

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет фізичного виховання та спорту
Кафедра олімпійського та професійного спорту**

**АНАЛІЗ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ
ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ БОРЦІВ НА ГОЛОВНИХ
ЗМАГАННЯХ МАКРОЦИКЛУ**

Кваліфікаційна робота

на здобуття ступеня вищої освіти бакалавр

Виконав: студент 4 курсу 10-241
групи

Спеціальності: 017 Фізична
культура і спорт (скорочений
термін)

Освітня програма: Фізична
культура і спорт

Арушанян Ерік Борисович

Керівник: проф. Пітин М.П.

Рецензент:



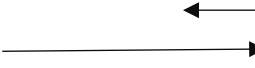
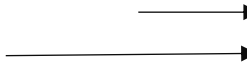
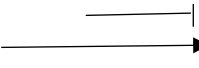




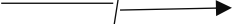


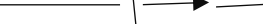




к.п.н., доцент Глухов І.Г.


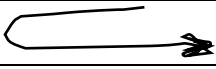
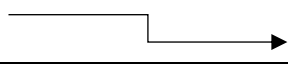
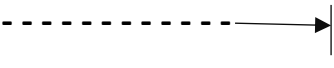
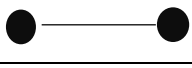
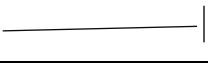
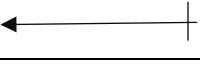

Херсон, 2020

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ	3
ВСТУП	5
.	
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ СКЛАДОВИХ У ВІЛЬНІЙ БОРОТЬБІ	7
1.1. Вивчення понять «техніка» і «тактика» в теорії спорту і в теорії спортивних одноборств	7
1.2. Складові технічних дій висококваліфікованих борців	9
1.3. Парадигми тактичних дій у вільній боротьбі	11
.	19
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ .	19
.	20
2.1. Методи дослідження	
2.2. Організація дослідження	
РОЗДІЛ 3. АНАЛІТИЧНА ОЦІНКА ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ БОРЦІВ ВИСОКОГО КЛАСУ НА ЄВРОПЕЙСЬКИХ ТА ВСЕУКРАЇНСЬКИХ ЗМАГАННЯХ	22
.	
3.1. Види головних змагань з вільної боротьби в річному макроциклі висококваліфікованих борців Збірної України	26
3.2. Аналіз тактичних дій борців високого класу України на Чемпіонаті Європи Рим 2020	34
3.3. Аналіз технічних дій борців високого класу України на Чемпіонаті Європи Рим 2020	36
3.4. Розподіл використаних тактико-технічних дій висококваліфікованими борцями на головних змаганнях	41
ВИСНОВКИ	
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

Умовне позначення	Тлумачення тактико-технічної дії
	Атака
	Хибна атака
	Зустрічна атака
	Атака на випередження
	Атака з випередженням захисту
	Атака в захист
	Атака на підготовку
	Обоюдна атака
	Атака у відповідь
	Захисна атака
	Повторна атака
	Підготовча атака
	Контратака
	Маневр
	Випередження
В 	Виклик
П 	Провокування

	Розрушення
	Використання
	Подолання
	Загроза
	Підготовка
	Захист розрушенням
	Захист уходом
	Захист підготовкою

ВСТУП

Вимоги сьогодення до видовищності олімпійських видів спорту вимагають від борців демонстрації вищого рівня техніко-тактичних дій під час ведення сутички. Ряд дослідників: Туманян Г.С., 2020 [29], Шахмурадов Ю.А., [32], Ягело В., [35] та інші, вказують, що визначальним параметром успішності виступів у єдиноборствах є техніко-тактична підготовленість і майстерність спортсмена. Так, автори Гожин В.В. і Малков О.Б. [5] в монографії ґрунтовно відобразили теоретико-методичні аспекти техніки і тактики спортивної боротьби. Автори зазначають, що «тактика спортивної боротьби – це вміле використання, технічних, фізичних і вольових можливостей з врахуванням особливостей супротивника і змагальної ситуації» [5, С. 7]. Дослідник Латишев С. [12], який вивчав особливості тактичної підготовленості борців із врахуванням їх індивідуальних стилів ведення сутички зазначив, що тактиці притаманні три основні стилі ведення сутичок: темповий, ігровий, силовий. На сьогодні, вражає різноплановість тактичних дій, яку демонструють висококваліфіковані борці вільного стилю в змагальних сутичках. Враховуючи те, що конкурентоздатність борців високої кваліфікації на міжнародній арені зростає, актуальним залишається питання щодо вивчення тактичної підготовленості висококваліфікованих борців, як складової удосконалення процесу спортивної підготовки.

Мета дослідження – проаналізувати техніко-тактичні дії висококваліфікованого борця збірної України на чемпіонаті Європи 2020.

Об'єкт дослідження – техніко-тактична підготовленість висококваліфікованих борців.

Предмет дослідження – техніко-тактичні дії висококваліфікованих борців.

Відповідно меті, об'єкту і предмету дослідження ми поставили наступні завдання:

1. Вивчити основні теоретичні аспекти техніко-тактичної підготовки у вільній боротьбі.

2. На основі перегляду відеозаписів турнірних сутичок висококваліфікованих українських борців побудувати реалізовану ними тактичну модель на головних змаганнях макроциклу.

3. Проаналізувати арсенал технічних дій висококваліфікованих українських борців під час сутичок на головних змаганнях макроциклу.

Практичне значення дослідження – матеріали дослідження бакалаврської роботи можуть використовувати в практичній діяльності тренери-викладачі ДЮСШ відділення вільна боротьба. Окрім того, результати роботи (як теоретична частина дослідження так і практична) можуть використовувати студенти факультету фізичного виховання та спорту для написання наукових студентських робіт.

Апробація дослідження. За матеріалами дослідження бакалаврської роботи опублікована стаття у збірці матеріалів міжнародної науково-практичної конференції LE TENDENZE E MODELLI DI SVILUPPO DELLA RICERCHE SCIENTIFICI (13 березня, 2020 року м. Рим, Італія). Результати дослідження доповідалися на засіданнях кафедри Олімпійського та професійного спорту.

Обсяг та структура роботи. Бакалаврська робота викладена на 40 сторінках комп'ютерного тексту, містить 9 таблиць, 4 рисунка. Складається з переліку умовних позначень, вступу, трьох розділів,

висновків, списку використаних джерел. У роботі використано 35 літературних джерел.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ СКЛАДОВИХ У ВІЛЬНІЙ БОРОТЬБИ

1.1. Вивчення понять «техніка» і «тактика» в теорії спорту і в теорії спортивних одноборств

Як зазначає професор Костюкевич В.М. [11, С. 28], «спортивна техніка – це сукупність спеціальних рухів спортсмена, на основі яких він може брати участь у змаганнях в окремому виді спорту відповідно встановлених правил». Автор також зазначає, що техніка у спортивній діяльності характеризується наступними показниками: 1) раціональністю техніки – оптимальність прояву технічних дій; 2) ефективністю техніки – наближення технічних дій спортсмена до найбільш ефективного варіанту застосування технічних дій; 3) надійність техніки – стабільне виконання технічних рухів під впливом збиваючих факторів; 4) стабільність техніки – характеризується високим ступенем постійності виконання технічних дій спортсменом [11].

Автори Келлер В.С., Платонов В.М. [10] «спортивна техніка визначається специфічною для виду спорту взаємодією динамічних і кінематичних характеристик системи рухів спортсмена, які утворюють певну ритмічну структуру дії» [10, С. 64]. Відносно поняття «тактика», дослідники зазначають, що «тактика – це теорія і практика прийняття

оптимального рішення і його реалізації в вірогідних і випадкових умовах діяльності» [10, С. 66].

Більш конкретними є визначення понять «техніка» і «тактика» у спорті, які зазначені авторами Сусловим Ф.П. і Тишлером Д.А. [26]. Так, «техніка – це система рухів, дій і прийомів спортсмена, які найбільш притаманно застосовувати для вирішення основних спортивних завдань з найменшою витратою сил та енергії відповідно до індивідуальних можливостей спортсмена» [26, С. 405]. Поняттю «тактика» автори надають наступне тлумачення: «тактика – це сукупність прийомів і засобів, які застосовуються для досягнення певної змагальної мети і розробленої на врахуванні реальних можливостей спортсмена і його суперника» [26, С. 400].

В спортивній боротьбі термінологія - це сукупність термінів, які застосовуються для позначення основних елементів техніки і тактики. Одним з домінуючих складових компонентів змагальної діяльності борців є техніко-тактичні дії. Техніка і тактика у вільній боротьбі виключно різноманітні, причому різноманіття їх постійно зростає. Розвиток техніки і тактики вільної боротьби обумовлений неослабною спортивною конкуренцією на міжнародній арені, зміною правил змагань [6, 22].

