

Интернет-журнал «Мир науки» / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2018, №1, Том 6 / 2018, No 1, Vol 6 <https://mir-nauki.com/issue-1-2018.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/29PDMN118.pdf>

Статья поступила в редакцию 26.01.2018; опубликована 16.03.2018

Ссылка для цитирования этой статьи:

Павлов С.В., Гареева А.С., Хасанов А.Х. Структура успешности соревновательной деятельности в рукопашном бою // Интернет-журнал «Мир науки», 2018 №1, <https://mir-nauki.com/PDF/29PDMN118.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

For citation:

Pavlov S.V., Gareeva A.S., Khasanov A.K. (2018). Structure of competitive activity success in hand-to-hand combat. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 1(6). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/29PDMN118.pdf> (in Russian)

УДК 796.8:796.015.32

Павлов Сергей Витальевич

ФГБОУ ВО «Уральский государственный университет физической культуры»
Башкирский институт физической культуры (филиал), Уфа, Россия
Первый заместитель директора
Доктор педагогических наук, профессор
E-mail: bifik@yandex.ru

Гареева Айгуль Сабитовна

ФГБОУ ВО «Уральский государственный университет физической культуры»
Башкирский институт физической культуры (филиал), Уфа, Россия
Доцент кафедры «Теории и методики спортивных игр и единоборств»
Кандидат педагогических наук
E-mail: Aigul-tkd@yandex.ru

Хасанов Азат Хамитьянович

ФГБОУ ВО «Уральский государственный университет физической культуры»
Башкирский институт физической культуры (филиал), Уфа, Россия
Аспирант 3 года обучения кафедры «Теории и методики спортивных игр и единоборств»
E-mail: has_has@rambler.ru
ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-4117-503X>
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=879009

Структура успешности соревновательной деятельности в рукопашном бою

Аннотация. Рукопашный бой – это относительно молодой вид спорта, в котором используется значительная часть технико-тактического арсенала ряда видов единоборств. Это комплексное единоборство, в котором по правилам соревнований разрешено наносить удары ногами, руками, а также применять приемы борьбы стоя и в партере. В научной статье представлены результаты проводимого нами исследования по выявлению структуры успешности соревновательной деятельности в рукопашном бою. Нами проанализированы соревновательные поединки спортсменов, занимающихся рукопашным боем. Для качественного обеспечения процесса соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов рукопашного боя выявлены: наиболее результативные технические действия в соревнованиях высококвалифицированных спортсменов рукопашного боя, а также уровень реализации технических действий в соревновательных поединках «победителей» и «проигравших» спортсменов рукопашного боя.

Мы использовали методику определения уровня технической подготовленности спортсменов и рассматривали основные коэффициенты технической подготовленности спортсменов рукопашного боя. Исследование показало, что уровень реализации технических действий у проигравших спортсменов сильно отличается от реализации технических действий победителей.

Таким образом, анализ структуры успешности соревновательной деятельности в рукопашном бою позволяет определить основные направления в осуществлении процесса технической подготовки высококвалифицированных спортсменов, занимающихся данным видом единоборств.

Ключевые слова: рукопашный бой; единоборства; соревновательная деятельность в рукопашном бою; результативные технические действия; коэффициенты технических действий; ударные технические действия; технические действия в борьбе

Актуальность. В огромном разнообразии средств физического воспитания молодого поколения видное место занимают виды спорта, основанные на единоборстве спортсменов. Одним из популярных среди этих видов в последнее десятилетие стал рукопашный бой.

Рукопашный бой, в настоящее время разделяют по специфическим признакам [4]. Как вид спорта в своих исследованиях А.В. Иванов (2013), и ряд других специалистов относят к комплексным единоборствам, включающим технический арсенал, как различных ударных единоборств, так и спортивной борьбы, где по правилам соревнований разрешается применять контролируемые удары, броски, удержания, болевые и удушающие приемы в зависимости от конкретной динамической ситуации поединка [3].

Начиная с 2013 года изменения в правилах соревнований связанные с увеличением времени поединков (до пяти минут) были предварительно апробированы на некоторых турнирах и чемпионатах по рукопашному бою. Соревнования показали, что изменения в правилах соревнований по рукопашному бою остро сказались на результативности и рисунке поединков в целом.

Цель исследования. Выявить структуру успешности соревновательной деятельности в рукопашном бою.

