

ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ПОКАЗНИКІВ МОДЕЛЕЙ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ДЗЮДОЇСТІВ РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ

Актуальність. Сучасна тенденція інтенсифікації тренувального процесу в дзюдо, крім змагального збільшення конкурентності у спорті, пов'язана із прагненням Міжнародної федерації дзюдо підвищити видовищність поєдинків. З цією метою скорочено тривалість змагальних сутичок, а практику суддівства зорієнтовано на стимуляцію активності борців разом зі збільшенням кількості технічних прийомів. Рівень техніко-тактичних дій дзюдоїста головним чином визначає його успіх у поєдинку [1, 3]. Досягнення максимальних показників у змагальній діяльності пов'язані із загальним обсягом тренувальних навантажень [2].

Досягнення високих спортивних результатів в умовах зростання конкуренції вимагає постійного вдосконалення техніко-тактичних дій спортсмена. При цьому рівень техніко-тактичної майстерності в більшості випадків досягається шляхом поєднання технічної підготовки з тактичною, фізичною, теоретичною, психологічною й інтегральною підготовками [4].

Науково-методичне забезпечення підготовки кваліфікованих дзюдоїстів вимагає вибору найбільш ефективних техніко-тактичних дій для подальшого удосконалення. Адже склад і структура результативних техніко-тактичних дій швидко змінюється у спортивній практиці. Тому для підготовки спортсменів високого класу важливо своєчасно здійснювати пошук перспективних напрямків удосконалення техніки ведення поєдинку. При цьому актуальним є аналіз змагальних поєдинків сучасних дзюдоїстів [5].

У зв'язку зі змінами правил та умов проведення змагань з дзюдо, важливого значення набуває розробка моделі змагальної діяльності.

Загальні теоретичні основи моделювання широко досліджувалися в наукових працях М.Я. Набатникової (2008), Платонова (2004) та ін. Проблеми моделювання змагальної діяльності дзюдоїстів різної кваліфікації знайшли відображення в працях К.Я. Коблева, 1990; О.П. Юшкова, 2010; А.В. Єганова, 2009; Г.М. Арзютова, 2006.

Мета дослідження – проведення порівняльного аналізу показників моделей змагальної діяльності дзюдоїстів різної кваліфікації.

Завдання дослідження:

1. Вивчити та узагальнити наукову та спеціальну літературу з проблеми, яка досліджується.
2. Проаналізувати техніку виконання коронних прийомів дзюдоїстів різної кваліфікації.
3. Зробити порівняльний аналіз показників моделей змагальної діяльності дзюдоїстів світового рівня з дзюдоїстами учасниками чемпіонатів Житомирської області.

Для вирішення завдань дослідження було використано наступні **методи дослідження:** аналіз та узагальнення літературних джерел, збір та обробка інформації, бесіди, спостереження, порівняльний аналіз.

Об'єкт дослідження – змагальний процес дзюдоїстів.

Предмет дослідження – моделі змагальної діяльності дзюдоїстів

різної кваліфікації.

Результати дослідження. Дослідження проводилося на базі ДЮСШ № 2 м. Житомира протягом шести місяців (жовтень – березень). У дослідженні брали участь 10 дзюдоїстів групи підвищення спортивної майстерності факультету фізичного виховання і спорту Житомирського державного університету імені Івана Франка та 10 дзюдоїстів Житомирської міської ДЮСШ № 2.

Проводилось співвідношення модельних показників змагальної діяльності дзюдоїстів-учасників чемпіонатів Житомирської області (І спортивний розряд, КМС) з дзюдоїстами-учасниками чемпіонатів України, Кубків та Чемпіонатів світу (табл.1).

Встановлено, що у дзюдоїстів світового рівня за 1 хв. Кількість спроб до виконання кидка становить – 8, ніж у дзюдоїстів І спортивного розряду, та КМС (5).

Ефективність виконання техніко тактичних дій у дзюдоїстів світового рівня – 90 %, ніж у спортсменів І спортивного розряду та КМС (70 %).

