

УДК 796.81

ОСОБЕННОСТИ ВЕДЕНИЯ ФИНАЛЬНЫХ ПОЕДИНКОВ БОРЦАМИ ВЫСОКОГО КЛАССА

Артур Борисович Таймазов, аспирант, трехкратный олимпийский чемпион,

Борис Иванович Тараканов, доктор педагогических наук, профессор,

*Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья
имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)*

Аннотация

В статье представлены результаты исследования особенностей ведения финальных поединков борцами вольного стиля высокого класса на крупнейших международных соревнованиях. Выявлено, что борцы проводят эти поединки более активно и эффективно, особенно в первом периоде, используя ограниченный арсенал технико-тактических действий и периодически изменяя тактику ведения схватки в зависимости от ситуации. При этом в финальных поединках у борцов позитивно сокращаются показатели интервала результативной атаки и повышаются значения среднего количества проведенных приемов и выигранных баллов в единицу времени (минуту). Установленные особенности соревновательной деятельности борцов в финальных поединках дают важную информацию для оптимизации процесса подготовки элитных спортсменов к международным соревнованиям.

Ключевые слова: вольная борьба, финальный поединок, борец, правила, регламент, соревнования, победа, активность, прием, техника, тактика, результат.

FEATURES OF CONDUCTING THE FINAL MATCHES BY HIGH-CLASS FIGHTERS

Artur Borisovich Taymazov, the post-graduate student, three-time Olympic champion,

Boris Ivanovich Tarakanov, the doctor of pedagogical sciences, professor,

The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Annotation

The article presents the results of the research of features of conducting the final matches by fighters of high-class in freestyle wrestling at the largest international competitions. The authors have revealed that fighters carry out these duels more actively and effectively, especially in the first period, using the limited arsenal of the technical and tactical actions and periodically changing the tactics of conducting the fight depending on situation. At the same time, in the final matches the fighters demonstrate the productive attacks intervals positive decreasing, but values of the average number of the carried-out throws and the won points in unit of time show increasing (minute). The established features of the competitive activities of fighters in the final matches give important information for the process of improvement of the training of elite athletes for the international competitions.

Keywords: free-style wrestling, final match, fighter, rules, regulations, competitions, victory, activity, acceptance, equipment, tactics, result.

Спортивная борьба в начале текущего столетия успешно преодолела глубокий кризис и надолго осталась в числе обязательных олимпийских видов спорта. Этому способствовала чрезвычайно энергичная деятельность руководителей UWW (Объединенный Мир Борьбы) организационно-методического характера, включая принципиальные изменения правил соревнований, направленных на повышение зрелищности борцовских состязаний. После введения значительных изменений в правила соревнований и регламент поединков в 2013 году, соревновательная деятельность борцов стала существенно более активной и зрелищной [1-4]. Вместе с тем, такая повышенная активность требует от спортсменов предельного напряжения, начиная с первого круга соревнований, что приводит к резкому накоплению продуктов распада в организме борца в результате интенсивной мышечной деятельности. При этом регламент соревнований по борьбе предусматривает, что сильнейшие борцы, выступая в финальных поединках, выходят на фоне

усталости на свою четвертую, пятую или даже шестую схватку в течение дня, причем с основными соперниками. Кроме того, финальные поединки отличаются повышенной психической напряженностью и высокой степенью ответственности за их исход, что заставляет борцов мобилизовать все свои возможности для победы, используя результативную технику, надежную тактику, коронные технико-тактические действия.

Учитывая названные обстоятельства, целью настоящего исследования являлось изучение и анализ особенностей ведения финальных поединков борцами высокого класса на крупнейших международных соревнованиях. В этой связи нами были всесторонне изучены содержание и структура 32 финальных поединков, проведенных сильнейшими борцами планеты на чемпионате мира 2015 года и чемпионате Европы 2016 года. В результате была получена подробная информация о соревновательной деятельности борцов высокого класса в двух направлениях: во-первых, определен арсенал технико-тактических действий (ТТД), применяемых атлетами в финальных поединках, и во-вторых, выявлены данные для расчета спортивно-технических характеристик этой деятельности и последующего их сравнения с аналогичной информацией, полученной в других условиях. Выявленная таким образом информация о составе ТТД борцов вольного стиля высокого класса в финальных поединках представлена в систематизированном виде на рисунке 1.

