

СТРУКТУРА АТАКУВАЛЬНИХ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ БОКСЕРІВ В УМОВАХ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Ольга ЗАДОРОЖНА, Зоряна СЕМЕРЯК, Іван ХОМЯК

Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського,
м. Львів, Україна, e-mail: greenhill0410@gmail.com

Вступ. Удосконалення тренувального процесу єдиноборців на основі аналізу структури змагальної діяльності є одним із перспективних напрямів удосконалення системи підготовки спортсменів [1, 5]. Часті зміни правил змагань у боксі впливають на структурні показники атакувальних дій, що вимагають постійного аналізу змагальної діяльності та внесення корективів у тренувальний процес спортсменів [6, 7]. З огляду на особливості змагальної діяльності у боксі аналіз атакувальних техніко-тактичних дій висококваліфікованих боксерів є актуальним.

Мета – проаналізувати показники змагальної діяльності висококваліфікованих боксерів у різних вагових категоріях (на прикладі атакувальних техніко-тактичних дій).

Методи: теоретичний аналіз та узагальнення; педагогічне спостереження.

Результати дослідження. Для отримання об'єктивних даних структури атакувальних техніко-тактичних дій висококваліфікованих боксерів було проаналізовано результативність цих дій у межах змагальної діяльності представників різних вагових категорій (Рис. 1).

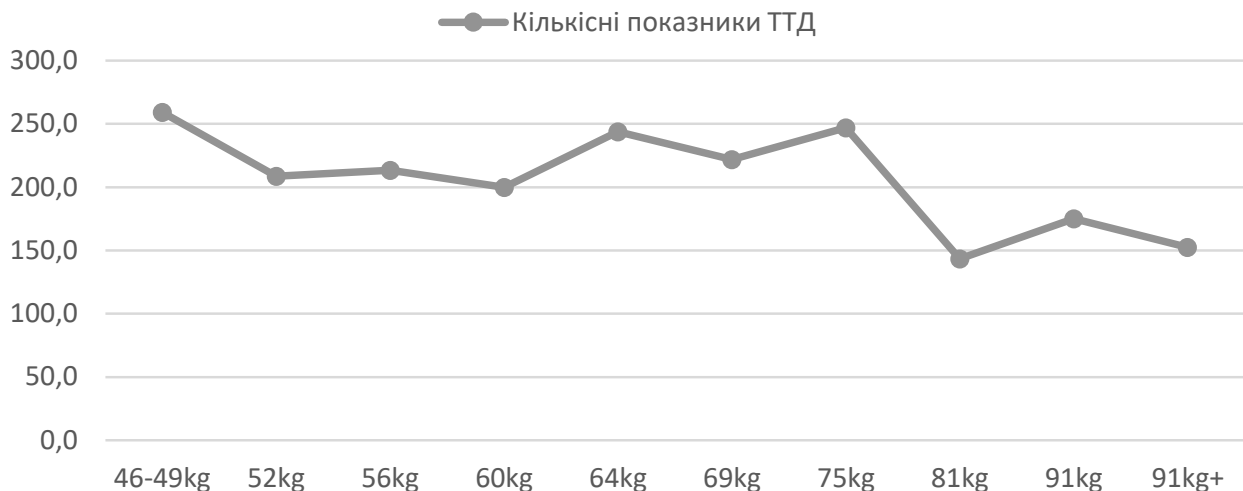


Рис. 1. Динаміка атакувальних техніко-тактичних дій висококваліфікованих боксерів відповідно до вагової категорії упродовж усього поєдинку (n=100)

За результатами педагогічного спостереження у «найлегшій» ваговій категорії (46–49 кг) боксери виконують найбільшу кількість атакувальних дій (259 ударів за бій та 82 удари за раунд), у вагових категоріях до 91 кг та 91+ показник обсягу атакувальних техніко-тактичних дій помітно менший за легкі та середні категорії, утім найнижчий показник у напівважкій (75–81 кг) ваговій категорії – 143 удари за бій та 48 ударів за раунд. Відомо, що найбільшу небезпеку становлять зустрічні удари або удари, яких боксер не помітив, а також у ваговій категорії до 81 кг найвищим показником сили ударів [3], тому спортсмени у цій категорії уважніше ставляться до атакувальних дій.

Визначено, що у ваговій категорії 46–49 кг кількісний показник прямих ударів упродовж одного раунду становив 155, що значно перевищувало аналогічні показники у представників інших категорій (Рис. 2). Як відомо з теорії та практики боксу, упродовж змагальних поєдинків представники легких вагових категорій є більш активними та рухливими порівняно з боксерами, які виступають в інших вагових категоріях [4, 2].

