

Анализ соревновательной деятельности борцов вольного стиля на играх Олимпиады в Пекине 2008 года

Латышев Н.В.

Донецкий педагогический колледж

Аннотации:

Определены значимые характеристики успешности борцов вольного стиля ведения схватки. Они обусловлены изменениями правил соревнований в 2005 г.. Даны рекомендации для коррекции тренировочного процесса. Среднее время борьбы в стойке составляет 82 % времени схватки. Борцы в стойке набирают 67 % всех баллов и проводят 72 % всех технико-тактических действий. Большую часть времени борьбы в стойке (более 90%) борцы затрачивают на навязывание атакующего захвата. При борьбе в стойке необходимо особое внимание уделять формированию навыка навязывания атакующего захвата и мгновенному выполнению приема. Это требует высокого уровня развития специальной выносливости.

Латышев М.В. Аналіз змагальної діяльності борців вільного стилю на Іграх Олімпіади в Пекіні 2008 року. Визначено значимі характеристики успішності борців вільного стилю у сутичці. Вони обумовлені змінами правил змагань в 2005 р.. Дано рекомендації для корекції тренувального процесу. Середній час боротьби в стійці становить 82 % часу сутички. Борці в стійці набирають 67 % всіх балів і проводять 72 % всіх техніко-тактичних дій. Більшу частину часу боротьби в стійці (більше 90%) борці витрачають на нав'язування атакуючого захоплення. При боротьбі в стійці необхідно особливу увагу приділяти формуванню навички нав'язування атакуючого захоплення і миттєвому виконанню прийому. Це вимагає високого рівня розвитку спеціальної витривалості.

Latyshev N.V. Analysis competition activity of freestyle wrestlers on Olympic Games in Beijing of 2008. Significant performances of success of fighters of a freestyle of management of fight are defined. They are stipulated by fluctuations of rules of competitions in 2005. Recommendations for correction of training process are given. Average time of struggle in the rack constitutes 82 % of time of fight. Fighters in the rack compose 67 % of all points and conduct 72 % of all technical tactical operations. In the rack (more than 90 %) fighters expend the bulk of time of struggle on enforcing unity of attacking capture. At struggle in the rack it is necessary to give special attention to making up of skill of enforcing unity of attacking capture and the instantaneous executing of acceptance. It requires a high level of developing of special fatigue.

Ключевые слова:

борьба, соревнование, успешность.

боротьба, змагання, успішність.

wrestling, competition, success.

Введение.

Международная федерация борьбы (ФИЛА) ведет активный поиск правил соревнований, направленных на повышение динамичности и зрелищности борцовского поединка [5, 6]. Наиболее существенные изменения правил соревнований произошли в 2005 году. Теперь все схватки в каждой весовой категории должны начинаться и заканчиваться в течение одного дня. Борцу (возможно) приходится выдерживать до 4-6 схваток в течение 8 – 12 часов соревнований. Изменилась и продолжительность поединка. Новая формула схватки – это три периода по две минуты с 30-секундными перерывами - является предельно жесткой, так как:

-в конце каждого периода обязательно определяется победитель;

-борец, выигравший два периода, объявляется победителем, а третий период отменяется (т.е. схватка продолжается лишь четыре минуты);

-чистая победа автоматически завершает схватку независимо от того, в каком периоде это произошло.

Изменения правил всегда инициировали глубокие системные исследования взаимосвязей успешности соревновательной деятельности борца и структуры его подготовленности: выявлялись те характеристики схватки и качества борца, которые требовала соревновательная деятельность [1- 4].

В данной работе использован информативный метод выявления значимых характеристик соревновательной деятельности борцов самой высокой квалификации путем сравнения различных показателей схватки, как отдельно для каждого из периодов схватки, так и для его частей; отдельно для призеров (медалистов) и тех борцов, которые не заняли призовых мест. Такой подход позволяет прямо и непосредственно определить характеристики успешности борца в схватке и в соревнованиях; дать рекомендации по кор-

рекции тренировочного процесса.

Актуальность исследований связана также с тем, что новые правила предъявляют особые требования к динамике процесса восстановления работоспособности борца в течение схватки и одного дня соревнований. Именно проблема формирования специальной выносливости (в связи с изменениями правил соревнований) оказывается наиболее важной. Она может быть выделена в самостоятельную проблему как многолетней, так и предсоревновательной подготовки борца [1, 4, 6].

Работа выполнена по плану НИР Донецкого педагогического колледжа.

Цель, задачи работы, материал и методы.

