі. Протягом попереднього олімпійського циклу, українські дзюдоїсти складали постійну конкуренцію на європейській арені в боротьбі за медалі майже в усіх вагових категоріях. На даному етапі до збірної входять, як досвідчені спортсмени так і молоді, перспективні дзюдоїсти, які зарекомендували себе на міжнародній арені. В той же час, є такі вагові категорії де українські спортсмени не можуть скласти гідної конкуренції лідерам світового та європейського дзюдо. Крім того в деяких вагових категоріях на протязі чотириріччя, можливо, відбудеться зміна поколінь. Слід відзначити незначне зменшення кількості спортсменів всіх вікових груп, які приймають участь у внутрішніх чемпіонатах. Особливо це стосується жіночої програми та спортсменів Донецької області, яка в минулі роки була одним з лідерів серед кандидатів до збірну команди.

Тому другим завданням цільової програми підготовки збірної команди України з дзюдо є посилення внутрішньої конкуренції та підвищення майстерності українських дзюдоїстів, за рахунок чого може збільшитись кількість спортсменів спроможних боротися за медалі на міжнародній арені. Для цього всі зусилля тренерського штабу мають бути направлені на створення належних умов для підготовки спортсменів-кандидатів до олімпійської команди. В повній мірі повинні бути дотримані спортивні принципи та виконуватись критерії відбору кандидатів у національну збірну команду. Постійно та системно мають працювати тренерські ради збірних команд всіх вікових груп, що підніме рівень відповідальності тренерів за кінцевий результат збірної команди.

Всі помилки та недоліки олімпійського відбору та участі в Іграх 2016 року було обговорено на розширеній тренерській раді 20.12.2016 та враховано в розробленій програмі підготовки збірної команди України на олімпійський цикл 2017-2020 років.

Попередній прогноз результатів виступу збірної команди України з дзюдо на 2017-20 роки показано в таблицях 7 та 8.

Таблиця 7 (чоловіки).

Прогнозовані місця на основних змаганнях олімпійського циклу 2017-2020 рр.

Вагова категорія	Основні змагання чотирирічного олімпійського циклу 2017-2020 років															
	Роки															
	2017				2018				2019				2020			
	ЧЄ		ЧС		ЧЄ		ЧС		ЧЄ		ЧС		ЧЄ		ОІ	
	П	В	П	В	П	В	П	В	П	В	П	В	П	В	П	В
60 кг									9-12		9-12		9-12			
66 кг	1-3		5-7		1-3		5-7		1-3		5-7		1-3		1-3	
73 кг	7-9		7-9		5-7		7-9		5-7		7-9		5-7		5-7	
81 кг	7-9		9-12		7-9		9-12		5-7		7-9		5-7		7-9	
90 кг	5-7		7-9		5-7		7-9		5-7		7-9		5-7		5-7	
100 кг	7-9		9-12		5-7		9-12		5-7		9-12		5-7		7-9	
п.100 кг	1-3		1-3		1-3		1-3		1-3		1-3		1-3		1-3	

Таблиця 8 (жінки).

Прогнозовані місця на основних змаганнях олімпійського циклу 2017-2020 рр.

Вагова категорія	Основні змагання чотирирічного олімпійського циклу 2017-2020 років															
	Роки															
	2017				2018				2019				2020			
	ЧЄ		ЧС		ЧЄ		ЧС		ЧЄ		ЧС		ЧЄ		ОІ	
	П.Л.	В	П.Л.	В	П.Л.	В	П.Л.	В	П.Л.	В	П.Л.	В	П.Л.	В	П.Л.	В
48 кг	1-3		5-7		1-3		1-3		1-3		1-3		1-3		5-7	
52 кг									9-12		9-12		7-9			
57 кг									9-12		9-12		7-9			
63 кг									9-12		9-12		9-12			
70 кг									9-12		9-12		9-12			
78 кг	5-7		7-9		5-7		7-9		5-7		7-9		5-7		7-9	
п.78 кг	1-3		1-3		1-3		5-7		1-3		5-7		1-3		1-3	

Даний прогноз результатів українських спортсменів на основних міжнародних змаганнях 2017-2020 років зроблено тренерським штабом на основі виступів збірної команди в змаганнях олімпійського циклу 2013-2016 років та перспективи росту спортсменів. Цей прогноз, на сьогодні, не враховує наслідки нової зміни правил в 2017 році, можливої зміни поколінь в деяких вагових категоріях, неочікувані травми, інші об'єктивні та суб'єктивні причини, що можуть вплинути на результати

виступів в майбутньому. Тому, після чемпіонату світу в м. Будапешт (Угорщина) та затвердження Міжнародною федерацією дзюдо кінцевого варіанту правил змагань і системи олімпійського відбору, тренерським штабом збірної мають бути внесені корективи в прогнозовані результати на 2018-2020 роки.

4. Планування тренувальних та змагальних навантажень в олімпійському циклі 2017 – 2020 років.

По закінченні олімпійського циклу 2013 – 2016 років Міжнародною федерацією дзюдо, в якості експерименту, були внесені нові зміни до технічних дій та правил проведення змагань. Ці зміни направлені на ще більшу динамізацію процесу ведення боротьби, а зміни з покараннями направлені на заохочення активних технічних дій спортсменів.

До чемпіонату світу в м. Будапешт (Угорщина) всі змагання під егідою Міжнародної федерації будуть проводитись за цими експериментальними правилами. Імовірно, що значна частина нововведень Міжнародної федерації на період з 1 січня по 31 серпня 2017 року буде впроваджена на весь олімпійський цикл 2017-2020 років. Тому для розробки комплексної Цільової програми підготовки збірної команди України з дзюдо до Ігор XXXII Олімпіади 2020 року в м. Токіо доцільно уважно проаналізувати всі ці зміни.

Технічні дії та правила проведення змагань.

- Заборонене проведення будь-яких атакуючих або контратакуючих технічних дій з захватом суперника нижче пояса, яке зразу ж каралось дискваліфікацією тепер при першій атаці отримує попередження. Повторне проведення таких дій карається дискваліфікацією.

- Відмінено оцінку “юко”. Всі технічні дії тепер оцінюються двома оцінками: “іппон” - чиста перемога та “ваза-арі” - оцінка технічної дії. При цьому сума оцінок “ваза-арі” не приводить до чистої перемоги.

- При відсутності або рівності оцінок перемогу не можливо отримати по зауваженням в основний час. Сутичка переводиться в додатковий час до оцінки або переможного зауваження.

- Під час проведення технічної дії відмінено поняття “в зоні – поза зоною”.

- Отримати перемогу за зауваженнями можна лише в разі отримання суперником трьох “шидо”, а не чотирьох як це було раніше.
- Ще більше посилено увагу до проведення негативного та блокуючого дзюдо, фальш-атак та зривів захватів суперника двома руками. Проте дозволено більше часу знаходитись в односторонньому захваті за умови проведення безперервної атаки.
- В разі спірного падіння обох суперників оцінка дається спортсмену, який починав технічну дію.
- Продовжено роботу по удосконаленню календаря загаль Міжнародної федерації дзюдо направлену на координацію проведення змагань на всіх континентах. Введено низку нових турнірів Гран Прі та “Великого Шолому”.
- Відмінено обмеження на кількість спортсменів для участі у відкритих континентальних кубках від країн-учасниць.
- Змінена система нарахування очок для підрахунку рейтингу спортсменів.

Як і на Олімпійських іграх в Ріо-де-Жанейро, дзюдо буде представлене на іграх 2020 року 386 спортсменами. До участі в Олімпійських іграх кваліфікуються спортсмени, а не країни (НОК), максимум один дзюдоїст від країни у ваговій категорії. Проте планується введення командних змагань в змішаному розряді (вагові категорії до 73 кг, до 90 кг, понад 90 кг, 57 кг, 70 кг, понад 70 кг) з числа спортсменів, кваліфікованих на ігри від країни. Введення цієї дисципліни може значно підвищити конкуренцію в даних вагових категоріях.

