

МЕТОДИКА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ТОЧНОСТИ УКОЛОВ У ЮНЫХ ФЕХТОВАЛЬЩИКОВ

Д.В. Викторов¹, Д.Ю. Севостьянов¹, В.В. Шкляев², Ю.А. Ярушев¹

¹Южно-Уральский государственный университет, г. Челябинск, Россия,

²Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

Цель. Обосновать целесообразность применения методики совершенствования точности уколов у юных фехтовальщиков в процессе технико-тактической подготовки. **Материалы и методы.** Педагогический эксперимент, в котором участвовало 30 начинающих фехтовальщиков 8–9 лет, заключался в фиксировании при помощи видеокамеры и последующей графической записи посредством нотационной регистрации повторений излюбленных действий каждого юного спортсмена. В специальных протоколах отмечались результаты рассмотрения видеозаписей, в которых уколы рассматривались как результаты выполнения атакующих действий, обозначаемых особыми символами. **Результаты.** Фиксированные в течение 2017–18 гг. показатели объема атаки и защитно-ответные действия и их результативность увеличились достоверно, что может свидетельствовать о большей рациональности применения действий по подготовке в атаках и защитно-ответных действий (контратаки), где при минимальном объеме усилилась их эффективность. Полученный анализ данных установил, что в процессе применения произошли достоверно значимые изменения ($p < 0,05$) в выполнении всех уколов по точности. Характерный средний и низкий уровень результативности уколов в начале исследования после применения экспериментальной методики находился выше среднего и на высоком уровне. **Заключение.** Как показали тестирования, выполнение уколов как система двигательного действия, состоящая из трех фаз (стартовой, доставки оружия к цели и финишной) для прямого поражения защищающегося оружием соперника с помощью уклонений или сближений, позволяет повысить результативность боя в фехтовании юных спортсменов.

Ключевые слова: фехтовальщики, технические приемы, результативность, совершенствование методики, двигательные действия.

Введение. Сложившиеся в фехтовании условности ведения боя ограничивают размеры поражаемой поверхности, определяя поражаемое пространство туловища и шеи: разграничением пространства поражения у мужчин снизу служат воображаемые линии, которые проходят в передней части по сгибу ног в паху, а сзади – по поясице горизонтально. Нижней границей пространства поражения у женщин служит прямая линия, проходящая через верхнюю часть бедер. Сектор пространства поражения образовывается от условного пересечения его горизонтальной и вертикальной линиями. Запрет уколов за пределы туловища был продиктован необходимостью обеспечить безопасность участников боев во время тренировки и для выполняющих упражнения с холодным оружием в целях избегания ситуаций для обучаемых из-за возможного укола в ногу, руку или голову [5].

Способом касания поверхности поражения в атаке, контратаке, ремизе является укол

противника, вследствие чего пространственные движения атакующих требуют преодоления защитных действий противника, суженных в горизонтальной плоскости. Как отмечает А.И. Павлов, для этого необходимо повысить требования к контролю кисти при поступательном движении клинка атакующего вперед [4].

В результате, с одной стороны, для достижения результативности у юных фехтовальщиков в соревновательной деятельности необходимо применение точности уколов в составе средств проведения поединка для результативного преодоления организуемых защит соперника, с другой – для их качественного изучения необходима достаточная степень научно-методического обоснования [2]. В этом и заключается проблемная ситуация. При этом самым существенным компонентом атакующих действий становится предугадывание применяемой противником защиты и выбор открытого сектора для нанесения укола.

Показано, что наиболее результативным средством ведения поединков являются атакующие действия: в соревновательной деятельности молодых фехтовальщиков атаки составляют 67 %, защитно-ответные действия – 36 %; из атакующих действий основные атаки составляют 47,3 %, атаки на подготовку – 32 %, повторные и ответные атаки – 24,1 % [3].

Организация и методы исследования. Основная часть учебно-тренировочного занятия содержит в себе: парные упражнения (10 мин), контры (10 мин), индивидуальные уроки (30 мин). Техника развития уколов процессуально осуществлялась в проведении следующих организационных форм: упражнения с оружием в парах; контры; индивидуальные уроки; взаимуроки; практики поединков.

Одну из ведущих ролей в целевой точности или в точностных показателях уколов играют координационные способности. От них зависит результативность применяемых в поединке действий, результативно завершённое нападение в определенный сектор поражаемой поверхности, когда атакующий спортсмен вынужден преодолевать в экспромтном или преднамеренном исполнении, в большинстве случаев, своим острием защитные действия противника в обороне.

