

## **БІОМЕХАНІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ УДАРНИХ ДІЙ В ТАЄКВОНДО**

**Грицюк С. О., Адашевський В.М.**

*Національний технічний університет*

*«Харківський політехнічний інститут», м. Харків*

Постійно зростаючий рівень майстерності, посилення конкуренції в таєквондо примушує знаходити нові напрями в дослідженнях біомеханічних характеристик дій спортсмена для вдосконалення технічної майстерності. Основне значення має обґрунтування новітніх методів підготовки спортсменів цього та інших видів спорту, які базуються на сучасних достовірних комплексних методах дослідження цих проблем. Необхідно відмітити що дослідженню цієї проблеми приділялося дуже мало уваги. Тому дослідження, аналіз і розробка раціональних і ефективних ударних дій спортсмена в таєквондо є дуже актуальним.

Для вирішення такого завдання було виконано:

- складені розрахункові схеми і математичні моделі ударних дій спортсмена в таєквондо;
- проведені комплексні експериментально-теоретичні дослідження ударних дій;
- на підставі розрахунків отримані графічні характеристики основних біомеханічних параметрів;
- підготовлені рекомендації для вдосконалення технічної майстерності дій спортсмена в таєквондо.

Складені розрахункові схеми і математичні моделі для дослідження основних біомеханічних параметрів ударних дій спортсмена в таєквондо можуть використовуватися в інших видах єдиноборств.

На основі проведених комплексних експериментально-теоретичних досліджень основних біомеханічних параметрів ударних дій спортсмена в таєквондо можна скласти рекомендації щодо поліпшення біомеханічних характеристик для вдосконалення технічної майстерності спортсмена в таєквондо високого спортивного рівня і спортсменів підготовчих груп.