За період змагальної сутички кількість кидків дзюдоїстів світового рівня становить – 4 кидка.

Що до інтервалу успішності атаки, то як видно з таблиці 1 у дзюдоїстів світового рівня на 15 – 20 с менший, ніж у спортсменів І спортивного розряду та КМС (25 – 30 с).

Також середній час поєдинку у спортсменів світового рівня складає 200 с, ніж у спортсменів І спортивного розряду та КМС (240 с).

Дзюдоїсти світового рівня (72 %) отримують дострокову перемогу іппоном, наступними найбільш результативними прийомами для них – зачіпом, кидком через спину (з колін та зі стійки), виведенням з рівноваги, посадкою під дві ноги, задньою та передньою підніжкою.

У спортсменів І спортивного розряду та КМС дострокова перемога двобою іппоном складає – 67 %, а найбільш результативні кидки для них – кидок через стегно, кидок через спину, підсад, зашагування.

Таблиця 1

**Порівняльний аналіз
показників моделей змагальної діяльності дзюдоїстів світового рівня з
дзюдоїстами-учасниками чемпіонатів
Житомирської області**

Модельні показники	Результати:	
	дзюдоїсти світового рівня	дзюдоїсти І спортивного розряду, КМС
Техніко-тактичні дії (кількість спроб) (за 1 хв.)	8	5
Ефективність виконання техніко-тактичних дій (%)	90	70
Оцінені дії (кількість)	4	2
Інтервал успішності атаки (с)	15 – 20	25 – 30
Середній час поєдинку	200	240
Дострокова перемога двобою (іппоном) (%)	72	67
Найбільш результативні прийоми в поєдинку	Зачіп, кидок через спину (з колін та зі стійки), виведення з рівноваги, посадка під дві ноги, задня підніжка, передня підніжка.	Кидок через стегно, кидок через спину, підсад, зашагування.

Висновки.

1. Аналіз наукової літератури показав, що в сучасній спортивній боротьбі на міжнародних змаганнях перевагу мають спортсмени, які відрізняються індивідуальною своєрідністю техніко-тактичного арсеналу.

Встановлено, що успішна підготовка дзюдоїстів високого рівня не можлива без ретельного обліку основних тенденцій динаміки ведення сутички, що найбільш чітко простежується на змаганнях світового рівня.

2. Дзюдоїсти світового рівня (72 %) отримують дострокову перемогу іппоном, наступними найбільш результативними прийомами для них – зачіпом, кидком через спину (з колін та зі стійки), виведенням з рівноваги, посадкою під дві ноги, задньою та передньою підніжкою. У спортсменів I спортивного розряду та КМС дострокова перемога двобою іппоном складає – 67 %, а найбільш результативні кидки для них – кидок через стегно, кидок через спину, підсад, зашагування.

3. Дзюдоїсти – чемпіони та призери чемпіонатів України, Європи та Світу мають кращі показники кількості спроб проведення техніко тактичних дій, ефективності виконання техніко-тактичних дій, кількості оцінених дій, менші величини вимірів інтервалу успішності атаки та середнього часу поєдинку, ніж дзюдоїсти – учасники чемпіонатів Житомирської області (I спортивний розряд, КМС).

ДЖЕРЕЛА ТА ЛІТЕРАТУРА

1. Ананченко К.В. Техничко-тактичска подготвка дзюдоистов високого класу на основе анализа модельних характеристик. – Харьков, 2006. – 186 с.
2. Бекетов В.А. На ковре – юные борцы. – К.: Здоровье, 1990. – 160 с.
3. Коджаспиров Ю.Г. Методика развития силы юных борцов 9–11 лет // Спортивная борьба: Ежегодник. – 1983. – С. 24–29.
4. Просовський О.П. Дзюдо. Навчальний посібник. – К.: Зірка, 2000. – 95 с.
5. Просовський О.П. Сліваєва Н.А. Методичні розробки. – Київ, 1998. – 81