



**Волков Алексей Павлович**

**Начальная спортивная подготовка по рукопашному бою  
девочек младшего школьного возраста с использованием  
состязательно-игровой методики**

5.8.5. Теория и методика спорта

АВТОРЕФЕРАТ

диссертации на соискание ученой степени

кандидата педагогических наук

Работа выполнена в Высшей школе спортивной педагогики Института физической культуры, спорта и туризма федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого»

**Научный руководитель:**

доктор педагогических наук, профессор  
**Болотин Александр Эдуардович**

**Официальные оппоненты:**

доктор педагогических наук, профессор  
**Руденко Геннадий Викторович**  
заведующий кафедрой физического воспитания факультета фундаментальных и гуманитарных дисциплин федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Санкт-Петербургский государственный горный университет»

кандидат педагогических наук, доцент  
**Мищенко Наталья Юрьевна**, доцент кафедры теории и методики физического воспитания федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Уральский государственный университет физической культуры»

**Ведущая организация:**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Алтайский государственный университет»

Защита состоится 21 февраля 2023 года в 15 часов на заседании диссертационного совета У. 5.8.5.17, на базе ФГАОУ ВО «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого», по адресу: 192007, Санкт-Петербург, Гражданский пр., 30, корпус 1, ауд. 14-Н.2.

С диссертацией можно ознакомиться в фундаментальной библиотеке ФГАОУ ВО «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого», 195251, г. Санкт-Петербург, ул. Политехническая, 29 и на сайте: <http://www.spbstu.ru/>

Автореферат разослан «\_\_\_» января 2023 года

Ученый секретарь диссертационного совета  
кандидат педагогических наук, доцент



Владислав Владимирович Бакаев

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность.** В настоящее время в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки возникла проблема повышения интенсификации их подготовки. По мнению многих ученых, основным средством повышения интенсификации подготовки юных спортсменок по рукопашному бою является применение состязательно-игровой методики в тренировочном процессе (Я.Л. Пильник, 2006; А.Н. Кочергин, 2011).

Это позитивно сказывается на динамичности развития физических качеств, формировании технических навыков у юных спортсменок по рукопашному бою, повышении эффективности тренировочного процесса (А.Н. Кочергин, 2011).

Данная тенденция в совершенствовании тренировочного процесса юных спортсменок по рукопашному бою требует внесения значительных изменений в содержание их подготовки. Применение состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки должно иметь свое методическое обеспечение. Особенно актуален этот вопрос на ранних стадиях подготовки юных спортсменок по рукопашному бою. На данном этапе возникает необходимость в эффективном применении состязательно-игровой методики в тренировочном процессе юных спортсменок по рукопашному бою.

**Степень научной разработанности проблемы.** В специальной литературе по рукопашному бою распространено понимание применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе девочек из группы начальной подготовки. Однако, системный анализ применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки позволяет расширить представление о повышении интенсификации подготовки юных спортсменок по рукопашному бою (С.М. Ашкинази, 2014).

Исследования, проведенные в данном направлении, свидетельствуют, что применение состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки глубоко не изучено по содержательным характеристикам, целевым и структурным элементам. (А.В. Глазистов, 2008).

Применение состязательно-игровой методики способствует более эффективному развитию физических качеств, формированию технических навыков у юных спортсменок по рукопашному бою (Г.И. Попов, В.В. Резинкин, А.О. Акопян, 2000; Б.А. Подливаев, В.Г. Пашинцев, 2005). Вместе с тем, не разработана педагогическая модель применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки, не обоснованы организационно-дидактические условия, необходимые для ее реализации. Не установлены факторы, определяющие необходимость использования состязательно-игровой методики в процессе тренировки девочек из группы начальной подготовки по рукопашному бою.

По данной причине страдает эффективность применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек

из группы начальной подготовки. Не определен набор специализированных технических действий, компонентов двигательной активности, которые должны быть доведены до автоматизма у юных спортсменок по рукопашному бою в тренировочном процессе. (М.А. Афонин, Т.В. Михайлова, 2012).

Таким образом, применение состязательно-игровой методики должно быть направлено на улучшение содержания двигательной подготовки юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки.

В рукопашном бое разнообразный характер технических действий способствует возникновению сложных ситуаций, в которых важна быстрота ее оценки и правильный выбор ответного действия в условиях дефицита времени. Установлено, что формирование данного навыка у юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки происходит более эффективно с применением состязательно-игровой методики в тренировочном процессе. (Х.Х. Альжанов, 2014).

В литературе применение состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки это трансформируется в типовые упражнения и моделирование элементов деятельности в поединках. (Е.А. Гаранин, 2015).

Моделирование элементов деятельности в поединках определяется необходимостью переработки информации в различных условиях соревновательной деятельности. Поэтому подбор упражнений и применение состязательно-игровой методики должны учитывать возрастные и гендерные особенности юных спортсменок по рукопашному бою (С.Е. Бакулев, 2012).

Таким образом, **актуальность** данного исследования вызвана наличием противоречия между существующей объективной потребностью в хорошо физически и технически подготовленных юных спортсменках по рукопашному бою с одной стороны и необходимостью повышения качества тренировочного процесса по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки с другой стороны. Это можно сделать за счет применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки. Однако не разработана педагогическая модель применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки, не обоснованы организационно-дидактические условия, необходимые для ее реализации. Не установлены факторы, определяющие необходимость использования состязательно-игровой методики в процессе тренировки девочек из группы начальной подготовки по рукопашному бою. Этим и обусловлена **актуальность** настоящего исследования.

В качестве **рабочей гипотезы** выдвинуто предположение о том, что уровень физической и технической готовности юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки повысится, если будут:

– выявлены факторы, определяющие необходимость использования состязательно-игровой методики в процессе тренировки девочек из группы начальной подготовки по рукопашному бою;

– разработаны педагогическая модель применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки и обоснованы педагогические условия, необходимые для ее реализации;

– научно обоснованы показатели и критерии оценки физической и технической готовности юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки к соревновательной деятельности.

**Объект исследования** – содержание тренировки юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки.

**Предмет исследования** – педагогическая модель применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки.

**Цель исследования** состоит в научном обосновании и разработке педагогической модели применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки.

**Задачи исследования:**

1. Выявить наиболее эффективные средства тренировки юных спортсменок по рукопашному бою и факторы, определяющие необходимость использования состязательно-игровой методики в процессе тренировки девочек из группы начальной подготовки.

2. Разработать педагогическую модель применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки и обосновать организационно-дидактические условия, необходимые для ее реализации.

3. Обосновать показатели и критерии оценки физической и технической готовности юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки к соревновательной деятельности и экспериментально проверить эффективность разработанной педагогической модели применения состязательно-игровой методики в их тренировочном процессе.