Полученные результаты. Процесс подготовки спортсменов невозможно качественно осуществлять без анализа соревновательной деятельности. Так, для повышения эффективности процесса совершенствования технического мастерства высококвалифицированных спортсменов, занимающихся рукопашным боем необходим анализ соревновательных поединков. Для качественного обеспечения процесса соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов рукопашного боя нами выявлены: наиболее результативные технические действия в соревнованиях высококвалифицированных спортсменов рукопашного боя, а также уровень реализации технических действий в соревновательных поединках «победителей» и «проигравших» спортсменов рукопашного боя.

Так, анализ соревновательных поединков высококвалифицированных спортсменов проводился для определения наиболее часто применяемых технических действий спортсменов рукопашного боя в соревновательных поединках. Был проведен анализ проявления ударной техники, техники борьбы стоя и борьбы в партере, а также определены технические действия, приводящие к чистой победе высококвалифицированных спортсменов в соревновательных поединках по рукопашному бою. Результативность технических действий спортсменов рукопашного боя определялось через показатель общего количества каждого удара спортсменов. Вычислялось процентное соотношение ударов получивших оценку судей от их общего количества.

Более подробные технические действия, применяемые спортсменами в поединках по рукопашному бою, описывают в своих исследованиях авторы Глазистов А.В., Кузнецов А.С., (2007); Мунтян В.С., (2007); Овчинников В.А., (2007); Пардаев Д.У., (2009) [2, 5, 6, 7].

Анализ соревновательной деятельности [9], представленный в таблице 1, свидетельствует о том, что чаще всего, спортсмены используют удар рукой в голову – 385 ударов и удар ногой в туловище – 233 удара, что составило больше половины от общего числа всех используемых технических действий – 57,6 % (35,9 % – рукой в голову, 21,7 % ногой в туловище).

Удар рукой в голову явился самым результативным техническим действием. Данное техническое действие получило оценку судей в два балла 131 раз, из них 93 раз спортсмены наносили прямой удар рукой в голову и 38 раз боковой удар рукой в голову, что составило 28 % от общего числа нанесенных ударов.

Удар рукой в корпус получил оценку судей в один балл 37 раз, что составило 45 % его эффективности от общего числа – 85 ударов. Спортсмены наносили прямой удар рукой в корпус.

Удар ногой в туловище явился вторым по частоте применения техническим действием – 233 удара (21,7 %) и оценивался судьями по правилам соревнований в один балл. Из них спортсмены 121 раз наносили прямой удар ногой в корпус и 83 раз наносили боковой удар ногой в корпус. В совокупности двух технических действий оценку судей получили – 67 ударов (29 %).

Боковой удар ногой в голову спортсмены наносили 53 раза, из них только 10 ударов были оценены судьями. Эффективность этого удара составила всего 19 %. Данные представлены в таблице 1.

Таблица 1

**Анализ результативности технических действий
в соревновательных поединках спортсменов рукопашного боя**

Технические действия	Результативность n = 68			Ранговое место**
	Всего*	Достигли цели	Не достигли цели	
Удары руками:				
- в голову	385	131 (34 %)	254 (66 %)	1 (35,9 %)
- в туловище	85	37 (45 %)	48 (55 %)	5 (7,9 %)
Удары ногами:				
- в голову	53	10 (19 %)	43 (81 %)	6 (4,9 %)
- в туловище	233	67 (29 %)	166 (71 %)	2 (21,7 %)
Борцовские действия	116	70 (60 %)	46 (40 %)	4 (10,8 %)
Серии ударов руками	150	63 (42 %)	87 (58 %)	3 (13,9 %)
Серии ударов ногами	5	2 (40 %)	3 (60 %)	8 (0,4 %)
Комбинации (руки-ноги, удар-борцовская техника)	45	24 (53 %)	21 (47 %)	7 (4,1 %)

* – Общее число технических действий; ** – Ранговое место от общего числа всех технических действий по их количеству

Кроме одиночных ударов спортсмены применяли и серии этих ударов (серии из двух, трех ударов). Они явились следующими по результативности техническими действиями и составили 13,9 %. В них спортсмены применяли преимущественно прямой и боковой удар рукой в голову, прямой и боковой удар ногой в корпус.

Комбинации технических действий составили 4,1 % (45 комбинаций) от общего числа всех технических действий. Можно говорить об их высокой эффективности и надежности. Каждая вторая комбинация по правилам соревнований приносила баллы или «активность» спортсмену.

Основываясь на полученных данных, в качестве основных технических действий ударов руками и ногами применяемых спортсменами в соревновательных поединках по рукопашному бою мы выделяем одиночные удары, серии ударов и комбинации. Одиночные удары: прямой удар рукой в голову; боковой удар рукой в голову; прямой удар рукой в туловище; прямой удар ногой в туловище; боковой удар ногой в туловище. Серии ударов: серии ударов руками; серии ударов ногами. Комбинации: сочетание ударов рук и ног, сочетание ударной техники и борьбы.

