**Богдан Кіндзер**

**(Львів, Україна)**

Фізична культура та професійний спорт

(Фізична культура і спорт: проблеми дослідження, пропозиції)

**АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТИВНИХ ТЕХНІЧНИХ ДІЙ ПРОВІДНИХ КАРАТИСТІВ СТИЛЮ КІОКУШИНКАЙНА ЧЕМПІОНАТАХ ЄВРОПИ З КУМІТЕ**

**Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями.** Сучасна спортивна діяльність в кіокушинкай карате характеризується високим рівнем володіння спортсменами спеціальною технічною, тактикою підготовкою, та розвитком фізичних і вольових якостей з кожним роком висуває все більш високі вимоги до підготовки спортсменів. Аналіз результативної техніки провідних спортсменів та впровадження її в тренувальний процес дає змогу підняти підготовку на новий якісний рівень в одночас підібрати і відпрацювати високоефективні тактико-технічні дії. Останнім часом детальний відео аналіз сутичок за участю провідних спортсменів на головних турнірах відіграє велику роль у підготовці кваліфікованих спортсменів і є рушійною силою у підготовці до змагань.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Проблемам комплексного контролю в різних видах спорту присвячений ряд наукових публікацій [1-4]. У роботах вітчизняних науковців були досліджені різні аспекти тренувального процесу Кіокушинкай карате [1,3], проте питання аналізу високоефективної техніки провідних спортсменів в Кіокушинкай карате вивчено не достатньо. У даній статті описуються зафіксовані показники результативної техніки висококваліфікованих каратистів у виступах на відповідальних змаганнях з куміте.

**Мета** *–* визначити високоефективну та результативну техніку провідних каратистів високої кваліфікації у виступах на Чемпіонатах Європи з куміте стиль Кіокушинкай.

**Методи та організація дослідження.** Проведено аналіз відеозаписів 150 півфінальних та фінальних боїв. Проаналізовано високоефективну та результативну техніку 14 – ти провідних бійців, результатом застосування якої були отримані перемоги на Чемпіонатах Європи з куміте в Кіокушинкай карате.

**Результати досліджень та їх обговорення**

Отримані дані дозволили визначити склад ефективних техніко-тактичних дій та арсеналу бойових дій в періоди загострення змагального поєдинку окремо для кожного каратиста. З урахуванням приналежності каратиста до певного стилю ведення поєдинку, відбувалася побудова модельної характеристики

Дослідження змагальної діяльності спортсменів високої кваліфікації в Кіокушинкай карате виявило наявність у ході змагання значної кількості кризових ситуацій, характерних для більшості видів контактного одноборств, й дало змогу встановити низку закономірностей реалізації технічного арсеналу в поєдинках:За даними, одержаними в ході дослідження, побудовано модельні характеристики щодо застосування спортсменами арсеналу ударних дій руками і ногами у Кіокушинкай карате (рис. 1) та(рис.2)

*Табл. 1*

Найбільш результативна індивідуальна техніка ударів руками кожного спортсмена каратиста переможця змагань.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Спортсмени | Найбільш результативний удар  Руками | Перемог даною технікою | %  співвідношення |
| Валерій Дімітров | Кагецукі  (удар рукою збоку) | 11 з 30 | 36 |
| НорічікаЦукамото | Шита цукі  (удар рукою знизу) | 9 з 30 | 30 |
| Енді Хук | Кагецукі  (удар рукою збоку) | 7 з 30 | 23 |
| ЕвертонТейкера | Шита цукі  (удар рукою знизу) | 19 з 30 | 63 |
| КуніхіроСузукі | Шита цукі  (удар рукою знизу) | 17 з 30 | 56 |
| Лечі Курбанов | Цукі (прямий удар рукою) | 8 з 30 | 26 |
| Донатас Імбрас | Шита цукі  (удар рукою знизу) | 12 з 30 | 40 |
| Маріуш Ілаз | Орошицукі  (Удар рукою зверху) | 18 з 30 | 60 |
| Кенджі Мідорі | Цукі (прямий удар рукою) | 8 з 30 | 26 |
| Рожи Габор | Цукі (прямий удар рукою) | 10 з 30 | 33 |
| Рю Нарошима | Кагецукі  (удар рукою збоку) | 14 з 30 | 46 |
| Таріель Ніколайшвілі | Шита цукі  (удар рукою знизу) | 18 з 30 | 60 |
| Тенчі Цукагоші | Кагецукі  (удар рукою збоку) | 19 з 30 | 63 |
| Франческо Філіос | Шита цукі  (удар рукою знизу) | 6 з 30 | 20 |

