

АНАЛИЗ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СМЕШАННЫХ ЕДИНОБОРСТВАХ

Овчинников И.Н.

*Овчинников Игорь Николаевич – преподаватель,
кафедра физической культуры и спорта,
Ташкентский государственный аграрный университет,
г. Ташкент, Республика Узбекистан*

Аннотация: актуальность педагогического анализа и объективной оценки уровня мастерства в спортивных единоборствах заключается, прежде всего, в том, что именно в самой соревновательной деятельности заключена информация, которая необходима для прогнозирования и управления тренировочным процессом.

Ключевые слова: анализ, соревновательная деятельность, единоборства, методика.

В целях увеличения популяризации смешанных видов единоборств было принято решение в марте 2018г. создать в Узбекистане федерацию ММА (mixed martial arts). Большое значение соревнований определяется несколькими причинами. В условиях тренировок удаётся создать лишь приблизительную соревновательную обстановку, тогда как в соревнованиях обычно значительно полнее используются рабочие потенциалы организма. Отсюда возникают особенно эффективные стимулы адаптации к максимальным нагрузкам.

Только в условиях соревнований, возможно, полностью развить способность наивысшей мобилизации собственных сил и целесообразного их использования. В условиях объективной соревновательной ситуации деятельность каждого участника сравнивается при помощи определённого стандарта с деятельностью другого человека.

Стандартом могут быть результат деятельности другого человека, модельный уровень выступления или же собственный результат, показанный в прошлом. Основным признаком, отличающим соревновательную ситуацию от других ситуаций сравнения, является то, что критерии сравнения известен человеку, который оценивает результат выступления.

Анализ соревновательных поединков в спортивных единоборствах (турон, боевое самбо, мма) представляет значительную трудность. Предполагалось, что с момента сигнала судьи к началу борьбы и до её остановки решаются определённые микрозадачи, которые обуславливают в конечном счёте достижение цели в поединке, в соревнованиях. Иначе говоря, анализ соревновательного поединка по фрагментам позволит более логично представить сущность соревновательного противоборства.

Существуют различные способы изучения соревновательной деятельности спортсменов смешанных единоборств. Ограничимся описанием наиболее эффективных из них. В поединке обычно выделяют отдельные действия и их сочетания, отражающие физическую, технико-тактическую подготовленность спортсменов.

Упомянутыми способами оценивают многие действия и ситуации, встречающиеся на ринге, борцовском ковре или татами, однако в большинстве случаев выбор показателей соревновательной деятельности произволен. С целью устранения этого недостатка в структуре любой деятельности можно выделить действия и операции. В ударных единоборствах действием является определенная тактическая задача, осуществляемая в бою, а операциями считаются приемы и комбинации, составляющие действие (различные удары, защиты, передвижения, комбинации и т. д.) [1].

На первом уровне исследования относительно самостоятельными единицами анализа являются отдельные действия, направленные на решение основных тактических задач. Выделяются следующие основные действия: разведывательные действия, способствующие осуществлению избранной тактики ведения боя; действия, обеспечивающие перестройку тактики ведения боя; ситуативные и подготовительные действия.

Существующая практика исследования соревновательной деятельности показывает, что регистрация действий спортсменов в поединке осуществляется разными способами. Для подсчета ударов в боевом самбо или в туроне, например, применяются специальные устройства (счетчики, шагомер) или привлекают к работе нескольких контролеров.

В большинстве случаев для регистрации показателей соревновательной деятельности проводится формализованная запись боевых действий.

Данный способ является оптимальным, система формализованной записи всех параметров атакующих и защитных действий позволяет при последующем анализе совместно с экспертами получить максимально возможную информацию о характерных особенностях соревновательной деятельности спортсмена.

Однако на сегодняшний день все еще не разработано единой унифицированной методики оценки соревновательной деятельности, для ее характеристики используются труднопоставимые и зачастую по-разному трактуемые показатели. При этом, большинство критериев, применяемых в исследованиях по борьбе, не соответствуют специальным метрологическим требованиям.

А.А. Новиков и др. разработали и представили околопредельные показатели соревновательной деятельности в разных видах единоборств. По их мнению, до околопредельным значений показателей соревновательной деятельности, когда их математическая модель стремится к 1, еще далеко, и чем больше расхождение с предельным значением модели, тем больше возможностей управления совершенствованием технико-тактического мастерства спортсменов [2].

Анализ соревновательной деятельности спортсменов высшей квалификации необходим для создания формализованной «модели чемпиона», представляемой чаще всего в виде совокупности модельных характеристик различных сторон подготовленности. Кроме того, он позволяет получить представление о резервных возможностях совершенствования отдельных элементов структуры подготовленности. С помощью численных значений показателей соревновательной деятельности отдельного спортсмена в конкретных соревнованиях можно объективно оценить его индивидуальную подготовленность и степень расхождения с моделью соответствующего квалификационного уровня, внести необходимые коррективы в тренировочный процесс, наметить рабочую программу на последующие этапы подготовки. Сопоставление динамики индивидуальных показателей соревновательной деятельности в ряде турниров с показателями тренировочной деятельности ведет к выявлению целесообразности применения тренировочных воздействий, степени их адекватности задачам подготовки.

Для видов спортивных единоборств, где отсутствуют количественные оценки результата, проблема анализа соревновательной деятельности является необходимым условием разработки прогнозируемых модельных характеристик, как основного звена системы управления подготовкой спортсменов высокого класса.

В спортивной борьбе определены следующие информативные коэффициенты: разнообразие техники, эффективность техники, надежность защиты, интервал атаки, средний балл боя.

Математическая выраженность данных коэффициентов характеризует уровень мастерства спортсмена и его индивидуальность. На основе анализа характеристик соревновательной деятельности разрабатываются модельные характеристики, уровень достижения которых должен обеспечить выполнение задач подготовки.

Список литературы

1. *Арансон М.В.* Тенденции научных исследований в олимпийских единоборствах / *Арансон М.В., Озолин Э.С., Шустин Б.Н.* // Вестник спортивной науки, 2015. № 3. С. 3-7.
2. *Новиков А.А., Васильев Г.Ф., Крупник Е.Я., Тиунова О.В.* Оценка соревновательной деятельности как основа прогнозирования результатов в спортивных единоборствах // Теория и методика спорта высших достижений, 2018. № 2. С. 4-9.