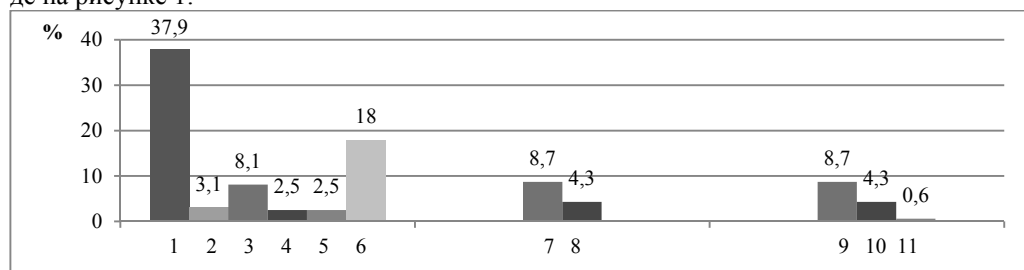


Рис. 1. Состав ТТД борцов вольного стиля высокого класса в финальных поединках (в %)

Примечания:

1 – переводы с захватом ног; 2 – броски с захватом ног; 3 – другие переводы; 4 – другие броски; 5 – контрприемы и накрывания; 6 – выходы за ковер на приеме;

7 – перевороты накатом; 8 – перевороты «скрещенные голени»;

9 – предупреждения; 10 – непринятые протесты; 11 – нарушения правил.

Как видно из рисунка 1, борцы предпочитают в финальных поединках атаковать весьма эффективными переводами с захватом ног соперника (37,9%) и бросками с этим захватом (3,1%), что вполне соответствует современным тенденциям в приоритете ТТД в вольной борьбе. Кроме того, достаточно часто атлеты получают выигрышные баллы при выходе соперника за ковер на приеме (18,0%), что упрощает получение положительного эффекта, но имеет низкую результативность, давая атакующему борцу всего 1 балл за каждое такое ТТД. На долю всех остальных ТТД в стойке приходится лишь 13,1%, включая переводы нырком, рывком или забеганием (8,1%), броски подворотом, прогибом или зашагиванием (2,5%), контрприемы и накрывания (2,5%).

При этом значительно меньшее число ТТД проводят борцы в партере (13,0%), причем приоритет принадлежит переворотам накатом, на долю которых приходится 8,7%, и переворотам с захватом скрещенных голени, которые составили 4,3% от общего количества ТТД. Такая невысокая активность атлетов при борьбе в партере весьма характерна для современной вольной борьбы, в которой применяется ограниченный круг ТТД, проведение которых не требует длительной подготовки.

Среди других оценок за действия борцов выделяются предупреждения за пассивную борьбу, которые составили 13,0% всех оценок, наказания за непринятые протесты (1,2%) и предупреждения за грубую борьбу (0,6%). Следует отметить, что в сумме эти действия составляют 14,9% и в значительной степени влияют на исход поединков.

Таким образом, финальные поединки борцов вольного стиля высокого класса не отличаются техническим разнообразием, и атлеты отдают предпочтение своим коронным приемам, которые преимущественно проводятся с захватом ног соперника. Во многих случаях применяется защитная тактика ведения поединков с частыми выходами за пределы ковра и предупреждениями за пассивную борьбу. Количество высоко результативных ТТД, включая броски в стойке и перевороты в партере, весьма ограничено и составляет немногим более 26%. Продолжая анализ содержания и структуры финальных поединков борцов высокого класса на крупнейших международных соревнованиях, нами выявлена исходная информация и произведен дальнейший расчет основных спортивно-технических показателей, всесторонне характеризующих соревновательную деятельность атлетов. Полученные таким образом данные представлены в систематизированном виде в таблице 1.

