

АНАЛИЗ НОКАУТИРУЮЩИХ СИТУАЦИЙ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ КИКБОКСИНГЕ К-1 В ТЯЖЕЛОЙ И СУПЕРТЯЖЕЛОЙ ВЕСОВЫХ КАТЕГОРИЯХ



ЗАВЬЯЛОВ
Александр Иванович

Национальный исследовательский Иркутский государственный технический университет», г. Иркутск
Институт физической культуры, спорта и здоровья им И.С. Ярыгина, «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева», г. Красноярск, профессор, доктор педагогических наук

ZAVIALOV Alexander

National Research Irkutsk State Technical University, Irkutsk Institute of Physical Culture, Sport and Health. Krasnoyarsk State Pedagogical University. Krasnoyarsk, Professor, Doctor of Education Sc.

КОЛЯДА
Артем Владимирович

Аспирант Национального исследовательского Иркутского государственного технического университета, г. Иркутск
E-mail: whitepower7@mail.ru

KOLYADA Artem

Graduate student of the National Research Irkutsk State Technical University, Irkutsk, Russia

ГРИШИН
Александр Алексеевич

Аспирант Национального исследовательского Иркутского государственного технического университета, г. Иркутск

GRISHIN Alexander

Graduate Student of the National Research Irkutsk State Technical University, Irkutsk, Russia

Ключевые слова: кикбоксинг, нокаут, к-1, удар, видеообзор.

Аннотация. В статье рассмотрены бои кикбоксеров-профессионалов в категории К-1 тяжелой и супертяжелой весовых категориях за период 2004–2014 гг., окончившиеся нокаутом. Определены наиболее частые зоны нанесения ударов, наиболее частые нокаутирующие удары и раунды, закончившиеся досрочно. Результаты представлены в виде таблиц, рисунков. Сделаны соответствующие выводы.

ANALYSIS OF KNOCKOUT SITUATIONS IN PROFESSIONAL KICKBOXING K-1 ON HEAVYWEIGHT AND SUPER HEAVYWEIGHT CATEGORIES

Keywords: kickboxing, knockout, K-1 kick, video support.

Abstract. The article describes the fightings of professional kickboxers in the category of K-1 heavy and superheavy weight category for the period 2004-2014 then ended knockout. The importance and relevance of the study of knockout situations in general and the knockout blow in particular on the basis of the knockout's impact on the health of athletes. Ability to apply the knockout punch can reduce the time of the fight, thereby saving power of kickboxer for upcoming fights (during several fights in one tournament). Studies conducted using video recordings of fights. To analyze video was involved team of certified independent judges. Also, the authors have hypothesized about the characteristics of a knockout blow, the audited. Identified the most frequent areas of strikes, as well as a knockout punch and the round ended prematurely. The results are presented as a picture depicting areas of application data beats, as well as in the form of two tables with details of assessment and a description of a knockout blows that eventually brought knock. The hypothesis of the important characteristics of a knockout blow was confirmed among the main characteristics of a knockout blow allocated power and precision of a surprise. The most common knockout blow recognized: side kick left hand side kick left foot and a right straight punch to the head. The most common area of application is the knockout punch head area. In most cases, according to the research, knockout blow falls exactly in the painful area. Studies have also shown that the impact of a large force is not a prerequisite, and that over half knockout punches is a surprise for the opponent.

Введение. В современном профессиональном кикбоксинге немаловажную роль играет нокаут (особенно в тяжелых весовых категориях). Умение завершить поединок досрочно позволяет спортсмену экономить силы в ходе турнира, а также дает ему некоторое психологическое преимущество перед оппонентом. Умение же спортсмена защищаться и избегать нокаутов позволяет ему продлить спортивную карьеру без перерывов в тренировочном и соревновательном процессах. Нокаут зачастую связан с сотрясением мозга [4].

На основании вышеизложенного трудно переоценить важность изучения возникновения нокаутирующих ситуаций. Стоит добавить, что на данный момент в науке развиваются новые методы оценки соревновательной деятельности спортсменов [1, 2, 3].

