

Соревновательная деятельность в борьбе

Шацких В.В.¹, Тропин Ю.Н.², Фазилов Р.К.²

Днепропетровский государственный институт физической культуры и спорта¹

Харьковская государственная академия физической культуры²

Аннотация. В статье представлено особенности соревновательной деятельности борцов. Установлено, что в соревновательной деятельности в полной мере отражаются преимущества и недостатки мастерства борца. Определено, что изучение соревновательной деятельности позволяет сделать более весомый вклад в подготовку спортсмена к высшим достижениям.

Ключевые слова: спортивная борьба, соревновательная деятельность, технические действия.

В соревновательной деятельности в полной мере отражаются преимущества и недостатки мастерства борца, а значит и особенности современной спортивной борьбы [4, 5, 9, 10].

В спортивной науке исторически сложилось так, что на первый план выносились вопросы, связанные с теорией спортивной тренировки, но нередко решение проблем подготовки осуществлялось без учета специфики соревновательной деятельности спортсмена [1, 7].

Невозможно не согласиться с авторами, которые считают, что изучение соревновательной деятельности, познания закономерностей этого процесса позволяет сделать более весомый вклад в подготовку спортсмена к высшим достижениям, чем подход к тренировочному процессу на основе исследований [2, 6, 11, 12].

Изучение содержания соревновательной деятельности позволяет тренеру-преподавателю более эффективно организовать учебно-тренировочный процесс (выбор средств и методов тренировки, параметров тренировочных нагрузок, учет внутренировочных факторов) своевременно выявить недостатки в подготовленности спортсмена и внести определенные коррективы в план подготовки; взвешенно подобрать тактические варианты предстоящего поединка, учитывая возможности противника и т.п. [3, 8, 9].

Руководство Международной федерации борьбы (UWW) проводит частые изменения правил соревнований с целью сделать борьбу привлекательнее и понятнее, а для болельщиков борцовская схватка должна оставлять острые эмоциональные впечатления. Самые последние существенные

изменения были приняты на внеочередном Конгрессе в Москве 18 мая 2013 года, когда новым президентом федерации был избран Ненад Лалович. В таблице 1 представлены основные изменения в правилах соревнований по греко-римской борьбе.

Таблица 1

Основные изменения в правилах соревнований по греко-римской борьбе

№	Изменения	До 2013 г.	После 2013 г.
1	Регламент схватки	3 периода по 2 мин с 30 с перерывом	2 периода по 3 мин с 30 с перерывом
2	Счет баллов	Счет баллов в каждом периоде	Общий счет баллов в поединке
3	Партер	Обязательная постановка в конце каждого периода	Постановка за пассивное ведение борьбы, а с 2016 г. отмена партера
4	Процедура применения штрафов за неактивность	Устное предупреждение	Первое замечание – устное, второе – предупреждение и выбор активным борцом позиции (стойка или партер), третье – предупреждение и 1 балл (с 2016 г. отмена партера: первое замечание – устное, второе – замечание и 1 балл, без остановки схватки)
5	Начисления очков за технические действия	1, 2, 3, 5 баллов	1, 2, 4, 5 баллов (с 1 января 2014 года)
6	Весовые категории	55, 60, 66, 74, 84, 96, 120 кг	59, 66, 71, 75, 80, 85, 98, 130 кг из них 71 и 80 кг – неолимпийские (с 1 января 2014 года)
7	Победа в схватке	Победа в двух периодах, каждый период начинается при счете 0:0; туше	Разница в счете в 8 баллов; туше; три предупреждения

Современная спортивная борьба в силу изменений, внесенных новыми правилами соревнований и естественного роста конкуренции на международной арене, в настоящее время характеризуется очень высокими требованиями ко всем функциям организма и степени подготовленности спортсмена. Дополнения к правилам и практика судейства международных соревнований заметно увеличили интенсивность, зрелищность поединков и их плотность. Победу в настоящее время приносит в основном наступательная тактика ведения поединка, что также требует увеличения напряжения функциональных систем и молниеносной оценки ситуации. Предусмотренное правилами соревнований определение пассивного борца стимулирует активизировать борьбу и вызывает необходимость каждые 20–25 секунд проводить атакующие технические действия.

Уровень физической подготовленности борцов должен позволять вести схватку в высоком темпе, используя перемещения, захваты, толчки, швунги.

Современная тенденция «зрелищной» силовой наступательной борьбы помимо преимуществ выявила ряд недостатков, а именно – упрощение тактических установок борцов. Как правило, они направлены на достижение небольшого преимущества и удержания его до конца схватки. Борцы стали чаще прибегать к такому способу тактической подготовки как угроза, поскольку данное тактическое действие по своей биомеханической структуре довольно близко к собственно атакующим приемам, что и позволяет с меньшими затратами сил держать противника в постоянном напряжении. Следует подчеркнуть, что «рационализм» в реализации соревновательных действий, большинства ведущих борцов мира привел к тому, что в их арсенале уменьшилось число комбинаций, связанных с риском проиграть балл.

