

Ивко В.С.

Белорусский государственный университет физической культуры
Республика Беларусь, Минск

**ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ УЧАСТНИКОВ
ЧЕМПИОНАТА РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ 2019 ГОДА
ПО ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ**

Ivko V.S.

Belarusian State University of Physical Culture
Republic of Belarus, Minsk

**TECHNICAL PREPAREDNESS OF THE PARTICIPANTS
OF THE 2019 CHAMPIONSHIP OF THE REPUBLIC OF BELARUS
ON GRECO-ROMAN WRESTLING**

ABSTRACT. Analyses of the technical preparedness of the participants of the Championship of the Republic of Belarus on Greco-Roman Wrestling 2019 is presented in the article. The number of the bouts and technical actions in 10 weight categories in standing and “parterre” positions have been determined. A comparative characteristic of technical preparedness of the participants of the Championships of the Republic of Belarus 2018–2019 is given, the tendency of development and technique perfection of Greco-Roman wrestlers is defined.

KEYWORDS: technical actions; competitive bout; weight category; standing position; parterre; International association “United World Wrestling”.

АННОТАЦИЯ. В статье проанализирована техническая подготовленность участников чемпионата Республики Беларусь 2019 года по греко-римской борьбе. Определено количество проведенных схваток, количество технических действий в 10 весовых категориях в стойке и партере. Дана сравнительная характеристика технической подготовленности участников чемпионатов Республики Беларусь 2018–2019 годов, определена тенденция развития и совершенствования техники борьбы греко-римлян.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: технические действия; соревновательная схватка; весовая категория; стойка; партер; Международная ассоциация «Объединенный мир борьбы».

Для белорусских борцов греко-римского стиля предолимпийский 2019 год начался с проведения чемпионата Республики Беларусь 10–12 января в г. Лида. С этого года начинается завоевание лицензий для участия в Олимпийских играх в Токио (Япония). Постепенно меняющиеся правила проведения соревнований по греко-римской борьбе предъявляют особые требования для совершенствования всех сторон подготовки спортсменов высокого класса. Международная ассоциация «Объединенный мир борьбы» проводит большую работу для повышения зрелищности, техничности, виртуозности, комбинационности, рискованности в видах борьбы для сохранения их в программе современных Олимпийских игр. Особое место отводится

совершенствованию технико-тактического мастерства борцов. Зрителей на трибунах и по телевидению привлекают в поединках борцов высокоамплитудные приемы, виртуозная, разнообразная по технике выполнения борьба. В связи с этим особый интерес представляет изучение технического арсенала белорусских борцов.

В чемпионате Республики Беларусь приняло участие 138 спортсменов из 6 областей и города-героя Минска, среди которых 1 заслуженный мастер спорта Республики Беларусь, 13 мастеров спорта международного класса, 67 мастеров спорта и 57 КМС. В таблице 1 представлено количество участников от областей и г. Минска.

Таблица 1 – Количество участников чемпионата Республики Беларусь по греко-римской борьбе от областей и г. Минска

Команды	55	60	63	67	72	77	82	87	97	130	Всего участников
Брестская обл.	1	2	2	1	2						9
Витебская обл.	1	1			1	1	4	1	2	2	13
Гомельская обл.		1	1	1	3	4	5	1	1	1	18
Гродненская обл.	4	3		3	3	3	2	2	4	3	27
г. Минск		1	1	2	5	3			3	2	17
Минская обл.		5	4	4	6	4	4	3	6	2	38
Могилевская обл.	1	1	1	2	4	3	1	1	2		16
Итого	7	14	9	13	24	18	16	8	18	11	138

Анализируя таблицу 1, отмечаем, что наименьшее количество участников чемпионата было представлено Брестской областью – 9 человек, Витебской – 13 и столичной – 17 человек. Это положение связано с развитием греко-римской борьбы в этих регионах, где есть хорошая инфраструктура и достаточное количество тренерских кадров. На протяжении последних лет сдают позиции столичные борцы, не случайно они занимают низкие места в чемпионатах Республики Беларусь.