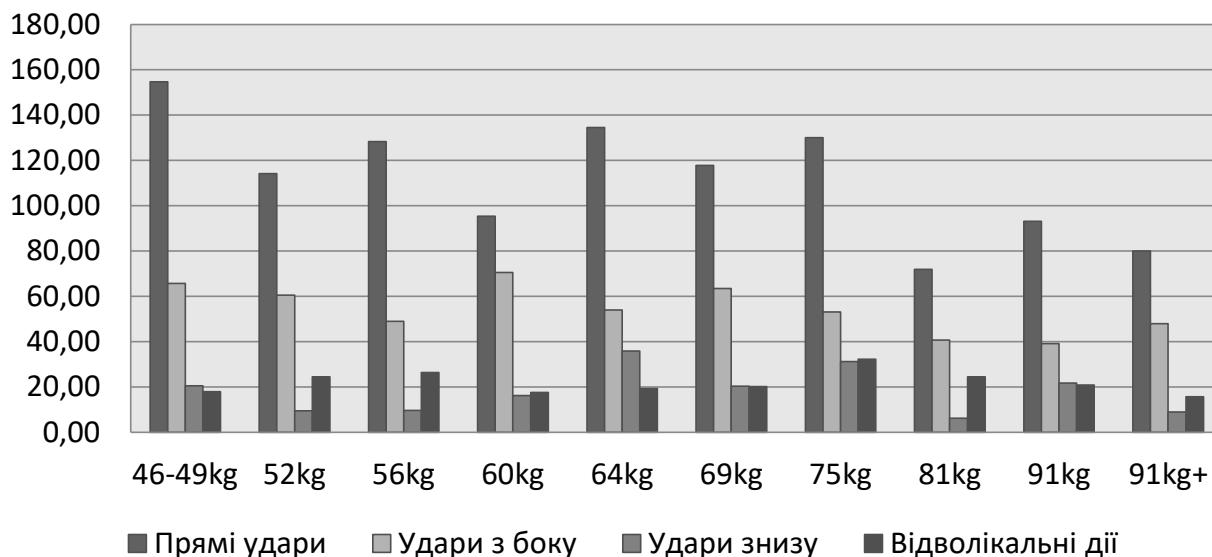


Рис. 2. Кількісні показники атаквальних техніко-тактичних дій висококваліфікованих боксерів

Найнижчу кількість прямих та ударів знизу зафіксовано у ваговій категорії 75–81 кг. Щодо ударів збоку, то лідером є вагова категорія до 60 кг, а найнижчий показник – у ваговій категорії до 91 кг. Також відволікальні техніко-тактичні дії найбільше виконують у ваговій категорії до 75 кг, а найменше – у «надважкій» категорії (91+).

Найбільш гармонійне співвідношення прямих, бокових, знизу та відволікальних ударів спостерігається у ваговій категорії до 64 кг. На наш погляд, це можна пояснити тим, що у «першій напівсередній» категорії антропометричні дані боксерів найбільш тотожні.

Висновки:

1. Установлено, що у ваговій категорії 75–81 кг найменший показник атаквальних техніко-тактичних дій, а у ваговій категорії 46–49 – найвищий.
2. Визначено, що найвищий показник прямих ударів – у ваговій категорії 46–49 кг, натомість найнижчу кількість прямих та ударів знизу зафіксовано у ваговій категорії 75–81 кг.
3. Установлено, що лідером техніко-тактичної дії «удар збоку» є вагова категорія 56–60 кг, а найнижчий показник – у «важкій» категорії (81–91кг).
4. Визначено, що кількісний показник відволікальних техніко-тактичних дій є найбільший у ваговій категорії до 75 кг, а найменший – у «надважкій категорії» (91+).

Ключові слова: змагальна діяльність, відволікальні дії, вагова категорія.

Список використаних джерел

1. Бойченко Н. В. Техніко-тактичні показники змагальної діяльності єдиноборців / Бойченко Н. В., Гринь Л. В. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту.– 2011.– № 1.– С. 10–12.
2. Гаськов А. В. Структура и содержание тренировочно-соревновательной деятельности в боксе : монография / А. В. Гаськов, В. А. Кузьмин.– Красноярск, 2004.– 113 с.
3. Ост'янов В. Н. Змагальна діяльність боксерів важких і легких вагових категорій / Ост'янов В. Н., Гриб А. І., Копачко О. В. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту.– 2010.– № 12.– С. 94–98.