Модельні характеристики арсеналу бойових дій руками спортсменів високої кваліфікації у Кіокушинкай карате за результатами дослідження техніки кращих бійців на Чемпіонатах Європи

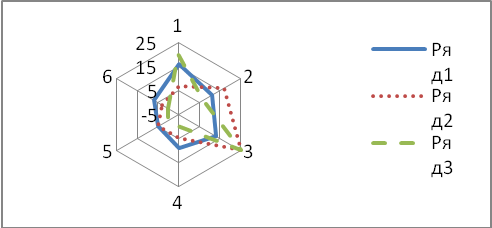


Рис. 1. Модельні характеристики ударних дій руками спортсменів високої кваліфікації в Кіокушинкай карате за результатами дослідження техніки кращих бійців на Чемпіонатах Європи

*Ряд1- кількість ударів: Ряд2 – ефективність ударів: Ряд3 – удари, які застосовуються при загостренні ходу поєдинку: 1 -* Цукі(Прямий удар рукою).

2 - Шита цукі - (нижній удар рукою).3 –Каге Цукі - (удар рукою збоку).

4 – Ороши Цукі(удар рукою зверху). 5 - Тате цукі(удар розвернутим кулаком).

6 - Хіджі(удар ліктем).

Схема, що відображена на рис.1 демонструє найбільш ефективний арсенал бойових дій спортсменів високої кваліфікації із застосуванням техніки рук. Згідно результатів досліджень найбільш ефективними ударами руками, що досягли мети є Шита цукі, а найбільш ефективними в кризових моментах ведення бою є Кагецукі та црямі удари (Ою та гіакуцукі). За кількістю нанесених ударів перевагу мають прямі удари рукою (Ою та гіакуцукі).

*Табл.3*

Найбільш результативні технічні удариспортсменів ногами.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Спортсмени | Найбільш результативний удар | Кількість перемог даною технікою | У % співвідношенні |
| Валерій Дімітров | Какатогерігедан  (удар п’яткою в ногу) | 21 з 30 | 70 |
| Норічіка Цукамото | Тобі Хізагаменгері  (Удар коліном) | 16 з 30 | 53 |
| Енді Хук | Ороши какао гері  (Удар ногою зверху) | 20 з 30 | 66 |
| Евертон Тейкера | Мавашигері  (Удар ногою поколу) | 7 з 30 | 23 |
| Куніхіро Сузукі | Мавашигері  (Удар ногою поколу) | 6 з 30 | 20 |
| Лечі Курбанов | УшироМавашигері  (Удар ногою з розвороту) | 19 з 30 | 63 |
| Донатас Імбрас | Тобі Хізагаменгері  (Удар коліном) | 17 з 30 | 56 |
| Маріуш Ілаз | Мавашигері  (Удар ногою поколу) | 9 з 30 | 30 |
| Кенджі Мідорі | Мавашигері  (Удар ногою поколу) | 22 з 30 | 73 |
| Рожи Габор | УшироМавашигері  (Удар ногою з розвороту) | 19 з 30 | 63 |
| Рю Нарошима | Мавашигері  (Удар ногою поколу) | 21 з 30 | 70 |
| Таріель Ніколайшвілі | Мавашигері  (Удар ногою поколу) | 8 з 30 | 26 |
| Тенчі Цукагоші | Мавашигері  (Удар ногою поколу) | 7 з 30 | 23 |
| Франческо Філіос | Мавашигері  (Удар ногою поколу) | 16 з 30 | 53 |

Модельні характеристики арсеналу бойових дій ногами спортсменів у Кіокушинкай карате за результатами дослідження техніки кращих бійців на Чемпіонатах Європи

