

2. Зайцева Ю. Специфіка діяльності вчителя фізичної культури як організатора фізкультурно-спортивної роботи в загальноосвітніх навчальних закладах. *Витоки педагогічної майстерності*. Полтава. 2014. Вип. 13. С. 139–144.

3. Карасевич С. А. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-спортивної діяльності у закладах загальної середньої освіти : монографія. МОН України, Уманський держ. пед. унів-т імені Павла Тичини. Умань: ВПЦ «Візаві», 2018. 204 с.

4. Сущенко Л. П., Арефьева Л. П. Моніторинг ефективності підготовки майбутніх учителів фізичної культури до позакласної виховної роботи в старшій школі. *Вісник Запорізького національного університету*. Серія: Педагогічні науки. Запоріжжя. 2009. № 1. С. 133–138.

5. Мельник О. Й. Формування професійно-ціннісних орієнтацій як важлива ланка загально-педагогічної підготовки майбутніх учителів фізичної культури. *Перспективи розвитку науки : междунар. науч.-практ. конф.* (Гданьск, 28-30 нояб. 2011 г.). Гданьск, 2011. С. 90–95.

ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ ТА СТАНОВЛЕННЯ ТАЕКВОН-ДО ІТФ В УКРАЇНІ

Бондаренко Валентина Володимирівна,

*кандидат педагогічних наук, доцент,
кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії й методики
фізичного виховання, адаптивної та масової фізичної культури*

Терещенко Володимир Олегович,

*здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка*

Східні єдиноборства – це водночас філософія, мистецтво, професійний спорт, напрямок оздоровчої рухової активності, це робота над силою духу і всебічною гармонією. Однією із дисциплін східних єдиноборств є таеквон-до (*таеквондо, тхеквон-до, тхе квон до, теквондо, таеквондо*), що ставить за мету поліпшити душевне здоров'я та якість життя, а за допомогою тренування тіла і душі прищеплює фізичні бойові навички. У світі є дві організації таеквон-до, які просувають ідеї корейського бойового мистецтва, але по-різному і з різних поглядів. Це Міжнародна федерація таеквон-до ІТФ (ІТФ) та Всесвітня федерація таеквон-до WTF (ВТФ). Організація ІТФ позиціонує себе традиційною та канонічною, яка є послідовником техніки генерала Чой Хонг Хі та розглядають таеквон-до як бойове мистецтво. Організацію ж ВТФ було створено з метою участі в Олімпійських іграх. Таким чином, це спортивне спрямування таеквон-до, що готує спортсмена до змагань різного рівня, які організуються федерацією ВТФ. Різні погляди федерацій на таеквон-до призвели до різних методів тренувань та правил.

На сьогодні таеквон-до (ІТФ) набуває популярності у світі, зокрема і в Україні. Цим видом спорту у світі займаються більше 40 мільйонів і тому висвітлення історії її становлення на території нашої країни набуває актуальності для юних таеквондистів та людей, які цікавляться східними бойовими мистецтвами.

Таеквон-до ІТФ створене корейським генералом Чой Хонг Хі та бере свій початок з Північної Кореї. На духовному рівні таеквон-до наслідує традиційні східні етичні і моральні принципи та сповідує філософію засновника (рис. 1, 2). Згодом це переросло в національний спорт, а наслідком стало утворення 22 березня 1966 року Міжнародної федерації таеквон-до, яка отримала свою аббревіатуру ІТФ (International Taekwondo Federation).