На даному етапі, попередньо відомо, що і система відбору до Олімпійських ігор 2020 року буде схожою на систему відбору до ігор 2016 року та проходити на протязі двох років. Початок відбору – січень 2018 року, кінець – грудень 2019 року. Результати першого року відбору зараховуються до рейтингу з коефіцієнтом 0,5. Остаточна кількість відбіркових турнірів теж не відома. Розподіл місць олімпійської кваліфікації, як і раніше, буде спиратись на Світовий Рейтинговий Список (WRL), який складається з очок, отриманих за здобуті місця на відкритих континентальних кубках, турнірах Гран Прі, “Великого Шолому” та “Мастерс”, континентальних та світових чемпіонатах (таблиця 9). Таблиця нарахування очок для визначення

Світового Рейтингового Списку також зазнала суттєвих змін. Наразі вона має наступний вигляд.

Таблиця 9.

Таблиця розподілу очок для визначення Світового Рейтингового Списку.

М/О	Відкритий континентальний кубок	Гран- Прі	Чемпіонат континенту	“Великий Шолом”	“Мастерс”	Чемп. світу
1	100	700	700	1000	1800	2000
2	70	490	490	700	1260	1400
3	50	350	350	500	900	1000
5	36	252	252	360	648	720
7	26	182	182	260	468	520
1/16	16	112	112	160		320
1/32	12	84	84	120		240
1 перемога	10	70	70	100		200
участь		6	6	10	200	20

Мінімум одна сутичка має бути виграна для нарахування очок за турнір.

Як і раніше, Світовий Рейтинговий Список (WRL) буде використовуватись для проведення жеребкувань на всіх офіційних змаганнях Міжнародної федерації дзюдо та континентальних чемпіонатах з розсіюванням чільної вісімки списку в кожній ваговій категорії, що безперечно дає переваги лідерам рейтингу.

Проаналізувавши зміни, прийняті Міжнародною федерацією дзюдо щодо правил та олімпійського відбору, можна констатувати наступне:

1. Дворічна система відбору та індивідуальні ліцензії для спортсменів дають змогу визначити для участі в Олімпійських іграх дійсно найкращих спортсменів в кожній ваговій категорії.

2. Запропонована Міжнародною федерацією дзюдо олімпійська кваліфікація набагато посилює конкуренцію між континентальними союзами, країнами всередині союзів та безпосередньо спортсменами.

3. Зміни в правилах змагань направлені на інтенсифікацію сутички та більш якісне та видовищне дзюдо від атлетів в технічному плані.

4. Спортсмени, що не пристосуються до зміни правил та інтенсифікації процесу не зможуть конкурувати в процесі олімпійського відбору.

Планування тренувальних та змагальних навантажень за роками олімпійського циклу.

Підготовка до Олімпійських ігор складається з чотирьох річних циклів та здійснюється відповідно до основних завдань і переважної спрямованості окремих річних циклів. Особливістю підготовки в чотирирічному циклі є те, що кожний наступний рік підготовки відрізняється від попереднього, як більш високими сумарними навантаженнями, так і підвищенням їх специфічності, тобто збільшується відсоток спеціальної підготовки в загальному обсязі виконуваної роботи (до 70-75% у передолімпійському році), розширюється змагальна практика. Зміни в правилах боротьби та проведення змагань, пов'язаний з цим так званий експериментальний тренувально-змагальний період до чемпіонату світу в м. Будапешт (Угорщина), а також зміщена до річного календаря, на відміну від попереднього відбору, дворічна олімпійська кваліфікація вносять суттєві зміни до планування підготовки команди. Детальна розробка програми підготовки до XXXII Олімпійських ігор може бути проведена після визначення міжнародною федерацією кінцевої системи олімпійської кваліфікації. Проте, враховуючи вже відому інформацію, можна умовно розділити чотирирічну підготовку збірної до XXXII Олімпійських ігор на п'ять основних етапів (тренувально-змагальних макроциклів).

2017 рік. Мета: Удосконалення техніко-тактичної майстерності відповідно до нових правил, встановлених Міжнародною федерацією, загальної та спеціальної підготовки, підвищення функціональних можливостей спортсменів. Набуття спортсменами міжнародного змагального досвіду, збір та узагальнення інформації про можливих суперників, забезпечення гідної підготовки та участі збірної команди України в чемпіонатах Європи та світу.

Позитивний ефект у цьому випадку можуть принести міжнародні учбово-тренувальні збори, як за кордоном так і в Україні.

I-й етап (початок січня – 15 вересня 2017 року). Етап відбору команди та участі у чемпіонаті Європи в м. Варшава (Польща) і чемпіонаті світу в м. Будапешт (Угорщина), адаптації спортсменів до нових правил боротьби та проведення змагань, підведення техніко-тактичної майстерності спортсменів під задані Міжнародною федерацією згідно вимоги. Крім того за цей період слід окреслити

коло спортсменів у кожній ваговій категорії (не менше 2-3 осіб), які будуть проводити подальшу підготовку як кандидати до олімпійської команди. Всі зусилля тренерського штабу повинні бути направлені на удосконалення техніко-тактичного арсеналу спортсменів відповідно до нових реалій.

II-й етап (15 вересня 2017 року – 31 грудня 2017 року). Етап базової підготовки команди до участі в олімпійській кваліфікації: підвищення рівня загальної та спеціальної фізичної підготовки, удосконалення технічної майстерності та тактичної підготовки спортсменів. Це, також, етап підготовки та участі у чемпіонаті України 2017 року в м. Суми, та формування списків кандидатів до олімпійської команди за ваговими категоріями (закінчує перший річний цикл підготовки до Олімпійських ігор). За результатами чемпіонатів Європи, світу та міжнародних турнірів, а також чемпіонату України 2017 року окреслюється склад кандидатів до збірної команди, які продовжують підготовку до змагань олімпійської кваліфікації та офіційних стартів 2018 року. Крім того формується основний склад та штатна збірна команда України з дзюдо.

На протязі року вносяться корективи до тактичної, технічної та функціональної підготовки спортсменів, збирається інформація про можливих основних суперників. Важливим на цьому етапі є також відповідне медико-біологічне забезпечення та фармакологічна корекція фізичного та психологічного стану спортсменів.

III-й етап (2018 рік). Перший рік олімпійської кваліфікації. Мета: Удосконалення техніко-тактичної майстерності, покращення загально-фізичної та спеціальної підготовки та підвищення функціональних можливостей спортсменів. Забезпечення базової підготовки команди та участь в олімпійському відборі. Завданням цього етапу є досягнення спортсменами максимально можливих результатів у всіх запланованих відбіркових стартах (відповідно до індивідуальних планів) щоб якомога вище піднятися в Світовому Рейтинговому Списку своїх вагових категорій для створення рейтингової бази перед другим роком олімпійської кваліфікації та утримування свої позиції на рівні не нижче межі олімпійського відбору.

Перша частина (січень – травень 2018 року) включає в себе низку міжнародних турнірів відповідно до індивідуальних планів, а також чемпіонат Європи.

Друга частина відбору (червень 2018 – грудень 2018 року) включає в себе участь у відбіркових міжнародних турнірах, а також підготовку до головного старту першого року олімпійської кваліфікації – чемпіонат світу 2018 року. Після чемпіонату України 2018 року та враховуючи результати олімпійської кваліфікації першого року мають бути остаточно сформовані списки кандидатів до олімпійської команди за ваговими категоріями, які і будуть продовжувати боротьбу за олімпійські ліцензії та паралельно вести підготовку до чемпіонатів Європи та світу.

IV-й етап (2019 рік). Другий рік олімпійської кваліфікації. Мета: Удосконалення техніко-тактичної, функціональної та психологічної підготовленості членів збірної команди України, забезпечення підготовки та гідної участі збірної в чемпіонатах Європи та світу. Крім того найголовнішим завданням 2019 року для всіх кандидатів до олімпійської команди є збереження та покращення позицій в рейтингових списках олімпійської кваліфікації, завойованих після першого року відбору для отримання від 8 до 10 олімпійських ліцензій

Включає в себе таку ж саму кількість відбіркових стартів як і перший рік відбору. Закінчується міжнародним турніром «Майстри» в грудні 2019 року. Має таку ж структуру як і перший рік олімпійського відбору та підготовки.

