

4517.13

6-174

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОРДЕНА ЛЕНИНА  
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

На правах рукописи

БАЗЕВИ Альберт Музаевич

ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА БОКСЕРОВ-КНИОРОВ  
НА ОСНОВЕ УЧЕТА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ИХ СОРЕЗНОВАТЕЛЬНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ИЗ.00.04 - Теория и методика физического воспитания,  
спортивной тренировки и оздоровительной  
физической культуры

А в т о р е ф е р а т  
диссертации на соискание ученой степени  
кандидата педагогических наук

Москва - 1990

4 517.3

Б-174

Работа выполнена в Государственном центральном ордена  
Ленина институте физической культуры.

Научный руководитель – доктор педагогических наук,  
профессор ДЕГТЯРЕВ И.П.

Официальные оппоненты: доктор педагогических наук,  
профессор ТЫШЛЕР Д.А.  
кандидат педагогических наук  
ГОРСТКОВ Е.Н.

Ведущая организация – Белорусский государственный институт  
физической культуры.

Защита диссертации состоится 17 04 19 90 г. в

оу  
ку

Го-  
ой  
а.

ов

2322/1

БЕЛОРУССКАЯ  
Львовского гос.  
института физкультуры



## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность. Поиск путей, обеспечивающих успешное совершенствование спортивного мастерства молодых боксеров в период их перехода во взрослые группы, является одной из актуальных проблем в боксе. В первую очередь это относится к совершенствованию технико-тактического мастерства, так как данная сторона подготовленности является наиболее уязвимой в мастерстве боксеров ближайшего олимпийского резерва. По мнению специалистов, часто подготовка молодых спортсменов ведется односторонне, формирующе, с акцентом на повышение уровня функциональной и физической подготовленности в ущерб совершенствованию необходимых технико-тактических средств (И.П.Дегтярев, Н.А.Худадов, 1978; К.Н.Копцев, 1983; О.П.Фролов, 1985). В связи с этим многие из них, достигнув высоких спортивных результатов в юношеском и в юниорском возрасте, не прогрессируют при переходе в группу взрослых боксеров.

Для эффективного управления процессом спортивного совершенствования необходимо располагать объективной информацией об особенностях соревновательной деятельности спортсменов на всех этапах многолетней системы их подготовки (Н.Г.Озолин, 1970; Р.А.Пилоян, А.А.Новиков, 1976; Д.А.Тышлер, 1984). Однако анализ литературы показывает, что экспериментальные исследования соревновательной деятельности выполнены главным образом на контингенте взрослых боксеров, а боевая деятельность юниоров осталась как бы в стороне от поля зрения исследователей.

Научная новизна работы заключается в том, что впервые выявлены:

- технико-тактические характеристики соревновательной деятельности боксеров-юниоров;
- структура взаимосвязи показателей соревновательной дея-

АКАДЕМИИ  
СОВЕТСКОГО СПОРТА

4

тельности;

- особенности взаимосвязи боевых действий соперников в ходе поединка;
- влияние боевых положений (стоек) соперников на показатели их соревновательной деятельности;
- зависимость показателей соревновательной деятельности от весовой категории и физической подготовленности боксеров-юниоров;
- типологические характеристики соревновательной деятельности прогрессирующих на взрослом ринге боксеров.

Практическая значимость. Результаты исследования позволят получать объективную информацию об особенностях соревновательной деятельности юниоров, на основе которой можно целенаправленно упорядочить процесс подготовки молодых боксеров. При этом показана относительная стабильность общей структуры соревновательной деятельности, что дает возможность по анализу минимального количества боев определить уровень подготовленности боксера и наметить пути его совершенствования.

Приведенные в работе модельные характеристики перспективных юниоров могут быть использованы в практике подготовки молодых боксеров с учетом необходимости обеспечения их прогресса на взрослом ринге. Полученные данные соревновательной деятельности в зависимости от весовой категории и стоек боксеров могут служить ориентиром для индивидуализации подготовки.

На защиту выносятся следующие основные положения:

- особенности и структура соревновательной деятельности боксеров-юниоров;
- характеристик соревновательной деятельности в зависимости от боевых стоек, весовых категорий и от особенностей взаимодействия соперников в поединке;



- критерии оценки перспективности молодых боксеров по интегральным характеристикам соревновательной деятельности;
- методика совершенствования технико-тактического мастерства боксеров на основе учета индивидуальных особенностей их соревновательной деятельности.