Багатолітні дослідження сфери одноборств загалом і вільної боротьби безпосередньо, на сьогодні визначили певні тенденції у різноплановість формулювання понять «тактика» і «техніка». Так, Ленц А.Н. зазначає, що тактика спортивної боротьби – це вміле використання технічних, фізичних і вольових можливостей з врахуванням особливостей суперника і певної змагальної ситуації [6, С.7]. Автор Чумаков Е.М. зазначає, що «тактика борця – це здатність вірно оцінювати ситуацію в змагальній сутичці і відносно цього обирати найбільш ефективні дії для досягнення перемоги» [6, С. 8]. Дослідник Аліханов І.І. надав поняттю тактика спортивної боротьби будь-якого

виду одноборства наступне тлумачення: це раціональне використання можливостей в рамках правил для досягнення перемоги при економній затраті енергії [2, С. 287].

Виходячи з вивчених тлумачень понять «тактика» Гожин В.В. [5] трактує тактику в спортивних одноборствах як: мистецтво; специфічну діяльність, оптимізація дій, розумова діяльність спортсменів. Автор виділив також дві тенденції в розкритті поняття «тактика». Так, до першої віднесений перехід від розгляду тактики на основі теорії поняття ролі суперника до теорії поняття і вивчення конфліктної ситуації. Друга тенденція полягає в переході від поняття тактики, як розумової діяльності до управління даною діяльністю в певній конфліктній ситуації змагальної сутички [5].

Автор **Шахмурадов Ю.А** [32] у своїй роботі також зробив спробу внести ясність в термінологію вільної боротьби. Так, за Шахмурадовим Ю.А. «**тактика ведення поєдинку** – це спосіб побудови власної поведінки в сутичці із врахуванням особливостей суперника» [32].

Важливою складовою майстерності борця будь-якої класифікації є техніка. Доведено, що борець який володіє високою технікою боротьби, часто премагає навіть фізично більш сильнішого за себе суперника. **Техніка боротьби** [6, С. 61] – «це певна система дій, що спрямована на досягнення перемоги, сукупність дозволених правилами змагань прийомів нападу, захисту і котрприймів в стійці і партері». Як зазначає Марзаганов Х.Т. [13 с. 6] технічний борець сміливо веде сутичку, бо не лякається складних ситуацій. **Техніка боротьби** – це сукупність прийомів, котрприймів і захисту, є складовою системою рухів борців. Великий вплив має техніка на тактику ведення сутички спортсменом. Техніка боротьби має складну термінологію, тому тренеру-викладачу необхідно не лише володіти нею, а і доступно доносити до своїх вихованців. Під час формування і опису техніки боротьби вживається

наступна термінологія: стійка, партер, міст, півміст, пересування, прийом, захват, захист, контрприйом [13].

1.2. Складові технічних дій висококваліфікованих борців

Вільна боротьба – це вид спорту, який відносять до міжнародних видів боротьби, яка характеризується відсутністю ударної техніки. В основі технічної підготовки у вільній боротьби лежать позиційне маневрування двох спортсменів-борців, кожен з яких за допомогою різних технічних прийомів (кидків, захоплень, підсічок, переворотів, підніжок) намагається покласти суперника на лопатки або набрати більшу кількість очок в процесі боротьби. Як зазначають автори Жирнов О.В. і Стиць Д.Я. [8] технічний арсенал і технічна підготовленість відповідно спортсменів в боротьбі є одним з важливих серед всіх видів підготовки.

Автор Пістун А.І. [18] вказує, що саме правила змагань поділяють техніку боротьби у стійці і партері, а далі на кидки, перевороти, переведення. Загалом, для систематизації прийомів техніки боротьби враховують:

- відображення що відбувається на килимі незалежно від виду боротьби;
- виділення загального для всіх видів боротьби;
- збереження специфіки виду боротьби;
- класифікувати основні прийоми відносно загальнодоступного варіанту;
- сприяти створенню найбільш загальних для всіх видів боротьби понять і визначень техніки, які ґрунтуються на загальних принципах боротьби.

Так, до основних технічних прийомів боротьби відносять [18]:

1. Класи, які об'єднують технічні дії, які виконуються у стійці або партері (I рівень).
2. Підкласи об'єднують оцінювані дії борців – кидки, переводи, перевороти (II рівень).
3. Групи об'єднують поняття, які включають основні дії борця, який атакує : прогином, нахилом, поворотом (III рівень).
4. Підгрупи об'єднують за загальними ознаками та прийомами, які входять до однієї групи , але відрізняються за захватами, діями ногами, і іншими варіантами прийомів (IV рівень).

У вільній боротьбі розрізняють: техніку боротьби в партері і техніку боротьби в стійці, кожна з яких має складові та характеристику.

Так, прийоми в партері включають: кидки із підвертанням (кидки із підвертанням захватом ближніх руки і ноги), кидок прогином, кидки накатом, перевороти забіганням, перевороти переходом, перевороти прогином, перевороти перекатом, перевороти розгинанням. Зазначимо, що партер – це положення борця, при якому він знаходиться на колінах і упирається у килим руками. Розрізняють також техніку виконання партера. Так, в положенні високого партеру борець упирається у килим прямими руками, плечі при піднятті. В положенні низького партеру спортсмен упирається у килим передпліччями рук, груддю торкається килима чи лежить на животі [6].

Прийоми в стійці передбачають: кидки нахилом, кидки нахилом із захватом ноги, кидки через стегно, кидки поворотом (млином), кидок через плече з підніжкою із захопленням руки, кидки прогином, кидок поворотом із захватом руки і однойменної ноги зсередини, звалювання збиванням, переводи, звалювання скрученням [6].

Кожен прийом – це певна технічна дія, яка має модельні характеристики виконання, певні помилки та модельні тактичні дії. Значний арсенал технічних дій, який фігурує у вільній боротьбі,

обумовлює довготривалий та кропіткий процес технічної підготовки борців на етапах багатолітнього процесу спортивного тренування.

1.3. Парадигми тактичних дій у вільній боротьбі

Спортивне одноборство характеризується складною і різноманітною тактикою, що робить більший вплив на результат, чим в інших видах спорту. Не випадково їх називають тактичними видами спорту, підкреслюючи тим самим, що результат змагань в них часто у вирішальній мірі залежить від тактичної майстерності спортсменів [14].

В практиці боротьби пропонують обґрунтовану структуру тактики в боротьбі: а) розвідка; б) атака; в) захист; г) контратака; д) виштовхування за килим у захопленні; е) демонстрація активності; ж) реалізація небезпечного положення; з) ліквідація небезпечного становища; і) утримання переваги; к) відновлення сил.

На основі вивчення змагальної діяльності найкращих висококваліфікованих борців світу і досвіду провідних фахівців вільної боротьби було виділено сім варіантів змагальної діяльності або сім стилів ведення поєдинку. 1.Ігровик; 2. Темповик на дистанції; 3. Темповик в захваті; 4 Зав'язочник; 5. Силовик; 6. Рівнорозвинутий; 7 Високонадійний. Відносно обраного напрямку дослідження ми відобразимо лише техніко-тактичні характеристики в кожному стилі використовуючи надану характеристику Латишева С.В. (2011) [12].

Так, **ігровик**. Як вказує дослідник Латишев С.В. [12], тактика сутички спортсмена-ігровика зводиться до того, щоб обіграти суперника за рахунок хибних атак і рухів. Він володіє добре розвинутою координацією і може увійти до щільного захвату і виконати кидок. Техніко-тактичну майстерність він реалізує обманними атаками на фоні втоми уваги суперника. Згодом, успішно виконує реальну атаку.

Перевага техніко-тактичної майстерності полягає у відпрацюванні прийомів з дальньої або середньої дистанції після ряду хибних атак. Суперник в таких сутичках не встигає на атакуючі дії своєчасно реагувати і пропускає початок реальної атаки [12].

У змагальних сутичках борці-ігровики проводять протиборство в основному на двох дистанціях: середній і дальній, щоб забезпечити певну власну свободу пересування, при цьому наближуючись для хибної або реальної атаки. Вплив на суперника здійснюється на основі значної кількості обманних атак, саме вони спрямовані на формування втоми і розсіювання уваги суперника. Рівень надійності атак і захисту борців-ігровиків, найчастіше, вище середнього [5, 12].

Темповик на дистанції. Тактично сутичка борця даного стилю спрямована на «вимотування» суперника за рахунок більшої кількості обманних і реальних атак. Борці зазначеного стилю у змагальних сутичках виконують значну кількість реальних атак у високому темпі; по килиму переміщуються в основному вперед, на потужних швунгах і «обривах» – назад. Особливостями техніко-тактичної підготовленості є застосування борцем всіляких атак до ніг; переводи ривком, а також комбінації з цих двох прийомів, які пов'язані між собою через швунг і хибні атаки (швунг, обманна атака, атака до ніг; швунг, обманна атака, перевод ривком); як правило, продовжує атаку спортсмен другим, третім імпровізованим прийомом після захистів суперника. У нього також напрацьовані власні «коронні» прийоми і комбінації. Проте, надійність їх атак невисока. Вона значно підвищується з середини другого періоду. Надійність захисту також середня, й істотно підвищується у другій половині сутички. Протиборство ведеться на «дистанції швунга»: на дальній і середній. Ступінь впливу на суперника висока, дія здійснюється через потужні швунги [5, 12].

