

## Особенности атакующих действий высококвалифицированных женщин-боксеров

*Национальный университет физического воспитания и спорта Украины (г. Киев)*

**Постановка научной проблемы и её значение.** На основании показателей, реализующих соревновательную деятельность, многие ученые математически рассчитывали коэффициенты атакующих и защитных действий, позволяющих оценивать соревновательный бой [1; 3]. Зная величины указанных коэффициентов и сравнивая их с такими же показателями других спортсменов или со средними показателями группы боксеров такого же класса и массы тела, можно выявить сильные и слабые стороны и определить соответствующие коррективы в тренировочный процесс. Подсчитывая число ударов и защит разных видов, а также определяя их эффективность, можно выявить некоторые особенности индивидуальной манеры ведения боя, а также находить погрешности в отдельных боевых действиях [2], при этом фиксируя различные боевые действия (например атакующие, встречные и ответные удары или защиты с помощью рук, ног, туловища). По числу таких действий можно количественно определить, какая форма боя характерна для ведущих боксеров мира, страны или отдельного спортсмена. Например, если преобладают атакующие удары, соответственно, боксер больше склонен к манере проведения боя в стиле боксера-темповика. Вычисляя коэффициенты эффективности атакующих, ответных и встречных ударов, можно объективно оценить их результативность и наметить пути совершенствования [1; 4].

В теории и методике мужского бокса установлена четкая концепция изучения закономерностей соревновательной деятельности, разработаны модели наиболее оптимальных действий спортсменов в ринге, но результаты экспериментальных и теоретических исследований по данной проблеме в женском боксе немногочисленны и трудно поддаются систематизации из-за разных целей, задач и методов этих исследований, что снижает ценность полученных научных данных и затрудняет их применение в процессе спортивной подготовки.

На основании вышеизложенного нами сформирована цель нашей работы.

**Задача работы** – изучить особенности атакующих действий высококвалифицированных женщин-боксеров на основе количественного анализа поединков.

**Методы и организация исследований.** Нами использовались следующие методы исследований: анализ и обобщение данных научно-методической литературы, видеосъемка, анализ соревновательной деятельности на основе видеоматериалов боксерских поединков, методы математической статистики.

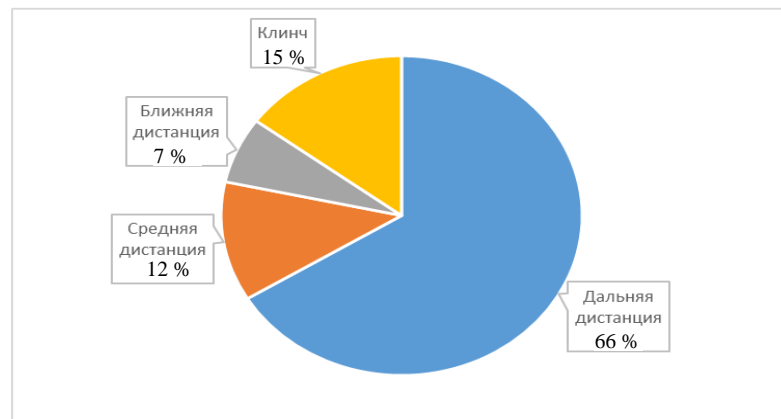
В исследованиях приняли участие 25 высококвалифицированных женщин-боксеров. Всего проанализировано 22 поединка как на всеукраинских, так и на международных соревнованиях.

**Изложение основного материала и обоснование полученных результатов исследования.** Анализ соревновательной деятельности в боксе (как в мужском, так и в женском) показывает, что в основе выявления победителя находятся атакующие действия спортсменов: факт удара, беспрепятственно дошедшего до цели. Другие показатели, влияющие на определение победителя в бою (например технические и тактические действия боксеров), не влияют в значительной мере на результат поединка.

Таким образом, атакующие действия спортсменок являются одним из основных факторов, влияющих на исход поединка.

Вместе с тем на атакующие действия женщин-боксеров влияет ряд факторов, одним из которых является дистанция ведения боя. Поэтому перед непосредственным анализом атакующих действий спортсменок нами проведен анализ дистанции ведения поединка. Полученные данные представлены на рис. 1.

Мы видим, что практически две трети поединка 66,3 % времени боя спортсменки находятся на дальней дистанции, 12,1 % – на средней, всего лишь 6,7 % – на ближней и 14,9 % – в клинче. Следует отметить, что, находясь на ближней дистанции в бою, спортсменки практически не проводят атакующих действий (либо клинчуют, либо их разводят рефери в ринге).