Структура диссертации. Работа состоит из введения, четырех глав, выводов, практических рекомендаций, списка литературы и приложений. Диссертация изложена на 166 страницах машинописного текста, иллюстрирована 8 рисунками и 26 таблицами. В списке литературы приведены 189 отечественных и 14 зарубежных источников.

#### ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Целью настоящего исследования является повышение эффективности технико-тактической подготовки боксеров-юниоров на основе выявления особенностей их соревновательной деятельности.

Гипотеза исследования состояла в том, что изучение особенностей соревновательной деятельности позволит выявить основные недостатки в мастерстве боксеров-юниоров и определить пути повышения эффективности их технико-тактической подготовки.

В соответствии с целью и гипотезой исследования в работе решались следующие задачи:

1. Определить особенности и структуру соревновательной деятельности боксеров-юниоров.
2. Изучить зависимость показателей соревновательной деятельности от весовых категорий, боевых стоек и физических качеств спортсменов, а также от особенностей ведения боя соперниками.
3. Выявить характерные особенности соревновательной деятельности боксеров-юниоров, имеющих предпосылки для быстрого прогрессирования на взрослом ринге.

4. Разработать и экспериментально обосновать методику совершенствования технико-тактического мастерства боксеров на основе учета показателей их соревновательной деятельности.

Для решения поставленных задач применялись следующие методы исследования: анализ литературных источников, педагогические наблюдения, анализ соревновательной деятельности с помощью видеозаписи, инструментальные методики измерения уровня физической подготовленности, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Анализ соревновательной деятельности и оценка исследуемых показателей проводился по модифицированной нами методике О.П.Фролова (1966). Видеосъемка боев осуществлялась на крупнейших всесоюзных и международных соревнованиях 1984-1986 гг. среди юниоров. Всего проанализировано 116 поединков, в которых принимали участие 85 спортсменов. Для определения взаимосвязи между показателями соревновательной деятельности и уровнем физической подготовленности проводилось тестирование физических качеств 32 боксеров-участников первенства СССР среди юниоров 1984 г., в условиях учебно-тренировочных сборов. В период с апреля по октябрь 1986 г. был проведен педагогический эксперимент, в котором принимали участие боксеры-юниоры сборной команды профсоюзов Армении, а также члены молодежной сборной команды страны.

#### РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

##### Общая характеристика соревновательной деятельности боксеров-юниоров

Одним из важных показателей, характеризующих мастерство боксеров, является плотность ведения боя, определяемая по количеству ударов в поединке (В.А.Петухов, 1970; Ю.Б.Никифоров, 1984).



7

Результаты исследования показывают, что поединки боксеров-юниоров проходят в достаточно высоком темпе. За время боя спортсмены наносят в среднем около 270 ударов, что превышает данный показатель у взрослых боксеров (Ю.Б.Никифоров, 1987). При этом плотность боя возрастает от раунда к раунду ( $P < 0,01$ ), что свидетельствует о довольно высоком уровне специальной выносливости молодых боксеров. Однако стремление нанести как можно больше ударов зачастую приводит к тому, что спортсмены начинают меньше заботиться о защите и поединок превращается в "обмен" ударами. Этим в определенной степени обусловлен довольно низкий коэффициент эффективности защиты молодых боксеров (0,69), тогда как у взрослых спортсменов, по данным Ю.Б.Никифорова, К.Ф.Васильева, М.А.Овакяна (1980), этот показатель значительно выше (0,77). Кроме того, анализ результатов исследования показывает ограниченность арсенала защитных приемов у большинства спортсменов. Характерными для них являются преимущественное использование защитных действий с помощью ног (40,7%). Совершенно редко применяются комбинированные защиты (11,3%) и особенно сайд-степы (4,2%), надежность которых наиболее высока.

Как видно из табл. I, эффективность тех видов ударов выше, которые сравнительно мало применяются юниорами в бою (удары снизу, в туловище, встречные контрудары). Можно полагать, что относительно редкое применение этих ударов в бою связано с тем, что многие боксеры не владеют навыками их выполнения. В то же время зарегистрированная высокая их эффективность по-видимому обусловлена тем, что относительно редкое применение приводит к недостаточному вниманию тренеров и спортсменов к отработке защиты против них. Следствием таких упущений в тренировочном процессе становится существенное обеднение технико-тактического арсенала моло-

Таблица I

Показатели атакующих действий боксеров-юниоров  
(n = 116)