Таблица 1 – Характеристики соревновательной деятельности борцов вольного стиля высокого класса в финальных поединках

Характеристики	Абсолютные значения	%
Количество поединков, из них побед:	32	100
- по баллам	19	59,4
- по техническому превосходству	10	31,3
- на туше	2	6,2
- по снятию соперника	1	3,1
Общее количество проведенных ТТД	161	100
- в первом периоде	88	54,7
- во втором периоде	73	45,3
ТТД в 1 балл	52	32,3
ТТД в 2 балла	100	62,1
ТТД в 4 балла	9	5,6
Общее количество выигранных баллов	288	100
- в первом периоде	153	53,1
- во втором периоде	135	46,9
Результативность ТТД, балл	1,79±0,03	-
- в первом периоде	1,74±0,03	-
- во втором периоде	1,85±0,03	-
Среднее количество ТТД за схватку (M±m)	5,03±0,25	-
Среднее количество баллов за схватку (M±m)	9,00±0,40	-
Среднее количество ТТД в минуту (M±m)	1,02±0,02	-
Среднее количество баллов в минуту (M±m)	1,83±0,03	-
Интервал результативной атаки, с (M±m)	58,6±3,6	-
Среднее время схватки, мин., с (M±m)	4.55±10	-

Подробный анализ содержания таблицы 1 свидетельствует о том, что большинство поединков (59,4%) закончились победой одного из борцов по баллам, 31,3% схваток – по техническому превосходству и лишь 6,2% поединков завершились победами на туше. При этом, если сравнивать представленные данные с аналогами, полученными в результате анализа характеристик соревновательной деятельности всех схваток на международном турнире Голден Гран-При «Иван Ярыгин» 2015 года (Таймазов А.Б., Тараканов Б.И., 2016), то можно отметить, что финальные схватки значительно чаще заканчиваются победами по техническому превосходству, и существенно реже - по баллам или на туше. Заметные различия между анализируемыми данными выявлены также и по количеству ТТД, проведенных борцами в разных периодах поединков. Так, если в большинстве предварительных поединков борцы проявляют наибольшую активность во втором периоде, то в финальных схватках атлеты проводят большинство ТТД (54,7%) в первом периоде, выигрывая при этом 53,1% баллов. Вместе с тем, результативность ТТД сохраняется на прежнем уровне, составляя 1,79±0,03 балла. Такая высокая активность борцов в первом периоде финальных поединков приводит к позитивному уменьшению интервала результативной атаки до 58,6±3,6 с и снижению времени схваток до 4 минут 55±10с. По-

вышенная активность атлетов в финальных поединках подтверждается также высокими значениями среднего количества ТТД в минуту ($1,02 \pm 0,02$) и среднего количества баллов в минуту ($1,83 \pm 0,03$). Таким образом, обобщая результаты исследования особенностей ведения финальных поединков борцами высокого класса на крупнейших международных соревнованиях, можно сделать следующие заключения:

- необходимость повышения зрелищности состязаний борцов для сохранения статуса спортивной борьбы в рамках международного олимпийского движения повлекла за собой значительные изменения правил и регламента поединков, что в свою очередь повысило требования к активности ведения борьбы на протяжении всего турнира, особенно в финальных схватках;

- финальные поединки отличаются повышенной психической напряженностью, высокой степенью ответственности за их исход и требуют от борцов предельного напряжения, с преодолением накопившейся усталости после предшествовавших поединков;

- в результате анализа 32 финальных схваток, проведенных борцами высокого класса на чемпионате мира и чемпионате Европы, установлено, что эти схватки проходят с весьма высокой интенсивностью, начиная с первого периода, но не отличаются техническим разнообразием борцов, которые предпочитают проводить свои коронные ТТД и изменять тактику ведения схватки в зависимости от эффекта реализации этих действий;

- такая повышенная активность ведения борьбы в финальных поединках, особенно в первом периоде, подтверждается позитивным сокращением интервала результативной атаки, а также повышением значений среднего количества проведенных ТТД в минуту и среднего количества выигранных баллов в минуту, что в совокупности характеризует основные особенности ведения финальных схваток борцами высокого класса;

- выявленные особенности соревновательной деятельности борцов в ходе финальных поединков в современной вольной борьбе свидетельствуют о больших отличиях анализируемых характеристик по сравнению с аналогичными данными, установленными в результате изучения предварительных схваток, что предопределяет необходимость научного обоснования индивидуальных технологий подготовки борцов высокого класса перед финальными поединками.

Исследование проведено в соответствии с техническим заданием НИР «Разработка современной системы подготовки спортсменов в олимпийских видах спорта на примере вольной борьбы» в рамках государственного задания, приказ Минспорта России от 07 апреля 2015 года №318.

