

Освоение высоких нагрузок без ущерба для здоровья возможны только в том случае, если отбирать детей для занятий биатлоном, имеющих необходимые физические качества, увеличивать тренировочные нагрузки постепенно, соблюдая принцип индивидуализации и учитывать особенности физиологических систем организма спортсменов.

Ключевые слова: спортивная тренировка, спортивная подготовка, физическая работоспособность, двигательная активность, возрастная динамика.

INFLUENCE OF BIATHLON ON DYNAMICS OF PHYSICAL PRODUCTION OF YOUNG SPORTSMEN

Artem BURLA, Anton BURLA, Nataliya SOKOLOVA

Sumy State Pedagogical University named after A. S. Makarenka

Abstract. Today achievement of high sports results in biathlon, as well as in other kinds of sports, assumes application of limiting physical and nervous – emotional loadings in training process which sportsmen should carry out for some years.

Coping with high loadings without damage to health are possible only if to select those children for biathlon who have necessary physical qualities, to increase training loadings gradually, observing the principle of individualization and to take into account peculiarities of physiological systems of sportsmen organism.

Key words: sports training, sports preparation, physical serviceability, impellent activity, age dynamics.

РІЗНОВИДИ АТАКУЮЧИХ ДІЙ ТА ЇХ ЕФЕКТИВНІСТЬ У ЗМАГАННЯХ КВАЛІФІКОВАНИХ ШАБЛІСТІВ

Василь БУСОЛ, Ігор РОЩІН

Львівський державний інститут фізичної культури

Постановка проблеми. Змагальна діяльність у фехтуванні на шаблях носить переважно ініціативно-атакуючий характер. Це обумовлено відносно великою площею поверхні, яка уражається, та відносною легкістю нанесення ударів в атакуючих діях, яким за правилами змагань надається тактичний пріоритет при одночасно нанесених ударах [4].

В минулі роки ряд авторів провели дослідження з метою визначення обсягів та ефективності атакуючих дій фехтувальників-шаблістів у процесі змагальної діяльності [1, 2]. Однак останні нововведення в правила змагань суттєво вплинули на техніко-тактичний арсенал спортсменів. Запровадження електричної фіксації ударів, зменшення довжини фехтувальної доріжки до 14 метрів, скорочення майже удвічі

тривалості фехтувальних поєдинків, заборона пересувань вперед зі схрещуванням ніг (біг, атака “стрілою”), скорочення фіксованого електроапаратом випередження до 0,125 с. – це ті новації, які радикально вплинули на обсяги, ефективність та результативність бойових дій фехтувальників-шаблістів.

Мета дослідження – визначити вплив інноваційних впроваджень у правила змагань на обсяги, ефективність та результативність атакуючих дій шаблістів високої кваліфікації.

Завдання дослідження:

1. Отримати дані про арсенал атакуючих дій шаблістів високої кваліфікації.
2. Визначити обсяги та ефективність різновидів атакуючих дій шаблістів.
3. Виявити основні зміни в арсеналі атакуючих дій кваліфікованих шаблістів після введення доповнень до правил змагань.

Методи дослідження: аналіз літературних джерел, відеозапис змагальних поєдинків та їх аналіз, методи математичної статистики.

Організація досліджень. У дослідженнях були використанні відеозаписи змагальних поєдинків міжнародних та Всеукраїнських змагань 2000-2004 років (Олімпійські ігри, Чемпіонати світу та Європи, етапи Кубку світу, Чемпіонати та Кубки України). Усього було проаналізовано 124 поєдинки фехтувальників високої кваліфікації у турах прямого вибування, де бої проводяться на 15 ударів.

Результати дослідження та їх обговорення. У процесі аналізу відеозаписів розраховувались показники обсягів, ефективності та результативності для окремих груп атакуючих дій.

Показник обсягу (О) свідчить про частоту застосування окремих груп атакуючих дій. Він розраховується як відношення кількості атакуючих дій окремої групи до загальної кількості атакуючих дій використаних в боях.

Показник ефективності (Е) – це відношення кількості результативних атакуючих дій певної групи до загальної кількості атак даної групи.