За результатами дворічного кваліфікаційного відбору буде оголошено склад кандидатів до олімпійської збірної, яка розпочне заключну підготовку до Олімпійських ігор.

V-й етап (червень – серпень 2020 року). Мета: Забезпечення, підготовки та гідної участі у відбіркових турнірах та чемпіонаті Європи 2020 року. Підведення членів олімпійської команди, яку буде визначено за результатами кваліфікації, до рівня найвищої спортивної форми: технічної, фізичної, функціональної та психологічної готовності для участі у головному старті чотириріччя, досягнення максимально можливих результатів на Олімпійських іграх в м. Токіо (Японія).

На цьому етапі проводимо безпосередню підготовку до участі в XXXII Олімпійських іграх з участю в контрольних стартах та національних і міжнародних зборах за індивідуальними планами, затвердженими тренерською радою. Заключний етап підготовки до Олімпійських ігор включає в себе Проведення двотижневого заключного навчально-тренувального збору в Конча-Заспі та відліт до Японії для

проведення часової адаптації та акліматизації не менше ніж за 10 днів до початку змагань.

Календарний план підготовки збірної команди України на 2017 рік.

Процес підготовки збірної команди до основних офіційних стартів (чемпіонат Європи та чемпіонат світу) є складною та динамічною системою. Зміни внесені Міжнародною федерацією дзюдо до змагального календаря надзвичайно ущільнили змагальний графік спортсменів. Умови, за якими жеребкування всіх офіційних і відбіркових змагань проводяться відповідно до рейтингових списків Міжнародної федерації дзюдо змушують спортсменів приймати участь в більшій кількості змагань ніж раніше. Як результат, збільшується кількість тренувань з інтенсивними короткочасними навантаженнями, а підготовка до головних стартів ведеться в режимі щільної змагальної діяльності.

Головним завданням першого етапу підготовки збірної команди України з дзюдо до XXXII Олімпійських ігор на протязі всього 2017 року є адаптація спортсменів до змін у правилах проведення змагань та нововведень щодо техніки боротьби. Крім того завданням збірної команди України з дзюдо є успішний виступ на чемпіонаті Європи 20-23 квітня в м. Варшава (Польща) та чемпіонаті світу 27 серпня – 3 вересня в м. Будапешт (Угорщина).

Запропонований Міжнародною федерацією та Європейським союзом дзюдо календар змагань на 2017 рік (див. додаток) можна умовно розділити на шість частин (тренувально-змагальних циклів) на які можна розбити підготовку збірної команди України з дзюдо:

1). початок січня – 5 березня 2017 року. Підготовка та участь в міжнародних змаганнях, кваліфікаційних до Світового Рейтингового Списку (Континентальних кубках, турнірах “Великий Шолом” та “Гран-Прі”). Відбір кандидатів для участі у чемпіонаті Європи. Включає в себе два мікроцикли по підготовці від двох до чотирьох змагальних мікроцикли безпосередньо пов’язаних з участю в турнірах відповідно до індивідуальних планів спортсменів;

2). 6 березня – 30 квітня 2017 року. Підготовка та участь збірної команди у чемпіонаті Європи. Включає в себе три мікроцикли, а саме:

- міжнародний тренувальний збір з 6 по 9 березня в м. Німбурк (Чехія) для першого складу збірної з наступною участю 10-12 березня в міжнародному турнірі “Великий Шолом” в м. Баку (Азербайджан);

- передзмагальний мікроцикл з заключним навчально-тренувальним збором з 3 по 18 квітня на ДОНСЦ «Конча-Заспа» перед чемпіонатом Європи;

- змагальний мікроцикл – участь безпосередньо в чемпіонаті Європи в м. Варшава (Польща) 20-23 квітня. По закінченні чемпіонату десятиденний відновлювальний мікроцикл.

3). 9 травня – 30 липня 2017 року. Етап базової підготовки до чемпіонату світу з участю в Континентальних кубках, турнірах “Великий Шолом” та “Гран-Прі”, кваліфікаційних до Світового Рейтингового Списку, як контрольних стартах, та базовому міжнародному навчально-тренувальному зборі в м. Кастеллдефелс (Іспанія). Закінчується відкритим континентальним кубком 22-23 липня в м. Мінськ (Білорусь) та міжнародним тренувальним табором 24-29 липня, після нього. Включає в себе чотири – п’ять змагальних та тренувальних мікроциклів, відповідно до індивідуальних планів підготовки спортсменів.

4). 1 серпня – 10 вересня 2017 року. Підготовка та участь збірної команди у чемпіонаті світу. Включає в себе два мікроцикли, а саме:

- передзмагальний мікроцикл з навчально-тренувальним збором з 6 по 20 серпня на ДОНСЦ «Конча-Заспа» та заключним трьох-семиденним збором в м. Ужгород, пов’язаним з переїздом команди для участі в чемпіонаті світу кількома групами;

- змагальний мікроцикл – участь безпосередньо в чемпіонаті світу в м. Будапешт (Угорщина) 27 серпня – 3 вересня 2017 року. По закінченні чемпіонату десятиденний відновлювальний мікроцикл.

5). 12 вересня – 20 жовтня 2017 року. Цикл підготовки та участі в чемпіонаті України 2017 року для формування основного складу та штатної збірної команди України з дзюдо на 2018 рік та окреслення кандидатів до олімпійської збірної команди для участі у міжнародних змаганнях кваліфікаційних до Світового Рейтингового Списку до кінця 2017 року та на 2018 рік – перший рік олімпійської кваліфікації. Проводиться за індивідуальними програмами, проте включає в себе

крім участі безпосередньо у чемпіонаті України ще як мінімум один змагальний мікроцикл відповідно до плану участі збірної команди в міжнародних турнірах.

б). **21 жовтня – кінець грудня 2017 року.** Цикл участі у кваліфікаційних міжнародних змаганнях, базових навчально-тренувальних зборах по підготовці до 2018 року та проходження поглибленого медичного огляду.

Орієнтовний календарний план підготовки збірної команди України з дзюдо з розподілом тренувальних та змагальних навантажень показано в таблиці 11. Якщо прийняти до уваги пропозиції Міжнародної федерації дзюдо щодо незмінності термінів проведення змагань на протязі всього олімпійського циклу, то можна приблизно спланувати тренувальні та змагальні навантаження спортсменів на протязі всього чотирирічного циклу 2017 – 2020 років (таблиця 10).

Враховуючи те, що олімпійська ліцензія має іменний характер, до основної структури підготовки можуть бути внесені індивідуальні зміни та доповнення у відповідності з пропозиціями спортсменів, які входять до елітної та провідної груп підготовки та їх особистих тренерів.

Таблиця 10.

**Орієнтовне планування тренувальних і змагальних навантажень
за роками олімпійського циклу.**

№	Основні показники тренувальної і змагальної діяльності			Роки			
				2017	2018	2019	2020
1.	Кількість днів тренування			262	288	288	202
2.	Кількість тренувальних занять			476	510	510	310
3.	Кількість днів змагань / стартів			17	17	17	9
4.	Обсяг тренувальних навантажень			1428	1530	1530	930
5.	Інтенсивність тренувальних навантажень (ступінь напруженості тренувальної роботи в загальному обсязі тренувальних навантажень) %, ЧСС	100	>190	132	156	156	100
		95	170-190	154	170	170	110
		85	150-170	510	524	524	350
		70	130-150	464	500	500	270
		40	90-130	168	180	180	100
6.	Обсяг змагальних навантажень			204	204	204	108
7.	Загальний обсяг навантажень			1632	1734	1734	1038
8.	Контрольні нормативи						

Таблиця 11.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

підготовки збірної команди України з дзюдо з розподілом тренувальних і змагальних навантажень на 2013 рік.

