



Сучасні тенденції та напрямки наукових досліджень у боксі

Старіков В. С.¹, Бугайов М. Л.², Полянничко О. М.³

¹Національний університет водного господарства та природокористування

²Хмельницький національний університет

³Київський столичний університет імені Бориса Грінченка

Анотація

Мета. Аналіз та систематизація сучасних досліджень, присвячених боксу, а також виявлення основних наукових напрямків і тенденцій.

Матеріал і методи. У дослідженні застосовано метод аналізу науково-методичної літератури та джерел з відкритого доступу, зокрема з платформ Google Scholar і ResearchGate. Відбір літератури здійснювався українською та англійською мовами з використанням таких ключових слів, як: «бокс», «підготовка», «тренувальний процес», «розвиток», «особливості». Відібрані матеріали було класифіковано за основними науковими напрямками з подальшим узагальненням і порівняльним аналізом підходів дослідників. Особливу увагу приділено вивченню праць, що охоплюють сучасні тенденції підготовки спортсменів у боксі, з акцентом на міждисциплінарні підходи. Отримана інформація дозволила сформувати цілісне уявлення про актуальний стан наукових досліджень у даній сфері.

Результати. У результаті дослідження було визначено тематичне розмаїття наукових робіт, присвячених боксу, що охоплює як практичні, так і теоретичні аспекти підготовки спортсменів. Проведене групування джерел дозволило чітко окреслити ключові наукові напрями, що формують сучасний дискурс у галузі боксу. Окрема увага приділялась не лише класичним аспектам підготовки, але й новітнім підходам у когнітивному та психологічному супроводі спортсменів. Виявлено зростання наукового інтересу до жіночого боксу, а також до педагогічної складової тренерської діяльності. Зібрані матеріали відображають не лише еволюцію спортивної підготовки, але й соціокультурні трансформації, пов'язані з розвитком цього виду спорту.

Висновки. На основі проведеного аналізу було систематизовано сучасні наукові дослідження, присвячені різним аспектам боксу, що дозволило виокремити п'ять основних напрямків: техніко-тактична та фізична підготовка, психологічні та когнітивні особливості, освітньо-професійна підготовка, жіночий бокс і загальні тенденції розвитку цього виду спорту. Застосування логіко-змістового синтезу дало змогу виявити спільні теми, наукові підходи та актуальні проблеми в кожному із зазначених напрямків. Отримані результати можуть бути корисними для проведення подальших наукових досліджень, удосконалення тренувального процесу, а також розробки освітніх програм і популяризації боксу серед різних категорій населення.

Ключові слова: бокс, наукові дослідження, аналіз, тенденції, напрямки.

Abstract

Current trends and directions of scientific research in boxing

V. Starikov, M. Buhaiov, O. Polianychko

Purpose. Analysis and systematization of modern research on boxing, as well as identification of main scientific directions and trends.

Material and methods. The study used the method of analysis of scientific and methodological literature and open access sources, in particular from the Google Scholar and ResearchGate platforms. The literature selection was carried out in Ukrainian and English using such keywords as: «boxing», «training», «training process», «development», «features». The selected materials were classified by main scientific areas with further generalization and comparative analysis of the researchers' approaches. Particular attention was paid to the study of works covering modern trends in the training of athletes in boxing, with an emphasis on interdisciplinary approaches. The information obtained allowed to form a holistic idea of the current state of scientific research in this area.

Results. As a result of the study, the thematic diversity of scientific works devoted to boxing was determined, covering both practical and theoretical aspects of athletes' training. The conducted grouping of sources allowed us to clearly outline the key scientific directions that shape the modern discourse in the field of boxing. Special attention is paid not only to the classical aspects of training, but also to the latest approaches in the cognitive and psychological support of athletes. The growth of scientific interest in women's boxing, as well as in the pedagogical component of coaching activities, was revealed. The collected materials reflect not only the evolution of sports training, but also the socio-cultural transformations associated with the development of this sport.

Conclusions. Based on the analysis, modern scientific research on various aspects of boxing was systematized, which allowed us to identify five main areas: technical-tactical and physical training, psychological and cognitive features, educational and professional training, women's boxing and general trends in the development of this sport. The use of logical-semantic synthesis made it possible to identify common themes, scientific approaches and current problems in each of the indicated areas. The results obtained can be useful for conducting further scientific research, improving the training process, as well as developing educational programs and popularizing boxing among different categories of





the population.

Keywords: boxing, scientific research, analysis, trends, directions.

Вступ

У сучасному спорті наукові дослідження відіграють важливу роль у вдосконаленні навчально-тренувального процесу, оптимізації підготовки спортсменів, профілактиці травм та досягненні високих результатів на змаганнях. Завдяки інтеграції знань із фізіології, біомеханіки, психології, педагогіки та інформаційних технологій формується комплексний підхід до розвитку спортивної майстерності (Liu et al., 2022). Сьогодні спостерігається зростання інтересу до доказового підходу в спортивній практиці, що проявляється в активному використанні результатів наукових досліджень під час розробки тренувальних програм і тактичних моделей (Curby et al., 2023; Свистович, 2024; Латишев та ін., 2024). Водночас стрімкий розвиток науки супроводжується великим обсягом публікацій, які охоплюють різні аспекти спортивної діяльності. У зв'язку з цим виникає потреба в систематизації наукових даних, що дозволяє окреслити основні напрями досліджень, визначити пріоритети та виявити прогалини у знаннях. Аналіз сучасних наукових тенденцій у певному виді спорту є важливим етапом для формування цілісного бачення актуальних проблем та подальших векторів наукового пошуку (Сутула, 2018; Латишев та ін., 2023).

