

**ТАКТИКА НАПАДЕНИЯ И ЗАЩИТЫ В ДЗЮДО****Д. Полухович, М. Гордейчук, 4 курс**Научный руководители – **В.И. Стадник**, к.п.н., доцент; **А.Н. Яковлев**, к.п.н., доцент**Полесский государственный университет**

**Актуальность.** Тактика нападения и защиты в дзюдо направлена на более удачное проведение приемов борьбы, которые определяют характер спортивного поединка, когда претенденты на победу имеют приблизительно равный уровень технической подготовленности [1, 2].

Учитывая особенности развития спортивных единоборств в Беларуси на современном этапе, следует отметить, что тактика проведения поединков зависит не только от физической подготовленности, но и уровня тактического арсенала, которым обладает спортсмен и тренер.

Основной задачей нашего исследования было систематизация научных данных по действиям спортсмена в условиях спортивных соревнований, которые отражают особенности ведения действий в нападении и обороне в дзюдо.

Проведение анализа технико-тактических действий осуществлялось в режиме проведения анализа тактики ведения схватки по изучению видеоматериалов высококвалифицированных борцов в спортивных единоборствах в нападении, активной обороне.

**Результаты исследований и их обсуждение.** Изучение материалов по итогам международных соревнований показало, что определяющими в арсенале технико-тактических действий являются атаки, которые отражают особенности технических действий против защит, в том числе широкий диапазон «ложных» обманных движений, которые выполняются в условиях противодействия (помех со стороны соперника), сопровождаются комбинированными действиями.

Особая роль отводится действиям, которые «маскируют» основное техническое действие, так как соперник должен поверить, что именно такое действие против него будет применяться (преда-таковая подготовка).

Анализ видео материалов в поединках высококвалифицированных дзюдоистов по итогам соревнований международного уровня позволили получить данные, которые характеризуют набор технико-тактических действий по составу, количественным показателям в применении, результативных действий в нападении.

Активная оборона в соревнованиях применяется в условиях неодинаковой подготовки, когда необходимо воспользоваться приемами маневрирования и защит в дзюдо.

В этой связи нами отмечено, что технико-тактические действия в момент совершения атакующих приемов в условиях применяемой защиты соперником составляют по частоте применения (част.) - 19,2%, результативность (рез.) - 3,47%.

Обманные («ложные движения») составляют (част. - 24,8%, рез. - 7,2%).

Выполнение атакующих действий в условиях противодействий соперника (с помехами) (част. - 8,8%, рез. - 5,6%).

В ходе проведения поединка наблюдается продолжительное преодоление, которое открывает возможности для продолжения атаки (част. - 12,53%, рез. - 4,8%).

Анализ видеоматериалов и изучение литературы по данной проблеме позволил отметить следующие группы приемов, которые характеризую «ложные» обманные технико-тактические действия:

1. Ложные («обманные») технико-тактические действия, которые связаны с захватом (частота применения - 26,8%).

2. Техничко-тактические действия, сопровождаемые откровенной прямолинейностью маневрирования - 24,5% (перемещение соперника за пределы татами) - 7,5%).

3. В дзюдо применяются элементы вертикального маневрирования (5,6%).

4. Широкий арсенал технико-тактических действий характеризуется способностью спортсмена применять знания, полученные в процессе изучения основ биомеханики движений (боковое маневрирование - 19,6%, «Заведение» (8,2%), «Зашагивание» (6%), «Кружение» (3,9%), «Раскачивание в сторону» (1,5%).

5. Индивидуальные особенности борца позволяют ему использовать морфологические данные в виде дополнительных маневров - 23,5%.

**Выводы.** Изучение данных, полученных в ходе исследования, указывает на необходимость теоретической подготовки, что связано с высоким уровнем проявления двигательных координационных способностей и набором технико-тактического арсенала борца.

Анализ технико-тактических действий спортсмена осуществляется в тесном единстве теории и практики, в ходе которой совершенствуются навыки двигательных действий высшего порядка.

Общие взгляды на проблему в спортивной борьбе среди действий нападения и обороны часто носят противоречивый характер, так как упрощенный вариант действий визуально приводит к поражению в поединке.

Нами отмечено 28 разновидностей технико-тактических действий, характеризующих нападение и активную оборону (нападения - 81,6%, атаки против атак, составляют 18,4%).

«Ложные» (обманные) движения в спортивной деятельности используются многократно, особенно в единоборствах [3].

### Список использованных источников

1. Гожин, В.В. Приемы маневрирования, применяемые высококвалифицированными дзюдоистами / В. В. Гожин, О. Б. Малков, А. В. Полухин // Тенденции развития тактики в спортивной борьбе // Сб. науч. Ст.-М, 2006. - С 45-48.

2. Полухин, А. В. Тактика применения приемов маневрирования в дзюдо / А. В. Полухин, В. В. Гожин, О. Б. Малков // Теория и практика физической культуры, 2006. – №12. – С 30-31.

3. Теоретико-методологическое обоснование концепции «ложных» обманных технических движений в спортивных играх и единоборствах / Е.А. Масловский, О.С. Морозов, В.И. Стадник, О.Е. Масловский // Пинск: ПолесГУ, 2012.-Ч.2.-С. 219-221.