Показатели соревновательной деятельности		Количество ударов в бою, % ( $\bar{x} \pm \sigma$ )	Коэффициент эффективности ( $\bar{x} \pm \sigma$ )
Вид ударов	прямые	48,5 $\pm$ 14,9	0,30 $\pm$ 0,07
	боковые	36,7 $\pm$ 10,4	0,29 $\pm$ 0,06
	снизу	14,8 $\pm$ 8,4	0,38 $\pm$ 0,10
Цель нанесения	в голову	78,7 $\pm$ 9,8	0,29 $\pm$ 0,06
	в туловище	21,3 $\pm$ 9,8	0,36 $\pm$ 0,09
Форма ударов	атакующие	62,0 $\pm$ 13,2	0,28 $\pm$ 0,06
	ответные	19,8 $\pm$ 8,2	0,32 $\pm$ 0,08
	встречные	18,2 $\pm$ 10,3	0,37 $\pm$ 0,07

ных боксеров.

Структура взаимосвязи показателей соревновательной деятельности отражена в графе максимального корреляционного пути (рис. I). Как видно, выделяются два основных показателя, имеющих больше всего связей: количество наносимых ударов в бою и разнообразие атакующих действий, которые непосредственно не связаны друг с другом и в совокупности с комплексом коррелирующих показателей образуют два самостоятельных блока. Установленный факт свидетельствует о том, что данные факторы отражают разные стороны подготовленности боксеров и требуют специальной работы над совершенствованием каждой из них.



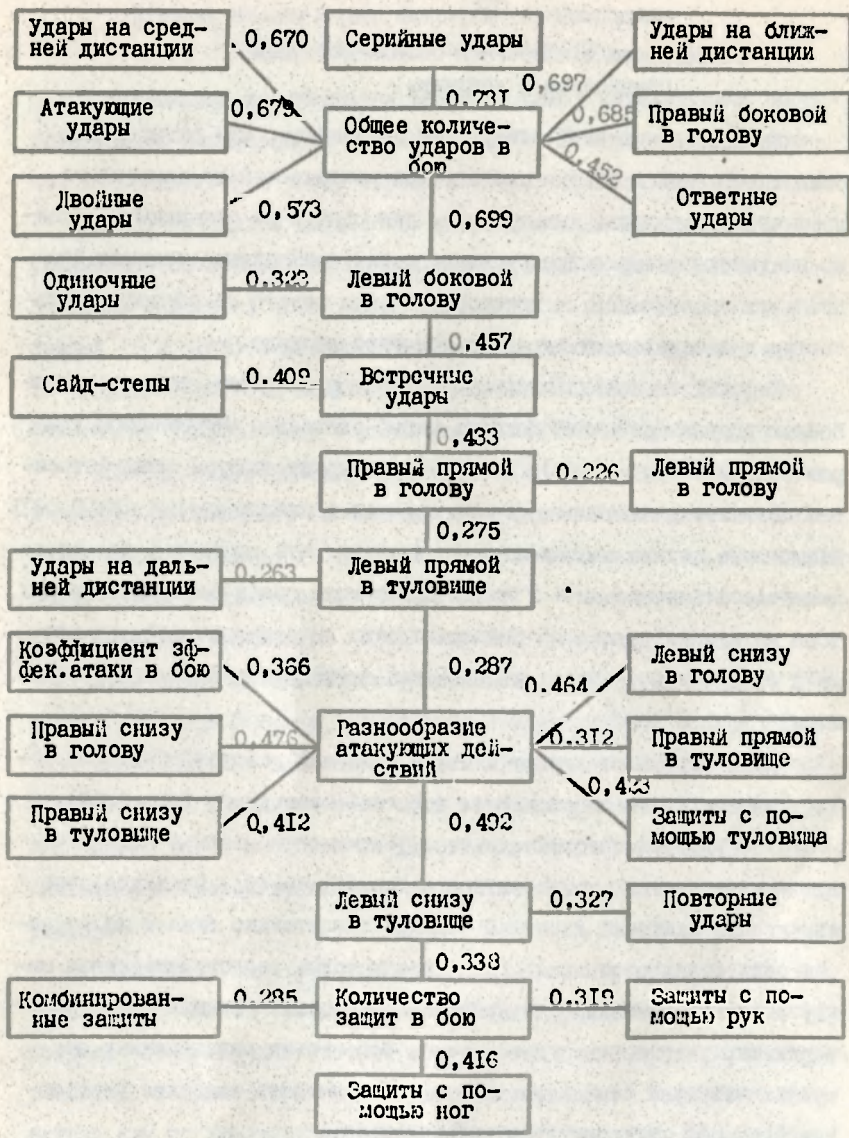


Рис. I Структура взаимосвязи показателей соревновательной деятельности

### Особенности взаимосвязи боевых действий соперников в поединке

Анализ специальной литературы показывает, что регистрация боевых действий и оценка исследуемых показателей до настоящего времени проводилась, как правило, для одного из соперников. Однако поединок боксеров представляет собой конфликтное взаимодействие двух спортсменов, в котором движения одного из соперников зачастую определяют характер действий второго.

