

ПЛОТНОСТЬ БОЯ КАК ХАРАКТЕРИСТИКА ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЙ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В БОКСЕ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ



КЛЕЩЕВ
Вадим Николаевич

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва
Канд. психол. наук, профессор кафедры ТиМ бокса и кикбоксинга

KLESHCHOV Vadim
Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE), Moscow

Professor of Department of Theory and Methods of Boxing and Kikboxing, Ph.D., Honored Coach of Russia.

ГАЛОЧКИН
Павел Владимирович

Финансовый университет при Правительстве РФ, Москва
Кандидат педагогических наук, заведующий кафедрой «Физическое воспитание»

GALOCHKIN Pavel
Financial University under the Government of the Russian Federation, Moscow
Ph.D. of Pedagogical Sciences
Associate Professor of the Department «Physical Education»

КЛЕЩЕВА
Татьяна Васильевна

Финансовый университет при Правительстве РФ, Москва
Старший преподаватель кафедры «Физическое воспитание»

KLESHCHOVA Tatyna
Financial University under the Government of the Russian Federation, Moscow
Senior Lecturer of the Department «Physical Education»

Ключевые слова: соревновательная деятельность, плотность ударов, любительский и профессиональный бокс, номинация боя, резервы плотности боя.

Аннотация. Наиболее часто избираемым путем победы в экстремальных условиях поединка боксеров высокого уровня достижений, является повышение плотности ведения боя. В работе анализируются показатели плотности боя у боксеров в любительском и профессиональном боксе на протяжении 40 лет его развития и до настоящего времени. Даны рекомендации по использованию полученных показателей плотности боя в практике подготовки боксеров высокого класса.

THE DENSITY OF THE BATTLE AS THE CHARACTERISTIC EXTREME CONDITIONS IN COMPETITIVE ACTIVITY IN THE BOXING OF THE HIGHEST ACHIEVEMENTS

Keywords: competitive activity, impact density, amateur and professional boxing, fight nomination, reserves of fight density.

Abstract. The most often chosen way of winning in extreme fight conditions of high-level boxers, is to increase the fight density. The work is analyzing fight density indicators of boxers in amateur and professional boxing for 40 years of its development and up to the present time. Recommendations are given, for using fight density indicators in the practice of high-level boxers.

Актуальность настоящего исследования обусловлена постоянно существующей необходимостью совершенствования системы воздействий на спортсмена, повышающих его готовность к решению соревновательных задач.

В этой связи изучение показателей плотности боя у боксеров высокой квалификации в зависимости от уровня соревнований, этапа развития бокса, его вида (профессиональный или любительский бокс), номинации поединка («бой года»,

«раунд года») может быть чрезвычайно полезно для теории и практики вида спорта, как характеристика особенностей соревновательной деятельности боксеров, выявление тех ее показателей, достижение которых позволит рассчитывать на определенный спортивный результат, что и являлось целью исследования.

Задачи исследования:

1. Дать сравнительный анализ средних показателей плотности ударов у боксеров высокой квалификации (профессионалов и любителей).

2. Дать рекомендации по совершенствованию системы их подготовки.

Под плотностью боя мы понимали среднее количество ударов, наносимых в единицу времени в поединке.

В целях корректного сравнения данных различных авторов, мы приводим все эти данные к единой размерности – количеству ударов, наносимых боксером в течение одной минуты боя в среднем.

Количество ударов, наносимых боксером за бой, раунд, минуту боя и т.д. является достаточно известным показателем той стороны структуры соревновательной деятельности, которую обозначают как ее активность [1]. Исследованию данного показателя посвящены работы О.П. Фролова [2]; В.А. Петухова [3]; А.В. Дмитриева, О.П. Фролова, Н.А. Худадова [4]; В.Н. Клещева [5]; П.В. Галочкина, В.Н. Клещева, В.А. Киселева, Н.Д. Хромова [6]; Галочкина П.В., Клещева Т.В., Галочкина Т.С. [7] и др.

Было выяснено, что в большинстве случаев победа присуждается тому боксеру, в чьем исполнении плотность боя была более высокой; что плотность боя связана достаточно тесными корреляционными связями с еще целым рядом особенностей соревновательной деятельности боксера; что плотность боя может считаться одной из модельных характеристик бокса определенного уровня (в качестве таковой она использовалась, например, при подготовке отечественных боксеров к Олимпийским играм – 80).

Основным в определении плотности боя является подсчет количества ударов, нанесенных боксером в определенный отрезок времени, осуществляемых экспертом или их группой. Известные нам данные приведены в таблице 1.

Приведенные данные говорят о следующем.

Первое. Среднее количество ударов в пересчете на 1 (одну) минуту боя лежит в интервале от 14,6 до 34,7 удара.