В нашей работе были поставлены следующие задачи:

1. Провести регистрацию технического мастерства участников чемпионата Республики Беларусь по греко-римской борьбе 2019 года в 10 весовых категориях в стойке и партере.
2. Определить показатели технического мастерства борцов в каждой весовой категории.
3. Определить количество схваток за весь турнир в каждой весовой категории.
4. Сравнить технико-тактическую подготовленность участников чемпионатов 2018–2019 годов.
5. Определить техническую подготовленность чемпионов Республики Беларусь 2019 г.

Для решения поставленных задач была проведена регистрация всех проведенных приемов в стойке и партере, данные заносились в специально разработанный протокол по группам приемов в стойке и партере для последующей обработки.

Таблица 2 – Количество схваток и технических действий, выполненных участниками чемпионатов Республики Беларусь по греко-римской борьбе 2018–2019 гг.

№	ЧРБ-2018 весовые кате- го- рии	Кол-во техни- ческих схваток	Кол-во выпол- ненных техниче- ских дей- ствий	\bar{x} – кол-во бал- лов за схватку	ЧРБ-2019 весовые кате- го- рии	Кол-во схваток	Кол-во техни- ческих дей- ствий	\bar{x} – кол-во бал- лов за схватку	Раз- ница
1	55	21	109	5,2	55	13	120	9,2	+4,00
2	60	12	101	8,4	60	16	139	8,7	+0,3
3	63	17	127	7,4	63	9	63	7,0	-0,4
4	67	22	163	7,4	67	15	125	8,3	+0,9
5	72	33	307	9,3	72	28	121	5,0	-4,3
6	77	36	269	7,3	77	21	114	5,4	-1,9
7	82	16	128	8,0	82	18	132	7,3	-0,7
8	87	22	171	9,5	87	9	69	7,6	-1,9
9	97	22	150	6,8	97	21	188	8,9	+2,1
10	130	19	151	7,4	130	13	62	4,79	-2,7
11	Итого	220	1675	$\bar{X}=7,61$		181	1133	$\bar{X}=6,25$	-1,16

На чемпионате Республики Беларусь 2019 г. нами зарегистрирована 181 схватка в 10 весовых категориях, в которых было набрано 1133 баллов, в среднем за схватку 6,25. Сравнивая эти цифры с чемпионатом Республики Беларусь 2018 года, где было зарегистрировано 220 схваток, в которых было набрано 1675 баллов – $\bar{x}=7,61$, отмечаем ухудшение среднего показателя баллов за схватку на 1,16.

Значительное увеличение технической подготовленности борцов отмечается в весовых категориях: 55 кг – в 2018 г. – 5,2; в 2019 г. – 9,2; +4 балла; и 97 кг – 2018 г. – 6,8, в 2019 г. – 8,9; +2,1 балла.

Ухудшились показатели техники у борцов весовых категорий 72 кг – в 2018 г. – 9,3; в 2019 г. – 5,0; -4,3 балла; и 130 кг – 2018 г. – 7,4, в 2019 г. – 4,76; -2,7 балла.

Также снизились показатели техники в весовых категориях 77 кг и 87 кг – 1,9 баллов.

В остальных весовых категориях технико-тактическая подготовленность осталась на прежнем уровне.

Кроме регистрации проведенных приемов в схватках записывались замечания и предупреждения за пассивное ведение борьбы. Это очень важные показатели активности борцов и функциональной подготовленности. Это возможность борцу проявить свое преимущество в партерной борьбе.

В стойке спортсменами было выполнено 54 % общего числа оцененных приемов, в партере – 46 %. Поэтому в учебно-тренировочном процессе временные параметры совершенствования техники в стойке и партере должны быть примерно равны. Переводы в партер различными способами составили 31 % от общего числа баллов, выполненных в стойке, броски прогибом, подворотом, скручиванием – 47 %, другие приемы – 22 %. В партерной борьбе наиболее распространенными действиями были перевороты накатом – 60 %, броски «задний пояс» – 34 %, другие приемы – 6 %.

