

---

# ОСОБЕННОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БОРЦОВ ВОЛЬНОГО СТИЛЯ

---

*Валерій Андрейцев, Володимир Яременко*

---

**Анотація.** Проаналізовано 44 поєдинка борців високої кваліфікації на чемпіонаті Європи з боротьби вільної 2013 р. (м. Вантаа, Фінляндія) та результативні технічні дії у стійці, які виконували висококваліфіковані борці вільного стилю на головних змаганнях річного циклу. Виявлено характерні зміни змагальної діяльності висококваліфікованих борців вільного стилю у вагових категоріях 86 та 97 кг. Визначено найбільш часто ними виконувані групи прийомів у різні періоди поєдинку. Установлено, що змагання у системі підготовки спортсменів є не тільки засобом контролю за рівнем підготовленості, засобом виявлення переможця, але й важливим засобом підвищення тренуваності та спортивної майстерності.

**Ключові слова:** змагальна діяльність, техніка, борці вільного стилю.

**Abstract.** 44 warsles of highly skilled wrestlers at the European Championship of 2013 (Vantaa, Finland) as well as effective technical actions in front performed by highly skilled free-style wrestlers at the major competitions of annual cycle have been analyzed. Characteristic changes of competitive activity of highly skilled free-style wrestlers in the weight categories of 86 and 97 kg have been noted. The most frequently used methods in different periods of warsles have been identified. It has been revealed that competitions in the system of training are not only the means to control the level of fitness and determine the winner, but also an important tool for improving fitness and sports mastery.

**Keywords:** competitive activity, technique, free-style wrestlers.

**Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Международная федерация борьбы (FILA) ведет активный поиск правил соревнований, направленных на повышение динамичности и зрелищности борцовского поединка. В феврале 2013 г. на исполкоме Международного олимпийского комитета (МОК) было предложено на сессии МОК исключить спортивную борьбу из программы Игр XXXII Олимпиады 2020 г. Это обусловлено обособленностью FILA и игнорированием многих вопросов, актуальных для современного спорта и олимпийского движения (Платонов, 2013; Мамияшвили, 2013). Отдельная проблема касалась зрелищности: МОК на протяжении нескольких лет указывал на снижение рейтингов борьбы. Если говорить о принципе честной игры, то он оказался под угрозой из-за неудачных изменений в правилах. Определение победителя нередко сводилось к слепому жребию. Другой негативный эффект хаотичного изменения правил: даже специалистам происходящее на ковре иногда становилось непонятным, что уж говорить о зрителях [5, 7, 8].

В мае 2013 г. в Москве (Россия) на внеочередном конгрессе FILA были внесены существенные коррективы в правила борьбы, которые коснулись следующих моментов: длительности и периодов схватки; счета выигранных баллов; процедуры определения пассивности; оценки перевода противника в партер; технического преимущества, после которого останавливается схватка [10].

Соревновательная деятельность предусматривает демонстрацию и оценку возможностей спортсменов в разных видах спорта в соответствии с присущими им правилами, содержанием двигательных действий, способами соревновательной борьбы и оценки результатов [6, 9, 11, 12, 16].

Многие специалисты [1–4] сходятся во мнении о том, что четкие и полные знания о содержании и результатах соревновательной деятельности в каждом отдельном виде спорта необходимы, прежде всего, для:

- определения общей стратегии подготовки – выбора средств, методов тренировки, параметров тренировочных нагрузок, использования внутренировочных факторов;
- объективизации спортивного результата в конкретном соревновании – возможности быстрого и точного выявления причин успеха или неудачи;
- внесения своевременных коррекций в планы подготовки;
- повышения эффективности тактической подготовки, в частности, выбора тактического варианта выступления в конкретном соревновании, адекватного цели выступления и возможностям предполагаемых соперников;
- моделирования в тренировке условий протекания реальных состязаний [13–15].

Работа выполнена согласно Сводному плану НИР в сфере физической культуры и спорта на 2011–2015 гг. Министерства Украины по делам семьи, молодежи и спорта по теме 2.9 «Инди-

видуализация тренировочного процесса квалифицированных единоборцев» (номер госрегистрации 0111U0001723).

**Цель исследования** – сравнить соревновательную деятельность высококвалифицированных борцов вольного стиля после внесения коррективов в правила борьбы.

**Методы исследования:** анализ специальной научно-методической литературы, педагогические наблюдения, методы математической статистики.

**Результаты исследования и их обсуждение.** 17 декабря 2013 г. FILA объявила об изменении в правилах, которые вступили в силу с 1 января 2014 г., а также о том, что на Олимпийских играх начиная с 2016 г. в вольной, греко-римской и женской борьбе будет по шесть весовых категорий – вместо семи прежних в вольной и греко-римской борьбе, и четырех у женщин.