**Теоретическую основу** исследования составили:

– законодательные и нормативные акты федерации рукопашного боя Российской Федерации в сфере тренировки юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки;

– ведущие положения теории и методики спортивной тренировки (С.М. Вайцеховский, 2001; Ю.В. Верхошанский, 1993, 2005, 2013; М.А. Годик, 1980; Д.Д. Донской, 2015; В.М. Зацюрский, 2000; В.Л. Карпман, З.Б. Белоцерковский, И.А. Гудков, 2004; Л.П. Матвеев, 2000, 2005, 2008; В.Н. Платонов, 1986);

– основные положения теории комплексного подхода к обучению юных спортсменов рукопашному бою в группах начальной подготовки (Х.Х. Альжанов, 2015; И.А. Бушин, 2005; К.В. Ваганова, А.М. Плавский, 2016; Д.А. Иванов, Х.Х. Альжанов, 2014; Я.Л. Пильник, 2006);

– исследования в сфере применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою (А.Э. Буров, О.А. Ерохина, Ю.П. Шишкина, С.В. Небрятенко, 2017; В.Ф. Костычаков, 2006; Е.Я. Крупник, 1998).

**Методы исследования:** логико-исторический анализ литературы по изучаемой проблеме; теоретический анализ педагогической и психологической литературы для формулирования научных положений исследования; анализ учебных программ по подготовке юных спортсменок по рукопашному бою; обобщение передового педагогического опыта в сфере применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки; общепринятые методы (анализ результатов проверки по физической подготовке судей, анкетирование, наблюдение), методы математической обработки полученных результатов.

**Информационной базой** исследования послужили законодательные и нормативные документы Российской Федерации, регламентирующие содержание тренировки юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки. Кроме того, использовались материалы научных журналов и периодической печати, электронные научные издания, материалы научных семинаров и конференций, посвященные проблемам совершенствования подготовки юных спортсменок по рукопашному бою.

#### **Положения, выносимые на защиту:**

1. Факторы, определяющие необходимость использования состязательно-игровой методики в процессе тренировки девочек из группы начальной подготовки по рукопашному бою. Основными факторами являются: высокая эффективность применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки; необходимость расширения средств и методов тренировки юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки; направленность применения состязательно-игровой методики на решение конкретных задач подготовки юных спортсменок по рукопашному бою; необходимость повышения интереса к тренировочным занятиям у юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки; направленность содержания применения состязательно-игровой методики на более эффективное повышение функциональных показателей; наличие высокой мотивации к занятиям у юных спортсменок по рукопашному бою в ходе применения состязательно-игровой методики.

2. Педагогическая модель применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки. В основе данной модели лежит формирование умений и навыков, необходимых для эффективного ведения поединков у юных спортсменок по рукопашному бою, на основе применения состязательно-игровой методики.

3. Организационно-дидактические условия, необходимые для применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки. Основными из них являются: разработка модели тренировки девочек из группы начальной подготовки по рукопашному бою с применением состязательно-игровой методики; направленность тренировочных воздействий на развитие двигательных

способностей у девочек из группы начальной подготовки по рукопашному бою. Значимыми условиями являются: оптимальное дозирование величины нагрузки при применении состязательно-игровой методики в тренировочном процессе; соблюдение основных принципов спортивной тренировки при применении состязательно-игровой методики; повышение эмоциональности тренировочных занятий в ходе применения состязательно-игровой методики; направленность тренировки на развитие физических качеств, необходимых для успешного ведения поединков по рукопашному бою.

**Научная новизна исследования** состоит в научном обосновании и разработке педагогической модели применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки.

В качестве главных компонентов данной модели определены требования к физической подготовленности юных спортсменок по рукопашному бою, а также цель и задачи их подготовки. В основе данной модели лежит формирование умений и навыков, необходимых для эффективного ведения поединков у юных спортсменок по рукопашному бою, на основе применения состязательно-игровой методики. В модели раскрыто основное содержание тренировки с применением состязательно-игровой методики и результат тренировки – уровень физической и технической готовности юных спортсменок по рукопашному бою.

Определены наиболее эффективные средства тренировки юных спортсменок по рукопашному бою. К ним относятся: специальные упражнения для развития взрывной силы и быстроты, а также упражнения, развивающие общую, силовую и скоростную выносливость.

Выявлены факторы, определяющие необходимость использования состязательно-игровой методики в процессе тренировки девочек из группы начальной подготовки по рукопашному бою. Основными факторами являются: высокая эффективность применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки; необходимость расширения средств и методов тренировки юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки; направленность применения состязательно-игровой методики на решение конкретных задач подготовки юных спортсменок по рукопашному бою; необходимость повышения интереса к тренировочным занятиям у юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки; направленность содержания применения состязательно-игровой методики на более эффективное повышение функциональных показателей; наличие высокой мотивации к занятиям у юных спортсменок по рукопашному бою в ходе применения состязательно-игровой методики.

Обоснованы организационно-дидактические условия, необходимые для применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки. Основными из них являются: разработка модели тренировки девочек из группы начальной подготовки по рукопашному бою с применением состязательно-игровой методики; направленность тренировочных воздействий на развитие двигательных

способностей у девочек из группы начальной подготовки по рукопашному бою. Значимыми условиями являются: оптимальное дозирование величины нагрузки при применении состязательно-игровой методики в тренировочном процессе; соблюдение основных принципов спортивной тренировки при применении состязательно-игровой методики; повышение эмоциональности тренировочных занятий в ходе применения состязательно-игровой методики; направленность тренировки на развитие физических качеств, необходимых для успешного ведения поединков по рукопашному бою.

Выявлены наиболее эффективные средства тренировки юных спортсменов по рукопашному бою. К ним относятся: специальные упражнения для развития взрывной силы и быстроты, а также упражнения, развивающие общую, силовую и скоростную выносливость.

Экспериментально доказана высокая эффективность разработанной педагогической модели тренировки юных спортсменов по рукопашному бою из группы начальной подготовки с использованием состязательно-игровой методики.

**Отличие результатов**, полученных лично автором от результатов, полученных другими исследователями, состоит в основных подходах к исследованию изучаемой проблемы. В ранее проведенных исследованиях по совершенствованию процесса подготовки юных спортсменов по рукопашному бою (А.В. Глазистов, 2008; В.С. Марьенко, Ю.А. Шулика, 1999; В.С. Мунтян, 2007; Д.У. Пардаев, С.А. Письменный, 2013; Я.Л. Пильник, 2006; И.И. Сахаревич, 2011) отражены лишь отдельные стороны данной проблемы. Эти исследования не охватывают процесс подготовки юных спортсменов по рукопашному бою с позиций формирования у них физической и технической готовности к соревновательной деятельности на основе применения состязательно-игровой методики, в его сущностном измерении.

В ходе исследования была впервые научно обоснована и разработана педагогическая модель применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки.

**Теоретическая значимость исследования** состоит в развитии следующих научных направлений:

– теория и методика спортивной тренировки – определены наиболее эффективные средства тренировки юных спортсменов по рукопашному бою;

– теория применения организационных форм в тренировочном процессе – разработаны содержание и структура педагогической модели применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки;

– теория и организация тренировочного процесса – обоснованы организационно-дидактические условия, необходимые для применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки; выявлены факторы, определяющие необходимость использования состязательно-игровой методики в процессе тренировки юных спортсменов по рукопашному бою.



