

36

На правах рукописи

Е. М. Макаренко

**Тактическая подготовка боксера
контратакующего стиля соревновательной
деятельности**

Специальность 13 00 04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Автореферат
диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Е. М. Маф

Санкт-Петербург
2007



003 175409

Работа выполнена на кафедре теории и методики бокса
Санкт-Петербургского государственного университета физической
культуры имени П. Ф. Лесгафта

Научный руководитель: кандидат педагогических наук,
доцент, заслуженный мастер спорта
Заев Петр Иванович

**Официальные
оппоненты:** доктор педагогических наук,
профессор
Агеевец Владимир Ульянович

доктор педагогических наук,
профессор
Ширяев Анатолий Григорьевич


Ведущая организация: Военный институт физической куль-
туры

Защита диссертации состоится *12* *ноября* 2007 года
в 13 часов 00 мин на заседании диссертационного совета
Д 311 010 01 при Санкт-Петербургском государственном универси-
тете физической культуры им П Ф Лесгафта по адресу: 190121,
Санкт-Петербург, ул. Декабристов, 35 Е, учебный корпус 1.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Санкт-
Петербургского государственного университета физической куль-
туры имени П Ф Лесгафта и на сайте (lesgaft.spb.ru)

Автореферат разослан *12* *октября* 2007 г

Ученый секретарь
диссертационного совета,
профессор

 Л А Егоренко

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Подготовка спортсмена охватывает направленное использование всей совокупности средств, методов, форм и условий, обеспечивающих повышение подготовленности спортсмена к спортивным достижениям (Ю Ф Курамшин, 2004)

Ведущие ученые теории спорта (Н Г Озолин, 1988, В Н Платонов, 1987, и др) определяют следующие стороны подготовки спортсмена физическую, техническую, тактическую, психическую, теоретическую, интегральную Следует заметить, что наряду с этим ставшим уже традиционным, представлением, имеются примеры работ, в которых количество сторон как сокращается, так и увеличивается Последнее делается, очевидно, с целью более полного охвата составляющих процесса формирования и совершенствования мастерства спортсмена например, К Т Булочко (1967) добавил организационно-методическую и судейскую, Г И. Шатков и А Г Ширяев (1982) – интеллектуальную, В И Филимонов (2000) говорит о спортивно-технической стороне, а Ю Ф Курамшин (2004) выделяет психологическую

Особое место в числе сторон подготовки занимает тактическая подготовка спортсмена – наиболее решающая сторона подготовки в целом, определяющая по существу логику и эффективность его соревновательной деятельности (СД)

Тактика – совокупность форм и способов ведения спортивной борьбы в условиях соревнований (Ю Ф Курамшин, 2004) Тактическая подготовка спортсмена направлена на овладение спортивной тактикой и достижение тактического мастерства в избранном виде спорта

Проведенный нами теоретический анализ и обобщение литературных данных по проблеме тактической подготовки спортсменов контратакующего стиля в единоборствах, и особенно в боксе, показал острую необходимость ее разработки

Особо данный факт следует отнести к процессу целенаправленного формирования у юного спортсмена умений и навыков в контратакующем стиле СД, отличающимся максимально обостренными параметрами боевых действий боксера и, соответственно, повышенной вероятностью риска

Это свидетельствует об **актуальности** проблемы как в свете подготовки юных спортсменов, так и для спорта высших достижений, и более всего в боксе – единоборстве, в котором от характера организации СД зависят не только результаты спортивных встреч, но и здоровье занимающихся

Дополняет проблемность ситуации эстетическая сторона специфики единоборств – их неповторяющаяся многогранность и мно-

гофакторность содержания, что обуславливает особую привлекательность СД в единоборствах с участием единоборцев практически любого уровня квалификации и свидетельствует за *единоборства* в жизни человека вообще и бокса в частности

Все это диктует необходимость концентрации усилий специалистов, направленных на систематизацию знаний в области тактической подготовки боксеров различной квалификации вообще и, в частности, тактической подготовки контратакующего стиля СД

Научная гипотеза. Предполагалось, что разработанный и использованный в процессе исследования триединый (избирательный, целостный и комплексный) подход будет способствовать эффективному формированию и совершенствованию перманентной составляющей тактического мастерства боксеров контратакующего стиля СД

Объект исследования. Тактическая подготовка боксеров

Предмет исследования. Педагогические средства и методы формирования у боксеров умений и навыков контратакующего стиля СД

Для подтверждения гипотезы была поставлена **цель исследования** разработка содержания и направленности тактической подготовки современного боксера контратакующего стиля СД.

