

**Міністерство освіти і науки України
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
Ізмаїльський державний гуманітарний університет
Харківська державна академія фізичної культури
Львівський державний університет фізичної культури імені
Івана Боберського
Глухівський національний педагогічний університет ім. Олександра
Довженка
London Metropolitan University (Університет Лондон Метрополітен)
Університет Миколи Коперника (Республіка Польща)**

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ

збірник матеріалів IV Всеукраїнської науково-практичної
конференції з міжнародною участю

01 грудня 2023 року

CURRENT ISSUES OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS

collection of materials of the IV All-Ukrainian Scientific and Practical
conferences with international participation

December 01, 2023

Полтава, 2023

СЕКЦІЯ 1

СУЧАСНИЙ ТА ІСТОРИЧНИЙ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ

Безкорвайний О. В., студент групи 101-НГ
*Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»;*
Горголь П. С., завідувач кафедри ХТВС, доцент
*Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

ІСТОРІЯ ЗАРОДЖЕННЯ ТА РОЗВИТКУ ТАЙСЬКОГО БОКСУ

Бойове мистецтво «тайський бокс», зародилося приблизно в XVI столітті. Проте називатися так став тільки після 1767 року. Спочатку цей вид спорту мав назву «май сі сок», але після появи в державі Аютії (нині Тайланд), отримав найменування «пахуют» що значить багатосторонній бій, так і називався до падіння Аютії. Назва «май тай» остаточно була введена після 1930 року, і дослівно трактується, як вільний бокс [1].

Щодо самого його виникнення, то все не так однозначно. Існувало безліч оповідок і легенд, що до появи тайського боксу, які допускають теорію його виникнення понад дві тисячі років тому. Проте все одно, і досі неможливо відповісти на це питання точно. Так склалося, тому що всі записи про це бойове мистецтво зникли, після падіння сіау, яка в 1767 році була завойована бірманською армією. Вміння май таю дуже цінувалися раніше, в сіамському війську з часів Аютії саме цьому стилю, де удари наносяться голими руками, навчалися солдати [2].

Перший серйозний інтерес до муай-тай виник під час правління королеви Нарсун в 1584, відомого як період Аюдхай. На той час усі солдати навчалися муай тай і могли його використати, оскільки цією навичкою володів сам король. Муай тай, який бере свій початок у Чупасаті, поступово перетворився на нове бойове мистецтво. Зміни продовжилися за правління короля Прачао Суа, також відомого як Король-тигр, який настільки любив муай тай, що часто бився під прикриттям на сільських змаганнях, перемагаючи місцевих чемпіонів. За правління Короля-тигра в країні було спокійно. Бажаючи зайняти армію, король наказав усім вивчати муай тай. Інтерес до муай тай продовжував зростати [3].

Тепер що до головних ознак. Бійці перед спарингом, обмотували руки смужками тканини, щоб захистити їх, які потім замінялися на більш щупкіші бавовняні мотузки, просякнуті клеєм. В клей іноді додавали скло, щоб завдати більшої шкоди супротивнику. Захисту теж приділяли увагу. Одягалась певна броня на пах, с кори дерев. Також, тоді не було жодних обмежень, поєдинок продовжувався доти, доки боєць міг виконувати свою пряму функцію. Смертей під час проведення бою тоді теж було не мало[3].

З правил які діяли на той час нічого не збереглося, крім, звісно, основ бойового мистецтва. З'явилися рукавиці, щитки, шоломи, також змінилися методи проведення тренувань. У сучасному тайському боксі дозволяється атакувати кулаками, ногами, литками, ліктями та колінами, тому муай-тай називають «битвою восьми кінцівок» [3].

Удари руками у стилі муай тай традиційно вважаються допоміжними та менш ефективними елементами бою, тому вони не підходять для ударів ліктями, колінами чи ногами. Техніка завдання ударів кулаком у старі часи істотно відрізнялася від нинішньої і, на відміну від традиційних хуків, являла собою тільки красу і довгі кругові удари без фіксації ліктів. З розвитком цього виду спорту та впливом західних бойових мистецтв, особливо боксу, Муай-тай став включати тички, кроси, хуки, аперкоти і молоточкові кулаки (удари нижньою частиною кулака зверху вниз, у перекладі з англійської видувані). hammerfist) та backfist (удар знизу), з англійської). На відміну від традиційного боксу, муай тай відкриває голову атакуючого для контратаки ліктем або коліном, тому не завдає сильного удару по корпусу [2].

Тайський бокс – це мистецтво, яке стало основним бойовим мистецтвом для боксерів змішаної школи в сучасному світі, і продовжує доводити свою ефективність як дієвий тренувальний засіб для професійних спортсменів, особового складу бійців спецпідрозділів, а також як універсальний засіб самозахисту. Але попри всі зміни, це бойове мистецтво не втратило свого первинного вражаючого шарму. І отримало велику популярність у всьому світі [4].

Література

1. Аст'янов В. Н Навчання боксерів. К.: видавництво «Олімпійська Література», 2011.
2. Деякі відомості взяті з робіт «Sparta, thai boxing club».
3. Поєдинок в тайському боксі (Сагат Ной Коклам; 2003 року).
4. Тайський бокс (Сергій Заяшников; 2004 року; видавництво terra sport).

Борков Д. Д., студент групи 101-ТТ
*Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»;*
Горголь П. С., завідувач кафедри ХТВС, доцент
*Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

ВПЛИВ ШАХІВ НА РОЗВИТОК ЛЮДИНИ: ІСТОРІЯ ГРИ

Шахи – це не просто інтелектуальна гра на чорно-білій дошці, це, перш за все, протистояння індивідів, ідей та психологічної витривалості. Шахи навчають нас брати на себе відповідальність за наші вчинки, розвивають вміння аналізувати ситуацію та приймати важкі рішення за відносно невеликий проміжок часу.