**Практическая значимость исследования** состоит в разработке методических рекомендаций по применению состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек, из группы начальной подготовки. Эти рекомендации легли в основу создания учебно-методического пособия для подготовки юных спортсменок по рукопашному бою. Полученные данные могут быть использованы преподавателями физкультурных вузов для совершенствования тренировки юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки.

**Обоснованность и достоверность** результатов исследования обеспечивались: анализом современных достижений психолого-педагогических наук; логикой исследования; выбором методов и методик, соответствующих задачам исследования; репрезентативностью выборки и полученных экспериментальных данных; положительными результатами экспериментальной работы, подтвержденными методами математической статистики. Практическим подтверждением этих результатов в реальном ходе процесса подготовки юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки.

**Апробация исследования** осуществлялась путем внедрения в практику подготовки юных спортсменок по рукопашному бою педагогической модели применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки, для улучшения качества этого процесса.

Предварительные и общие итоги исследования обсуждались на Международных научно-практических конференциях в городах Москва, Санкт-Петербург, Калининград, Челябинск, Сургут. В ходе работы опубликовано пять статей в научных изданиях, рекомендованных ВАК России. Основные идеи исследования нашли отражение в научных статьях, сборниках научных трудов, учебно-методической литературе, а также активно используются в тренировочном процессе юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки.

**Структура и объем диссертации.** Диссертация состоит из введения, трех глав, общего заключения, выводов, практических рекомендаций, списка литературы и приложений. Работа содержит 11 рисунков, 17 таблиц. Список литературы насчитывает 200 наименований, из них – 15 зарубежных авторов. В работе содержится 3 приложения.

## **СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ**

**Во введении** раскрыты актуальность, сформулированы предмет, объект, цель, задачи и гипотеза исследования, показаны научная новизна, положения, выносимые на защиту, а также теоретическая и практическая значимость диссертации.

**В первой главе** «Научно-теоретические предпосылки совершенствования начальной подготовки по рукопашному бою девочек с использованием состязательно-игровой методики» проведен анализ содержания тренировочного процесса по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки,

особенностей организации их тренировки с использованием состязательно-игровой методики, а также основных научных подходов к организации тренировки по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки.

Изучение литературных источников и обобщение опыта спортивной тренировки по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки, свидетельствует о нерешённых вопросах повышения качества их тренировочного процесса.

Проведенные исследования показали, что в настоящее время, одним из приоритетов в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки, является определение содержания тренировки и спортивной деятельности, в целом.

Большой интерес у тренеров и специалистов вызывает вопрос применения состязательно-игровой методики. Применение состязательно-игровой методики заключается в способах достижения тренировочных и соревновательных установок у юных спортсменок по рукопашному бою. Практика показывает, что действия спортсменок по рукопашному бою представляют собой единство мысленного решения задач и его моторной реализации. В данном случае речь идет о применении состязательно-игровой методики в более эффективном формировании правильных моторных действий. Такая позиция к организации тренировочного процесса по рукопашному бою девочек, из группы начальной подготовки начинает осознаваться большинством специалистов, как наиболее эффективная. Однако, в целом, это положение фиксируется специалистами скорее на интуитивном, а не на научном и методическом уровне.

Исходя из сказанного выше, у юных спортсменок по рукопашному бою необходимо формировать понимание возникающих ситуативных задач вместе со способами их решения. Применение состязательно-игровой методики должно быть направлено на формирование навыков решения ситуативных задач у юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки. Внимание юных спортсменок по рукопашному бою необходимо акцентировать на минимальных ситуациях, поскольку тренировочный процесс в данном возрасте весьма ограничен разнообразием технических действий.

Таким образом, системный анализ применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки позволяет расширить представление о повышении интенсификации подготовки юных спортсменок по рукопашному бою. Исследования, проведенные в данном направлении, свидетельствуют, что применение состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки глубоко не изучено по содержательным характеристикам, целевым и структурным элементам.

**Во второй главе** «Педагогическая модель тренировки по рукопашному бою девочек с использованием состязательно-игровой методики» обосновывалась и разрабатывалась соответствующая педагогическая модель тренировки. Для этого выявлялись факторы, определяющие необходимость использования состязательно-игровой методики в процессе тренировки девочек из группы

начальной подготовки по рукопашному бою, а также обосновывались педагогические условия, необходимые для организации тренировочного процесса по рукопашному бою девочек с использованием состязательно-игровой методики, и соответствующая модель их тренировки.

Исследования показали, что рукопашный бой относится к «контактному» виду спорта с множеством технических действий противоборствующих сторон. Поэтому важным элементом подготовки юных спортсменок по рукопашному бою является формирование у них надежности технических действий, необходимых для качественного ведения поединка. Применение состязательно-игровой методики было направлено на формирование у юных спортсменок по рукопашному бою надежности технических действий, необходимых для качественного ведения поединка, а также на свободные активные действия юных спортсменок по рукопашному бою. Свободные активные действия юных спортсменок по рукопашному бою должны обеспечивать преимущество в противоборстве с соперницами, поскольку позволяют более эффективно перейти к активным действиям. Для этого необходимо было выявить наиболее эффективные средства тренировки для юных спортсменок по рукопашному бою.

В результате проведенного исследования были выявлены наиболее эффективные средства тренировки для юных спортсменок по рукопашному бою. К ним относятся: специальные упражнения для развития взрывной силы и быстроты, а также упражнения, развивающие общую, силовую и скоростную выносливость.

Рукопашный бой представляет собой разнообразие вариативных ситуаций, а успех в поединках во многом определяется способностями спортсменок принимать быстро правильные решения в ходе поединка. Применение состязательно-игровой методики было направлено на формирование умений у юных спортсменок по рукопашному бою быстро принимать правильные решения в ходе поединка. Задания в ходе применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки были максимально разнообразными и «заставляли» спортсменок принимать правильные решения.

Для достижения этой цели были выявлены факторы, определяющие необходимость использования состязательно-игровой методики в процессе тренировки девочек из группы начальной подготовки.

К ним относятся: высокая эффективность применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки; необходимость расширения средств и методов тренировки юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки; направленность применения состязательно-игровой методики на решение конкретных задач подготовки юных спортсменок по рукопашному бою; необходимость повышения интереса к тренировочным занятиям у юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки; направленность содержания применения состязательно-игровой методики на более эффективное повышение функциональных показателей; наличие

высокой мотивации к занятиям у юных спортсменок по рукопашному бою в ходе применения состязательно-игровой методики.

Учитывалось, что содержание тренировочного процесса девочек из группы начальной подготовки по рукопашному бою должно быть связано с созданием организационно-дидактические условий, необходимых для его применения. Поэтому важной научной задачей являлось обоснование организационно-дидактические условий, необходимых для применения состязательно-игровой методики в процессе тренировки девочек из группы начальной подготовки по рукопашному бою.

Для решения этой задачи был проведён опрос детских тренеров по рукопашному бою. Всего в опросе приняло участие 38 респондентов. Результаты этого исследования представлены в таблице 1.