Задачи исследования:

- 1 Изучение особенностей тактической организации соревновательной деятельности спортсменов различных видов спорта по данным специальной литературы
- 2 Конкретизация механизмов тактики СД в боксе (контратакующая форма)
- 3 Разработка методики обучения боксера контратакующего стиля СД
- 4 Экспериментальная апробация предлагаемой методики в учебно-тренировочном процессе боксеров разной квалификации

В ходе разработки проблемы использовались следующие **методы исследования:**

1. Теоретический анализ и обобщение источников по проблеме исследования
- 2 Методы опроса (анкетирование, интервью, беседа)
- 3 Тестирования участников экспериментов
- 4 Педагогические наблюдения
- 5 Педагогический эксперимент
- 6 Методы статистической обработки экспериментальных данных

Научная новизна. Разработан и апробирован в практике учебно-тренировочного процесса алгоритм формирования и совершенствования перманентной составляющей тактического мастерства боксеров контратакующего стиля СД

Методологической основой исследования явились

- исследования в сфере теории физической культуры (Н И Пономарев, В М Выдрин, А А. Горелов, Ю Ф Курамшин и др),
- результаты трудов по проблематике организации и управления формами физической культуры (В У Агеевец, И П Волков, С П Евсеев, Ю И Портных, В Г Стрелец, В А Таймазов, В И Григорьев и др),
- накопленные решения задач теоретических и методических положений подготовки боксеров различной квалификации (К В Градополов, А И Булычев, Г О Джероян, С. Н Белоусов, В А Таймазов, А Г. Ширяев, С Е Бакулев и др),

Теоретическая значимость. Систематизированы положения теории и методики тактической подготовки боксеров контратакующего стиля СД, чем усовершенствовано основание теории бокса в целом с выходом на разработку частных методик тактической подготовки боксеров разного уровня квалификации

Практическая значимость. Результаты исследования дополняют практику тактической подготовки боксеров на этапах

- выбора стиля СД,
- установления наличия и структуры качеств, соответствующих выбранному стилю,
- формирование и совершенствование структуры качеств и способностей, необходимых при ведении контратакующего стиля СД – «исполнителей» данного стиля,
- контроль процесса тактической подготовки боксера в выбранном стиле СД

Данный алгоритм движения реализован в практике подготовки боксеров контратакующего стиля СД спортсменов первого года набора и квалифицированных боксеров спортивного клуба «Ринг Югры» г Нижневартовска в экспериментах 2003–2005 гг

Достоверность полученных результатов обеспечивается представительством экспериментального материала на основе опроса специалистов высшей категории (тренеров и спортсменов сборной команды России по боксу), репрезентативностью выборок испытуемых, корректностью методов статистического анализа материала, использованием информативных методов получения экспериментальных данных

Получаемые при работе материалы контролировались в текущем режиме (методом статистического анализа текущих состояний, см эксперимент 2) с целью обоснованного текущего управления процессом

Апробация и внедрение результатов работы. Серия педагогических экспериментов проводилась в форме непрерывной практики учебно-тренировочного процесса с занимающимися спортивного клуба «Ринг Югры» г Нижневартовска с 2003 по 2006 г

В экспериментах участниками экспериментальных подгрупп были боксеры всех возрастных групп юношеского младшего и среднего (начинающие спортсмены 12–13 лет, 9 чел из 22 составили экспериментальную подгруппу), юниорского и взрослого (квалифицированные боксеры от 1-го спорт разряда и выше, от 17 лет, 10 чел) возрастов

Положения, выносимые на защиту

- 1 Состав свойств, качеств, способностей, умений и навыков боксера, необходимо и достаточно обеспечивающих СД боксера контратакующего стиля, конкретизирующих стратегию подхода и методики тактической подготовки спортсмена на этапах начального обучения и спортивного совершенствования
- 2 Алгоритм учебно-тренировочного процесса боксера полагающий последовательное решение задач тактической подготовки
 - а) на этапе начальной подготовки – формированием базовой структуры перманентной составляющей тактического мастерства путем тренировочных воздействий на все ее «исполнители»,
 - б) на этапе совершенствования – целенаправленной коррекцией перманентной составляющей тактического мастерства боксера

Такой алгоритм движения способствует оптимизации процесса тактической (общей и индивидуальной) подготовки боксеров разной квалификации

- 3 Сформированные и апробированные в практике подготовки боксеров различной квалификации тренировочные программы целенаправленных избирательных и целостных воздействий для коррекции структур качеств – «исполнителей» контратакующего стиля СД