Эти данные могут быть ориентиром для оценки особенностей соревновательной деятельности в подготовке боксеров.

Второе. Можно говорить о том, что количество ударов может быть относительно небольшое, однако, они достаточно сильные (силовые по терминологии профессионального бокса), что мы и видим для среднего количества ударов в «бою года». В то же время в ряде поединков (чаще любительских) значительное количество ударов набирается за счет относительно легких ударов,

Таблица 1 – Средние количества нанесенных боксером ударов за одну минуту боя, полученных разными авторами и в различных условиях поединка (ранг соревнований, особенности правил, номинация и др.)

№ п/п	Соревнование или номинация (для боев по профессиональным правилам)	Среднее количество ударов, нанесенных за минуту боя
1	Номинация «Бой года» (профессиональный бокс)	14,6
2	Номинация «Раунд года» (профессиональный бокс)	24,2
3	ОИ-1980 (все участники)	30,0
4	ОИ-1980 (только чемпионы)	34,7
5	ОИ-2000	20,2
6	ОИ-2004	18,5
7	КМ-2005	20,8
8	ОИ-2008	17,9
9	\bar{X} σ V	22,6 ±6,7 29,6%

Примечание: ОИ – Олимпийские игры, КМ – Кубок мира

имеющих разведывательный, отвлекающий, контролирующий характер.

Третье. Особое место в ряду приводимых данных занимают Олимпийские игры – 80. Их участники показывают самое высокое количество ударов в среднем за минуту боя – 30,0 ударов. И это касается только участников данных соревнований. У чемпионов этих игр данный показатель еще выше – 34,7 удара.

В этой связи следует вспомнить о том, что перчатки, в которых боксировали тогда спортсмены, были более жесткие, чем сейчас. Шлемов на боксерах тогда не было. Раунд длился 3 минуты. 1980-й год – эпоха тотального бокса. И это иллюстрация того, что с боксом могут сделать господствующие в нем тенденции, претензии на высокий результат со стороны спортсменов, тренеров, судей, специалистов, болельщиков, соединенные и направленные жесточайшей конкуренцией, желанием выиграть, поиск победного пути в данных условиях.

Четвертое. Количество ударов у участников боксерского турнира Олимпиады – 80 может говорить о величине резерва в отношении данного показателя, возможностях боксеров (и бокса в целом) в отношении данного показателя. Увеличение плотности ударных действий является одним из путей, по которому боксеры идут, решая задачи победы в соревнованиях.

Пятое. Высокая плотность в отношении ударных действий может быть достигнута тогда, когда, ведя бой в рамках правил, боксеры редко прибегают к положениям клинча, редко теряют равновесие и редко находятся в положениях, затрудняющих нанесение полноценных ударов. Высокотемповой бой это: значительное количество серий ударов, положения обмена ударами («размен»), частые перехваты инициативы, отсутствие остановок боя вследствие нарушения правил и др., т.е. все то, что отличает зрелищный, эталонный бокс, отмечаемый как «бой года», «раунд года» и т.д. номинациями.

Шестое. Увеличение плотности ударных действий, регистрируемое нами в «раундах года», говорит о том, что ее повышение – один из путей реализации претензий на победу, повышения зрелищности боя. Об этом же может говорить и то, что чемпионы Олимпийских игр – 80 наносят гораздо больше ударов в среднем, нежели остальные участники этих соревнований.

Конечно, красивыми могут быть отдельные моменты клинча, избегания боя, приемы,

снижающие плотность боевых действий, однако, в боксе победа дается за нанесенные удары, их тоннаж, урон, нанесенный противнику. В этом смысле путь повышения плотности ударных действий чаще используется как реализация претензий на победу. Это – один из возможных путей, наиболее часто избираемый боксерами (но не единственный), и он заслуживает пристального внимания специалистов.

Седьмое. Чтобы дать высокий темп боя, добываясь признания судьями своего превосходства над противником, спортсмену недостаточно только высоких физических кондиций. Необходима высокая техническая и тактическая подготовленность, высокая психологическая готовность к такому бою. Оба спортсмена должны быть готовыми к темповому бою, а его высокие показатели исключают частые «небоевые» положения: разрыв дистанции, держание соперника, частые промахи и потери равновесия, остановки боя вследствие нарушения правил и т.д.