Результаты корреляционного анализа показывают, что плотность боевых ударных действий боксера тесно связана с количеством ударов соперника ( $r = 0,65$ ). Высоко коррелируют также и количественные показатели плотности боя соперников в каждом раунде ( $P < 0,001$ ). Полученные данные позволяют предположить, что плотность боя определяется в значительной степени действиями обоих соперников, и при всем нежелании одного из боксеров вести интенсивный бой, он все же к этому, как правило, вынуждается активными действиями противника.

Количественные характеристики защитных действий боксеров тесно связаны с числом атакующих действий соперников ( $r = 0,58$ ), а между показателями коэффициента эффективности атаки и числом защит - наблюдается отрицательная связь ( $r = -0,49$ ). Очевидно, что надежность защитных действий боксера значительно влияет на эффективность атаки соперника. Установлены также достоверные связи между отдельными атакующими действиями и разными видами защит соперников, указывающие на то, что в бою против определенных атакующих действий соперника необходимо применять наиболее адекватные в данной ситуации защитные действия.



## II

### Влияние боевых стоек боксеров на показатели соревновательной деятельности

Установлены значительные различия между показателями соревновательной деятельности в зависимости от боевых стоек соперников в поединке. При разносторонних боевых положениях достоверно ( $P < 0,05$ ) снижается количество ударов на ближней дистанции и увеличивается процент их применения на дальней дистанции. Одновременно снижается число защит, выполняемых с помощью рук и туловища ( $P < 0,05$ ), и возрастает количество защит с помощью ног ( $P < 0,01$ ). При этом наблюдается тенденция снижения плотности боя, числа ударов снизу и увеличение количества прямых ударов.

Боксеры-левши более результативно наносят удары на дальней и средней дистанциях; на ближней - эффективность атакующих действий выше у правшей ( $P < 0,05$ ). Последние значительно больше наносят удары в атакующей форме ( $P < 0,01$ ), левши, напротив, чаще и эффективнее пользуются контратакующими ударами.

Полученные данные подтверждают мнение В.И.Огуренкова (1972) о том, что левшам более свойственна контратакующая манера ведения боя. Более высокие показатели эффективности атаки левшей на дальней дистанции дополняют наши представления о том, что левшам более удобно вести поединок на дальней дистанции, где они имеют преимущество перед правшами в выборе цели и в скорости нанесения ударов.

Необходимо выделить еще одну небольшую группу боксеров, работающих со сменой стоек в поединке. Эти спортсмены неожиданными сменами стоек нередко застают соперников врасплох и лишают их уверенности. У данной группы боксеров зафиксированы наивысшие показатели как по средней плотности боя, достигавшей до 315 ударов, так и по коэффициенту эффективности атаки (0,33). Особенно выше

у них показатель разнообразия атакующих действий в сравнении с боксерами, не умеющими менять стойку ( $P < 0,01$ ).

Выявленные особенности соревновательной деятельности в зависимости от боевых стоек боксеров необходимо учитывать в процессе совершенствования технико-тактического мастерства спортсменов, и особенно при составлении тактического плана боя во время непосредственной подготовки к соревнованиям.

Особенности соревновательной деятельности в зависимости от весовых категорий и физических качеств боксеров-юниоров

Для определения различий между показателями соревновательной деятельности в зависимости от веса все боксеры нами были разделены на 4 весовые группы: легчайшие (46-54 кг), легкие (57-63,5 кг), средние (67-75 кг) и тяжелые (81 кг и выше).

Установлено, что плотность боя и разнообразие атакующих действий существенно не отличаются у спортсменов разного веса. По видимому современный уровень развития бокса требует от спортсменов умения вести бой с одинаково высокой плотностью вне зависимости от весовых категорий. Вместе с тем, с повышением веса спортсменов увеличивается коэффициент эффективности атаки в бою и снижается надежность защитных действий. Однако достоверные различия по этим показателям наблюдаются лишь между легчайшими и тяжелыми весовыми группами ( $P < 0,05$ ).