Структура и объем диссертации Диссертация состоит из введения, четырех глав, выводов и рекомендаций, списка литературы и шести приложений. Диссертация изложена на 167 с компьютерного текста, включая 12 таблиц. Список литературы насчитывает 215 источников

Работа выполнена в рамках НИР кафедры бокса СПб ГУФК имени П Ф Лесгафта на 2006–2010 гг направление 04, тема 4 19

СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе диссертации (Тактика соревновательной деятельности спортсмена) проведен анализ общих основ и понятия тактики в спорте

Для изучения тактики спортивной деятельности спортсменов ряда видов спорта изучены особенности организации СД в игровых видах (хоккее, футболе, баскетболе, волейболе, гандболе, теннисе и др.), циклических видах спорта (легкой атлетике, плавании, велоспорте), альпинизме и туризме, нетрадиционных видах и формах и др. Данный раздел позволил выделить (заимствовать и использовать в исследовании) несколько принципов и подходов к исследованию темы

Основное содержание главы посвящено анализу тактической подготовки СД единоборцев борцов, фехтовальщиков и, естественно, – боксеров (А И Булычев, 1944, К В Градополов, 1951, Е В Чумаков, 1976, И. П Дегтярев, 1979, М М Казилев, 1979, В Г Оленик, Н Н Каргин, П А Рожков, 1983, Г К Пахтас, 1991, Г М. Морозов, 1992, Х З Гаппаров, 1994, В А Таймазов, 1997, М Г Мамиашвили, 1999, В В Кандратьев, 2000, Б В Иванюженков, 2006 и др.)

Специалистами признается факт высокой вариативности стилей и форм СД единоборцев, еще более возрастающей с ростом их мастерства

Особенно насыщена гипотезами и концепциями теория, методика и практика бокса. Примечательна, в связи с этим, динамика представлений структуры тактики СД боксера в последние десятилетия. Так, Г О Джероян (1970) различал а) тактику отдельных атакующих и контратакующих действий, б) тактику боя и в) тактику турнира. По данным И П Дегтярева (1979) количество критериев оценки тактического мастерства боксера уменьшается до а) планирования боя и б) управления им. В И Филимонов и В Я Русанов (1982) выделяют три основных тактических направления ведения боя: а) тактика искусного боксирования и обыгрывания, б) тактика нокаута и темпа, в) тактика силового давления. Ю Б Никифоров (1987) в структуре тактической подготовленности боксера выделяет шесть составляющих: а) планирование боя, б) осуществление плана ведения боя, в) разведывательные действия, г) ситуативные действия, д) смена тактики боя при необходимости. В А Таймазов (1997) в раздел тактической организации боя включает а) разведку, б) противодействие разведке, в) подавление инициативы соперника, г) усиление боевой бдительности, д) усиление боевой бдительности посредством отвле-

чений, ж) маскировка намерений, з) управление действиями соперника и маневрирование Р Р Камалетдинов (2000) к элементам тактического арсенала боксера относит а) опережение, б) ложное действие, в) финт, г) вызов, д) имитацию агрессии, е) маневренность, ж) разведку

Таким образом, при решении **первой задачи** исследования на основании а) результатов изучения и анализа специальной литературы по теме, б) изучения достоинств и недостатков имеющих место тенденций понимания тактики в спорте вообще и единоборствах в частности, в) методологии и частных методов тактической подготовки спортсменов разных видов спорта следует считать оптимальным на настоящее время представление тактики СД боксера в виде нескольких составляющих (Е М Макаренко, А И Малетин и др 2006)

- 1) перманентной (относительно постоянной), представленной «исполнителями» (способностями, свойствами и качествами спортсмена) относительно постоянного, наиболее свойственного спортсмену типа тактики его СД,
- 2) экстренно-текущей, представленной «исполнителями» тактических решений в оперативном режиме – по ходу соревновательного поединка,
- 3) целенаправленным выбором тактики построения предстоящего боя (в зависимости от особенностей противника) с подбором и стимуляцией соответствующих «исполнителей»

Построением на базе данного представления и результатов исследования, проведенных с боксерами сборной команды России и описанных в главе 3, концепции тактической подготовки современного боксера (конкретизацией механизмов тактики СД в боксе) решена **вторая задача** исследования

Для исследования возможностей реализации концепции в практике выбрана *перманентная* составляющая одного из наиболее свойственных стилей соревновательной деятельности боксеров России - *контратакующего*