В ходе анализа технических действий, приводящих к нокауту, нокауну или вынужденной сдаче противника, а, следовательно, и к досрочной (чистой) победе нами установлено [10], что спортсмены добивались большего числа успеха именно ударными действиями – 106 (73,6 %). Их них самыми результативными действиями оказались удары руками в голову – 56 (38,8 %) и удары ногами в голову – 36 (26,3 %).

Удары ногами в голову занимают второе место по количеству нокаутов (36 нокаутов). Удар наносился как одиночный (преимущественно дальней ногой), так и в комбинации. 11 нокаутов были проведены ответной комбинацией на попытку противника провести борцовский прием «проходом в ноги».

Удары ногами в корпус привели к досрочной победе 12 (8,3 %) раз, из них пять нокаутов были совершены боковым ударом в корпус передней ногой в завершении комбинации.

Анализ соревновательной деятельности [10] высококвалифицированных спортсменов, показал, что основными техническими действиями, приводящими к досрочной победе, после ударных действий являются борцовские действия – 38 (26,4 %).

Техника борьбы спортсменов высокой квалификации по рукопашному бою является следующим техническим действием по частоте применения – 116 (10,8 %), после серий ударов руками. Техника борьбы является наиболее эффективным техническим действием по соотношению количества действий получивших оценку судей к их общему числу – 70 (60 %), но стоит отметить, что по сравнению с сериями ударов руками, в соответствии с правилами соревнований по рукопашному бою, не все борцовские действия оцениваются в два балла.

Для определения уровня проявления техники борьбы в соревновательных поединках высококвалифицированных спортсменов, занимающихся рукопашным боем, мы провели анализ научно-методической литературы по теме исследования, стенографирование видеозаписей финальных поединков соревнований по рукопашному бою, а также было проведено анкетирование 10 ведущих специалистов (тренеры высшей, первой категории) в сфере рукопашного боя и единоборств Кавказских Минеральных Вод (КМВ) [12].

Анализ научно-методической литературы показал, что техника борьбы в рукопашном бое делится на: технику борьбы стоя и технику борьбы в партере.

Обобщив полученные результаты анализа научно-методической литературы [1, 7, 8], анкетирования ведущих специалистов в сфере рукопашного боя и единоборств Кавказских Минеральных Вод (КМВ), а также анализа соревновательной деятельности спортсменов рукопашного боя мы можем констатировать, что спортсмены применяют широкий арсенал технических действий борьбы, во многом опираясь на свою прежнюю спортивную специализацию в борьбе (самбо, дзю-до, вольная борьба). В основу технических действий борьбы стоя в рукопашном бою лежат восемь технических действий: броски подхватом одной или двух ног; бросок передний переворот; бросок передняя подножка; проход с зацепом ноги; бросок с захватом ног; бросок через грудь с подсадом на бедро; задняя подножка с захватом ноги при ударе соперника.

Самыми результативными техническими действиями борьбы стоя, проявляемыми спортсменами в соревновательных поединках является броски подхватом одной ноги, их

спортсмены успешно проводили 24 раза, что составило – 68 % эффективности и броски передняя подножка – 16 (69 %).

Действия в партере, реализовывались крайне мало, что также говорит о недостаточной технической подготовленности. От общего количества всех технических действий эффективными (реализованными и получившими оценку судей) оказались 58 действия, что составило 81 % от их общего числа.

Действия в партере реализовывались в основном за счет выполнения полного и не полного удержания, и оценивались судьями одним или двумя баллами. Было реализовано и получило оценку в один или два балла 42 удержания соперника из 42 и составило 77 %.

Болевых и удушающих приемов используемые спортсменами в соревновательных поединках было успешно реализовано 90 % от их общего числа. Основным техническим действием по количеству досрочных побед является болевой прием на руку – 15,2 % (22 реализации). Из 22 побед, 20 были достигнуты болевым приемом «рычаг локтя», а 2 – приемом «узел плеча» из бокового удержания соперника. Самым редким болевым приемом, с помощью которого одержано четыре (2,7 %) победы, стал болевой прием на ногу. Все победы были одержаны «ущемлением ахиллова сухожилия».

Удушающих приемов в соревновательных поединках было проведено 12, что составило 8,3 % от общего числа технических действий. Основным удушающим приемом, применяемым спортсменами, был прием удушения соперника со стороны спины, им одержано 8 побед.