Выявлены достоверные различия по соотношению ударов, применяемых на разных дистанциях: показатели существенно выше в средних и тяжелых весовых группах на ближней дистанции ( $P < 0,05$ ) и ниже на дальней ( $P < 0,01$ ). Тяжеловесы и средневесы опережают своих легких коллег по количеству защит, выполняемых с помощью рук ( $P < 0,01$ ), а защитные действия с помощью ног и сайд-степы стати-



стически значимо ( $P < 0,05$ ) чаще применяют спортсмены легчайших и легких весовых категорий.

Различия показателей соревновательной деятельности спортсменов разного веса отражают характерные черты их технико-тактического мастерства и могут служить ориентиром для реализации принципа групповой индивидуализации.

Между показателями соревновательной деятельности и результатами контрольных упражнений (тестов), оценивающих уровень физической подготовленности боксеров-юниоров, существенных связей не выявлено. Видимо, для оценки взаимосвязи этих показателей необходимо разработать специальные тесты, учитывающие весь комплекс факторов (весовая категория спортсменов, боевая стойка и другие особенности соперников), которые оказывают значительное влияние на показатели соревновательной деятельности боксеров.

#### Анализ соревновательной деятельности с помощью таксономических процедур

Проведенный анализ соревновательной деятельности позволил выявить характерные ее особенности в зависимости от боевых стоек, весовых групп и от возможных действий соперников. Предстояло решать задачу - что является определяющим в структуре соревновательной деятельности боксера - действия соперника или его собственная подготовленность. Иными словами, важно было проверить предположение: можно ли по анализу минимального количества боев судить об особенностях соревновательной деятельности боксера и определить уровень его подготовленности. Одновременно необходимо было установить, близки ли между собой перспективные боксеры по показателям соревновательной деятельности и какими чертами должны они обладать, чтобы прогрессировать на взрослом ринге. Последнее очень важно в свете того, что успехи на юниорском ринге не само-

цель подготовки боксеров, а определенный этап в их спортивной деятельности.

Для решения поставленных задач в работе использована методика анализа показателей соревновательной деятельности с помощью вроцлавской таксономии (В.Плута, 1980).

Суть метода заключается в следующем: на основе попарного сопоставления каждого из рассматриваемых показателей для каждого из объектов (в нашем случае это показатели соревновательной деятельности боксера в конкретном поединке) выявляются наиболее близкие по своей структуре объекты. Затем к ним в порядке все большего удаления достраиваются остальные. Таким образом, формируется дендрит (дерево), каждая из ветвей которого представляет собой определенную группу близких по своей структуре объектов.

В результате анализа 78% боксеров, проводивших более одного боя, оказались в серии поединков довольно близки по показателям соревновательной деятельности. Характеристики этих спортсменов в разных боях располагались на одних и тех же ветвях дендрита. Причем это наблюдалось вне зависимости от соперника, стойки и весовой категории боксера.

Таким образом, если плотность боя и некоторые другие количественные показатели во многом зависят от действий соперника, то довольно велика достоверность сохранения индивидуальных особенностей ведения боя, общей структуры соревновательной деятельности каждого боксера и влияние манеры ведения боя соперника на эти особенности не столь существенно.

Одновременно определились две практически не отличающиеся друг от друга ветви дендрита, включавшие показатели 84,6% поединков быстро прогрессировавших на взрослом ринге боксеров. Это дает основание полагать, что перспективные боксеры близки по



структуре соревновательной деятельности и, таким образом, можно выявить характерные их особенности и отличия от остальных.

Установлены значительные различия по показателям соревновательной деятельности между перспективными боксерами и остальными спортсменами. Если остальной контингент отдает предпочтение более простым прямым ударам, то прогрессирующие на взрослом ринге боксеры чаще и эффективнее применяют удары снизу и встречные контрудары ( $P < 0,01$ ). В обороне они более успешно используют защиты с помощью туловища, комбинированные защиты и сайд-степы ( $P < 0,01$ ).

Высокая эффективность боевых действий у перспективных боксеров сохраняется и при повышении плотности боя, в то время как у остального контингента — существенно снижается (табл. 2).

Таблица 2

Показатели эффективности атакующих действий боксеров-юниоров в зависимости от плотности боя (  $\bar{x} \pm s$  )

Группы боксеров	Количество ударов в бой			
	До 220	221-270	271-320	Свыше 320
Перспективные боксеры	0,33 $\pm$ 0,06	0,36 $\pm$ 0,04	0,036 $\pm$ 0,05	0,34 $\pm$ 0,04
Остальной контингент	0,29 $\pm$ 0,06	0,31 $\pm$ 0,06	0,29 $\pm$ 0,05	0,28 $\pm$ 0,05

Если у остального контингента в целом разнообразие атакующих действий не превышает 2,63 $\pm$ 20, то у перспективных боксеров не опускается ниже 2,72 даже при наивысшей плотности боя (табл.3).

