
УДК 796.853.23
ББК 75.715.8
С 92

Ю.М. Схаляхо

Кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой теории и методики борьбы, бокса и тяжелой атлетики Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма; р.т. 8(861) 255-35-17.

ПРОМЕЖУТОЧНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ В БОРЬБЕ ДЗЮДО КАК ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ КАТЕГОРИЯ ВНЕЗАПНОСТИ В ДОСТИЖЕНИИ СПОРТИВНОГО УСПЕХА

(Рецензирована)

Аннотация. Незаконченность классификаций техники различных видов борьбы провоцирует внимание к изучению и отработке технико-тактических действий в промежуточных между стойкой и партером положениях. Во всех видах борьбы имеются промежуточные положения, которые могут с успехом быть использованы для действий, приводящих к выигрышу, за счет преследования противника или за счет сведения в положение лежа в момент броска. Это значительно обедняет технический арсенал борцов, снижает динамику борьбы и требует внедрения методики овладения действиями в промежуточных положениях. В целях поиска резервов повышения результативности дзюдо в модельном эксперименте с привлечением нескольких пар дзюдоистов с квалификацией не ниже кандидата в мастера была опробована возможность реализации оцениваемых технических действий в разделах борьбы полустоя и полулежа (в переходных положениях). В естественном педагогическом эксперименте, в котором участвовали контрольная и экспериментальная группы по 12 человек борцов 2-го года учебно-тренировочного этапа подготовок, была апробирована эффективность изучения и реализации техники борьбы в переходных положениях борьбы дзюдо, усвоенных в ходе полугодовой подготовки с включением ее после изучения борьбы стоя. В результате обработки получены данные, свидетельствующие о статистически достоверном преимуществе участников экспериментальной группы по всем технико-тактическим показателям. Включение в программу учебно-тренировочного этапа подготовки изучения технико-тактических действий в промежуточных положениях (в разделе борьбы полустоя и полулежа) значительно повышает результативность дзюдо.

Ключевые слова: модель деятельности, технический арсенал борцов, разделы дзюдо, промежуточные положения, программа учебно-тренировочного этапа.

Yu.M. Skhalyakho

Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Head of Department of the Theory and Technique of Wrestling, Boxing and Weightlifting, the Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism; ph. 8 (861) 255-35-17.

INTERMEDIATE POSITIONS IN JUDO AS A TECHNICAL AND TACTICAL CATEGORY OF SUDDENNESS IN ACHIEVEMENT OF SPORT SUCCESS

Abstract. Incompleteness of techniques classifications of different types of fight attracts attention to studying and mastering technical and tactical actions in intermediate positions between the stand and parterre. In all types of fight there are intermediate positions which can be used with success for the actions leading to a prize, at the expense of pursuit of the opponent or at the expense of data in a prone position at the moment of a throw. It considerably impoverishes a technical arsenal of fighters, reduces dynamics of fight and

demands introduction of a technique of mastering by actions in intermediate positions. With a view of search for reserves of increasing productivity of a judo in modeling experiment, with attraction of several pairs of judoists with qualification not below the candidate for the master, a possibility of realization of estimated technical actions in sections of fight of a half-standing and semi-lying (in transitional positions) was tested. The natural pedagogical experiment was carried out in which control and experimental groups participated consisting of 12 fighters of the 2nd year of education. In this experiment, efficiency was approved of studying and realization of fight techniques in transitional positions of fight of the judo acquired during semi-annual training with its inclusion after studying fight standing. As a result of processing, data were obtained testifying to statistically authentic advantage of participants of experimental group according to all technical and tactical indicators. Inclusion of studying technical and tactical actions in intermediate positions (in the section of fight of a half-standing and semi-lying) in the program of an educational and training stage of preparation considerably increases productivity of a judo.

Keywords: activity model, technical arsenal of fighters, judo sections, intermediate positions, program of an educational and training stage.

В имеющиеся классификации технических действий в греко-римской и вольной борьбе [1, 2, 3, 4] техника борьбы представлена в двух основных разделах: в положении стоя и в партере. Это естественно потому, что положение лежа на спине является проигрышным, а положение «моста» не представляет интереса с точки зрения техники.

В борьбе дзюдо и самбо [5, 6, 7, 8, 9, 10] основными разделами считаются борьба в положении стоя и лежа, поскольку в положении на спине борьба продолжается. Борьба в партере не выделена в отдельный раздел, в то время как имеется значительное число техни-

ческих действий, приводящих к выигрышу.