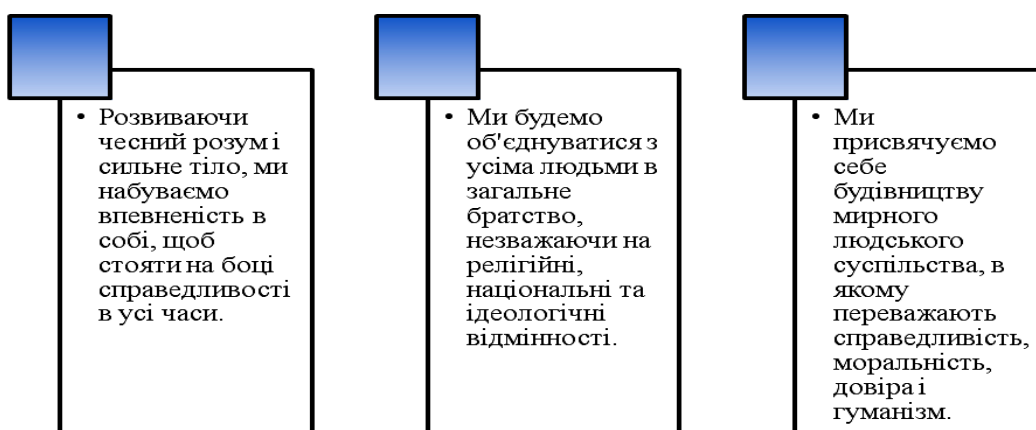


Рис. 1. Філософія таеквон-до

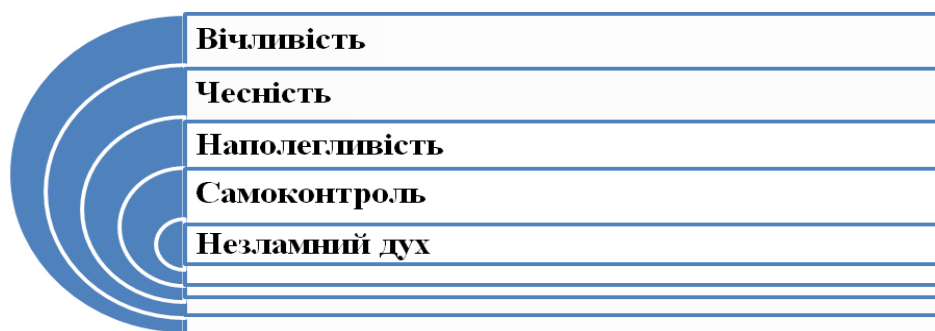


Рис. 2. Принципи таеквон-до

Задум творця полягав у створенні системи самооборони для армії, а все, що має відношення до армії підпорядковується жорсткій дисципліні, відповідним правилам, вибудовується на раціональній підготовці, яка у короткі терміни дозволить підготувати максимально потрібну кількість солдатів і бути ефективною на полі бою, де результати, зачасти, вирішувалися і під час рукопашних поєдинків. Варто зауважити, що методика підготовки, на думку автора системи, повинна бути відносно простою і зрозумілою для кожного учня. Простота, невибагливість стосувалася й інвентарю, і приміщень для занять. Особливої уваги надавалося атрибутам, важливим для

системи і для армії у тому числі: формі одягу, ритуалам, ставленню до наставника, товаришам. Що виступало фактором єднання навколо спільної мети. Добре розроблене методика викладання і на сьогодні може бути адаптована для різновікових і різностатевих категорій, а раціональні технічні прийоми з позиції біомеханіки дозволяють генерувати максимальну потужність. Ударна техніка рук і ніг, найбільш адаптована до застосування її у природних умовах та для захисту від декількох супротивників.

Сучасне таеквон-до ІТФ це багатоборна дисципліна (табл. 1):

Таблиця 1

Напрями таеквон-до

Таеквон-до ІТФ			
Змагання			
Спаринг (масогі)	Змагання за формальними комплексами (туль)	Змагання з розбивання дощок (вірек) 3 різних удари для жінок і 5 різних ударів для чоловіків	Змагання зі спецтехніки Таеквон-до (техніки розбивання дощок зі стрибком у довжину і висоту). 3 різних стрибка у жінок і 5 різних стрибків у чоловіків.
Прийоми самооборони (хосинсуль)			
Застосуванням попередніх дисциплін у реальних ситуаціях			

Основою таеквон-до є класична техніка *туль*, яка практично не змінюється. Це комплекси вправ, що складаються з основних атакуючих та захисних дій, що виконуються в логічно обґрунтованій послідовності. Це ті базові прийоми яким навчають усі інструктори, які завдяки своїм підходам, щодо методики навчання належать до різних шкіл. У цьому і є їх особливість. І саме завдяки цьому учні підбирають більш відповідну для себе школу (Історія Міжнародної федерації таеквон-до (<https://itftkd.sport/history/our-history/>)).

Таеквон-до у різних його варіантах (версії ІТФ, ВТФ та Джуна Рі) на теренах України почав поширюватися ще за радянських часів у 70-ті роки. Радянські громадяни, що працювали за кордоном і займалися у клубах таеквон-до, привозили свої знання та літературу додому. До них доєднувалися ентузіасти, які самостійно вивчали секрети східного єдиноборства. Однак, найпродуктивнішим був шлях навчання у корейських фахівців, які приїжджали на навчання, організовували групи та проводили тренування. Одну із найпотужніших шкіл таеквон-до в Україні було започатковано домініканцем Луїсом Карвахала у Харкові. На початку 80-х відповідно до низки указів та постанов тогочасна влада закриває секції з усіх східних єдиноборств, у тому числі і таеквон-до та фабрикуює кримінальні справи щодо інструкторів. Секції переходять на нелегальне становище.

Процеси відродження таеквон-до активізувалися у наближенні до розпаду країни рад. Свідченням тому є участь харків'ян Валерія Сокола та Віталія Оліна та проходження атестації у 1989 році на технічному семінарі з таеквон-до ІТФ під керівництвом Майстра Пак Джун Те (8 дан), а також Лі Ен Сок (6 дан) і Сін Іл Унг (4 дан). Того ж року команда Північнокорейських інструкторів таеквон-до (ІТФ) своєю майстерністю, красою і міццю бойового мистецтва демонстрували у Києві на стадіоні «Динамо» (зараз «ім. Лобановського») та Харкові на стадіоні «Металіст».

У 1990 році в Ташкенті пройшов міжнародний семінар з атестацією під керівництвом інструктора міжнародного класу чемпіона світу з таеквон-до ІТФ, володаря чорного поясу 4-ї дана Кан Бен Му. Від України власниками чорного поясу 1-го дана стали представники харківської школи таеквон-до ІТФ – Володимир Радіонов та Юрій Загrevський.

