

УДК 796.83.093.112

Шевчук Е.Н., Хабинец Т.А., Лобок А.С.

**АНАЛИЗ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БОКСЕРОВ ПЕРВОГО СРЕДНЕГО  
ВЕСА РАЗНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ**

*В результате анализа соревновательной деятельности определен арсенал атакующих действий боксеров высокого класса и квалифицированных боксеров первого среднего веса. Проведен их сравнительный анализ. Полученные данные могут быть использованы для разработки программ совершенствования технико-тактических действий в боксе с последующим применением их в процессе подготовки к соревнованиям.*

**Ключевые слова:** бокс, анализ соревновательной деятельности, атакующие действия.

**Постановка проблемы. Анализ последних источников и публикаций.** Проблема совершенствования технического мастерства спортсменов является основной в многолетнем процессе тренировки спортсменов. Указанная проблема является ведущей в видах спорта, где спортивный результат определяется уровнем технической подготовленности, поскольку без освоения и совершенствования техники избранного вида спорта достижение высоких результатов невозможно (Лапутин А.Н. и др., 1999; Платонов В.Н., 2004).

Система современной спортивной тренировки должна быть направлена на реализацию более эффективной методологии технической подготовки спортсменов, а учебно-тренировочный процесс должен быть организован так, чтобы стимулировать определенные биомеханически рациональные направления в совершенствовании спортивно-технического мастерства (Гамалий В.В., 2013).

Атакующие действия составляют основу боксерского боя, от их высокой эффективности зависит исход поединка (Демин В.А., 1975; Пилоян Р.А., 1999). Современная соревновательная деятельность боксеров характерна повышением конкуренции, а так же нередкими переходами спортсменов из одной весовой категории в другую, особенно в преддверии Олимпийских игр. Известно, что состав и технические характеристики действий боксеров разных весовых категорий и уровня специализации имеют существенные различия, а подбор средств и методов спортсменов требует дифференциации (Кличко В.В., 2000).

Одной из наиболее важных и актуальных проблем специалисты (Кличко В.В., 2000; Рыбачок Р., 2013) выделяют необходимость постоянного поиска путей повышения эффективности атакующих технических действий. В основе решения данной проблемы лежит изучение техники указанных двигательных действий в различных весовых категориях и последующей разработкой рекомендаций направленных на повышение их эффективности квалифицированных спортсменов.

Как показал анализ специальной научно-методической литературы, ведущие специалисты бокса считают, что совершенствование спортивной техники является одним из основных направлений повышения эффективности спортивной подготовки. В связи с этим, важную роль играет разработка современных подходов для совершенствования спортивной техники.

Анализ специальной литературы по боксу позволил обобщить знания о структуре, технике и тактике соревновательной деятельности боксеров и показал, что техника атакующих действий данного вида спорта изучена достаточно подробно, однако комплексный сравнительный анализ соревновательной деятельности боксеров разной квалификации не проводился.

Применяемые ранее подходы моделирования не исчерпывают его возможности для изучения техники атакующих действий боксеров на современном этапе. Такое положение дел и обусловило необходимость дальнейшего изучения параметров атакующих действий в соревновательной деятельности.

**Цель работы** — определить особенности соревновательной деятельности боксеров первого среднего веса различной квалификации.

**Методы исследования.** Для решения целей и задач, нами использовались следующие методы:

1. Обобщение и анализ специальной научно-методической литературы.
2. Педагогическое наблюдение.
3. Видеосъемка.
4. Анализ соревновательной деятельности.

**Результаты исследований.** В процессе анализа соревновательной деятельности боксеров определялись такие характеристики атакующих действий как, эффективность и объем, были определены наиболее распространенные и при этом эффективные удары.

Для определения объема, эффективности и результативности различных видов атакующих действий у боксеров высокого класса нами использовалась программа [6]. Всего нами было проанализировано 50 поединков чемпионатов мира (2013-2014 гг.), Олимпийских Игр (2012 г.), Чемпионатов Европы (2013 г., 2014 г.).

