

КЛАССИФИКАЦИЯ ТЕХНИЧЕСКИХ ПРИЕМОВ В ИГРОВОМ ЭКСТРИМЕ НА МОТОЦИКЛАХ

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва
Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE), Moscow



**ЦЫГАНКОВ
Эрнест Сергеевич**

Российский Государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва
Профессор кафедры ТИМ ПВС и ЭД, Заслуженный деятель науки РФ, Заслуженный тренер РФ, Доктор педагогических наук, тел.+7-495-7982487

TSYGANCOV Ernest

Professor of the department of T&M Applied Sports and Extreme Activity, Honored Scientist of Russia, Honored Coach of Russian,
Ed.D, tel.+7-495-7982487

ШУЛИК Григорий Иванович

Кандидат педагогических наук, Мастер спорта СССР международного класса
Заслуженный тренер РСФСР, chgriv46@mail.ru, тел.+7-925-5052535

SHULIK Grigory

Associate Professor of the department of T&M Applied Sports and Extreme Activity, Honored Coach of RSFSR
Ph.D, chgriv46@mail.ru, tel.+7-925-5052535

***Ключевые слова:** удары по неподвижному, катящемуся, отскочившему, летящему мячу; остановки мяча, ведения; финты сидя в седле, стоя на подножке.*

Аннотация. Работа посвящена техническому мастерству мотоциклистов высшей квалификации, занимающихся мотоболом. Впервые представлены результаты анализа игровых действий полевых игроков, позволяющих добиваться победных результатов на чемпионатах Европы по мотоболу.

TECHNICAL METHODS' CLASSIFICATION IN EXTREME MOTORCYCLE GAME

***Keywords:** strike blows at immovable, rolling, rebounding, flying ball; stopping a ball, ball-keeping; fints (frauds) being on a seat, staying on a footrest.*

Abstract. The article is dedicated to technical skill of highly qualified motorcyclists engaged in motobol. For the first time, the results of analysis of players' activity, which was the reason of triumphal results in European Motobol Championships, are presented.

Среди многообразия дисциплин мотоспорта, которых насчитывается более сорока, особое место занимает мотобол – спортивная игра на мотоциклах. Её история в России составляет почти 90 лет, а авторство принадлежит ГЦОЛИФК. Первым официальным соревнованием в СССР был Кубок журнала «За рулём». В 1965 году проведено первенство СССР, в котором участвовало 15 команд из 10 союзных республик. С 1967 года мотобольная команда нашей страны 13 раз побеждала в Кубках Европы и 25 раз в чемпионатах Европы. Основой сборной команды является

команда «Металлург» (г. Видное) и владимирский «Ковровец» (г. Ковров), большинство игроков команды и её тренер Валерий Нифантьев – выпускники ГЦОЛИФК.

Характер соревнования: продолжительность – 4 периода по 20 минут, размеры поля – длина до 110 м., ширина до 85 м., покрытие – гравийное, асфальтовое, грунтовое, размеры ворот – ширина 732 см., высота 244 см., окружность мяча – 119-126 см, вес мяча – 900-1200 г. Состав команды – 10 игроков, 2 механика, 1 тренер; в поле – 4 игрока, 1 вратарь без мотоцикла. Вес мотоцикла – 70-120

кг. Защитная экипировка: мотошлем, перчатки, мотоботы, наколенники, налокотники, спортивная одежда.

Цель работы – систематизация и классификация технических приёмов полевых игроков.

Методы исследования:

- анализ, систематизация, обобщение технического мастерства мотоболлистов высшей квалификации;
- педагогическое тестирование на УТС;
- анкетный опрос.

Организация исследования. Проведен анализ и обобщение опыта игроков мотобольной команды «Металлург» – многократного победителя Кубка и Чемпионата Европы за период с 1981 по 2018 год.

Результаты исследования. На рисунке 1 представлена классификация приёмов индивидуального мастерства мотоболлистов.

Рисунок 1 – Классификация приёмов индивидуального мастерства мотоболлистов

Техника игры в мотобол – это комплекс разнообразных приёмов, выполняемых с мячом на мотоцикле и разделяемым по группам и видам.

I. Удары по мячу

В зависимости от положения игрока на мотоцикле различают удары: сидя в седле (Рисунок 2), стоя на подножке (Рисунок 3) и опираясь ногой о землю.