Во **второй главе** (Организация и методика исследования) раскрываются организация и содержание основных этапов исследования, описываются средства, методы, формы работы, характеризуется как основная, перманентная составляющая тактического мастерства боксера и ее содержание, предлагаются программы педагогических экспериментов

В **третьей главе** (Исследование основ и структуры тактической подготовки современного боксера контратакующего стиля СД)

предлагается построенная на базе нашего представления тактического мастерства современного боксера концепция методики тактической подготовки спортсменов разной квалификации

Разработанные сообразно нашей концепции *целостный* и *избирательный* подходы предложены в формах методов и методических приемов, направленных на развитие и совершенствование качеств, способностей и свойств боксера, определяющих перманентную составляющую его тактического мастерства, *основными* «исполнителями» которой являются

- антропометрические данные спортсмена (относительно высокие рост и длина конечностей),
- типологические свойства НС (сила, уравновешенность, подвижность нервных процессов),
- волевые качества (целеустремленность, выдержка и самообладание);
- физические качества, проявляемые в СД (скоростные качества - ВР, быстрота боевых действий, реакция на движущийся объект, реакция предугадывания и пр),
- устойчивость сенсомоторных реакций (интегральный показатель стабильности параметров его СД),
- технико-тактический арсенал по Г О Джерояну, С Н Белоусову – это длинные удары, хорошее передвижение, приемы защиты – с использованием рук, соблюдением оптимальной дистанции,
- специализированные чувства (чувства дистанции и времени удара) и др

Разработан и проверен в экспериментах в процессе подготовки алгоритм движения при совершенствовании перманентной составляющей тактического мастерства боксера

- констатация присутствия необходимых и достаточных «исполнителей» контратакующего стиля СД у спортсмена,
- построение структуры качеств с установлением уровня развития (состояния) каждого,
- разработка соответствующих тренировочных программ (ТП) целенаправленных корректив структуры,
- реализация ТП с использованием известных методов воздействия и этапным педагогическим контролем

Таким образом была решена **третья задача** нашего исследования

В **четвертой главе** (Экспериментальное обоснование эффективности вариантов тактической подготовки боксеров разной ква-

лификации) в серии педагогических экспериментов решена **четвертая задача** исследования – *экспериментальная апробация предлагаемой методике в учебно-тренировочном процессе с боксерами разной квалификации*

Серия педагогических экспериментов проводилась в форме непрерывной практики учебно-тренировочного процесса с занимающимися спортивного клуба «Ринг Югры» г Нижневартовска с 2003 по 2006 г.

Исследование особенностей тактической подготовки начинающих боксеров

Эксперимент 1 Тактическая подготовка боксеров набора 2003 г (22 чел , 12 лет)

Главными отличительными характеристиками начинающего боксера, которые могут быть приняты за базовые в становлении и совершенствовании контратакующего стиля СД, являются данные перманентной составляющей его тактического мастерства. Определение присутствия и состояния «исполнителей» контратаки осуществимо путем контроля качеств, способностей и показателей, обеспечивающих этот стиль

Гипотетически было принято, что если величина контрольного показателя какого-то боксера превышает среднюю арифметическую величину данного показателя в экспериментальной выборке, *он относительно более* расположен к освоению контратакующего стиля СД **по этому показателю**. Превышение данных спортсмена средних величин выборки по двум показателям означало, соответственно (вдвое), расположенность его к контратакующей манере боя и т д

На основе логики данного подхода отбирались спортсмены в экспериментальные подгруппы для примера см данные тестирования участников эксперимента 1 – табл 1

Тренировочный процесс боксеров экспериментальной подгруппы включал до 30% времени основной части занятий с назначением – развитие качеств и способностей перманентной составляющей тактической стороны подготовленности (см начало раздела и второй столбец табл 1) Средства и методы развития данных показателей подбирались по принципу «подтягивания» относительно отстающих у каждого спортсмена если у боксера А из 12 контрольных признаков, например, 2 (волевые качества) попадали в число относительно (\bar{X} выборки) низких, то до 30% времени тренировки он выполнял задания волевой подготовки и т п