Основні показники тренувального процесу			місяці																								всього	
			січень		лютий		березень		квітень		травень		червень		липень		серпень		вересень		жовтень		листопад		грудень			
			пл	в	пл	в	пл	в	пл	в	пл	в	пл	в	пл	в	пл	в	пл	в	пл	в	пл	в	пл	в	пл	в
Кількість днів тренування			25		20		26		21		23		20		23		20		20		23		21		22		262	
Кількість тренувальних занять			38		32		42		38		38		40		46		40		36		42		42		42		476	
Кількість днів змагань /стартів/*					2		2		2		2		2		1		2		1		2		1				17	
Обсяг тренувальних навантажень			114		96		126		114		114		120		138		120		108		126		126		126		1428	
Інтенс. тренув. навант. %, ЧСС	100	>190	10		8		14		12		10		12		14		16		8		10		10		8		132	
	95	170-190	12		10		16		12		12		14		18		16		8		12		12		14		154	
	85	150-170	38		36		50		42		38		40		44		38		38		46		48		52		510	
	70	130-150	38		32		34		36		40		40		44		40		36		44		42		38		464	
	40	90-130	16		10		12		12		16		14		18		10		18		14		14		14		168	
Обсяг змагальних навантажень год./хв.*					24		24		24		24		24		12		24		12		24		12				204	
Загальний обсяг навантажень			114		120		150		138		138		144		150		144		120		150		138		126		1632	
Календар змагань	головні						ЧС (о/к)							ЧС (о/к)				ЧУ										
	відбіркові			МТ**		МТ				МТ		МТ					МТ							МТ				
	контрольні												МТ					МТ						КУ				
	підготовчі														МТ						МТ							
Навчально-тренувальні збори			К-3 (баз.)		Париж		Чехія, “Зар.”		К-3 (закл.)		відн		Сл.		Ісп.		Нім. К-3		Відн.						К-3, “Зар”			
Контрольні нормативи																												
Види обстежень			ПО		ПО		ОО		ПМО		ПО		ПО		ПО		ОО		ПО		ПО		ПО		ПМО			
Відновлюв. заходи, год.	сауна		14		10		14		16		14		12		12		14		16		14		12		14		162	
	масаж		8		8		8		8		8		8		8		8		8		8		8		8		96	
	басейн		2		2		4		2		4		4		4		2		4		4		4		4		40	
Фармакологія			Відповідно до місячних планів фармакологічної підготовки																									

* - змагання – один календарний день – 12 годин;

** - згідно з календарним планом участі у змаганнях, затвердженим тренерською радою.

Безперечно, в процесі підготовки та олімпійського відбору до ігор XXXII Олімпіади ці плани зазнають змін та коригувань, але вони мають бути базовими для розробки індивідуальних планів підготовки для кожного з спортсменів – кандидатів до олімпійської команди.

Система відбору кандидатів у збірну команду України та стартові склади.

Початок олімпійського циклу супроводжується відбором кандидатів до складу національної збірної команди України. Враховуючи зміни в правилах боротьби та правилах проведення змагань, високу інтенсифікацію міжнародного та європейського календаря змагань, формування складу команди потрібно почати з визначення цільової мети її підготовки і кола спортсменів, які готові докласти максимум зусиль для досягнення цієї мети або мають найкращі показники комплексної оцінки перспективності спортсменів. В деяких вагових категоріях на протязі чотириріччя відбудеться зміна поколінь або лідерів, що пов'язано з інтенсивною системою відбору, що також повинно бути враховано під час формування команди.

Головною метою підготовки збірної команди України з дзюдо до Ігор XXXII Олімпіади в Токіо (Японія), як і минулого олімпійського циклу є отримання від 8 до 10 олімпійських ліцензій та завоювання не менше однієї медалі. Необхідно, також, створити такі умови щоб претендентами на отримання медалі були спортсмени в декількох вагових категоріях, що значно підвищить шанси на досягнення головної мети.

Формування штатної збірної команди проходить з урахуванням результатів спортсменів в олімпійському циклі 2013 – 2016 років (як дорослих так і молодіжних) та їх перспектив на олімпійський цикл 2017 – 2020. При окресленні кандидатів до збірної орієнтуємося також на міжнародний змагальний досвід, рівень спеціальної та загальної підготовки, функціональні резерви, плановірність та динаміку зростання результатів і вікову межу. Крім того, серед загальних вимог до спортсменів, які були включені в списки головної команди, кандидатів та резерву потрібно виділити: високий рівень мотивації на досягнення результатів

високого рівня, високий рівень техніко-тактичної підготовки, виконання індивідуальних планів підготовки, високий рівень психологічної підготовки та відмінний стан здоров'я.

Велику роль в створенні конкурентоспроможної команди відіграє, також, створення колективу одностайців (як спортсменів так і тренерів) який зможе вирішувати важливі та складні задачі на шляху досягнення головної мети чотириріччя – Олімпійських ігор. Всі ці аспекти і є основоположними принципами в процесі формування штатної збірної команди та кандидатів. Крім цього до резерву збірної команди обов'язково повинні бути включені найперспективніші молоді спортсмени (юніори та кадети).

Відповідно до критеріїв для комплектування національних збірних команд України з літніх олімпійських видів спорту (додаток 2 до Положення про національні збірні команди з видів спорту визнаних в Україні), для входження до основного складу збірної команди України з дзюдо, спортсмени мають виконати наступні вимоги:

- Олімпійські ігри, чемпіонат світу 1 – 7 місце;
- чемпіонат Європи 1 – 5 місце (особисто), 1 – 3 місце (в команді);
- кубок світу або кубок Європи 1 – 3 місце;
- чемпіонат України 1 – 5 місце;
- чемпіонат світу серед юніорів 1 – 5 місце;
- чемпіонат Європи серед юніорів або молоді 1 – 3 місце;

Формування штатної збірної та визначення основного складу збірної команди України з дзюдо після чемпіонату України серед чоловіків та жінок 18 – 19 листопада 2016 року в м. Києві стало першим етапом формування списку кандидатів до майбутньої олімпійської команди. Середній вік чемпіонів України становив 25,6 років (чоловіки), 25,7 років (жінки). Середній вік збірної команди України з дзюдо, що приймала участь в XXXI Олімпійських іграх в Ріо-де-Жанейро складав 28 років. Крім того до списку кандидатів до збірної було включено призерів чемпіонатів Європи 2016 року серед юніорів до 21 року та молоді до 23 років.

Особливу увагу на початку олімпійського циклу потрібно приділити спортсменам та спортсменкам, яким в 2020 році виповниться від 24 до 27 років. Цей вік вважається найбільш оптимальним для досягнення максимально можливих спортивних результатів. Хоча не слід забувати про більш вікових спортсменів або талановиту молодь, яка вже зараз має досвід участі у великих міжнародних змаганнях. Варто створити належні умови для підготовки спортсменів, щоб вони могли показати свій максимально найкращий результат на головному старті чотириріччя.

На сьогодні, встановлення вікового цензу для членів збірної команди тренерським штабом не розглядається. На даному етапі вік спортсмена не є принциповим показником. Навпаки, досвід та відношення до тренувального процесу досвідчених вікових спортсменів є гарним прикладом для наслідування молодими спортсменами. В більшій мірі увага звертається на конкурентоспроможність спортсменів як на внутрішніх так і міжнародних змаганнях. В зв'язку з внесеними міжнародною федерацією змінами до правил змагань важливішим є не вік спортсмена, а його здатність якомога швидше адаптуватись до нових правил та умов ведення боротьби. Тому в 2017 році більша увага буде приділятися саме цій проблемі, а не проблемі віку спортсмена. Крім того, досвід та відношення до тренувального процесу досвідчених вікових спортсменів є гарним прикладом для наслідування молодими дзюдоїстами.

Слід, також, зазначити, що на кінець 2016 року практично в усіх вагових категоріях завершилась зміна поколінь. Крім того у вагових категоріях, де виступають вікові спортсмени є один-два молоді перспективні спортсмени, які вже мають досвід виступів та перемог на офіційних міжнародних змаганнях та складають найближчий резерв збірної команди Колесник Андрій (23), Хаммо Яків, Рудник Антон, Сапсай Анастасія (по 22), Зверев Сергій, Савицький Антон, Хомула Артем, Турчин Анастасія, Каланіна Єлизавета (по 21), Ядов Богдан, Скора Марія (20), Хрящевська Ірина (18) Білодід Даря (17), тощо.

