

МЕТОДИКА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В АРМЕЙСКОМ РУКОПАШНОМ БОЮ

Драпов О. А., Гавроник В. И., Лушневский А. К., Строк А. Н.

*Военный факультет в Учреждении образования
«Гродненский государственный университет имени Янки Купалы»
e-mail: olegdrapov1973@mail.ru*

Аннотация. *В статье проанализированы существующие методы совершенствования тактической подготовки в единоборствах и обоснована методика совершенствования тактической подготовки в армейском рукопашном бою. Определены ее разделы, задачи, главная роль и содержание учебно-тренировочных программ.*

Abstract. *The existing methods of improvement of tactical preparation in single combats are analyzed in this article and the technique of improvement of tactical preparation in army hand-to-hand fight is proved. Its sections, tasks, leading role and contents of educational and training programs are identified.*

Введение. При подготовке спортсменов высокой квалификации недостаточно ориентироваться только на высокий уровень их физической и психологической подготовленности. Необходимо вести поиск путей повышения результатов в армейском рукопашном бою за счет рационального использования технического мастерства на базе высокой тактической подготовки спортсменов, играющей важную роль в достижении победы над соперником. Она позволяет более рационально распределять силы в процессе соревнования, схватки и на более качественной основе выполнять свои атакующие приемы, что, в конечном счете, дает возможность правильно решать задачи достижения высоких спортивных результатов.

В тактической подготовке спортсмена сочетаются задачи ближайшие и перспективные, образовательные и воспитательные, обще-подготовительные и специально-подготовительные. Решение их составляет одну из основных сторон интеллектуальной подготовки спортсмена и наряду с этим входит в практическое содержание спортивной тренировки. Высшей же практической формой тактической подготовки являются состязания.

Наличие многообразия ситуаций в армейском рукопашном бою увеличивает время принятия спортсменом решений (возрастает его латентный период реакции), тогда как скоротечность ситуаций требует их сокращения. Кроме того, высокая конфликтность, возникающая между соперниками, в большинстве случаев приводит к искажениям в оценке принятия правильных решений. Для уменьшения времени, необходимого на решение текущих тактических задач и повышения помехоустойчивости спортсменов к системе возникающих сбивающих факторов, необходимо создавать учебно-тренировочные модели, копирующие вероятные тактические ситуации, и системно совершенствовать все варианты их решения.

Правильный выбор тактических действий в рукопашном бою, когда спортсмен ограничен сотыми долями секунды, зависит от быстроты его мыслитель-

ных процессов, опирающихся на систему оперативной и долговременной памяти, которая является основой для разгадывания двигательных замыслов соперника и принятия опережающего технического решения. В этой связи к качеству мыслительных решений предъявляются повышенные требования. Они должны быть обоснованы и адекватны возникающим ситуациям в поединке, ибо их неточная детализация без учета конкретных особенностей предстоящего эпизода единоборства приводит к ошибке в выборе момента атаки.

Цель исследования: совершенствование методики тактической подготовки в армейском рукопашном бою.

Задачи исследования:

1. Проанализировать существующие методы совершенствования тактической подготовки в единоборствах.

2. Обосновать методику совершенствования тактической подготовки в армейском рукопашном бою.

Результаты. На основании анализа источников научной и учебно-методической литературы по вопросам методики совершенствования тактической подготовки в единоборствах [1–6], опроса ведущих специалистов и собственных педагогических наблюдений, методика тактической подготовки в армейском рукопашном бою, как и в других видах единоборств, состоит из следующих разделов:

- 1) знание общих положений тактики;
- 2) изучение сущности и закономерности соревнований;
- 3) совершенствование способов, средств и возможностей тактики;
- 4) изучение тактического опыта сильнейших соперников;
- 5) практическая реализация элементов, способов, приемов, вариантов тактики в условиях тренировочных занятий и соревнований;
- 6) изучение соперников, их тактической, физической и волевой подготовленности и тактического арсенала ведения поединков;
- 7) разработка тактики к предстоящему соревнованию с учетом знаний условий соревнований, сил и возможностей предстоящих соперников;
- 8) проведение разбора, анализа схваток в прошедших соревнованиях, эффективности избранной тактики и всех ее составляющих.

