

АНАЛИЗ СУЩЕСТВУЮЩИХ МЕТОДИК ОБУЧЕНИЯ МАНЕВРИРОВАНИЮ В КИОКУСИНКАЙ И РОДСТВЕННЫХ ЕДИНОБОРСТВАХ



**БЕЛЫЙ
Константин Владимирович**
НИИ Спорта РГУФКСМиТ
Соискатель ученой степени канд.
пед. наук, Заслуженный тренер
России, мастер спорта России,
e-mail: snekot@gmail.com

BELY Konstantin
Sport research Institute of Russian
State University of Physical
Education, Sport, Youth and Tourism,
Moscow, Russia

Applicant scientific degree of PhD, Deserved coach of Russia,
Master of sports of Russia

**ЭПОВ
Олег Георгиевич**
НИИ Спорта РГУФКСМиТ. Заведующий лабораторией
научно-методического обеспечения сборных команд
НИИ Спорта РГУФКСМиТ, профессор кафедры теории и
методики единоборств РГУФКСМиТ, профессор, канд. пед.
наук, Заслуженный тренер России, мастер спорта СССР,
e-mail: neg7564@narod.ru

EPOV Oleg
Ph.D., Professor, Deserved coach of Russia, Master of sports
of USSR. Head of laboratory Science-and-Research Institute of
Sports of Russian State University of Physical Education, Sport,
Youth and Tourism (RSUPESY&T)

Ключевые слова: киокусинкай, каратэ, единоборства, маневрирование, соревновательный поединок, технико-тактические навыки.

Аннотация. В работе анализируется существующее состояние научно-методической базы в киокусинкай в части обучения маневрированию и систематизации способов и схем перемещений, в сравнении с опытом других единоборств.

ANALYSIS OF EXISTING METHODICS OF TRAINING OF MANEUVERING IN KYOKUSHINKAI AND RELATED MARTIAL ARTS

Keywords: kyokushinkai, karate, Martial arts, maneuvering, competitive fight, technical and tactical skills.

Abstract. The work analyzes the present scientific and methodological base in Kyokushinkai in part of training of maneuvering and systematization of technique and schemes of movements, in comparison with the experience of other martial arts.

Постановка и актуальность проблемы. Киокусинкай – первый в истории вид спортивного контактного каратэ, созданный в конце 50-х годов, получивший огромное развитие во всем мире, и официально признанный и развиваемый в России (СССР) с 1989 года. Тем не менее, научные исследования особенностей подготовки в настоящее время совершенно не соответствуют уровню развития киокусинкай как в России, так и в мире. Имея существенную специфику и кардинальные отличия от других видов ударных контактных единоборств, киокусинкай, по сути, не имеет как вид спорта полноценной научной

базы. В частности, в настоящее время нет единого научного и методического подхода к маневрированию как существенной части технико-тактической подготовки спортсменов киокусинкай, в отличие от многих других видов спортивных единоборств.

Цель исследования. Целью настоящей работы являлся анализ существующих научно-методических подходов к систематизации и обучению маневрированию как основы построения технико-тактических структур и тактического рисунка поединка в киокусинкай, в сравнении с опытом других видов единоборств.

Организация исследования. Для решения поставленной задачи были проанализированы 86 опубликованных работ (в том числе 18 на иностранных языках) по указанной тематике, большая часть из которых являлась учебниками и методическими пособиями по обучению киокусинкай и родственных спортивных единоборств. Это позволило комплексно взглянуть на поставленную проблему, определить принятые в киокусинкай методические подходы, и выделить принятые в киокусинкай и других единоборствах виды, схемы и технику перемещений.

Результаты исследования. В результате проведенной работы было выяснено, что, несмотря на декларирование важности овладения навыками маневрирования, при традиционном изучении каратэ обучению собственно технике перемещений (особенно свободных) уделяется недостаточное внимание. Такой традиционный подход (через кихон и ката) свойственен и киокусинкай. В России до настоящего времени он является основой практически всех без исключения учебных пособий по киокусинкай. Хотя в российском киокусинкай маневрирование справедливо рассматривается как составная технико-тактической подготовки, но обучение собственно маневрированию программами не предусмотрено и отдельно не выделяется. Методических же приемов и специализированных упражнений в методической части программ, как правило, не предлагается вообще.

В целом также можно уверенно констатировать, что в методической литературе по единоборствам собственно технике перемещений в ее связи с биомеханикой движения как ног, так и всего тела, уделено недостаточно внимания. Упоминания о технике перемещений, как правило, отличается фрагментарностью, несистемностью и акцентированием внимания на отдельных моментах. В подавляющем большинстве материалов совершенно не уделяется внимание работе бедер, корпуса, плеч, не освещены вопросы контроля центра тяжести при перемещениях, переноса веса тела, позиций элементов опоры (стопы, колени, таза), осей вращения в комбинированных перемещениях и пр. в процессе перемещения: акцент идет на технику работы ног и позиции стоп. В таких методических материалах отсутствует объяснение биомеханических принципов, что принципиально важно для использования ударной или защитной техники в процессе перемещения. В киокусинкай тема техники и биомеханики перемещений практически не разработана

вообще. Также, остается без внимания такой очевидный факт, что и техника выполнения ударов существенно зависит от способов перемещений.