**Таблица 1 – Ранговая структура организационно-дидактических условий, необходимых для применения состязательно-игровой методики в процессе тренировки девочек из группы начальной подготовки по рукопашному бою (n=38, W>0,78)**

Значимость (ранговое место)	Организационно-дидактические условия	Ранговый показатель %
1	Разработка модели тренировки девочек из группы начальной подготовки по рукопашному бою с применением состязательно-игровой методики	25,3
2	Направленность тренировочных воздействий на развитие двигательных способностей у девочек из группы начальной подготовки по рукопашному бою	24,7
3	Оптимальное дозирование величины нагрузки при применении состязательно-игровой методики в тренировочном процессе	17,8
4	Соблюдение основных принципов спортивной тренировки при применении состязательно-игровой методики	12,2
5	Повышение эмоциональности тренировочных занятий в ходе применения состязательно-игровой методики	11,1
6	Направленность тренировки на развитие физических качеств, необходимых для успешного ведения поединков по рукопашному бою	8,9

Исследования показали, что применение состязательно-игровой методики должно быть также направлено на совершенствование техники работы руками

и ногами. Стоит отметить, что в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки должны применяться как отдельные упражнения для отработки техники работы руками или ногами, так и упражнения для отработки техники комбинаций работы руками и ногами.

Также важно отметить, что это может быть использовано при анализе соревновательной деятельности и изучения уровня подготовленности соперниц. Оценка технических действий в соответствии с правилами соревнований по рукопашному бою представлена в таблице 2

**Таблица 2 – Оценка технических действий в соответствии с правилами соревнований по виду спорта «рукопашный бой»**

Технические действия	Оценки			
	Чистая победа	2 балла	1 балл	Активность
<b>I. Удары</b>				
1. Нокаут	*			
2. Три нокдауна	*			
3. Нокдаун		*		
4. Удар ногой в голову		*		
5. Серия ударов рукой и (или) ногой		*		
6. Удар рукой в туловище или голову			*	
7. Удар ногой в туловище			*	
<b>II. Броски</b>				
8. Бросок на спину, на бок без падения		*		
9. Бросок на спину, на бок с падением			*	
10. Бросок на туловище без падения			*	
11. Бросок на туловище с падением				*
12. Выведение из равновесия без падения, при котором противник касается ковра рукой или коленом (3-й точкой)				*
<b>III. Борьба лежа</b>				
13. Болевой (удушающий) приём, при котором противник сдался	*			
14. Удержание		20 с.	10-19 с.	1-9 с.

Поединок по рукопашному бою проходит в высоком темпе с использованием комбинаций ударов руками и ногами, с применением удушающих приемов. Очки начисляются только в том случае, если удар или прием достигли цели. Успеха достигают спортсменки по рукопашному бою,

которые имеют преимущество в скорости и точности выполнения комбинаций ударов руками и ногами, с применением удушающих приемов. Сравнительный анализ технико-тактических действий, наиболее часто используемых в соревновательных поединках спортсменок по рукопашному бою, представлен в таблице 3.

**Таблица 3 – Сравнительный анализ технико-тактических действий, наиболее часто используемых в соревновательных поединках спортсменок рукопашного боя**

№ п/п	Технико-тактическое действие	Эксперты										Ранговое место	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	∑	мест
<b>Атакующие действия</b>													
1	Прямой удар в голову	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1
2	Боковой удар в голову	4	5	5	5	5	4	4	4	5	5	4,6	3
3	Удар рукой в туловище	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4,5	4
4	Удар рукой снизу в голову	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3,5	11
5	Удар рукой снизу в туловище	3	3	2	4	4	4	4	4	3	3	3,4	12
6	Удар рукой в голову в прыжке	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3,8	10
7	Удар рукой с разворота (бэкфест)	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4,2	7
8	Удар ногой сбоку в голову	3	4	4	5	4	4	4	4	5	5	4,2	7
9	Удар ногой сбоку в туловище	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	1
10	Прямой удар ногой в туловище	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	4,4	5
11	Круговой удар ногой в туловище	3	4	4	4	4	5	4	4	5	3	4,0	9
12	Удар ногой в бедро (лоукик)	5	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4,5	4
13	Бросок через бедро	3	4	4	4	4	5	4	4	3	5	4,0	9
14	Бросок подхватом одной ноги	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3,3	13
15	Бросок подхватом двух ног	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3,0	14
16	Бросок передний переворот	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2,7	15
17	Бросок боковой переворот	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2,6	16
18	Бросок обвивом	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2,7	15
19	Бросок передняя подножка	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3,4	12
20	Бросок задняя подножка	3	3	2	4	4	4	4	3	3	3	3,3	13
21	Проход с зацепом ноги	4	4	4	5	4	5	4	4	4	5	4,3	6
22	Бросок с захватом ног	3	4	4	5	4	5	4	4	5	5	4,3	6
23	Бросок передняя подножка на пятке	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2,6	16
24	Бросок боковая подсечка	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2,7	15
25	Бросок через грудь с подсадом на бедро	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2,4	17
26	Рычаг локтя	3	4	4	4	4	5	5	4	4	3	4,0	9
27	Узел локтя	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2,7	15
28	Обратный узел локтя	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2,4	17
29	Рычаг колена	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2,4	17
30	Ущемление икроножной мышцы	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2,4	17
31	Ущемление ахиллова сухожилия	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3,8	10
32	Удушение предплечьем	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3,3	13
33	Удушение разноименным отворотом	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2,4	17
34	Удушение предплечьем сзади	4	5	4	4	5	4	5	5	5	5	4,6	3
35	Удушение «треугольник»	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2,6	16
36	Удержание	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4,7	2

№ п/ п	Технико-тактическое действие	Эксперты										Ранговое место	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	∑	мест
37	Серия ударов руками	4	4	4	5	4	5	4	4	4	5	4,3	6
38	Серия ударов ногами	3	4	4	5	4	5	4	4	5	5	4,3	6
39	Комбинация «Руки-ноги»	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1
40	Комбинация «Удар-бросок»	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1
Действия защиты													
1	Подставки руками	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4,8	3
2	Отбивы руками	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4,9	2
3	Блоки руками	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2,6	8
4	Нырок	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2,6	8
5	Уклон	5	5	4	5	5	4	5	4	4	4	4,5	5
6	Передвижения в сторону	4	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4,3	6
7	Передвижения назад	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1
8	Подставка голени	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2,5	9
9	Подставка стопы	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2,4	10
10	Блоки голенью	4	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4,3	6
11	Блоки стопой	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2,4	11
12	Комбинированная	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1
13	Защита в борьбе	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3,0	7

Было установлено, что основными приёмами по рукопашному бою являются правильная техника работы ног, одиночные удары руками, комбинации ударов руками и ногами, с применением удушающих приемов. На протяжении всего поединка спортсменки по рукопашному бою стараются держать оптимальную дистанцию от противника, чтобы иметь возможность провести собственные комбинации ударов руками и ногами. Анализ атакующих технико-тактических действий, в соревновательных поединках спортсменок по рукопашному бою различной квалификации представлен в таблице 4.

Исследования определили важность разных техник комбинаций ударов руками и ногами, с применением удушающих приемов. Анализ эффективности атакующих технико-тактических действий в поединках спортсменок по рукопашному бою различной квалификации представлен в таблице 5.

Было установлено, что в рукопашном бое возможно нанесение ударов с полной силой и применение приемов борцовской техники, которые используются для достижения победы в поединке. Поэтому в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки следует применять состязательно-игровые методики, которые более эффективно формировали бы технические действия.