В то же время во всех видах борьбы имеются промежуточные положения, которые могут с успехом быть использованы для действий, приводящих к выигрышу, за счет преследования противника или за счет сведения в положение лежа в момент броска [11]. К ним относятся положения, когда:

— один борец стоит, а другой находится перед ним на одном или на двух коленях при сохранении между ними связи за счет захватов или обхватов;

— один борец стоит, а другой лежит на животе или на спине, но с сохранением захватов за руки (схема 1).

Схема 1.

Классификация техники борьбы до уровня подразделов по Ю. А. Шулике (1993), в трансформации для дзюдо по Ю.М. Схаляхо (2010)

Разделы борьбы		Подразделы борьбы
Стоя		1. Броски 2. Сбивания (переводы) 3. Контрброски 4. Контрсбивания
Полустоя		1. Полуброски 2. Полусбивания 3. Броски снизу 4. Сбивания снизу
Полулёжа		1. Перекатывания 2. Броски лежа 3. Сбивания лежа

Разделы борьбы		Подразделы борьбы
В партере		1. Перебрасывания (броски в партере) 2. Перевороты 3. Сбрасывания 4. Болевые приемы на руку 5. Удушения
Лёжа		1. Дожимы 2. Перекаты снизу 3. Болевые приемы на руку 4. Удушения

В целях поиска резервов повышения результативности дзюдо в модельном эксперименте с привлечением нескольких пар дзюдоистов с квалификацией не ниже кандидата в мастера была опробована возможность реализации оцениваемых технических действий в разделах борьбы полустоя и полулежа (в переходных положениях), отсутствующих в учебных пособиях и программах по дзюдо [12, 13].

Программа модельного эксперимента была основана на перечне техники,

соответствующей Единой классификации технических действий в спортивной борьбе по биомеханическим признакам, с коррекцией, связанной с правилами соревнований по дзюдо [14, 15].

Каждый борец в паре пытался выполнить по 10 попыток каждого варианта приемов. Варианты приемов, получившие большее число положительных оценок, были включены в программу дополнительного изучения техники в переходных положениях (рис.1-10).