Систематическое использование специальных упражнений с указаниями на точность в сочетании с педагогическими задачами совершенствования техники и достижения точности уколов при совмещении и ранжировании упражнений по сложности осуществления задач на точность, оптимизация порядка их освоения, моделирование соревновательных условий, использование средств увеличения

степени управления оружием входило в задачи исследования [1].

Результаты исследования. Для определения объема и результативности применения уколов использовался метод видеозаписи боевых действий юных фехтовальщиков с последующей расшифровкой состава. Полученные данные проанализированных свыше 100 боев приведены в табл. 1. Все они демонстрируют особенность в соревновательных боях, содержание и результативность основных боевых действий. Из всех боевых действий (см. табл. 1) видно, что преимущество отдается объему (V) и результативности (R) атак, что составляет 61 и 54,8 % соответственно от общего количества действий. Второе место отдано объему и результативности защитно-ответных действия (24,7 и 44,7 % соответственно). Следуют за ними объемы и результативность контратак (10,4 и 56 %) и объемы ремизов (8,2 %) с результативностью 27,3 %.

В табл. 2 приведены данные по моменту применения объема атак и результативности их выполнения. При анализе определяем, что главной составляющей объема атакующих действий являются основные атаки, применяемые в поединке (49,3 %), результативность которых – 51,6 %. Далее идет объем атак на подготовку (29,1 %), результативность которых 55,3 %. В среднем ответные атаки составляют 14,5 % от общего количества атакующих действий, а количество повторных меньше всего – 7,3 %. Атакующие действия повышенной сложности в атаках на подготовку не выявлены.

Из представленных таблиц видно, что уколы позволяют проводить действенную борьбу с соперником и добиться значительных спортивных результатов.

Таблица 1
Table 1

Показатели объема и результативности средств ведения боя юных фехтовальщиков (%)
Indicators of the volume and efficiency of combat actions for young fencers (%)

Боевые действия / Combataction	Показатели объема и результативности / Volume and performance indicators		Уколы повышенной сложности / Pricks of increased complexity	
	Объем / Volume (V)	Результативность / Efficiency (R)	Объем / Volume (V)	Результативность / Efficiency (R)
Атаки / Attacks	61	54,8	14,9	51,3
Защитно-ответные действия / Defensive and responseactions	24,7	44,7	40	50
Контратаки / Counterattacks	10,4	56	9,3	44,2
Ремизы / Remise	8,2	27,3	4,3	36,2

Объём и результативность атак применения юных фехтовальщиков (%)
Volume and efficiency of attacks for young fencers (%)

Атаки / Attacks	Показатели объема и результативности / Volume and performance indicators		Уколы повышенной сложности / Pricks of increased complexity	
	Объем / Volume (V)	Результативность / Efficiency (R)	Объем / Volume (V)	Результативность / Efficiency (R)
Основные / Basic	49,3	51,6	14,2	46,7
На подготовку / For preparation	29,1	55,3	–	–
Повторные / Repeated	7,3	29,8	7,6	44,5
Ответные / Response	14,5	38,9	11,7	52,2

Обсуждение результатов исследования.

При сопоставлении дистанционных перемещений звеньев корпуса в технических вариантах установлено, что на базе выполнения атакующих действий лежит один и тот же основной навык, являющийся центральным для целенаправленного овладения остальными техническими приемами и действиями. Этот факт указывает на возможность освоения данных приемов на основе единой базовой физической подготовленности, даже без учета специфики приема.

Было усвоено в связи с этим, что анатомическая характеристика этих движений предопределяет их рациональность по точности уколов: широкий быстрый выпад в большем уровне предопределяет результативность соревновательной деятельности, большую дистанцию преодолевают стороны тела.

Анализируя данные показатели объема и результативности средств ведения боя у экспериментальной группы (табл. 3), мы видим, что объемы атак и защитно-ответных действий достоверно уменьшились с 53,3 до 49,8 %, с 24,7 до 22,4 % ($p < 0,05$), а вот их результа-

тивность достоверно увеличилась с 47,5 до 57,1 %, с 39,9 до 49 % ($p < 0,05$).

Это говорит о меньшем объеме подготавливаемых действий, их более рациональном использовании в атаках и защитно-ответных действиях. Показатели результативности контратак улучшились, но их объем увеличился с 13,5 до 18,6 % ($p < 0,05$), а вот в ремизах достоверности различий исследуемых показателей не выявлено, но видна тенденция к улучшению.

Является очевидным то, что наблюдается особый рост результативности уколов повышенной сложности в защитно-ответных действиях – они являются эффективным средством борьбы в ситуациях различных уклонов и резких сближений соперника в дистанции. В атаках также имеют место хорошие показатели.

В табл. 4 приведены данные по объему и результативности атак, различающихся по моменту применения.

