**Анализ соревновательных действий кикбоксеров разного тактического стиля**

Высокий уровень результатов, достигнутый в современном спорте, требует не только совершенствования методов и средств тренировочного процесса, но учет индивидуальных особенностей спортсменов. Необходимо выделять именно те признаки и качества, развитие которых в наибольшей мере будет способствовать достижению высоких спортивных результатов.

Поэтому с ростом спортивных результатов требования к индивидуальности тренировочного процесса резко повышаются.

Анализ литературных источников показал, что многими авторами рассматриваются различные вопросы индивидуальной подготовки. При этом разработка вопросов тренировки и характеристик кикбоксеров различного индивидуального стиля не получила должного обоснования, поэтому решение проблемы является актуальным.

Кикбоксерские поединки характеризуются высокой плотностью, большим количеством ударов, как руками, так и ногами, активной защитой и стремительными передвижениями на ринге. В связи с этим предъявляются повышенные требования к специальной физической и технико-тактической подготовки кикбоксера.

**Объект исследования**: тренировочный процесс кикбоксеров

**Предмет исследования:** соревновательная деятельность кикбоксеров разных тактических стилей.

**Цель работы:**  исследование показателей технико-тактического мастерства кикбоксеров разных тактических стилей.

**Задачи исследования:**

1. Проанализировать литературу по теме исследования.

2. Выявить типологические характеристики кикбоксеров различных стилей ведения поединков.

3. Провести опрос спортсменов и видеоанализ боев, на основе этого проанализировать полученные результаты.

В исследовании были использованы следующие **методы:** анализ литературных источников, опрос, видеоанализ боев.

Исследование проводилось на базе МОУ ДО «Детско-юношеской спортивной школы» (отделение кикбоксинг).

В процессе анализа результатов исследования мы опирались на типологические характеристики различных стилей ведения поединков: нокаутеры, игровики, темповики.

В эксперименте приняли участие 23 спортсмена. По стилю ведения боя все участники эксперимента были разделены на три группы:

1. Кикбоксеры-нокаутеры (8 чел.)
2. Кикбоксеры-игровики (8 чел.)
3. Кикбоксеры-темповики (7 чел.)

**К кикбоксерам-нокаутерам** были отнесены атлеты, обладающие сильным акцентированным точным ударом, хорошо оценивающие боевую обстановку и умеющие своевременно выбрать момент для нанесения решающего нокаутирующего удара.

**К кикбоксерам-игровикам** - спортсмены с высоким уровнем скоростных качеств, ведущие бой с установкой на искусное обыгрывание соперника и достижение преимущества в очках. Кикбоксер-игровик достигает эффекта в атакующих действиях благодаря быстрым и точным ударам, высокой начальной скорости движений и стремительным передвижениям в сочетании с умением выбрать наиболее выгодную позицию для атаки или контратаки.

**К группе кикбоксеров-темповиков** были отнесены спортсмены, ведущие высокотемповой бой, наносящие множество ударов, как руками, так и ногами, иногда пренебрегающие защитой, стремящиеся активностью своих действий подавить соперника и одержать победу по очкам или ввиду явного преимущества.

В процессе исследования произведен анализ 21 боя.Анализ опроса и соревновательных действий кикбоксеров различного стиля позволил выявить следующие особенности ведения поединка (табл. 1, рис.1-5).

Особенности применения технико-тактического арсенала средств в кикбоксинге

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Показатели | Тактические типы, амплуа (ответы выражены в %) | | |
| нокаутеры | темповики | игровики |
| Преимущественная форма ведения боя | | | |
| Атакующая | 60,5 | 74,5 | 23,5 |
| Контратакующая | 39,5 | 25,5 | 74,5 |
| предпочитают добиваться победы за счет | | | |
| Высокой плотности | 10,5 | 79,3 | 11,5 |
| Нокаутирующего удара | 51,3 | 3,2 | 3,2 |
| В ответной контратаке | 7,7 | 3,7 | 4,6 |
| Технико-тактического превосходства | - | 5,5 | 79,5 |
| встречной контратаки | 30,5 | 5,3 | 1,6 |
| Важные качества, определяющие успех | | | |
| Технико-тактическая подготовленность | - | 5,3 | 68,1 |
| Выносливость | 29,5 | 29,2 | 3 |
| Скоростно-силовая подготовленность | 31,3 | 33,2 | 4,3 |
| Силовая подготовленность | 17,8 | 6,4 | 1,1 |
| Психологическая подготовленность | 21,4 | 25,7 | 22,5 |
| Дистанция, на которой ведется бой | | | |
| Дальняя | 12,3 | 17,3 | 52,3 |
| Средняя | 74,6 | 71,3 | 40,4 |
| Ближняя | 13,1 | 11,4 | 7,3 |
| Удары, применяемые в бою | | | |
| Одиночные и двойные | 100 | 33,3 | 81,3 |
| Серии из 3-4 | - | 65,3 | 18,7 |
| Серии из 5 и более | - | 0,4 | - |

*Рис.1 Преимущественная форма ведения боя*

Спортсмены-нокаутеры предпочитают вести бой в атакующей манере (65,5%), но могут выбрать и контратакующий стиль (39,5%).

