

# ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ для сборной команды Республики Беларусь по греко-римской борьбе по подготовке к лицензионным турнирам для завоевания права на участие в ОИ-2020 в Токио

**Ивко В.С.**

доцент, Заслуженный тренер БССР,  
Белорусский государственный университет физической культуры

**Либерман Л.А.**

доцент, Заслуженный тренер Республики Беларусь, Заслуженный мастер спорта, Белорусский государственный университет физической культуры

В статье дан анализ технической подготовленности борцов греко-римского стиля на чемпионате Республики Беларусь 2020 г. Произведена запись всех технических действий борцов в стойке и партере и определено количество предупреждений за пассивное ведение борьбы по периодам схваток. Проанализировано развитие греко-римской борьбы в областях страны и г. Минске. Предложены организационно-методические рекомендации в подготовке борцов в пяти Олимпийских категориях 60 кг, 67 кг, 77 кг, 97 кг, 130 кг к двум лицензионным турнирам в Софии (Болгария) и Будапеште (Венгрия), для завоевания права участия в Олимпийских играх 2020 г. в Токио (Япония).

**Ключевые слова:** техническая и специальная подготовка; пассивное ведение борьбы; предупреждения; период схватки; лицензионный турнир; олимпийская категория.

## ORGANIZATIONAL AND METHODOLOGICAL RECOMMENDATIONS FOR THE NATIONAL TEAM OF THE REPUBLIC OF BELARUS ON GRECO-ROMAN WRESTLING ON PREPARATION FOR THE LICENSED TOURNAMENTS FOR THE RIGHT TO PARTICIPATE IN THE OLYMPIC GAMES 2020 IN TOKYO

The article provides analysis of technical preparation of Greco-Roman wrestlers at the Championship of the Republic of Belarus 2020. All technical actions performed by wrestlers in the standing and parterre position have been recorded and the number of warnings for passive wrestling by bout periods is determined. The level of Greco-Roman wrestling in the regions of the country and in Minsk city is analyzed. Organizational and methodological recommendations for preparation of wrestlers in five Olympic categories (60, 67, 77, 97, and 130 kg) to two licensing tournaments in Sofia (Bulgaria) and Budapest (Hungary) to win the right to participate in the 2020 Olympic Games in Tokyo, Japan.

**Keywords:** technical and special training; passive control; preventions; fight period; licensed tournament; Olympic category.

Чемпионат Республики Беларусь по греко-римской борьбе рассматривается специалистами как итог работы областей страны и г. Минска по развитию и подготовке борцов высокого класса, как появление новых талантов в 10 весовых категориях, как готовность членов штатной команды Республики Беларусь по греко-римской борьбе к участию в двух лицензионных турнирах – в Будапеште – европейский турнир, и Софии – мировой турнир по завоеванию права участия в Олимпиаде 2020 г. в Токио в пяти весовых категориях: 60 кг, 67 кг, 77 кг, 97 кг, 130 кг. Толькозавоевание 1–2-го места на этих турнирах дает право на получение лицензий на Олимпиаду.

В весовой категории 87 кг на чемпионате мира 2019 г. в Нурсултане (Казахстан), белорус Николай

Стадуб завоевал лицензию на Олимпиаду 2020 г., заняв 5-е место. В остальных 5 олимпийских категориях участие белорусов является открытым.

Чемпионами и призерами в олимпийских весовых категориях стали борцы, вышедшие на «плато» высшего спортивного мастерства, имеющие высокие титулы на европейских и мировых чемпионатах, обладающие высокими уровнями общей и специальной подготовки, технического и тактического мастерства, психологической устойчивости и др.

На период проведения чемпионата страны особенно было важно проследить за уровнем технического мастерства и функциональной подготовленности как основных компонентов достижения победы в борцовских схватках в греко-римской борьбе.

В связи с этим в нашем исследовании были поставлены следующие задачи:

1. Определить техническую подготовленность участников чемпионата Республики Беларусь.
2. Выявить уровень функциональной (скоростно-силовой) выносливости борцов в олимпийских весовых категориях.
3. Проанализировать работу областей и г. Минска по развитию греко-римской борьбы.
4. Дать практические рекомендации по подготовке к лицензионным турнирам членам сборной команды Республики Беларусь по греко-римской борьбе.