Показник результативності (Р) оцінює внесок кожної з груп атакуючих дій у загальну кількість ударів нанесених в атаках. Він розраховується як відношення кількості результативних атакуючих дій окремої групи, до загальної кількості результативних атак.

Кількісні дані проведених досліджень представлені у таблиці 1.

За визначенням Д. А. Тишлера [4], атака – це ініціативна наступальна дія з метою нанесення удару, яка виконується розгинанням озброєної руки з безперервною загрозою повільної повертні суперника. Атаки бувають прості і складні. Прості атаки – це

Таблиця 1

Обсяги, ефективність та результативність атакуючих дій кваліфікованих шаблістів (%)

	О		Е		Р (%)
	Загальна кількість атак	(%)	Кількість результативних атак	(%)	
Загальною	3611	66,5	1654	45,8	65,8
Складні	1819	33,5	860	47,28	34,2
Прості	453	8,34	50	11,04	2,0
Складні	739	13,61	444	60,08	17,6
Прості	627	11,55	366	58,37	14,6

одноактні атакуючі дії, які виконуються в один фехтувальний темп. Складні атаки – це багатотемпові атакуючі дії, до яких відносяться: атаки з фінтами, атаки з дією на зброю, комбіновані атаки.

Наведені данні демонструють пріоритетний характер застосування простих атак порівняно зі складними. Їх обсяг більший майже у два рази. Ефективність простих і складних атак майже однакова (відповідно 45,8% та 47,28%). Натомість результативність простих атак майже вдвічі більша від складних атак (відповідно 65,8% та 34,2%).

Дані факти можна пояснити, по-перше, зменшенням довжини фехтувальної доріжки до 14 м та заборонаю пересувань бігом і “стрілою”; по-друге, зменшення часу фіксованого випередження до 0,125 с обумовило ще більший дефіцит часу для виконання бойових дій, що знизило можливість маневрування та виконання складних атак, у зв’язку з ризиком отримати випереджаючий удар. Саме тому, на наш погляд, у поєдинках фехтувальники використовують переважно прості атаки, які є більш швидкісними порівняно зі складними атаками.

Прості атаки виконуються ударом по масці у правий і лівий сектори, в руку, укол до середини з усіх бойових дистанцій при різному співвідношенні прийомів напад (з випадом, кроком, “тріскачкою”, стрибком і випадом та у вигляді їх комбінацій). Координація рухів озброєної руки й ніг може бути різноманітною і залежить від дистанції між суперниками, та тактичного задуму. Найбільш типовий варіант атаки з випадом із середньої дистанції – це одночасний початок руху озброєної руки й ніг із наступним випередженням зброєю моменту постановки на випад махової ноги. Спрямування леза в сектор нанесення удару має випереджати повне випрямлення руки.

Актуальність використання простих атак пов’язана із завданнями, які є пріоритетними в сучасних умовах ведення змагальної боротьби. Основною метою простих атак є протидія супернику, який налаштований контратакувати та випереджати, а також здійснення нападу в ближню частину вразливої поверхні суперника при його зближенні або при виконанні підготовчих рухів зброєю. Використання простих атак є ефективним засобом стримування атакуючої ініціативи суперника.

Як видно з таблиці 1, серед складних атакуючих дій атаки з дією на зброю застосовуються найчастіше. Їх обсяг складає 13,61% від загальної кількості атак. Ефективність та результативність атак із дією на зброю є також найвищою серед складних атак (відповідно 60,08% та 17,6%). Шаблісти в якості дії на зброю найчастіше використовують батман (удар). Виконання атак із батманом має за мету вивести зброю суперника з лінії удару та здійснити миттєвий напад, або викликати у суперника захисну реакцію чи контратаку. Найбільш розповсюдженими є ударні батмани у 4-у позицію. Характер батману, особливо його потужність та глибина, знаходяться в прямій залежності від поставлених тактичних завдань. Дія на зброю повинна бути швидкісною та мінімальною за амплітудою. Інакше, суперник зможе уникнути удару, змінюючи положення зброї та контратакуючи у сектор, що відкривається при виконанні батману. У зв’язку з цим, велике значення має дистанція в сутичці, і позиція, яка була до початку атаки з дією на зброю.