ЛИТЕРАТУРА

1. Апойко, Р.Н. Спортивная борьба: эволюция, тенденции проблемы и приоритетные пути их решения: монография / Р.Н. Апойко, Б.И. Тараканов. – СПб. : Изд-во Политехн. ун-та, 2015. – 93 с.
2. Апойко, Р.Н. Сравнительный анализ показателей соревновательной деятельности борцов высокой квалификации в греко-римской и вольной борьбе / Р.Н. Апойко, Б.И. Тараканов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2014. – № 10 (116). – С. 13-18.
3. Апойко, Р.Н. Влияние последних изменений правил соревнований по греко-римской борьбе на спортивно-технические показатели соревновательной деятельности борцов / Р.Н. Апойко, Б.И. Тараканов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2013. – № 10 (104). – С. 17-23.
4. Таймазов, А.Б. Специфика соревновательной деятельности борцов тяжелой весовой категории в современной вольной борьбе / А.Б. Таймазов, Б.И. Тараканов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 4 (134). – С. 277-282.

REFERENCES

1. Apoyko, R.N. and Tarakanov, B.I. (2015), *Wrestling: evolution, tendencies of a problem and priority ways of their decision: monograph*, Publishing house Polytechnic University, St. Petersburg.

2. Apoyko, R.N. and Tarakanov, B.I. (2014), "Comparative analysis of indicators of competitive activity of fighters of high qualification in the Greek-Roman and free-style wrestling", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 116, No. 10, pp. 13-18.

3. Apoyko, R.N. and Tarakanov, B.I. (2013), "Influence of the last changes of rules of competitions in Greco-Roman wrestling on sports and technical indicators of competitive activity of fighters", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 104, No. 10, pp. 17-23.

4. Taymazov, A.B. and Tarakanov, B.I. (2016), "Specifics of competitive activity of fighters of heavy weight category in modern free-style wrestling", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 134, No. 4, pp. 277-282.

Контактная информация: e.jaroshenko@lesgaft.spb.ru

Статья поступила в редакцию 15.11.2016

УДК 796.83

РАЗРАБОТКА СРЕДСТВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БОКСЁРОВ

Владимир Александрович Таймазов, доктор педагогических наук, профессор,

Сергей Евгеньевич Бакулев, доктор педагогических наук, профессор,

Антон Валерьевич Павленко, кандидат педагогических наук, доцент,

Александр Михайлович Симаков, кандидат педагогических наук, доцент,

Владимир Анатольевич Чистяков, доктор педагогических наук, профессор,

Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)

Аннотация

В данной статье отражены результаты одного из этапов исследования, проведённого в 2016 году, в рамках выполнения государственного задания ФГБОУ ВО НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург на выполнение научно-исследовательской работы «Разработка модельных характеристик специальной подготовленности на этапах годичного цикла и совершенствования системы педагогического контроля (на примере видов спорта: бокс, тхэквондо)». (Приказ Минспорта России от 07 апреля 2015 года №318). Указанный этап исследования был направлен на разработку средств педагогического контроля, отражающих уровень общей физической подготовленности высококвалифицированных боксёров, являющейся одним из компонентов модельных характеристик их специальной подготовленности. Систематизировались и анализировались данные по полученным результатам при тестировании общей физической подготовленности высококвалифицированных боксёров.

Ключевые слова: бокс, общая физическая подготовленность, разработка средств педагогического контроля.

DEVELOPMENT OF MEANS OF PEDAGOGICAL CONTROL OF GENERAL PHYSICAL FITNESS OF HIGHLY SKILLED BOXERS

Vladimir Aleksandrovich Taymazov, the doctor of pedagogical sciences, professor,

Sergey Evgenyevich Bakulev, the doctor of pedagogical sciences, professor,

Anton Valerievich Pavlenko, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,

Alexander Mikhailovich Simakov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,

Vladimir Anatolyevich Chistyakov, the doctor of pedagogical sciences, professor,

The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Annotation

This article reflects the results of the research stage carried out in 2016 in the framework of the state task for the Lesgaft National State University, Saint-Petersburg for implementation of the scientific-research work "Development of model characteristics of the special fitness for the stages of the annual cy-