**Показатели тестирования участников
педагогического эксперимента 1
(15–20.01.04)**

№	Показатели и критерии мастерства	\bar{X}	σ (%)
1	Антропометр данные спортсмена (здесь рост)	143 см	23 (16%)
2	Уравновешенность НС	–	–
3	Волевые качества – целеустремленность, – выдержка и самообладание (баллы)	3,4 балла 3,1 балла	– –
4	Физические качества		
	Время одиночных прямых ударов	время реакции (ВР) общее время реакции (ОВР)	38 (18%) 112 (15%)
5	Устойчивость сенсомоторных реакций ($\Delta = X_{\max} - X_{\min}$) – спец реагирование – по К К Платонову	256 (м/сек) 182 (м/сек)	52 (20%) 28 (15%)
6	Технико-тактический арсенал (кол-во приемов)	4 × 1,5	–
7	Специализированные чувства – чувство дистанции – ЧД (F уд /t уд – кг/м/сек), – чувство времени – ЧВ (действия, в баллах)	0,21 у е 1,3 балла	0,1 (48%) 0,35 (27%)

По результатам тестирования 9 чел (из 22) были включены в экспериментальную подгруппу

До 40% объема (основной части занятий) уделялось работе в контратакующей форме ответной и встречной. При этом задания ставились простые (например, ответная контратака прямым левой в голову или туловище), но требования к отработке предъявлялись до максимально лучшего эффекта (по качеству и оптимальному согласованию временных параметров ударов партнеров)

«Представители стиля ответной контратаки используют преимущественно прямые и длинные боковые удары» (Н А Худадов, В Н Клещев, В С Ишков, 1985). Учитывая это и собственный опыт к технической стороне подготовки начинающих спортсменов – будущих боксеров контратакующего стиля СД – были отнесены повышенные объемы заданий на отработку техники ударов дальней дистанции

- прямые удары в голову и туловище на месте,
- прямые удары в голову и туловище в движении вперед,

- прямые удары в голову и туловище в движении назад,
- прямые удары в голову и туловище в движении в стороны,
- длинные боковые удары в движении

К тактической (подготовке) были отнесены доступные контингенту занимающихся задания контратакующей формы СД

- все удары в ответной форме,
- несложные встречные (в туловище)

В целях конкретной концентрации внимания и систематичности подачи и усвоения учебного материала задачи каждого занятия формулировались однонаправленные – например, контрприемы против прямого левой в голову или контрработа с отступающим соперником и пр в различных сочетаниях и последовательности выполнения

В остальное время основной части занятий решались задачи технической, соревновательной, специальной психической сторон подготовки и др

Контроль состояния и динамики показателей тактической подготовленности боксеров эксперимента осуществлялся по данным собеседований, результатам специального тестирования и экспертных оценок СД спортсменов в условных и спарринговых боях (в качестве экспертов выступали квалифицированные боксеры школы)

В этапной форме осуществлялось тестирование участников эксперимента по критериям перманентной составляющей (табл 2)

Сравнительный анализ результатов тестирования занимающихся экспериментальной подгруппы отражает естественный прогресс практически по всем критериям. Изменения величин показателей невелики, но их наличие по всем контрольным признакам очевидно (см табл 2 сравнительно с табл 1)

Вместе с тем следует отметить факт уменьшения большей части величин стандартных отклонений (σ), что очевидно свидетельствует о снижении разброса тестируемых показателей – признак стабилизации характеристик специальной подготовленности среднего спортсмена экспериментальной группы, то есть – один из наиболее **информативных показателей мастерства** спортсмена любой квалификации

Спортивные результаты боксеров экспериментальной подгруппы сравнимы с боксерами контрольной группы в целом спортсмены провели за контролируемые полгода 6–8 боев с разными результатами и не особо заметными тактическими наклонностями в соревновательных боях

К результатам, положительно характеризующим организацию и содержание эксперимента следует добавить факты 100% посе-

щаемости боксерами экспериментальной группы занятий и их в целом отношение к учебно-тренировочному процессу и специфике бокса вообще, что можно отнести к решению воспитательных задач процесса

Таблица 2

Данные 2-го тестирования испытуемых педагогического эксперимента 1 (10–15.06.04).

№	Показатели и критерии мастерства	\bar{X}	$\sigma (V)$
1	Антропометрические данные	147 /147	23/23 (16%)
2	НС – интроверсия – нейротизм	8 баллов 7 баллов	1,2 (15%) 1,8 (26%)
3	Волевые качества – целеустремленность, – выдержка и самообладание	3,7/3,7 3,2 /3,4	– –
4	ВР ОВР	201 м/сек/201 622 м/сек/615	36/33–18%/16% 96/84–15%/14%
5	– спец – по К К Платонову	206 м/сек/196 165 м/сек/151	44/41–21%/21% 26/25–16%/17%
6	Технико-тактический арсенал	4 × 1,5 +	--
7	Специализированные чувства – ЧД – ЧВ	0,23/22 1,6/1,8	0,082/0,083– 36%/38% 0,31/0,31 19%/17%

Примечание: в числителях дробей средние значения показателей группы, в знаменателях – экспериментальной подгруппы

Особенности тактической подготовки квалифицированных боксеров

Педагогический эксперимент 2 Индивидуальная тактическая подготовка квалифицированных спортсменов.