Цель работы – провести анализ соревновательной деятельности борцов-олимпийцев выявить и оценить наиболее значимые характеристики соревновательной деятельности при новых правилах соревнований; предложить рекомендации для управления тренировочным процессом; наметить задачи дальнейших исследований.

Методы исследований. В работе были использованы методы видеоанализа и хронометрирования с параллельным стенографированием соревновательных поединков. Данные видеоанализа были сведены в матрицу табличного процессора, а результаты обработаны методами математической статистики. Подробное описание методики дано в работах [2 - 4].

Результаты исследования.

Проанализированы все 162 схватки во всех семи весовых категориях, которые состояли из 368 периодов. В 261 периоде приняли участие призеры (сюда же включены и схватки призеров между собой). В 475 периодах боролись остальные борцы. В большинстве схваток (71%) победитель определился в течение первых двух периодов, а в 47 схватках (29 % всех схваток) для определения победителя потребовался третий пе-

риод. Досрочной победой на туше закончились 11 (7 % всех схваток) схваток, из них 8 туше выполнили призеры и только 3 остальные борцы. Большая часть побед на туше произошла во втором периоде – 7 (64 %). Лишь в 9 периодах (2 % всех периодов) зафиксировано техническое преимущество одного борца над другим, из них 6 - у призеров. Назначено 52 (14 % от всех периодов) положения клинч, в 46 (88 %) случаях выиграл борец, выигравший жребий. В 6 случаях судьями дано предупреждение с наказанием в один балл. Борцы смогли «отыграться» по ходу периода в 52 случаях (14% от всех периодов).

Таким образом, значительная часть периодов (по сравнению с соревнованиями более низкого уровня) заканчивается клинчем (14%); также значительная часть борцов не может удержать преимущество по ходу периода и дает противнику возможность «отыгрываться» (14%); в 29% схваток победитель выявляется лишь в третьем периоде; техническое преимущество зафиксировано лишь в 2% всех периодов, а туше – лишь в 7% схваток. Все это указывает на близость спортсменов по уровню подготовленности и классу борьбы. Наиболее значимым оказывается второй период, в котором определяется большинство победителей схватки (71%), и большая часть побед на туше (64%) и с техническим преимуществом также происходит во втором периоде.

Результаты хронометрирования показали, что среднее время схватки составило 4 мин. 25 с, а периода - 1 мин. 57 с. Время борьбы в стойке составило 3 мин. 37 с (82 %), в партере - 48 с (18 %). Время борьбы до первого результативного технико-тактического действия (ТТД) в целом за схватку составило 2 мин. 28 с (56 %). Таким образом, больше половины времени схватки борьба проходит при нулевом счете.

Следует отметить, что время борьбы в стойке в 4,5 раза больше времени борьбы в партере. Время борьбы в партере от периода к периоду растет: на 16 % во втором периоде и на 42 % - в третьем относительно первого. Время борьбы при счете 0:0 (это особенно показательно) в первом периоде на 22 % больше, чем во втором и третьем периодах (в которых оно почти одинаково). Это, по-видимому, связано с увеличением преимущества одного борца над другим. Если в первой половине схватки борцы менее утомлены и в меньшей степени рискуют, то во второй половине скапливается утомление менее выносливого борца.

Таким образом, данные хронометрирования подтверждают тот факт, что второй период оказывается более значимым (решающим): борьба при нулевом счете во втором периоде сокращается более чем на 20%. Борцы, проигравшие первый период, во втором периоде стремятся «отыграться», а выигравший - имеют шанс победить в схватке за два периода. Это резко активизирует соперников. Необходимо подчеркнуть, что большую часть времени борцы проводят в стойке, а большую часть времени борьбы в стойке (более 90%) борцы затрачивают на навязывание атакующего захвата, который реализуется через воздействие на соперника путем выведения из равновесия, ложных атак, силового давления или их комбинации.

За соревнования борцы всего набрали 1016 баллов, из них 678 (67 %) в стойке и 338 (33 %) в партере. Результативная активность борьбы в стойке составила 1,2 балла в минуту, а в партере 2,6 балла в минуту. Результативная активность определяется количеством выигранных баллов за единицу времени (1 минута). В сумме оба борца за период зарабатывают в среднем 2,8 балла, за схватку - 6,3 балла. Призер за период зарабатывает 1,9 балла, за схватку - 4,3 балла, а остальные борцы за период – 1,1 балла, за схватку – 2,5 балла.