Комбіновані атаки складаються з дії на зброю, одного або декількох фінтів та удару. Їх обсяг становить 11,55% від загальної кількості атак, а ефективність у 58,37%. Результативність комбінованих атак становить 14,6%.

Атаки з фінтами використовуються як багатотемповий напад, який виконується з максимальною частотою обманних рухів зброєю. В умовах маневрового бою

атаки з фінтами дозволяють змусити суперника до захисного реагування, що надає можливість атакуючому фехтувальнику виконувати удар у відкритий сектор параді, що уражається. Як показали наші дослідження, атаки з фінтами в сучасному фехтуванні є найменш вживаними (8,34%), ефективними (11,04%) і неадекватними (2%).

Професором Д. А. Тишлером [1] були проведені дослідження атакуючих дій шаблістів до введення останніх змін у правила змагань. Тому, певний інтерес представляє порівняльний аналіз даних отриманих у попередні роки з нашими даними (таблиця 2).

Таблиця 2

Обсяги та ефективність атакуючих дій кваліфікованих шаблістів(%)

Тип атак	По Тишлеру Д. А.				Наші данні	
	1968-1972рр.		1974-1978рр.		2000-2004рр.	
	О	Е	О	Е	О	Е
Прості	41,3	61,2	37,1	67,5	66,5	45,8
Складні	29,6	63,2	34,0	45,4	8,34	11,04
Атаки з дією на зброю	8,1	79,6	8,8	72,9	13,61	60,08
Комбіновані	21,0	48,9	20,1	51,2	11,55	58,37

Дані порівняльного аналізу свідчать про значну зміну в обсягах застосування основних атакуючих дій шаблістів. Це в першу чергу стосується простих атак, атак з дією на зброю та комбінованих атак.

Зокрема, в даний час, обсяг використання шаблістами простих атак значно збільшився (з 41,3% до 65,5%). Спостерігається збільшення обсягу атак із дією на зброю (з 8,1% до 13,6%). В той же час зменшилися обсяги використання атак з фінтами (з 21,0% до 8,34%) та комбінованих атак (з 20,1% до 11,55%).

Однією з характерних для змагальних поєдинків минулих років було використання основних атакуючих дій (62,9%), серед яких перевага надавалася атакам з фінтами (21,0%).

Для сучасних поєдинків шаблістів пріоритетним є використання простих атакуючих дій (65,5%), а серед складних атак найбільш уживаними є атаки з дією на зброю (13,6%) та комбіновані атаки (11,55%).

Якщо аналізувати ефективність атакуючих дій, то можна говорити про суттєве її зростання на сучасному етапі розвитку фехтування на шаблях. Це у свою чергу може свідчити про те, що у бойовому репертуарі шаблістів стали ефективніше використовуватися засоби протидії атакуючим діям. Змагальні поєдинки стали більш динамічними за технікою пересувань, врівноваженими за кількістю атакуючих, захисних та захисних дій. Вони стали більш насиченими у технічному й тактичному аспекті та більш цікавими у видовищному плані. Саме цього і добивались керівники внесли змін до правил змагань шаблістів у Міжнародній Федерації Фехтування. Можна констатувати що це їм вдалося.

Висновки:

Сучасний арсенал атакуючих дій шаблістів характеризується переважним використанням простих атак. Серед складних атак найчастіше використовуються атаки з дією на зброю та комбіновані атаки. Найменший обсяг використання основних атак з фінтами.