Данные очевидно показывают, что у спортсменов в конце эксперимента повысилась результативность фехтовального боя ($p < 0,05$)

Показатели объема и результативности средств ведения боя юных фехтовальщиков (%)
Indicators of the volume and efficiency of combat actions for young fencers (%)

Боевые действия / Combat actions	До эксперимента / Before the experiment		После эксперимента / After the experiment	
	Объем / Volume (V)	Результативность / Efficiency (R)	Объем / Volume (V)	Результативность / Efficiency (R)
Атаки / Attacks	53,3	47,5	49,8	57,1
Защитно-ответные действия / Defensive and response actions	24,7	39,9	22,4	49
Контратаки / Counterattacks	13,5	45,3	18,6	49,4
Ремизы / Remise	8,7	28,1	9,3	29,6

Таблица 4
Table 4

Объём и результативность атак применения юных фехтовальщиков (%)
Volume and efficiency of attacks for young fencers (%)

Атаки / Attacks	До эксперимента / Before the experiment		После эксперимента / After the experiment	
	Объём / Volume (V)	Результативность / Efficiency (R)	Объём / Volume (V)	Результативность / Efficiency (R)
Основные / Basic	46,5	48,3	45,3	53,3
На подготовку / For preparation	27,5	27,8	47,5	46,9
Повторные / Repeated	9,8	28,7	11,2	35,7
Ответные / Response	15,2	37,6	14,8	49,1

за счет совершенствования точности уколов, а объемы применения уколов и других технико-тактических средств стали более рациональными.

Заключение. Проведенный анализ позволил определить, что эффективное совершенствование точности уколов в тренировочном процессе возможно при соблюдении следующих педагогических условий:

- осваивать уколы следует начинать, только когда надежно сформировался навык выполнения укола прямо;
- соблюдать очередность выполнения уколов: с ближней дистанции стоя на месте (изначально), впоследствии – в движении по ходу со средней и дальней дистанций;
- создавая различные трудности в виде препятствий и помех оружием при постоянном изменении дистанции;
- ограничить оружием пространство при нанесении укола;
- постепенно отдавая инициативу от тренера к спортсмену;
- делать акцент на фехтовальную группировку при выполнении двигательных действий и овладевать пространством впереди себя при спокойном и стабильном положении туловища, ног и рук спортсмена;
- добиваясь от соперника ускорения руки, стараться заставить врасплох;
- выполняя укол, не выдавать себя различными предсигналами.

Результативность применения экспериментальной обучающей методики была подтверждена данными диагностики значимых биомеханических характеристик, обуславли-

вающих эффективность выполнения уколов юными фехтовальщиками.

Литература

1. Викторов, Д.В. Формирование готовности к профессиональной деятельности студентов ЮУрГУ / Д.В. Викторов // Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире: XXVII Междунар. науч.-практ. конф. по проблемам физ. воспитания учащихся. – Коломна: Моск. гос. обл. соц.-гуманитар. ин-т, 2017. – С. 327–330.
2. Деев, А.В. Биомеханические показатели результативности техники соревновательных действий фехтовальщиков-рапиристов / Г.Б. Шустиков, Е.Н. Медведева, А.В. Деев, С.А. Моисеев // Ученые записки ун-та им. П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 3 (133). – С. 263–266.
3. Мовшович, А.Д. Координационная структура целевой точности укола у начинающих фехтовальщиков на рапирах 9–10 лет / А.Д. Мовшович, М.М. Лавров // Научно-методические проблемы спортивного фехтования: материалы XII Всерос. науч.-практ. конф. – Смоленск: СГАФКСТ, 2017. – С. 76–81.
4. Павлов, А.И. Специальные тактические умения применять атакующие действия в фехтовании / А.И. Павлов // Научно-педагогические проблемы спортивного фехтования: материалы Всерос. науч.-практ. конф. – Смоленск, 2005. – С. 46–52.
5. Фехтование: учеб. для институтов физ. культуры. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 328 с.

Викторов Дмитрий Валерьевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания и здоровья, Южно-Уральский государственный университет. 454080, г. Челябинск, проспект Ленина, 76. E-mail: viktorovdv@yandex.ru, ORCID: 0000-0003-0635-1162.

Севостьянов Дмитрий Юрьевич, преподаватель кафедры физического воспитания и здоровья, Южно-Уральский государственный университет. 454080, г. Челябинск, проспект Ленина, 76. E-mail: sevostianovdi@susu.ac.ru, ORCID: 0000-0002-3543-4680.

Шкляев Владислав Витальевич, старший преподаватель кафедры физического воспитания, Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет. 454080, г. Челябинск, проспект Ленина, 69. E-mail: shklyaevvv@cspu.ru, ORCID: 0000-0003-0271-7091.

