

МОДЕЛИРОВАНИЕ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО БОЯ И ИХ ОСВОЕНИЕ СТУДЕНТАМИ-БОКСЕРАМИ



**ЛОХМОТКИН
Иван Юрьевич**

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва
Аспирант 2-го года обучения,
e-mail: ivan_lokhmotkin@mail.ru,
тел. 8-915-345-23-45

LOKHMOTKIN Ivan
Russian State University of Physical
Education, Sport, Youth and Tourism

(SCOLIPE), Moscow, Postgraduate student

КИСЕЛЕВ

Владимир Андреевич

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва
Профессор кафедры Бокса и кикбоксинга, заслуженный тренер РФ, кандидат педагогических наук

KISELEV Vladimir

Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE), Ph.D., Professor

ГАЛОЧКИН

Павел Владимирович

Финансовый университет при Правительстве РФ, Москва
Доцент кафедры «Физическое воспитание», кандидат педагогических наук,
pavel-galochkin81@yandex.ru, тел. 926-894-13-92

GALOCHKIN Pavel

Financial University of the Government of the Russian Federation, Moscow
Associate Professor of the Department «Physical Education», Ph.D. of Pedagogical Sciences, pavel-galochkin81@yandex.ru, tel. 926-894-13-92

Ключевые слова: подготовка боксеров высших разрядов, моторный темп, технико-тактические действия (ТТД), модель соревновательного боя боксеров.

Аннотация. В исследовании решалась проблема совершенствования спортивного мастерства боксеров на основе выявления и освоения способов управления темпом ведения боя как основным компонентом его содержания. Необходимой предпосылкой исследования явилась проблемная ситуация, сложившаяся в теории и практике бокса. Она вскрывает недостаточность знаний о структуре и содержании боя как целостной системы, включающей в себя два типа фрагментов – эпизодов активных взаимодействий боксеров и эпизодов взаимодействий арбитра и боксеров в паузах (остановках) боя.

В спортивной практике единоборств существует возможность формировать последовательность мыслительных операций как в эпизодах, так и в паузах поединка, а в теории отсутствуют подходы к разработке теоретических и методических средств их освоения. Поэтому важно повышение эффективности выполнения тактико-технических действий боксера в бою на основе создания условий для его обучения мыслительным операциям по анализу, обобщению, планированию, принятию решения с последующей их реализацией.

Для совершенствования процесса спортивного мастерства боксеров выявлялись подходы к анализу структуры боя и определению количественных характеристик выполняемых ими действий в конкретных фрагментах боя, и на основании данных анализа разрабатывались теоретические и методические способы управления темпом выполнения технико-тактических действий.

MODELING TECHNICAL AND TACTICAL ACTIONS COMPETITIVE FIGHT BOXERS

Keywords: training boxers, motor temp, the technical and tactical actions, model competitive fight boxers.

Abstract. In this investigation authors tried to resolve the problem of development of boxer's sports skills on the basis of elicitation and mastering of combat's tempo as it was considered as the major component of its content. The problem issue, which has manifested in box's theory and practice, is a necessary premise for current investigation. It reveals insufficiency of knowledge on structure and content on combat as a whole system which

consists of two fragments – episodes of active interactions between boxers and episodes of referee-boxer interactions during pauses.

In sports practice of combat arts there is a possibility of forming successive mental operations both in episodes and pauses, but in theory there are no approaches to elaboration of theoretical and methodological ways of its mastering and development. Thus it is important to increase an effectiveness of tactical and technical action execution in boxers on the basis of creating conditions for acquiring skills of mental analytic operations, planning, generalization, decision making and its further implementation.

In order to improve the process of sport skills mastering several approaches were developed to analyze combat's structure and evaluate quantitative characteristics of boxer's actions in specific episodes; on the basis of data analysis theoretical and methodological ways of tempo management during technical and tactical action implementation were worked out.

Актуальность исследования заключалась в изучении таких важных направлений в подготовке боксеров высших разрядов, как рациональное распределение сил в ходе боя, управление темпом выполнения технико-тактических действий в зависимости от условий достижения и способов сохранения преимущества над противником, способов исправления своих ошибок. Представляется возможным уточнить некоторые разделы подготовки боксеров высших разрядов, а также выдвинуть и обосновать ряд общих методических положений и практических рекомендаций для совершенствования их спортивной тренировки. Одним из главных вопросов подготовки боксеров является обучение их анализу соревновательного боя, его моделированию в тренировочных условиях по принятию решений при реализации двигательных действий в условиях боя.

Цель исследования заключалась в выявлении структуры модели боя и управлении моторным темпом выполнения технико-тактических действий в условиях соревновательного боя боксерами высших разрядов.