Эксперимент с занимающимися спортивного клуба «Ринг Югры» г Нижневартовска, сентябрь 2004 – июнь 2005 г

Данный эксперимент проводился с 10 квалифицированными боксерами (от 1-го спорт разряда и выше, возраст от 17 лет, стаж

занятий – от 4 лет и больше) спортклуба «Ринг Югры» в течение 2004–2005 учебного года, по причине чего существенно отличался и по организации, и по содержанию от работы с начинающими спортсменами

Экспериментальную подгруппу составили отобранные и многократно проверенные в соревнованиях боксеры контратакующего стиля СД Их психомоторика и технико-тактический арсенал соответствовали требованиям бойца контратакующего стиля.

После известного срока работы (изучения специальной литературы, собеседований со специалистами и т п) мы пришли к выводу, что данные решения следует искать и находить в дозах и направленности подходов – *избирательного и целостного* порядков, которые следует обоснованно и умело дозировать и сочетать в практике учебно-тренировочного процесса

Учебно-тренировочный процесс в экспериментальной группе

Текущий контроль «исполнителей» (качеств и способностей, обеспечивающих контратакующий стиль СД) тактических решений позволил определить отстающих из них, что указало на один из путей совершенствования тактического мастерства спортсменов

В частности, на начало учебного года в экспериментальной группе по данным обследований наблюдалось известное отставание относительно среднего уровня в специализированных чувствах (шесть спортсменов) и волевых качествах (четыре боксера)

Методики и методические приемы работы над данными показателями, которые рекомендованы спортсменам экспериментальной подгруппы, предложены в диссертации это средства и методы *избирательного* подхода, они приведены в разделе 3 1 , § 2

Испытуемым экспериментальной подгруппы рекомендовались и использовались в тренировочном процессе задания индивидуального совершенствования – с использованием *целостного* (интегрального) метода

- вооружение составляющими тактической подготовленности сообразно индивидуальным особенностям,
- соответствующее пополнение технико-тактического арсенала,
- совершенствование техники контратакующих и подготавливающих их действий,
- совершенствование техники передвижения на рабочей дистанции и др

Динамика контрольных показателей квалифицированных боксеров

Результаты контрольных обследований боксеров экспериментальной подгруппы, как сравнительно начально-конечных, так и текущего (этапного раз в месяц, табл 3), свидетельствуют о рациональности организации их тактической подготовки. Это отражает динамика «исполнителей» перманентной составляющей тактической подготовленности боксеров, а также их спортивные результаты.

Таблица 3

Данные тестирования испытуемых педагогического эксперимента 2 (10.04–04.05)

№ показателей	Сентябрь 2004 г. \bar{X} (σ, ν)	Нояб \bar{X}	Дек \bar{X}	Янв. \bar{X}	Фев \bar{X}	Март \bar{X}	Июнь 2005 г. \bar{X} (σ, ν)
1 Рост	157 см (32,20%)	157	158	158	160	161	162 (28, 17%)
2 НС – интр – нейр	10 (1,3, 10%) 5 (0,7, 14%)	10 5	10 5	10 5	10 5	10 4	10 (0,8, 8%) 4 (0,5, 13%)
3 ВК – целеус – выдер	4,6 б (1,2, 26%) 4,2 б (1,0, 24%)	4,6 4,3	4,6 4,3	4,7 4,4	4,7 4,5	4,7 4,5	5,1 (1,4, 27%) 4,6 (1,0, 22%)
4 ВР ОВР	168 м/сек (21, 13%) 643 м/сек (86, 13%)	169 640	165 641	162 640	161 630	157 625	155 (33, 21%) 622 (101, 16%)
5 Уст р – спец – плат	167м/сек(21, 13%) 124м/сек(18, 15%)	165 122	165 122	163 121	160 120	158 120	156 м/сек (32, 21%) 112 м/сек (22, 20%)
6 ТГА	4 × 1,5	+инд	+инд	+инд	+инд	+ инд	+ инд
7 Спец ЧД ЧВ	0,28 (0,08, 29%) 1,9 (0,7, 37%)	0,29 1,9	0,29 2,0	0,31 1,9	0,33 2,1	0,35 2,2	0,35 (0,02, 6%) 2,3 (0,33, 14%)

