



Министерство спорта Российской Федерации

Российский союз боевых искусств

Российский государственный университет
физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)

Академия спортивных и прикладных единоборств

Международный благотворительный фонд
«За будущее фехтования»

Федерация фехтования России

БОЕВЫЕ ИСКУССТВА И СПОРТИВНЫЕ ЕДИНОБОРСТВА: НАУКА, ПРАКТИКА, ВОСПИТАНИЕ

Материалы

II Всероссийской научно-практической конференции
с международным участием
(Москва, 16-17 июня 2017 г.)

Москва – 2017

Министерство спорта Российской Федерации

Российский государственный университет
физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)

Российский союз боевых искусств

Академия спортивных и прикладных единоборств

Международный благотворительный фонд «За будущее фехтования»

Федерация фехтования России

БОЕВЫЕ ИСКУССТВА И СПОРТИВНЫЕ ЕДИНОБОРСТВА: НАУКА, ПРАКТИКА, ВОСПИТАНИЕ

Материалы

II Всероссийской научно-практической конференции
с международным участием
(Москва, 16-17 июня 2017 г.)

Москва – 2017

УДК 796.8(082)
Б 75

Б 75 Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание // Материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Москва, 16-17 июня 2017 г.) / Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК). – М.: Анта Пресс, 2017. – 282 с.

ISBN 978-5-9908842-4-3

Составитель – доктор педагогических наук, профессор Шиян В.В.

В практике спорта высших достижений проблемы целенаправленного совершенствования специализированных двигательных навыков, физических качеств и психических возможностей человека, обеспечивающих высокую надежность деятельности в экстремальных условиях противоборства, обоснованы результатами многолетних научных исследований и успешно апробированы при подготовке к выступлениям в ответственных соревнованиях. Этот опыт может быть с успехом использован для совершенствования системы предсоревновательной подготовки в относительно молодых видах современных единоборств, а также в практике физической подготовки сотрудников силовых ведомств.

Конференция приурочена к 90-летию со дня рождения выдающегося специалиста в области теории и методики фехтования, доктора педагогических наук, профессора, Заслуженного мастера спорта СССР, Заслуженного тренера СССР Давида Абрамовича Тышлера.

Именно Д.А. Тышлеру удалось блистательно доказать перспективность внедрения передовых достижений спортивной науки в практику подготовки высококвалифицированных фехтовальщиков. Будучи спортсменом экстра-класса, добившись высочайшего авторитета, как старший тренер сборной команды, обладая уникальными аналитическими способностями и даром предвидения, являясь замечательным педагогом и ученым, он оставил после себя наследие, которое будет жить вечно.

Результатом научной и педагогической деятельности Д.А. Тышлера явились достижения его учеников, которые завоевали 18 олимпийских медалей (11 – золотых) и более 50 медалей чемпионатов мира. Как выдающийся ученый он подготовил более 50 докторов и кандидатов педагогических наук.

Все материалы представлены в авторской редакции.

© Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)