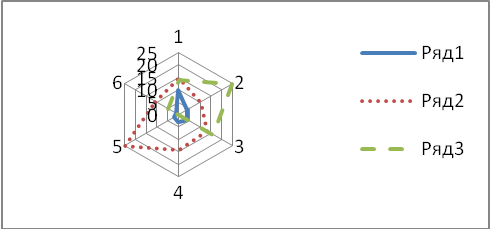


Рис. 2. Модельні характеристики ударних дій ногами спортсменів в Кіокушинкай карате за результатами дослідження техніки кращих бійців на Чемпіонатах Європи

Ряд1- кількість ударів:Ряд2 - ефективність ударів:Ряд3 - удари які застосовуються при загостренні ходу поєдинку:

*1.Маваши гері (Удар ногою по колу).*

*2.Має гері (прямий удар ногою).*

*3.Хізагері (удар коліном).*

*4. Уширогері (удари з розворотом).*

*5. Тобігері (удари ногами в стрибку).*

*6. Орошикакатогері (удар ногою зверху в низ).*

На рис. 2 відображено найбільш ефективний арсенал бойових дій спортсменів високої кваліфікації із застосуванням результативної техніки ніг. Згідно результатів досліджень найбільш ефективними ударами ногами, що досягли мети є Має гері (прямі удари ногою).

Стрибкова техніка – Тобі гері, з арсеналу бойових дій висококваліфікованих спортсменів, виявилась найбільш ефективною при загостренні змагального поєдинку.

Модельні характеристики ударних дій руками та ногами які найчастіше впливають на хід поєдинку.

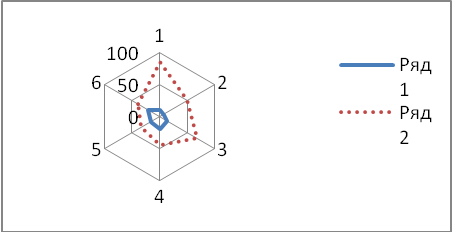


Рис. 3. Модельні характеристики ударних дій руками та ногами які найчастіше впливають на хід поєдинку.

Ряд1- Середня кількість групової модельної кількості ударів за поєдинок:

1 – Орошикакатогерігедан(удар п’яткою в ногу).

*2 – уширомавашигері (удар ногою з розвороту).*

*3 – мавашигері (удар ногою по колу).*

*4 – кагецукі (боковий удар рукою).*

*5 – шита цукі (удар рукою знизу).*

*6 – цукі (прямий удар рукою)* :

Ряд2 – ефективність ударів, які суттєво впливають на результат поєдинку.

За результатами аналізу проведених поєдинків можна зробити наступні висновки:

- середня кількість нанесених ударів підчас поєдинку становить 120+/\_2 уд

- за кількістю нанесених ударів за поєдинок переважають удари нанесені руками – цукі (прямий удар рукою) та кагецукі ( боковий удар рукою)

- найбільш ефективними, або ті, що вплинули на хід поєдинку виявились удари нанесені ногами. А саме: Орошикакатогерігедан (удар п’яткою в ногу) та мавашигері (удар ногою по колу).

Обгрунтовано і розроблено методику індивідуалізаціїтехніко-тактичної підготовки та арсеналу бойових дій кваліфікованих каратистів прирізкому загостренні спортивного поєдинку на основі модельних характеристик змагальної діяльності.

Наявність варіативності в засобах вирішення рухових завдань створює передумови, для реалізації бажаного сценарію спортивного поєдинку в період граничного загострення спортивної боротьби.

Дані, отримані в ході дослідження, підтверджують ефективність дослідницької програми по виявленню закономірностей змагальної діяльності в Кіокушинкай карате, для яких характерна гостра конфліктна взаємодія між спортсменами.

Результати аналізу ефективності реалізації технічного арсеналу спортсменів високої кваліфікації у момент різкого загострення поєдинку можуть бути використані у побудові дидактичних схем педагогічного процесу з формування раціональних рухових навиків, а також у процесі організації системи спеціальної техніко-тактичної підготовки спортсменів нижчої.