Все это определило значительное возрастание роли тактической целесообразности применения отдельных действий и различных схем ведения поединка. Необходимость вести схватку в высоком темпе с проявлением активности требует специальной целенаправленной работы на развитие навыков, способствующих эффективной борьбе в условиях проведения соревнований по дополнительным правилам.

Определено, что современная спортивная борьба с учетом требований, принесенных изменениями правил и естественного роста конкуренции на международной арене, в настоящее время характеризуется очень высокими требованиями к развитию специальных физических качеств. Ключевыми характеристиками подготовленности высококвалифицированных борцов при равном объеме тактико-технических действий стали их скоростно-силовые возможности, специальная выносливость и способность к преодолению нарастающей трудности совмещения высокого темпа схватки и сохранения результативности технических действий.

Установлено, что техника в сочетании с тактикой является основой спортивного мастерства борца, тогда как остальные стороны подготовки играют вспомогательную роль по отношению к этому результирующему компоненту деятельности.

В современной спортивной борьбе на международных соревнованиях преимущество имеют спортсмены, отличающиеся своеобразием технико-тактического арсенала.

Постоянное повышение конкуренции на международном ковре заставляет искать более эффективные средства и методы тренировочного процесса.

Литература:

1. Ананченко К. В. Формування оптимального технічного арсеналу дзюдоїстів-ветеранів / К. В. Ананченко, В. Б. Перебийнос // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків: ХДАФК, 2012. – № 2. – С. 100-103.

2. Бойченко Н. В. Техніка та тактика у спортивній боротьбі / Н. В. Бойченко, Ю. М. Тропін, П. П. Панов // Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях:

Сборник статей IX международной научной конференции, 23-24 апреля 2013 года. – Белгород – Харьков – Красноярск - Москва: БГТУ им. Шухова, 2013. – С. 52-56.

3. Дагбаев Б. В. Подготовка борцов вольного стиля с учетом современных правил соревнований: монография / Б. В. Дагбаев. – Улан-Удэ. – 2013. С. 140.

4. Ермаков С. С. Специальная физическая подготовка квалифицированных борцов / С. С. Ермаков, Ю. Н. Тропин, Н. В. Бойченко // Единоборства № 2. Научный журнал: Материалы XII международной научной конференции «Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях». – Харьков: ХГАФК, 2016. – С. 20-23.

5. Камаев О. И. Влияния специальных силовых качеств на технико-тактическую подготовленность в борьбе / О. И. Камаев, Ю. Н. Тропин, Б.Р. Селезнев // Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях: Сборник статей IX международной научной конференции, 8 февраля 2013 года. – Харьков: ХНПУ, 2013. – С. 149-152.

6. Новиков А.А. Основы спортивного мастерства: монография / А. А. Новиков. – М.: Советский спорт, 2012. – 256 с.

7. Туманян Г. С. Стратегия подготовки чемпионов: настольная книга тренера / Г. С. Туманян. – М.: Советский спорт, 2006. – 494 с.

8. Korobeynikov G., Korobeinikova L., Shatskih V. Age, psycho-emotional states and stress resistance in elite wrestlers // International Journal of Wrestling Science. – 2013.– Т3.– №1. – С. 58-69.

9. Tropin Y. N., Pashkov I. N. Features of competitive activity of highly qualified Greco-Roman style wrestler of different manner of conducting a duel // Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports. – 2015.– №3. – С. 64-68.

10. Tropin Y., Romanenko V., Ponomaryov V. Model characteristics of sensory-motor reactions and perceptions of specific wrestlers of different styles of confrontation. Slobozhanskyi science and sport bulletin, 2016. – №3. – pp. 205-209.

11. Tropin Y. Comparative analysis of technical and tactical preparedness Greco-Roman style wrestler at the Olympic Games-2008 and the Olympic Games-2012 // Physical education of students. – 2013. – №. 4. – pp. 92-96.

12. Zi-Hong H. Physiological profile of elite Chinese female wrestlers // The Journal of Strength & Conditioning Research. – 2013.– Т. 27.– № 9. – pp. 2374-2395.

Информация об авторах:

Шацких Владимир Владимирович –

кандидат наук по физическому воспитанию и спорту

Днепропетровский государственный институт физической культуры и спорта

Тропин Юрий Николаевич –

кандидат наук по физическому воспитанию и спорту, доцент кафедры единоборств

Харьковская государственная академия физической культуры

Фазилев Рустам Камаридинович –

студент магистратуры кафедры единоборств

Харьковская государственная академия физической культуры

Поступила в редакцию 06.05.2017 г.