Темповик в захваті. Тактика ведення сутички борців темповиків в захваті спрямована на «вимотування» суперника. Проте, це здійснюється

за рахунок потужного силового тиску: з застосуванням зтягувань, коротких швунгів, забирання голови і рук. Особливості їх техніко-тактичної майстерності – це домінуюче виконання захватів голови з рукою з подальшим переводом ривком, іноді – захватів рук також з подальшим переводом ривком або атакою до ніг. Такі борці також ефективно виконують атаки у відповідь в основному із забіганням «на бал». Представники цього стилю у змагальних сутичках також проводять багато реальних атак і у високому темпі. По килиму переміщуються переважно вперед, постійно витісняючи і виштовхуючи суперника. Борець-темповик у захваті реалізує власні техніко-тактичні дії через напрацьовані підготовки силового тиску [5, 12].

Проте, надійність їх атак не висока. Надійність значно підвищується з середини другого періоду. Надійність захисту середня, яка також істотно підвищується у другій половині сутички. Протиборство ведеться на ближній дистанції з високим ступенем впливу на суперника. Тактичні дії здійснюються через потужні зтягування, захвати рук і голови, швунги. Загалом, на початку сутички, поки борець не впрацюється, як темповик на дистанції, так і темповик у захваті вони пропускають атаки суперників, що дуже важливо враховувати при підготовці до сутички [5, 12].

Зав'язочник. Складові техніко-тактичної майстерності зав'язочника – це переважно прийоми з дистанції (з обманної атаки або навіть без спеціальної підготовки), завдання яких зав'язатись у щільний захват, захопити ноги, руки, тулуб суперника, або навпаки «потрапити» в захват ніг, тулуба. Згодом, за рахунок м'язової чутливості і сили вигідно для себе розбороти ситуацію чи положення. Тактика сутички спрямована на те, щоб перейти з боротьби в стійці до боротьби у «зав'язках», в стандартні або нестандартні положення. Для цього борець-зав'язочник найчастіше захоплює ноги суперника, або віддає власні ноги в захват, а

потім за допомогою спеціальних технічних заготовок «разборює» це положення і здобуває переможні бали [5, 12].

У змагальних сутичках зав'язочники проводять багато реальних атак; у них немає переважно спрямованого переміщення по килиму, пересування вправо, вліво, вперед, назад, рівномірні. Надійність атак є високою, а надійність захисту середня. Протиборство спортсменів ведеться на середній і дальній дистанції.

Силовик. Тактика сутички зводиться до економії витрат енергії з тим, щоб її вистачило не лише на сутичку, а й на змагання загалом. У партері борці-силовики вдало виконують перевороти накатом, перевороти скручуванням захватом руки з головою («лампочка»), переворот перекатом («зворотний»); ТТД дані спортсмени реалізують за рахунок вдалого вибору моменту атаки й значної вибухової сили, тобто за рахунок своєчасності і високої швидкості виконання прийому. Силовик бореться на дистанції. Він уникає щільного контакту. Не влізає в «зав'язки» для здійснення точного вибору зручного моменту атаки. Особливості техніко-тактичної майстерності борців-силовиків зводяться переважно до добре відпрацьованих одиночних прийомів з дистанції – це частіше всього атаки до ніг і кидки [5, 12].

У сутичках на змаганнях силовики проводять мало атак. Вони переважно прагнуть стояти в центрі килима не переміщуючись, у надійній стійці, виставляючи руки вперед, не дають супернику зблизитись на дистанцію атаки. Надійність їх атак вище середнього. Надійність захисту – висока (може істотно знизитися у другій половині сутички, якщо не витримана тактична схема через сильну втому). Протиборство борці даного стилю ведуть на дальній дистанції і з економією енергетичного потенціалу й практично не впливають на суперника [12].

Рівнорозвинутий. Особливості техніко-тактичної майстерності різнорозвинутого борця це не складна, стандартна і високонадійна

техніка ведення сутички. Зазвичай у борців даного стилю відпрацьовані до автоматизму підготовки, «коронні» прийоми атаки у відповідь. Тактика сутички рівнорозвинутих борців зводиться до нав'язування власного захвату і виконання напрацьованого «коронного» прийому. Такий борець ТТД реалізує через свій захват, який прагне постійно нав'язати, і якщо це вдається, то відразу слідує напрацьована атака [12]. Надійність атак середня. Надійність захисту висока. Протиборство ведеться на середній дистанції для того, щоб зручно було нав'язати власний атакуючий захват. Вплив на суперника значний, через постійне нав'язування захвату

У змагальних сутичках борці даного стилю проводять середню кількість реальних атак; Переважно рухаються вперед, трохи вправо, вліво подавляючи суперника для нав'язування власного захвату [5, 12].

Високонадійний. Борці даного стилю впевнено борються у положенні «клінч», коли захоплюють його ногу. У всіх ситуаціях і положеннях такий спортсмен борється до кінця, практично не програючи балів. Тактика сутички зводиться до того, щоб дуже надійно захищаючись, обрати сприятливий момент і реалізувати власну атаку. Особливості техніко-тактичної підготовленості полягає у виконанні як одиночних прийомів, так і в комбінаціях – це різноманітні атаки до ніг, переводи ривком, добре відпрацьована атака у відповідь [12].

У змагальних сутичках надійність їх атак середня. Надійність захисту висока, а протиборство ведеться на середній дистанції. В сутичках високонадійні борці проводять мало реальних атак. Вони малорухливі (переважно стоять в центрі килима, дещо подавляючи суперника вперед). Вплив на суперника не значний, спрямований на забезпечення вигідної ситуації для атаки.

Виходячи з проаналізованих теоретико-методичних основ підготовки борців, одним з важливих завдань тренерського складу є виявлення у спортсменів-борців задатків як, з часом, зможуть

забезпечити його індивідуальний стиль протиборства, а згодом, його спрямоване формування і удосконалення. Загалом, перелічені стилі за тактичними діями борців формуються тривалий час, адже тактика має бути гнучкою і різноманітною.

Розрізняють в тактиці боротьби також наступні розділи [6]:

1. Тактика проведення окремих технічних дій.

Дана тактика проявляється в знанні й вмілому застосуванні сприятливих умов, що виникають під час сутички, а також у вмінні оцінювати їх.

2. Тактика ведення сутички.

Дана тактика багато в чому залежить від індивідуальних особливостей конкретного борця. Кожен професійний спортсмен має власний тактичний стиль. Спортсмен має вміти побудувати тактичний план сутички і реалізувати його або вчасно переорієнтувати залежно від перебігу сутички.

3. Тактика участі у змаганнях.

Успіх виступів на змаганнях залежить від найбільш раціонального застосування складових спортивної підготовленості борця. Спортсмен має відносно турнірної таблиці вміти розробити, спланувати певну стратегію проведення змагальних сутичок.

Загалом, змагальна практика показує, що сміливий, вольовий стратегічно обізнаний борець може знайти вихід з будь-якої ситуації під час сутички. Ми не виключаємо, звісно, й змагальний досвід.

Професор Сергієнко Л.П. [23] зазначає, що загалом, тактична майстерність спортсмена пов'язана із розвитком його психологічних процесів. В структуру тактичної дії дослідник пропонує включати: 1) адекватне прийняття спортивно-змагальної ситуації; 2) розумове розв'язання та вирішення тактичного завдання, яке склалося; 3) психомоторна реалізація тактичних дій для вирішення завдання. Саме для вирішення тактичного завдання Сергієнко Л.П. вказує, що потрібне

попереднє планування стратегії застосування тактичних дій. При плануванні варто дотримуватися таких умов [23]:

1. Усвідомити для себе мету і завдання змагань;
2. Проаналізувати заздалегідь слабкі і сильні сторони суперника;
3. Врахувати умови проведення і організації змагання;
4. Зробити прогнозування можливих труднощів і ситуаційних моментів на змаганнях;
5. Продумати план досягнення успіху;
6. Скласти запасний план застосування тактичних дій для розв'язання змагальної ситуації.

Тому, в процесі тактичної підготовки професором Сергієнко Л.П. пропонується формувати тактичне мислення у спортсменів. Воно може удосконалюватися і змінюватися в процесі тренувально-змагальної діяльності, з ростом досвідченості спортсмена та його ростом спортивної майстерності. В особливостях тактичного мислення спортсмена він розрізняє ряд особливостей: наочно-образну, ситуативну, цілеспрямованість, самостійність, гнучкість, дієвість. Найефективніше удосконалення тактичних дій відбувається саме під час екстремальних умовах змагань [23].

Висновок до розділу 1

Аналіз літературних та інтернет джерел показав наявний значний досліджений спектр теоретико-методичного напрямку в техніко-тактичній підготовці борців високого класу. Нами проаналізовані фігуруючі тлумачення понять «техніка» і «тактика» в теорії спорту і в теорії спортивних одноборств, розкриті в теорії боротьби модельні складові технічних та тактичних дій висококваліфікованих борців.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи дослідження

Для дослідження обраної тематики ми проходили такі рівні науково-дослідної роботи:

1. Проблемно-пошуковий рівень [21] – на даному рівні дослідження нами було виявлено актуальність тематики обраного дослідження, проаналізовані інформація і знання, що існують в теорії спорту і в теорії вільної боротьби про теоретичні основи, різновиди і складові техніко-тактичної підготовки борців.