СОДЕРЖАНИЕ

ПРИВЕТСТВИЕ УЧАСТНИКАМ КОНФЕРЕНЦИИ	7
ПЛЕНАРНЫЕ ДОКЛАДЫ	9
<i>Тышлер Г.Д.</i> ТЕХНИЧЕСКАЯ И ДВИГАТЕЛЬНАЯ ТРЕНИРОВКА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТРЕНАЖЕРОВ, НАПРАВЛЕННЫХ НА СПЕЦИАЛИЗАЦИЮ ПРОЯВЛЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ РЕАКЦИЙ	9
<i>Рыжкова Л.Г.</i> ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ТЕХНОЛОГИЯ, ПОЗВОЛЯЮЩАЯ УСКОРИТЬ СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ФЕХТОВАЛЬЩИКОВ, НА ОСНОВЕ ФОРМИРОВАНИЯ ТАКТИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ И УМЕНИЙ	14
<i>Аикинази С.М.</i> ПУТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ РУКОПАШНОГО БОЯ В ВООРУЖЕННЫХ СИЛАХ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ НА ОСНОВЕ АНАЛИЗА СИСТЕМ ОБУЧЕНИЯ В АРМИЯХ ЗАРУБЕЖНЫХ СТРАН	20
<i>Барташ В.А., Бадуев А.И.</i> ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ В КОНТАКТНЫХ ВИДАХ ЕДИНОБОРСТВ НА ОСНОВЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ТЕКУЩЕГО И ОПЕРАТИВНОГО КОНТРОЛЯ	25
<i>Шиян В.В.</i> ПЕРСПЕКТИВЫ ВОЗРОЖДЕНИЯ НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ШКОЛ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ТРЕНЕРОВ	33
СЕКЦИОННЫЕ СООБЩЕНИЯ	40
<i>Александрова В.А., Габбасов Р.Г., Дамдинурунов В.А.</i> СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СПОРТСМЕНОВ В ВОСТОЧНЫХ ЕДИНОБОРСТВАХ И СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ.....	40
<i>Алтухов Н.Д., Скворчевская Н.С.</i> ПРИМЕНЕНИЕ БИОЛОГИЧЕСКИХ ДОБАВОК СПОРТСМЕНАМИ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ: МИФЫ, РЕАЛЬНОСТЬ, ЭКОНОМИЧЕСКАЯ ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ	44
<i>Астахов Д.Б., Махмудов М.М., Черничкин В.</i> МОТИВАЦИЯ ДОСТИЖЕНИЯ УСПЕХА И ИЗБЕГАНИЯ НЕУДАЧ У САМБИСТОВ РАЗЛИЧНЫХ КВАЛИФИКАЦИОННЫХ.....	46
<i>Аикинази С.М., Кузин П.А.</i> СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ АРСЕНАЛА ТЕХНИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ СПОРТСМЕНОВ-РУКОПАШНИКОВ (14-17 ЛЕТ) НА ПЕРВЕНСТВЕ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ ПО АРМЕЙСКОМУ РУКОПАШНОМУ БОЮ СРЕДИ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ	58

<i>Баскакова А.П.</i> ДИНАМИКА КОМПОНЕНТНОГО СОСТАВА МАССЫ ТЕЛА В ОЛИМПИЙСКОМ ЦИКЛЕ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЬНИЦ ВОЛЬНОЙ БОРЬБЫ.....	66
<i>Бельй К.В., Этов О.Г.</i> КОНЦЕПЦИЯ ЕДИНООБРАЗНОЙ ТЕРМИНОЛОГИИ СХЕМ И СПОСОБОВ МАНЕВРИРОВАНИЯ В КИОКУСИНКАЙ.....	73
<i>Галочкин П.В., Клецев В.Н., Малинин А.Н.</i> ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ БОКСЕРА КАК УСЛОВИЕ ЗРЕЛИЩНОСТИ ПОЕДИНКА	79
<i>Горохова Н.П., Рубцова Н.О.</i> МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЮНЫХ ФЕХТОВАЛЬЩИКОВ НА КОЛЯСКАХ	87
<i>Гребнев Д.Ю.</i> СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ РЕАКЦИЙ У КУРСАНТОВ ВУЗОВ МВД РОССИИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО БОЕВЫМ ПРИЕМАМ БОРЬБЫ	93
<i>Дементьев В.Л., Rogov Ю.Н., Федяев Н.А.</i> ВЫБОР И ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ В МЕТОДИКЕ МНОГОЛЕТНЕЙ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ БОРЦОВ	97
<i>Дубкова Е.С.</i> ФЕХТОВАНИЕ, КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ТЕХНИЧЕСКОМ ВУЗЕ (НА ПРИМЕРЕ МГУПС (МИИТ))	103
<i>Ефременко М.А.</i> ПЕРВОНАЧАЛЬНЫЙ ЭТАП ОБУЧЕНИЯ КУРСАНТОВ БОЕВЫМ ПРИЕМАМ БОРЬБЫ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ МВД РОССИИ	108
<i>Иванов Д.М.</i> ОПЕРАТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БОРЦОВ СУМО, КАК ЧАСТЬ СИСТЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ ПРОЦЕССОМ ТРЕНИРОВКИ.....	114
<i>Ивановская Е.В., Макаренко А.А.</i> ОСОБЕННОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В РУКОПАШНОМ БОЕ НА ЭТАПЕ ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА.....	121
<i>Казакевич А.И., Колбик В.В.</i> ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЕ СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО ПОЕДИНКА КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ-ТАЭКВОНДИСТОВ	127
<i>Киселев В.А., Черемисинов В.Н.</i> КЛАССИФИКАЦИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫХ СРЕДСТВ БОКСЕРА ПО ПРЕИМУЩЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ.....	134
<i>Киселев В.А., Черемисинов В.Н.</i> ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В БОКСЕ	145