В конкуренції з лідерами збірної Зантарая Георгієм, Дреботом Сергієм, Синявським Вадимом, Бондаренко Станіславом, Ньябалі Кеджау, Лучиним

Дмитром, Черняк Мариною, Яр'омкою Світланою, Кіндзерською Іриною, Гевондян Шушаною та іншими можна буде створити команду здатну вирішувати будь-які завдання, поставлені перед нею. Теоретично, саме ці спортсмени мають стати основними претендентами на олімпійські ліцензії 2020 року та скласти основу збірної на майбутній олімпійський цикл.

Кандидатури претендентів на входження до основного складу збірної команди України з дзюдо, кандидатів та резерву було обговорено та прийнято на розширеній тренерській раді 9 грудня 2016 року. Всі кандидати до збірної пройшли поглиблений медичний огляд та тестування кандидатів до основного складу збірної команди України з дзюдо на 2017 рік.

Протягом олімпійського циклу цей склад зазнає змін, та безумовно зменшиться до реальних кандидатів. Але на період 2017 року це є той склад спортсменів, що мають пріоритетність на участь у відкритих континентальних кубка, турнірах Гран Прі та “Великого Шолому”, відбірних до чемпіонату Європи та чемпіонату світу (таблиці 12, 13).

За ваговими категоріями та рівнем міжнародної конкурентоспроможності серед спортсменів основного складу, враховуючи їх олімпійські перспективи, було виділено три групи: елітну, провідну та перспективну.

**Спортсмени збірної команди України з дзюдо
за рівнями конкурентоспроможності на міжнародній арені.**

Таблиця 12.

- жінки

Вагова категорія	Перша група (елітна)	р/н	Друга група (провідна)	р/н	Найближчий резерв (перспективна)	р/н
48 кг	Черняк Марина	1988	Білодід Дар'я	2000		
52 кг			Буйок Марія Чертил Катерина	1990 1995		
57 кг			Гевондян Шушана	1989	Скора Марія	1996
63 кг					Хрящевська Ірина Антипіна Анастасія Шевченко Анастасія	1999 1999 1993
70 кг					Дроздова Людмила	1997
78 кг			Турчин Анастасія	1995		
п. 78 кг	Алієва Ірина Яр'омка Світлана	1991 1989	Каланіна Єлизавета	1995	Сапсай Анастасія Тарасова Галина Кириченко Василина	1994 1992 1996

Таблиця 13.

- чоловіки

Вагова категорія	Перша група (елітна)	р/н	Друга група (провідна)	р/н	Найближчий резерв (перспективна)	р/н
60 кг					Лесюк Артем Мишалов Сергій Моргоев Бекіrbек	1996 1999 1996
66 кг	Зантарає Георгій	1987	Хачатрян Геворг	1991	Ядов Богдан Марандян Каро	1996 1997
73 кг			Дребот Сергій Канівець Дмитро Хомула Артем	1987 1990 1995		
81 кг					Зусько Богдан Кривчач Сергій	1994 1998
90 кг	Ньябалі Кеджау Синявський Вадим	1990 1987	Бережний Дмитро	1988		
100 кг			Лучин Дмитро Савицький Антон	1991 1995	Романюк Олександр	1992
п.100 кг	Хаммо Яків Бондаренко Станіслав	1994 1987	Колесник Андрій Гордієнко Олександр	1993 1990	Панько Федір Зверев Сергій Рудник Антон	1996 1995 1994

Не зважаючи на кризові явища в економіці країни, якомога більша кількість спортсменів з вище вказаного складу повинна взяти участь в запланованих міжнародних турнірах, що допоможе більш якісно відібрати команду для участі в чемпіонатах Європи в м. Варшава (Польща) та світу в м. Будапешт (Угорщина), дасть необхідний міжнародний змагальний досвід перед чемпіонатом світу, полегшить формування штатної збірної команди України з дзюдо на 2018 рік. Враховуючи те, що олімпійські ліцензії 2020 року мають іменний характер буде закладена основа олімпійської збірної команди України з дзюдо та впорядковано її кількісний склад.

Для підвищення конкуренції в команді та створення умов для передачі досвіду від досвідчених атлетів молодим та перспективним спортсменам всі навчально-тренувальні збори основної команди мають проходити з підключенням до них молодіжної, юніорської і навіть кадетської збірних. Спільні тренування разом з провідними українськими дзюдоїстами надихають молодь на досягнення високих спортивних результатів. Разом з досвідом старших спортсменів молоді хлопці та дівчата переймають деякі технічні та тактичні аспекти, підвищують свій інтелектуальний рівень в дзюдо. В результаті маємо успішні виступи збірних команд всіх вікових груп на міжнародній арені.

Необхідно також підключення молоді до участі у відкритих континентальних кубках, турнірах Гран Прі та “Великого Шолому” та міжнародних навчально-тренувальних зборах частково за кошти обласних управлінь, федерацій та спонсорів, частково за кошти Державної служби молоді та спорту України. Список таких спортсменів затверджується тренерською на кожний змагальний рік. Знаходження молодих спортсменів поряд з досвідченими дзюдоїстами дасть можливість максимально безболісно пройти зміну поколінь, яка частково може торкнутися команди на протязі чотириріччя. Комплексній науковій групі (КНГ) разом з тренерами збірних команд та провідними спеціалістами необхідно створити державну програму розвитку дзюдо в Україні. Одним з розділів цієї програми має бути комплексна програма підготовки, розвитку та збереження олімпійського резерву.

Крім того необхідною умовою для якісної підготовки олімпійського резерву є проведення якісної селекційної роботи серед молодих спортсменів, сприяння у їх бажанні досягнути високих спортивних результатів, дотримання тренерським штабом визначеної та затвердженої тренерською радою системи відбору, спортивних принципів та правил чесної гри. Для досягнення цього завдання проводяться чемпіонати України для вікових груп до 16, до 17, до 18, до 21 року та велика кількість всеукраїнських турнірів, які в повній мірі дозволяють стежити за розвитком молодих і талановитих спортсменів. Крім того кандидати до збірної команди до 18 та до 21 року вже декілька років проходять відбір для участі у чемпіонатах Європи та світу за розробленою тренерським штабом програмою відбору та підготовки, яка включає себе участь у чотирьох Кубках Європи для набору рейтингових очок, а також у навчально-тренувальних зборах після них.

Ще одним важливим чинником щодо підготовки олімпійського резерву багато років поспіль було проведення в Україні двох Кубків Європи до 18 та до 21 року, які входили до календарного плану Європейського союзу дзюдо. В тренувальних таборах після цих турнірів мала можливість взяти участь велика кількість молодих українських спортсменів. Сподіваємось, що в найближчі роки знову з’явиться можливість для проведення цих змагань на території України.

6. Організаційні форми підготовки збірної команди України з дзюдо.

Ефективність організаційної системи підготовки збірної команди та всієї організаційної системи дзюдо в Україні в цілому залежить від якості проведення безпосередніх заходів структурами спорту та готовності до цього самих структур спорту. Аналіз спеціальної літератури та власні спостереження показують що з метою якісної підготовки збірної команди України з дзюдо до Олімпійських ігор в м. Токіо (Японія) та недопущення повторення помилок двох останніх олімпійських циклів необхідно вирішити наступні організаційно-методичні завдання:

1. Федерації дзюдо України спільно з Міністерством молоді та спорту на протязі року розробити та легалізувати Державну програму розвитку дзюдо в Україні на 2018-2024 роки.

2. Створити Національний центр олімпійської підготовки з дзюдо, з сучасним обладнанням та інвентарем, в якому могли б проходити підготовку на протязі року збірні команди України всіх вікових груп (подібно до інституту “Кодокан” в Японії, інституту дзюдо у Франції, центрів олімпійської підготовки дзюдо в Росії, Грузії, Азербайджані тощо).