2. Аналітико-синтетичний [21] – даний рівень характеризується зануренням у обрану проблематику дослідженні та узагальненні отриманих даних.

3. Науково-дослідний [21] – даний рівень в нашому дослідженні має теоретико-аналітичний характер і проявляється в здійсненні аналізу

застосованих висококваліфікованими борцями техніко-тактичних дій під час сутичок на головних змаганнях.

Для вирішення поставленої мети, завдань та об'єктивності дослідження, в роботі використовувався ряд теоретико-практичних методів:

1. Вивчення, аналіз і узагальнення матеріалів літературних та інтернет джерел.
2. Педагогічне спостереження.
3. Педагогічне дослідження.
4. Аналіз відеозапису.

1. Вивчення і аналіз науково-методичної літератури.

На основі вивчення літературних джерел та матеріалів інтернет-ресурсів ми вивчили теоретичні основи технічної і тактичної підготовки борців. Проаналізували підходи щодо різноплановості і класифікації тактичних дій спортсменів-борців. За допомогою інтернет джерел ми розкрили організаційні основи Чемпіонату Європи 2020 року в Римі, а також ознайомилися з протоколами відбіркових сутичок борців.

2. Педагогічне спостереження. Застосовувалося для візуального вивчення техніко-тактичних дій, які були застосовані борцями вищої спортивної кваліфікації під час відбіркових і фінальних сутичок на Чемпіонаті Європи в Римі 2020 року.

3. Педагогічне дослідження. Основу практичного розділу бакалаврської роботи склав природній експеримент, що характеризується здійсненням аналізу ситуаційних сутичок борцями на головних змаганнях макроциклу. А саме, нами проаналізовані техніко-

тактичні дії, що були використані борцями під час сутичок. Ми вивчали, який проведений борцями техніко-тактичний прийом приніс певний переможний бал, проаналізували домінуючі дії в сутичках й на основі цього зробили припущення щодо техніко-тактичного амплуа борців відносно характеристик стилів ведення боротьби за Латишевим О.В. [12].

4. Аналіз відеозапису. Нами був проаналізований відеозапис відбіркових і фінальних сутичок за участю українських чоловіків борців вищої спортивної кваліфікації, які виступали на Чемпіонаті Європи в Римі 2020 року.

2.2. Організація дослідження

Вирішення поставленої мети і завдань дослідження передбачало його організацію і проведення в три етапи:

На першому етапі дослідження (жовтень-листопад 2019 р.) На даному етапі нами був обраний напрямок дослідження, тематика дослідження, вивчені матеріали літературних та інтернет джерел. Спланований методичний апарат виконання бакалаврської роботи.

На другому етапі (грудень 2019 р. – березень 2020 р.). На цьому етапі нами були проаналізовані дані проведеного природного дослідження на основі власної участі Еріка А. у Чемпіонаті Європи 2020 року в Римі. Був проведений аналіз відеозаписів відбіркових і фінальних сутичок висококваліфікованих борців України. Була оформлена наукова стаття у збірку міжнародної науково-практичної конференції LE TENDENZE E MODELLI DI SVILUPPO DELLA RICERCHE SCIENTIFICI (13 березня, 2020 року м. Рим, Італія). На другому етапі дослідження нами були відтворені, на основі перегляду і аналізу відеозаписів, реалізовані ситуаційні техніко-тактичні дії борцями на

головних змаганнях макроциклу, які ми відобразили в таблично-схематичному варіанті.

На третьому етапі (березень 2020 р.) нами був проведений аналіз і узагальнення, систематизація отриманих даних. Зроблені висновки та оформлена бакалаврська робота згідно вимог. Був оформлений список застосованих джерел, під час написання бакалаврської роботи, згідно вимог.

РОЗДІЛ 3

АНАЛІТИЧНА ОЦІНКА ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ БОРЦІВ ВИСОКОГО КЛАСУ НА ЄВРОПЕЙСЬКИХ ТА ВСЕУКРАЇНСЬКИХ ЗМАГАННЯХ

3.1. Види головних змагань з вільної боротьби в річному макроциклі висококваліфікованих борців збірної України

В річному макроциклі календарного 2020 року висококваліфікованих борців передбачено три головні змагання: Чемпіонат Європи, Чемпіонат України і Літні Олімпійські ігри в Пекіні.

Чемпіонат Європи 2020 року. Місто організатор Рим (Італія). Змагання відбувалися з 10 по 16 лютого. Розігрувалися 30 комплектів медалей. Змагання відбувалися на стадіоні PalaPellicone. На рисунку 3.1. відображена офіційна емблема змагань.



Рис. 3.1. Офіційна емблема Чемпіонату Європи 2020 Рим, Італія

Сутички вільників відбувалися з 14 по 16 лютого. Нагороди розігрувалися серед чоловіків у наступних вагових категоріях: до 57 кг., до 61 кг., до 65 кг., до 70 кг., до 74 кг., до 79 кг., до 86 кг., до 92 кг., до 97 кг., до 125 кг. У жінок були передбачені наступні вагові категорії: до 50 кг., до 53 кг., до 55 кг., до 57 кг., до 59 кг., до 62 кг., до 65 кг., до 68 кг., до 72 кг., до 76 кг.

В жвавій боротьбі представники нашої чоловічої збірної: Арушанян Ерік і Михайло Василь вибороли дві бронзові нагороди. В таблиці 3.1. і 3.2. представлена турнірна сітка сутичок борців.

Таблиця 3.1.

Турнірна сітка сутичок висококваліфікованих борців на Чемпіонаті Європи 2020

Вагова категорія	П.І. спортсмена (Країна)	Рахунок сутички
14 лютого 2020 року		
Попередній раунд		
65 кг.	Ерік Арушанян (Україна) - Фотис Пападакис (Греція)	10:0
70 кг.	Олексій Борута (Україна) - Микола Коджокару (Велика Британія)	4:1
97 кг	Муразі Мчелідзе (Україна) - Ібрагим Белукбаши (Турція)	6:11
1/8 фіналу		

65 кг.	Ерік Арушанян (Україна) - Стефан Іванов (Болгарія) 16:6	16:6
70 кг.	Олексій Борута (Україна) - Михайло Георгієв (Болгарія)	15:4
79 кг.	Василь Михайлов (Україна) - Сайфедіне Алекма (Франція)	11:0
1/4 фіналу		
65 кг.	Ерік Арушанян (Україна) - Кшиштоф Бенковські (Польща)	10:0
70 кг.	Олексій Борута (Україна) - Агагусейн Мустафаєв (Азербайжан)	2:5
79 кг.	Василь Михайлов (Україна) - Махамед Хабіб Кадзімамдов (Беларусь)	1:9
1/2 фіналу		
65 кг.	Ерік Арушанян (Україна) - Курбан Шираєв (Росія)	2:9

Ми бачимо з таблиці 3.1, що чоловіча збірна команда України з вільної боротьби представлена в усіх передбачених вагових категоріях в перший день сутичок. В таблиці 3.2. представлена нами турнірна сітка другого змагального дня європейського чемпіонату.

Таблиця 3.2.

Турнірна сітка сутичок висококваліфікованих борців на Чемпіонаті Європи 2020

Вагова категорія	П.І. спортсмена (Країна)	Рахунок сутички
15 лютого 2020 року		
Втішний раунд		
70 кг.	Олексій Борута (Україна) - Геворг Мхеян (Арменія)	3:7
79 кг.	Василь Михайлов (Україна) - Олександрос Цандекідис (Греція)	10:0
Попередній раунд		
74 кг.	Деніс Павлов (Україна) - Аймар Андрусє (Естонія)	10:0
1/8 фіналу		
61 кг.	Іван Білейчук (Україна) - Анвар Сувініті (Філяндія)	8:0
74 кг.	Деніс Павлов (Україна) - Валентин Борзін	2:4

	(Молдова)	
86 кг.	Илля Арчая (Україна) - Ованес Мхитарян (Арменія)	5:6
92 кг.	Роман Ричко (Україна) - Марзпет Галстян (Арменія)	2:15
125 кг.	Олександр Хоцянівський (Україна) - Райан Мало (Італія)	10:0
1/4 фіналу		
61 кг.	Іван Білейчук (Україна) - Арсен Арутюнян (Арменія)	0:7
125 кг.	Олександр Хоцянівський (Україна) - Ігор Дяцько (Беларус)	3:2
1/2 фіналу		
125 кг	Олександр Хоцянівський (Україна) - Гено Петриашвілі (Грузія)	2:7
Сутички за бронзу		
65 кг.	Ерік Арушанян (Україна) - Марван-Ахмед Йєзза (Франція)	11:6
79 кг.	Василь Михайлов (Україна) - Джемаль Рушен Алі (Болгарія)	7:0

Так, дві бронзові нагороди в скарбничці чоловічої збірної з вільної боротьби. Загалом, чоловіча збірна з вільної боротьби посіла 8 командне місце, набравши 64 очки, серед 22 країн учасниць. Загалом збірна команда України (медальний залік чоловіків і жінок) посіла 4 місце, здобувши 2 золоті, 3 срібні і 8 бронзових нагород.