В таблице 1 представлены данные о результативной активности борцов (призеров и остальных) в каждом периоде в стойке и в партере и в целом за период, а также среднее количество выигранных баллов в стойке, в партере и в целом за период. Из таблицы видно, что результативная активность и общее количество выигранных баллов у призеров почти в два раза выше (на 80%), чем у остальных борцов. Также видно, что борьба в партере приносит более чем в два раза больше баллов за единицу времени, чем в стойке во всех трех периодах, как у призеров, так и у остальных борцов. Несмотря на малое время борьбы, призеры успевают заработать в партере 37 % всех баллов (в стойке - 63 %), а остальные борцы несколько меньше – 32 % (в стойке - 68 %) от всех выигранных в схватке баллов.

Перейдем к анализу активности. Она измеряется количеством реальных атак, проведенных борцом в единицу времени. Активность призеров в целом выше (на 11 %), чем активность борцов, не занявших призовых мест. В первом периоде у призеров активность почти не меняется до и после первого оцененного ТТД, а у остальных борцов возрастает. Важно подчеркнуть, что во втором периоде (он в 71 % схваток оказывается последним) у борцов-призеров активность почти в два раза выше до первой оценки, чем после неё. У остальных борцов, наоборот, активность после первого проигранного балла возрастает на 20 %. Это связано, по-видимому, с необходимостью «отыгрываться» и, следовательно, - больше рисковать, особенно в конце второго периода (времени остается меньше одной минуты). В третьем периоде, активность призеров и остальных борцов почти одинакова, она возрастает, после первого оцененного ТТД, и в целом у призеров немного выше. Борцы, которые борются в третьем периоде, почти равны по показателям активности. Это указывает на близость уровня их подготовленности, в частности, специальной выносливости.

Данные по надежности атаки борцов представлены в таблице 2. Надежность атаки вычисляется отношением результативных атак к общему числу реальных атак. У призеров этот показатель в целом существенно выше (на 32 %), чем у остальных борцов, также он выше и в каждом периоде. Более того, у призеров в каждом периоде он возрастает после первого оцененного ТТД. У борцов, не занявших призовые места, надежность атаки в первом периоде возрастает, во втором она не изменяется, а в третьем - падает после первого оцененного ТТД. Это связано с накапливающимся утомлением и необходимостью «отыгрываться» в конце периодов. Другими словами, показатель надежности атаки снижается необходимостью больше

Таблица 1

Данные по результативной активности борцов (призеров и остальных) в каждом периоде отдельно в стойке (Ст), в партере (Пр) и в целом (Все); общее количество баллов за схватку отдельно в стойке, в партере и в целом

	Результативная активность, баллы в минуту									Общ. колич. бал. за схватку		
	1 период			2 период			3 период					
	Ст	Пр	Все	Ст	Пр	Все	Ст	Пр	Все	Ст	Пр	Все
Призеры	0,7	2,0	0,9	0,8	2,1	1,1	0,8	1,9	1,0	2,7	1,6	4,3
Остальные	0,4	0,9	0,5	0,5	0,9	0,6	0,5	0,9	0,6	1,7	0,7	2,5

Таблица 2

Данные о надежности атаки борцов (призеров и остальных) в каждом периоде отдельно до (До) и после (Псл) первого оцененного ТТД, а также в целом (Все) за период и за схватку

	Надежность атаки, %									За всю схватку
	1 период			2 период			3 период			
	До	Псл	Все	До	Псл	Все	До	Псл	Все	
Призеры	40	48	43	42	55	46	48	51	50	45
Остальные	30	43	36	33	33	33	41	32	36	34

Таблица 3

Изменения основных характеристик схватки для призеров и остальных борцов, полученные для первой части периода (т.е при счете 0:0, (Д)), для второй части – т.е. после первого оцененного ТТД (П) и средняя за период (Ср)

	Характеристики борца											
	Активность			Надежн. атаки			Надежн. защит			Атаки/защиты		
	Д	П	Ср	Д	П	Ср	Д	П	Ср	Д	П	Ср
Призеры	1,5	0,9	2,1	42	51	45	73	72	72	1,7	0,8	1,2
Остальные	0,9	1,1	1,9	33	36	34	60	56	58	0,8	1,0	0,9

рисковать в конце периода при недостаточном уровне готовности (в сравнении с призерами). Таким образом, надежность атаки является важным показателем физической подготовленности, отражающим, в частности, уровень специальной выносливости борца.

Надежность защиты в целом у призеров также выше (на 24%), чем у остальных борцов. Она выше (как и надежность атаки) и в каждом периоде: в первом периоде - на 29 %; во втором - на 28 %; в третьем - на 5 %. У борцов-призеров она не меняется в течение каждого из периодов (до и после оцененного ТТД), а в третьем - падает приблизительно на 16 % в сравнении с первыми двумя периодами.