Таким образом, умением эффективно вести интенсивный бой обладают лишь хорошо технически подготовленные спортсмены, поэтому вряд ли целесообразно направлять молодежь на высокую плотность

Таблица 3

Показатели разнообразия атакующих действий боксеров-юниоров в зависимости от плотности боя  
(  $\bar{X} \pm \sigma$  )

Группы боксеров	Количество ударов в бой			
	До 220	221-270	271-320	Свыше 320
Перспективные боксеры	2,78 $\pm$ 0,15	2,86 $\pm$ 0,16	2,89 $\pm$ 0,18	2,72 $\pm$ 0,16
Остальной контингент	2,44 $\pm$ 0,17	2,63 $\pm$ 0,20	2,56 $\pm$ 0,19	2,50 $\pm$ 0,21

боевых действий без достаточной базовой технико-тактической подготовки.

В работе предпринята попытка выявить индивидуальные коэффициенты приближенности боксера к так называемому "эталону". За таковую была принята модель, включающая характеристики соревновательной деятельности на наивысшем уровне, реально показанные отдельными спортсменами, т.е. наивысшая плотность боя, эффективность атаки, надежность защиты и т.д. "Эталон" строился путем суммирования максимальных показателей по каждому из них. Интегральное соотношение характеристик соревновательной деятельности каждого из боксеров с этим максимумом выражалось математически десятичной дробью. Если в целом по массиву средний показатель составил 0,386, то у боксеров, быстро прогрессирующих на взрослом ринге, - 0,527. При этом амплитуда варьирования показателя у последних оказалась значительно меньшей, чем у остальных спортсменов. Следовательно, индивидуальные коэффициенты приближенности к "эталону" дают возможность в определенной степени судить о перспективности боксеров и могут быть использованы при отборе и комплектовании сборных команд.



На основе анализа полученных данных разработаны модельные характеристики соревновательной деятельности прогрессирующих на взрослом ринге боксеров.

Методика совершенствования технико-тактического мастерства боксеров на основе учета показателей их соревновательной деятельности

2522/7

Анализ соревновательной деятельности показал, что ее структура у каждого из боксеров индивидуальна и в определенной степени автономна по отношению к действиям соперника. В то же время структура соревновательной деятельности является одним из главных факторов прогнозирования уровня перспективности молодого боксера в ближайшем будущем. Исходя из этого, педагогический эксперимент был направлен на формирование у молодых боксеров определенной структуры соревновательной деятельности, выраженной в сочетании индивидуальных особенностей применения боевых действий о типичной характеристикой соревновательной деятельности перспективного боксера, прогрессирующего на взрослом ринге.

В эксперименте приняли участие 30 спортсменов сборной команды профсоюзов Армении, которые были разбиты на две однородные группы методом подбора пар. С учетом характеристик соревновательной деятельности были разработаны индивидуальные планы подготовки боксеров экспериментальной группы. Ведущим направлением работы явилось совершенствование широкого круга боевых действий и доведение их до автоматизма в условиях повышенной плотности боя. По мере освоения новых технико-тактических действий ставилась задача возможно большего их применения в условных и вольных боях. С этой целью проводились учебные бои по заданию. Последние заключались в том, что боксеру рекомендовали чаще атаковать определенными видами ударов или конкретными комбинациями. Таким же ме-

тодом отрабатывались и закреплялись навыки выполнения защитных действий. В дальнейшем давалась установка на ведение боя с определенной плотностью, оптимально соответствующей индивидуальным технико-тактическим возможностям молодого боксера. При достижении спортсменами необходимого уровня освоенности приемов и действий задачи усложнялись: соперникам предлагалось повысить темп боя. Одновременно боксеру в обязательном порядке давалась установка пользоваться отработанными видами ударов и защит или их сочетаниями.

Таким образом, во-первых, осуществлялось постепенное совершенствование навыков применения разнообразных технико-тактических действий в условиях, моделирующих соревнования, во-вторых, спортсменам прививались навыки ведения боя на уровне плотности, оптимально соответствующей их технической оснащенности.