Бокс є одним із найдавніших та найвідоміших видів спортивних єдиноборств, який має глибокі історичні корені та незмінно зберігає популярність у світі. Вхідження боксу до програми Олімпійських ігор, засвідчує його статус як одного з ключових напрямів сучасного спорту (Молочко, 2019; Квасниця та ін., 2023). Як вид змагальної діяльності, бокс поєднує у собі високі фізичні навантаження, технічну майстерність, тактичне мислення та психологічну стійкість, що робить його надзвичайно комплексним та динамічним (Гуцул та ін., 2022; Тропін та ін., 2024; Шопін & Вострокнутов, 2016). З огляду на це, бокс є цінним об'єктом наукових досліджень, які охоплюють широкий спектр тем – від аналізу техніко-тактичних дій і фізіологічних характеристик до дослідження когнітивних процесів, реакцій на стрес та специфіки спортивного травматизму. Високий рівень контактності та необхідність точного контролю рухів у поєднанні з коротким часом на прийняття рішень зумовлюють підвищену увагу науковців до цього виду спорту (Штанагей & Савенюк, 2025). Усе це формує підґрунтя для поглибленого вивчення боксу як з практичного, так і з науково-теоретичного погляду.

Останні роки характеризуються помітним зростанням кількості наукових досліджень, присвячених різним аспектам боксу, що свідчить про посилення інтересу до цього виду спорту з боку наукової спільноти. У фокусі дослідників опиняються як традиційні теми – фізична підготовка, техніко-тактичні дії, психологічна готовність, так і новітні підходи, пов'язані з використанням цифрових технологій, відеоаналізу, біосенсорних систем та системи для оцінювання ефективності змагальної діяльності (Zhou et al., 2022; Hausen et al., 2024; Латишев та ін., 2024). Зав-

дяки цьому розширюється не лише спектр дослідницьких завдань, але й підвищується якість. Водночас стрімке накопичення знань супроводжується певними проблемами, зокрема – фрагментарністю наукових напрацювань. Більшість досліджень зосереджуються на окремих аспектах підготовки або змагальної діяльності, що ускладнює формування цілісної картини наукового простору у цій сфері. Відсутність систематизації обмежує можливості ефективного впровадження результатів у практику та ускладнює пошук актуальних напрямків для подальших досліджень.

Зв'язок дослідження з науковими програмами, планами і темами. Робота виконана відповідно до теми НДР кафедри фізичного виховання і педагогіки спорту «Інноваційні технології навчально-тренувального процесу у фізичному вихованні та спорті» (державний реєстраційний номер 0124U000490).

Мета дослідження – аналіз та систематизація сучасних досліджень, присвячених боксу, а також виявлення основних наукових напрямків і тенденцій.

Матеріал і методи

У дослідженні було використано метод аналізу науково-методичної літератури, а також актуальних джерел з відкритого доступу. Основними платформами для пошуку інформації слугували Google Scholar та ResearchGate. Відбір літератури здійснювався українською та англійською мовами з використанням таких ключових слів, як: «бокс», «підготовка», «тренувальний процес», «розвиток», «особливості» тощо.

На першому етапі були ідентифіковані та відібрані релевантні джерела, які відповідали тематиці дослідження. На другому етапі здійснено класифікацію літератури за науковими напрямками: техніко-тактична та фізична підготовка, психологічні та когнітивні аспекти, освітньо-професійна підготовка, жіночий бокс, а також загальні тенденції розвитку й популяризації виду спорту. Подальший етап включав порівняльний аналіз наукових підходів, виявлення спільних і відмінних рис у поглядах дослідників, а також оцінку змісту джерел. Отримані дані були узагальнені методом синтезу на основі ключових слів дослідження, які відображають сучасні напрями наукових досліджень у боксі.

Результати дослідження та їх обговорення

У процесі дослідження було зібрано та систематизовано наукові джерела, що стосуються різних аспектів підготовки боксерів, їх психологічних та фізіологічних особливостей, освітньої та професійної підготовки, а також розвитку боксу. Зібрані дані дозволяють виявити основні напрямки наукових досліджень, а також відобразити основні тенденції, які впливають на розвиток боксу як виду спорту.