Рисунок 2 –
Удар сидя в седле



Рисунок 3 –
Удар стоя на подножке

Чаще всего применяются удары из положения «стоя на подножке» – они дают возможность полностью использовать мах ноги.

Различают удары по неподвижному, катящемуся (Рисунок 4) и летящему (Рисунок 5) мячу.

Первый из них – наиболее простой – применяется при выполнении свободных и штрафных. Удары по катящемуся и летящему мячу требуют



Рисунок 1 – Классификация приёмов индивидуального мастерства мотоболлистов



Рисунок 4 – Удар по катящемуся мячу



Рисунок 5 – Удар по летящему мячу

от игрока умелого владения мотоциклом, расчёта, правильного положения туловища и ног.

Для технически грамотного выполнения ударов необходима индивидуальная подгонка некоторых деталей мотоцикла: от положения руля, сиденья и подножек зависит удобство посадки и, следовательно, сила и точность ударов.

Различают удары прямые – в воображаемый центр мяча, и «резанные» – в сторону от центра, когда мяч после удара летит по дуге, вращаясь вокруг собственной оси.

Удар носком. Игрок разгоняется, увеличивая скорость мотоцикла по мере приближения к мячу. Туловище наклонено вперед, задняя часть сиденья загружена. На расстоянии 4-6 метров от мяча привстаёт на одной (опорной) ноге, а другой делает замах (бедром или голенью). Согнутая в колене нога маховым движением выбрасывается вперед к мячу и, проходя у подножки мотоцикла, резко выпрямляется. Перед ударом и в момент удара коленный и голеностопный суставы напряжены, пальцы стопы тоже напряжены и прижаты к верхней части ботинка, пятка опущена.



Рисунок 6 – Удар носком стопы

Помните: направление и дальность полёта мяча зависят от того, куда, с какой силой и под каким углом нанесен удар.

При ударе нога немного согнута в колене. Туловище обычно остается наклоненным вперед, но иногда можно его немного отклонить назад, за счёт выпрямления рук. Опорная нога слегка согнута в колене (Рисунок 6).

Помните: направление и дальность полёта мяча зависят от того, куда, с какой силой и под каким углом нанесен удар.

Удар подъёмом обеспечивает наибольшую точность и потому применяется в игре чаще всего. Вначале нога согнута в колене, бедро отведено назад, голеностопный сустав не напряжен. Угол, образуемый бедром и голенью, нужно сохранять как можно дольше.

Перед ударом голень, как бы отставшая от бедра, резко устремляется вперед к мячу, не задевая землю. В момент удара подъём выправлен и напряжен. После удара нога как бы продолжает движение за мячом, таз подается вперед к рулю, руки выпрямляются, а туловище отклоняется назад (Рисунок 7).



Рисунок 7 – Удар подъёмом

В зависимости от положения ноги различают Удар прямым подъёмом, внешней и внутренней частями подъёма.



Рисунок 8 – Удар внешней стороной стопы

Удар внутренней стороной стопы точен, но не обеспечивает достаточной дальности полёта мяча. При ударе стопа развернута под прямым углом к траектории мяча; голеностопный сустав закреплен. Такой удар можно производить как по катящемуся, так и по летящему мячу.

Удар внешней стороной стопы по технике выполнения напоминает

удар внешней частью подъёма. Используется при ведении мяча, для передач на небольшие расстояния и откидки партнеру (Рисунок 8).

Удар пяткой выполняют назад и вперед (через себя). В первом случае (Рисунок 9) игрок выносит вперед бедро и, сгибая руки, наклоняет туловище к рулю. Удар производит пяткой и задней поверхностью голени при резком выпрямлении ноги. Руки в момент удара тоже выпрямляются, а туловище отводится назад. Во втором случае (Рисунок 10) удар производится по опускающемуся сзади мячу. Игрок значительно наклоняется вперед, бедро резко отводится до предела назад. В момент удара, выполняемого при энергичном сгибании



*Рисунок 9 –
Удар пяткой*

*Рисунок 10 –
Удар пяткой*

голении, туловище ещё больше наклонено вперед (почти до горизонтального положения). В зависимости от техники выполнения удары пяткой могут быть прямые и резаные. В зависимости от техники выполнения удары пяткой могут быть прямые и резаные.