Результат проведенного исследования соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов рукопашного боя позволяет выявить наиболее результативные технические действия, применяемые в разных динамических ситуациях поединка в качестве одиночных ударов, серий и комбинаций. К ним относятся одиночные удары: прямой удар рукой в голову; прямой удар рукой в туловище; боковой удар рукой в голову; боковой удар ногой в туловище; прямой удар ногой в туловище; Приемы борьбы стоя: броски подхватом одной ноги; бросок передняя подножка; Приемы борьбы в партере: удержания соперника, болевой прием на руку – «рычаг локтя».

Анализ реализации технических действий в соревновательных поединках спортсменов рукопашного боя проводился по основным компонентам подготовленности единоборцев С. В. Павлова (2003) через оценку объема, разносторонности и эффективности технических действий, выполненных во время поединков. Нами было проведено стенографирование видеозаписей финальных поединков с Чемпионата мира 2013, 2015, 2016 годов, Чемпионата России 2014 года, Абсолютного Чемпионата России 2015 года. Всего было проанализировано 46 поединков (92 спортсмена) [11].

Таблица 2

**Коэффициенты технической подготовленности
проигравших и победителей (n = 92) в соревнованиях по рукопашному бою**

Коэффициенты технических действий	Коэффициенты технических действий «победителей»	Коэффициенты технических действий
Котехд	0,8	0,7
Кртд	0,28	0,28
Кэад	0,39	0,28
Кээд	0,42	0,31
Кэбд	0,6	0,43
Кр	0,43	0,35

Примечание: Котехд – коэффициент объема технических действий; Кртд – коэффициент разносторонности технических действий; Кэад – коэффициент эффективности атакующих действий; Кээд – коэффициент эффективности защитных действий; Кэбд – коэффициент эффективности боевые действия; Кр – коэффициент результативности

Основываясь на результатах исследований С.В. Павлова (2003) и предложенной им методики определения уровня технической подготовленности спортсменов, нами было определены следующие коэффициенты технической подготовленности спортсменов рукопашного боя:

Котехд – коэффициент объема технических действий (коэффициент плотности ударных действий и коэффициент плотности передвижений);

Крtd – коэффициент разносторонности технических действий (все технических действий спортсмена выполненные за время поединка и количества всех технических действий, выполненных всеми участниками соревнований за весь турнир);

Кэад – коэффициент эффективности атакующих действий (удары достигшие цели от числа нанесенных);

Кэзд – коэффициент эффективности защитных действий (количество парированных ударов от числа нанесенных);

Кэбд – коэффициент эффективности боевые действия (среднее арифметическое значение двух максимальных величин – атакующих и защитных действий);

Кр – коэффициент результативности (удары, дошедшие до цели и получившие оценку судей).

В пяти из шести показателей победители имеют превосходство, по сравнению с побежденными, что позволяет делать более детальные выводы о недостатках в технической подготовленности проигравших спортсменов.

Таким образом, уровень реализации технических действий у проигравших спортсменов сильно отличается от реализации технических действий победителей, особенно в таких показателях, как коэффициент объема технических действий – на 0,1 (10 %); коэффициент эффективности боевых действий – на 0,27 (27 %) и коэффициент результативности – на 0,7 (7 %). У победителей и проигравшим общим показателем является коэффициент разносторонности технических действий, в обоих случаях он равен 0,28.

Вывод

Таким образом, анализ структуры успешности соревновательной деятельности в рукопашном бою, в связи с изменениями в правилах соревнований позволил определить наиболее результативные технические действия в соревнованиях высококвалифицированных спортсменов рукопашного боя, а также определить уровень реализации технических действий в соревновательных поединках «победителей» и «проигравших» спортсменов рукопашного боя. Исследование показало, что уровень реализации технических действий у проигравших спортсменов сильно отличается от реализации технических действий победителей. Тем самым определены основные направления в осуществлении процесса технической подготовки высококвалифицированных спортсменов, занимающихся данным видом единоборств. Процесс совершенствования техники в данном виде спорта необходимо осуществлять с учетом наиболее результативных действий во всех ее компонентах, а также с учетом наиболее «сильных» и «слабых» сторон в технической подготовленности спортсменов рукопашного боя.