Практика показывает, что техника ударов руками и ногами имеет более низкие показатели эффективности среди спортсменок по рукопашному бою по сравнению с комбинациями борцовской техники. Поэтому в ходе применения состязательно-игровой методики следует уделять больше внимания отработке комбинаций с применением борцовской и ударной техники.

**Таблица 4 – Анализ атакующих технико-тактических действий, в соревновательных поединках спортсменок рукопашного боя различной квалификации (n=120)**

№ п/п	Технические действия	Возрастная группа	Комбинация «Руки-ноги»	Комбинация «Удар-бросок»	Серия ударов руками	Серия ударов ногами	Удары руками	Удары ногами	Борьба стоя	Борьба в партере	ИТОГО
			1	2	3	4	5	6	7	8	
1	Общее количество	девушки	32	22	74	22	480	210	196	54	1090
		юниорки, женщины	71	54	194	60	638	312	138	45	1512
Общее количество			103	76	268	82	1118	522	334	99	2602
2	Технические действия, достигшие цели	девушки	16	10	38	10	266	101	96	25	562
		юниорки, женщины	55	41	143	41	479	218	84	35	1096
Общее количество			71	51	181	51	745	319	180	60	1658
3	Технические действия, не достигшие цели	девушки	16	12	36	12	214	109	100	29	528
		юниорки, женщины	16	13	51	19	159	94	54	10	416
Общее количество			32	25	87	31	373	203	154	39	944

**Таблица 5 – Анализ эффективности атакующих технико-тактических действий в поединках спортсменок рукопашного боя различной квалификации**

№ п/п	Технические действия	Возрастная группа	Комбинация «Руки-ноги»	Комбинация «Удар-бросок»	Серия ударов руками	Серия ударов ногами	Удары руками	Удары ногами	Борьба стоя	Борьба в партере
			1	2	3	4	5	6	7	8
1	Процент применения от общего числа атакующих действий	девушки	3	2	7	2	44	19	18	5
		юниорки, женщины	5	4	13	4	42	21	9	3
2	Эффективность атакующих действий	девушки	50	45	51	45	55	48	49	46
		юниорки, женщины	77	76	74	68	75	70	61	78



Рекомендуется в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки, в начале усваивать основы ударной техники и разные защиты. Анализ атакующих технико-тактических действий и защиты, в соревновательных поединках спортсенок по рукопашному бою различной квалификации представлен в таблицах 6,7, рисунках 1,2

Обеспечение высокой спортивной результативности спортсенок по рукопашному бою должно идти по пути интенсификации процесса специальной двигательной подготовки. Поэтому быстрота и точность движений у девочек из группы начальной подготовки должны развиваться на основе применения состязательно-игровой методики.

Было установлено, что построение состязательно-игровой методики юных спортсенок по рукопашному бою из группы начальной подготовки должно проходить последовательно по этапам.

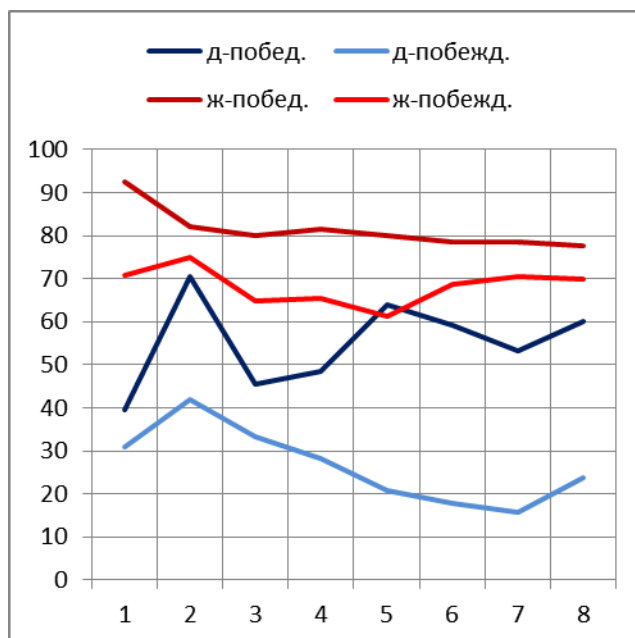
На первом этапе необходимо создать наглядный образ того или иного технического действия у юных спортсенок по рукопашному бою. При этом следует использовать технические средства с подробным анализом действий лучших спортсенок по рукопашному бою. Это способствуют формированию у юных спортсенок по рукопашному бою общего представления о технике движения. Внимание юных спортсенок по рукопашному бою должно акцентироваться на главном в технике движения удара или броска.

**Таблица 6 – Анализ эффективности атакующих технико-тактических действий победителей и побежденных в соревновательных поединках спортсенок рукопашного боя**

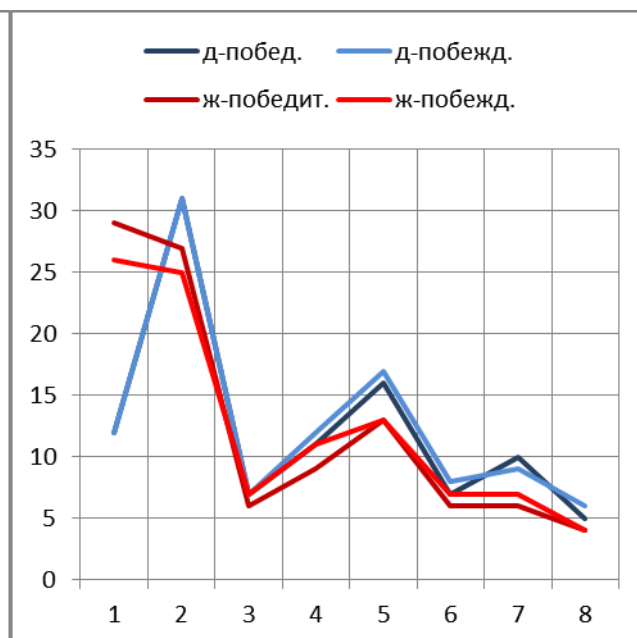
№ п/п	Технические действия	Возрастная группа	Комбинация «Руки-ноги»	Комбинация «Удар-бросок»	Серия ударов руками	Серия ударов ногами	Удары руками	Удары ногами	Борьба стоя	Борьба в партере
			1	2	3	4	5	6	7	8
1	Процент применения от общего числа атакующих действий	д-побед.	3	2	7	3	41	20	18	5
		д-побежд.	3	2	6	1	47	18	18	4
		ж-побед	5	4	13	4	43	20	9	3
		ж-побежд.	5	3	13	4	42	21	10	2
2	Эффективность атакующих действий	д-побед.	56	62	49	50	63	55	56	60
		д-побежд.	36	22	55	38	48	40	42	38
		ж-побед	90	83	78	74	73	80	70	89
		ж-побежд.	63	67	69	62	78	60	51	59

**Таблица 7 – Анализ технико-тактических действий защиты, в соревновательных поединках спортсменок рукопашного боя различной квалификации (n=120)**

