

тверждают научные выводы о закономерности рациональной адаптационной перестройки состава тела к тренировочным нагрузкам [3].

Заключение

В результате исследования определены морфофункциональные особенности, характерные для единоборцев разного стиля и разного уровня спортивного мастерства, что позволяет использовать их в качестве критериев успешной соревновательной деятельности при отборе в сборные команды России по дзюдо и вольной борьбе.

Литература

1. Сологуб Е. Б. Спортивная генетика. / Е. Б. Сологуб, В. А. Таймазов, И. А. Афанасьева. – СПб. : Изд-во Политехн. ун-та, 2017. – 166 с.

2. Мартиросов Э. Г. Соматический статус и спортивная специализация: Автореф. дис...док. биол. наук в виде научн. докл. / Э. Г. Мартиросов. – М., 1998. – 87 с.
 3. Никитюк Б. А. Интеграция знаний в науках и человеке : (современная интегративная антропология) / Б. А. Никитюк. – М. : СпортАкадемПресс, 2000. – 440 с.
 4. Ткачук М. Г. Спортивная морфология : учебное пособие / М. Г. Ткачук, Е. А. Олейник, А. А. Дюсенова ; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – Санкт-Петербург : [б. и.], 2014.
 5. Ткачук М. Г. Спортивный отбор в самбо с учетом морфофункциональных показателей и индивидуальной тренируемости / М. Г. Ткачук, А. Г. Левицкий, А. А. Соболев // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2016. – № 3. – С. 236–239.
 6. Matiegka J. The testing of physical efficiency // American Journal of Physical Anthropology. 1921. V. 4. №. 3. P. 223–230.

* * *

УДК 796.83

doi:10.18720/SPBPU/2/id23-428

ИНТЕГРАЦИЯ СИСТЕМЫ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ В БОКСЕ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ

Фёдоров Владимир Вячеславович¹, Жуков Максим Владимирович^{1,2}

¹ – *Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, Россия*

² – *Спортивная федерация бокса Санкт-Петербурга, Санкт-Петербург, Россия*

Аннотация. Современный бокс высших достижений претерпевает серьезные изменения, связанные проблемами продолжения спортивной карьеры боксеров высшей квалификации на профессиональном ринге. Олимпийский и профессиональный бокс имеет существенные различия в целеполагании, системе и структуре соревнований, системе многолетней подготовки, моделировании, планировании, программировании соревновательной и тренировочной деятельности боксеров.

С позиции спортивной науки требуются новые исследования и психолого-педагогическое сопровождение по вопросам сформированных многолетней подготовкой боксеров долгосрочных адаптационных реакций организма, систем энергообеспечения и восстановления организма после специфических тренировочных и соревновательных нагрузок. Особенно актуально психолого-педагогическое обеспечение совершенствования индивидуального стиля технико-тактических действий боксеров высшей квалификации с учетом новых требований и правил профессионального бокса.

Ключевые слова: бокс высших достижений, интеграция Олимпийского и профессионального бокса, система многолетней подготовки, индивидуальный стиль, спортивная карьера, психолого-педагогическое сопровождение.

INTEGRATION OF A LONG-TERM TRAINING SYSTEM OF ATHLETES IN BOXING OF THE HIGHEST ACHIEVEMENTS

Fedorov Vladimir Vyacheslavovich¹, Zhukov Maxim Vladimirovich^{1,2}

¹ – *Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, Saint Petersburg, Russia*

² – *Boxing Sports Federation St. Petersburg, Saint Petersburg, Russia*

Abstract. Modern boxing of the highest achievements is undergoing serious changes related to the problems of continuing the sports career of highly qualified boxers in the professional ring. Olympic and professional boxing have significant differences in goal setting, the system and structure of competitions, the system of long-term training, modeling, planning, programming of competitive and training activities of boxers.

From the position of sports science, new research and psychological and pedagogical support are required on the issues of long-term adaptive reactions of the body formed by the long-term training of boxers, energy supply systems and recovery of the body after specific training and competitive loads. Especially important is the psychological and pedagogical support for improving the individual style of technical and tactical actions of highly qualified boxers, taking into account the new requirements and rules of professional boxing.

Keywords: boxing of the highest achievements, integration of Olympic and professional boxing, a system of long-term training, individual style, sports career, psychological and pedagogical support.