Для определения уровня технической подготовленности мы использовали регистрацию приемов в схватках. Данные техники в стойке и партере заносились в специальный протокол по периодам и минутам схватки для последующей обработки.

Уровень функциональной (скоростно-силовой выносливости) определяли по количеству замечаний и предупреждений за пассивное ведение борьбы.

В чемпионате Республики Беларусь по греко-римской борьбе приняло участие 167 спортсменов, среди 2 ЗМС, 18 МСМК, МС Республики Беларусь 79 и КМС 68 человек.

Было зарегистрировано 199 схваток в 10 весовых категориях, в которых борцами было набрано 1439 баллов, в среднем за схватку 7,4 балла.

В общее количество баллов входят 151 предупреждение за пассивное ведение борьбы, когда борец наказывался баллом.

Сравнивая показатели технической подготовленности участников чемпионата страны за 2019–

Таблица 1. – Количество участников, количество схваток и набранных очков участниками чемпионата Республики Беларусь 2020 г.

Весовая категория	Количество участников	Количество схваток	Количество набранных баллов (включая предупреждения)	Средний показ баллов за схватку	Баллов в партере	Баллов в стойке	Предупреждения, оцененные в один балл
55	6	12	80	6,8	58	22	6
60 олимп.	13	18	121	6,7	64	48	9
63	22	25	193	7,7	100	76	17
67 олимп.	15	15	121	8,0	56	41	24
72	25	29	179	7,2	90	72	16
77 олимп.	26	30	207	6,9	102	87	18
82	17	21	148	7,0	72	60	16
87 олимп.	13	14	114	8,1	40	56	18
97 олимп.	17	18	165	9,1	82	64	19
130 олимп.	15	17	111	6,5	40	47	14
Итого :	167	199	1439	~7,4	760	528	151
							679

Примечание: предупреждения, вынесенные борцам за пассивное ведение борьбы, оценивались в один балл, их сумма вошла в общее количество баллов.

Таблица 2. – Количество технических действий по группам приемов проведенных в стойке и партере на чемпионате Республики Беларусь 2020 г.

100 % в стойке 679, группы ТТД				Партер, группы ТТД 100 % – 760		
Переводы в партер различными способами	Броски прогибом и скручивания	Броски подворотом	Предупреждение за пассивность	Перевороты накатом	Броски «задний пояс»	Контр-приемы и др.
424–61 %	76–12 %	22–4 %	151–23 %	426–56 %	284–38 %	50–6 %

По количеству набранных баллов борцами за все соревнования определяли уровень технической подготовленности, который, естественно, зависел от уровней подготовленности соперников.

Опытные титулованные борцы доминировали над борцами ниже классом, набирали большое количество баллов и добивались досрочной победы по баллам с явным преимуществом. По мере приближения к финалу соперники становились более подготовленными и количество баллов в схватках уменьшалось. Об этом свидетельствуют финальные поединки, где встречались сильнейшие на этот период борцы в своих весовых категориях. Борьба в б весовых категориях в финале была равная, об этом можно судить по счету – 2:2; 6:4; 5:4; 5:5; 5:3; 1:1, и только борцы, имеющие мощный боевой настрой и хорошую функциональную подготовку, добивались победы.

Оценивая уровни технической и функциональной подготовленности чемпионов и серебряных призеров чемпионата Республики Беларусь по греко-римской борьбе, можно заключить, что в олимпийской весовой категории 60 кг чемпион М. Кожарский и финалист Е. Беляк имеют проблемы с функциональной подготовленностью: более опытный и возрастной М. Кожарский получил 2 предупреждения за пассивное ведение борьбы и только в конце схватки переиграл Е. Беляка по качеству приемов. Оба имеют проблемы с весовым режимом. Даже при точной кропотливой работе с этими борцами завоевание лицензии будет проблематичным. В весе 67 кг опытный С. Дауров с трудом одолел молодого перспективного М. Негоду со счетом 6:4, причем проигрывал первый период, получив предупреждение за пассивное ведение борьбы. Спортсмен борется в низкой стойке, что дает повод для судей выносить предупреждение за пассивное ведение борьбы. При дальнейшей работе с ним необходимо разнообразить техническую подготовленность борьбы в стойке, повысить уровень функциональной подготовки с тем, чтобы ни в коем случае первым не получить данное предупреждение и чтобы в начале схватки в партере не пропустить технические действия. Необходимо повысить надежность защиты в партере от переворота накатом и «заднего пояса», повысить уровень психологической подготовленности. В весе 77 кг в сборной команде на сегодняшний день есть два атлета, способных бороться за лицензию: это победитель чемпионата В. Сосуновский и П. Лях. В финале опытный В. Сосуновский, проигрывая по ходу схватки П. Ляху, использовав ошибку П. Ляха при перевороте накатом, выполнил контрприем и тушировал соперника. Из положения «мост» П. Лях так и не мог уйти. У победителя имеются проблемы с весом, так как ранее В. Сосуновский боролся в весе 82 кг, показывая высокие результаты, но решил перейти в олимпийскую весовую категорию 77 кг. Дебют на чемпионате оказался успешным. Но ему в этом весе необходимо расширить технический арсенал в стойке, решить проблему со снижением веса. Необходима специаль-