Организация исследования: Исследование проводилось в период с 2016 по 2017 г. и включало три этапа:

1-й этап. Предварительные исследования по выявлению подходов к моделированию и анализу соревновательного боя в спортивных единоборствах, а также определение цели, задач и адекватных им методов исследования (2016–2017 гг.);

2-й этап. Разработка методики обучения мыслительным операциям, направленным на анализ, синтез, оценку обстановки, принятие решений для эффективной реализации способов решения двигательных задач в бою боксерами высших разрядов (2016–2017 гг.);

3-й этап. Проведение педагогического эксперимента, обработка полученных данных,

оформление и описание данного исследования (2016–2017 гг.).

Методы исследования: анализ научно-методической литературы; педагогические наблюдения; метод хронометрирования; метод экспертных оценок; метод моделирования; методы освоения обучающей программы; педагогический эксперимент; методы математической статистики.

Обсуждение результатов исследования. В ходе проведения и экспериментального обоснования результатов ряда лабораторных экспериментов была предложена методика обучения управлению темпом выполнения технико-тактических действий в условиях проведения тренировочных боев с судейством [1, 2, 3].

Педагогический эксперимент проводился с целью обоснования педагогической эффективности, методики обучения боксеров высших разрядов, управлению темпом выполнения технико-тактических действий в поединке с учетом своих индивидуальных возможностей и особенностей темпа выполнения ударов их противниками [5].

Для доказательства педагогической эффективности методики обучения боксеров высших разрядов, управлению темпом выполнения технико-тактических действий в бою с учетом своих индивидуальных возможностей и особенностей темпа выполнения приемов их противниками использовались две обучающие программы. Первая программа осваивалась боксерами контрольной группы с учетом общих закономерностей хода боя, но без учета индивидуальных особенностей темпа выполнения технико-тактических действий испытуемыми и особенностей темпа выполнения ударов его противниками. Вторая программа осваивалась боксерами экспериментальной группы с учетом их индивидуальных особенностей темпа выполнения ударов и особенностей темпа выполнения приемов их противниками.

Таблица 1 – Экспериментальная модель боя боксера А (победителя)

Раунды	I			II				III			
Количество эпизодов	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Длительность эпизодов (с)	40	46	18	36	33	22	29	23	32	24	24
Длительность пауз (с)	40	46	-	36	33	22	-	-	32	24	-
Моторный темп	0,25	0,24	0,26	0,18	0,22	0,21	0,19	23	0,17	0,19	0,14
Количество ТТД	10	11	4	6	7	5	6	4	5	5	4
Рассогласование по ударам	-2	-2	0	-1	-1	0	-1	-1	-1	-1	-2

Таблица 2 – Показатели величин моторного темпа выполнения технико-тактических действий боксеров контрольной группы (n=10)

Боксеры	Показатели МТ до эксперимента	Показатели МТ после эксперимента	P
Легковесы	0,32±0,018	0,32±0,020	< 0,05
Средневесы	0,29±0,018	0,29±0,017	< 0,05
Тяжеловесы	0,19±0,020	0,20±0,016	< 0,05

Для повышения уровня показателей темпа выполнения технико-тактических действий у боксеров экспериментальной группы разрабатывалась информационно-временная модель для конкретного боксера на основе данных полученных в его соревновательных поединках [3, 5]. Затем в тренировочных занятиях испытуемый проводил бой с боксерами по формуле, представленной в таблице 1.

В таблице 1 представлена информационно-временная модель боя боксера А с учетом его индивидуальных особенностей. Так в первом раунде боя боксера А зафиксировано 3 эпизода длительностью 40, 46, 18 с и длительностью пауз по 4 с.

Критериями эффективности освоения двух обучающих программ в обеих группах явились величины показателей изменения моторного темпа выполнения технико-тактических действий. Динамика изменения определялась величинами показателей моторного темпа выполнения технико-тактических действий в условиях тренировочных боев с судейством. Сравнение количественных показателей величин моторного темпа выполнения технико-тактических действий в боях боксерами экспериментальной группы показывает, что прирост указанных величин у испытуемых боксеров выше по сравнению с аналогичными показателями контрольной группы.

Показатели величин моторного темпа выполнения ударов у боксеров экспериментальной

группы до эксперимента составляли: у легковесов 0,31±0,017, у средневесов – 0,28±0,018, у тяжеловесов – 0,19±0,016. После эксперимента зафиксированы показатели: у легковесов – 0,35±0,021, у средневесов – 0,32±0,028, у тяжеловесов – 0,22±0,029.

Показатели величин моторного темпа выполнения ударов у боксеров контрольной группы. Исходные данные составляли: у легковесов 0,32±0,018, у средневесов – 0,29±0,018, у тяжеловесов – 0,19±0,020. После эксперимента зафиксированы показатели у легковесов – 0,32±0,020, у средневесов – 0,29±0,017, у тяжеловесов – 0,20±0,016.