На Играх Олимпиады в Рио-де-Жанейро спортсмены будут соревноваться в следующих категориях: вольная борьба – до 57, 65, 74, 86, 97 и 125 кг; греко-римская борьба – до 59, 66, 75, 85, 98, 130 кг; женская борьба – до 48, 53, 58, 63, 69, 75 кг.

Что же касается соревнований, проходящих под эгидой FILA, включая чемпионаты мира и континентальные первенства, Кубки мира и Золотой Гран-при, будут добавлены по две весовые категории у мужчин в вольной борьбе (до 61 кг, до 70 кг) и в греко-римской (до 71 кг, до 81 кг) и женской вольной борьбе (до 55 и до 60 кг). В то же время весовые категории для кадетов и юниоров остались без изменений.

Ниже приведем изменения, которые были внесены в правила соревнований:

- техническое превосходство одного из спортсменов, при котором досрочно останавливается схватка, составляет 10 баллов в вольной и женской борьбе;
- в вольной и женской борьбе увеличилась оценка за результативный бросок от 3 до 4 баллов, в то же время отменена оценка 5 баллов за бросок с большой амплитудой;
- в партере отменена оценка 1 балл за удержание соперника в опасном положении в течение 5 с.

Чемпионат Европы по вольной борьбе среди мужчин, который состоялся в г. Вантаа (Финляндия) с 1 по 6 апреля 2014 г. проводился с учетом изменений в правилах соревнований.

Нами было проанализировано 22 схватки в весовой категории до 86 кг, в которых борцами выполнено 62 результативных (оцененных) атакующих действия в стойке, что составило в среднем 2,81 действия в стойке за схватку: из них – 35 действий (56,5 %) в первом периоде, 27 действий (43,5 %) – во втором.

Установлено, что спортсменами наиболее часто применялись технические действия из следу-

ющих групп приемов: переводы рывком – 16 раз (25,8 %), переводы нырком – 14 действий (22,5 %); сваливание сбиванием – 11 действий (17,7 %), теснения, выталкивания за ковер – семь раз (11,2 %), броски поворотом и броски прогибом по три раза (4,8 %), броски наклоном – два раза (3,2 %), броски поворотом – один раз (1,6 %), а также другие технические действия – пять раз (8 %) (табл. 1).

Группа приемов переводы рывком, которые наиболее часто использовались спортсменами в стойке, характеризуется следующими особенностями выполнения технических действий: перевод рывком с захватом одноименного плеча и бедра (туловища) – шесть раз (два раза в первом периоде и четыре – во втором), прием перевод рывком с захватом ноги – пять раз, необходимо отметить, что данный прием использовался борцами только в первом периоде, а также прием перевод рывком с захватом шеи сверху и плеча – пять раз (два раза в первом периоде и три – во втором).

Из группы приемов переводы нырком (второй по частоте использования) наиболее часто высококвалифицированными борцами вольного стиля использовались: прием перевод нырком с захватом ноги – восемь раз, прием перевод нырком с захватом туловища и прием перевод нырком с захватом ног по три раза (по одному разу в первом периоде и по два раза – во втором).

Интересен тот факт, что из группы приемов сваливание сбиванием борцами семь раз использовался прием сваливание сбиванием с захватом ноги, из которых четыре раза в первом периоде и три – во втором, а также четыре раза прием сва-

**Таблица 1** – Результативные технические действия в стойке, выполненные высококвалифицированными борцами вольного стиля (весовая категория до 86 кг; n = 22) на чемпионате Европы по вольной борьбе 2013 г. (Вантаа, Финляндия)

Группа приемов	Количество схваток		
	Общее	Период схватки	
		1	2
Переводы			
рывком	16	9	7
нырком	14	5	9
Сваливания сбиванием	11	7	4
Теснения, выталкивания за ковер	7	5	2
Броски			
поворотом	3	3	0
прогибом	3	1	2
наклоном	2	0	2
подворотом	1	1	0
Другие технические действия	5	4	1
<b>Всего</b>	<b>62</b>	<b>35</b>	<b>27</b>

ливание сбиванием с захватом ног, который выполнялся борцами три раза в первом периоде и один – во втором.

Анализ полученных данных указывает на тот факт, что из группы приемов теснения, выталкивания за ковер спортсмены четыре раза (три раза в первом периоде и один – во втором) выполняли прием теснение, выталкивание за ковер с захватом за руку сверху. Следует отметить тот факт, что прием теснение, выталкивание за ковер захватом за ногу и туловище (два раза) и прием теснение, выталкивание за ковер захватом за ногу (один раз) выполнялись спортсменами только в первом периоде соревновательного поединка.