У таблиці 1 представлено групування наукових праць



Таблиця 1. Тематичне групування наукових робіт з боксу за напрямками

Напрямок дослідження	Фокус досліджень	Джерела дослідження
1. Техніко-тактична та фізична підготовка боксерів	- розвиток фізичних якостей - технічна і тактична підготовка - методики тренувань - порівняння підготовленості	Мисишин, Сосновський & Окопний, 2023; Фоменко та ін., 2023; Воронцов, 2022; Мартинюк & Джим, 2023; Hausen та ін., 2024; Zhou et al., 2022; Рзасв, Вострокнутов & Карпунець, 2024.
2. Психологічні, психофізіологічні та когнітивні особливості боксерів	- функціональні можливості - психофізіологічні реакції - когнітивні характеристики - адаптація до навантаження	Korobeynikov et al., 2023; Tyshchenko et al., 2023; Giannatos et al., 2022; Zhang et al., 2024; Wu et al., 2024; Macharia, Rintaugu & Kamau, 2024.
3. Освітньо-професійна підготовка тренерів і спортсменів	- підготовка фахівців у ЗВО - студентський спорт - роль тренера - педагогіка у спорті	Базилевич та ін., 2022; Палічук & Гунько, 2023; Хижняк, 2020; Василевський & Соловей, 2023; Латишев та ін., 2024.
4. Жіночий бокс і особливості тренувального процесу	- підготовка жінок і дівчат - фізіологічні відмінності - масовість жіночого боксу - педагогічна адаптація	Молочко, 2019; Шинкарьов & Єриш, 2024; Базилевич та ін. (2022); Христова & Калюжний, 2024.
5. Загальні тенденції розвитку, історія та популяризація боксу	- історія розвитку - суспільне значення - популяризація - організація змагань	Шопін & Вострокнутов, 2016; Сутула, 2018; Свистович, 2024; Квасниця та ін., 2023; Тропін, Латишев & Айварс, 2024.

за основними напрямками, що були вивчені в рамках дослідження. Кожен напрямок містить відповідні автори та рік публікації, що дають можливість зрозуміти актуальні тенденції та наукові підходи в кожній з цих сфер.

Техніко-тактична та фізична підготовка боксерів є важливою складовою тренувального процесу, що включає розвиток основних фізичних якостей. Важливим аспектом є також вдосконалення технічних навичок та тактичних стратегій, які дозволяють спортсменам ефективно реагувати на змінювані умови змагання. У роботах Мисишина, Сосновського & Окопного (2023), Палічука та ін. (2023) зазначено важливість індивідуальних тренувальних планів та методик, орієнтованих на поліпшення технічної майстерності та фізичних здібностей бійців. Використання сучасних методик тренувань дозволяє досягти високого рівня підготовленості, що підтверджується дослідженнями, такими як роботи авторів Hausen et al. (2024) і Zhou et al. (2022).

Психологічні, психофізіологічні та когнітивні особливості боксерів значно впливають на їхню здатність адаптуватися до стресових ситуацій та витримувати інтенсивні фізичні навантаження. Важливою є оцінка функціональних можливостей спортсмена, що включає аналіз психофізіологічних реакцій під час тренувань та змагань, а також когнітивних характеристик, таких як концентрація уваги та стратегічне мислення. Роботи Korobeynikov et al. (2023) та Tyshchenko et al. (2023) розглядають вплив психологічного стану на ефективність виконання технічних елементів, а також важливість адаптації до змінних навантажень. Дослідження Giannatos et al. (2022) підкреслює роль когнітивної тренуваності в досягненні високих результатів, особливо в умовах стресових ситуацій під час змагань.

Освітньо-професійна підготовка тренерів і спортсменів є важливим аспектом розвитку боксу, оскільки забезпечує формування необхідних знань і навичок для висо-

коефективного навчання та тренувань. Включення боксу до освітніх програм у закладах вищої освіти дозволяє майбутнім тренерам отримувати теоретичні та практичні знання для роботи з різними категоріями спортсменів. Роботи Хижняка (2020) акцентують на значенні спеціалізованих програм для підготовки тренерів, а також на важливості педагогічних аспектів у спорті. Латишев, Штанагей, Коротя & Совгіря, (2024) досліджують роль тренера як ключової фігури в процесі формування спортсменів, підкреслюючи необхідність інтеграції педагогічних методик у тренувальний процес.

Жіночий бокс та особливості тренувального процесу мають свою специфіку, що зумовлена фізіологічними відмінностями між чоловіками та жінками. Підготовка жінок і дівчат до занять боксом потребує адаптації тренувальних програм з урахуванням їхнього фізичного стану та розвитку. Молочко (2019) досліджує методи адаптації тренувального процесу для жінок, а Шинкарьов та Єриш (2024) аналізують важливість фізіологічних аспектів у тренуваннях. Водночас, Базилевич та ін. (2022), Христова і Калюжний (2024) акцентують на важливості популяризації жіночого боксу та педагогічних підходах до адаптації тренувань для жінок.

Загальні тенденції розвитку боксу відображають не лише спортивні досягнення, а й культурно-соціальне значення цього виду спорту. Історія розвитку боксу, починаючи з його виникнення до сучасного етапу, відіграє важливу роль у формуванні його популярності в різних регіонах світу. Шопін і Вострокнутов (2016) досліджують еволюцію боксу як виду спорту, а автор Сутула (2018) акцентує на його суспільному значенні та впливі на культуру. Водночас, Свистович (2024) та Квасниця та ін. (2023) розглядають питання популяризації боксу, організації змагань і впливу медіа на розвиток цього виду спорту.