Статистически достоверная разница (p<0,05) по данным контрольных показателей у испытуемых экспериментальной группы подтвердила преимущества второй тренировочной программы, где применяемые средства оказались более эффективными. Здесь нам удалось отметить весьма существенный факт, имеющий большое практическое значение. Оказалось, что при выполнении технико-тактических действий испытуемыми экспериментальной группы с учетом выявленных у них ранее индивидуальных особенностей по показателям темпа выполнения технико-тактических действий, а также аналогичных показателей у противников, показатели моторного темпа выполнения приемов, зафиксированные в конце эксперимента в условиях проведения боев с судейством, оказались больше по

сравнению с показателями, полученными у испытуемых контрольной группы. Выявленные факты доказывают, что данный подход имеет существенное влияние на совершенствование тактической подготовки боксеров в разделе освоения планирования тактики ведения поединка.

Таким образом, результаты проведенного эксперимента свидетельствуют о педагогической эффективности методики обучения боксеров высших разрядов управлению темпом выполнения технико-тактических действий в поединке с учетом своих индивидуальных особенностей и особенностей темпа выполнения приемов их противниками.

Выводы

1. Проведенное исследование позволило дополнить недостающие знания о структуре и содержании соревновательного боя боксеров. В частности на совершенствование спортивного мастерства боксеров влияет степень освоения основных компонентов содержания боя – способов управления темпом выполнения технико-тактических действий в соревновательном бою.

2. Разработана методика определения темпа ведения соревновательного боя.

3. Показатели величин моторного темпа у боксеров экспериментальной группы до эксперимента составляли: у легковесов $0,31 \pm 0,017$, у средневесов – $0,28 \pm 0,018$, у тяжеловесов – $0,19 \pm 0,016$. После эксперимента зафиксированы показатели у легковесов – $0,35 \pm 0,021$, у средневесов – $0,32 \pm 0,028$, у тяжеловесов – $0,22 \pm 0,029$.

4. Как видно из данных полученных у боксеров экспериментальной группы прирост величин показателей моторного темпа составил: у легковесов 6%, у средневесов 6,6%, у тяжеловесов 7,3%.

5. Прирост величин показателей моторного темпа у боксеров контрольной группы у легковесов и средневесов не обнаружен, у тяжеловесов он составил 2,5%.

Литература

1. Кажлаев, Г.А. Показатели соревновательной деятельности боксеров высокой квалификации в связи с результатами поединка / Г.А. Кажлаев, В.А. Киселев. – М.: РГУФКСИТ, 2008.

2. Кажлаев, Г.А. Системокванты при принятии решений в условиях соревновательного боя / Г.А. Кажлаев, В.А. Киселев // Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам». Часть I: материалы научно-практ. конфер. преподавателей кафедры теории и методики единоборств. – М.: Принт Центр, 2010.

3. Кравченко, О.В. Моделирование взаимодействия участников соревновательного боя боксеров высших разрядов: автореф. дис. канд. пед. наук / Кравченко О.В. – М., ГЦОЛИФК, 1999.

4. Свищев, И.Д. Комплексная оценка подготовленности спортсменов и тренеров в дзюдо: учебное пособие / И.Д. Свищев, С.В. Ерегина. – М.: Советский спорт, 2013. – 128 с.

5. Свищев, И.Д. Структура и темп спортивного противоборства: методические рекомендации / И.Д. Свищев. – М., 2009. – 18 с.

Literature

1. Kazhlaev, Gilani. Indicators of competitive activity of highly skilled boxers in connection with the results of the fight / Gilani Kazhlaev, Vladimir Kiselyov. – M: RGUFKSIT, 2008.

2. Kazhlaev, Gilani. Sistemokvanty when making decisions in conditions of the competitive battlefield. Part I. / Gilani Kazhlaev, Vladimir Kiselyov: Improving the system of training in martial arts: materials Scient. Conf. teachers of the department of theory and techniques of martial arts. – M.: Print Centre, 2010.

3. Kravchenko, Oleg. Modeling the interaction of participants in a competitive fight boxers of higher discharges: author. Dis. ... kand. ped. nauk / Kravchenko Oleg. – M.: GTSOLIFK, 1999.

4. Svishchev, Ivan. Comprehensive assessment of athletes and coaches in judo training posobie / Ivan Svishchev, Svetlana Eregina. – M.: Soviet Sport, 2013. – 128 p.

5. Svishchev, Ivan. The structure and pace of sporting confrontation: methodical rekomendatsii / Ivan Svishchev. – M., 2009. – 18 p.