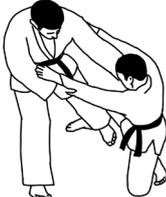
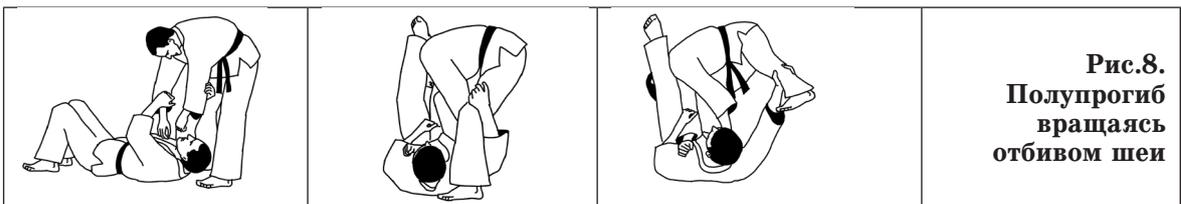
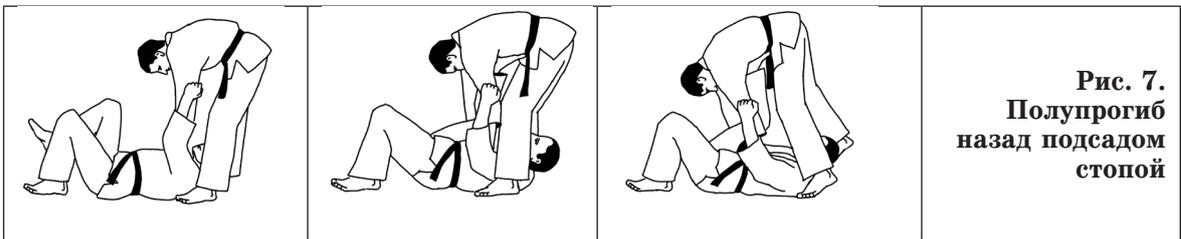
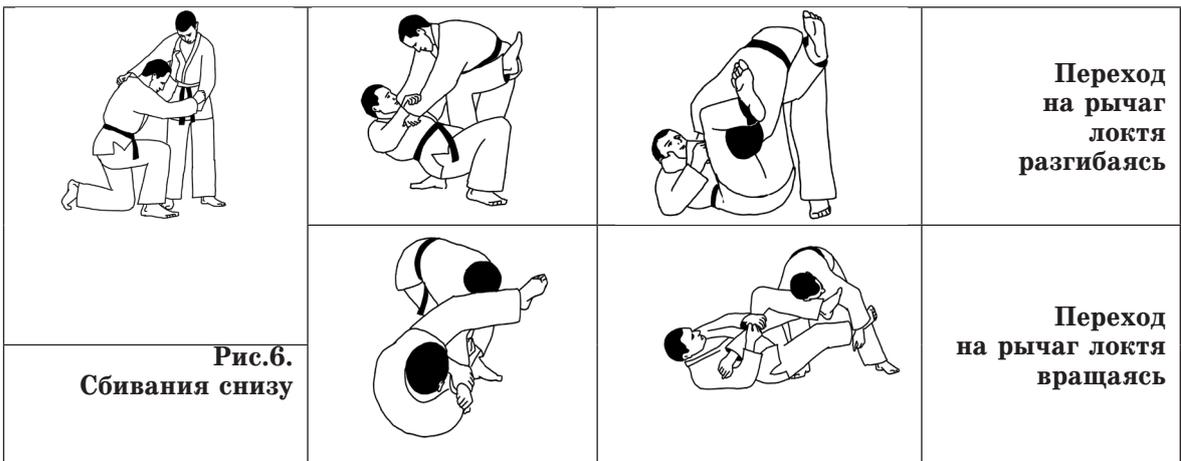
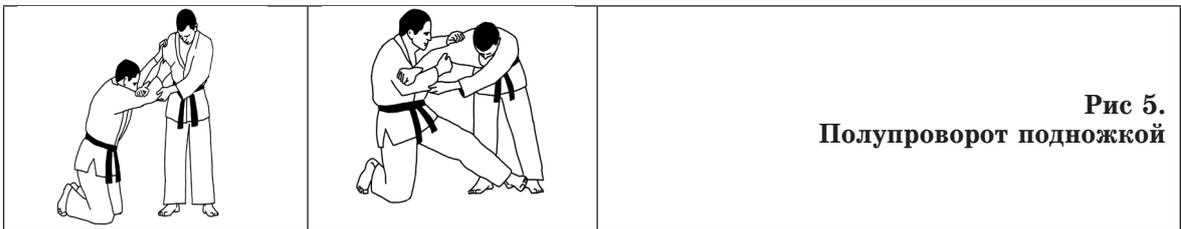
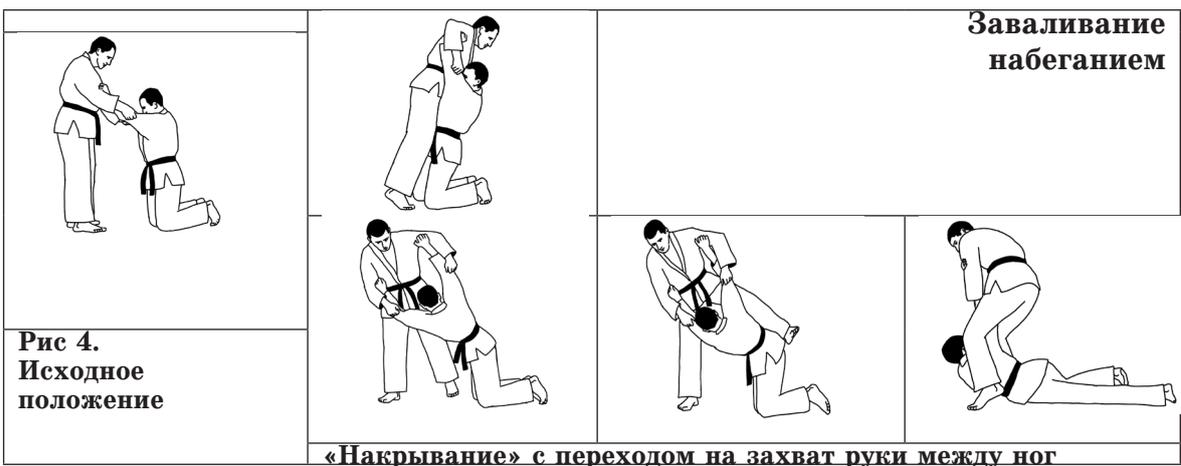
			Рис 1. Разноименное взаимное положение
Исходное положение	Полуподворот отбивом вправо-вперед	Полузапрокидывание зацепом влево-назад	

			Рис 2. Одноименное взаимное положение
Исходное положение	Полупрогиб отбивом влево-вперед	Полунаклон отхватом вправо-назад	