Динаміка кількості публікацій за роками наведена на рисунку 1.

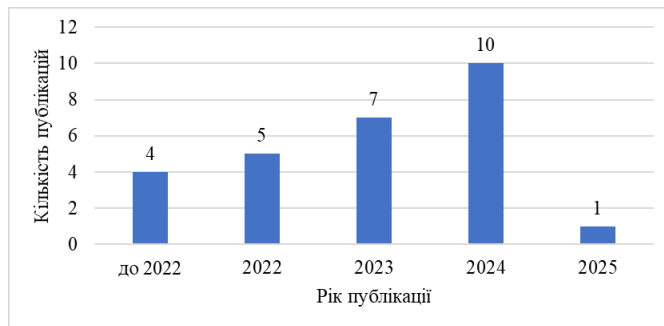


Рис. 1. Динаміка кількості публікацій, присвячених боксу, за період до 2025 року.

Аналіз динаміки кількості публікацій, присвячених боксу, показав поступове зростання інтересу до цієї тематики у період до 2024 року. Кількість публікацій збільшувалася з 4 (до 2022 року) до 10 у 2024 році, що свідчить про активізацію дослідницької уваги. Отримані дані демонструють позитивну тенденцію до зростання наукового інтересу до боксу у 2022–2024 роках. Показник у 2025 році, пояснюється неповнотою року або затримкою виходу публікацій. У цілому, можна зробити висновок про ста-

більний розвиток досліджень у галузі боксу з потенційним подальшим зростанням.

Висновки

На основі проведеного аналізу було систематизовано сучасні наукові дослідження, присвячені різним аспектам боксу, що дозволило виокремити п'ять основних напрямків: техніко-тактична та фізична підготовка, психологічні та когнітивні особливості, освітньо-професійна підготовка, жіночий бокс і загальні тенденції розвитку виду спорту. Застосування логіко-змістового синтезу дало змогу виявити спільні теми, наукові підходи та актуальні проблеми в кожному з напрямків. Отримані результати можуть бути корисними для проведення подальших наукових досліджень, удосконалення тренувального процесу, а також розробки освітніх програм і популяризації боксу серед різних категорій населення.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку. В подальшому планується проведення порівняльного аналізу наукових досліджень з боксу у різних країнах світу.

Список літератури

- Базилевич, Н., Юрченко, І., Горбенко, М., & Тонконог, О. (2022). Вплив занять боксом на фізичну підготовленість студенток. *Теорія і практика фізичної культури і спорту*, (2), 26-35. [https://doi.org/10.31470/2786-6424-2022-1\(2\)-26-35](https://doi.org/10.31470/2786-6424-2022-1(2)-26-35)
- Василевський, Р., & Соловей, А. (2023). Програма функціонального тренування та фітнес-боксу у процесі фізичного виховання хлопців 15-17 років. *Collection of scientific papers «SCIENTIA»*, 239-240.
- Воронцов, А. І. (2022). Удосконалення фізичної та техніко-тактичної підготовленості дівчат 14-15 років, які займаються боксом на етапі попередньої базової підготовки. (Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії). Запоріжжя, Україна.
- Гуцул, Н. З., Окопний, А. М., Сосновський, Д. Д., Котельник, А. М., & Мисишин, П. О. (2022). Indicators of the effectiveness of the competitive activity of boxers, taking into account different manners of fighting. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*, 10 (155), 61-64. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.10\(155\).15](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.10(155).15)
- Квасниця, О., Петрова, Н., Корольов, Б., Ляшенко, О., & Вербицький, С. (2023). Популярність єдиноборств в Україні. *Єдиноборства*, 3 (29), 28-38. <https://doi.org/10.15391/ed.2023-3.03>
- Латишев, М., Тропін, Ю., Ференчук, Б., & Юшина, О. (2023). Популярність спорту в Україні: сучасні тенденції. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*, (1), 98-103. <https://doi.org/10.31891/pcs.2023.1.15>
- Латишев, М., Штанагей, Д., Коротя, В., & Совгіря, Т. (2024). Особистість тренера у єдиноборствах: сучасний стан. *Єдиноборства*, 3 (33), 30-39. <https://doi.org/10.15391/ed.2024-3.03>
- Латишев, М., Штанагей, Д., Вольський, Д., Чорний, І., & Демченко, Н. (2024). Аналіз ланок тіла боксерів під час нанесення ударів за допомогою сучасних технологій. *Єдиноборства*, 1 (31), 58-69. <https://doi.org/10.15391/ed.2024-1.06>
- Мартинюк, Ю., & Джим, В. (2023). Порівняльний аналіз показників загальної фізичної підготовленості кваліфікованих боксерів різних манер ведення поєдинку. *Єдиноборства*, (4 (30)), 79-88. <https://doi.org/10.15391/ed.2022-2.04>