В борьбе за верхние мячи мотоболлисты применяют удары головой (Рисунки 11, 12) из положения «сидя в седле» и «стоя на подножке». Наиболее точный удар – лобной частью шлема.



*Рисунок 11 – Удар
головой сидя в седле*



*Рисунок 12 – Удар головой
стоя на подножке*

Для большей устойчивости при подготовке к удару игрок незначительно сгибает ноги в коленях (в положении «стоя на подножках») и, выпрямляя руки, отводит корпус назад. Голова немного откинута. Затем туловище подается навстречу мячу. Удар целесообразно наносить в момент, когда положение его близко к вертикальному. Мышцы шеи напряжены, ноги в коленных суставах выпрямлены. Удары по мячу выполняют верхней частью шлема, затылочной и боковой. Головой играют на месте и в движении. Чтобы не было болевых ощущений, шлем игрока должен быть точно подогнан по размеру, подбородочный ремень застегнут.

Встречный мяч игрок может отбить корпусом. Для этого он энергично подает туловище вперед, прогибаясь в пояснице (Рисунок 13).

Мяч, летящий навстречу, иногда отбивают мотоциклом – номерной передней табличкой (Рисунок 14), передним колесом (Рисунок 15), рулем. При небольшой скорости движения резким поворотом руля можно отбить мяч, находящийся у переднего



*Рисунок 13 –
Удар корпусом*



*Рисунок 14 – Удар
номерной табличкой*



*Рисунок 15 – Удар
передним колесом*

колеса. Можно также произвести удар боковой частью заднего колеса при резком торможении и заносе мотоцикла.

II. Остановка мяча

Остановка бывает полная, когда мяч остается непосредственно у ноги игрока, и неполная, когда он отскакивает на небольшое расстояние в нужном для дальнейших действий направлении.

Наиболее простая и часто применяемая в игре остановка катящегося или падающего мяча под подошву (Рисунок 16). При этом бедро ноги поднимается вверх. Носок приподнят, пятка опущена, голень слегка выпрямляется навстречу мячу. При оприкосновении мяча с подошвой уступающим движением ноги гасят скорость его полёта. При остановке падающего мяча приём выполняют в момент его отскока от земли.



*Рисунок 16 – Остановка
мяча под подошву*

Самой надёжной и тоже часто применяемой в игре является остановка мяча внутренней



**Рисунок 17 –
Остановка мяча
внутренней стороной
стопы**

сторонай стопы. Так можно останавливать катящийся, летящий навстречу, а также падающий мяч (Рисунок 17). Приём выполняют на месте и в движении, сидя в седле и стоя на подножке. В момент остановки голень выводится навстречу мячу, носок разворачивается наружу. При соприкосновении мяча со стопой следует уступающее движение голени. Этим способом особенно удобно делать неполную остановку летящего навстречу или падающего мяча. Наиболее сложная, требующая специальной подготовки, – остановка мяча внешней стороной стопы. Такой способ можно применять, когда мяч катится, летит сбоку или сзади. Как правило, полностью остановить мяч этим приёмом трудно. Поэтому его выполняют с таким расчётом, чтобы мячом овладел партнёр, или чтобы игрок, развернув мотоцикл, смог сам обработать мяч и действовать дальше. Тот, кто владеет этим приёмом, имеет большое преимущество, особенно в штрафной площадке противника.

Подъёмом или носком останавливают, в основном, падающий мяч. Носок при этом оттянут, стопа зафиксирована, голень немного разогнута. Нога движется навстречу падающему мячу и в момент соприкосно-



**Рисунок 18 – остановка
мяча подъёмом**

вения начинает вместе с мячом опускаться вниз. Это один из самых сложных технических приёмов (Рисунок 18). При остановке бедром, мышцы бедра в момент касания с мячом расслабляются, а нога делает уступающее движение (Рисунок 19).



**Рисунок 19 –
остановка мяча
бедром**

Летающий или падающий мяч часто приходится останавливать головой. Делают это лобной частью шлема. Руки согнуты в локтях, туловище подается вперед, навстречу мячу, мышцы шеи зафиксированы. В момент соприкосновения мяча со шлемом руки выпрямляются, а туловище де-

лает уступающее движение. Мяч, катящийся в направлении движения игрока, можно останавливать пяткой. Ногу отводят назад, навстречу мячу и в момент соприкосновения его с пяткой делают уступающее движение голенью вперед. Летящий сбоку мяч можно остановить мотоциклом (на месте или при небольшой скорости движения). Нужно рассчитывать, чтобы мяч опустился как можно ближе к мотоциклу.