ная подготовка к первой схватке на лицензионном турнире. В этом весе его дублирует МСМК П. Лях.

В олимпийском весе 87 кг у нас есть олимпийская лицензия, завоеванная Николаем Стадубом на чемпионате мира 2019 г. в Нурсултане. В финале чемпионата ему пришлось бороться с призером чемпионата Европы и мира Р. Кулиевым. Функционально Н. Стадуб был не готов к чемпионату, и в финале во втором периоде явно уступил Р. Кулиеву, проиграв 2 предупреждения и уходы за ковер, ничего не противопоставив атакующему напору соперника, и проиграл.

В полутяжелой весовой категории победил опытный А. Грабовик – возрастной спортсмен, которому необходим на этом этапе поддерживающий режим тренировок. Этого спортсмена необходимо готовить к турнирам строго индивидуально – вначале повышать уровень аэробных возможностей, затем на этом базисе развивать специальную выносливость. В тяжелом весе доминировали братья Чугашвили, Георгий и Иосиф. В финале после «толкотни» по предупреждениям победил более молодой Георгий, у которого много проблем с функциональной подготовкой: борется только первый период, затем резко теряет работоспособность, проигрывает предупреждения (за турнир проиграно 5 предупреждений).

Необходимо кроме вышеизложенного работать над атаками в партере и защитами.

В чемпионате страны 2020 г. приняли участие спортсмены всех областей и г. Минска.

Минская область была представлена 41 участником, Гродненская – 30, Могилевская – 27 спортсменами, Витебская – 11 борцами, Гомельская – 21, г. Минск выставил 33 участника и Брестская область – 10 борцов. В упорной борьбе первое командное место завоевал коллектив Минской области, на втором месте, проиграв всего одно очко, гродненцы и на третьем – борцы Могилевской области. Прогрессируют борцы Витебской области, увехшие с чемпионата трех чемпионов. Хорошо работают тренерские коллективы Минской (2 чемпиона) и Гродненской (3 чемпиона) областей. По одному чемпиону страны подготовили могилевчане и гомельчане. На протяжении последних лет не радуют плодотворной работой минские тренеры: имея хорошую инфраструктуру и условия для плодотворной работы, команда г. Минска заняла предпоследнее 6-е место, обойдя только борцов из Бреста. Такое выступление должно стать предметом анализа и обсуждения на заседаниях Минской федерации борьбы.

На основании анализа соревновательной деятельности и функциональной подготовленности кандидатов для подготовки участия в двух лицензионных турнирах (в Будапеште и Софии), можно рекомендовать тренерам сборной команды организационно-методические предложения:

1. В пяти весовых категориях – 60, 67, 77, 97, 130 кг отобрать по 2 сильнейших борца для дальнейшей подготовки к лицензионным турнирам.

Таблица 3. – Соревновательная деятельность чемпионов Республики Беларусь в олимпийских категориях

№	ФИ	Количество схваток	Выигранных баллов	Проигранных баллов	Получено предупреждений	Итог схватки в финале
1	Кожарский М.	4	27	3	3	2:2 победил Е. Беляка по качеству приема
2	Дауров С.	3	25	4	2	6:4 победа над М. Негодой
3	Сосуновский В.	4	26	5	1	5:4 Туше над П. Ляхом
4	Кулиев Р.	4	14	9	3	5:5 по последнему действию над Н. Стадубом
5	Грабовик А.	4	28	9	4	5:3 победа над ЗМС Д. Гамзатовым
6	Чугашвили Г.	4	11	7	5	1:1 победа над И. Чугашвили по послед. действию