3. Стабілізувати календар проведення всеукраїнських змагань і навчально-тренувальних зборів для всіх вікових груп, привівши його у відповідність до європейського та міжнародного календарів змагань.

4. Розробити та затвердити тренерською радою єдині критерії та вимоги для відбору кандидатів до збірних команд України всіх вікових груп, при забезпеченні гласності, прозорості та рівних можливостей для спортсменів-кандидатів.

5. Раціонально поділити засоби, методи і обсяг навантажень в залежності від рівня підготовки спортсменів в річних циклах і їх індивідуальних особливостей.

6. Оптимізувати процес підвищення спортивної форми спортсменів до головних стартів за рахунок ефективного використання тренувальних занять і змагальних стартів, які моделюють змагальну діяльність з індивідуальною установкою їх періодичності, рівня конкуренції і кількості.

7. Досягти, в роботі з дорослими національними збірними командами серед чоловіків та жінок, обсягів загальних і спеціальних тренувальних навантажень рівня, що відповідають показникам провідних спортсменів світу.

8. Удосконалити форми обліку і планування тренувальних навантажень, участі у змаганнях, а також звітність членів збірної команди по індивідуальним планам. Враховуючи досвід провідних дзюдоїстських держав та наукових досліджень в сфері дзюдо, розробити системи поточного та контрольного тестування членів збірних команд України за віковими групами.

9. Підвищувати техніко-тактичну майстерність спортсменів, рівень їх загальної та спеціалізованої фізичної підготовки.

10. Необхідним елементом багаторічної підготовки є організація ефективних відновних заходів. Тому потрібно удосконалити систему відновлення та фармакологічного забезпечення, створити умови для сучасного медико-біологічного контролю за спортсменами.

7. Необхідні матеріально-технічні умови підготовки збірної команди України з дзюдо на олімпійське чотириріччя.

Для створення умов підготовки висококваліфікованих дзюдоїстів необхідно підвищити рівень матеріально-технічного оснащення олімпійських баз і безпосередньо збірної команди України з дзюдо. Необхідно, також, покращити матеріально-технічне забезпечення основних центрів підготовки спортсменів до національних команд усіх вікових груп. Це дасть змогу поліпшити селекційну роботу та підвищить конкуренцію в боротьбі за місце в збірній команді. Доцільно створити в Києві національний Центр олімпійської підготовки з дзюдо з сучасним обладнанням, інвентарем та медико-відновлювальними заходами для підготовки збірних команд України з дзюдо, проведення національних та міжнародних змагань і зборів, семінарів, тощо.

Для забезпечення успішної підготовки до Олімпійських ігор 2016 року необхідно здійснити заходи додаткового обладнання на базах олімпійської підготовки:

1. ДОНСЦ «Конча-Заспа» (м. Київ):

- будівництво нового залу для дзюдо не менше ніж на чотири татамі (краще шість); придбання для нього татамі, що відповідають міжнародним стандартам, 8-10 манекенів та 10 канатів (включаючи спеціалізовані), м'які мати та м'ячі для медицинболу;

- виділення для видів єдиноборств окремого тренажерного залу та придбання спеціалізованих тренажерів для залу дзюдо;

- створити на базі ДОНСЦ «Конча-Заспа» та відділення НДІ лабораторію науково-методичного та медичного забезпечення збірних команд України з видів єдиноборств за рахунок штатних одиниць КНГ та інших фахівців. Лабораторія повинна мати окреме фінансування для відрядження спеціалістів з метою надання практичної допомоги та проведення дослідної роботи на офіційних міжнародних змаганнях.

2. УСБ «Заросляк» (м. Ворохта). Незважаючи на ті позитивні зміни які проходять на базі необхідно додатково:

- придбати 3-4 манекени, двоє електронних вагів та шість канатів (включаючи 3 спеціалізовані);

- подальше оновлення тренажерного залу та встановлення на території бази комплексу перекладин, брусів, пристосувань для виконання вправ для пресу, тощо;

- подальше покращення побутових умов та умов для відпочинку;

- створення медико-відновлювального кабінету з усім необхідним обладнанням для роботи лікарів збірних команд.

3. Відкриття в м. Києві Національного центру олімпійської підготовки з дзюдо (з залом не менше ніж на чотири татамі, всім необхідним обладнанням, тренажерним та ігровим залами, басейном, медико-відновлювальним та готельним комплексами) в якому могли б проходити підготовку на протязі року збірні команди України всіх вікових груп.

4. Створення в м. Ужгород, на базі місцевої ДЮСШ (спортивний комплекс «Падіюн»), спільно з федерацією дзюдо Закарпатської області центру підготовки

збірних команд України з дзюдо, що дасть можливість проводити спільні навчально-тренувальні збори з європейськими збірними різних вікових груп та суттєво скоротить видатки на підготовку та участь національних збірних команд в міжнародних змаганнях в Угорщині, Румунії, Австрії, Чехії, Словаччині, Польщі, тощо.

Обладнання та інвентар необхідні для проведення успішної підготовки до Олімпійських ігор 2020 року, наведено в таблиці 14.

Таблиця 14.

Обладнання та інвентар необхідні для забезпечення збірної команди України з дзюдо.

Найменування інвентарю, форми і обладнання	Вартість одного наймен.	2017		2018		2019		2020	
		необх.	в.	необх.	в.	необх.	в.	необх.	в.
Татамі		2		6		6			
Ліцензійне програмне забезпечення проведення змагань		1							
Ваги (електронні)		5		5		5		5	
Цифрова відеокамера				2		1		1	
Ноутбук				1		1		1	
Манекени		8		8		8		8	
Тренажерні комплекси		1		2		1		1	
Канати (включаючи спеціалізовані)		10		10		10		10	
Кімоно		120		120		150		150	

На всіх базах олімпійської підготовки необхідно перейти на сучасні системи забезпечення харчування («шведський стіл»), здійснити заходи по реконструкції спальних корпусів та покращити медико-відновлювальне забезпечення.

Необхідно проводити екіпірування збірної команди сучасною спеціалізованою формою провідних світових виробників «Noris», «Adidas», «Mizuno», «Matsuru» або «Green Hill», яка б відповідала вимогам Міжнародної федерації та Європейського союзу дзюдо.

Використовуючи передовий досвід інших країн, на базі провідних спортивних шкіл або клубів, які є основними базами по підготовці членів, кандидатів та резерву збірної команди України з дзюдо, доцільно було б створити

міжрегіональні або обласні центри розвитку дзюдо, забезпечивши їм фінансову, методичну та матеріально-технічну допомогу (міста – Київ, Дніпропетровськ, Донецьк, Запоріжжя, Харків). Це також стосується регіонів, де проводяться базові або заключні етапи підготовки національної команди різних вікових груп до чемпіонатів Європи та світу (міста – Ужгород, Рівне, Кременчук (Полтавська область), Чернігів, Луцьк, Суми та Львів).

8. Кадрове забезпечення підготовки збірної команди України з дзюдо.

На жаль, на протязі олімпійського циклу 2013–2016 років зі збірними командами не завжди працювала група однодумців, діяльність яких була б направлена на досягнення спортсменами максимально можливого результату. Питання в координації діяльності тренерського штабу збірних команд з особистими тренерам, керівництвом Федерації та працівниками Міністерства заважали проведенню оптимального тренувального процесу та досягнення максимального результату. Не зважаючи на це плідно працювали тренерські ради збірних всіх вікових груп. Всі питання, що виникали вирішувались тренерською радою Федерації дзюдо України виходячи з принципів спортивного відбору та правил чесної гри.

В 2017 році необхідно розробити і затвердити керівництвом Мінмолодьспорту та ФДУ «Положення про тренерську раду федерації дзюдо України», продовжити та удосконалити роботу тренерських рад збірних команд всіх вікових груп.

На даний час до штатних працівників збірної команди України з дзюдо, які безпосередньо проводять роботу зі спортсменами, входять крім державного та головного тренера ще два старші тренери збірної команди серед чоловіків та жінок, два начальники команди та провідний тренер, по два тренери-лікарі та тренери-масажисти. Всі старші тренери за віковими групами працюють на громадських засадах. Для допомоги старшим тренерам під час проведення навчально-тренувальних зборів викликаються особисті тренери спортсменів, що негативно впливає на якість роботи в регіонах.