References

- Bazylyevych, N., Yurchenko, I., Horbenko, M., & Tonkonoh, O. (2022). Vplyv zaniat' boksom na fizychnu pidhotovlenist' studentok [The influence of boxing classes on the physical fitness of female students]. *Teoriia i praktyka fizychnoi kultury i sportu* [Theory and Practice of Physical Culture and Sports], (2), 26–35. [https://doi.org/10.31470/2786-6424-2022-1\(2\)-26-35](https://doi.org/10.31470/2786-6424-2022-1(2)-26-35) [in Ukrainian].
- Vasylevskiy, R., & Solovey, A. (2023). Prohrama funktsional'noho trenuvannya ta fitnes-boksu u protsesi fizychnoho vykhovannya khloptsiv 15–17 roktiv [Program of functional training and fitness boxing in the physical education process of 15–17-year-old boys]. *Collection of scientific papers «SCIENTIA»*, 239-240. [in Ukrainian].
- Vorontsov, A. I. (2022). Udokonalennia fizychnoi ta tekhniko-taktychnoi pidhotovlenosti divchat 14–15 roktiv, yaki zainimaiut'sia boksom na etapi poperednioi bazovoi pidhotovky [Improvement of physical and technical-tactical preparedness of 14–15-year-old girls engaged in boxing at the stage of preliminary basic training]. *Dissertation for the degree of Doctor of Philosophy*. Zaporizhzhia, Ukraine [in Ukrainian].
- Hutsul, N. Z., Okopnyi, A. M., Sosnovskiy, D. D., Kotel'nyk, A. M., & Mysyshyn, P. O. (2022). Indicators of the effectiveness of the competitive activity of boxers, taking into account different manners of fighting. *Naukovyi chasopys Ukrain'skoho derzhavnogo universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seria 15* [Scientific Journal of Ukrainian State University named after Mykhailo Drahomanov. Series 15], 10(155), 61–64. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.10\(155\).15](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.10(155).15) [in Ukrainian].
- Kvasnytsia, O., Petrova, N., Korol'ov, B., Liashenko, O., & Verbyts'kyi, S. (2023). Populiarnist' yedynoborstv v Ukraini [Popularity of martial arts in Ukraine]. *Yedynoborstva* [Martial arts], 3(29), 28–38. <https://doi.org/10.15391/ed.2023-3.03> [in Ukrainian].
- Latyshev, M., Tropin, Yu., Ferenchuk, B., & Yushyna, O. (2023). Populiarnist' sportu v Ukraini: suchasni tendentsii [Popularity of sports in Ukraine: current trends]. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*, (1), 98–103. <https://doi.org/10.31891/pcs.2023.1.15> [in Ukrainian].
- Latyshev, M., Shtanahei, D., Korotia, V., & Sovhiria, T. (2024). Osobystist' trenera u yedynoborstvakh: suchasnyi stan [The personality of the coach in martial arts: current state]. *Yedynoborstva* [Martial arts], 3(33), 30–39. <https://doi.org/10.15391/ed.2024-3.03> [in Ukrainian].
- Latyshev, M., Shtanahei, D., Vol'skiy, D., Chornii, I., & Demchenko, N. (2024). Analiz lanok tila bokseriv pid chas nansennia udariv za dopomohoiu suchasnykh tekhnolohii [Analysis of body segments of boxers during strikes using modern technologies]. *Yedynoborstva* [Martial arts], 1(31), 58–69. <https://doi.org/10.15391/ed.2024-1.06> [in Ukrainian].
- Martyniuk, Yu., & Dzhyim, V. (2023). Porivnial'nyi analiz pokaznykiv zahal'noi fizychnoi pidhotovlenosti kvalifikovanykh bokseriv riznykh maner vedennia poiedynku [Comparative analysis of general physical