**Рис. 1.** Распределене времени нахождения высококвалифицированных женщин-боксеров на разных дистанциях на протяжении поединка

Проведя анализ атакующих действий высококвалифицированных женщин-боксеров (данные представлены в табл. 1), мы можем констатировать, что спортсменки наиболее часто используют прямые удары, которые составляют 89,7 % от общего их количества. Боковые удары составляют 6,3 %, а удары снизу – только 4 %.

Таблица 1

**Количественные показатели ударных действий высококвалифицированных женщин-боксеров (n=25)**

Показатель	x	S	V, %
Коэффициент эффективности ударов	<b>0,2</b>	0,03	15,0
Среднее количество ударов в минуту, уд/мин	<b>7,6</b>	0,12	1,58
Среднее время, приходящееся на один удар, с	<b>7,89</b>	0,84	10,65
Количество прямых ударов	<b>69,8</b>	7,2	10,32
Количество боковых ударов	<b>4,2</b>	0,86	20,48
Количество ударов снизу	<b>3,1</b>	0,42	13,55
Общее количество ударов	<b>78,3</b>	8,91	11,38
Коэффициент эффективности ударов:			
– на дальней дистанции	<b>0,18</b>	0,04	22,22
– на средней дистанции	<b>0,21</b>	0,04	19,05
– на ближней дистанции	<b>0,22</b>	0,03	13,64

Такое распределение ударных действий согласуется с тем, что большую часть поединка спортсменки проводят на дальней и средней дистанциях. Общее количество ударов за поединок составило в среднем 78,3 при этом время, приходящееся на один удар, составило 7,89 секунды, а количество ударов в минуту – 7,6.

Наиболее важным показателем является коэффициент эффективности ударов (отношение количества ударов, которые достигли цели, к общему их количеству), данный показатель составил 0,2, то есть только каждый пятый удар достигает цели. Это связано с правильно выбранным временем, точностью нанесения удара и реакцией соперницы на атакующие действия.

В женском боксе поединок состоит из четырех раундов длительностью по 2 мин. Нами проанализировано распределение ударов по раундам. Динамика ударов на протяжении боя представлена на рис. 2.

Такое распределение атакующих действий обуславливается тактической схемой боя, которая является наиболее распространенной. В первом раунде соперницы обычно ставят перед собой задачу выявить сильные и слабые стороны соперника и построить оптимальную тактику ведения боя, для чего наносят значительное количество ударов. Во втором и третьем раундах – меньшее количество ударов с большей точностью. В четвертом раунде количество ударов опять увеличивается, это связано с тем, что в последнем раунде спортсменки стараются нарастить темп поединка и одержать уверенную победу. По мере повышения уровня утомления спортсменки пытаются компенсировать снижение точности ударов, увеличивая их количество.

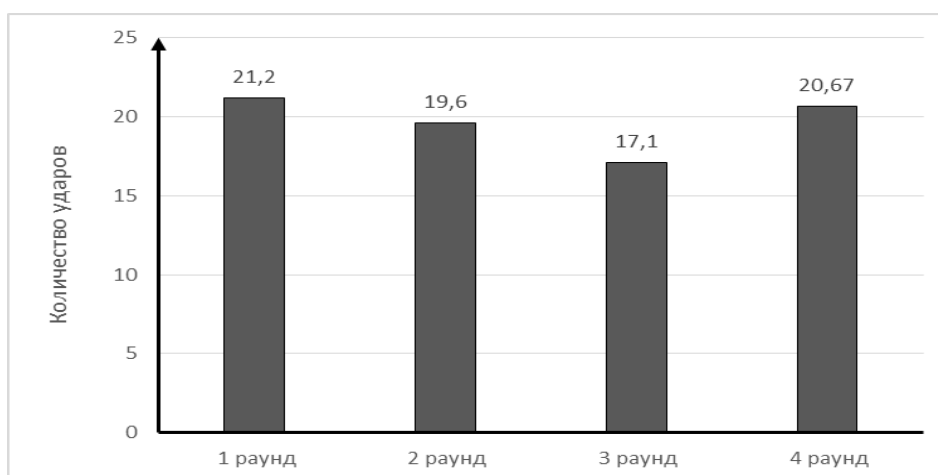


Рис. 2. Динамика ударов на протяженні боя

**Выводы.** Анализ специальной литературы показал, что соревновательная деятельность женщин-боксеров недостаточно исследована и требует изучения различных параметров, а именно: коэффициентов эффективности атаки и защиты, плотности соревновательного боя, количества ударов, дошедших и не дошедших до цели, нахождения спортсменов в разных дистанциях боя. Вышеперечисленные параметры дадут возможность сопоставить показатели действий спортсменок и на их основе разработать модельные характеристики.

