

АНАЛИЗ НА ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОТО МАЙСТОРСТВО В КАТЕГОРИЯ ДО 62 кг ОТ ЕВРОПЕЙСКОТО ПЪРВЕНСТВО ПО БОРБА ЗА ЖЕНИ ПРЕЗ 2019 г.

Каролина Грозданова, Никола Николов
Национална спортна академия „Васил Левски“, катедра „Борба и джудо“,
e-mail: kariwrestling@gmail.com, Koki_1979@abv.bg

Резюме

Целта на проучването е анализ на използваните технически действия от състезателки по борба в кат. до 62 кг от тазгодишното Европейско първенство. Проучени са данни от видеозаписи на 21 схватки. В анализа на резултатите в табличен вид са представени най-често използваните хватки от състезателките. В заключение са изведени съответните изводи и препоръки.

Ключови думи: женска борба, контрол, анализ.

ANALYSIS OF TECHNICAL AND TACTICAL SKILLS IN A CATEGORY UP TO 62 kg. FROM THE 2019 EUROPEAN WOMEN CHAMPIONSHIP IN 2019

Karolina Grozdanova, Nikola Nikolov
National Sports Academy “Vassil Levski”, Department Wrestling and Judo,
e-mail: ilioiliev@abv.bg

Abstract

The purpose of the study is an analysis of the technical actions used by athletes in female wrestling in weight category up to 62 kg. from this year's European Championship. Have been researched data from video recordings of 21 fights. In the analysis of the results in tabular form are represented most used technics from wrestlers. Finally, the relevant conclusions and recommendations are outlined.

Key words: female wrestling, control, analysis.

Въведение

Контролът на подготовката в борбата изисква непосредствен анализ на състезателната изява след приключване на дадено първенство. Контролът в системата на спортната подготовка не е просто проверка, а особено важна предпоставка за ефективната работа на тази система (Р. Макавеев, 2016). Техничко-тактическият анализ е основен метод за контрол и изграждане на техническия арсенал на състезатели по борба. Същевременно такива анализи биха ни помогнали да оптимизираме подготовката и да нанесем нужните корекции в съответствие с актуалната картина (Р. Макавеев, Н. Николов, 2012). Други автори (N. Nikolov, 2014) също отбелязват, че „превъзходството в съвременния спорт е немислимо без постоянна оптимизация и анализиране на технико-тактическите действия, използвани в състезанията по борба“. През годините този вид анализи са допринесли в подготовката по борба, като са помогнали за коригиране на технически и тактически грешки, усъвършенстване на техническия репертоар, обогатяване на техниката, изграждане на целесъобразна тактика и стратегия за определено първенство.

Женската борба в световен мащаб е поставена в условията на висока конкуренция. Това провокира специалистите към научно търсене за подобряване контрола и методиката на подготовка в успешните за страните спортове (Манолаки, 1993; Тараканов, 1999; Илиев, 2016; Илиев и Николов, 2016). Водещи държави в женската борба като Япония, Русия, Америка, Китай, Украйна, Канада и т.н. използват различни средства за анализ на конкурентките на своите състезатели – видеоанализ, пряк анализ на състезателки по време на провеждане на състезание, изучаване на техническия репертоар в определен

период или периоди и т.н. Това налага използването на технически анализи и проучвания с цел целесъобразна техническа и тактическа подготовка на състезателките по борба (Н. Димитрова, 2012; Н. Станчев, 2013). Категория до 62 кг е олимпийска категория и в нея участва състезателката ни Тайбе Юсеин – световна и европейска шампионка. Проведеното Европейско първенство е част от подготовката на състезателките за Световното първенство през септември 2019 г., където се печелят и квотите за участие в Олимпийските игри през 2020 г. в Токио, Япония.

Методология

Целта на изследването бе да установим кои са най-често използваните технически действия в стойка и в партер от състезателките в категория до 62 кг, както и тяхната техническа ефективност.

В проведеното изследване сме обработили данни от видеонаблюдение на категория до 62 кг от Европейското първенство за жени през 2019 г. в Букурещ, Румъния, където са проведени 21 схватки. Броят на участничките в категорията е 18. Използвана е програмата Excel за обработка на данните и математически изчисления.

Анализ на резултатите

В табл. 1 и 2 са показани техническите действия, приложени по време на Европейското първенство за жени през 2019 г. в Букурещ, Румъния.