Всеукраїнська федерація Таеквон-до ІТФ була створена у січні 1990 року Президентом став Ігор Костянтинівич Пай. Серед піонерів розвитку таеквон-до ІТФ в Україні був і Михайло Мізін атестований на 1-й дан із Дніпропетровська (Історія таеквон-до (<http://kyong-ki.com.ua/history>)).

16-20 квітня 1990 року у місті Харкові пройшов 1-й Всесоюзний турнір з Таеквон-до ІТФ, а у 1990 році відбувся 1-й Чемпіонат УРСР у м. Суми, учасниками якого були 100 спортсменів. Перевірити та відточити свої навички у змагальній діяльності прагнула все більша кількість єдиноборців цього напрямку і тому вже через рік у м. Миколаєві було проведено перший Кубок України, а до країни було запрошено міжнародних інструкторів з Північної Кореї. Це були перші учні засновника, зокрема, грандмайстер Хан Чоль, згодом він став головним інструктором країни. Вперше, у 1992 році збірна команда України під його керівництвом здобула свою першу бронзову медаль на VIII-му Чемпіонаті Світу в Пхеньяні, цим героєм став Ігор Тарасенко в розділі спецтехніки. Після смерті грандмайстра, нинішній президент федерації майстер Потернак Віктор Миколайович (Заслужений тренер України, Інструктор Міжнародного класу, суддя Міжнародної категорії «А», Майстер 8-й дана Чорного пояса) запровадив щорічний турнір в місті Києві, який має назву «Пам'яті грандмайстра Хан Чола» (Таеквон-до у Харкові. (<https://taekwondo.kharkov.ua/blog/difference-taekwondo-wtf-itf/>)).

У січні 1992 відбулася Президія Федерації таеквон-до ІТФ України та Конференція, на якій Президентом Федерації таеквон-до ІТФ України було обрано Дениса Юхимовича Лі, а віце Президентом Федерації з Міжнародних відносин обрано Володимира Вартановича Єгіазаряна. Поміж присутніх були представники різних регіонів країни: Ігор Пай, Олександр Попов, Олег Петровський, Володимир Дубцов (Харків); Володимир Єгіазарян, Владислав Кім, Олексій Золотавін (Сімферополь); Михайло Мізін (Дніпропетровськ); Денис Лі, Віктор Потернак, Андрій Саленко, Сергій Синенко, Володимир Прядко, Валерій Бойко, Сергій Мельник (Київ); Віктор Блех (Луганськ);

Анатолій Скрипка (Чернігів (Корюківка)); Сергій Галкін, Олег Довгалюк (Житомир); Олег Коваленко (Полтава); Олександр Ситник (Севастополь) (Історія Міжнародної федерації таеквон-до (<https://itftkd.sport/history/our-history/>)).

Наразі українська школа таеквон-до ІТФ набирає більш потужних обертів, з кожним роком на змаганнях все більше і більше юних спортсменів та досить зрілих, і кожна з вікових категорій не поступаються у видовищності одна одній, конкуренція з кожним Чемпіонатом та Кубком України зростає. Проте повномасштабна війна помітно вплинула на відвідуваність спортсменів клубів таеквон-до, багато перспективних спортсменів виїхали закордон, не менше й тих, хто боронить нашу державу.

Порівнявши статистику кількості учасників на чемпіонатах України серед закладів загальної середньої освіти, клубів та ДЮСШ за 2024 (Івано-Франківськ) та 2019 (Запоріжжя) роки. На ЧУ в Запоріжжі кількість учасників становила 804 учасники, а ось уже змагання в Івано-Франківську нарахувало 703 спортсменів, але це не заважає сучасному розвитку спорту в умовах війни.

Українська школа таеквон-до ІТФ кожного року доводить свою конкурентоспроможність на європейських та світових аренах. Збірна держави стабільно займає призові місця на Чемпіонатах та Кубках рівня континенту та всього світу. Останнім Чемпіонатом Європи для української команди є турнір, який проходив в Італії, місто Лідо Ді Єзоло, квітень, 2023 рік. На цих змаганнях Україна посіла друге загальнокомандне місце, поступившись збірній команді Греції. Це був достойний виступ, зважаючи на те, що велика кількість основного складу спортсменів збірної не змогла відібратись на ЧЄ у зв'язку з війною.

Зараз наша збірна команда готується до Чемпіонату Європи в Словенії, який відбудеться з 15 по 22 квітня 2024 року, попередньо спортсмени відбирались у конкурентних відборах на Кубкові та Чемпіонаті України.

У нинішній час таеквон-до ІТФ стрімко розвивається, зацікавлюючи людей різних вікових груп. Кількість кваліфікованих тренерів зростає, а наша збірна команда тільки зміцнюється та удосконалюється, щоб гідно представляти Україну по всьому світу.

Список використаних джерел

1. Історія таеквон-до. URL: <http://kyong-ki.com.ua/history>
2. Історія Міжнародної федерації таеквон-до. URL: <https://itftkd.sport/history/our-history/>.
3. Таеквон-до у Харкові. URL: <https://taekwondo.kharkov.ua/blog/difference-taekwondo-wtf-itf/>.