**Рисунок 20 –
Остановка мяча
мотоциклом**

Останавливают его в момент отскока от земли – резким движением игрок наклоняет мотоцикл, прижимая мяч (Рисунок 20).

III. Ведение мяча

В ходе игры мотоболлист ведет мяч либо непрерывным подталкиванием ногой, либо мотоциклом. Наибольшая скорость достигается при ведении мяча прямыми ударами – носком, внешней и внутренней сторонами топы (иногда – подъёмом). Мяч можно вести и одной, и двумя ногами, поочередно нанося сильные удары. В этом случае мотоцикл движется «змейкой» (Рисунок 21). При ведении мяча по прямой игрок максимально перемещает таз назад, а корпус наклоняет вперед; ноги немного согнуты, стопы находятся на подножках. Чем выше скорость, тем

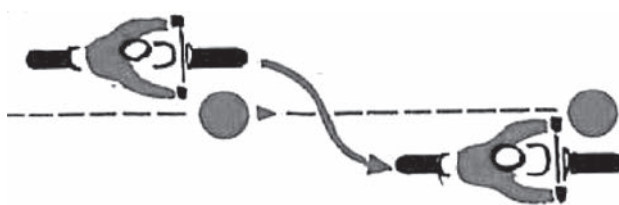


Рисунок 21 – Ведение мяча «змейкой»

раньше выполняется замах бедром и голенью. При ведении мяча по виражу игрок обязательно перемещает центр тяжести тела в сторону поворота («вывешивается внутрь») и наносит удары по мячу до соприкосновения его с мотоциклом. Мяч

посылается по воображаемой хорде, в то время как игрок с мотоциклом движется по дуге. Ведение мяча «резаными ударами» требует отличной футбольной подготовки. Этот приём выполняется и на небольшой и на максимальной скорости ударами носком, внешней и внутренней частями подъёма. Туловище максимально перемещено вперед, руки согнуты. Удар наносится энергичным махом голенью (впереди подножки) по внутренней или наружной части мяча. В результате мяч летит по дуге. Одна из разновидностей этого приёма – ведение мяча по виражу, когда игрок движется по максимально крутой траектории, а противник атакует со стороны мяча. При этом туловище значительно выносится в сторону виража. Удар направлен на внутреннюю часть мяча, благодаря чему он облетает по дуге переднее колесо противника (Рисунок 22). Приём можно выполнять и сидя в седле и стоя на подножке.



Рисунок 22 – Ведение резаными ударами

Ведение мяча непрерывным подталкиванием внутренней стороной стопы (Рисунок 23) – наиболее простой и не требующий специальной подготовки приём. Однако он выполняется только по дуге: завершающий удар затруднен. Игрок сидит на передней части седла, бедро отведено в сторону, стопа развёрнута кнаружи. Мяч находится в постоянном соприкосновении с ногой, задней частью переднего колеса и выпускной трубой (или специальной дугой, соединяющей переднюю точку крепления двигателя с подножкой). На крутом вираже мяч может соприкоснуться с головкой цилиндра. Произвести удар в этом случае можно так: 1) резко притормозить – мяч выкатится вперед, и игрок энергичным махом бедра и голени пошлёт его в нужном направлении; 2) толчком внутренней стороны стопы послать мяч вперед и сразу



Рисунок 23 – Ведение мяча непрерывным подталкиванием

же резко пробить; 3) резким движением руля отвести мотоцикл от мяча и коротким ударом ноги послать мяч вперед.



Рисунок 24 – Ведение мяча мотоциклом

Ведение мяча «мотоциклом» выполняется на небольшой скорости и по малому радиусу (Рисунок 24). Мяч находится между задней частью переднего колеса и глушителем (или специальной дугой). В этом положении он удерживается центробежной силой, прижимающей его к мотоциклу. Чем больше руль повернут в сторону, тем легче выполнить этот приём. Для удара резко выпрямляют руль, мяч отходит от мотоцикла и игрок посылает мяч вперед.

IV. Финты

Финт – это обманное движение, скрывающее истинное намерение игрока. Для того чтобы скрыть от противника направление движения с мячом, применяют финт «мотоциклом» (Рисунок 25). В трёх – пяти метрах от мяча игрок делает резкий поворот влево, как бы пытаясь подойти к мячу слева.