Проведенные исследования свидетельствуют, о том, что атаки занимают самое значительное место в соревновательной боксеров высокой квалификации. Объем атак составляет 65% по отношению ко всем технико-тактическим действиям, зафиксированным в исследовании, что является наибольшим показателем среди главных средств единоборства, применяемых высококвалифицированными боксерами.

В ходе исследования соревновательных боев высококвалифицированных боксеров первого среднего веса (64 кг) было выявлено, что прямой правый удар в голову составляет 10 % от общего количества ударов разных разновидностей, зарегистрированных в исследовании (табл. 1).

Таблица 1

**Объем и эффективность основных групп атакующих действий высококвалифицированных боксеров, % (n=65)**

Название удара	Объем, %	Эффективность, %
Прямой правый в голову	10	25
Прямой левый в голову	19	20
Прямой удар левой в туловище	10	30
Прямой правой в туловище	9	30
Боковой удар левой в голову	8	24
Боковой удар правой в голову	8	27
Боковой удар левой в туловище	6	17
Боковой удар правой в туловище	7	19
Удар снизу левой в голову	4	21
Удар снизу правой в голову	6	25
Удар снизу левой в туловище	6	19
Удар снизу правой в туловище	6	18

Эффективность прямого правого в голову составляет 25%. Наибольший объем, по сравнению с другими ударами имеет прямой левый в голову и составляет 19%, при эффективности 20%. Прямые удары в туловище имеют более высокую эффективность по сравнению с другими разновидностями ударов, выявленных в ходе анализа соревновательной деятельности – 30%, что очевидно связано с большей поражаемой поверхностью цели, по сравнению с другими ударами.

Причем прямой удар левой в туловище у высококвалифицированных боксеров встречается чаще ( $O=10\%$ ), чем прямой удар правой в туловище ( $O=8\%$ ).

Боковые удары в голову у высококвалифицированных боксеров первого среднего веса имеют одинаковый объем по отношению ко всем атакующим действиям, зафиксированным в исследовании, который составляет 9%, однако эффективность правого бокового в голову существенно превосходит и составляет 27% по сравнению с эффективностью левого бокового удара в голову, который составляет 24%. Данная особенность левых и правых ударов, по нашему представлению связана с тем, что удары левой (у правшей) в большинстве случаев могут использоваться в качестве разведывательных действий и подготовительных ударов.

Боковые удары в туловище левой и правой имеют невысокий объем (6 % и 7% соответственно). По нашему мнению это связано с тем, что для успешной реализации данного удара нужна особенная дистанция – ближняя и определенная тактическая ситуация. Невысокая эффективность таких ударов (17 % и 19% соответственно), а так же ударов снизу левой (19%) и правой (18%) в туловище, выявленная у высококвалифицированных боксеров связана очевидно с тем, что многие из них не засчитываются, не достигают цели из-за применения боксерами клинча.

Низкий объем, по сравнению с вышеописанными ударами имеет удар снизу правой в голову (6%) и снизу левой в голову (4%), что можно объяснить повышенными требованиями к боевой ситуации – дистанция, необходимыми для реализации этих ударов. При соблюдении оптимальной дистанции удары снизу левой и правой в голову могут быть достаточно эффективными. Эффективность ударов снизу в голову, согласно данным проведенных исследований составляет: левого – 21%, правого – 25%.

При исследовании соревновательной деятельности квалифицированных боксеров были выявлены более существенные различия в объемах соревновательных действий – от 3 % – удары снизу в голову и до 27 % – прямой левый в голову. Такие различия по нашему мнению связаны с неоднородностью

структуры подготовленности спортсменов, более низким уровнем технико-тактического мастерства, по сравнению с высококвалифицированными спортсменами. Данные явления особенно проявляются в том, что боксеры на данном этапе достаточно хорошо изучили определенные ударные действия (прямые удары). Однако при этом демонстрируют низкую освоенность более сложных действий – удары снизу в туловище, голову (табл. 2).