Таблица 1

Технически действия в стойка (категория 62 кг)

Технически действия в стойка	Брой изпълнения	Спечелени технически точки
Минаване зад противника	20	39
Събаряне с хват на десен крак с глава отвън	9	18
Събаряне с хват на ляв крак с глава отвън	7	14
Събаряне с хват на двата крака	4	8
Хвърляне със захващане на ръката и вътрешното бедро (Мелница)	4	10
Хвърляне през гърди с обхващане на трупа отзад (Заден суплес)	2	4
Хвърляне през гръб със захващане на ръката и врата отгоре (Обратно поясно)	1	2
Хвърляне през гръб със захващане на ръката и врата (Поясно хвърляне)	1	2
Сваляне с обхващане на ръката и главата (Оглавник – въртене)	2	4
Избутване извън зоната	8	8

Най-прилаганата техника в партер в категория 62 кг е т.нар. минаване зад противника посредством придърпване или гмуркане под ръка (20 бр.), като и спечелените технически точки съответно са най-много (39 т.т.). От таблица 1 се вижда, че най-често използваните технически действия са от групата на събарянията с хващане на краката (Събаряне в десен крак – 9 бр., Събаряне с хващане на левия крак – 7 бр., Събаряне с хващане на двата крака – 4 бр.) и комбиниране на захват на ръката и краката (мелница – 4 бр.). Избутването на противника извън зоната за борба също носи точки в актива на състезателките – 8 т.т., но то не може да бъде отнесено към групата на техниката. Общият брой на спечелените технически точки в стойка е 64 т.

В таблица 2 са показани приложените технически действия в партер. Носене през „мост“ е на второ място (4 бр.) и „черек“ (2 бр.). Минаването зад противника е основно средство за сваляне в партер и последващо прилагане на техника в партер, което го прави и най-използвано действие. Общият брой на спечелените точки в категорията е 16 т.т.

Таблица 2

Технически действия в партер (категория 62 кг)

Технически действия в партер	Брой изпълнения	Спечелени технически точки
Носене през „мост“	4	8
Преобръщане с кръстосване на краката (Кръстачка)	1	2
Хвърляне с обратно обхващане на външното бедро (Черек)	2	4
Преобръщане с хващане на външната ръка и вътрешния крак (Пакет/Опаковка)	1	2

По време на първенството състезателките в категорията са спечелили точки, които се присъждат за водене на активна борба (3 т.т.), наказания за негативна борба (2 т.т.) и от протест – „челиндж“ – (2 т.т.) (таблица 3).

Таблица 3

Спечелени точки от стил на водене на борба

Точки от	Брой	Технически точки
Активност	13	13
Негативна борба	2	2
Челиндж	2	2

Дискусия

Най-често използваните хватки в категория до 62 кг от стойка са минаването зад противника (20 пъти), както и от групата на събарянията с хващане на краката (десен крак – 9 пъти; ляв крак – 7 пъти; двата крака – 4 пъти), както и комбинирани захвати на ръката и крака (мелница – 4 пъти). Това показва взривната насоченост в подготовката на боркините, както и развитието на техните скоростно-силови качества.

Най-често използваната комбинация след преминаването зад противника е носене през „мост“ – 4 пъти и „черек“ – 2 пъти.

С цел по-ефективното приложение на техническите средства (хватки) бихме препоръчали системното развитие на скоростно-силовите качества на боркините.

Също така обогатяването на техническия репертоар с повече и многообразни технико-тактически комбинации и комплекси от различни изходни положения.

Литература

Димитрова, Н. (2012). Върху реализационната ефективност на спортно-техническото майсторство в джудо. Международна научна конференция „Актуални проблеми на физическата култура“, София, 16–17 декември 2010 г.; Спорт & Наука; изв. бр. 2 ; с. 255; Тип-Топ Прес, София.

Илиев, И. (2016). Оптимизиране нивото на скоростно-силовата издръжливост в отделните мезоцикли в сферата на женската борба. Научна конференция „Предизвикателства и перспективи пред спортната наука“, „Специфика на подготовката в различните спортни дисциплини“, катедра „Тежка атлетика, бокс, фехтовка и спорт за всички“, София, с. 68–73.

Илиев, И., Николов, Н. (2016). Изследване на разликите в методиката на подготовка в женската борба в България и страни с по-изявени класирания. Научна конференция

„Предизвикателства и перспективи пред спортната наука“, „Специфика на подготовката в различните спортни дисциплини“, катедра „Тежка атлетика, бокс, фехтовка и спорт за всички“, София, с. 74–77.

Макавеев, Р. (2016). Борба – контрол на подготовката, НСА ПРЕС, София.

Макавеев, Р., Н. Николов. (2012). Спортно-технически анализ на приложената техника по време на ЕП по борба за юноши – Самоков 28.06 – 04.07.2010 г., представена на научна конференция на катедра „Борба и джудо“, 2011 г., Спорт и наука, бр. 2, с. 37.

Манолаки, В. Г. (1990). Педагогический контроль за уровнем подготовленности квалифицированных дзюдоисток на этапе спортивного совершенствования: дис. канд. пед. наук, Л.

Станчев, Н. Основни методически подходи за изучаване и усъвършенстване на техниката в свободната и класическа борба. Спорт и наука, бр. 5, с. 54.

Тараканов, Б. (1999). Педагогические аспекты подготовки женщин, занимающихся спортивной борьбой. сп. Теория и практика физической культуры, бр. 6.

Nikolov N. (2014). Comparative analysis of the technical and tactical actions of Bulgarian greco-roman wrestling team from the International Wrestling Tournament "Nikola Petrov", held in 2011 and 2014. 9th FIEP European Congress, 7th International Scientific Congress "Sport, Stress, Adaptation", Sport&Science, extra issue, p.18.