Полученная информация о технической подготовленности участников чемпионата Республики Беларусь позволяет тренерам в учебно-тренировочном процессе точно работать над защитами от вышеперечисленных приемов, строить правильно тактику ведения схваток, моделировать подготовку с предстоящими соперниками.

Таблица 3 – Количество проведенных схваток и техническая подготовленность чемпионов Республики Беларусь 2019г.

№	ЧРБ-2018 весовые категории	ФИО спортсмена	Разряд	Город	Год рождения	Кол-во проведенных схваток	Выиграно баллов	Проиграно баллов	Проиграно предупреждений
1	55	Сулягин Дмитрий	КМС	Гродно	2001	4	30	7	2
2	60	Бричак Дмитрий	МСМК	Гродно	1991	4	21	6	3
3	63	Негода Максим	МС	Борисов	1998	3	21	0	–
4	67	Дауров Сослан	МСМК	Гродно	1991	3	20	1	1
5	72	Тахоев Азамат	МС	Молодечно	1996	5	23	14	3
6	77	Лях Павел	МСМК	Гродно	1992	4	22	5	1
7	82	Сосуновский Виктор	МСМК	Борисов	1989	4	17	–	1
8	87	Стадуб Николай	МСМК	Молодечно	1991	3	17	1	1
9	97	Грабовик Александр	МСМК	Новогрудок	1988	4	29	4	1
10	130	Грищенко Кирилл	МСМК	Гомель-Минск	1991	3	7	–	–

В самой легкой весовой категории участвовало 7 спортсменов. Победил 18-летний гродненец Дмитрий Сулягин, который провел 4 схватки, выиграл 30 баллов, проиграл 7. Получил 2 предупреждения за пассивное ведение борьбы. Для соревнований международного уровня ни чемпион в этом весе, ни призеры не готовы практически по всем сторонам подготовки. В более тяжелой категории 60 кг победил МСМК Дмитрий Бричак из Гродно. Конкуренцию ему составил опытный Дмитрий Кажарский из Витебска, но он не был готов к этому чемпионату. Эта весовая категория олимпийская и все участвующие спортсмены не готовы бороться в этом году за лицензии.

В весовой категории 67 кг доминировал гродненец Сослан Дауров, опытный спортсмен, серебряный призер I Европейских игр в Баку, участник Олимпийских игр в Рио-де-Жанейро. При целенаправленной подготовке он может рассчитывать на завоевание лицензии на Олимпиаду-2020.

В более тяжелую категорию 77 кг из 71 перешел МСМК Павел Лях. Он провел 4 схватки, выиграл 22 балла, проиграл 5, получил 1 предупреждение. Этому борцу

необходимо повысить уровень скоростно-силовых качеств для борьбы в своей весовой категории. В олимпийских весовых категориях 87, 97, 130 кг победили Стадуб Николай, который переиграл опытного Р. Кулиева, серебряного призера чемпионата Европы и мира; Грабовик Александр, уверенно победивший в финале Сергея Стародуба из Минской области, а в тяжелом весе первенствовал Кирилл Грищенко. Для успешной подготовки к Олимпийским играм 2020 г. тренерскому совету национальной сборной команды необходимо отобрать двойной состав в олимпийских весовых категориях 60, 67, 77, 87, 97 и 130 кг и начать целенаправленную подготовку к завоеванию лицензий, дающих право участия в Олимпиаде.

Таблица 4 – Командные результаты чемпионата Республики Беларусь по греко-римской борьбе 2019 г.