Чемпіонат України планувався проводитися в березні в м. Харків. Проте, через введений на території України з 13.03.2020 року карантин призупинив підготовку спортсменів до даних змагань і участь. У зв'язку з переносом даних змагань на травень місяць, ми не включили запланований аналіз техніко-тактичних дій висококваліфікованих борців України в бакалаврське дослідження.

XXXII літні Олімпійські ігри (02 – 09 серпня 2020 р.) Токіо (Японія).

Як зазначали вище, введений в усьому світі карантин вплинув і на рішення МОК щодо заплановані на 2020 рік Олімпійські ігри. На

олімпійських іграх могли прийняти участь 288 спортсменів, які завоювали ліцензії, які б змагалися за 18 комплектів нагород. На рисунку 3.2. відображена емблема XXXII літніх Олімпійських ігор.



Рис.3.2. Емблема XXXII літніх Олімпійських ігор, Токіо (Японія) [28].

На Олімпійські ігри ще мали б відбуватися ліцензійні турніри у змаганнях з вільної боротьби. Спортсмени Жан Беленюк, Александр Хоцяновский, Юлія Ткач, Алла Черкасова, Оксана Ливач вже встигли вибороти ліцензії і мали б стати олімпійськими надіями на Олімпійських іграх в Токіо. Станом на березень 2020 року залишався шанс вибороти ліцензії українським борцям на ліцензійному турнірі в Будапешті (кінець березня) й на світовому кваліфікаційному турнірі в Софії (травень) [28].

Проте, через масштабну загрозу епідемії коронавірусу МОК вирішило внести певні зміни. Так, по-перше, буде обмежений допуск глядачів на трибуни, по-друге питання щодо перенесення дат проведення змагань вже вирішено. [Інтернет]. Прем'єр-міністр Японії Сіндзо Абе заявив, «що Токіо і Міжнародний олімпійський комітет домовилися відкласти Олімпійські ігри в Японії до 2021 року» [17].

3.2. Аналіз тактичних дій борців високого класу України на Чемпіонаті Європи Рим 2020

Як вже ми зазначали в підрозділі 3.1 бакалаврської роботи Українські атлети були представлені на Чемпіонаті Європи в Римі. У зв'язку з індивідуальною участю у змаганнях нами будуть проаналізовані сутички українських бронзових призерів (Таблиця 3.3.) чемпіонату: Еріка А., Василя М.

Таблиця 3.3.

Представники країн, які посіли призові місця на Чемпіонаті Європи 2020, Рим, Італія

Вагова категорія	Золото	Срібло	Бронза
До 65 кг.	Курбан Шираєв (Росія)	Нюргун Скрябін (Білорусь)	Алі Рахімзаде (Болгарія) Ерік Арушанян (Україна)
До 79 кг.	Магомедхабіб Кадимагомедов (Білорусь)	Магомед Рамозанов (Росія)	Василь Михайлов (Україна) Джабраїл Гасанов (Азербайджан)

По-перше, проаналізуємо сутичку борця Еріка А., який був представлений на змаганнях у ваговій категорії до 65 кг. Виходячи з турнірної сітки (див.Табл.3.1 і Табл. 3.2.) Ерік А. провів у європейському турнірі провів 5 сутичок. Тому нами і будуть проаналізовані 5 реалізованих ситуативних сутичок за техніко-тактичними діями. В схематичному варіанті ми відобразимо лише сутичку спортсмена за бронзу.

Так, кваліфікаційній сутичці українському борцеві довелося зустрітися з представником Греції Фотисом Пападакисом, якого переміг з рахунком 10:0. Перелік тактичних дій, застосований спортсменами відображений у таблиці 3.4.

Таблиця 3.4.

Реалізовані тактичні дії під час кваліфікаційної сутички

Бал				2			-	-		2												16	
				2				2															
				2																			
				2																			
Б		+																					
			+																				
Бал		-		2																			6
				2																			

Примітка: А – борець Ерік А., Б – борець Стефан І., П – сума переможних балів.

1.-атака, 2 – хибна атака, 3 – зустрічна атака, 4 - атака на випередження, 5 – атака з випередженням захисту, 6 - атака в захист, 7 - атака на підготовку, 8 - обоюдна атака, 9 – атака у відповідь, 10 - захисна атака, 11 - повторна атака, 12 - підготовча атака, 13 – контратака, 14 – маневр, 15 – випередження, 16 - виклик, 17 - провокування, 18 – розрушення, 19 – використання, 20 – подолання, 21 – загроза, 22 – підготовка, 23 - захист розрушенням, 24 - захист уходом, 25 - захист підготовкою

В таблиці 3.6. ми відобразили зафіксовані тактичні дії спортсменів в ¼ фіналу. Ерік А. провів сутичку з представником Польщі Кшиштофом Б. Тут знову була перемога за українським висококваліфікованим борцем.

Таблиця 3.6.

Реалізовані тактичні дії під час сутички 1/4 фіналу

№	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	П	
А		+		+	+				+																		
Бал		-		2	2				2																		10
									2																		
Б		+	+																+								
Бал		-	-																-								-

Примітка: А – борець Ерік А., Б – борець Кшиштоф Б., П – сума переможних балів.

1.-атака, 2 – хибна атака, 3 – зустрічна атака, 4 - атака на випередження, 5 – атака з випередженням захисту, 6 - атака в захист, 7 - атака на підготовку, 8 - обоюдна атака, 9 – атака у відповідь, 10 - захисна атака, 11 - повторна атака, 12 -

підготовча атака, 13 – контратака, 14 – маневр, 15 – випередження, 16 - виклик, 17 - провокування, 18 – розрушення, 19 – використання, 20 – подолання, 21 – загроза, 22 – підготовка, 23 - захист розрушенням, 24 - захист уходом, 25 - захист підготовкою

В сутичці $\frac{1}{4}$ фіналу українським спортсменом були здійснені 6 тактичні дії, знову 100 % атакуючого характеру, 5 з яких стали результативними і принесли переможні 10 балів.

В таблиці 3.7. ми висвітили півфінальну сутичку з представником Росії Курбаном Шираєвим, який згодом стане переможцем Чемпіонату Європи.

Варто зазначити, що непрофесіоналам буде складно оцінити тактичні стратегію даної сутички, адже як зазначає професор Келлер В.С. [10] «якщо в спортивному поєдинку спостерігати рухи тільки одного з учасників сутички і не бачити його суперника, навряд чи можна визначити зміст тактичної ситуації і навіть точно назвати вид дій, які ним були застосовані. Адже для встановлення змісту техніко-тактичних дій необхідно враховувати дистанційні взаємодії спортсменів під час сутичок» [10].

Таблиця 3.7.

Реалізовані тактичні дії під час сутички 1/2 фіналу

№	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	П	
А	+		+				+				+																
Бал	1		1				-				-	-		-												2	
Б			+						+					+											+	+	+
Бал			6						2					1		-									-	9	

Примітка: А – борець Ерік А., Б – борець Курбан Ш., П – сума переможних балів.

1.-атака, 2 – хибна атака, 3 – зустрічна атака, 4 - атака на випередження, 5 – атака з випередженням захисту, 6 - атака в захист, 7 - атака на підготовку, 8 -

обоюдна атака, 9 – атака у відповідь, 10 - захисна атака, 11 - повторна атака, 12 - підготовча атака, 13 – контратака, 14 – маневр, 15 – випередження, 16 - виклик, 17 - провокування, 18 – розрушення, 19 – використання, 20 – подолання, 21 – загроза, 22 – підготовка, 23 - захист розрушенням, 24 - захист уходом, 25 - захист підготовкою

Спортсмен України одразу почав сутичку атакуючою тактичною дією, що принесла 1 бал. Згодом, український борець вів більш захисну тактичну стратегію, що і відобразилася у кінцевому результаті – перша поразка за весь європейський турнір.

В таблиці 3.8 ми відобразили схематично послідовність застосування тактичних дій в сутичці українського борця Еріка А. за бронзову нагороду. Так, ми на основі уповільнених кадрів під час перегляду змагальних сутичок за бронзові нагороди зафіксували значний арсенал тактичних реалізованих спортсменами дій. Майстер спорту України Ерік А. застосував і захист уходом і підготовчі, зустрічні, обоюдні атаки, атаки на випередження, атаки у відповідь, маневрування, дві серії повторних атак. Переважна більшість атакуючих тактичних дій у тактиці боротьби за бронзову нагороду, вказує на потужне психологічне налаштування спортсмена на перемогу у даній сутичці.

Таблиця 3.8.