- Мисишин, П., Сосновський, Д., & Окопний, А. (2023). Удосконалення спеціальної фізичної підготовки боксерів-професіоналів на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей. *Молода спортивна наука України*, 1, 65-68.
- Молочко, А. С. (2019). Розвиток жіночого боксу: сучасний стан та проблеми. *Молодь та олімпійський рух*, 147.
- Палічук, Ю., & Гунько, П. (2023). Розвиток силових якостей у студентів, які займаються боксом. *Фізична культура, спорт та здоров'я різних груп населення*, 91-96.
- Рзаєв, А., Вострокнутов, Л., & Карпунець, Т. (2024). Особливості проведення функціональних тренувань на етапі базової підготовки в боксі. *Фізична культура і спорт. Виклики сучасності*. 183-187.
- Свистович, Р. С. (2024). Спортивні масові заходи: історія, форми проведення, сучасний стан та їх значення для суспільства. *Ірпінський юридичний часопис*, 3 (16), 53-65.
- Сутула, В. (2018). Культурно-історичні витоки сучасного спорту (повідомлення друге). *Слобожанський науково-спортивний вісник*, 2, 73-81.
- Тропін, Ю., Латишев, М., & Айварс, К. (2024). Результати виступів українських спортсменів-єдиноборців на Олімпійських іграх 2021 року. *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор та однокорств у закладах вищої освіти*, 1, 45-48.
- Фоменко, В. В., Хмелюк, О. В., Колоколов, В. О., Жогло, В. М., Єфременко, А. М., & Крайник, Я. Б. (2023). Efficiency of the method of improving strength abilities of boxers using athletics exercises. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*, 3 (161), 146-149. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.03\(161\).34](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.03(161).34)
- Хижняк, О. О. (2020). Практична підготовка сучасного тренера з боксу у закладах вищої освіти. *Актуальні проблеми освіти і науки: досвід та сучасні технології*, 79-81.
- Христова, Т. Є., & Калужний, М. Р. (2024). Сучасні аспекти збереження здоров'я здобувачів вищої освіти під час занять боксом. *Інтеграція українських наукових досліджень в міжнародний простір: регіональний аспект*. 437-440.
- Шинкарьов, С. І., & Єриш, Є. О. (2024). Особливості фізичної підготовки дівчат-боксерів. *Information technologies in education, technology and industry*, 210.
- Шопін, Р. В., & Вострокнутов, Л. Д. (2016). Сучасні тенденції розвитку боксу. *Актуальні проблеми розвитку традиційних і східних єдиноборств*, 220.
- Штанагей, Д. В., & Савенюк, А. Б. (2025). Особливості змагальної діяльності боксерок на чемпіонаті Європи 2023 року. *Єдиноборства*, 2, (36), 41-46. <https://doi.org/10.15391/ed.2025-2.05>
- Curby, D., Dokmanac, M., Kerimov, F., Tropin, Y., Latyshev, M., Bezkorovainyi, D., & Korobeynikov, G. (2023). Performance of wrestlers at the Olympic Games: gender aspect. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, 27(6), 487-493. <https://doi.org/10.15561/26649837.2023.0606>
- Giannatos, V., Panagopoulos, A., Antzoulas, P., I. Giakoumakis, S., Lakoumentas, J., & Kouzelis, A. (2022). Functional performance of the upper limb and the most common boxing-related injuries in male boxers: a retrospective, observational, comparative study with non-boxing population. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, 14(1), 162. <https://doi.org/10.1186/s13102-022-00558-3>
- Hausen, M., Taylor, L., Bachini, F., Freire, R., Pereira, G., & Itaborahy, A. (2024). Physical Capacities and Combat Performance Characteristics of Male and Female Olympic Boxers. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 95(4), 813-823. <https://doi.org/10.1080/02701367.2024.2325683>
- fitness indicators of qualified boxers with different fighting styles]. *Yedynoborstva* [Martial arts], 4(30), 79-88. <https://doi.org/10.15391/ed.2022-2.04> [in Ukrainian].
- Mysyshyn, P., Sosnovskyi, D., & Okopnyi, A. (2023). Udskonalennia spetsial'noi fizychnoi pidhotovky bokseriv-profesionaliv na etapi maksymal'noi realizatsii indyvidual'nykh mozhlyvosti [Improvement of special physical training of professional boxers at the stage of maximum realization of individual capabilities]. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy* [Young Sports Science of Ukraine], 1, 65-68. [in Ukrainian].
- Molochko, A. S. (2019). Rozvytok zhinochoho boks: suchasnyi stan ta problemy [Development of women's boxing: current state and problems]. *Molod' ta olimpiyskiy ruh* [Youth and the Olympic Movement] 147. [in Ukrainian].
- Palichuk, Ju., & Gun'ko, P. (2023). Rozvytok sylovykh yakosteiv u studentiv, jaki zajmajut'sja boksom [Development of strength qualities in students engaged in boxing]. *Fizychna kul'tura, sport ta zdorov'ja riznykh grup naselennja* [Physical culture, sport and health of different population groups], 91-96.
- Rzaiev, A., Vostroknutov, L., & Karpunets', T. (2024). Osoblyvosti provedennia funktsional'nykh trenuvan' na etapi bazovoi pidhotovky v boksii [Features of conducting functional training at the stage of basic training in boxing]. *Fizychna kultura i sport. Vyklyky suchasnosti* [Physical culture and sports. Challenges of our time], 183-187. [in Ukrainian].
- Svystovych, R. S. (2024). Sportyvni masovi zakhody: istoriia, formy provedennia, suchasnyi stan ta yikh znachennia dla suspilstva [Mass sports events: history, forms of implementation, current state and their significance for society]. *Irpins'kyi yurydychnyi chasopys* [Irpin Law Journal], 3(16), 53-65. [in Ukrainian].
- Sutula, V. (2018). Kul'turno-istorychni vytoky suchasnoho sportu (povidomlennia druhe) [Cultural and historical origins of modern sport (second message)]. *Slobozhans'kyi naukovo-sportyvnyi visnyk* [Slobozhansky Scientific Sports Bulletin], 2, 73-81. [in Ukrainian].
- Tropin, Yu., Latyshev, M., & Aivars, K. (2024). Rezultaty vystupiv ukrains'kykh sportsemiv-yedynoborstiv na Olimpiis'kykh ihrakh 2021 roku [Results of Ukrainian martial arts athletes at the 2021 Olympic Games]. *Problemy i perspektyvy rozvytku sportyvnykh ihor ta odnaborstv u zakladykh vyshchoi osvity* [Problems and prospects of the development of sports games and martial arts in higher education institutions], 1, 45-48. [in Ukrainian].
- Fomenko, V. V., Khmeliuk, O. V., Kolokolov, V. O., Zhohlo, V. M., Yefremenko, A. M., & Krainyk, Ya. B. (2023). Efficiency of the method of improving strength abilities of boxers using athletics exercises. *Naukovyi chasopys Ukrains'koho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Serii 15* [Scientific Journal of the Ukrainian State University named after Mykhailo Drahomanov. Series 15], 3(161), 146-149. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.03\(161\).34](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.03(161).34) [in Ukrainian].
- Khyzhniak, O. O. (2020). Praktychna pidhotovka suchasnoho trenera z boks u zakladykh vyshchoi osvity [Practical training of a modern boxing coach in higher education institutions]. *Aktual'ni problemy osvity i nauky: dosvid ta suchasni tekhnologii* [Current problems of education and science: experience and modern technologies], 79-81. [in Ukrainian].
- Khrystova, T. Ye., & Kaliuzhnyi, M. R. (2024). Suchasni aspekty zberezhenia zdorov'ia zdobuvachiv vyshchoi osvity pid chas zaniat' boksom [Modern aspects of preserving the health of higher education students during boxing training]. *Intehratsiia ukrains'kykh naukovykh doslidzhen' v mizhnarodnyi prostir: rehional'nyi aspekt* [Integration of Ukrainian scientific research into the international space: the regional aspect], 437-440. [in Ukrainian].
- Shynkar'ov, S. I., & Yerysh, Ye. O. (2024). Osoblyvosti fizychnoi pidhotovky divchat-bokseriv [Peculiarities of physical training of female boxers]. *Information technologies in education, technology and industry*, 210. [in Ukrainian].
- Shopin, R. V., & Vostroknutov, L. D. (2016). Suchasni tendentsii rozvytku boks u [Current trends in the development of boxing]. *Aktual'ni problemy rozvytku tradytsiinykh i skhidnykh yedynoborstv* [Topical issues in the development of traditional and Eastern martial arts], 220. [in Ukrainian].
- Shtanahei, D. V., & Saveniuk, A. B. (2025). Osoblyvosti zmahal'noi diial'nosti bokserok na chempionati Yevropy 2023 roku [Features of competitive activity of female boxers at the 2023 European Championship]. *Yedynoborstva* [Martial Arts], 2(36), 41-46. <https://doi.org/10.15391/ed.2025-2.05> [in Ukrainian].
- Curby, D., Dokmanac, M., Kerimov, F., Tropin, Y., Latyshev, M., Bezkorovainyi, D., & Korobeynikov, G. (2023). Performance of wrestlers at the Olympic Games: gender aspect. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, 27(6), 487-493. <https://doi.org/10.15561/26649837.2023.0606>
- Giannatos, V., Panagopoulos, A., Antzoulas, P., I. Giakoumakis, S., Lakoumentas, J., & Kouzelis, A. (2022). Functional performance of the upper limb and the most common boxing-related injuries in male boxers: a