Ярушев Юрий Александрович, старший преподаватель кафедры физического воспитания и здоровья, Южно-Уральский государственный университет. 454080, г. Челябинск, проспект Ленина, 76. E-mail: iarushevya@susu.ac.ru, ORCID: 0000-0002-9459-8810.

Поступила в редакцию 10 марта 2019 г.

DOI: 10.14529/hsm190211

METHOD FOR IMPROVING PRICK ACCURACY IN YOUNG FENCERS

D.V. Viktorov¹, viktorovdv@yandex.ru, ORCID: 0000-0003-0635-1162,

D.Yu. Sevostianov¹, sevostianovdi@susu.ac.ru, ORCID: 0000-0002-3543-4680,

V.V. Shklyayev², shklyaevvv@cspu.ru, ORCID: 0000-0003-0271-7091,

Yu.A. Yarushev¹, iarushevya@susu.ac.ru, ORCID: 0000-0002-9459-8810

¹*South Ural State University, Chelyabinsk, Russian Federation,*

²*South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russian Federation*

Aim. The article deals with justifying the application of the method for improving prick accuracy in young fencers during their technical and tactical preparation. **Materials and methods.** 30 beginners in fencing aged 8-9 participated in the pedagogical experiment. The experiment consisted of recording video and making graphical notes about the preferable actions of each athlete. Using special protocols, we registered the data obtained from video recordings where the pricks were regarded as a result of the attack actions described with special symbols. **Results.** The attack and counter-attack actions registered in 2017–2018, as well as their efficiency, significantly increased. This proves the increased rationality of the actions for preparing attacks and counter-attacks as their efficiency increased with a minimum volume. We revealed that there were statistically significant changes ($p < 0.05$) in prick accuracy. The initial average and low levels of prick efficiency turned into above average and high levels after the experiment. **Conclusion.** The tests demonstrated that prick performance, as a three-stage system of movements (start, hit the target, finish) for the direct defeat of a rival with the help of parrying and lunging, allows improving the efficiency of attacks in young fencers.

Keywords: *fencers, techniques, efficiency, method improvement, movement actions.*

References

1. Viktorov D.V. [Formation of Readiness for the Professional Activity of SUSU Students]. *Che-lovek, zdorov'ye, fizicheskaya kul'tura i sport v izmenyayushchemsya mire: XXVII Mezhdunarodnaya nauchno-prakticheskaya konferentsiya po problemam fizicheskogo vospitaniya uchaschikhsya* [Man, Health, Physical Culture and Sport in a Changing World: XXVII International Scientific and Practical Conference on the Problems of Physical Education of Students], 2017, pp. 327–330. (in Russ.)

2. Deyev A.V., Shustikov G.B., Medvedeva E.N., Deyev A.V., Moiseyev S.A. [Biomechanical Performance Indicators of Competitive Actions of Fencers-Fencers]. *Uchenyye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta* [Scientific Notes of the University Named After P.F. Lesgaft], 2016, no. 3 (133), pp. 263–266.

3. Movshovich A.D., Lavrov M.M. [Coordination Structure of Target Accuracy of Injection for Beginners in Rapiers 9–10 Years Old]. *Nauchno-metodicheskiye problemy sportivnogo fekhrovaniya: materialy XII Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii* [Scientific and Methodological Problems of Sports Fencing. Materials of the XII All-Russian Initial-Practical Conference], 2017, pp. 76–81. (in Russ.)

4. Pavlov A.I. [Special Tactical Abilities to Apply Attacking Actions in Fencing]. *Nauchno-pedagogicheskiye problemy sportivnogo fekhrovaniya: materialy Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii* [Scientific and Pedagogical Problems of Sports Fencing. Materials of the All-Russian Scientific-Practical Conference], 2005, pp. 46–52. (in Russ.)

5. *Fekhtovaniye: uchebnik dlya institutov fizicheskoy kul'tury* [Fencing]. Moscow, Physical Culture and Sports Publ., 1978. 328 p.

Received 10 March 2019

ОБРАЗЕЦ ЦИТИРОВАНИЯ

Методика совершенствования точности уколов у юных фехтовальщиков / Д.В. Викторов, Д.Ю. Севостьянов, В.В. Шкляев, Ю.А. Ярушев // Человек. Спорт. Медицина. – 2019. – Т. 19, № 2. – С. 86–91. DOI: 10.14529/hsm190211

FOR CITATION

Viktorov D.V., Sevostianov D.Yu., Shklyayev V.V., Yarushev Yu.A. Method for Improving Prick Accuracy in Young Fencers. *Human. Sport. Medicine*, 2019, vol. 19, no. 2, pp. 86–91. (in Russ.) DOI: 10.14529/hsm190211
