

Развитие техники борьбы шло по пути сокращения времени между захватами и началом выполнения броска. Борцы в прошлых поколениях медленно передвигались в обоюдном захвате, долго готовили атакующие действия. Современные борцы крайне редко используют замедленные силовые формы движения и очень часто – искрометные атаки.

Международная федерация борьбы многие годы стремилась к увеличению зрелищности соревнований. Это проявилось, в частности, в периодическом и закономерном снижении времени схваток и повышении их интенсивности. С каждым годом ужесточалось судейство соревнований, строго пресекалась пассивная борьба, отсутствие реальных попыток к проведению атакующих и контратакующих действий.

Все эти годы творчество тренеров и спортсменов было направлено на адаптацию техники, тактики, физической подготовленности борцов к новым условиям схваток. Следует помнить, что, создав новый фундамент физической подготовленности, надо перестраивать технику движений на более высокий уровень.

Задача технической подготовки заключается в приспособительской вариативности двигательных навыков. На этапе базовой подготовки обучение должно строиться так, чтобы соблюдалась оптимальное соотношение между факторами, приводящими к закреплению двигательных навыков, и факторами, увеличивающими их целесообразную изменчивость.

Если рассматривать в данном аспекте обучение на этапе базовой технико-тактической подготовки, то техника выполнения изучаемых движений для всех борцов стандартна. В то же время каждый спортсмен обладает индивидуальными особенностями (рост, вес, сила, быстрота и т. д.). Возникает вопрос, как должна формироваться базовая техника в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся.

Начальная базовая подготовка борца, с изучения основ ведения единоборства до освоения сложных технико-тактических действий, должна быть направлена на формирование «коронного приема». «Коронный прием» – это в совершенстве отработанное и ставшее автоматическим техническое действие, для проведения которого используется сочетание физических и морально-волевых качеств борца. Рождение «коронного приема» обусловлено сложной взаимосвязью между физическими, морфологическими и техническими особенностями спортсмена с одной стороны и технической структурой приемов и методикой обучения этим приемам с другой, то есть связью между внутренними и внешними факторами.

На практике этот процесс происходит поэтапно. Каждый этап освоения базовой техники соответствует уровню технической подготовленности борцов. По мере овладения базовыми технико-тактическими действиями в процессе многократных повторений в вариативных условиях на основе индивидуальных особенностей у борцов вырабатывается определенный излюбленный прием, который чаще используется в соревновательных схватках.

1. Туманян, Г. С. Стратегия подготовки чемпионов / Г. С. Туманян. – М.: Советский спорт, 2006. – 494 с.

## СИСТЕМАТИЗАЦИЯ КРИТЕРИЕВ АРТИСТИЗМА В ТЕХНИКО-ЭСТЕТИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА

*Рукавицына С.Л.*, канд. пед. наук, доцент,  
Белорусский государственный университет физической культуры,  
Республика Беларусь

Исполнительское мастерство в эстетических видах спорта, как правило, включает артистическую составляющую. Поэтому для успешного выступления высококвалифицированных спортсменов недостаточно только хорошей технической подготовки, не менее важной для победы на соревнованиях оказывается артистичность исполнения. Несомненно, что дальнейшее совершенствование исполнительского мастерства при все возрастающей технике, которая порой достигает трюковой сложности, будет происходить и за счет роста артистизма исполнения.