Таблица 4. – Результаты командного первенства Республики Беларусь 2020 г. по греко-римской борьбе 8–10 января 2020 г. г. Минска

Участвующие организации	55 кг	60 кг	63 кг	67 кг	72 кг	77 кг	82 кг	87 кг	97 кг	130 кг	Всего очков	Место
1 Минская область		8+9		8+9		8+10		8+9	8	10	87	1
2 Гродненская область	8		8	10	8+8	9		6+10	10	9	86	2
3 Могилевская область		6	8+9+10		6+9		8	4	4+8		72	3
4 Витебская область	9+10	1+10			1+10	4		1	6	8	60	4
5 Гомельская область	5	8	3	2	4		2+8+10	6	9		57	5
6 Минск	6	3+4		4		6	9	3		4+6+8	53	6
7 Брестская область	7			6+8							21	7

2. Организовать планомерную учебно-тренировочную работу с каждым по устранению ошибок в технической, функциональной и психологической подготовке.

3. На первом этапе подготовки повысить уровень аэробных возможностей борцов как базиса специальной выносливости в спортивной борьбе.

4. Привлечь в период подготовки к турнирамличных тренеров спортсменов для улучшения контроля за подготовкой и психологической разгрузкой борцов.

5. Применять моделирование в учебно-тренировочном процессе, использовать видеоматериалы с технической и тактической подготовкой вероятных соперников.

6. Повысить роль теоретической подготовки борцов с целью досконального изучения правил соревнований, оценки технических действий, неприменения допинговых препаратов в УТП.

7. Усилить роль воспитательной работы по сплочению сборной команды для решения вопроса завоевания лицензий на Олимпийские игры 2020 г. в Токио.

8. В случае незавоевания лицензий на европейском турнире в Будапеште в весах 67 и 77 кг. (С. Дауров и В. Сосуновский) дать право на завоевание лицензий на мировом турнире дублерам М. Негоде (вес 67 кг) и П. Ляху (вес 77 кг).

## ЛИТЕРАТУРА

1. Ивко, В. С. Техническая подготовленность участников чемпионата Республики Беларусь 2019 г. по греко-римской борьбе / В. С. Ивко // II Европейские игры – 2019: психолого-педагогические и методико-биологические аспекты подготовки спортсменов: материалы Междунар. науч.-практ. конф., Минск, 4–5 апр. 2019 г. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; редкол.: С. Б. Репкин (гл. ред.) [и др.]. – Минск: БГУФК, 2019. – С. 146–151.
2. Максимович, В. А. Спортивная борьба : монография / В. А. Максимович, В. С. Ивко. – Гродно : ГрГУ, 2017. – 359 с.
3. Карелин, А. А. Спортивная подготовка борцов высокой квалификации : монография / А. А. Карелин. – Новосибирск : Изд-во «Манга-зия», 2002. – 480 с.
4. Іўко, В. С. Барацьба спартыўная : падручнік для студэнтаў спецыяльнасцей фіз. выхавання і спорту выш. навуч. установы / В. С. Іўко. – Гродна : ГрДУ, 1977. – 332 с.
5. Ивко, В. С. Сравнительная характеристика технико-тактической подготовленности участников чемпионатов Республики Беларусь по греко-римской борьбе 2017–2018 годов / В. С. Ивко, Н. Н. Нижнебицкий // Ценности, традиции и новации современного спорта : материалы Междунар. науч., конгр., Минск, 18–20 апр. 2018 г.: в 2 ч. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; редкол.: С. Б. Репкин (гл. ред.), Т. А. Морозевич-Шилюк (гл. ред.) [и др.]. – Минск: БГУФК, 2018. – С. 102–103.
6. Новиков, А. А. Основы спортивного мастерства / А. А. Новиков. – М. : ВНИИФК, 2003. – 208 с.
7. Ивко, В. С. Соревновательная деятельность участников рейтингово международного турнира по греко-римской борьбе памяти первого олимпийского чемпиона БССР Олега Караева / В. С. Ивко // Мир спорта. – 2019. – №4 (77). – С. 24–31.
8. Стратегия развития спортивной борьбы в научном-обоснованном интеграционном обновлении / В. А. Максимович [и др.] // Мир спорта. – 2017. – № 4. – С. 7–12.

26.06.2020