Команды	55	60	63	67	72	77	82	87	97	130	Всего очков	Мес- то
Гродненская обл.	9+10	8+10		8+10		10	8	9	10		92	I
Минская обл.			8+9+10	9	8+10	9	10	10	9		92	II
Гомельская обл.			6		8	6+8	6+8+9	3	8	10	72	III
Могилевская обл.	8	9	4	6	1+9	4	6	8	4		59	IV
г. Минск		1	8	6+8	6	1+8			3	6+9	56	V
Витебская обл.	4	8			2	6	3+4	6	1	1+8	43	VI
Брестская обл.	7		3+6	4							20	VII

Командную победу в чемпионате одержал коллектив Гродненской области, на втором месте с одинаковым количеством очков борцы Минской области, проигравшие гродненцам по качеству, на третьем – гомельские борцы. Уже не один год столичные борцы снижают уровень подготовленности, вот и на этот раз команда г. Минска заняла 5-е место из 7 участвующих команд. Такое положение с греко-римской борьбой в столице должно стать предметом обсуждения на тренерском совете сборной команды г. Минска и федерации борьбы, которые должны наметить пути улучшения организации и качества учебно-тренировочного процесса.

1. Максимович, В. А. Спортивная борьба: моногр. / В. А. Максимович, В. С. Ивко. – Гродно: ГрГУ, 2017. – 359 с.

2. Годик, М. А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок / М. А. Годик. – М., 1980.

3. Ленц, А. Н. Тактика в спортивной борьбе / А. Н. Ленц. – М., 1967.

4. Нелюбин, В. А. Специфика соревновательной деятельности высококвалифицированных борцов греко-римского стиля в связи с изменением условий ее реализации: автореф. дис. ... канд. пед. наук / В. А. Нелюбин; СпбГАФК им. П. Ф. Лесгафта. – СПб., 2005. – 23 с.

5. Пилюян, Р. А. Совершенствование тактики ведения поединка / Р. А. Пилюян, В. Г. Джанаралиев // Спортивная борьба. – М., 1984.

6. Ивко, В. С. Сравнительная характеристика технико-тактической подготовленности участников чемпионатов Республики Беларусь по греко-римской борьбе 2017–2018 годов / В. С. Ивко // Стенд. доклад на междунар. науч. конгр. «Ценности, традиции и новации современного спорта» г. Минск, 18–20 апреля 2018 г.

7. Максимович, В. А. Анализ XXIX Олимпийских игр и перспективы подготовки к XXX Олимпийским играм в Лондоне по греко-римской борьбе / В. А. Максимович, В. С. Ивко // Мир спорта. – 2008. – № 4 (33). – С. 8–17.

8. Максимович, В. А. Сравнительная характеристика результатов участия национальной сборной команды Республики Беларусь по греко-римской борьбе на XXX Олимпийских играх 2012 г. в Лондоне и инновационные подходы в подготовке к XXXI летним Олимпийским играм 2016 г. в Рио-де-Жанейро / В. А. Максимович, В. С. Ивко, С. К. Городилин // Мир спорта. – 2013. – № 3 (52). – С. 17–21.

УДК 796

*Иляхина О.Ю.,
Смирягина Е.М.*

Белгородский юридический институт МВД России им. И.Д. Путилина
Российская Федерация, Белгород

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В БАСКЕТБОЛЕ

*Ilyakhina O.Yu.,
Smiryagina E.M.*

I.D. Putilin Belgorod Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia
Russian Federation, Belgorod

THEORY AND METHODOLOGY OF SPORTS TRAINING IN BASKETBALL

ABSTRACT. Basketball is very common in our time, but not everyone will be able to master the most complex set of techniques and methods that are focused, rational and effective from the point of view of modern theory and game practice.

KEYWORDS: basketball; game practice; physical training; psychological preparation; exercises; health.

АННОТАЦИЯ. Занятие баскетболом в наше время весьма распространено, но не каждый человек сможет овладеть сложнейшей совокупностью приемов и способов, которые целенаправленны, рациональны и эффективны с точки зрения современной теории и игровой практики.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: баскетбол; игровая практика; физическая подготовка; психологическая подготовка; физические упражнения; здоровье.

Физическая подготовка баскетболистов направлена на решение определенных задач, таких как:

1. Увеличение уровня развития и способностей организма.
2. Появление у спортсменов следующих физических качеств – быстрота, ловкость, выносливость, устойчивость, прыгучесть.

С технической точки зрения считается, что самой важной стороной тренировочного процесса является ответственная подготовка спортсменов. Тренерам необходи-