Перспективи досліджень пов'язані з аналізом індивідуальної техніки провідних спортсменів Кіокушинкай карате тарозробки методики підготовки кваліфікованих спортсменів та арсеналу бойових для ефективного виступу на головних змаганнях з куміте.

Нами було визначено ефективну техніку, яка застосовується спортсменами відповідно до манери ведення бою з урахування особливостей кожного спортсмена. А також побудовано модельні характеристики дій провідних висококваліфікованих спортсменів Кіокушинкай карате, що сприятимепідвищенню техніко-тактичної підготовки та розширенню арсеналу бойових дій у змагальних поєдинках кваліфікованих одноборців.

**Висновки**

Аналіз змагальної діяльності провідних каратистів високої кваліфікації виявив, що в спортивних поєдинках існують періоди різкого загострення змагальної боротьби, що суттєво відрізняються параметрами техніко-тактичних дій, які використовують спортсмени. Встановлено наявність чітко означених техніко-тактичних стилів ведення каратистами спортивної боротьби: ігрового, темпового, нокаутуючого та універсального.

Виділені модельні характеристики ударних дій руками кваліфікованих каратистів, які складаються з кількості нанесених ударів, які досягли цілі (61 % від загальної кількості ударів), а в періоди різкого загострення змагального поєдинку – з кількості ударів, що суттєво вплинули на хід та результат поєдинку (21%), а також ударів, ті що призвели до нокдаунів та нокаутів (18%). Визначено, що найбільш ефективними технічними прийомами, які використовують висококваліфіковані каратисти в період загострення поєдинку, є удари ногами – орошикакатогерігедан (удар п’яткою в ногу). уширомавашигері (удар ногою з розвороту), мавашигері (удар ногою по колу) та руками - кагецукі (боковий удар рукою), шита цукі (удар рукою знизу),цукі (прямий удар рукою).

**Перспективи подальших досліджень**

Дані наукової та науково-методичної літератури по вдосконаленню тренувального процесу в спортивних одноборствах свідчать про позитивний зв’язок між індивідуалізацією спортивного тренування та врахуванням показників змагальної діяльності кращих спортсменів каратистів. Однак на сьогоднішній день залишаються недостатньо дослідженими застосування арсеналу бойових дій спортсменів високої кваліфікації підчас змагань з куміте в Кіокушинкай карате. Проблема індивідуалізації спортивної підготовки кваліфікованих каратистів з урахуванням специфічних особливостей змагальної діяльності та технічного арсеналу який використовується спортсменами високої кваліфікації у вирішальних поєдинках, зумовлює актуальність подальшого дослідження.

**Література:**

1. Саєнко В. Г. Побудова і контроль тренувального процесу спортсменів в кіокушинкай карате : [монографія] / В. Г. Саєнко ; Держ. закл. «Луган. нац.Ун-т імені Тараса Шевченка». — Луганськ : СПД Рєзніков В. С., 2012. — 404 с.
2. Кіндзер Б. «Порівняльний аналіз показників варіаційної пульсометрії та біоенергетичного статусу у кваліфікованих спортсменів – каратистів» / Любомир Вовканич, Антоніна Дунець, Мирослава Гринець, Богдан Кіндзер // Молода спортивна наука України: збірник наукових праць з галузі фізичного виховання, спорту і здоров’я людини. Випуск 12 том 3 – Львів, 2008 р
3. Кіндзер Б. «Оцінка функціонального стану кваліфікованих спортсменів – каратистів.» ./ Богдан Кіндзер, Антоніна Дунець – Лесько, Любомир Вовканич // Молода спортивна наука України: збірник наукових праць з галузі фізичного виховання, спорту і здоров’я людини. Випуск 13 том 3 – Львів, 2009 р
4. Кіндзер БКомплексна характеристика функціональної підготовленості юних каратистів / Любомир Вовканич, Богдан Кіндзер, Антоніна Дунець-Лесько // Фізична активність, здоров’я і спорт. – 2010. – №2. – С. 30-38. – Режим доступу :

<http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/Fazis/2010_2/10vlsyks.pdf>

**Науковий керівник**:

кандидат педагогічних наук Бусол Василь Андрійович.