В ходе педагогического эксперимента произошли положительные сдвиги в основных данных соревновательной деятельности, и по ее характеристикам спортсмены экспериментальной группы приблизились к модельным показателям перспективных боксеров. В экспериментальной группе значительно повысилась эффективность боевых действий, особенно в зонах более высокой плотности боя. На уровне плотности свыше 320 ударов коэффициент эффективности атаки у них составил 0,333, а в контрольной группе - 0,278 ( $P < 0,05$ ). Коэффициент надежности защиты при той же плотности соответственно 0,847 и 0,778 ( $P < 0,05$ ). Боксеры экспериментальной группы повысили разнообразие атакующих действий в среднем на 10,5%, а контрольной - только на 2,8% ( $P < 0,01$ ). Средний прирост оптимальной плотности боя в экспериментальной группе составил 20%, а в контрольной - существенного прироста не наблюдалось. Высокие показатели соревновательной деятельности отразились на успешности их



выступления в соревнованиях. 80% спортсменов, занимающихся по экспериментальной методике, стали призерами первенства Армении среди юниоров.

Разработанная методика апробировалась также на контингенте молодежной сборной команды СССР по боксу. Результатом явилось успешное выступление спортсменов на первенстве Европы 1986 года среди юниоров, где 11 боксеров стали призерами, а 7 из них завоевали золотые медали.

Подводя итоги педагогического эксперимента, можно констатировать, что методика совершенствования технико-тактического мастерства боксеров-юниоров на основе учета показателей их соревновательной деятельности является эффективной и может быть использована в практике.

#### ВЫВОДЫ

1. Соревновательная деятельность боксеров-юниоров во многом обусловлена общими закономерностями развития бокса, определяющими ярко выраженную наступательную тактику ведения боя, высокую интенсивность боевых действий и повышение ее от раунда к раунду. Однако поединки молодых боксеров отличаются низкой эффективностью защитных действий, связанных с ограниченным арсеналом их применения и пренебрежением защиты, особенно в условиях повышенной плотности боя. При этом характерно преимущественное использование защитных действий с помощью ног (40,7%). Значительно редко применяются сложные комбинированные защиты (11,8%) и сайд-стопы (4,2%), надежность которых наиболее высока. Среди видов ударов преобладают прямые (48,5%) и боковые (36,7%). Реже применяются удары снизу (14,8%), в туловище (21,3%) и встречные контрудары (18,2%).

2. Ведущими компонентами в структуре соревновательной дея-

20

тельности боксеров-юниоров является плотность боя и разнообразие атакующих действий. Данные факторы отражают разные стороны подготовленности боксеров и требуют специальной работы над совершенствованием каждой из них.

Плотность боя определяется количеством атакующих серийных и двойных ударов, активностью боксера на средней и ближней дистанциях, частотой применения боковых ударов и умением быстро перейти от защиты к ответной контратаке. Разнообразие атакующих действий связано с частотой применения ударов снизу, числом наносимых ударов в туловище, количеством защит, выполняемых с помощью туловища, а также с коэффициентом эффективности атакующих действий.

3. Количественные характеристики ряда показателей соревновательной деятельности существенно взаимосвязаны и взаимообусловлены действиями обоих соперников. Вместе с тем, достаточно велика достоверность сохранения индивидуальных особенностей ведения боя, общей структуры соревновательной деятельности каждого боксера в поединках с разными соперниками. Поэтому подробный анализ 2-3 поединков, по предложенной методике регистрации боевых действий, дает достаточные основания для выявления индивидуальных особенностей соревновательной деятельности боксера и разработки рекомендаций по его совершенствованию.

4. Показатели соревновательной деятельности существенно зависят от боевых стоек соперников в поединке. При разносторонних боевых положениях снижается плотность боя и возрастает количество наносимых ударов на дальней дистанции ( $P < 0,05$ ). Боксеры-левши более результативно проводят удары на дальней и средней дистанциях; на ближней - эффективность атакующих действий выше у правой (  $P < 0,05$  ). Последние значительно больше наносят удары в атакующей форме ( $P < 0,01$ ); левши, напротив, чаще и эффективнее пользуются контратакующими ударами. Спортсмены, работающие со сме-



ной стоек, имеет наиболее высокие показатели как по средней плотности боевых действий, так и по эффективности применяемых ударов. Особенно высоки показатели у боксеров данной группы в разнообразии атакующих действий ( $P < 0,01$ ).

