

4691

БЕЛОРУССКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

УДК 796.853.23.015.44

РУКАВИЦЫН Денис Борисович

**ИНДИВИДУАЛИЗАЦИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ  
ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ  
БОРЦОВ — ДЗЮДОИСТОВ**

13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной  
тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

**Автореферат диссертации**  
на соискание ученой степени кандидата педагогических наук

Минск 2001

А

Работа выполнена в Белорусской государственной академии физической культуры

Научный руководитель

РУДНИЦКИЙ В.И., кандидат педагогических наук, профессор (Белорусская государственная академия физической культуры, заведующий кафедрой спортивной борьбы)

Официальные оппоненты

ГУЖАЛОВСКИЙ А.А., доктор педагогических наук, профессор (Белорусская государственная академия физической культуры, кафедра теории и методики физического воспитания и спорта),



Т000004691

ЦОБ по ФКиС  
РГАФК

АНТОНОВ Г.В., кандидат педагогических наук, доцент (Академия МВД Республики Беларусь, начальник кафедры профессиональной и прикладной физической подготовки)

Оппонирующая организация

Белорусская государственная политехническая академия  
(кафедра физического воспитания)

Защита состоится « 27 » сентября 2001 г. в 15 час.

На заседании совета по защите диссертаций Д. 23.01.01 при Белорусской государственной академии физической культуры (220020, Минск, проспект Машерова, 105)

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Белорусской государственной академии физической культуры.

Автореферат разослан «26» августа 2001 г.

Ученый секретарь  
совета по защите диссертаций

Т.Д.Полякова

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность темы диссертации.** Проблема совершенствования технико-тактической подготовки высококвалифицированных дзюдоистов на современном этапе особенно актуальна в аспекте индивидуализации тренировочного процесса (Ю.А.Моргунов, И.В.Шинелев, Р.С. Потратий, 1976; А.Г. Станков, В.П. Климин, И.А. Письменский, 1984).

Высокий уровень спортивных достижений в значительной мере обусловливается расширением возможностей индивидуализации процесса обучения и совершенствования дзюдоистов высокой квалификации (В.В. Вальцев, 1992; М.Ю. Инякин, 1993).

Современный уровень развития дзюдо, как вида спорта со сложнокоординационной структурой движения, характеризуется повышением сложности освоения и применения технико - тактических действий в борьбе. При этом достижение максимальной эффективности проведения бросков с минимальными затратами усилий ставит перед необходимостью разработки модели рационального проведения броска в различных условиях подготовительных действий в системе атакующий дзюдоист - атакуемый дзюдоист (атакующий - атакуемый), и с учетом индивидуальных характеристик спортсменов, динамических, таких как время проведения броска и соматометрических (длина ног, ширина плеч и т.д.).

**Связь работы с научными программами, темами.** Диссертационная работа выполнена в соответствии с направлением, разрабатываемым на кафедре спортивной борьбы АФВиС РБ по теме 2.3.4. «Совершенствование соревновательной и тренировочной деятельности высококвалифицированных борцов» (1995 - 2000 гг.).

**Цель исследования.** Обоснование методики повышения эффективности технико-тактической подготовки дзюдоистов высокой квалификации с учетом способов подготовки приемов и индивидуальных особенностей типов пропорций тела спортсменов.

**Задачи исследования.** Для достижения поставленной цели в процессе исследования предполагалось решить следующие задачи;

1. Изучить состояние технико-тактической подготовленности дзюдоистов на современном этапе.
2. Разработать биомеханические модели взаимодействия системы дзюдоистов атакующий - атакуемый.
3. Определить оптимальные параметры модели рационального выполнения технического действия на примере броска «передняя подножка» в зависимости от типа пропорций тела спортсменов.
4. Разработать методические рекомендации по повышению эффективности технико-тактического мастерства высококвалифицированных дзюдоистов с учетом индивидуальных характеристик на основе результатов моделирования.

**Объектом исследования** является тренировочная деятельность квалифицированных дзюдоистов.