2. Обсяги застосування простих атак в боях кваліфікованих шаблістів майже у два рази перевищують обсяги застосування складних атак (відповідно 66,5% та 33,5%). Ефективність простих і складних атак майже однакова (відповідно 45,8% та 47,28%). Натомість результативність простих атак майже у два рази вища (65,8% проти 34,2%).
- Серед складних атакуючих дій найбільшими обсягами характеризуються атаки з дією на зброю (13,61%) та комбіновані атаки (11,55%). Їх ефективність складає відповідно 60,08% та 58,37%, а результативність – відповідно 17,6% та 14,6%.
3. Порівняльний аналіз результатів дослідження арсеналу атакуючих кваліфікованих фехтувальників-шаблістів, проведених у минулі роки Д. Тишлером (1981) та наших даних, дозволив виявити наступне:
- а) для змагальних поєдинків минулих років пріоритетним було використання складних атак (62,9%), серед яких перевага надавалася атакам з фінтами (34,0%). Найменш уживаними були атаки з дією на зброю (8,8%);
 - б) для змагальних поєдинків шаблістів пріоритетним є використання простих атак (66,5%), а серед складних атак найбільш уживаними є атаки з дією на зброю (13,6%) та комбіновані атаки (11,55%). Атаки з фінтами використовуються в обсязі 8,34%;
 - в) спостерігається помітне зниження ефективності більшості атакуючих шаблістів на сучасному етапі, порівняно з минулими роками. Це може свідчити про те, що у змагальних поєдинках більш ефективно стали застосовуватися засоби протидії атакам – захисти, контратаки, ремізи тощо.

Література:

1. Тышлер Д. А. Фехтование на саблях. – М.: “Физкультура и спорт”, 1981. – 128 с.
2. Мовшович А. Д., Войтов В. Г., Петросян А. С. Боевой арсенал юниоров фехтовальщиков / Фехтование: Сборник статей. – М.: “Физкультура и спорт”, 1983. – 71 с.
3. Турецкий Б. В. Поединок фехтовальщиков. – К.: Здоров'я, 1985. – 72 с.
4. Спортивное фехтование. Учебник для вузов физической культуры. / Под общ. ред. Д. А. Тышлера. М.: “Физкультура, образование и наука”, 1997. – 385 с.

РІЗНОВИДИ АТАКУЮЧИХ ДІЙ ТА ЇХ ЕФЕКТИВНІСТЬ У ЗМАГАННЯХ КВАЛІФІКОВАНИХ ШАБЛІСТІВ

Василь БУСОЛ, Ігор РОЦІН

Львівський державний інститут фізичної культури

Анотація. Дана стаття присвячена питанню ефективності використання атакуючих дій у фехтуванні на шаблях.

Ключові слова: кваліфіковані шаблісти, атакуючі дії, ефективність використання

РАЗНОВИДНОСТИ АТАКУЮЩИХ ДЕЙСТВИЙ И ИХ ЭФФЕКТИВНОСТЬ В СОРЕВНОВАНИЯХ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ САБЛИСТОВ

Василий БУСОЛ, Игорь РОЩИН

Львовский государственный институт физической культуры

Аннотация. Данная статья посвящена вопросу эффективности использования атакующих действий в фехтовании на саблях.

Ключевые слова: квалифицированные саблисты, атакующие действия, эффективность использования.

VARIETY ATTACKING ACTIONS AND THEIR EFFECTIVENESS IN QUALIFIED SABRE FENCERS COMPETITIONS

Vasil BUSOL, Igor ROSHCHIN

Lviv State Institute of Physical Culture

Abstract. This article is devoted to the problem of effective attacking actions in sabre fencing.

Key words: qualified sabre fencers, attacking actions, effectiveness of application.

ДОСЛІДЖЕННЯ РЕАКЦІЙ АНТИЦПАЦІЇ У ТАЙБОКСЕРІВ МАСОВИХ РОЗРЯДІВ

Сергій ВАЧЕВ

Львівський державний інститут фізичної культури

Постановка проблеми. Таїландський бокс відноситься до видів спорту, у яких відбувається безпосередній контакт із суперником (так само як у спортивних іграх та в інших видах одноборств). Тому дуже часто у змагальній діяльності виникають ситуації, коли час реагування спортсмена на дії суперника буде більшим ніж час виконання компоненти самої дії. Відповідно, у таких видах спорту важливе місце набувають реакції передбачення, або реакції антиципації [4]. У боксі та, частково, у інших видах спорту ця проблема вже вивчалась, а у Таїландському боксі вона розглядається вперше. Тому, на нашу думку, актуальність цього питання не викликає сумнівів.

Метою останніх досліджень і публікацій Ряд авторів, які досліджували реакції антиципації в інших видах спорту стверджують, що час реагування при