			Рис 3. Переход на рычаг локтя захватом руки между ног



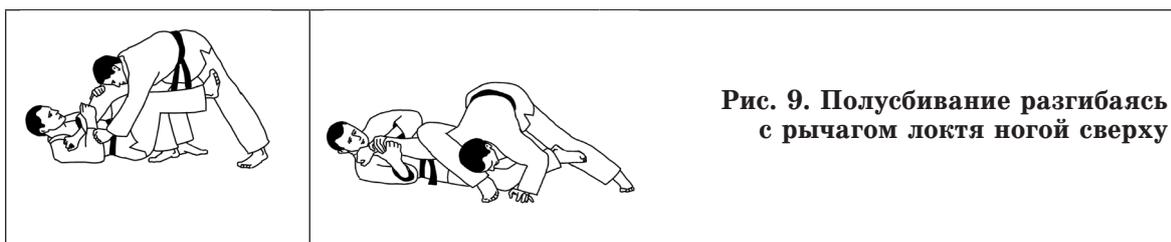


Рис. 9. Полусбивание разгибаясь с рычагом локтя ногой сверху

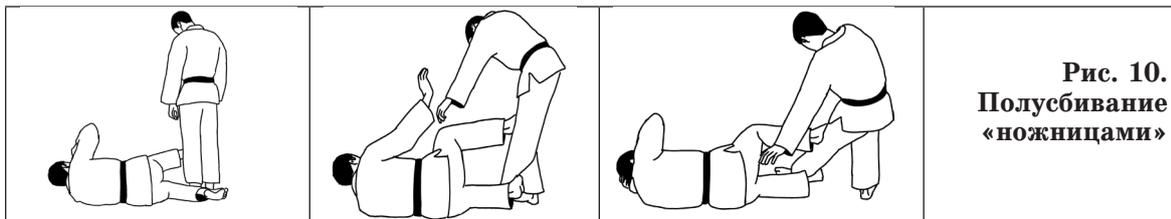


Рис. 10. Полусбивание «ножницами»

В естественном педагогическом эксперименте, в котором участвовали контрольная и экспериментальная группы по 12 человек борцов 2-го года учебно-тренировочного этапа подготовок, была апробирована эффективность изучения и реализации техники борьбы в переходных положениях борьбы дзюдо, усвоенных в ходе полугодовой подготовки с включением ее после изучения борьбы стоя.

После окончания эксперимента были проведены контрольные соревнования между участниками контрольной

и экспериментальной с приглашением представителей других спортивных коллективов.

В результате обработки полученных материалов соревнований получены данные, свидетельствующие о статистически достоверном преимуществе участников экспериментальной группы по всем технико-тактическим показателям. Причем результирующий показатель выигрышности общей (ПВобщ) получен за счет преимущества в использовании технических действий в переходных положениях (ПВперех) (рис. 11, табл. 2).

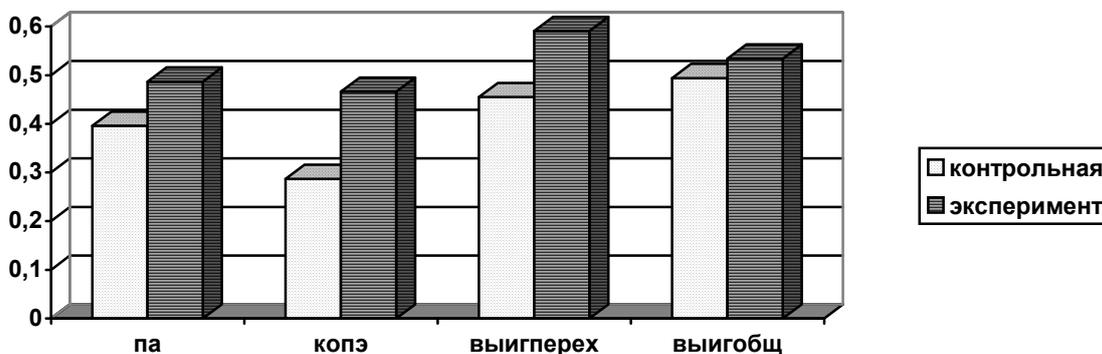


Рис. 11. Результаты соревновательной деятельности участников эксперимента по проверке эффективности изучения техники в переходных положениях в борьбе дзюдо

На наш взгляд, преимущество в показателе активности (ПА) дополнительно получено за счет способности к целесообразным активным действиям в переходном положении, а преимущество в количественном показателе эффективности (КОПЭ) — за счет увеличения числа оцененных технических действий

именно в сланных разделах борьбы.