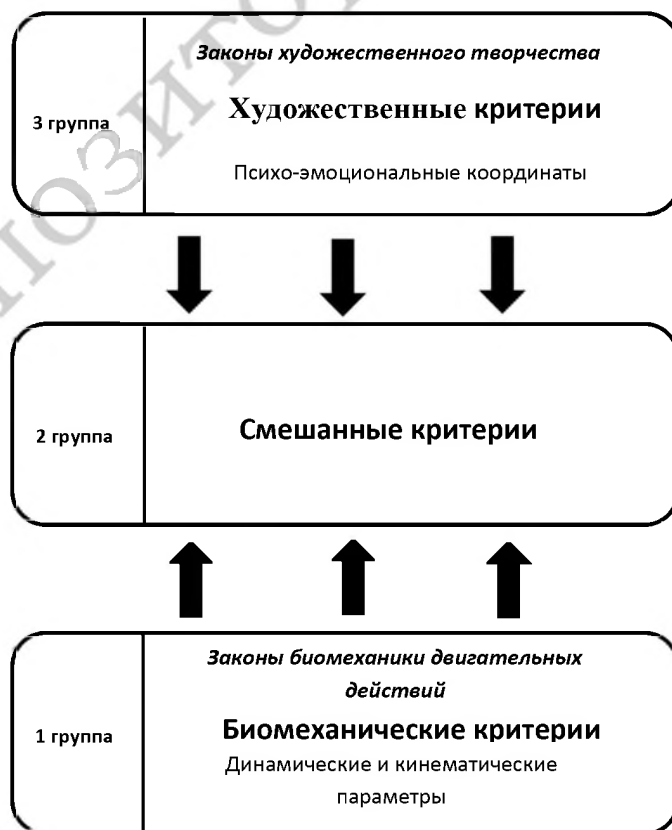
В последнее время в научно-методической литературе все чаще поднимаются вопросы, связанные с артистизмом исполнения, как в различных видах гимнастики, так и в других технико-эстетических видах спорта. Анализ этих источников показал, что какие бы вопросы в этой области ни поднимали исследователи, – они неизбежно сталкиваются с рядом трудностей, связанных с критериями, которые используются для анализа и оценки артистичности исполнения. В первую очередь следует отметить, что количество их очень велико. Встречается более сорока критериев двигательного артистизма. Значительное большинство используемых критериев являются интуитивными, неявно определяемыми, поэтому субъективными, спорными и трактуются по-разному. Некоторые из используемых критериев дублируют друг друга и, по сути, являются синонимами. Возникающие трудности во многом связаны со сложной структурой образования многих из используемых характеристик. Такие сложные критерии, объединяя в себе несколько более простых характеристик, синтезируют новые определения, которые подчеркивают новую грань анализируемого качества. Все это приводит к значительным затруднениям в решении проблем, связанных с артистизмом исполнения во всех

техничко-эстетических видах спорта. Необходимость снизить интуитивные моменты трактовки используемых понятий, а также недостаток научно-исследовательских разработок по этому вопросу обуславливают значимость и новизну поднимаемой проблемы.

Цель работы заключается в определении подхода к систематизации качественных характеристик, определяющих артистизм в технико-эстетических видах спорта. Чаще всего попытки систематизации, которые встречаются в научно-методической литературе, связаны с ранжированием результатов опроса респондентов по частоте встречаемости критериев артистизма. При этом наиболее характерные критерии отбираются на основании процентного соотношения ответов опрошенных [1, 2].

Как правило, подобные опросы проводятся либо для гимнастических видов спорта, либо еще более широко и охватывают различные технико-эстетические виды спорта. Такой подход позволяет выделить обобщенную модальную характеристику, являющуюся типичной для оценивания артистизма в исследуемой группе видов спорта. Однако специфические особенности артистизма, присущие каждому конкретному виду спорта, при этом нивелируются. Предприняты также попытки группировки анализируемых критериев. В частности, С.И. Борисенко предлагает выделить две группы критериев с технической и художественной направленностью [1]. Однако такой подход, с нашей точки зрения, не позволяет учитывать то, что многие из встречаемых критериев артистизма включают обе эти составляющие. Двойственная природа критериев двигательного артистизма, на наш взгляд, должна явиться основным признаком их разделения. Это позволит выделить следующие основные группы критериев. Первая группа будет включать биомеханические характеристики. Это явно определяемые критерии, сущность которых обусловлена законами биомеханики. Сюда войдут такие показатели, как легкость, непринужденность, амплитудность, чистота и т. д. Следующую группу должны составить критерии неявно определяемые, сущность которых отражает закономерности художественного творчества. Сюда войдут такие сложные обобщенные критерии, как красота, гармоничность, выразительность и т. д., обладающие многослойной структурой, а также критерии, характеризующие черты и особенности спортивных композиций, выражающих их художественную ценность. Еще одну группу должны составить критерии, включающие как биомеханическую, так и художественную составляющие. Это так называемые составные критерии, суть которых определяется взаимосвязью нескольких, как биомеханических, так и художественных характеристик. Сюда войдут такие характеристики, как виртуозность, грациозность, элегантность и т. д.

Такой подход позволит, на наш взгляд, не только сгруппировать используемые критерии, но и снизить степень неопределенности их трактовки. Так, например, часто встречающиеся критерии – изящный и грациозный – согласно предложенной схеме распределятся следующим образом. Изящный – соразмерный с художественным вкусом – будет находиться в группе художественных критериев, тогда как грациозный будет входить в центральную группу составных критериев, так как отображает изящество движений в условиях максимального напряжения и отчетливо проявляет связь биомеханической и художественной составляющих.