- Korobeynikov, G., Korobeinikova, L., Raab, M., Baić, M., Borysova, O., Korobeinikova, I., ... & Khmel'nitska, I. (2023). Cognitive functions and special working capacity in elite boxers. *Pedagogy of physical culture and sports*, 27(1), 84-90. <https://doi.org/10.15561/26649837.2023.0110>
- Liu, Y., Zhu, Z., Chen, X., Deng, C., Ma, X., & Zhao, B. (2022). Biomechanics of the lead straight punch of different level boxers. *Frontiers in Physiology*, 13, 1015154. <https://doi.org/10.3389/fphys.2022.1015154>
- Macharia, M., Rintaugu, E. G., & Kamau, J. W. (2024). Awareness of Mental Training Strategies among Amateur Boxers in Kenya. *Journal of Psychology and Behavioural Sciences (JPBS)*, 3(1), 12-26. <https://doi.org/10.51317/jpbs.v3i1.665>
- Tyshchenko, V., Omelianenko, H., Markova, S., Vorontsov, A., Pavelko, O., Doroshenko, E., ... & Drobot, K. (2023). Neurological typology and its role in enhancing technical and tactical skills in adolescent female boxers. *Health, sport, rehabilitation*, 9(4), 57-72. <https://doi.org/10.58962/HSR.2023.9.4.57-72>
- Wu, R., Yang, Q., Cui, W., Gao, D., Luo, Y., & Wang, D. (2024). Relationship between visual ability assessment and punch performance in competition in male amateur boxers. *Frontiers in Physiology*, 15, 1429554. <https://doi.org/10.3389/fphys.2024.1429554>
- Zhang, Y., Diao, P., Wang, J., Li, S., Fan, Q., Han, Y., ... & Del Coso, J. (2024). The effect of post-activation potentiation enhancement alone or in combination with caffeine on anaerobic performance in boxers: A double-blind, randomized crossover study. *Nutrients*, 16(2), 235. <https://doi.org/10.3390/nu16020235>
- Zhou, Z., Chen, C., Chen, X., Yi, W., Cui, W., Wu, R., & Wang, D. (2022). Lower extremity isokinetic strength characteristics of amateur boxers. *Frontiers in Physiology*, 13, 898126. <https://doi.org/10.3389/fphys.2022.898126>
- retrospective, observational, comparative study with non-boxing population. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, 14(1), 162. <https://doi.org/10.1186/s13102-022-00558-3>
- Hausen, M., Taylor, L., Bachini, F., Freire, R., Pereira, G., & Itaborahy, A. (2024). Physical Capacities and Combat Performance Characteristics of Male and Female Olympic Boxers. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 95(4), 813-823. <https://doi.org/10.1080/02701367.2024.2325683>
- Korobeynikov, G., Korobeinikova, L., Raab, M., Baić, M., Borysova, O., Korobeinikova, I., ... & Khmel'nitska, I. (2023). Cognitive functions and special working capacity in elite boxers. *Pedagogy of physical culture and sports*, 27(1), 84-90. <https://doi.org/10.15561/26649837.2023.0110>
- Liu, Y., Zhu, Z., Chen, X., Deng, C., Ma, X., & Zhao, B. (2022). Biomechanics of the lead straight punch of different level boxers. *Frontiers in Physiology*, 13, 1015154. <https://doi.org/10.3389/fphys.2022.1015154>
- Macharia, M., Rintaugu, E. G., & Kamau, J. W. (2024). Awareness of Mental Training Strategies among Amateur Boxers in Kenya. *Journal of Psychology and Behavioural Sciences (JPBS)*, 3(1), 12-26. <https://doi.org/10.51317/jpbs.v3i1.665>
- Tyshchenko, V., Omelianenko, H., Markova, S., Vorontsov, A., Pavelko, O., Doroshenko, E., ... & Drobot, K. (2023). Neurological typology and its role in enhancing technical and tactical skills in adolescent female boxers. *Health, sport, rehabilitation*, 9(4), 57-72. <https://doi.org/10.58962/HSR.2023.9.4.57-72>
- Wu, R., Yang, Q., Cui, W., Gao, D., Luo, Y., & Wang, D. (2024). Relationship between visual ability assessment and punch performance in competition in male amateur boxers. *Frontiers in Physiology*, 15, 1429554. <https://doi.org/10.3389/fphys.2024.1429554>
- Zhang, Y., Diao, P., Wang, J., Li, S., Fan, Q., Han, Y., ... & Del Coso, J. (2024). The effect of post-activation potentiation enhancement alone or in combination with caffeine on anaerobic performance in boxers: A double-blind, randomized crossover study. *Nutrients*, 16(2), 235. <https://doi.org/10.3390/nu16020235>
- Zhou, Z., Chen, C., Chen, X., Yi, W., Cui, W., Wu, R., & Wang, D. (2022). Lower extremity isokinetic strength characteristics of amateur boxers. *Frontiers in Physiology*, 13, 898126. <https://doi.org/10.3389/fphys.2022.898126>