№ п/п	Технические действия	Возрастная группа	Комбинированные защиты	Передвижения назад	Передвижения в сторону	Отбивы руками	Подставки руками	Блоки голенью	Уклоны	Отклоны	ИТОГО
			1	2	3	4	5	6	7	8	
1	Общее количество	девушки	80	202	46	74	108	50	64	36	60
		юниорки, женщины	266	252	64	98	122	60	62	38	62
Общее количество			346	454	110	172	230	110	126	74	622
2	Эффективные технические действия	девушки	28	112	18	28	44	18	22	14	84
		юниорки, женщины	218	208	46	70	86	44	46	28	46
Общее количество			246	320	64	98	130	62	68	42	30
3	Неэффективные технические действия	девушки	52	90	28	46	64	32	42	22	76
		юниорки, женщины	48	44	18	28	36	16	16	10	16
Общее количество			100	134	46	74	100	48	58	32	92

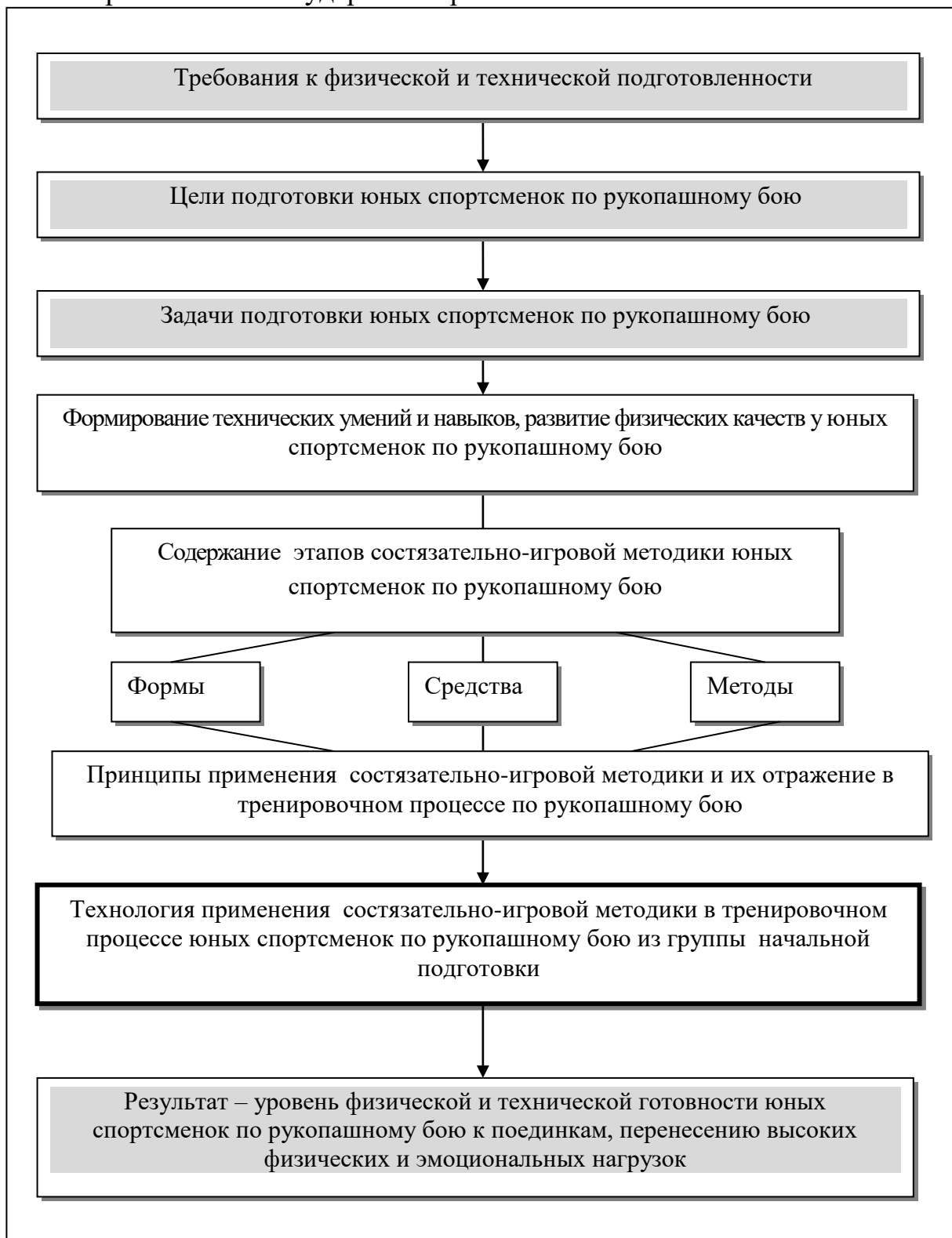


**Рисунок 1 - сравнительный анализ эффективности защитных ТТД победителей и побежденных**



**Рисунок 2 - соотношение объема выполненных защитных ТТД победителей и побежденных**

На втором этапе формируется интеллектуализация техники движения при выполнении удара или броска. Объяснение характера, взаимосвязи элементов техники движения при выполнении удара или броска. В дальнейшем происходит выполнение упражнений и специальные задания, имитирующих технику движения при выполнении удара или броска.



**Рисунок 3 – Педагогическая модель применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе юных спортсменов по рукопашному бою из групп начальной подготовки**

На третьем этапе происходит создание моторного образа действий при выполнении удара или броска. На данном этапе целесообразно применять состязательно-игровую методику, способствующую интенсификации тренировочного процесса юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки. Активно должны применяться различные состязательно-игровые задания. Педагогическая модель применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки представлена на рисунке 3

**В третьей главе** показаны результаты экспериментальной проверки эффективности разработанной педагогической модели организации тренировки по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки с использованием состязательно-игровой методики.

На заключительном этапе исследования обосновывались критерии оценки физической готовности юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки, а затем экспериментально проверялась эффективность разработанной педагогической модели применения состязательно-игровой методики в их тренировочном процессе.

Во время проведения педагогического эксперимента существенное внимание на начальном этапе подготовки девочек по рукопашному бою уделялось применению состязательно-игровой методики. Применение состязательно-игровой методики требовало особого подхода к обоснованию критерии оценки физической готовности юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки. В результате проведенного исследования были разработаны эти критерии. Этими критериями являются: уровень развития скоростной, силовой выносливости, взрывной силы и быстроты. Основными показателями оценки физической и технической готовности юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки к соревновательной деятельности являются следующие тесты: челночный бег» 3x10 м; скоростной бег 30 м с высокого старта; прыжок в длину с места; поднимание туловища из положения, лежа на спине за 30 с (кол-во раз); сгибание-разгибание рук в упоре лёжа за 15 с (кол-во раз); бег 1000 на метров (мин., сек.); наклон вперед из положения, сидя на полу (см.).

Результаты проведенного педагогического эксперимента свидетельствуют о высокой эффективности разработанной педагогической модели применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки. Динамика показателей функционального состояния юных спортсменок по рукопашному бою опытных групп представлены в таблице 8.