Намечая пути дальнейшего рассмотрения этого вопроса, следует отметить, что для систематизации исследуемых объектов недостаточно только их группировки. Не менее важным является вопрос установления системных связей. Причем необходимо будет установить не только межгрупповые связи в их иерархическом соподчинении, но и проявить внутrigрупповые связи между критериями, которые их образуют, что позволит систематизировать эти критерии внутри самой группы.

Предлагаемый подход к проблеме систематизации критериев артистизма позволит, на наш взгляд, внести системную упорядоченность, а следовательно большую определенность в изучение сложных и недостаточно разработанных вопросов, связанных с анализом и оценением артистической составляющей исполнительского мастерства в технико-эстетических видах спорта.

1. Эстетические показатели исполнительского мастерства в гимнастических видах спорта / Р. Н. Терехина [и др.] // Информационно-аналитический бюллетень по актуальным проблемам физической культуры и спорта. Гимнастика. – Вып. 10. – Минск, 2011. – С. 183–187.

2. Шишковская, М. Оценка компонентов исполнительского мастерства в художественной гимнастике: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / М. Шишковская; Нац. гос. ун-т физ. культуры. – СПб, 2011. – 21 с.

## АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ СПОРТСМЕНОВ ПО ПАРУСНОМУ СПОРТУ НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ 2012 ГОДА В КЛАССЕ ЯХТ «ЛАЗЕР-СТАНДАРТ» И «ЛАЗЕР-РАДИАЛ»

*Савицкий А.В., Сируц А.Л.*, канд. пед. наук, доцент,  
Белорусский государственный университет физической культуры,  
Республика Беларусь

### **Введение.**

Как известно, эффективное откренивание парусного судна является важным фактором в достижении высокого спортивного результата [1].

Но в то же время во всех классах швертботов для достижения в гонках высоких результатов чрезвычайно важен и вес судна. В связи с этим встает вопрос об оптимальном весе рулевого, так как вес рулевого составляет 40–50 % от общего веса судна [2, 3].

На практике нередко спортсмены, выигрывающие гонки при слабом ветре, проигрывают в гонках при сильном ветре, и наоборот. Этот факт обычно объясняют весом спортсмена, так как чем меньше вес гонщика, тем с большей скоростью движется яхта, а чем больше вес яхтсмена, тем эффективнее он может откренивать яхту в сильный ветер. Однако регата обычно состоит как минимум из 7 гонок, а учитывая широкую вариативность ветро-волновых условий, практически все гонки могут проходить при различной силе ветра. Следовательно, возникает необходимость в так называемом универсальном гонщике, который смог бы показывать стабильно высокий спортивный результат в гонках при любой силе ветра [4].

Производители класса яхт «Лазер-стандарт» и «Лазер-радиал» предлагают только примерные цифры веса рулевого для этих яхт. «Лазер-радиал»: вес экипажа 55–70 кг, «Лазер-стандарт»: вес экипажа 60 и более кг [5].

Специалисты по парусному спорту также дают только приблизительные цифры. «Лазер-радиал»: оптимальный вес экипажа 55–70 кг, «Лазер-стандарт»: оптимальный вес экипажа 72–83 кг [6]. Исходя из опубликованных данных, отбор перспективных спортсменов в данные классы яхт связан с неопределенностью в выборе универсального гонщика.

**Цель исследования:** выявить различия между десятью сильнейшими и остальными спортсменами и спортсменками для показателей физического развития.

**Объект исследования** – физическое развитие участников и участниц Олимпийских игр 2012 года в классах яхт «Лазер-стандарт» и «Лазер-радиал».

**Предмет исследования** – антропометрические показатели 47 яхтсменов и 40 яхтсменок в классах яхт «Лазер-стандарт» и «Лазер-радиал».

### **Методы и организация исследования.**

Методы анализа научно-технической и научно-методической литературы. Методы сбора текущей информации. Методы получения ретроспективной информации. Статистические методы анализа данных. Сбор статистических данных по предмету исследования проводился из официального веб-сайта Олимпийских игр 2012 года в Лондоне [7].

**Результаты исследования.** Дескриптивная статистика антропометрических показателей яхтсменов, представителей класса «Лазер-стандарт», участников олимпийской парусной регаты, представлена в таблице 1. Таблица содержит результаты проведения процедуры проверки параметрических гипотез, приведены стати-