Таблиця 2

Объем и эффективность основных групп атакующих действий квалифицированных боксеров, % (n=55)

Название удара	Объем, %	Эффективность, %
Прямой левый в голову	27	14
Прямой правый в голову	23	17
Прямой удар левой в туловище	8	19
Прямой удар правой в туловище	8	18
Боковой удар левой в голову	7	21
Боковой удар правой в голову	8	19
Боковой удар левой в туловище	6	20
Боковой удар правой в туловище	7	19
Удар снизу левой в голову	3	23
Удар снизу правой в голову	3	21
Удар снизу левой в туловище	6	19
Удар снизу правой в туловище	5	17

Еще одной особенностью соревновательной деятельности квалифицированных спортсменов, выявленной в ходе нашего исследования является отсутствие значительной разницы между объемами ударов правой и левой. С одной стороны в этом наблюдается парадокс, т.к. двигательные предпочтения более выражены у квалифицированных и менее выражены – у высококвалифицированных спортсменов. По нашему мнению такая особенность больше связана с более низким уровнем тактической подготовленности и умением действовать правой и левой рукой в различных боевых ситуациях – для решения разных задач боя – подготовка, разведка, ложная атака и т.д.

Объем прямого правого удара в голову у боксеров на этапе специализированной базовой подготовки составляет 27%, эффективность – 14%. Эффективность правого в голову – несколько выше – 17%, объем данного удара – ниже по сравнению с предыдущим и составляет 23%.

Удары в туловище (правый и левый) составляют по 8% объема от всех атакующих действий выявленных в исследовании, причем эффективность правого в туловище – 18%, левого в туловище – 19%.

Эффективность боковых ударов в голову несколько выше, чем прямых в голову и составляет: правого – 19%, левого – 18%. Данное явление так же может быть следствием несовершенной пространственной организации боевой стойки боксеров на данном этапе подготовки. Имеется в виду угол между продольной осью головы и туловища, линией плеч, что приближает голову боксера и делает ее более уязвимой целью для противника.

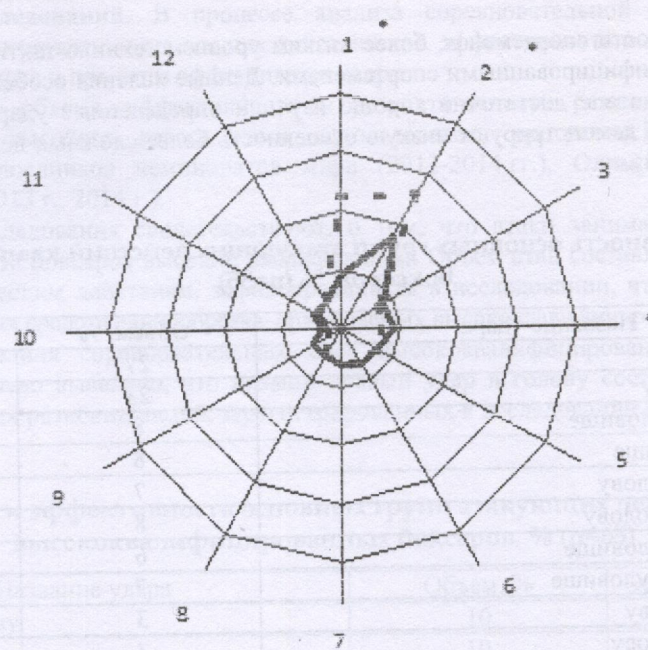
Боковой удар правой в туловище имеет объем 7%, при эффективности 19%. Боковой левый в туловище имеет объем 6% от общего количества атакующих действий, зафиксированных в исследовании, эффективность – 20%.

Удары снизу в голову имеют объемы по 3% – правый и левый, их эффективность составляет 21 и 23% соответственно. Удары снизу в туловище встречаются чаще, чем удары снизу в голову; их объем составляет: правого – 5%, левого – 6%. Эффективность данных ударов – 17% (правого) и 19% (левого).

Более высокая эффективность боковых ударов, ударов снизу квалифицированных боксеров по сравнению с прямыми ударами так же объясняется, по нашему мнению, недостаточно широким арсеналом защитных действий противника.