Додаткова інформація

Відомості про статтю:

Онлайн-версія доступна за посиланням:

<https://doi.org/10.15391/ed.2025-3.04>

Конфлікт інтересів

Автори відзначають, що не існує ніякого конфлікту інтересів.

Джерела фінансування

Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

Отримано: 10.04.2025; Прийнято: 22.04.2025

Опубліковано: 01.06.2025

Відомості про авторів

Старіков Володимир Сергійович:

старший викладач кафедри фізичного виховання; Національний університет водного господарства та природокористування: вул. Соборна, 11, м. Рівне, 33028, Україна.

<https://orcid.org/0000-0003-2587-5703>,
starikov.vs@i.ua

Бугайов Максим Леонідович:

викладач кафедри теорії і методики фізичного виховання і спорту; Хмельницький національний університет: вул. Інститутська 11, м. Хмельницький, 29016, Україна.

<https://orcid.org/0000-0004-6202-2635>,
bugajovmaksim@gmail.com

Полянйчко Олена Миколаївна:

канд. психол. наук, доцент; Київський столичний університет імені Бориса Грінченка: вул. Левка Лук'яненка 13-б, м. Київ, 04212, Україна.

<https://orcid.org/0000-0002-4775-6732>,
o.polianychko@gmail.com

Information about the Authors

Volodymyr Starikov:

Senior Lecturer of the Department of Physical Education; National University of Water and Environmental Engineering: Soborna str., 11, Rivne, Rivne Oblast, 33028, Ukraine.

Maksym Buhaiov:

Department of Theory and Methods of Physical Education and Sport; Khmelnytsky National University: Institutskaya str., 11. Khmelnytskyi, 29016, Ukraine.

Olena Polianychko:

Phd (Psychological sciences) Associate Professor; Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University: Levka Lukyanenko str., 13-B, Kyiv, 04212, Ukraine.