**Таблица 8 - Динамика показателей функционального состояния юных спортсменок по рукопашному бою опытных групп в конце эксперимента (ЭГ и КГ по 23 чел.) ( $\bar{x} \pm m$ )**

Показатели	Испытуемые	Исходные данные	Данные после тренировки	p
Проба Штанге (с)	ЭГ	51,4±2,1	45,1±1,1	-
	КГ	50,0±2,3	34,3±2,0	0,05
Проба Генчи (с)	ЭГ	27,8±1,8	19,8±1,4	0,05
	КГ	27,3±1,7	10,0±1,7	0,05
МПК (млкг/мин)	ЭГ	34,1±1,0	34,0±0,9	-
	КГ	34,2±1,4	33,9±1,2	-
ЧСС (уд./мин)	ЭГ	77,6±1,7	81,4±0,9	-
	КГ	76,5±1,8	88,7±1,4	0,05
Коэффициент выносливости (КВ) (ед.)	ЭГ	18,7±0,4	19,5±0,3	-
	КГ	18,1±0,5	19,2±0,2	-

Анализ развития скоростной, силовой выносливости, взрывной силы и быстроты у девочек из группы начальной подготовки показал, что у испытуемых экспериментальной группы эти показатели были достоверно лучше, чем у испытуемых контрольной группы. Качество выполнения технических действий у испытуемых экспериментальной группы также было достоверно выше, чем у испытуемых контрольной группы.

Объективным показателем высокой эффективности разработанной педагогической модели применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки, явились результаты выступлений на соревнованиях. Испытуемые экспериментальной группы показали более высокие результаты на соревнованиях в Калининградской области по сравнению с испытуемыми контрольной группы.

## **ВЫВОДЫ**

1. В результате проведенного исследования были выявлены наиболее эффективные средства тренировки юных спортсменок по рукопашному бою. К ним относятся: специальные упражнения для развития взрывной силы и быстроты, а также упражнения, развивающие общую, силовую и скоростную выносливость.

2. В ходе проведенного исследования были выявлены факторы, определяющие необходимость использования состязательно-игровой методики в процессе тренировки девочек из группы начальной подготовки по рукопашному бою. К ним относятся: высокая эффективность применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки; необходимость расширения средств и методов тренировки юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки; направленность применения состязательно-игровой методики на решение конкретных задач подготовки юных спортсменок по рукопашному бою; необходимость повышения интереса к тренировочным занятиям у юных

спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки; направленность содержания применения состязательно-игровой методики на более эффективное повышение функциональных показателей; наличие высокой мотивации к занятиям у юных спортсменок по рукопашному бою в ходе применения состязательно-игровой методики.

3. В ходе исследований были обоснованы организационно-дидактические условия, необходимые для применения состязательно-игровой методики в процессе тренировки девочек из группы начальной подготовки по рукопашному бою. К ним относятся: разработка модели тренировки девочек из группы начальной подготовки по рукопашному бою с применением состязательно-игровой методики; направленность тренировочных воздействий на развитие двигательных способностей у девочек из группы начальной подготовки по рукопашному бою. Значимыми условиями являются: оптимальное дозирование величины нагрузки при применении состязательно-игровой методики в тренировочном процессе; соблюдение основных принципов спортивной тренировки при применении состязательно-игровой методики; повышение эмоциональности тренировочных занятий в ходе применения состязательно-игровой методики; направленность тренировки на развитие физических качеств, необходимых для успешного ведения поединков по рукопашному бою.

4. В результате проведенного исследования была разработана педагогическая модель применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки.

В качестве главных компонентов данной модели определены требования к подготовленности девочек из группы начальной подготовки, а также цель и задачи их подготовки с применением состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою. В основе данной модели лежит процесс формирования технических умений и навыков, развитие физических качеств у юных спортсменок по рукопашному бою, содержание этапов состязательно-игровой методики и принципов ее применения. В модели раскрыта технология применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки и результат этой тренировки – уровень их готовности к соревнованиям.

5. Разработаны критерии оценки физической готовности юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки. Этими критериями являются: уровень развития скоростной, силовой выносливости, взрывной силы и быстроты. Основными показателями оценки физической и технической готовности юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки к соревновательной деятельности являются следующие тесты: челночный бег» 3x10 м; скоростной бег 30 м с высокого старта; прыжок в длину с места; поднятие туловища из и. п. на спине за 30 с. (кол-во раз); сгибание-разгибание рук в упоре лёжа за 15 с (кол-во раз); бег 1000 (м.) (мин., сек.); наклон вперед из положения, сидя на полу (см.).

6. Результаты проведенного педагогического эксперимента свидетельствуют о высокой эффективности разработанной педагогической

модели применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки.

Анализ развития скоростной, силовой выносливости, взрывной силы и быстроты у девочек из группы начальной подготовки показал, что у испытуемых экспериментальной группы эти показатели были достоверно лучше, чем у испытуемых контрольной группы. Качество выполнения технических действий у испытуемых экспериментальной группы также было достоверно выше, чем у испытуемых контрольной группы.

7. Объективным показателем высокой эффективности разработанной педагогической модели применения состязательно-игровой методики в тренировочном процессе по рукопашному бою девочек из группы начальной подготовки, явились результаты выступлений на соревнованиях. Испытуемые экспериментальной группы показали более высокие результаты на соревнованиях в Калининградской области по сравнению с испытуемыми контрольной группы.

## **ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

Для повышения качества подготовки юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки необходимо:

1. Обратить особое внимание на освоение разработанной в диссертации педагогической модели тренировки юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки, с использованием состязательно-игровой методики.

2. Тренерам в процессе своей деятельности использовать передовой опыт по проведению тренировки юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки, с использованием состязательно-игровой методики из других видов спорта.

3. Основные усилия сосредоточить на повышении уровня физической готовности юных спортсменок по рукопашному бою, а также на целенаправленном использовании состязательно-игровой методики в тренировочном процессе.

4. Активнее использовать в ходе тренировки юных спортсменок по рукопашному бою физические упражнения, раскрывающие особенности двигательной деятельности спортсменок в ходе поединка

5. По материалам диссертации разработать учебно-методическое пособие для подготовки юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки с использованием состязательно-игровой методики.

## **СПИСОК РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ**

**1. Волков, А.П. Рукопашный бой как самостоятельный вид спорта: ретроспектива и перспективы / А.В. Ворожейкин, В.В. Фадеева, А.П. Волков//Известия Калининградского филиала Санкт-Петербургского**

университета МВД России – 2019. – № 4 (58). С. 93-98. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

2. Волков, А.П. Современные тенденции и приоритетные направления научных исследований рукопашного боя как вида спорта / А.В. Ворожейкин, В.В. Фадеева, А.П. Волков // Известия Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России – 2020. – № 2 (60). С. 104-108. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

3. Волков, А.П. Структура и эффективность атакующих технико-тактических действий спортсменок, специализирующихся в рукопашном бое / А.В. Ворожейкин, В.В. Фадеева, А.П. Волков // Известия Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России – 2020. – № 3 (61). С. 118-124. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

4. Волков, А.П. К вопросу научно-теоретического обоснования многолетней спортивной подготовки женщин в рукопашном бое / А.В. Ворожейкин, Т.В. Врачинская, П.И. Тюпа, А.П. Волков//Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. – 2020. – № 9. – С. 105–113. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

5. Волков, А.П. Анализ современных проблем в диссертационных исследованиях по виду спорта «Рукопашный бой» / А.В. Ворожейкин, П.И. Тюпа, А.П. Волков// Известия Балтийской государственной академии рыбопромыслового флота. – 2020. – № 1(51). – С. 154–158. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

6. Волков, А.П. Оценка технико-тактических показателей соревновательной деятельности спортсменок рукопашного боя различной квалификации / А.В. Ворожейкин, П.И. Тюпа, А.П. Волков//Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. – 2021. – № 3. – С. 94–102. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

7. Волков, А.П. Факторы, определяющие необходимость использования состязательно-игровой методики в процессе тренировки юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки / А.П. Волков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2022. - № 5 (207). – С. 94-98 (0,3 п.л.).