<i>Климов К.В., Анкинази С.М., Таймазов А.Б.</i> АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ ВОЛЬНОЙ БОРЬБЫ В РЕГИОНАХ РФ НА ОСНОВЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ЧЕМПИОНАТОВ РОССИИ С 2012 ПО 2016 ГОД.....	150
<i>Козюцкий К.Р.</i> ПРОБЛЕМА ФОРМИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ У НАЧИНАЮЩИХ САМБИСТОВ В ПОЗДНЕМ ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ И ПУТИ ЕЕ РЕШЕНИЯ	158
<i>Кондратьева А.В., Табаков С.Е.</i> ВЛИЯНИЕ БИОЛОГИЧЕСКИХ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ НА РЕЗУЛЬТАТЫ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНОВ В ЕДИНОБОРСТВАХ.....	164
<i>Левинский А.Г., Матвеев Д.А.</i> БИОМЕХАНИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ БРОСКА ЧЕРЕЗ СПИНУ (MOROTE-SEOI-NAGE)	173
<i>Лохмоткин И.Ю., Галочкин Н.В.</i> ОБЪЕКТИВИЗАЦИЯ СУДЕЙСТВА В БОКСЕ В СВЯЗИ С ИЗМЕНЕНИЕМ РЕГЛАМЕНТА ПОЕДИНКОВ.....	179
<i>Моисеев А.Б., Абдурасулова Г.Б.</i> СПЕЦИАЛЬНЫЕ УМЕНИЯ ТРЕНЕРА ПО ФЕХТОВАНИЮ НА ШПАГАХ.....	183
<i>Николаев А.А., Яковлев Д.С., Васильев Б.Ю.</i> ФОРМИРОВАНИЕ МОРАЛЬНО-ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ У САМБИСТОВ ВОЕННО-ИНЖЕНЕРНОГО КОМАНДНОГО УЧИЛИЩА.....	188
<i>Орлов Ю.Л.</i> ИССЛЕДОВАНИЕ СОСТАВЛЯЮЩИХ УСПЕШНОСТИ ЗАЩИТНО-ОТВЕТНЫХ ДЕЙСТВИЙ В ТРАДИЦИОННОМ КАРАТЭ	193
<i>Павлов А.И.</i> НАПРАВЛЕННОСТЬ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ФЕХТОВАЛЬЩИКОВ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД.....	205
<i>Подливаев Б.А., Бакирова И.С., Жуков С.Н.</i> ТЕХНОЛОГИЯ МОДЕЛИРОВАНИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫХ НАГРУЗОК В СПОРТИВНОМ КАРАТЭ	211
<i>Подливаев Б.А., Бакирова И.С., Жуков С.Н.</i> ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У МУЖЧИН И ЖЕНЩИН В СПОРТИВНОМ КАРАТЭ	220
<i>Полянский В.П., Виноград Д.В.</i> ЭЛЕМЕНТЫ АРМЕЙСКОГО РУКОПАШНОГО БОЯ КАК СРЕДСТВА ПРОФИЛИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СУВОРОВЦЕВ И КАДЕТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МИНИСТЕРСТВА ОБОРОНЫ РФ	228

физические, так и психо-эмоциональные резервы спортсменов.

Таким образом, использование антропометрических данных при подготовке высококвалифицированных спортсменов – членов национальных команд и ближайшего резерва позволяет точнее оценить степень воздействия тренировочных нагрузок на организм спортсмена и осуществлять тренировочный процесс с учетом индивидуальных конституционных особенностей.

Рекомендуется регулярно проводить подробное морфологическое исследование, с целью определения эффективности тренировочных занятий, наблюдая за динамикой компонентов тела по антропометрическим данным. Данные компонентного состава массы тела позволяют установить направленность обмена веществ и своевременно принять меры для предупреждения нежелательных явлений, в частности, потери активной ткани. Тренеру необходимо знать, за счет каких компонентов (жирового или мышечного) у спортсмена наблюдается прирост или снижение массы тела с целью своевременной коррекции процесса подготовки. Лабильные, метаболические зависимые показатели компонентного состава массы тела представляют большой интерес и являются критериями долговременных процессов адаптации организма спортсмена к напряженной мышечной деятельности.