Модель змагальної сутички висококваліфікованих борців за бронзову нагороду на Чемпіонаті Європи в Римі 2020 [1]

Борець А			Борець Б		
Умовні позначення	Тактичні дії	Бал	Умовні позначення	Тактичні дії	Бал
	Захист уходом	-		Атака	4
	Маневр	-		Підготовка	
	Підготовча атака	-		Захист підготовкою	-
	Атака на	2		Захист	-

	випередження			уходом	
	Повторна атака	2		Подолаття	-
	Обоюдна атака	-		Обоюдна атака	-
	Атака відповідь	2		Атака	-
	2 поспіль атаки	2		Атака	-
	Зустрічна атака	2		Атака захистом	3 2
	Повторна атака	1		Захист уходом	-
Загалом балів:		11	Загалом балів:		6

Примітка: Борець А – Ерік А. (Україна), Борець Б - Марван Ахмед Йезза (Франція).

Виходячи з побудованої моделі протиборства, ми можемо констатувати, український борець на початку сутички використовував захисну стратегію, що дозволило супернику здобути 4 бали. Згодом борець змінив тактику на наступальну, застосувавши поспіль 8 атакуючих результативних дії, що принесли переможні 11 балів. Виходячи із зазначених стилів ведення поєдинків, в даній сутичці українському борцю притаманний стиль темповик по дистанції. Так, перші хвилини сутички поступального характеру українського борця можна розцінювати як час витриманий для вивчення тактичного налаштування суперника, згодом використана серія атакуючих дій свідчить про мобілізацію і демонстрацію швидко-силового потенціалу борця.

Варто зазначити, що відтворені моделі реалізованих тактичних дій українського борця Еріка А. дозволили нам виявити притаманний спортсменіві стиль протиборства. Протягом усіх проаналізованих нами сутичок ми спостерігали домінуючий відсоток саме атакуючих дій, швидке переміщення спортсмена під час ведення сутичок. Саме





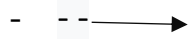
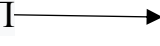
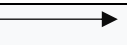
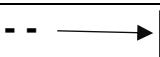
продемонстрований стиль притаманний більше борцю-темповику. Як зазначає Латишев С.В. [12] для схваток борців темповиків характерні висока рухова активність, здатність вести сутичку від початку до її завершення в високому темпі, безперервно проводячи атакуючі дії, і вміння вірно їх виконувати на фоні втоми.

Для припущення домінуючого стилю ведення сутички ми також сформували реалізовану тактичну модель другого бронзового призера Чемпіонату Європи 2020 українця Василя М., що відображено в таблиці 3.9.

Виходячи з реалізованої тактики ведення сутички Василем М. ми можемо констатувати, що спортсменом було проведено 8 тактичних дії, 50 % яких виявилися результативними і принесли бали, в сумі 7 переможних. Причому лише 1 тактична дія - атака у чистому вигляді принесла 2 бали, всі інші результативні дії спортсменом здійснені у відповідь на атакуючі дії суперника. Тривале за часом використання переможних поступових тактичних дій дозволяє українському спортсмену стати переможцем в даній сутичці і здобути довгоочікувану бронзову нагороду.

Таблиця 3.9.

Модель змагальної сутички висококваліфікованих борців за бронзову нагороду на Чемпіонаті Європи в Римі 2020

Борець А			Борець Б		
Умовні позначення	Тактичні дії	Бал	Умовні познач.	Тактичні дії	Бал
	Випередження	-		Атака	-
	Випередження	2	П 	Провокуван ня	-
- - - 	Загроза	-	П 	Провокуван ня	-
	Атака	2	- - 	Загроза	-

	Атака на підготовку	-		Підготовка	-
	Атака	-		Загроза	-
	Захисна атака	1		Захист уходом	-
	Зустрічна атака	2		Загроза	-
Загалом балів:		7	Загалом балів:		0

Примітка: Борець А –Василь М. (Україна), Борець Б - Джемаль Рушен Алі (Болгарія)

В арсеналі використаних тактичних дій у сутичці за бронзу ми можемо побачити проведені атакуючі дії, атаки зустрічні і захисні, на підготовку, а також роботу спортсмена на випередження. Ми можемо припустити, що суперником українця була обрана атакуюча тактика ведення сутички, але майстерні техніко-тактичні дії Василя М. переорієнтували тактику суперника в поразку, в результаті спортсмен міг провести лише одну атакуючу дію всі інші тактичні дії були спрямовані лише на реалізацію захисних моментів.

3.3. Аналіз технічних дій борців високого класу України на Чемпіонаті Європи Рим 2020

Як зазначає Марзаганов Х.Т [13] «техніка боротьби – це сукупність прийомів, контприймів і захисту, що є складовими системи рухів борців» [13]. Техніка прийомів відпрацьовується роками спортивного тренування. В боротьбі є значний арсенал технічних дій і, зрозуміло, що чим більшим відсотком прийомів володіє спортсмен, тим більше можливостей буде в сутичці проявити власну майстерність. Варто зазначити, що у борців з ростом спортивної майстерності визначаються домінуючі технічні прийоми, якими спортсмен володіє на рівні навичку і збиваючи зовнішні фактори не вплинуть на ефективність їх застосування.

В нашому дослідження ми проаналізуємо які технічні прийоми були використані висококваліфікованими українськими борцями під час сутичок за бронзові нагороди Чемпіонату світу 2020 року.

Спортсмен з України Ерік А. проводив сутичку за бронзу з представником Франції Йезза А. Ми, спостерігаючи за сутичкою, встановили, що українським борцем було застосовано дев'ять технічних прийомів, а суперником лише два. Так, борцем із Франції був зроблений кидок з захватом голови і руки зверху. Українець виконав прямий прохід в одну ногу після нирка під руку з підйомом на другий «поверх». Потім відбувся захват плеча знизу й збивання під дальню п'ятку. Згодом, відбулася контратака й накривання після атаки французом, кидок прогином з захватом за дві руки зверху (див. Рис. 3.3.).

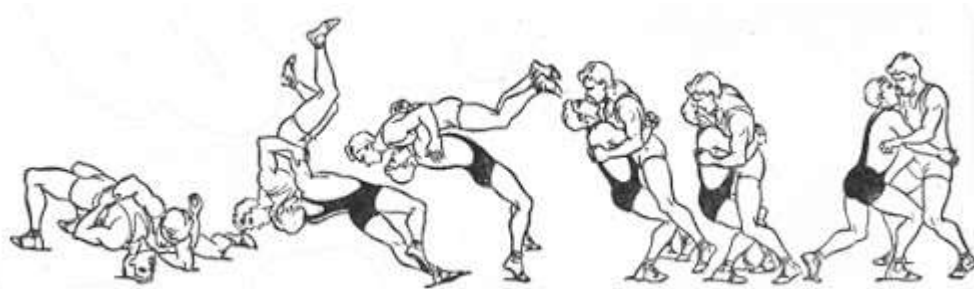


Рис. 3.3. Зображення техніки виконання прийому кидок прогином [6]

Спортсмен Ерік А. провів технічно прийом захват плеча знизу прямий прохід в одну ногу голова зовні й перехід на другу ногу, посадка. Відбулася контратака й накривання після атаки французом, кидок з захватом шиї зверху й руки. Переможній прийом українець виконав звалювання скручуванням з захватом двох рук знизу (див. Рис. 3.4.).

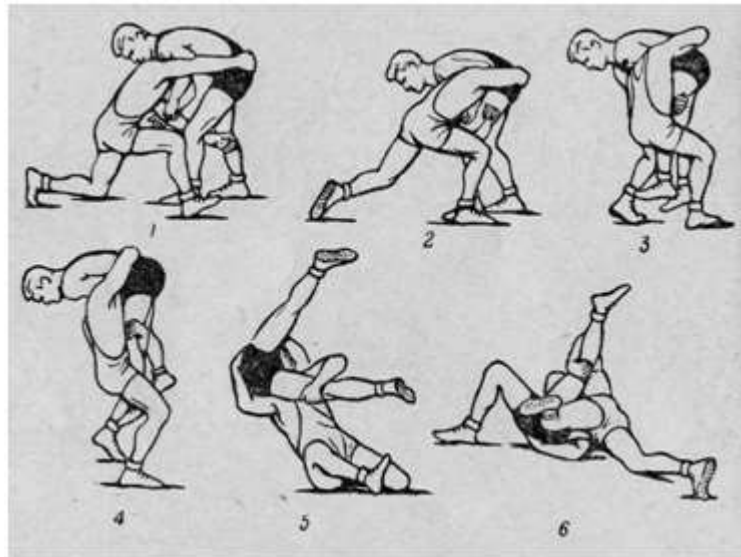


Рис.3.4. Зображення техніки виконання прийому звалювання скручуванням з захватом двох рук знизу [6]

Як ми бачимо, арсенал виконаних прийомів за змагальну сутичку у українського борця значний порівнюючи із суперником. Варто зазначити, що в силу високої майстерності українським борцем Еріком А. вміло поєднувалися декілька прийомів в єдину ланку.

Аналізуючи сутичку за бронзову нагороду другого українського борця Василя М., ми можемо зазначити, що ним було застосовано значну кількість лише декілька прийомів проходу в ноги в різних варіаціях, які характеризують його сутичку, як однотипну за технічним проявом відносно застосованих прийомів. Варто зазначити, що спортсмен даного технічного типу буде дуже простим для вивчення його технічно-стратегічних дій суперниками. На відміну від Еріка А., який проявив себе як непередбачений борець дуже швидкий й, відповідно, його технічність щодо застосування прийомів в різних варіаціях надає спортсменові перевагу.