Для забезпечення більш якісної роботи збірних команд доцільним було б виділення ще трьох (мінімум двох) ставок старших тренерів з резерву та тренера-психолога. Старші тренери з резерву мали б працювати з молодіжними та юніорськими командами та виконувати функції тренерів відповідальних за окремі вагові категорії в збірних командах України серед чоловіків та жінок. Особливо важливою була б робота старшого тренера з жіночого резерву. На фоні деякого зниження кількості дівчат, які займаються дзюдо, це дало б можливість покращити селекційну роботу, контроль за техніко-тактичною та спеціальною підготовкою молодих спортсменок.

Доцільно було б умовно розділити чоловічу та жіночу збірні команди на три групи за ваговими категоріями (легкі, середньо вагові та важкі вагові категорії) та визначити тренерів, які будуть відповідати за збір та узагальнення інформації про майбутніх основних суперників в цих групах за ваговими категоріями і допомагати старшому тренеру в їх підготовці. Це дасть змогу посилити селекційну роботу та більш плідно та планомірно проводити підготовку резерву до національної збірної команди. Корисним було б також використання провідних українських дзюдоїстів, які закінчили активні виступи в складі збірної команди України як помічників старших тренерів збірних за віковими групами. Для цього необхідно дослідити та врахувати досвід провідних дзюдоїстських держав: Японії, Кореї, Франції, Росії, Бразилії, тощо та використовувати потенціал федерації дзюдо України.

Всі особисті плани спортсменів-кандидатів до олімпійської збірної по підготовці та участі у змаганнях повинні бути узгоджені на тренерській раді, а тренери і спортсмени повинні чітко знати критерії відбору до головних змагань та розуміти поставлені перед ними завдання. Доцільно також визначити тренерів, які будуть відповідати за підготовку певних вагових категорій та збір і узагальнення інформації про майбутніх основних суперників в цих категоріях.

Кадрове забезпечення національної збірної команди України подано у таблиці 15.

Таблиця 15.

Кадрове забезпечення збірної команди України з дзюдо.

№	Посада в штаті збірної команди	Кількість фахівців							
		2017		2018		2019		2020	
		є	необх.	є	необх.	є	необх.	є	необх.
1.	Державний тренер	1	1	1	1	1	1	1	1
2.	Головний тренер	1	1	1	1	1	1	1	1
3.	Старший тренер	2	2	2	2	2	2	2	2
4.	Старший тренер з резерву (чол.)	---	2	---	2	---	2	---	2
5.	Старший тренер з резерву (жінки)	---	2	---	2	---	2	---	2
6.	Тренер з НМЗ	1	1	1	1	1	1	1	1
7.	Тренер-лікар	2	2	2	2	2	3	2	3
8.	Тренер-масажист	2	2	2	2	2	3	2	3
9.	Тренер-психолог	---	1	---	1	---	1	---	1
10.	Начальник команди	2	2	2	2	2	2	2	2
11.	Тренер-адміністратор	---	1	---	1	---	1	---	1

Віковий ценз тренерів з дзюдо в Україні в середньому 30-60 років. Скоротилося число спеціалістів, яких випускають вищі навчальні заклади, а якість їх підготовки значно знизилась. Молоді спеціалісти, які закінчили спеціальні навчальні заклади, на тренерську роботу частіше не ідуть в зв'язку з відсутністю на спортивних базах належних умов для проведення навчально-тренувальної роботи та достатнього матеріального забезпечення. Для сучасного розвитку дзюдо в Україні головною, важливою та складною проблемою є якісна (фахова) сторона підготовки та перепідготовки спеціалістів. Це особливо чітко проявилось в декілька останніх років після внесення Міжнародною федерацією дзюдо змін в правила проведення змагань. Проте велика частина спеціалістів, як молодих так і вікових, активно цікавиться всіма змінами та нововведеннями, які відбуваються в сучасному дзюдо. Для підвищення рівня підготовки тренерів з дзюдо в Україні необхідно здійснити наступні заходи:

- щорічно проводити курси підвищення кваліфікації тренерів і семінари із залученням вітчизняних та зарубіжних фахівців;
- здійснювати ліцензування тренерів;

- забезпечити тренерсько-викладацький склад методичною, практичною, популярною літературою та відеоматеріалами;
- залучати провідних тренерів областей для участі в навчально-тренувальних зборах дорослої команди та збірних команд України за віковими групами;
- створити умови для участі молодих та провідних тренерів в семінарах, , що проводяться під егідою Європейського союзу або Міжнародної федерації дзюдо, тощо.

Фахівці, які працюють зі збірними командами за віковими групами повинні дбати про підвищення рівня підготовки тренерів з регіонів, які входять до тренерських рад цих збірних.

9. Фінансове забезпечення підготовки збірної команди України з дзюдо.

Фінансове забезпечення є однією з найбільш гострих проблем в розвитку дзюдо на Україні. Нова соціально-економічна ситуація, що склалася в країні, суттєво відображається на матеріально-технічному забезпеченні підготовки висококваліфікованих спортсменів. Багато спортивних споруд закриваються або перепрофілюються, зменшується кількість СДЮШОР та ДЮСШ. Не зважаючи на це велика кількість залів для занять дзюдо є в Дніпропетровській, Запорізькій, Харківській, Полтавській та Одеській областях і м. Києві, створені умови для функціонування залів дзюдо в містах Рівне, Ужгород, Чернігів, Луцьк та деяких інших обласних центрах.

Цілком очевидно, що хоча функціонування дзюдо в Україні забезпечується головним чином за рахунок стабільного надходження коштів із державного бюджету, необхідно також ефективно використовувати кошти федерації дзюдо України та інших джерел фінансування (місцеві бюджети, комерційні фірми, клуби, тощо).

Зміни, внесені Міжнародною федерацією дзюдо до календаря спортивних заходів та системи олімпійського відбору, ведуть до збільшення кількості змагань в яких змушені будуть приймати участь спортсмени. Ця ситуація тісно пов'язана із збільшенням витрат на проведення і підтримку навчально-тренувального та

змагального процесів, відновлення спортсменів та медико-фармакологічне забезпечення. Крім того на загальну картину накладаються кризові та інфляційні процеси, пов'язані з анексією Криму та окупацією частини Донецької та Луганської областей.

Фінансування національної збірної команди України з дзюдо, що планується на наступний олімпійський цикл подано в таблиці 16.

Таблиця 16.

Фінансове забезпечення підготовки збірної команди України, тис. гривень.

№	Джерела фінансування	Обсяг фінансування, тис. грн..							
		2017		2018		2019		2020	
		пл.	факт	пл.	факт	пл.	факт	пл.	факт
1.	За рахунок Мінмолодьспорту	11935		13000		15000		18000	
2.	За рахунок Федерації	2000		4000		6000		8000	
3.	За рахунок інших джерел	1100		1500		1800		2000	
4.	Всього	15035		18500		22800		28000	

11. Науково-методичне і медичне забезпечення підготовки збірної України.

Співпраця комплексної наукової групи (КНГ) із збірною командою має велике значення. Лише під час олімпійського циклу 2009-2012 років дещо покращилась співпраця між КНГ та збірною командою. Проте, цього не достатньо для вирішення завдань найвищого рівня, що ставляться перед командою. В циклі 2013-2016 років співпраця КНГ зі збірною була недостатня. Збірна команда досі не має гідного, на необхідному рівні, науково-методичного забезпечення підготовки. До напрямків діяльності КНГ необхідно віднести наступні напрямки:

- спільно з тренерським штабом, розробка державної програми розвитку дзюдо в Україні;
- планування чотирирічної підготовки спортсменів;
- розробка основних напрямків та тенденцій розвитку дзюдо в Україні;
- аналіз результатів змагальної діяльності провідних українських та зарубіжних спортсменів;

- збір та аналіз інформації про особливості підготовки провідних дзюдоїстів світу, ведення досьє на ймовірних головних суперників українських спортсменів;
- збір відеоматеріалів та друкованої продукції для створення методичних посібників для підвищення кваліфікації тренерів та спортсменів;
- розробка тестової системи контролю за виконанням спортсменами індивідуальних планів для своєчасного внесення в них необхідних коректив.