Также анализ выявил сильно отличающиеся друг от друга подходы к систематизации у различных авторов, делающих акценты на различные задачи маневрирования. Тем не менее, различные аспекты, положенные в основу систематизации, можно объединить в два общих принципа систематизации:

- на основе направлений движения и/или схем и способов перемещений;
- в связи с тактическими рисунками и/или дистанциями поединка.

Однако ни один из авторов не предложил полной систематизации - различные авторы выделяют те или иные, более близкие им способы и техники перемещений как набор технических приемов без какого-либо методического обоснования. Чаще всего, авторы ограничиваются описанием базовых способов перемещений, при этом используя не единообразную терминологию, и разделением их по отдельным выбранным направлениям. При этом сообщается, что все остальные схемы перемещений составляются путем комбинирования предложенных простых базовых схем.

Систематизация на основе тактических рисунков, и, в частности, различных дистанций поединка также широко распространена в литературе, но различные авторы делают акцент на различные технико-тактические аспекты. Роль маневрирования как основы построения технико-тактических структур в единоборствах практически не подвергается сомнению, в том числе и в киокусинкай. Однако роль маневрирования в тактике различными авторами воспринимается по-разному. При этом в современном киокусинкай отсутствует единый методический подход к обучению маневрированию как основы построения технико-тактических структур.

Анализ литературы также позволил выделить базовые методы, применяемые в обучении маневрированию по отдельности или в совокупности:

- обучение навыкам перемещений без/с использованием различных технических приемов;
- обучение связи между различными способами перемещений, комбинирование перемещений;
- обучение свободному маневрированию с использованием различной техники вне поединка и в поединке.

Для решения каждой задачи предлагаются различные методы обучения.

Обсуждение результатов. Обзор литературы показал, что в работах по киокусинкай авторы проблематике маневрирования уделяют недопустимо мало внимания, ограничиваясь общими словами, либо не уделяют его вообще. На основании проведенного анализа литературы можно с уверенностью констатировать отсутствие научного осмысления и проработки проблематики маневрирования в киокусинкай. При этом можно отметить как отсутствие современного методического подхода к маневрированию в киокусинкай, так и отсутствие анализа и оценки роли маневрирования в эффективности конфликтного взаимодействия (таких работ не проводилось вообще).

Отсутствие современного методического подхода проявляется в следующем:

- нет обоснованной единой базы для систематизации маневрирования;
- нет единообразной терминологии для идентификации различных видов маневрирования;
- нет общепринятых методических приемов обучения маневрированию на различных этапах подготовки;
- нет связи схем маневрирования с тактическими рисунками боя и технико-тактическими структурами.

Одновременно анализ литературы показал, что в некоторых единоборствах (фехтование, тхэквондо/таэквондо, бокс) указанные проблемные для киокусинкай моменты хорошо проработаны. В других видах спорта также иногда встречаются удачные методические документы, но зачастую они являются авторскими методиками, и широко не применяются.

Следует отметить, что не все предлагаемые методические подходы из указанных видов спорта могут быть применены в киокусинкай. Сравнение методик выявляло зачастую диаметрально противоположный подход к технике перемещений, биомеханике движений, акцентам в обучении, что связано со спецификой видов спорта. При этом на оценку эффективности маневрирования в конфликтном взаимодействии специфика видов спорта, как правило, влияет мало, так как базируется на статистических показателях.

Выводы

Проведенный анализ позволяет говорить, что:

- при оценке эффективности маневрирования в конфликтном взаимодействии в киокусинкай можно в целом использовать опыт и методы исследования указанных видов спорта;

- при разработке методик обучения маневрирования в киокусинкай опыт других видов спорта можно использовать только выборочно в соответствии с концепцией, специально разработанной в соответствии со спецификой киокусинкай.

Также проведенный анализ позволил сформулировать гипотезу о роли маневрирования, как основы построения технико-тактических структур и тактического рисунка в киокусинкай. На основе полученных результатов начата работа по полной систематизации техники, схем и способов маневрирования в киокусинкай, а также по формированию цельной концепции единообразной терминологии для идентификации и классификации различных видов маневрирования, чего в киокусинкай ранее не было сделано.

Literature

1. Masatoshi. Y. The Strongest karate «Kyokushin» (Сильнейшее каратэ киокушин: учебник – на яп. языке): учебник / Y. Masatoshi. – Tokyo, Japan. – 1996.
2. Midori. K. Каратэ нюмон. Сайке-о кивамэру (Введение в каратэ. Путь к максимальной силе – на яп. языке): уч.-мет. пособие / K. Midori. Tokyo, Japan. – 2005.
3. Mitchell. D. Official karate. (Официальное каратэ – на англ. языке). – Antler Books Ltd / D. Mitchell. – London, UK. – 1986.
4. Nakamura. T. Karate. Technique and spirit. (Каратэ. Техника и дух – на англ. языке) / T. Nakamura. – Tokyo, Japan. – 1986.
5. Norris C. Winning tournament karate. (Побеждающее турнирное каратэ. – на англ. языке). – Ohara Publications Inc / C. Norris. – Burbank, California, USA. – 1975.
6. Oyama. S. Perfect karate. (Совершенное каратэ. – на англ. языке) / S. Oyama, Y. Oyama, M. Miura ; Asahi Press Co., Ltd. – Tokyo, Japan. – 1986.
7. Szeligowski P. Traditional Kyokushin karate. Budo and Knockdown fighting (Традиционное киокушин каратэ. Будо и нокдаун-поединки – на англ. языке) / P. Szeligowski. – Bytom, Poland. – 2008.