Литература

1. Вовк, С.И. Особенности долговременной динамики тренированности. /С.И. Вовк // Теор.и практ.физ.культ. – 2001. – № 2. – С. 28-31. .
2. Дорохов, Р.Н. Спортивная морфология: учеб. пособие для высших и средних специальных заведений физической культуры / Р.Н. Дорохов, В.П. Губа. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 236 с.
3. Мартиросов, Э.Г. Системная организация соматического статуса спортсменов и классификация спортивных специализаций / Э.Г. Мартиросов; под ред. Мартиросова Э.Г. // Морфогенетические проблемы спортивного отбора: сб. науч. Трудов. – М.: 1989. – С 3-30.
4. Мартиросов, Э.Г. Методы исследования в спортивной антропологии / Э.Г. Мартиросов. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 199 с.

5. Мартиросов, Э.Г. Технологии и методы определения состава тела человека / Э.Г. Мартиросов, Д.В. Николаев, С.Г. Руднев. - М.: Наука, 2006. 256с.

6. Туманян, Г.С. Телосложение и спорт / Г.С. Туманян, Э.Г. Мартиросов. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – 148-180 с.

7. Туманян Г. С., Шиян В. В., Невзоров В. М. Биоэнергетические основы совершенствования системы подготовки квалифицированных борцов // Спортивная борьба : Ежегодник . - М .: ФиС, 1986 . - С. 43 - 44.

8. Шиян В. В. Специальная выносливость дзюдоистов и средства ее развития: дис. ... канд. пед. наук, ГЦОЛИФК -М., 1983. -125 с

9. Шиян В.В., Невзоров В.М. Теория и практика российского дзюдо: каковы перспективы интеграции? // Теория и практика физической культуры. 2005. № 5. С. 19-26

КОНЦЕПЦИЯ ЕДИНООБРАЗНОЙ ТЕРМИНОЛОГИИ СХЕМ И СПОСОБОВ МАНЕВРИРОВАНИЯ В КИОКУСИНКАЙ

*Белый К.В., Эпов О.Г., кандидат пед. наук, профессор,
Российский государственный университет физической
культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК),
Москва, Россия*

Аннотация. В работе предложена цельная концепция единообразной терминологии для идентификации и классификации различных схем и способов маневрирования в киокусинкай.

Ключевые слова: киокусинкай, каратэ, единоборства, маневрирование, перемещения, соревновательный поединок, технико-тактические навыки.

Введение. Киокусинкай – первый в истории вид спортивного контактного каратэ, созданный в конце 50-ых годов, получивший огромное развитие во всем мире, и официально признанный и развиваемый в России (СССР) с 1989 года. Одной из особенностей киокусинкай является высокая значимость маневрирования для успешного ведения соревновательных поединков, что связано с потенциальной многовариантностью критериев определения победителя. Тем не менее, в

настоящее время в киокусинкай не существует единых научно-методических подходов по этой проблематике, в том числе и в части единообразной терминологии приемов маневрирования.

Целью исследования являлась выработка цельной концепция единообразной терминологии для идентификации и классификации различных видов маневрирования в киокусинкай. Исследование являлось завершающим третьим этапом комплексной работы по анализу и систематизации существующих схем и способов маневрирования в киокусинкай.

Методы исследования. На ранее проведенных этапах работы были проанализированы 90 опубликованных работ (в том числе 18 на иностранных языках, часть из которых не публиковалась на русском языке) по указанной тематике, большая часть из которых являлась научно-методическими работами по тематике киокусинкай и родственных спортивных единоборств. На этом этапе работы для унификации для каждого уникального способа или техники перемещений (далее по тексту – ПРМ), имеющих, как правило, несколько вариантов названия, были определены единые термины для дальнейшего использования. На втором этапе работы на основе анализа и обобщения опыта практикующих тренеров была предложена цельная концепция систематизации схем и способов ПРМ. Были разделены технические и тактические аспекты маневрирования. Систематизация на основе тактических аспектов связана с целями маневрирования, и потому не влияет на терминологию собственно способов и схем ПРМ. Таким образом, выработка единой концепции терминологии основывалась исключительно на совокупных технических аспектах маневрирования, связывающих между собой технику маневрирования с геометрическими и биомеханическими аспектами ПРМ.