При этом необходимо ориентироваться на выбор следующих задач:

1. Выбор стратегической линии поединка, состоящей из системы локальных задач, решаемых в каждый период поединка. При их благоприятной реализации спортсмену будет сопутствовать успех.

2. Создание благоприятной динамической ситуации адекватными тактическими средствами или использование ошибочных действий соперника в целях результативного атакующего приема.

3. Реализацию личного технико-тактического потенциала в невыгодных для соперника условиях поединка (передвижения, стойка, коронный прием, комбинация).

4. Подбор оборонительных действий, нейтрализующих основные атакующие приемы соперника.

Главенствующая роль при обучении и совершенствовании тактических действий принадлежит правильному подбору средств и методов, обеспечивающих оптимальное развитие двигательных-координационных способностей спортсмена в сочетании с технической подготовкой.

Содержание программ технико-тактической подготовки армейского рукопашного боя будет идентичным в своей базовой части с другими видами комплексных единоборств, которое будет включать в себя изучение основных элементов ведения поединка в стойке (удары руками и ногами, защиты от них, броски и сваливания, противодействие броскам, комбинации ударов руками и ногами, комбинации ударов и бросков). Различия базовой части данных программ могут быть лишь в соотношении и процентном содержании тех или иных технико-тактических действий.

В то же время программы технико-тактической подготовки будут иметь свои отличительные особенности с учетом правил соревнований. Для армейского рукопашного боя, например, добивание лежащего противника и т. д.

Основы методики обучения отдельным тактическим действиям в армейском рукопашном бою не должны принципиально отличаться от методики обучения этим же действиям в спортивных единоборствах, отличия же будут связаны с условиями тактического применения в условиях соревновательного поединка и индивидуальным творчеством тренеров и спортсменов.

Выводы. Для повышения эффективности методики совершенствования тактической подготовки в армейском рукопашном бою рекомендуется объединять ее с методами технической подготовки. Чтобы методика совершенствования тактических действий стала более эффективной, она должна быть ориентирована на ознакомление, закрепление и совершенствование навыков выполнения приемов. Однако в армейском рукопашном бою нет изолированных действий, начинающихся без помех из исходных положений. В этой связи методика совершенствования должна включать не только схемы изучения приема как одиночного действия, но и комбинаций атакующих и подготовительных действий как отдельных частей, входящих в состав реального поединка. Это делает необходимым введение в учебно-тренировочный процесс таких тренировочных заданий, которые бы «проигрывали» ситуации по преодолению защитных действий и их использованию, осуществлению реализации атакующих действий на фоне давления или теснения соперника, формированию навыков ведения поединка в необычных условиях его начала и продолжения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ашкинази, С. М. Вопросы теории и практики рукопашного боя в Вооруженных Силах Российской Федерации. Монография / С. М. Ашкинази; ВИФК. – СПб., 2001. – 241с.
2. Ашкинази, С. М. Развитие содержания теории и методики обучения рукопашному бою с древности до наших времен / С. М. Ашкинази; ВИФК. – СПб.: б.и., 1998. – 42 с.
3. Джапаралиев, В. Т. Индивидуализация тактической подготовки борцов в связи с особенностями соревновательной деятельности : автореф. дис. канд. пед. наук / В. Т. Джапаралиев. – М., 1982. – 22 с.
4. Кирюков, О. И. Анализ тактико-технических действий в кикбоксинге / О. И. Кирюков / Юбилейная научно-методическая конференция, посвященная 100-летию Академии: матер. конф. – СПб.: СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 1996. – С. 28–30.

5. Климов, К. В. Анализ технико-тактического арсенала соревновательной деятельности ведущих спортсменов-рукопашников / К. В. Климов // Научно-теоретический журнал Ученые записки Университета им. П. Ф. Лесгафта. – СПб, 2007. – № 5(27). – С. 40–43.

6. Купцов, А. П. Механизм эффективности и методика обучения сложным тактико-техническим действиям в спортивной борьбе : метод, разработки / А. П. Купцов ; Гос. центр, ин-т физ. культуры. – М.: б.и., 1973. – 37 с.