Актуальность исследования. Выявление основных ударных действий, послуживших причиной нокаута, а также выявление зон наиболее частого нанесения «нокаутирующих» ударов может послужить основой для модернизации учебно-тренировочного процесса

кикбоксеров как профессионального, так и любительского уровней.

Цель исследования заключалась в анализе боёв спортсменов-профессионалов тяжелой и супертяжелой весовых категорий за 2004–2014 гг. и в выявление наиболее частых нокаутирующих ударов, а также наиболее частых зон поражения данными ударами.

Методы и организация исследования. Для исследования использовались видеозаписи зарубежных чемпионатов Glory Worldseries, а также чемпионат K-1 World Series Tokyo (150 боёв). Участники турниров – спортсмены-профессионалы. Видео обзревали попеременно пять аттестованных «Федерацией Кикбоксинга России» судей, с судейскими категориями: судья по спорту, судья 1-й категории, судья все-русской категории. Результаты показаны на рисунках.

В качестве отправной точки была выдвинута гипотеза о характеристиках нокаутирующего удара. Согласно гипотезе, основными характеристиками нокаутирующего удара являются неожиданность удара (НУ), сила удара

Таблица 1

Расшифровка оценки нокаутирующего удара

Характеристика	Баллы				
	1	2	3	4	5
Неожиданность удара	Удар очевиден, легко читается соперником. Нанесение удара повлекло удачные ответные действия оппонента	Удар, ожидаемый соперником	Удар, попавший в блок, но потрясший оппонента, ожидаемый удар	Неожиданный для соперника удар. Соперник слишком поздно отреагировал на удар	Соперник не видел удар, не предпринял никаких попыток защититься. Удар нанесён с неожиданной позиции, под неожиданным углом
Сила удара	Слабый, совершенно неакцентированный удар, финт, отмашка	Слабый удар, зрительно слабее, наносимых в раунде	Удар средней силы (относительно других ударов в раунде)	Относительно сильный удар, зрительно сильнее других ударов в раунде	Крайне сильный удар, послуживший причиной травмы, глубокого нокаута
Точность удара	Удар не достиг соперника	Удар достиг соперника, но попал в блок	Удар попал в блок, но потряс соперника. Удар достиг головы/ноги/корпуса оппонента, но пришелся по касательной	Удар достиг БЗ (зоны челюсти, висков, печени или солнечного сплетения)	Удар достиг БЗ, при этом нанесён с дальней дистанции, обошёл блок соперника и т.д.

Таблица 2

Описание нокаутирующих ударов

№ п/п	Наименование удара	Место нанесения			Число ударов/процент от общего числа «нокаутов одного удара»*
		голова	область печени	солнечное сплетение	
1	Передний боковой рукой (ПБР)	20	5	-	25/29%
2	Задний прямой рукой (ЗПР)	14	-	2	16/19%
3	Передний боковой ногой (ПБН)	11	3	-	14/16%
4	Задний боковой рукой (ЗБР)	12	-	-	12/14%
5	Удар коленом (УК)	7	1	2	10/12%
6	Передний прямой рукой (ППР)	3	-	-	3/3%
7	Удар ногой с разворота (УНР)	1	2	-	3/3%
8	Задний апперкот (ЗА)	2	-	-	2/2%
9	Задний боковой ногой (ЗБН)	1	-	-	1/1%
10	Задний прямой ногой (ЗПН)	-	-	1	1/1%
Итого		71	11	5	87/100%

* «нокаут одного удара» – нокауты, произведенные одним ударом

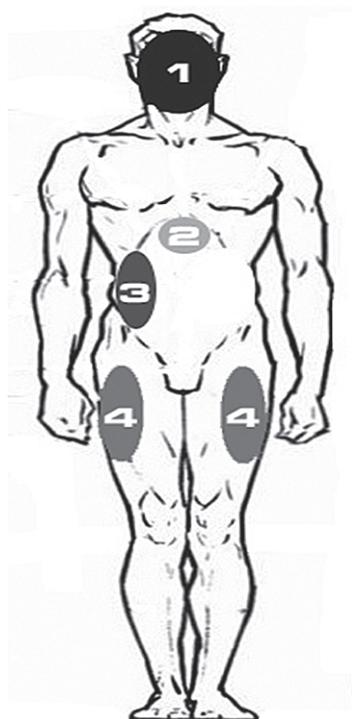


Рис.1. Зоны нанесения нокаутирующих ударов

(СУ) и точность удара (ТУ). Данные характеристики оценивались по пятибалльной шкале. Расшифровка оценки представлена в таблице 1.

