

Неменков Л.С.

МГУ им. А.А. Кулешова

МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА В СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВАХ

Тактическая подготовленность характеризуется умением спортсмена рационально выстраивать ход спортивного поединка, учитывая особенности вида спорта, собственные физические, психические и технические возможности и возможности соперников в создавшихся внешних условиях. Ведущая роль принадлежит тактической подготовленности в видах спорта, предполагающих тесный контакт с соперником, к которым относятся спортивные единоборства. Соответственно, методически грамотная тактическая подготовка в спортивных единоборствах является одним из ключевых условий мастерства спортсмена.

В процессе тактической подготовки спортсмены овладевают рациональными способами распределения сил в ходе поединка, целесообразного использования технических действий и приемов для решения спортивной задачи, быстрого переключения с одной системы тактических действий на другую. При формировании тактического мастерства в спортивных единоборствах следует учитывать ряд методических аспектов.

Так, использование определенных ложных движений и переключение от одного технического действия к другому позволяет более эффективно вести поединок. Однако в процессе ведения схватки применение повторяющихся одиночных атак имеет низкую эффективность за счет предсказуемости, которая легко просматривается противником. Для того, чтобы изменить ситуацию в нужном для себя направлении, спортсмен должен уметь применять ложные движения, которые могут вызвать у соперника предсказуемые защитные действия, что позволит атакующему использовать это для продолжения атаки. Такти-

ческий прием предвидения защитных действий соперника может способствовать продолжению собственной атаки, так как защитная реакция противника в ответ на ложное движение создает благоприятную ситуацию для проведения удара или броска.

В ходе ведения спортивного поединка большая роль отводится комбинационным действиям, которые выполняются за счет определенного маневрирования. По мнению Р. Хаберзетцера, тактика выполнения комбинаций заключается в комплексе обманных движений, которые могут внести сомнения и вызвать определенную реакцию противника, что позволит атакующему оказаться в выигрышной ситуации [1].

Построение комбинационной схемы выполнения приемов борьбы было объектом исследования А.Н. Ленца. По его мнению, успешное ведение поединка может быть обеспечено применением одного из четырех вариантов комбинационных действий [2]:

– подготовка комбинации выполняется с захвата на определенный прием, а защита противника дает возможность для изменения захвата, что может позволить проведение другого приема;

– подготовка осуществляется взятием захвата, а завершение – проведением приема;

– подготовка проводится за счет попытки выполнения приема, а осуществление нужного захвата является завершением;

– подготовка проводится приемом, а завершение – выполнением другого приема.

Исходя из этого, захват и прием в определенной комбинации могут выступать и как подготовительные, и как завершающие действия.

Проведенный анализ теории и практики применения комбинационных действий в единоборстве не позволяет в полной мере выделить проблему разделения тактической сущности применения ложных действий в зависимости от характера воздействия на реакцию противника.

Однако сам характер ответного реагирования может создавать условия для успешного обыгрывания соперника. Здесь следует выделить два основных тактических момента:

1) использование защитных действий противника для обеспечения эффективного дальнейшего движения;

2) использование отсутствия психомоторных реакций противника (как следствие его предположений о ложности атакующих действий), что позволяет продолжить ложное действие реальным выполнением приема [3].

В первом случае обосновывается комбинационный стиль ведения поединка. Акцент на использование защитной реакции противника как ответного действия, что способствует созданию благоприятных условий для проведения успешной атаки. Во втором случае отсутствие защитной реакции противника представляется как способ создания ему помех.

Таким образом, организационно-методические основы тактической подготовки в спортивных единоборствах базируются на изучении множества различных технических действий и приемов, которые могут быть реализованы в зависимости от условий, сложившихся в соревновательном поединке. Учет обозначенных методических аспектов в учебно-тренировочном процессе будет способствовать развитию у спортсменов способности оперативно реагировать на действия соперника и находить рациональные решения в сложных условиях противоборства, а также повышению уровня их мастерства.

1. Хаберзетцер, Р. Каратэ-до. Кумитэ, самозащита / Р. Хаберзетцер. – Тераполь: Модус, 1997. – 264 с.
2. Ленц, А. Н. Тактика в спортивной борьбе / А. Н. Ленц. – М.: Физкультура и спорт, 1967. – 152 с.
3. Малков, О. Б. Тактические механизмы управления двигательными реагированиями при нейтрализации действий противника в спортивных единоборствах / О. Б. Малков // Тактика спортивных единоборств: сб. науч.-метод. ст. / Рос. гос. акад. физ. культуры; под общ. ред. О. Б. Малкова. – М.: Рос. гос. акад. физ. культуры, 2001. – Вып. 1. – С. 60–62.