Кикбоксеры-темповики предпочитают вести бой в атакующей манере (74,5%),

Кикбоксеры-игровики преимущественно ведут бой в контратакующей манере (74,5 %).

Кикбоксеры-нокаутеры добиваются спортивных побед, используя нокаутирующие удары и встречные контратаки.

Кикбоксеры- темповики предпочитают добиваться побед за счет высокой плотности боя.

Игровики используют имеющийся арсенал технико-тактического мастерства.

*Рис.2 Анализ соревновательных действий, определяющих победу в поединках*

Анализ качеств, определяющих успех у кикбоксеров-нокаутеров и темповиков выявил следующее: решающую роль играет скоростно-силовая выносливость и психологическая подготовка.

Кикбоксерам – игровикам наиболее важна технико-тактическая и психологическая подготовка.

*Рис. 3 Специальные физические качества, определяющие успех*

Кикбоксеры - нокаутеры и темповики, как правило, предпочитают вести бой на средней дистанции (74,6%), игровики - на дальней дистанции (52,3 %), но неплохо чувствуют себя и на средней дистанции (40,4%), редко ведут бой на ближней дистанции.

*Рис. 4 Дистанция, на которой ведется бой*

Характеризуя удары, применяемые в бою, следует отметить, что нокаутеры стремятся наносить одиночные и двойные удары (100%).

Темповики наносят множество различных серий ударов: одиночные и двойные -33,3 %; серии из 3-4 - 65,3 %; серии из 5 и более - 0,4 %.

Игровики – предпочитают использовать преимущественно одиночные и двойные удары, а также серии из 3-4 ударов.

*Рис. 5 Удары, применяемые в бою*

Разнообразие технико-тактического арсенала кикбоксера является одним из важнейших факторов успеха в бою. Характер применения технико-тактических действий обусловлен индивидуальными различиями кикбоксеров, которые определяются свойствами психики и морфофункциональными особенностями.

Обобщив результаты исследования, можно сделать следующие**выводы:**

1. Выявлено, что кикбоксеры-нокаутеры для достижения победы на ринге равномерно используют как атакующие, так и контратакующие действия, стараются, больше применять мощные одиночные удары, более уверенно чувствуют себя на средней дистанции. Ведущим фактором считают силовую и скоростно-силовую подготовленность.
2. Кикбоксеры-игровики в поединках в основном используют контратаку, преимущественно применяя быстрые двойные удары, при этом они предпочитают вести бой на дальней дистанции. Основной фактор, определяющий успех игровиков, - технико-тактическая подготовленность.
3. Кикбоксеры-темповики в процессе ведения боевых действий предпочитают атаку, неожиданные серийные удары, чувствуют себя уверенно на ближней дистанции.

4.Тренерам необходимо учитывать тактические особенности ведения поединка в процессе подготовки спортсменов к соревнованиям. Совершенствуя подготовку кикбоксера, они, прежде всего, должны развивать, присущие ему качества: игровика, темповика или нокаутера. При этом в тренировочном процессе рекомендуется применять метод групповой индивидуальной тренировки, учитывая особенности кикбоксеров.

**Использованная литература**

1. *Карданов В. А.* Формирование состояния готовности к поединку в зависимости от индивидуальных особенностей квалифицированных кикбоксеров-юниоров: автореф. дис. ... канд. пед. наук /В. А. Карданов. - М., 1998.
2. *Хамаганов Б. П.* Особенности методики подготовки спортсменов в тайском боксе: автореф. дис. ... канд. пед. наук /Б. П. Хамаганов. - Улан-Удэ, 2014.
3. *ТаймазаевВ. А.* Индивидуальная подготовка боксеров в спорте высших достижений: автореф. дис. ... докт. пед. наук /В. А. Таймазаев. - Санкт-Петербург, 2015.
4. *Филимонов В. Н.* Бокс: учебник /В. Н. Филимонов. - М., 2000.
5. *Джандаров Д. З.* Сопряженное развитие физических и психических качеств юных боксеров 13-14 и 15-16 лет: автореф. дис. ... канд. пед. наук. - Махачкала, 2013.