У борцов, не занявших призовых мест, надежность защиты не меняется в течение схватки, но падает после первого оцененного ТТД в каждом периоде (кроме третьего периода, когда она несколько возрастает).

Отношение количества атак к количеству защит (напористость) показывает, что у призеров более напористый, атакующий стиль ведения схватки: в целом за схватку они делают на 19 % атак больше, чем защит; тогда как остальные борцы делают атак на 10 % меньше, чем защит. У призеров данный коэффициент в два раза выше до первого оцененного ТТД в каждом периоде (в третьем он несколько меньше, чем в два раза), чем у остальных борцов. Однако он резко снижается (почти в два раза) после первого оцененного ТТД (в двух первых периодах). В третьем периоде он приближается к 1,0. Таким образом, целевые установки борцов резко меняются после первого результативного ТТД в каждом периоде (после открытия счета).

Данные табл. 3 позволяют сравнить изменения основных характеристик схватки для призеров и

остальных борцов для первой части периода (т.е при счете 0:0) и для второй части - после первого оцененного ТТД.

Видно, что активность призеров, начиная с этого момента, снижается с 1,5 до 0,9 реальных атак в минуту; у остальных же борцов она, напротив, возрастает. После этого переломного момента повышается (на 20%) надежность атаки (как призеров, так и остальных) и снижает надежность защиты у не призеров. В целом же надежность борьбы призеров существенно выше, чем у остальных. Отношение количества атак к количеству защит (напористость) после первого оцененного ТТД у призеров снижается более чем в два раза, а у остальных возрастает почти на 25%.

Таким образом, призеры в течение первых двух периодов (основная часть схваток заканчиваться в два периода) активно и напористо атакуют до первого оцененного ТТД, но с меньшей надежностью атаки; после выигранного преимущества атакуют реже, но с надежностью существенно выше (более 50%). Особенно важно, что уровень защиты у призеров постоянно высок (более 70%) и почти не меняется на протяжении двух периодов. Активность и напористость оказываются информативными показателями целевых установок борца, которые отражают и уровень готовности атаковать.

В третьем периоде активность призеров почти постоянна (до и после первого оцененного ТТД и в целом), но надежностью атаки возрастает. После первого оцененного ТТД и в целом она выше, чем в первых двух периодах, а надежность защиты при этом падает более чем на 20%. Эти данные показывают, что в третьем периоде борются почти равные соперники,

а сами различия между ними, оцениваемые по результату схватки, менее достоверны.

Технико-тактическая подготовленность – важнейший параметр соревновательной деятельности, однако его количественная оценка очень затруднительна. Как правило, первоначально исследуется состав ТТД соревновательной деятельности. На Играх Олимпиады всего выполнено 748 оцененных тактико-технических действий (проведено приемов), из которых 351 провели призеры и 397 выполнили остальные борцы. При этом из всех 748 оцененных ТТД, 537 (72 %) проведены в стойке и 211 (28 %) в партере.

В стойке основные приемы были выполнены из класса переводов: их выполнено 300 (56 % от всех действий в стойке), причем переводы нарком составили 230 ТТД (77 % от всего класса переводов), а переводы рывком 70 ТТД (23 %). В стойке проведено также 116 (21 %) выталкиваний, выполнено 58 бросков (11 %), 53 (10 %) контрприемов и 14 (2 %) сваливаний.

В партере основными ТТД являются перевороты: их проведено 108 (51 %). Из этого числа самым распространенным является переворот накатом, его борцы выполнили 76 раз (70 % всех переворотов). В партере выполнено также 44 (21 %) контрприема, действий после защит – 32 (15 %), удержаний – 18 (9 %), выходов наверх – 8 (4 %).

Техника призеров более разнообразна, в стойке они меньше выполняют переводов, 54% всех действий в стойке (76 % нырком, 24 % рывком), а у остальных борцов 57% (77 % нырком, 23 % рывком). Выталкивания составляют 20 % всех ТТД у призеров, у остальных борцов 23 %, броски – 12 % и 9 % соответственно, контрприемы 10 % и 11 %, сваливания 5% и 1% соответственно.

В партере у призеров 54 % составляют перекаты, 49 % у остальных, ДПЗ – 17 % и 13%, удержания 10 % и 7 %, контрприемы 14 % и 28 %, выходы на верх 5 % и 3 % соответственно. Призеры делают меньше контрприемов, но больше других ТТД.