Анализ соревновательной деятельности высококвалифицированных женщин-боксеров позволил определить, что 66,3 % времени боя спортсменки боксируют на дальней дистанции, чем обусловлены основные показатели действий спортсменок на протяжении боя. Установлено, что в объеме атакующих действий прямые удары составляют – 89,7 %, боковые – 6,3 %, удары снизу – 4 %.

Динамика атакующих действий на протяжении боя у высококвалифицированных женщин-боксеров практически полностью соответствует одной из наиболее оптимальных тактических схем.

**Перспективы дальнейших исследований** связаны с определением взаимосвязей между показателями соревновательной деятельности и функциональной подготовленности спортсменок.

#### Источники и литература

1. Лисицын В. В. Специфика технико-тактической подготовки женщин-боксеров высокого класса / В. В. Лисицын. – М. : ЛЕНАНД, 2014. – 352 с.
2. Лисицын В. В. Школа бокса как основа технико-тактической подготовки женщин-боксеров / В. В. Лисицын // Ученые записки ун-та им. П. Ф. Лесгафта. – 2013. – № 9 (108). – С. 94–104.
3. Меркулова Р. А. О взаимосвязи функционального состояния и спортивных результатов боксеров высокого класса / Р. А. Меркулова // Всесоюзная конференция XIX. Спортивная медицина и управление тренировочным процессом. – М., 1978. – С. 57–58.
4. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. – Киев : Олимп. лит., 1997. – 583 с.

#### Аннотации

*В теории и методике женского бокса не выявлена четкая концепция изучения закономерностей соревновательной деятельности, не разработаны модели наиболее оптимальных действий спортсменок в ринге, результаты экспериментальных и теоретических исследований по данной проблеме в женском боксе немногочисленны и трудно поддаются систематизации. Задача работы – изучить особенности атакующих действий высококвалифицированных женщин-боксеров на основе количественного анализа поединков. Получены данные о количественных показателях атакующих действий спортсменок: о количестве и видах ударов, коэффициентах эффективности ударов. Проанализирована динамика распределения атакующих действий в течении боя. Она у высококвалифицированных женщин-боксеров практически полностью соответствуют одной из наиболее оптимальных тактических схем.*

**Ключевые слова:** женский бокс, атакующие действия, коэффициент эффективности ударов.

**Гасанова Саїда. Особливості атакуючих дій висококваліфікованих жінок-боксерів.** У теорії та методиці жіночого боксу не виявлено чіткої концепції вивчення закономірностей змагальної діяльності, не розроблено моделі найбільш оптимальних дій спортсменок у ринзі, результати експериментальних і теоретичних досліджень із цієї проблеми в жіночому боксі нечисленні й важко піддаються систематизації. Завдання

роботи – вивчити особливості атакуючих дій висококваліфікованих жінок-боксерів на основі кількісного аналізу поєдинків. Отримано дані про кількісні показники атакуючих дій спортсменок: про кількість і види ударів, коефіцієнти ефективності ударів. Проаналізовано динаміку розподілу атакуючих дій у перебігу бою. Вона практично повністю відповідає одній із найбільш оптимальних тактичних схем.

**Ключові слова:** жіночий бокс, атакуючі дії, коефіцієнт ефективності ударів.

***Saida Gasanova. Peculiarities of Offensive Actions of Highly Qualified Female Boxers.*** *The theory and methodology of female boxing has not revealed a clear concept of studying of regularities of competitive activity, it was not developed the models of the most optimal actions of female athletes in the ring, the results of experimental and theoretical studies on the issue in female boxing are not numerous and difficult to systematize. The objective of the work is to study the peculiarities of offensive actions of highly qualified female boxers on the basis of quantitative analysis of matches. It was obtained the data on quantitative indices of offensive action of athletes: number and types of blows, effectiveness coefficient of blows. It was analyzed the dynamics of distribution of offensive actions during a combat. Dynamics of offensive actions during a combat among highly qualified female boxers practically always corresponds with one of the most optimal tactical schemes.*

**Key words:** female boxing, attacking actions, effectiveness coefficient of blows.