Аналогично результатам педагогического контроля эксперимента 1 данные обследований испытуемых этого эксперимента замет-

но возросли по всем критериям. Особо удовлетворительна положительная динамика характеристик разброса показателей (σ)

Последнее указывает на факт устойчивого, целенаправленного роста показателей тактического мастерства боксеров экспериментальной подгруппы, о чем свидетельствуют и их спортивные результаты

Положенная в основу тактической подготовки участников эксперимента концепция послужила теоретической базой научного подхода к организации процесса тактической подготовки квалифицированных боксеров

Ее реализация в практике процесса заключалась в последовательном выполнении главного положения идеи – согласованном дозировании целевых целостных и избирательных тренировочных воздействий соответственно индивидуальным особенностям боксера

Результаты педагогического контроля процесса подготовки боксеров подтвердили верность сформулированной в работе гипотезы о возможности примененного в практике учебно-тренировочного процесса подхода к тактической подготовке боксера контратакующего стиля СД

ВЫВОДЫ

- 1 Учитывая определяющее влияние тактики любого рода деятельности человека на ее конечный результат, следует считать актуальным накопление и систематизацию главных правил и основных положений организации данной деятельности

Для исследования тактики соревновательной деятельности (СД) спортсменов различных видов спорта изучены особенности организации СД в спортивных играх (хоккее, футболе, баскетболе, волейболе, гандболе, теннисе и др.), циклических видах спорта (легкой атлетике, плавании, велоспорте), альпинизме и туризме, нетрадиционных видах и формах и др. Это направление исследования способствовало выделению ряда принципов и подходов к исследованию темы

- 2 Следует считать оптимальным на настоящее время представление тактики СД боксера в виде нескольких составляющих
 - а) перманентной (относительно постоянной), представленной «исполнителями» (способностями, свойствами и качествами спортсмена) относительно постоянного, наиболее свойственного спортсмену типа тактики его СД,
 - б) экстренно-текущей, представленной «исполнителями» тактических решений в оперативном режиме – по ходу соревновательного поединка,
 - в) целенаправленным выбором тактики построения предстоящего боя (в зависимости от особенностей противника) с подбором и стимуляцией соответствующих «исполнителей»
- 3 На основании изучения специальной литературы, опроса специалистов, исследования опыта различных школ бокса страны и мира синтезирован набор свойств, качеств, способностей, умений и навыков боксеров, участвующих в обеспечении контрастающего стиля СД – «исполнителей» перманентной составляющей стиля
 - антропометрические данные спортсмена (относительно высокие рост и длина конечностей),
 - типологические свойства НС (сила, уравновешенность, подвижность нервных процессов),
 - волевые качества (целеустремленность, выдержка и самообладание),

- физические качества, проявляемые в СД (скоростные качества - ВР, быстрота боевых действий, реакция на движущийся объект, реакция предугадывания и пр),
- устойчивость сенсомоторных реакций (интегральный показатель стабильности параметров его СД),
- технико-тактический арсенал по Г О Джерояну, С Н Белоусову – это длинные удары, хорошее передвижение, приемы защиты с использованием рук и дистанцией,
- специализированные чувства (чувства дистанции и времени удара) и др

4 Сформулированная в исследовании концепция совершенствования перманентной составляющей тактического мастерства боксера полагает следующий алгоритм движения

- 1) установление наличия необходимых и достаточных «исполнителей» контратакующего стиля СД у спортсмена,
- 2) построение структуры качеств с установлением уровня развития (состояния) каждого,
- 3) разработка соответствующих тренировочных программ (ТП) целенаправленных корректив структуры,
- 4) реализация ТП с использованием известных методов воздействия и этапным контролем изменений

В практике это – *оптимальная методика подготовки боксера контратакующего стиля* на основе возможно полного учета и использования его индивидуальных особенностей

5 Концепция и подход апробированы в серии педагогических экспериментов с участием боксеров разной квалификации

Из всех боксеров потока в экспериментальные подгруппы отбирались юные спортсмены по результатам

- а) собеседований,
- б) специального тестирования,
- в) экспертных оценок СД,

а также выбравшие самостоятельно контратакующий стиль СД

Так, в педагогических экспериментах исследования участниками экспериментальных подгрупп были боксеры всех возрастных групп юношеского (начинающие спортсмены 12–13 лет, 9 чел из 22 составили экспериментальную подгруппу), юниорского и взрослого (квалифицированные боксеры от 1-го спорт разряда и выше, от 17 лет, 10 чел) возрастов

