

45.413

Ф 49



П.В. Галочкин, В.Н. Клещев, В.В. Клещев, Х.И. Сенчукова

ФОРМИРОВАНИЕ ГОТОВНОСТИ БОКСЕРА К ПОЕДИНКУ С ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ РАЗЛИЧНЫХ ТЕХНИКО- ТАКТИЧЕСКИХ МАНЕР ВЕДЕНИЯ БОЯ

Монография

RU
Science
RU-SCIENCE.COM



Кафедра «Физическое воспитание»

**П.В. Галочкин, В.Н. Клещев
В.В. Клещев, Х.И. Сенчукова**

ФОРМИРОВАНИЕ ГОТОВНОСТИ БОКСЕРА К ПОЕДИНКУ С ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ РАЗЛИЧНЫХ ТЕХНИКО- ТАКТИЧЕСКИХ МАНЕР ВЕДЕНИЯ БОЯ

Монография **ВНЕСРНО
В КОМПЬЮТЕР**

**RU
science**
RU-SCIENCE.COM

Москва
2021

УДК 796.83
ББК 75.713
Г16

*Печатается по решению Редакционно-издательского совета
ФГБОУ ВО «Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»*

Рецензенты:

- Е.В. Калмыков**, ФГБОУ ВО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)», д-р пед. наук, проф.,
И.В. Никишин, ФГБОУ ВО «Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации», канд. пед. наук, доц.,
С.В. Скрыгин, ФГБОУ ВО «Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации», канд. пед. наук, доц.

Галочкин, Павел Владимирович.

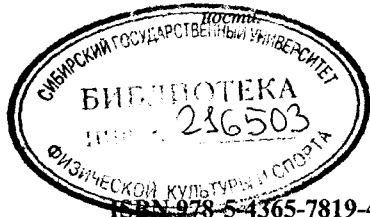
Г16

Формирование готовности боксера к поединку с представителями различных технико-тактических манер ведения боя : монография / П.В. Галочкин, В.Н. Клещев, В.В. Клещев, Х.И. Сенчукова. — Москва : РУСАЙНС, 2021. — 132 с.

ISBN 978-5-4365-7819-4

В монографии систематизирован многолетний практический опыт и результаты научных исследований специалистов учреждений высшего профессионального образования: кафедр физического воспитания вузов и кафедры теории и методики бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова (РГУФКСМиТ). В работе представлены способы (алгоритм действий), позволяющие более эффективно решать задачи формирования готовности боксеров к поединкам с представителями различных технико-тактических манер ведения боя. Авторы представили практические рекомендации к подготовке спортсменов, которые не теряют своей актуальности по мере того, что бокс постоянно развивается, и это касается как собственно показателей соревновательной деятельности (типовые, так и рекордные показатели существенно меняются в связи с развитием бокса), так и средств, методов, форм подготовки, всех ее разделов (физическая, техническая, тактическая, психологическая, интегральная виды подготовки).

Ключевые слова: бокс, формирование готовности спортсмена, соревновательная деятельность, технико-тактические приемы, манеры ведения боя, особенности в стабильных и устойчивых показателях соревновательной деятельности.



УДК 796.83
ББК 75.713

Н. Ф.

© Галочкин П.В., Клещев В.Н.,
Клещев В.В., Сенчукова Х.И., 2021
© ООО «РУСАЙНС», 2021

Оглавление

Предисловие	9
Глава I. Проблема формирования готовности боксера к поединку с представителями различных манер ведения боя и ее связь с различными видами подготовки и их индивидуализации.....	12
1.1. Проблема готовности спортсмена к эффективному осуществлению своих функций	12
1.1.1. Техническая подготовленность спортсмена.....	14
1.1.2. Тактическая подготовленность спортсмена	15
1.1.3. Физическая подготовка	18
1.1.4. Психологический компонент готовности боксера к эффективному решению соревновательных задач	20
Резюме по разделу 1.1	24
1.2. Манера ведения боя в боксе, индивидуально-типовые группы спортсменов и их роль в подготовке к соревнованиям	25
1.3. Количественные, качественные и содержательные характеристики соревновательной деятельности	31
1.4. Формирование готовности боксера к поединку с представителями различных технико-тактических манер ведения боя, как важнейшая составляющая его подготовки к соревнованиям	35
Глава II. Характеристика методов изучения показателей соревновательной и тренировочной деятельности боксеров высокой квалификации, как условия получения информации, направленной на повышение эффективности их подготовки	43
2.1. Методы изучения показателей соревновательной и тренировочной деятельности боксеров высокой квалификации в нашем исследовании	43
2.1.1. Анализ научно-методической литературы	44
2.1.2. Педагогические наблюдения	44
2.1.3. Регистрация показателей соревновательной деятельности боксеров посредством просмотра и анализа видеозаписей поединков и получаемые показатели.....	45
2.1.4. Метод экспертной оценки и самооценки.....	46
2.1.5. Регистрация количества ударов и их тоннажа посредством электронного ударного тренажера «Киктест-100»	48
2.1.6. Самооценка показателей самочувствия, активности и настроения (САН).....	50
2.1.7. Определение уровня реактивной тревожности посредством анкеты Ч.Д. Спилберга и Ю.Л. Ханина	51

2.1.8. Методы математической статистики	51
2.2. Организация исследования	52
Глава III. Результаты изучения особенностей показателей соревновательной деятельности высококвалифицированных боксеров и их обсуждение	53
3.1. Характеристика показателей соревновательной деятельности боксеров – участников крупнейших международных соревнований	53
3.2. Корреляционный анализ показателей соревновательной деятельности боксеров высокой квалификации – участников крупнейших международных соревнований	61
3.3. Стабильность показателей соревновательной деятельности боксеров – участников крупнейших международных соревнований	69
3.4. Результаты экспертной оценки манер ведения боя в современном боксе	71
3.5. Содержательно-количественная характеристика показателей соревновательной деятельности боксеров – участников крупнейших международных соревнований	75
3.6. Характеристика изменений в показателях специальной деятельности боксера в связи с особенностями ситуаций боя	85
3.7. Техничко-тактические и тактические приемы, характерные для соревновательной деятельности боксеров высокой квалификации	89
Глава IV. Педагогический эксперимент по формированию готовности боксера к поединку с представителями различных техничко-тактических манер ведения боя	97
4.1. Основания к построению педагогического эксперимента	97
4.2. Педагогический эксперимент по формированию готовности к ведению боя с представителями различных техничко-тактических типов соперников	98
Выводы.....	108
Практические рекомендации.....	111
Список литературы	114