Общая концепция терминологии. На основе приведенной систематизации и отобранных терминов, предлагается построение полного наименования манёвра как последовательного наименования в определенном порядке всех основных параметров описываемого ПРМ:

[технический аспект] +

[геометрический аспект] +

[биомеханический аспект]

Последовательность и структура составляющих элементов при этом такова:

- **[технический аспект]** = [расстояние ПРМ] + [техника ПРМ] + [способ ПРМ]
- **[геометрический аспект]** = [сторонность исходной стойки] + [название исходной стойки] + [направление ПРМ + (численные параметры)] + [сторонность конечной стойки] + [название конечной стойки]
- **[биомеханический аспект]** = [положение верхней части тела и плеч по отношению к положению бедер] + [горизонтальное изменение позиции центра тяжести + (численные параметры)] + [вертикальное изменение позиции центра тяжести + (численные параметры)]

Таким образом, подробная схема названия манёвра будет такова:

1. [расстояние ПРМ] + [техника ПРМ] + [способ ПРМ] +
2. [расстояние ПРМ] + [техника ПРМ] + [способ ПРМ] +
3. [сторонность исходной стойки] + [название исходной стойки] +
4. [направление ПРМ + (численные параметры)] +
5. [сторонность конечной стойки] + [название конечной стойки] +
6. [положение корпуса по отношению к положению бедер] +
7. [горизонтальное изменение позиции центра тяжести + (параметры)] +
8. [вертикальное изменение позиции центра тяжести + (параметры)]

В круглых скобках показаны дополнительные параметры, указываемые при необходимости. При описании конкретного манёвра некоторые элементы могут, наоборот, опускаться – например, чаще всего опускается биомеханический аспект.

При этом при отсутствии указания по умолчанию принимается:

- сторонность стойки: левая;
- название исходной стойки: камаэ дачи;
- расстояние ПРМ: среднее;
- технику ПРМ: обычный шаг;
- направление ПРМ: вперед;

- название конечной стойки: совпадает с исходной;
- положение верхней части тела и плеч по отношению к положению бедер и стоп: не играет роли;

- горизонтальное изменение позиции центра тяжести: не изменяется;
- вертикальное изменение позиции центра тяжести: не изменяется.

В случае сложных манёвров (комбинированных ПРМ, яп.: *тай сабаки*) последовательно указывается полное название для каждого элемента полного ПРМ.

Примеры полного названия манёвра:

- *длинный перескок влево вперед по диагонали (30 градусов) с разноимённым движением корпуса, переносом веса напереди стоящую ногу (70%) и понижением центра тяжести.*
- *впрыгивание с поворотом (45 градусов) через спину влево-вперед по кругу с одноимённым движением корпуса.*
- *скольжение полным шагом с последующим поворотом влево (90 градусов) через спину напереди стоящей ноге в правую камаэ дачи и коротким отшагом скользящим шагом.*

Термины

При описании манёвра по предложенной концепции используются следующие общие термины, выделенные и описанные на предыдущих этапах работы:

1. Дистанция маневрирования и расстояние ПРМ:

- *Короткое;*
- *Среднее;*
- *Длинное.*

Если маневр происходит без ПРМ в горизонтальной плоскости, то это специально не подчёркивается, так как указание на это содержится в термине, описывающем способ ПРМ.

2. Техника маневрирования:

2.1. Техника ПРМ:

- *скольжение;*
- *шаг;*
- *скользящий шаг;*
- *прыжок (частный случай – *впрыгивание*);*
- *скачок (частные случаи: *перескок, подскок, отскок*).*

2.2. Способы ПРМ:

- *шаг (также: *полный шаг*, яп.: *фуми аши*);*
- *перешаг (также: *шаг с сужением стойки*);*
- *подшаг (также: *шаг с расширением стойки*, яп.: *окури аши*);*
- *выпад (англ.: *lung*);*
- *разножка (яп.: *коса*, англ.: *switch*);*
- *прыжок, *впрыгивание* (англ.: *jump*);*
- *поворот «через грудь» к направлению движения (яп.: *маэ маватэ*);*
- *поворот «через спину» к направлению движения (яп.: *ура маватэ*);*

3. Геометрические аспекты маневрирования:

• Сторонность стойки (по позиции впереди стоящей ноги):

- ПРМ без изменения сторонности стойки;
- ПРМ с изменением сторонности стойки;

• Тип стойки:

- ПРМ без смены стойки;
- ПРМ со сменой стойки;

• Направления ПРМ:

- *прямолинейное (также: *вперед; назад*);*
- *боковое (также: *влево; вправо*);*
- *комбинированное-диагональное (также: *влево-вперед; вправо-вперед; влево-назад; вправо-назад*);*
- *комбинированное-круговое (также: *влево; вправо*);*

Вертикальное направление маневрирования (выделяющееся в некоторых видах единоборств) в данной концепции отнесено не к геометрическому аспекту, а

к биомеханическому аспекту маневрирования.

4. Биомеханические аспекты маневрирования:

- Вращение относительно вертикальной оси тела (изменение положения

верхней части тела по отношению к положению бедер):

- ПРМ без вращения;
- ПРМ с одноимённым движением (вращением);
- ПРМ с разноимённым движением (вращением);
- Горизонтальное изменение позиции центра тяжести:
 - ПРМ без изменения пропорций распределения веса тела между ногами

(без переноса части веса тела);

- ПРМ с переносом части веса тела на впереди стоящую ногу;
- ПРМ с переносом части веса тела на сзади стоящую ногу;
- Вертикальное изменение позиции центра тяжести:
 - ПРМ без изменения вертикальной позиции центра тяжести;
 - ПРМ с понижением позиции центра тяжести;
 - ПРМ с подъемом позиции центра тяжести;

Результаты проведенной работы

В результате работы впервые была предложена цельная концепция единообразной терминологии для идентификации и классификации различных видов маневрирования.

Предложенная концепция описания манёвра как сочетания выбранного технического приема (техники и способа) перемещения с геометрическими и биомеханическими аспектами маневрирования охватывает все использующиеся варианты манёвров в киокусинкай. Кроме того, она делает ясным и наглядным описание самого приема перемещения, что позволяет на его основе детально разрабатывать технико-тактические структуры поединка.

Литература

1. Masatoshi Y. The Strongest karate «Kyokushin» (Сильнейшее каратэ киокушин: учебник – на яп. языке): учебник. Tokyo, Japan. – 1996.
2. Midori K. Каратэ нюмон. Сайке-о кивамэру (Введение в каратэ. Путь к

максимальной силе – на яп. языке): уч.-мет. пособие. Tokyo, Japan. – 2005.

3. Mitchell D. Official karate. (Официальное каратэ – на англ. языке). – Antler Books Ltd. – London, UK. – 1986.
4. Nakamura T. Karate. Technique and spirit. (Каратэ. Техника и дух – на англ. языке). – Tokyo, Japan. – 1986.
5. Oyama S., Oyama Y., Miura M. Perfect karate. (Совершенное каратэ. – на англ. языке). – Asahi Press Co., Ltd. – Tokyo, Japan. – 1986.
6. Szeligowski P. Traditional Kyokushin karate. Budo and Knockdown fighting (Традиционное киокушин каратэ. Будо и нокадаун-поединки – на англ. языке). – Bytom, Poland. – 2008.

ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ БОКСЕРА КАК УСЛОВИЕ ЗРЕЛИЩНОСТИ ПОЕДИНКА

Галочкин П. В., кандидат пед. наук, зав. кафедрой «Физическое воспитание», Финансовый университет при Правительстве РФ,

Клецев В. Н., кандидат псих. наук, профессор, Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК),

Малинин А. Н., ст. преподаватель кафедры «Физическое воспитание», Российский государственный аграрный университет - МСХА имени К.А. Тимирязева, Москва, Россия

Аннотация. Зрелищность является одним из важнейших требований предъявляемых обществом к соревнованиям по боксу. Зрелищность многокомпонентна, и одной из важнейших ее компонент является техническая подготовленность участников поединка. В работе анализируются показатели соревновательной деятельности боксеров, выражающие их техническую подготовку. Определена связь между эффективностью типовых действий, эффективностью и количеством ситуативных действий с повышением зрелищности поединка.

Ключевые слова. Зрелищность в боксе, соревновательная деятельность, номинация боя, техническая подготовленность, Типовые и ситуативные действия.

Актуальность. Зрелищность боксерского поединка многокомпонентна. Ее