8. Волков, А.П. Педагогические условия необходимые для применения состязательно-игровой методики в процессе тренировки юных спортсменок по рукопашному бою из группы начальной подготовки / А.П. Волков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2022. - № 6 (208). – С. 82-85 (0,3 п.л.).

9. Волков, А.П. Педагогические условия при применении состязательно-игровой методики в ходе начальной подготовки юных спортсменок по рукопашному бою / А.П. Волков, А.Э. Болотин, С.С. Аганов, С.В. Сурмило // Культура физическая и здоровье. – 2022. - № 3 (83). – С.136-141. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

10. Волков, А.П. Становление и развитие рукопашного боя как самостоятельного вида спорта / А.В. Ворожейкин, П.И. Тюпа, А.П. Волков // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: Материалы IV Всероссийской научно-практической конференции с международным участием – 2019. – С. 96-102. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

11. Волков, А.П. Исследование структуры технико-тактических действий в соревновательных поединках квалифицированных спортсменок рукопашного



боя / А.В. Ворожейкин, А.П. Волков // Исследование структуры технико-тактических действий в соревновательных поединках квалифицированных спортсменов рукопашного боя: сб. статей XIX Всероссийской с международным участием научно-практической конференции – Сургут, 2020. – С. 246-252. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

12. Волков, А.П. К вопросу необходимости индивидуализации технико-тактической подготовки высококвалифицированных спортсменов рукопашного боя / П.И. Тюпа, А.В. Ворожейкин, А.П. Волков // Актуальные проблемы спортивной подготовки, оздоровительной физической культуры, рекреации и туризма. адаптивная физическая культура и медицинская реабилитация: инновации и перспективы развития: сб. статей Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 50-летию УралГУФ – 2020. С. 260-262. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

13. Волков, А.П. Рукопашный бой как самостоятельный вид спорта. становление и развитие / А.В. Ворожейкин, А.П. Волков // Социально-экономические и гуманитарные аспекты физической культуры и спорта: сб. статей Всероссийской научно-практической конференции – 2020. С. 45-52. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

14. Волков, А.П. Исследование структуры технико-тактических действий в соревновательных поединках юных спортсменов рукопашного боя / А.В. Ворожейкин, П.И. Тюпа, А.П. Волков // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: материалы V Всероссийской научно-практической конференции с международным участием – Москва, 2020. – С. 94-98. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

15. Волков, А.П. Исследование показателей физического развития и функционального состояния спортсменов рукопашного боя на этапе начальной спортивной тренировки / А.В. Ворожейкин, А.П. Волков // Физкультурное образование Сибири – 2020. – № 2 (44). С. 29-34. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

16. Волков, А.П. Состояние проблемы спортивной подготовки женщин в рукопашном бое на основе анализа современных исследований / А.В. Ворожейкин, А.П. Волков // Научно-спортивный вестник Урала и Сибири. – 2020. – № 3 (27). С. 23-28. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

17. Волков, А.П. Анализ соревновательной деятельности спортсменов, специализирующихся в виде спорта рукопашный бой / А.В. Ворожейкин, П.И. Тюпа, А.П. Волков // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта – 2020. – № 3 (19). С. 13. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

18. Волков, А.П. Состояние и перспективные направления научных исследований по виду спорта «Рукопашный бой» на основе анализа научно-методической литературы / А.В. Ворожейкин, П.И. Тюпа, А.П. Волков // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта – 2020. – № 1 (17). С. 133-146. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

19. Волков, А.П. Анализ соревновательной деятельности спортсменов специализирующихся в виде спорта рукопашный бой / А.В. Ворожейкин, П.И. Тюпа, А.П. Волков // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта – 2020. – № 3 (19). С. 145-165. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

20. Волков, А.П. Этап начальной спортивной подготовки девушек, специализирующихся в виде спорта рукопашный бой, в контексте требований федерального стандарта / А.В. Ворожейкин, П.И. Тюпа, А.П. Волков // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта – 2020. – № 2 (18). С. 99-114. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

21. Волков, А.П. Особенности мотивации к занятиям рукопашным боем у девочек на этапе спортивной специализации / А.В. Ворожейкин, А.П. Волков // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: сб. статей VI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием – Москва, 2021, С. 70-7. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

22. Волков А.П. Исследование мотивации спортивной деятельности на различных этапах многолетней подготовки девушек в таком виде спорта, как рукопашный бой/ А.В. Ворожейкин, А.П. Волков // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта – 2021. – № 1 (21). С. 57-69. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

23. Волков, А.П. Структура и эффективность сравнительно-тактических действий защиты спортсменов. специализирующихся в виде спорта «Рукопашный бой» / А.В. Ворожейкин, А.П. Волков// Научно-спортивный вестник Урала и Сибири – 2021. – № 1 (29). С. 48-54/ (0,5 п.л./ 0,4 п.л.)

24. Волков, А.П. Мотивация девочек 9 - 10 лет к занятиям рукопашным боем на начальном этапе спортивной подготовки / А.В. Ворожейкин, А.П. Волков//Проблемы и перспективы физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной физической культуры: сб. статей Всероссийской научно-практической конференции с международным участием – Казань, 2021, – С. 156-153. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

25. Волков, А.П. Начальная подготовка юных спортсменов по рукопашному бою / А.Э. Болотин, А.П. Волков, Ж.Т. Нишанбаев, С.С. Аганов // Культура физическая и здоровье. – 2022. - № 3 (83). – С.131-136. (0,5 п.л./ 0,4 п.л.).

26. Волков, А.П. Оценка технико-тактических показателей соревновательной деятельности спортсменов по рукопашному бою / А.П. Волков // Основные направления развития физической культуры и спорта: сб. статей Межвуз. науч.-практ. конференции. – СПб.: Университет ГПС МЧС РФ, 2022. – С.52-72. (0,5 п.л.).

27. Волков, А.П. Сравнительная оценка физического состояния девочек на этапе начальной подготовки по рукопашному бою / А.П. Волков // Основные направления развития физической культуры и спорта: сб. статей Межвуз. науч.-практ. конференции. – СПб.: Университет ГПС МЧС РФ, 2022. – С.72-89. (0,4 п.л./ 0,3 п.л.).

28. Волков, А.П. Анализ мотивации на различных этапах многолетней подготовки девушек по рукопашному бою / А.П. Волков // Основные направления развития физической культуры и спорта: сб. статей Межвуз. науч.-практ. конференции. – СПб.: Университет ГПС МЧС РФ, 2022. – С.89-106. (0,4 п.л./ 0,3 п.л.).