Введение

Традиционная система многолетней подготовки в Олимпийском боксе охватывает четырехлетний цикл, в котором спортсмены включены в научно-обоснованную целенаправленную систему соревнований, поэтапное формирование и повышение функциональных систем, реакций адаптации организма к соревновательным и тренировочным нагрузкам с обоснованным восстановлением, постепенным ростом спортивной формы боксеров. Выход боксеров на Олимпийский ринг занимает в среднем 6 - 8 лет систематической многолетней подготовки и выступлений на крупных соревнованиях в составе сборных команд России. За этот период у спортсменов формируется индивидуальный стиль соревновательной деятельности, включающий особый арсенал технико-тактических действий, сложную систему взаимосвязанных и взаимообусловленных компонентов подготовленности, адаптации к функциональным, психологическим требованиям успешной самореализации на Олимпийском ринге.

Высокие спортивные достижения на любительском ринге не обеспечивают успешность индивидуальной манеры ведения поединков с боксерами-профессионалами, когда увеличено количество раундов, фиксируются только силовые удары, меньше передвижений по рингу, большое количество ударов на средней и ближней дистанциях. Следовательно, система подготовки к профессиональному бою в целом существенно отличается, характеризуется особыми закономерностями, приоритетами и тактическими установками. Нередко промоутерами меняется боксер-соперник незадолго до поединка, что накладывает негативный отпечаток на здоровье, уровне подготовленности и состоянии готовности боксеров [1, с. 46].

Новые возможности выступлений боксеров по правилам любительского и профессионального бокса в годичном цикле заметно повысили конкурентность, энергозатратность, психологическое давление соревновательных поединков. Отсутствие научно-обоснованной системы подготовки к ним, а также непредсказуемость очередных боев часто приводит к значительному психическому переутомлению, снижению работоспособности, повышению травматизма и сопутствующих заболеваний боксеров высшей квалификации.

Методы исследования

Для продолжения успешной спортивной карьеры боксеров необходимо провести мониторинг анализа планирования и контроля соревновательной деятельности, провести тестирование ведущих показателей подготовленности боксеров, совместно с тренерами вносить коррективы в индивидуальный план подготовки, корректировать стиль соревновательной деятельности, менять тактические установки, отрабатывать новые комбинации технико-тактических действий под конкретного боксера-соперника.

Современная система интеграции многолетней подготовки боксеров при переходе на профессиональную основу должна формировать новую устойчивую систему способов приспособления и противодействия боксера к конкретному сопернику. Преимущество в том, что боксер имеет значительный интервал времени для изучения будущего противника, его манеры ведения боя, арсенала технико-тактических действий, функциональной и психической готовности. Выявленные особенности, на наш взгляд, следует обозначить как ядро индивидуального стиля боксера, которое определяет, обуславливает значимость и взаимосвязь генетического и средового компонентов, задатков, способностей, возможностей спортсмена в будущей карьерной перспективе как профессионала. На этом уровне максимально раскрываются индивидуальные способности и задатки боксера, где способности хоть и развиваются на основе задатков, они все же не являются их функцией. Задатки — это предпосылки развития способностей, но они не являются неразвитыми, потенциальными способностями боксеров.

Переход боксера с Олимпийского в профессиональный бокс требует научно-педагогического обобщения характерных признаков и компенсационных механизмов становления индивидуального стиля боксера с учетом его психомоторных способностей, индивидуального профиля развития психомоторики, особенностей психики и темперамента в новых соревновательных реалиях. Известно, что природные, врожденные особенности нервной системы влияют на формирование индивидуальных форм поведения, проявление способностей, характера в деятельности человека и могут считаться признаками, обусловленными генотипом. Каждое свойство нервной системы как генотипический признак имеет широкий диапазон проявлений в условиях непредсказуемости, изменчивости, напряженности соревновательной деятельности боксеров на этапе высшего спортивного мастерства. Следовательно, целенаправленное развитие и совершенствование психомоторных способностей оказывает непосредственное и опосредованное влияние на индивидуальный стиль боксеров, его формальную и содержательную сторону.

Соревновательная деятельность в профессиональном боксе характеризуется как высокоинтенсивная, энергозатратная, часто не предсказуемая деятельность, в которой восприятие и переработка информации усугубляется угрозой получить большое количество сильных ударов, высокой соревновательной конфликтностью в условиях дефицита времени и пространства. Выход на более высокий профессиональный уровень, связанный с совершенствованием индивидуального стиля соревновательной деятельности, предполагает дальнейшее изучение сенсорной и функциональной асимметрии боксеров, динамики показателей психомоторного профиля, их влияние на успешность выступлений боксеров на профессиональном ринге.