В результате оценки качества борьбы получилось, что в среднем одно ТТД приносит 1,4 балла, при этом в стойке - 1,3 балла, в партере – 1,6 балла. Призеры в среднем зарабатывают за одно ТТД 1,4 балла, остальные борцы 1,3 балла.

Выводы:

1. Среднее время борьбы в стойке составляет 82 % времени схватки. Борцы в стойке набирают 67 % всех баллов и проводят 72 % всех ТТД. Большую часть времени борьбы в стойке (более 90%) борцы затрачивают на навязывание атакующего захвата, который реализуется путем выведения противника из равновесия, ложных атак, силового давления или их комбинации. Следовательно, при борьбе в стойке необходимо особое внимание уделять формированию навыка навязывания атакующего захвата и мгновенному выполнению приема. Это требует высокого уровня развития специальной выносливости.

2. Надежность атаки и защиты призеров существенно выше, а также и активность у них на 11% выше, чем у остальных борцов. Это указывает на более высокий уровень их специальной выносливости,

способность противостоять нарастающему утомлению, умение и навык предельно напористой борьбы за каждый балл.

3. У борцов призеров до первой результативной атаки активность превышает на 67 %, а напористость (отношение количества атак к количеству защит) выше в два раза. Потом призеры эффективно обороняются и более надежно атакуют (правильно распределив свои силы). Остальные борцы, наоборот, активнее атакуют после первого проигранного ТТД (в большинстве случаев), стараются «отыграться», но из-за усталости и дефицита времени им, как правило, это не удается (только в 14 % периодах борцы отыгрались по ходу периода). Следовательно, психологически борец должен быть настроен на активно атакующий стиль ведения схватки, особенно, до первого выигранного ТТД.

5. Уровень подготовленности и класс борцов в целом близок: только в 2 % всех периодов зафиксировано техническое преимущество одного борца над другим, лишь в 7 % схваток - победа на туше, 14 % всех периодов закончились назначением положения клинч, а в 29 % всех схваток для определения победителя понадобился третий период.

6. В стойке основные приемы были выполнены из класса переводов: их выполнено 300 (56 % от всех действий в стойке), причем переводы нырком составили 230 ТТД (77 % от всего класса переводов), а переводы рывком 70 ТТД (23 %). В стойке проведено также 116 (21 %) выталкиваний, выполнено 58 бросков (11 %), 53 (10 %) контрприемов и 14 (2 %) сваливаний.

В партере основными ТТД являются перевороты: их проведено 108 (51 %). Из этого числа самым распространенным является переворот накатом, его борцы выполнили 76 раз (70 % всех переворотов). В партере выполнено также 44 (21 %) контрприема, действий после защит – 32 (15 %), удержаний – 18 (9 %), выходов наверх – 8 (4 %).

Дальнейшие исследования предполагается провести в направлении изучения других проблем соревновательной деятельности борцов вольного стиля.

Литература

1. Бойко В.Ф. Влияние изменений правил соревнований в вольной борьбе на количество, специфику и результативность применяемых атакующих действий / В.Ф. Бойко, З.Ю. Чочарай, М.А. Шахов // Теория и практика физической культуры. – 1989. - № 8. – с.20-23.
2. Громаков А.Ю. Анализ соревновательной деятельности и оптимизация системы специальной подготовки квалифицированных борцов вольного стиля / А.Ю. Громаков, С.В. Латишев, З.Ю. Чочарай. Мат. VI Международного научного конгресса “Международный олимпийский спорт” / Варшава, 6-9 июня, 2002г. с. 125-126.
3. Латишев С.В. Аналіз тактико-технічних дій борців вільного стилю на Іграх XXVI Олімпіади в Атланті / С.В. Латишев // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. - N 2-3, 2000, С. 20-23.
4. Латышев Н.В., Латышев С.В., Гаврилин В.А. Анализ соревновательной деятельности финалистов Игр XXIX олимпиады в Пекине по вольной борьбе / Н.В. Латышев, С.В. Латышев, В.А. Гаврилин. //Теорія і і практика фізичного виховання. - № 1, 2008, С. 173-180.
5. Мартинетти Р. (президент ФИЛА) Борьба на заре XXI века / Мартинетти Р. //Чемпион клуб, № 2, 2004, С.7-8.
6. Новиков А.А. Тенденции исследования соревновательной деятельности в спорте высших достижений / А.А. Новиков, Б.Н. Шустин // Современный олимпийский спорт: Тезисы докладов междунауч. научн. конгресса. – К., 10-15 мая 1993 г. – С. 167 – 170.

Поступила в редакцию 24.09.2009г.
dgizfvs-nayka@mail.ru