Таким образом, включение в программу учебно-тренировочного этапа подготовки изучения технико-тактических действий в промежуточных положениях (в разделе борьбы полустоя и полулежа) значительно повышает результативность дзюдо.

Примечания:

1. Галковский Н.М., Катулин А.З., Чионов Н.Г. Борьба (классическая и вольная). М.: Физкультура и спорт, 1952. 446 с.
2. Игуменов В.М., Подливаев Б.А. Спортивная борьба: учеб. пособие для педагогических институтов и училищ. М.: Просвещение, 1993. 240 с.
3. Преображенский С.А. Вольная борьба. М.: Физкультура и спорт, 1979. 125 с.
4. Спортивная борьба: учебник для ИФК / под общ. ред. А.П. Купцова. М.: Физкультура и спорт, 1978. 422 с.
5. Андреев В.М., Туманян Г.С. Классификация техники дзюдо // Теория и практика физической культуры. 1975. №12. С. 13-17.
6. Вахун М. ДЗЮДО: основы тренировки. Минск: Полымя, 1983. 126 с.
7. Дзюдо / сокр. перевод с яп. В.И. Силина. М.: Физкультура и спорт, 1980. 115 с.
8. Кано Д. Кодокан Дзюдо. Ростов н/Д: Феникс, 2000. 222 с.
9. Харлампиев А.А. Борьба САМБО. Токио, 1971. 160 с.
10. Kawaishi K. The sport of JUDO. Tokyo, 1956. 212 p.
11. Шулика Ю.А. Многолетняя технико-тактическая подготовка в спортивной борьбе: дис.... д-ра пед. наук. Краснодар. 1993. 452 с.
12. Акопян А.О., Кащавцев В.В., Клименко Т.П. Дзюдо: программа. М.: Сов. спорт, 2003. 96 с.
13. Свищев И.Д. Дзюдо: учеб. программа для учреждений доп. образования. М.: Сов. спорт, 2003. 112 с.
14. Дзюдо. Изменения в правилах соревнований с 01.01.2010 г. URL: wwwJUDO.ru
15. Схаляхо Ю.М. Развитие классификации технических действий в спортивной борьбе по биомеханическим признакам в интересах борьбы дзюдо // Вестник Адыгейского Государственного университета. Сер. Педагогика и психология. 2009. Вып. 3. С. 361-368.

References:

1. Galkovsky N.M., Katulin A.Z., Chionov N.G. Wrestling (Graeco-Roman and freestyle). M.: Physical culture and sports, 1952. 446 pp.
2. Igumenov V.M., Podlivayev B.A. Wrestling: a manual for teachers' training colleges and schools. M.: Prosveshchenie, 1993. 240 pp.
3. Preobrazhensky S.A. Free-style wrestling. M.: Physical culture and sports, 1979. 125 pp.
4. Wrestling: a textbook for IPhC / under general ed. of A.P. Kuptsov. M.: Physical culture and sports, 1978. 422 pp.
5. Andreev V.M., Tumanyan G.S. Classification of judo technique // Theory and practice of physical culture. 1975. No. 12. P. 13-17.
6. Vakhun M. Judo: foundations of training. Minsk: Polymya, 1983. 126 pp.
7. Judo / transl. from Japanese by V.I. Silin. M.: Physical culture and sports, 1980. 115 pp.
8. Kano D. Kodokan Judo. Rostov-on-Don: Phoenix, 2000. 222 pp.
9. Kharlampiyev A.A. Sambo. Tokyo, 1971. 160 pp.
10. Kawaishi K. The sport of JUDO. Tokyo, 1956. 212 pp.
11. Shulika Yu.A. Long-term technical and tactical training in wrestling: Dissertation for the Dr. of Pedagogy. Krasnodar. 1993. 452 pp.
12. Akopyan A.O., Kashchavtsev V.V., Klimenko T.P. Judo: a programme. M.: Sov. sports, 2003. 96 pp.
13. Svishev I.D. Judo: an educational programme for institutions of additional education. M.: Sov. sports, 2003. 112 pp.
14. Judo. Changes in the rules of competitions since 01.01.2010. URL: wwwJUDO.ru
15. Skhalyakho Yu.M. Development of classification of technical actions in wrestling on biomechanical signs in the interests of judo // Bulletin of the State Adyghe University. Series «Pedagogy and Psychology». 2009. Iss. 3. P. 361-368.