3.4. Розподіл використаних тактико-технічних дій висококваліфікованими борцями на головних змаганнях

Результативність боротьби залежить не лише від вдало реалізованої тактики спортсменом, а і від технічно вмілого використання прийомів, які є основою певної тактичної дії. Ми проаналізували сутички українських борців, бронзових призерів Чемпіонату Європи 2020. Так, загалом за змагання Еріком А. здійснено 41 тактичну дію. На рисунку 3.5. відображений розподіл за відсотковим співвідношенням застосування тактичних дій спортсменом на змаганнях.

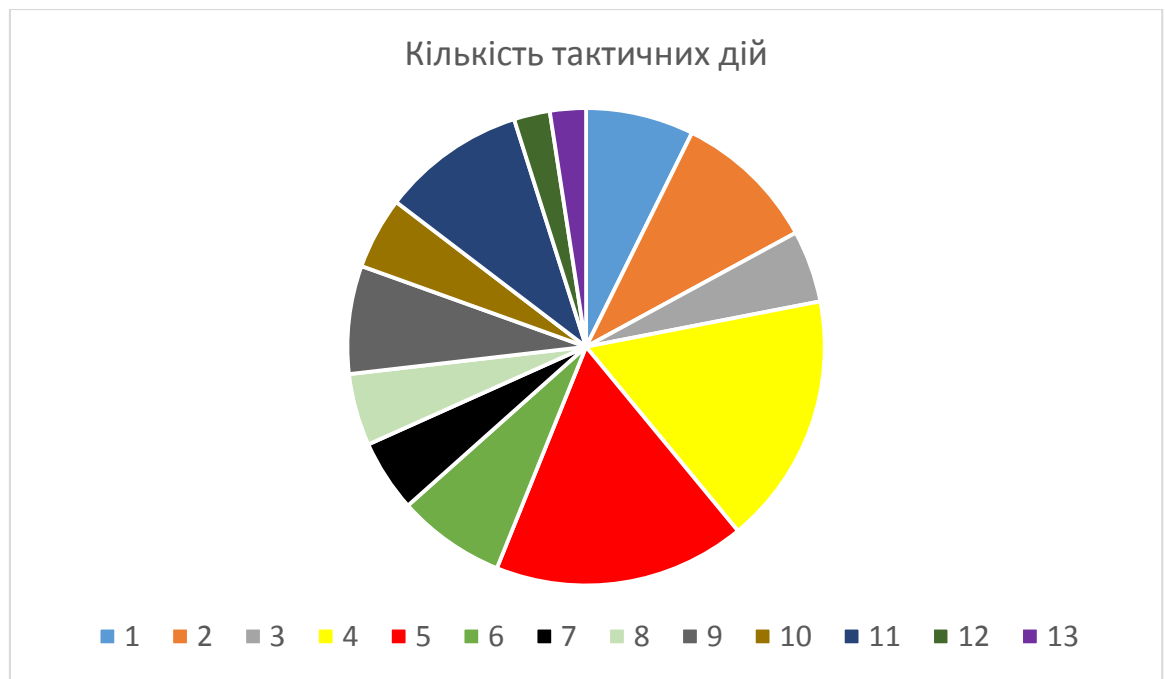


Рис. 3.5. Кількість тактичних дій, проведених висококваліфікованим борцем на головних змаганнях макроциклу

Борцем Еріком А. в змагальних сутичках було застосовано 13 видів тактичних дій з 25 можливих. Домінуючими виявлені дві тактичні дії, які спортсмен використав у змаганнях по 7 разів: атака у відповідь і атака (№ 4 і № 5 на Рис.3.5). відповідно найменше борець застосував такі тактичні дії як маневр – 1 раз і атаку на підготовку – 1 раз (№ 12 і № 13 на Рис.3.5). По 4 рази борцем були використані такі тактичні дії як: загроза (№ 2), повторна атака (№ 11), по 3 рази борець застосував захист уходом (№1), підготовча атака (№ 9), атака з випередженням захисту (№ 6), такі тактичні дії як контратака, обоюдна атака, провокування, атака

на випередження були використані по 2 рази. Загалом, атакуючих тактичних дій відносно загально використаної було застосовано 31 дію висококваліфікованим борцем, що становить 75,6 % від 100 % реалізованих. Це характеризує спортсмена, як наполегливого до власне поставлених завдань і мети.

Другий український борець Василь М. до бронзової нагороди відборовся 4 сутички. На рисунку 3.6. ми відобразили кількість реалізованих ним тактичних дій на змаганнях.

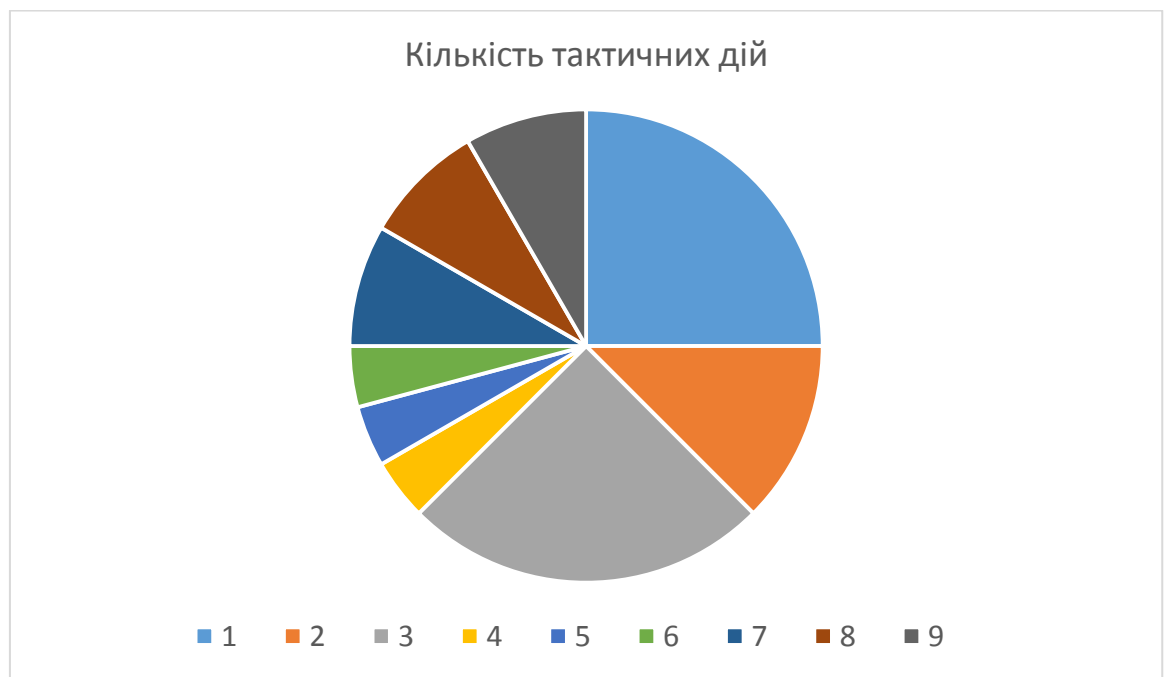


Рис. 3.6. Кількість тактичних дій, проведених висококваліфікованим борцем на головних змаганнях макроциклу

Загальна кількість тактичних дій, які застосував Василь М. становить 23 за всі змагальні сутички на Чемпіонаті Європи 2020. Реалізований арсенал склав 9 видів тактичних дій, серед них домінантом чітко виступають два: атака у відповідь – 6 разів застосував спортсмен у сутичках і атака – 5 разів (№ 3 і № 5 на Рис.3.6.). Хибна атака спортсменом використана 3 рази (№ 4 на Рис.3.6). По 2 рази борцем були застосовані наступні тактичні дії: зустрічна атака, атака на випередження, захисна атака – по 2 рази. Найменше за всі борцем були

використані атака в захисті, повторна атака, маневр – лише по 1 разу. Загалом, аналізуючи стратегічно сутички висококваліфікованого борця, Василя М., можна зазначити так саме домінуючу атакуючу тактику.

Висновок до Розділу 3

Нами в експериментальній частині бакалаврської роботи здійснений аналіз сутичок Чемпіонату Європи, 2020 в Римі, які через пандемію коронавірусу COVID-19 у світі загалом, і в Україні безпосередньо, стали для українських висококваліфікованих борців головними змаганнями в річному макроциклі. Ми проаналізували виступи наших двох бронзових фіналістів: Еріка А. і Василя М. Проаналізовані нами змагальні сутички борців надали змогу виявити сильні і слабкі сторони в техніко-тактичних діях висококваліфікованих борців.

ВИСНОВКИ

1. На основі проведеного вивчення матеріалів використаних літературно-інформаційних джерел, ми можемо констатувати наявність накопиченого матеріалу у напрямку техніко-тактичної підготовки спортсменів загалом, і у вільній боротьбі безпосередньо.