6 Содержание заданий тактической подготовки определялось техническим арсеналом каждого спортсмена экспериментальных подгрупп и его индивидуальными особенностями. Принципами отбора и применения тренировочных средств и методов служили

- а) в работе с начинающими боксерами – вооружение всем объемом умений и навыков контратакующего стиля СД с преимущественным использованием избирательного метода тренировочных воздействий, направленного на развитие относительно отстающих показателей тактической подготовленности,
 - б) в работе с квалифицированными боксерами – сочетание целостного и избирательного подходов в формировании и коррекциях *индивидуальных* структур качеств и способностей – «исполнителей» контратакующего стиля СД
- 7 Результаты экспериментов (динамика контрольных показателей, спортивные результаты испытуемых и данные этапного контроля их успехов в овладении стиля) положительно подтвердили концепцию исследования ростом и стабилизацией критериев «исполнителей» (см вывод 3)

РЕКОМЕНДАЦИИ

- 1 Сложности тактической подготовки начинающих боксеров допустимо снизить, если использовать в целях избирательных воздействий средства ОФП. Это возможно даже на этапе предварительной подготовки
2. На этапе начальной подготовки следует использовать преимущественно *избирательный метод*, применение которого нужно подчинить принципу превалирующего внимания и развития относительно отстающих показателей
- 3 Тактическая подготовка квалифицированных боксеров полагает использование преимущественно *целостного подхода с избирательным* при наличии индивидуальных особенностей в структуре тактически важных качеств и способностей
- 4 В целях управления тактической подготовкой боксера целесообразно рекомендовать этапную, текущую и оперативную формы контроля комплекса «исполнителей» перманентной составляющей контратакующего стиля СД, а также разнообразные варианты контроля экспертов и самоконтроля участников тренировочного процесса

СПИСОК РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

- 1 Макаренко Е М , Малетин А И Проблематика тактики соревновательной деятельности в спорте / Макаренко Е М , Малетин А И // Мат итог науч – практ конф СПбГУФК им П Ф Лесгафта за 2005 г ПИО СПбГУФК, 2006 – С 28
- 2 Макаренко Е М , Малетин А И Основы методики тактической подготовки современного боксера / Макаренко Е М , Малетин А И // Мат итог науч-практ конф СПбГУФК им П Ф Лесгафта за 2005 г. ПИО СПбГУФК, 2006 – С 28–29.
- 3 Макаренко Е М , Малетин А И К методике тактической подготовки начинающего боксера / Макаренко Е М , Малетин А И // Мат итог научно-практ конф СПбГУФК им П Ф Лесгафта за 2005 г ПИО СПбГУФК, 2006 – С 60–61
- 4 Макаренко Е М , Малетин А И Принцип индивидуализации в технико-тактической подготовке юных боксеров / Макаренко Е М , Малетин А И // Мат всерос науч-пр конф «105 лет ФКиС в СПбГУ», изд СПбГУ, 2006 ISBN 5–288–04117–2 – С 62–63
- 5 Макаренко Е М К методике тактической «переподготовки» квалифицированного боксера / Макаренко Е М, Малетин А И , Подчищалов В А // Мат 55-й межвуз конф СПб ИЦ СПбГМТУ, 2006 ISBN 5–88909–376–8 – С 157–158
- 6 Макаренко Е М О тактике соревновательной деятельности спортсмена / Ширяев А Г , Бакулев С Е , Макаренко Е М , Малетин А И , Кузьмин О П // Научно-теоретич. журнал «Ученые записки Университета им П Ф Лесгафта» (Вып 21 – 2006 г) – С 89–100

Материалы по ряду вопросов темы диссертационного исследования доложены на итоговых научно-практических конференциях СПбГУФК имени П Ф Лесгафта 2005–2006 гг , Всероссийской научно-практической конференции «105 лет ФК и С в СПбГУ 2006 г , научно-практических конференциях образовательных учреждений Ханты-Мансийского автономного округа 2004–2006 гг , научных конференциях кафедры физического воспитания НГГУ последнего десятилетия

По материалам обследований спортсменов сборной команды России неоднократно делались доклады и сообщения тренерскому составу команды с рекомендациями по планированию и коррекции средств и методов тактической подготовки боксеров

Подписано в печать 15 10 2007
Формат 60×90¹/₁₆ Печать офсетная Бумага офсетная
Усл печ л 1,5 Тираж 130

Отпечатано в издательско-полиграфическом
комплексе «Олимп»
190068, СПб , Никольская пл , д 1 А