Результаты и их обсуждение. В табл.1 представлена расшифровка оценки нокаутирующего удара, разработанная авторами статьи. В табл. 2 представлено описание нокаутирующих ударов, в частности, наименование удара, зона нанесения и процент от общего числа ударов.

На рис. 1 изображены зоны нанесения нокаутирующих ударов совместно с цветовой дифференциацией (цветовой тон темнее у зон, по которым наносится большее количество ударов). Зона 1 – головная зона, зона 2 – зона солнечного сплетения, зона 3 – зона области печени, зона 4 – зона области бёдер. Отдельно учитывались нокауты, произошедшие вследствие многократных ударов (НМУ), и так называемые «нокауты одного удара» (НОУ). Число НМУ составило 87, НОУ – 63.

Из НМУ отдельно выделялись удары, нанесённые во время атаки соперника – 19 и

встречные удары – 9. Из НОУ отдельно выделялись нокауты, произошедшие вследствие многократного нанесения ударов лоу-кик (11 нокаутов).

Средние значения характеристик нокаутирующего удара составили: неожиданность (Н) – $3,91 \pm 0,52$ балла, сила удара (С) – $3,63 \pm 0,58$ балла, точность удара (Т) – $4,10 \pm 0,41$ балла. 3 балла по показателю Н получили 36 ударов, 4 балла.

Число нокаутов у спортсменов тяжелой (95 кг) и супертяжелой (95+кг) весовых категорий в первом раунде составило 79, во втором – 47, в третьем – 21, в четвертом – 3.

Выводы

1. Говоря о нокауте, вызванном одним ударом, можно заключить, что кикбоксёры-профессионалы тяжелой и супертяжелой весовых категорий наиболее часто нокаутируют оппонента, попадая в голову (82% нокаутов). Чаще всего нокаутирующим ударом выступает – левый боковой рукой (29%).

2. Кикбоксёры-профессионалы весовых категорий 95 и 95+ кг в 35% случаев падают в нокаут из-за пропущенной серии ударов, треть из этих случаев – многократные удары лоу-кик (боковой удар ногой в бедро).

3. В большинстве случаев (~70%) нокаутирующий удар приходится точно в болевую

зону. Приблизительно в 59% нокаутов сила нокаутирующего удара не превосходит силу среднего удара в раунде, а в ~15% слабее среднего удара в раунде. Свыше 54% нокаутирующих ударов являются неожиданными для оппонента.

4. Наиболее часто кикбоксёры-профессионалы весовых категорий 95 и 95+ нокаутируют оппонента в первом раунде (~53%).

5. В 32% случаев нокаутирующий удар нанесён навстречу оппоненту. ~22% нокаутирующих ударов нанесены во время атаки соперника.

Литература

1. Ашанин В. С. Синергетический подход к анализу соревновательной деятельности в спортивных единоборствах / В. С. Ашанин, А. Н. Литвиненко // Слобожан. науково-спорт. вісн. – 2007. – №. 12. – С. 156-160.

2. Некрасов В. П. Оценка соревновательной деятельности боксеров / В. П. Некрасов, Ю. Б. Никифоров, Н. А. Худадов // Бокс: Ежегодник. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – С. 16-20.

3. Никифоров Ю. Б. Анализ соревновательной деятельности боксеров / Ю. Б. Никифоров // Бокс: Ежегодник. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – С.47-50.

4. Khodasevich L. S. Fatal injures in sport / L. S. Khodasevich, L. A. Khodasevich, S. G. Kuzin // European Journal of Physical Education and Sport. – 2013 – vol.1 (1) – № 1.