5. Значимых связей между показателями соревновательной деятельности в уровне физической подготовленности боксеров-высших не выявлено. Однако установлены достоверные различия по некоторым показателям соревновательной деятельности в зависимости от веса спортсменов. При этом боксеры легчайших весовых категорий существенно не отличаются от легковесов, а средневесы — от тяжеловесов. Последние больше и эффективнее наносят удары на ближней дистанции ( $P < 0,05$ ) в чаще пользуются защитами с помощью рук ( $P < 0,01$ ). Боксеры легких и легчайших весовых категорий более успешно используют защиты с помощью ног, а также сайд-степы ( $P < 0,05$ ) в чаще наносят удары с дальней дистанции ( $P < 0,01$ ). По показателям плотности боя и разнообразию атакующих действий между группами различия недостоверны, однако эффективность атакующих действий у тяжеловесов выше ( $P < 0,05$ ) по сравнению с боксерами легчайших весовых категорий.

6. Прогрессирующие на взрослом ринге боксеры отличаются умением эффективно вести бой на средней и ближней дистанциях, успешным применением контратакующих ударов и особенно ударов снизу. В обороне они чаще и успешнее используют защиты с помощью туловища, комбинированные защиты и сайд-степы. Значительно выше у перспективных боксеров эффективность в разнообразии боевых действий, особенно в условиях повышенной плотности боя. На уровне плотности более 320 ударов коэффициент эффективности атаки у них на 27,3% выше в сравнении с остальным контингентом. Оптимальная плотность боя для перспективных и остальных спортсменов различна. В первом

случае она достигает 280-320 ударов, а у остальных - находится в пределах 220-270 ударов.

7. Разработаны критерии интегральной оценки соревновательной деятельности, позволяющие выявить индивидуальные коэффициенты приближенности (ИКП) боксеров к "эталону".

ИКП к "эталону" по интегральным характеристикам соревновательной деятельности дают возможность прогнозировать результативность выступлений боксеров в ближайшем будущем при переходе в группу взрослых и могут быть использованы при отборе и комплектовании сборных команд.

8. Методика совершенствования технико-тактического мастерства, основанная на учете индивидуальных особенностей соревновательной деятельности и постепенном подведении боксеров к более полной реализации своих технических возможностей в условиях повышенной плотности боя, весьма эффективна.

За период педагогического эксперимента спортсмены экспериментальной группы значительно повысили эффективность боевых действий, особенно в зонах высокой плотности боя. На уровне плотности свыше 320 ударов коэффициент эффективности атаки у боксеров экспериментальной группы составил 0,333, контрольной - 0,278 ( $P < 0,05$ ). Коэффициент надежности защиты при той же плотности соответственно 0,847 и 0,778 ( $P < 0,05$ ). Спортсмены экспериментальной группы повысили разнообразие атакующих действий в среднем на 10,5%, а контрольной - только на 2,8% ( $P < 0,01$ ). Средний прирост оптимальной плотности боя в сытной группе составил 20%, а в контрольной - существенного прироста не наблюдалось.

Список работ, опубликованных по теме диссертации:

1. Базеян А.М., Дегтярев И.П. Анализ защитных действий, приемлемых боксерами-кандидатами в соревнованиях // Совершенствовани



Перев. 97

23

системы подготовки высококвалифицированных спортсменов: Тез.

XVI Респ. науч.-метод. конф. - Ереван, 1987. - С. 71-73.

2. Базелян А.М. Некоторые особенности интенсивности и эффективности атакующих действий молодых боксеров // Совершенствование системы подготовки высококвалифицированных спортсменов: Тез. XVI Респ. науч.-метод. конф. - Ереван, 1987. - С. 73-75.

3. Базелян А.М. Методика совершенствования технико-тактического мастерства боксеров-юниоров с учетом особенностей их соревновательной деятельности: Метод. рекомендации. - Ереван, 1988. - 42 с.

4. Базелян А.М. Анализ и оценка соревновательной деятельности боксеров-юниоров с учетом особенностей взаимодействия соперников в поединке // Методы комплексного контроля и совершенствования процесса подготовки высококвалифицированных спортсменов: Метод. рекомендации. - Ереван, 1988. - С. 10-14.

5. Базелян А.М. Характеристика соревновательной деятельности боксеров в зависимости от боевых стоек: Тез. докладов 3-й Респ. конф. аспирантов Арм. ССР. - Ереван, 1989. - Ч. I. - С. 33.

6. Базелян А.М. Особенности соревновательной деятельности боксеров в поединках с разными соперниками // Совершенствование системы подготовки высококвалифицированных спортсменов: Тез. XIX Респ. науч.-метод. конф. - Ереван, 1989. - С. 55.

7. Базелян А.М., Овакян М.А. Взаимозависимость боевых действий боксеров в соревновательном поединке // Совершенствование системы подготовки высококвалифицированных спортсменов: Тез. XIX Респ. науч.-метод. конф. - Ереван, 1989. - С. 56.