Сравнительный анализ соревновательной деятельности показал, что наблюдается подобие структуры соревновательной деятельности высококвалифицированных и квалифицированных боксеров (рис. 1). Но все же наблюдаются существенные отличия – в объеме прямых ударов в голову правой и левой. Так, объем применения прямого правого в голову у квалифицированных боксеров превышает объем аналогичного действия высококвалифицированных боксеров на 13% и составляет 23%. Объем применения прямого левого удара квалифицированных боксеров составляет 27%, что на 8% больше, чем у высококвалифицированных боксеров.

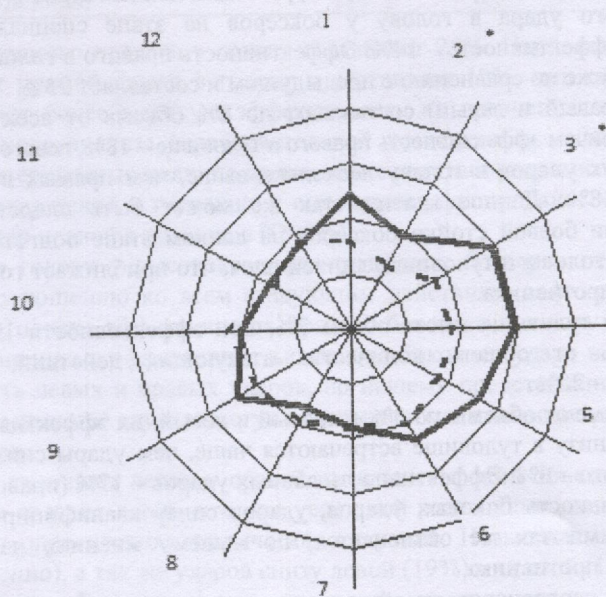
При сравнительном анализе эффективности атакующих действий было выявлено, что эффективность большинства разновидностей ударов квалифицированных боксеров значительно уступает этому показателю у высококвалифицированных боксеров (рис. 2).



**Рис. 1. Сравнительные модели структуры соревновательной деятельности высококвалифицированных и квалифицированных боксеров по показателям объема:**

- 1 – прямой правый в голову; 2 – прямой левый в голову; 3 – прямой правой в туловище;  
 4 – прямой левой в туловище; 5 – боковой удар правой в голову; 6 – боковой удар левой в голову;  
 7 – боковой удар правой в туловище; 8 – боковой удар левой в туловище;  
 9 – удар снизу правой в голову; 10 – удар снизу левой в голову; 11 – удар снизу правой в туловище;  
 12 – удар снизу левой в туловище; \* –  $p < 0,05$ ;

———— высококвалифицированные боксеры; - - - - - квалифицированные боксеры



**Рис. 2. Сравнительные модели структуры соревновательной деятельности высококвалифицированных и квалифицированных боксеров по показателям эффективности:**

- 1 – прямой правый в голову; 2 – прямой левый в голову; 3 – прямой правой в туловище;  
 4 – прямой левой в туловище; 5 – боковой удар правой в голову; 6 – боковой удар левой в голову;  
 7 – боковой удар правой в туловище; 8 – боковой удар левой в туловище;  
 9 – удар снизу правой в голову; 10 – удар снизу левой в голову; 11 – удар снизу правой в туловище;  
 12 – удар снизу левой в туловище; \* –  $p < 0,05$ ;

———— высококвалифицированные боксеры; - - - - - квалифицированные боксеры

Таким образом, эффективность прямого правого в голову у высококвалифицированных спортсменов превосходит на 8% и составляет 25%; эффективность прямого левого в голову у высококвалифицированных боксеров составляет 20%, что на 6% превышает этот же показатель квалифицированных боксеров. Эффективность прямых ударов в туловище правой и левой у высококвалифицированных боксеров составляет 30%, что на 12 и 11% превышает аналогичные показатели квалифицированных боксеров. Эффективность бокового правого удара в голову квалифицированных боксеров уступает этому же показателю у высококвалифицированных боксеров на 8% и составляет 19%. Показатели эффективности остальных ударов высококвалифицированных и квалифицированных боксеров не продемонстрировали существенных различий.

