

## АНАЛИЗ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ КАРАТИСТОВ

*Е. А. Короткевич* (МГУ имени А.А. Кулешова)

Науч. рук. *А. В. Кучерова*,

канд. пед. наук, доцент

В каратэ, как и в других видах единоборств, существует ряд особенностей, характеризующих соревновательную деятельность. В первую очередь, хочется отметить, что соревновательная деятельность спортсменов состоит из двух направлений: “ката” – формальные упражнения, определенная последовательность ударов и передвижений, выполняемая для проверки уровня овладения техникой, и “кумитэ” – поединок [3].

Мастера каратэ определяли “кумитэ” как метод тренировки, при котором приемы, изученные в ката, находят свое практическое воплощение [2]. Можно предположить, что требования в этих разделах соревнований различны. Лишь немногие спортсмены могут сочетать выступления в двух видах программы.

Хотя всемирно известные мастера традиционного каратэ утверждают, что совершенствование в кумитэ напрямую зависит от совершенствования в ката, они идут вместе как "...рука в перчатке" [2]. Сейчас это справедливо лишь на начальных этапах подготовки.

Если комплексы "ката" имеют относительно стабильную структуру, так как это исторически сложившиеся комплексы, которые подвергаются незначительным изменениям, то "кумитэ" – это постоянно изменяющийся раздел программы.

В процессе поединка имеет место постоянное взаимодействие с соперником, которое В.Н. Платонов назвал "соревновательным общением с противником" [4].

Сложность представляет постоянный дефицит пространства (так как спортивный поединок проходит в пределах площадки 8/8 м и времени (2–3 минуты)). Быстро и вариативно изменяющиеся условия спортивного конфликта ставят перед спортсменами сложные мыслительные и двигательные задачи. В вариативных конфликтных ситуациях постоянно неизвестен прием, которым противник будет решать конкретную задачу, и момент начала его применения.

Для соревновательной деятельности в единоборствах характерным является то, что спортсмен должен учитывать не только известные ему 4 обстоятельства, но и, по возможности, решения, которые принимает его противник и которые ему самому достоверно не известны.

В подобных условиях, подчеркивают специалисты, велико значение координационных способностей выполнять точные и быстрые движения в изменяющихся условиях соревновательной деятельности. Среди последних выделяют двигательную смекалку (находчивость), подобно Н. А. Бернштейн [1], согласование движений и прежде всего способности к приспособлению и быстрому реагированию в изменяющихся условиях.

Таким образом, несмотря на то, что авторы называют неодинаковое число факторов и по-разному трактуют их значение в достижении высоких результатов в спортивных единоборствах, общим является высокое место, которое все специалисты придают координационным способностям спортсмена.

### Литература

1. **Бернштейн, Н. А.** О ловкости и ее развитии / Н. А. Бернштейн. – М. : ФиС, 1991. – С. 139–181.
2. **Накаяма, М.** Лучшее каратэ : в 11 т. / М. Накаяма. – М. : Ладомир ; АСТ, 1998. – Т. 3 : Кумитэ. – 141 с.
3. **Нишияма, Х.** Каратэ, или искусство борьбы "пустой рукой" / Х. Нишияма, Р. Браун – 2-е доп. изд. / пер. с англ. и под ред. А.Алекса, – Харьков : ИМП "Рубикон", 1994. – 240 с.
4. **Платонов, В. Н.** Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте : общая теория и ее практ. прил. : учеб. для студ. вузов физ. воспитания и спорта / В. Н. Платонов. – М. : Советский спорт, 2005. – 820 с.