ЛИТЕРАТУРА

1. Анисимов М.П. Структура техники смешанного боевого единоборства // Ученые записки университета Лесгафта. 2014. №10 (116) С. 10-13.
2. Глазистов А.В., Кузнецов А.С. Техничко-тактический анализ соревновательной деятельности юношей 12-14 лет в поединках по спортивному рукопашному бою

- // журнал физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2007. № 2.
3. Иванов А.В. Рукопашный бой // образовательная программа дополнительного образования детей для детско-юношеских спортивных школ – Волгоград: ФГАФК, – 2013. С. 91.
 4. Лесков О.П. "Рукопашный бой" для групп ГНП 1-2-3 года обучения // модифицированная учебно-методическая программа – Вяземского: муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей детско-юношеская спортивная школа – 2013. С. 10.
 5. Мунтян В.С. Особенности соревновательной деятельности спортсменов в рукопашном бое // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта, – 2007. № 8. С. 88-93.
 6. Овчинников В.А. Анализ соревновательной деятельности по рукопашному бою сотрудников МВД России // Научный теоретический журнал «Учебные записки» – Санкт-Петербург: Национальный гос. ун-т имени П.Ф. Лесгафта, – 2007. № 10. С. 62-65.
 7. Пардаев Д.У. Анализ соревновательной деятельности спортсменов-представителей рукопашного боя // Научный теоретический журнал «Учебные записки» – Санкт-Петербург: Национальный гос. ун-т имени П.Ф. Лесгафта, – 2009. № 4. С. 75-78.
 8. Тоболкин П.П., Макаридин Д.Н. Обучение переходу от ударной техники поединка к борцовской в рукопашном бое // научный теоретический журнал «СПОРТВЕСТ – 2008» – Тюмень: ОСДЮСШОР – 2008. № 5. С. 57-60.
 9. Хасанов А.Х., Гареева А.С. Анализ технических действий высококвалифицированных спортсменов, занимающихся рукопашным боем / Проблемы физкультурного образования: содержание, направленность, методика, организация: Материалы IV международного научного конгресса, посвященного 45-летию Уральского государственного университета физической культуры (г. Челябинск, 13-14 ноября 2015 г.) / Т. 1 / Под ред. д.м.н., проф. Е.В. Быкова. – Челябинск: Издательский центр «Уральская Академия», 2015. С. 580-582.
 10. Хасанов А.Х. Технические действия квалифицированных спортсменов, приводящие к чистой победе в рукопашном бою / Развитие физической культуры и спорта в контексте самореализации человека в современных социально-экономических условиях. Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции (11-12 ноября 2015, Липецкая область). – Липецк: ГОБУ ИАЦР ФКиС ЛО. – М.: Издательство Перо, 2015. С. 220-223 [Электронное издание].
 11. Гареева А.С., Хасанов А.Х., Анализ проявления технических действий в соревновательных поединках высококвалифицированных спортсменов в рукопашном бою / Проблемы развития физической культуры и спорта в новом тысячелетии: материалы V международной научно-практической конференции, Екатеринбург, 28 февраля 2016 г. / ФГАОУ ВО «Рос. гос. проф. – пед. ун-т». 2016. С. 118-122.
 12. Хасанов А.Х., Гареева А.С., Даянова А.Р. Анализ проявления техники борьбы стоя в соревновательных поединках высококвалифицированных спортсменов, занимающихся рукопашным боем // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2016. № 3. С. 158-163.

Pavlov Sergey Vitalevich

Ural state university of physical culture
Bashkir institute of physical culture (branch), Ufa, Russia
E-mail: bifk@yandex.ru

Gareeva Aigul Sabitovna

Ural state university of physical culture
Bashkir institute of physical culture (branch), Ufa, Russia
E-mail: Aigul-tkd@yandex.ru

Khasanov Azat Khamityanovich

Ural state university of physical culture
Bashkir institute of physical culture (branch), Ufa, Russia
E-mail: has_has@rambler.ru

Structure of competitive activity success in hand-to-hand combat

Abstract. Hand-to-hand combat is a relatively young sport, which involves using a significant part of techniques and tactics of a number of martial arts. It is a complex sport, and its competition rules allow hitting an opponent with legs and arms, and using wrestling moves in upright position and ground work. The scientific article presents the results of our survey for identification of a structure of competitive activity success in hand-to-hand combat. We have analyzed competition fights of athletes specializing in hand-to-hand combat. In order to ensure high quality support of competition activities process for highly qualified hand-to-hand combat athletes, we have identified the most effective technical actions in competitions of the highly qualified hand-to-hand combat athletes, and the level of implementation of technical actions in competition fights of winning and losing hand-to-hand combat athletes. We have used a method of identification of the athletes' technical proficiency level and have examined the key coefficients of technical proficiency of hand-to-hand combat athletes. The survey showed that the level of technical actions implementation of the losing athletes differs significantly from implementation of the winners' technical actions.

Hence, analysis of structure of competitive activity success in hand-to-hand combat allows identifying the key aspects in the process of technical training of highly qualified athletes specializing in this type of martial arts.

Keywords: hand-to-hand combat; competition activities in hand-to-hand combat; efficient technical actions; coefficients of technical actions