Орієнтовний календарний план роботи з науково-методичного та медичного забезпечення збірних команд України з дзюдо на 2017 рік та програма обстежень на поточний рік показані в таблицях 17 та 18.

Таблиця 17.

Календарний план роботи з науково-методичного та медичного забезпечення збірних команд України з дзюдо на 2017 рік.

№	Найменування НТЗ, змагання	Найменування виду обстеження (ПКМО, ОЗД, ЕКО, ПО, ОО)	Місце проведення	Термін проведення	Склад виконавців
1.	Заключний НТЗ до чемпіонату Європи	ЕКО	ДОНСЦ Конча Зазпа	03 – 18.04.	Співробітники КНГ
2.	Чемпіонат Європи	ОЗД	м. Варшава Польща	24 – 28.04.	Лікар та тренери
3.	Заключний НТЗ до чемпіонату Європи (кадети)	ПМО	ДОНСЦ Конча Зазпа	15 – 28.06	Співробітники КНГ
4.	Заключний НТЗ до чемпіонату світу (кадети)	ПМО	ДОНСЦ Конча Зазпа	25.07 – 07.08.	Співробітники КНГ
5.	Заключний НТЗ до чемпіонату світу	КПО, ПМО	ДОНСЦ Конча Зазпа	10-24.08.	Співробітники КНГ
6.	Чемпіонат світу	ОЗД	м. Будапешт Угорщина	27.08-03.09.	Лікар та тренери
7.	Заключний НТЗ до чемпіонату Європи (юніори та юніорки)	ПМО	ДОНСЦ Конча Зазпа	30.08 – 13.09.	Співробітники КНГ
8.	Заключний НТЗ до чемпіонату світу (юніори та юніорки)	ПМО	ДОНСЦ Конча Зазпа	01 – 16.10.	Співробітники КНГ
9.	Заключний НТЗ до чемпіонату Європи (молодь до 23 років)	ПМО	ДОНСЦ Конча Зазпа	26.10 – 10.11.	Співробітники КНГ
10.	НТЗ з ПМО	ПКМО	ДОНСЦ Конча Зазпа	01 – 05.12.	Співробітники КНГ, лікар команди

Етапні та поточні обстеження проводить лікар команди з використанням стандартних методів і тестів. За результатами цих обстежень дається оцінка ефективності тренувального процесу за етап та за необхідністю подаються рекомендації щодо корекції тренувального процесу.

Таблиця 18.

Програма обстежень збірних команд України з дзюдо на 2017 рік.

№	Завдання обстеж.	Тестові вправи	Методи дослідження	Показники, що реєструються	Апаратура
1.	КПО	Медико-біологічні, педагогічні та психологічні методи тестування	Моніторинг ЕКГ та ритму серця, рефлексометрія, психологічне обстеження, диспансерні методи досліджень	Функціональний стан серцево-судинної системи, загальна фізична працездатність, швидкість процесів відновлення	Комплекс функціональної діагностики ергоспірометрії «Jager», велоергометр, комп'ютер, «Кардіо+», «Polar S810i», «Мультипсихометр»
2.	ОЗД	Змагальні сутички	Відео, хронометраж, протоколювання	Об'єм, щільність, оцінка технічних дій, коефіцієнти активності та технічної підготовленості	Відеокамера «JVC», комп'ютерне забезпечення для відео аналізу
3.	ЕКО	Велоергометричний анаеробний тест, тест на стійкість пози, тестування сенсомоторики, педагогічне та психологічне тестування	Велоергометрія, стабілометрія, ЕКГ, рефлексометрія, психологічне обстеження, хронометраж	Функціональний стан серцево-судинної системи, ступінь напружен-ня регуляторних систем, загальна фізична працездатність, параметри нейродинамічних та психічних функцій, коливання ЗЦМ тіла, швидкість процесів відновлення	Комплекс функціональної діагностики ергоспірометрії «Jager», велоергометр, комп'ютер, «Кардіо+», «Polar S810i», стабілограф «Стабілан-01», «Мультипсихометр»
4.	ПО	Ортостатичний тест, тестування сенсомоторики, педагогічне та психологічне тестування	Методи функціональні, психофізіологічні та психологічні	Функціональний стан за функціональною, координаційною та психічною компонентами	«Діагност-1», «Прогноз», «Кардіо+», «Polar S810i», «Мультипсихометр»
5.	ОО	Педагогічне та психологічне тестування	Відеоаналіз тренувальної діяльності, поведінкові реакції	Показники технічної підготовленості, психологічної готовності	Відеокамера «JVC», комп'ютерне забезпечення для відео аналізу

Наукова група та лікарі повинні чітко стежити за станом здоров'я та можливостями функціональних систем спортсменів. Диспансеризація членів збірної команди проводиться не менше двох разів на рік на базі Українського центру спортивної медицини. По закінченні річного циклу проводиться поглиблене медичне обстеження на базі ДНДІФКС в м. Києві. Результати всіх обстежень отримує лікар команди, що дає йому змогу чітко вести медичні та фармакологічні картки спортсменів. Результати обстежень лікар команди доводить до відома головного, старших тренерів та особистих тренерів спортсменів. Це дозволить вчасно відслідковувати та корегувати особистий стан спортсменів та вносити відповідні корективи до процесу підготовки. Всі призначення і рекомендації щодо здоров'я та фізичного стану спортсменів, які робляться на місцях, узгоджуються з лікарем команди. Для цього повинен функціонувати двосторонній зв'язок між лікарем команди з одного боку та спортсменами і тренерами з іншого, що допоможе уникнути допінгових непорозумінь.

12. Контроль реалізації завдань Цільвої Програми у 2017 – 2020 роках

Загальний контроль здійснюють Міністерство молоді і спорту України та Федерація дзюдо України.

В кінці кожного річного циклу підготовки тренерським складом команди разом з КНГ має виконуватись письмовий звіт про виконання Комплексної цільової програми підготовки збірної команди. У звітах відзначається стан підготовки спортсменів та виконання плану за основними показниками тренувального процесу і змагальної діяльності, запланованими місцями у головних або відбірних змаганнях. До звітів додаються показники тестування на кожному з етапів підготовки, а також параметри змагальної діяльності.

Протягом річного тренувального циклу Поглиблений медичний огляд (ПМО) здійснюється 2 рази на рік, ЕКО на кожному з етапів підготовки команди, але не менше 4 разів на рік, поточні (ПО) та оперативні обстеження (ОО) здійснюються на кожному навчально-тренувальному зборі.

ВИСНОВКИ

Головною метою цільової програми є показ основних шляхів вдосконалення підготовки збірної команди України на олімпійський цикл 2017 – 2020 років.

Через низку об'єктивних та суб'єктивних причини, потенціал команди не вдалося реалізувати на Олімпійських іграх в Ріо-де-Жанейро. При правильній реалізації цільової програми підготовки до Олімпійських ігор в Токію, врахуванні помилок допущених при підготовці до ігор 2016 року та досвід участі в них провідних спортсменів та тренерів, впровадженні комплексної програми розвитку дзюдо в Україні можна не тільки оминути зміну поколінь, а і підтягнути до найвищого рівня талановиту молодь і створити сильну, конкурентоспроможну команду.

З великою впевненістю можна сказати, що налагодження порозуміння та взаємодії між керівництвом збірної команди та Федерації дзюдо України, введення нових прогресивних методів тренування, оптимізація тренувального та змагального процесів, взаємодія між тренерами, розуміння спортсменами поставлених перед ними завдань та старання їх виконання, а також оптимізація і покращення атмосфери в команді будуть сприяти не тільки отриманню 8–10 олімпійських ліцензій, а і завоюванню олімпійської медалі.

Крім того це приведе до подальшого розвитку дзюдо в Україні та буде сприяти зміцненню її позицій в європейському та світовому дзюдо.