Конкретней мы решили исследовать прямой удар правой в голову, как наиболее часто встречающуюся 23% от общего количества основных атакующих действий у боксеров на этапе специализированной базовой подготовки.

**Выводы.** Результаты анализа соревновательной деятельности позволили установить, что наиболее значимым и одновременно эффективным ударом в боксе является прямой удар по голове.

Установлено и то, что среди правого и левого прямых ударов более эффективным ударом является именно правый, при этом более часто используемым является левый прямой удар.

Полученные данные предопределили необходимость последующего анализа техники прямого правого удара в голову боксерами различной квалификации.

### Использованные источники

1. Гамалий В.В. Теоретико-методические основы моделирования техники двигательных действий в спорте: Монография. / В.В. Гамалий. – К.: Полиграфсервис, 2013. – 300 с.
2. Демин В.А. Методологические вопросы исследования спорта в аспекте теории деятельности: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 1975. 20 с.
3. Кличко В. Система тестов для оценки специальной подготовленности боксеров высокой квалификации / Кличко В., Савчин М. // Наука в олимпийском спорте. – 2000. – №2. – С.23-30.
4. Пилоян Р.А. Многолетняя подготовка спортсменов-единоборцев. Учеб. пос. / Пилоян Р.А., Суханов А.Д. – Малаховка: МГАФК, 1999. – 99 с.
5. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. – К.: Олимп. л – ра, 2004. – 807 с.
6. Шевчук О.М. Удосконалення техніко-тактичних дій висококваліфікованих фехтувальників на шпагах з використанням комп'ютерного моделювання: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту: 24.00.01 / О.М. Шевчук; Національний університет фізичного і спорту України. – Київ, 2010. – 22 с.

*Shevchuk O., Khabinets T., Lobok O.*

### ANALYSIS OF THE COMPETITIVE ACTIVITY OF BOXERS OF DIFFERENT QUALIFICATION IN LIGHT MIDDLEWEIGHT

*As a result of the analysis of competitive activity the arsenal of the attacking actions of high-class boxers and the qualified boxers of the first average weight is defined. Their comparative analysis was fulfilled. The efficiency and volume of the attacking actions were defined in the process of the analysis of competitive activity. The results of the analysis of competitive activity showed, that the direct stroke to the head is the most significant and effective stroke in box. Indeed, the right stroke is more effective, but the left one is more widespread among the right and left direct strokes. The comparative analysis of competitive activity showed similarity of the structure of competitive activity of the highly qualified and qualified boxers. But essential differences in volume of direct right and left strokes to the head are observed. So, the volume of the right direct stroke to the head of the qualified boxers exceeds the volume of similar action of highly skilled boxers for 13% and makes 23%. The volume of using of the direct left stroke of the qualified boxers makes 27% that is 8% more, than highly skilled boxers have.*

*In the comparative analysis of efficiency of the attacking actions it was revealed that efficiency of the majority of kinds of strokes of the qualified boxers considerably concedes to this indicator of the highly qualified boxers.*

*Thus, the efficiency of the direct right stroke to the head of highly skilled athletes surpasses for 8% and makes 25%; the efficiency of the direct left to the head of highly skilled boxers is 20% that for 6% exceeds the same indicator of the qualified boxers. The efficiency of the right and left direct strokes to a trunk of highly skilled boxers makes 30% that for 12 and 11% exceeds the similar indicators of the qualified boxers. Efficiency of side right stroke to the head of the qualified boxers concedes to the same indicator of highly skilled boxers for 8% and makes 19%. The received data can be used for development of programs of improvement of technique-tactical actions in boxing with their subsequent using in the process of preparation for competitions.*

**Key words:** *the boxing, the analysis of competitive activity, technique-tactical preparation, attacking actions.*

*Стаття надійшла до редакції 13.09.2015 р.*