В спортивній практиці вільної боротьби фігурують модельні складові технічних і тактичних дій борців. Так, кожен прийом в боротьбі уявляє певну модельно-технічну дію, а тактика – це реалізація прийомів в певній комбінації під час веденні сутички, що визначає стиль боротьби спортсмена. Нами в ході аналізу матеріалів літературних джерел, було встановлено, що дослідник Латишев С.В. розрізняє сім стилів ведення сутичок у боротьбі і якими з них володіє борець проявляється лише в змагальній діяльності.

Не викликає сумніву той факт, що з ростом спортивної майстерності висококваліфікованих борців й неперпинних вимог до підвищення видовищності виду спорту, можуть розширюватися й поповнюватися арсенал техніко-тактичних дій спортсменів.

2. На основі перегляду відеозаписів турнірних сутичок Чемпіонату Європи, 2020 в Римі – головного змагання в річному макроциклі для висококваліфікованих борців нами були побудовані моделі проведених сутичок українськими борцями, які були реалізовані на цих змаганнях. Ми проаналізували виступи двох українських борців, які вибороли на даних змаганнях бронзові нагороди: Ерік А. і Василій М. Так, на основі розбору кожної відбіркової сутички й відтворення модельної схеми сутичок за бронзові нагороди, нам вдалося встановити, що Борець Ерік А. в значному відсотковому співвідношенні відносно загально використаних тактичних дій застосовував атакуючі дії в різних варіаціях. Важливою характерною особливістю використання ним тактичних дій в змагальних сутичках є висока швидкість їх виконання, швидкість переміщення, швидкість виходу із ситуативних дій створених суперником. Змагальні сутички другого представника України Василя М. характеризуються меншим відсотком використання атак, але з більшим проявом силових утримань. На основі проведеного нами дослідження й відносно загальноприйнятої характеристики стилів ведення сутички у боротьбі, ми можемо припустити, що у Еріка А.

домінуючих стиль ведення сутички – темповик, а у Василя М. – ігровик по дистанції.

3. Проведений нами аналіз технічних дій, які використали висококваліфіковані борці на Чемпіонаті Європи свідчить, про значне володіння арсеналом прийомів Еріком А. й про стабільність використання ряду прийомів Василем М. у проведених змагальних сутичках. З стратегічного боку ми можемо зазначити, що український висококваліфікований борець Ерік А. є більш складним для суперників в прогнозуванні його можливо застосованих техніко-тактичних дій, аніж Василь М. Проведений нами аналіз техніко-тактичних дій висококваліфікованих борців є значним дослідженням, яке стане в нагоді як самим спортсменам, так і тренерам з метою корекції чи удосконалення техніко-тактичної підготовки висококваліфікованих спортсменів в макроциклі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Арушанян Е. Індивідуальні тактичні дії висококваліфікованих борців у фіналі Чемпіоната Європи в Римі 2020 / Е. Арушанян, М.

- Пітин, Л. Харченко-Баранецька // *Le tendenze e modelli di sviluppo della ricerche scientifici. Roma. Italia. - Т.3. – 2020. – С. 104-106.*
2. Алиханов И.И. Техника и тактика вольной борьбы / И.И. Алиханов. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 304 с.
 3. Бойко В.Ф. Физическая подготовка борцов / В.Ф. Бойко, Г.В. Данько. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 222 с.
 4. Врублевский Е.П. Методологические основы индивидуализации подготовки квалифицированных спортсменов / Е.П. Врублевский, Д.Е. Врублевский // *Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 1. – С. 46.*
 5. Гожин В.В., Малков О.Б. Теоретические аспекты техники и тактики спортивной борьбы. – М.: Физкультура и спорт, 2005. – 168 с.
 6. Греко-римская борьба: Учебник / Под.общ.ред. А.Г. Семенова и М.В. Прохоровой. – М.: Олимпия Пресс, Terra-Спорт, 2005. – 256 с.
 7. Дахновский В.С. Подготовка борцов высокого класса / В.С.Дахновский , С.С.Лещенко. – К.: Здоровье, 1989. – 192 с.
 8. Жирнов О.В. Біомеханічні особливості атакуючих дій в жіночій вільній боротьбі / О.В. Жирнов, Д.Я. Стиць // *Сучасні біомеханічні та інформаційні технології у фізичному вихованні і спорті : Матеріали IV Всеукраїнської електронної конференції (Київ, 19 травня 2016 р.). – К. : НУФВСУ, 2016. – С. 22-23.*
 9. Иванов И.И. Борьба греко-римская: [учебник для СДЮШОР, спор. фак. пед. ин-тов, техникумов физ. культуры и училищ олимп. резерва] / И.И. Иванов. – Ростов на Дону: Фенікс, 2004. – 240 с.
 10. Келлер В.С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / В.С. Келлер, В.М. Платонов. – Львів: Світ, 1993. – 148 с.
 11. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях. Навчально-методичний посібник / В. М. Костюкевич. – К.: КНТ, 2018. – 159 с.

12. Латишев С.В. Вільна боротьба: чоловіки, жінки. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю / С.В. Латишев, В.І. Шандрегось. – К.: АСБУ. – 2011. – 95 с.
13. Марзаганов Х.Т. Техніка вільної і греко-римської боротьби. Методичні вказівки – Івано-Франківськ: ІФНТУНГ, 2009. – 39 с.(5)
14. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки / Л.П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1999. – 312 с.
15. Медведь А.В. Совершенствование подготовки мастеров спортивной борьбы / А.В.Медведь, Е.И.Кочурка. - Минск: Полымя, 1985. – 144 с.
16. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера / Н.Г. Озолин. – М.: АСТ, Астрель, 2002. – 864 с.
17. Олімпіада-2020 в Токіо: японський прем'єр з МОК домовився про перенесення ігор на наступний рік. – Режим доступу: <https://www.5.ua/sport/u-mok-kazhut-shcho-rishennia-pro-perenesennia-olimpiady-2020-pryiniato-211031.html>
18. Пістун А.І. Спортивна боротьба / А.І. Пістун. – Л.: Тріада плюс, 2008. – 864 с.
19. Платонов В.М. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.М. Платонов. – К.: Олимпийская литература. – 1997. – 584 с.
20. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов. - К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.
21. Пятницька-Позднякова І.С. Основи наукових досліджень у вищій школі: навчальний посібник / І.С. Пятницька-Позднякова. – К.: 2003. – 116 с.

22. Ручка Є.В. Вдосконалення техніко-тактичної підготовки юних борців вільного стилю: проблеми і перспективи / Є.В. Ручка // Єдиноборства, 2016. - № 2. (2). – С. 54-57.
23. Сергієнко Л.П. Психологія спорту: робоча навчальна програма та практикум. Методичні рекомендації / Л.П. Сергієнко. – Миколаїв. Вид-во ПСІ КСУ, 2003. – 158 с.
24. Станков А.Г. Индивидуализация подготовки борцов. / А.Г. Станков, В.Л. Климин, И.А. Письменский. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 240 с.
25. Султанахмедов Г.С. Основы технической подготовки в вольной борьбе. Учебное пособие / Г.С. Султанахмедов. – М.: Советский спорт, 2020. – 180 с.
26. Суслов Ф.П. Термінологія спорту / Ф.П. Суслов, Д.А. Тишлер. – М.: СпортАкадемПрес, 2001. – 480 с.
27. Теорія і методика викладання вільної боротьби: [навчально-методичний посібник] / А.К. Абдулаев, Д.Є. Воронин, И.В. Ребар. – Мелітополь, 2012. – 356 с.
28. Токио -2020: олимпийские надежды Украины и лицензии за пол года до игр. – Режим доступу: <https://isport.ua/other/olympics/1170927-tokio-2020-olimpijskie-nadezhdy-ukrainy-i-litsenzii-za-polgoda-do-igr>
29. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки / Г.С. Туманян. - М.: Советский спорт, 2020. – 180 с.
30. Цандыков В.Э. Структура планирования этапа непосредственной подготовки к соревнованиям борцов вольного стиля высокой квалификации: [метод. пособие] / В.Э. Цандыков. – М., 1992. – 22 с.
31. Шарипов А.Ф. Тактико-технические характеристики поединка в спортивных единоборствах / А.Ф. Шарипов, О.Б. Малков. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 224 с.

32. Шахмурадов Ю.А. Вольная борьба: научно-методические основы многолетней подготовки борцов / Ю.А.Шахмурадов. – Махачкала: ИД «Эпоха», 2011. – 368 с.
33. Шиян Б.М. Теорія і методика наукових педагогічних досліджень у фізичному вихованні та спорті: [навч. посіб.] / Б.М. Шиян, О.М. Вацеба. – Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 2008. – 276 с.
34. Юшков О.П. Спортивная борьба / О.П. Юшков, В.И. Шпанов. –М.: МГИУ, 2001 – 91 с.
35. Ягелло В. Построение многолетней тренировки борцов с учетом закономерностей формирования высшего спортивного мастерства / В. Ягелло. - К., 1991. – 118 с.