Заключение

Научно-педагогическое обеспечение и сопровождение профессиональной карьеры боксеров должно включать интеграцию индивидуальной подготовки с учетом компонентов, сочетаний и средств индивидуального стиля боксера, стабильно способствующих достижению высокого спортивного результата в профессиональном боксе. Важным разделом научно-педагогического обеспечения и сопровождения, на наш взгляд, являются компоненты, сочетания и средства индивидуального стиля боксера, которые препятствуют успешной спортивной карьере, «тормозят» выход на самые высокие достижения в профессиональном боксе.

Интеграция многолетней подготовки боксеров на этапе высшего спортивного мастерства должна быть нацелена на дальнейшее совершенствование спортивно-важных качеств боксеров: «чувство дистанции», «чувство удара», «чувство времени», «чувстве соперника», совокупность показателей которых проявляется в индивидуальном психомоторном профиле.

Изучение *индивидуального психомоторного профиля* позволяет обоснованно дифференцировать и антиципировать пространственно-временные компоненты соревновательной деятельности, определять своевременность технико-тактических действий боксера, демонстрировать очередность и темпо-ритмовую насыщенность комбинаций с учетом противодействия конкурентного соперника. Особенности сформированного индивидуального стиля, препятствующие высоким достижениям боксера – победам в финальной стадии, должны компенсироваться научно-обоснованными средствами тренировочного процесса. Компенсации имеют избирательный характер, «сглаживающий» недостатки спортсмена: например, недостаточная скорость двигательных

реакций компенсируется способностями боксера предвидеть действия соперника, «чувством дистанции», концентрацией внимания, тактическим мышлением; недостатки тактического мышления компенсируются быстротой простых и сложных сенсомоторных реакций; недостаточная точность двигательных дифференциаций компенсируется концентрацией и переключением внимания, быстротой двигательных реакций, «чувством времени» и т. д.

Интеграция системы многолетней подготовки спортсменов в боксе высших достижений для успешного продолжения спортивной карьеры в профессиональном боксе должна быть сконцентрирована на возможностях повышения работоспособности, перестройке резервов энергообеспечения и качественного восстановления организма, расширении арсенала технико-тактических действий, развитии тактического оперативного мышления, интуиции и всестороннем педагогическом анализе и трансляции личного соревновательного опыта спортсменов. На первый план выходит индивидуальная психологическая подготовка боксера, высокая мотивационная готовность и настрой на высшие результаты в профессиональном боксе, саморазвитие и самореализацию боксеров на этапе высшего спортивного мастерства.

Изучению и обобщению интеграции системы многолетней подготовки боксеров-профессионалов с позиции успешной спортивной карьеры будут посвящены наши следующие научно-методические публикации.

Литература

1. Профессиональный бокс: закономерности, противоречия, перспективы развития /В. В. Фёдоров, М. В. Жуков, А. В. Зимин //Теория и практика физической культуры. – 2023. – №2. – С. 46–47.

* * *

УДК 796.853.23

doi:10.18720/SPBPU/2/id23-429

РЕТРОСПЕКТИВНЫЙ АНАЛИЗ ПРОГРАММЫ ЭТАПНОГО КОНТРОЛЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ДЗЮДОИСТОВ В РАМКАХ НАУЧНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ: МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОШИБКИ И ПУТИ ИХ УСТРАНЕНИЯ

Шиян Виктор Владимирович

ФГБУ «Центр Спортивной Подготовки», Москва, Россия

Аннотация. Существующая система научного и методического обеспечения (НМО) подготовки спортсменов сборных команд России весьма поверхностно решает проблему оценки работоспособности. Это обусловлено рядом объективных причин, требующих срочного исправления и коренной модернизации всей системы НМО. Наиболее значимыми недостатками действующей программы контроля работоспособности единоборцев является:

- игнорирование процедур количественной оценки специальной выносливости спортсменов, характеризующей достижение пика спортивной формы к моменту участия в соревнованиях;
- произвольный подбор лабораторных процедур тестирования частных показателей, оценивающих только отдельные физиологические потенциалы (прежде всего максимальную аэробную мощность) спортсменов и неверная трактовка полученных данных при разработке тренировочных программ.