

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Факультет индивидуальных образовательных технологий  
Кафедра теории и методики спортивных единоборств

Заведующий кафедрой к.п.н., доцент

\_\_\_\_\_ А.И.Павлов

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2016 г.

Динамика показателей ускорений при выполнении уколов сильнейшими  
российскими рапиристками в соревновательном периоде тренировки

Выпускная квалификационная работа  
по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура»

Студент-исполнитель	_____	Валеров А.В.
---------------------	-------	--------------

Научный руководитель

к.п.н., доцент	_____	Павлов А.И.
----------------	-------	-------------

Оценка за работу

\_\_\_\_\_

(прописью)

Председатель ГЭК,	_____	Иванов В.Г.
-------------------	-------	-------------

Заслуженный работник ФК РФ,

Директор СДЮСШОР №1

г.Смоленска

# Оглавление

## Введение

Одним из наиболее зрелищных и виртуозных видов фехтования является рапирное, которое отличается от других видов оружия, в первую очередь, филигранная техника управления оружием, быстрые взаимодействия с противником на незначительной дистанции, хитроумный тактический рисунок построения всего поединка [1,21,31,37].

Мужское и женское рапирное фехтование, имея общие Правила определения победителя, мало чем отличается по содержательной деятельности. Но все же имеют отличия, диктуемые психофизиологическими особенностями организма [29,36].

Многогранная специализированная деятельность в рапирном фехтовании определяет большой и вариативный комплекс необходимых спортсмену умений и качеств, для достижения высоких результатов [5,14,19].

Данное обстоятельство является основанием для достижения спортивного результата наиболее предпочтительным для каждого из занимающихся своим набором этих умений [21,34,35].

Все это определяет фехтование как вид спорта, в котором спортивных результатов могут добиваться люди с совершенно разными способностями и умениями [31,36,37].

При многообразии различных качеств фехтовальщика, основными все же считаются специализированные формы проявления быстроты, ловкости, выносливости. Которые являются залогом формирования вариативной и надежной технико-тактической подготовленности [18,23,33].

Вместе с этим, среди одних из наиболее важных для фехтовальщиков физических качеств, в приоритетном положении находятся проявления быстроты и все то, что позволяет достигать молниеносных, быстрых, взрывных действий [33,36].

Набор таких возможностей неразрывно связан с представлениями обычных людей о мастерах фехтовального искусства.

Управляя скоростью выполнения отдельных элементов и действий в целом, спортсмены могут добиваться совершенно разных способов обыгрыша соперника, за счет формирования у него различных представлений о свершающемся событии. Это, как создание рисунка с большим количеством оттенков одного цвета [5,14,33,36].

В специальной литературе по фехтованию, вопросам, связанным с изучением скоростных способностей фехтовальщиков не так уж и много. А вот изучение показателей ускорений, при выполнении специализированных движений, нами не обнаружено.

Данное обстоятельство определило необходимость проведения наших исследований, а вместе с ними и их актуальность.

**Цель** исследования связана с объективизацией показателей двигательных ускорений квалифицированных фехтовальщиц на рапирах при выполнении уколов в специализированных действиях нападения.

**Объект исследования** - специализированная деятельность квалифицированных фехтовальщиц на рапирах.

**Предмет исследования** - характеристики ускорений, развиваемых квалифицированными фехтовальщицами на рапирах при выполнении специализированных нападений.

**Рабочая гипотеза исследования** основана на предположении о том, что изучение показателей ускорений, развиваемых квалифицированными фехтовальщицами на рапирах при выполнении специализированных нападений, позволит расширить представления специалистов о характере применения вариантов обыгрыша соперника в определенных условиях взаимодействия, за счет индивидуальных способностей к развитию ускорений собственных движений. Что позволит формировать адекватный состав подготавливающих действий и благоприятных условий для успешного

применения нападений спортсменками с учетом их индивидуальных двигательных возможностей.

В результате исследований получен современный материал, отражающий индивидуальные особенности проявления скоростно-силовых возможностей у квалифицированных фехтовальщиц на рапирах при выполнении специализированных нападений.

**Теоретическая значимость.** Расширены представления тренеров, и специалистов в области фехтования, спортсменов об индивидуальных возможностях избранных фехтовальщиц на рапирах развивать ускорения при выполнении специализированных нападений.

**Практическая значимость.** Разработаны практические рекомендации по использованию индивидуальных возможностей квалифицированных рапиристок выполнять вариативные средства нападения с ускорениями, представляющих большой практический интерес для избранных спортсменок и их тренеров.

## **Глава 1. Состояние вопроса**