Восьмое. Практическое использование приводимых данных в дополнении характеристики современного бокса в отношении важнейших показателей соревновательной деятельности боксеров высшего уровня достижений. Они дают пищу для размышлений и построения различных моделей современного бокса применительно к индивидуальности и взглядам спортсмена и тренера, делают подготовку более направленной. Так, можно давать установку на бокс без «небоевых» положений, и, наоборот, на использование «небоевых» положений как средства уйти от «разгрома» в случае значительности превосходства противника в ряде компонентов мастерства. Можно давать обоим боксерам задание на бокс без «неударных» положений (минута, раунд, бой и т.д.). Можно давать задание на высокий темп боя для одного из боксеров и избегание боя его сопернику: (клинч, борьба и т.д.). Простой подсчет количества нанесенных ударов за бой, раунд и т.д. может дать информацию о степени соответствия активности спортсмена в поединке лучшим образцам мирового бокса! Важнейшим направлением работы спортсмена и тренера в связи с приводимыми данными должен являться творческий поиск возможностей как вести высокотемповой бой, так и избегать положений, снижающих ваши шансы на победу!

Литература

1. Теория и методика спорта: Учебное пособие для училищ олимпийского резерва. – М., 1997. – 416 с.
2. Фролов, О.П. Изучение некоторых сторон спортивной деятельности методами теории информации и исследования операций: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Фролов Олег Петрович; [Гос. центр. о. Ленина ин-т физической культуры]. – М., 1996. – 23 с.
3. Петухов, В.А. Исследование плотности и эффективности боевых действий боксеров и методики их совершенствования: автореф. ... дис. канд. пед. наук / Петухов Василий Алексеевич; [Гос. центр. о. Ленина ин-т физической культуры]. – М., 1970. – 19 с.
4. Дмитриев, А.В. О типологических различиях у боксеров высокой квалификации / А.В. Дмитриев, О.П. Фролов, Н.А. Худадов // Бокс: Ежегодник / Сост. Н.А. Худадов. – М.: Физкультура и спорт, 1974. – С. 26–34.
5. Клещев, В.Н. Свойства темперамента как условие эффективной деятельности спортсменов высокой квалификации (на материале бокса): автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Клещев Вадим Николаевич; [НИИ прикладной и педагогической психологии АПН СССР] – М., 1984. – 21 с.
6. Галочкин, П.В. Динамика показателей соревновательной деятельности боксеров, участвовавших в крупнейших международных соревнованиях в 2000–2008 гг. / П.В. Галочкин, В.Н. Клещев, В.А. Киселев, Н.Д. Хромов // Бокс: Альманах. – М., 2008. – С. 26–29.
7. Галочкин, П.В. Динамика показателей соревновательной деятельности боксеров-профессионалов в ходе их карьеры как показатель особенностей их адаптации к экстремальным условиям поединка / П.В. Галочкин, Т.В. Клещева, Т.С. Галочкина // Теория и практика прикладных и экстремальных видов спорта. – 2016. – №2 (39). – С. 36–39.

Literature

1. Theory and methodology of sports: A manual for schools of the Olympic reserve. – М., 1997. – 416 p.
2. Frolov, O.P. Studying of some aspects of sports activity by methods of the theory of the information and research of operations: the author's abstract. dis. ... cand. ped. Sciences / Frolov Oleg Petrovich; [Gos. Centre. about. Lenin Institute of Physical Culture]. – М., 1996. – 23 p.
3. Petukhov, V.A. Investigation of the density and effectiveness of combat actions of boxers and methods of their improvement: the author's abstract. ... dis. Cand. ped. Sciences / Petukhov Vasily Alekseevich; [Gos. Centre. about. Lenin Institute of Physical Culture]. – М., 1970. – 19 p.
4. Dmitriev, A.V. On typological differences in boxers of high qualification / A.B. Dmitriev, O.P. Frolov, N.A. Khudadov // Boxing: Yearbook / Comp. ON. Khudadov. – Moscow: Physical training and sports, 1974. – P. 26-34.
5. Kleshev, V.N. Properties of temperament as a condition for the effective activity of high-qualified athletes (on the material of boxing): author's abstract. dis. ... cand. psychol. Sciences: 19.00.01 / Kleshev Vadim Nikolaevich; [Research Institute of Applied and Pedagogical Psychology of the Academy of Pedagogical Sciences of the USSR]. – М., 1984. – 21 p.
6. Galochkin, P.V. Dynamics of indicators of competitive activity of boxers, who participated in the largest international competitions in 2000-2008. / P.V. Galochkin, V.N. Kleshchev, V.A. Kiselev, N.D. Khromov // Boxing: Almanac. – М., 2008. – P. 26-29.
7. Galochkin, P.V. Dynamics of indicators of competitive activity of professional boxers in the course of their career as an indicator of the peculiarities of their adaptation to extreme conditions of the fight / P.V. Galochkin, T.V. Kleshcheva, T.S. Galochkina // Theory and practice of applied and extreme sports. – 2016. – № 2 (39). – P. 36-39.