Рисунок 25 – Финт мотоциклом

Преследующий его противник стремится приблизиться к мячу по наискратчайшей траектории справа. В метре от мяча следует резкий маневр в обратную сторону и подход к мячу справа. Противник оказывается отрезанным от мяча мотоциклом.

В тех случаях, когда выполняют удвоенный и даже утроенный финт, вместо поворота применяют резкий наклон мотоцикла. Игрок, стоя на подножках, поочередным давлением правой и левой рук на руль создает крены то в одну, то в другую сторону. Туловище в этом случае остается в вертикальном положении.

Финт «остановка мяча». Игрок равномерно движется по прямой или по виражу, а противник

атакует сбоку. Игрок неожиданно притормаживает и поднимает ногу, будто бы пытаясь остановить мяч; резко тормозит и противник. Но в последний момент игрок с мячом переносит



Рисунок 26 – Финт
остановка мяча

ногу назад, в первоначальное положение, посылает мяч вперед и увеличивает скорость. Противник остается сзади (Рисунок 26). Для резкого изменения направления движения на 900 и 1800 используется финт «разворот влево» или «разворот вправо» (Рисунок 27). Игрок ведет мяч мотоциклом, двигаясь по виражу влево. Противник атакует с параллельного курса. Игрок резко тормозит, чтобы заднее колесо начало идти юзом и, одновременно, быстро наклоняет мотоцикл влево, страхуясь от падения левой ногой. Корпус необходимо вынести вперед, чтобы максимально разгрузить заднее колесо. Мотоцикл разворачивается вокруг вертикальной оси, а мяч оказывается прижатым к переднему колесу и раме мотоцикла. Противник не успевает затормозить и проскакивает вперед, игрок продолжает движение уже в новом направлении.

Заключение. Проведение исследования позволяет сделать выводы:

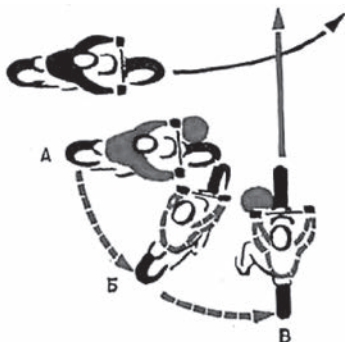


Рисунок 27

1. Выявлены 30 основных элементов технического мастерства мотоболистов высшей квалификации.

2. Разработана классификация игрового мастерства, включающая 4 раздела: удары, остановки, ведения, финты.

3. Предложен учебный материал для спортивных команд, мотоклубов, игроков разного профиля подготовки.

Литература

1. Байковский, Ю.В. Теория и методика тренировки в горных видах спорта: учебно-методическое пособие / Ю.В. Байковский. – Москва : ТВТ «Дивизион», 2010. – 304 с.
2. Цыганков, Э.С. Высшая школа водительского мастерства: учебник для вузов / Э.С. Цыганков. – Москва: Академкнига, 2007. – 393 с.
3. Цыганков, Э.С. Профессионально-прикладные дисциплины мотоциклетного спорта / Э.С. Цыганков, Г.И. Шулик // Теория и практика физической культуры. – 2013. – №3. – С. 78-80.
4. Шулик, Г.И. Теоретические основы управления мотоциклом в экстремальных условиях / Г. И. Шулик, Е. М. Бариеников // Теория и практика прикладных и экстремальных видов спорта. – 2012. – №2 (24). – С. 58-60.

Literature

1. Baykovsky, Yu.V. Theory and methodology of training in mountain sports: a teaching aid / Yu.V. Baikovsky. – Moscow: TVT «Division», 2010. – 304 p.
2. Tsygankov, E.S. Higher school of driving skills: a textbook for high schools / E.S. Tsyganko. – Moscow: Academic Book, 2007. – 393 p.
3. Tsygankov, E.S. Professional-applied disciplines of motorcycle sport / Э.С. Tsygankov, G.I. Shulik // Theory and practice of physical culture. – 2013. – №3. – P. 78-80.
4. Shulik, G.I. Theoretical foundations of motorcycle control under extreme conditions / GI Shulik, EM Barenikov // Theory and Practice of Applied and Extreme Sports. – 2012. – №2 (24). – P. 58-60.