В то же время к наименее часто используемой спортсменами группой приемов относятся броски прогибом. Прием бросок прогибом с захватом туловища сзади использовался спортсменами два раза: один раз в первом периоде соревновательного поединка и один раз – во втором. Прием бросок прогибом с захватом плеча сверху и шеи использовался спортсменами один раз во втором периоде соревновательного поединка.

Следует отметить, что из групп приемов броски поворотом, броски наклоном, броски подворотом и сваливания скручиванием высококвалифицированные спортсмены использовали лишь по одному приему, а именно: бросок поворотом с захватом руки и одноименной ноги изнутри (три раза), бросок наклоном с захватом ног (два раза), бросок подворотом с захватом руки на плече (один раз), сваливание скручиванием с захватом за пятку с упором в шею (один раз).

В весовой категории до 97 кг нами были проанализированы так же 22 схватки, в которых спортсменами выполнено 75 результативных (оцененных) атакующих действия в стойке, что составило в среднем 3,4 действия в стойке за схватку: из них 34 действия (45,3 %) – в первом периоде, 41 действие (54,7 %) – во втором.

В стойке спортсменами весовой категории до 97 кг наиболее часто использовались приемы из следующих групп: переводы рывком – 29 действий (38,6 %); теснения, выталкивания за ковер – 23 действия (30,7 %); сваливания сбиванием – 14 действий (18,7 %); переводы нырком – пять действий (6,7 %), броски подворотом – одно действие (1,3 %), а также другие технические действия – три (4 %) (табл. 2).

Анализ соревновательной деятельности высококвалифицированных борцов свидетельствует о том, что группа приемов переводы рывком является наиболее часто используемой спортсменами в стойке также, как и у спортсменов весовой категории до 86 кг. Прием перевод рывком с захватом ноги выполнялся спортсменами 17 раз (семь в первом периоде и десять – во втором), а перевод рыв-

ком с захватом одноименного плеча и бедра (туловища) использовался семь раз, шесть из которых в первом периоде соревновательного поединка и один – во втором. Прием перевод рывком с захватом шеи сверху и плеча выполнялся спортсменами по два раза в первом и втором периодах соревновательного поединка. В то же время наименьшее количество раз борцами выполнялся прием перевод рывком за руку с подножкой – один раз в первом периоде соревновательного поединка.

Второй по частоте выполнения борцами является группа приемов теснения, выталкивания за ковер, в которой прием теснение, выталкивание за ковер с захватом за ногу выполнялся девять раз (четыре раза в первом периоде и пять во втором), прием теснение, выталкивание за ковер с захватом за ногу и туловище – семь раз (три раза в первом периоде и четыре раза во втором), прием теснение, выталкивание за ковер упором в грудь – четыре раза во втором периоде соревновательного поединка, прием теснение, выталкивание за ковер с захватом за ноги. Однако теснение, выталкивание за ковер захватом за ноги и теснение, выталкивание за ковер с захватом за шею сверху и плечо выполнялись два раза и один раз соответственно в первом периоде соревновательного поединка.

Анализируя частоту использования спортсменами приемов группы сваливания сбиванием, установлено, что прием сваливание сбиванием с захватом ног использовался борцами восемь раз (три раза в первом и пять раз – во втором), прием сваливание сбиванием с захватом ноги – шесть раз (два раза в первом периоде и четыре – во втором).

Анализ частоты использования спортсменами приемов группы переводы нырком свидетельствует о том, что спортсменами три раза использовался прием перевод рывком с захватом ног (один раз в первом периоде и два – во втором) и два раза

**Таблица 2** – Результативные технические действия, в стойке, выполненные высококвалифицированными борцами вольного стиля (весовая категория до 97 кг; n = 22) на чемпионате Европы по вольной борьбе 2013 г. (Вантаа, Финляндия)

Группа приемов	Количество схваток		
	Общее	Период схватки	
		1	2
Переводы рывком	29	16	13
Переводы нырком	5	2	3
Теснения, выталкивания за ковер	23	10	13
Сваливание сбиванием	14	5	9
Броски подворотом	1	1	0
Другие технические действия	3	0	3
<b>Всего</b>	<b>75</b>	<b>34</b>	<b>41</b>

выполнялся прием перевод нырком с захватом ноги (один раз в первом и один раз во втором периодах соревновательного поединка).

Наименее часто используемой борцами группой приемов являются броски поворотом. Прием бросок поворотом с захватом руки на плече выполнялся спортсменами в первом периоде соревновательного поединка один раз.

Сопоставляя результаты анализа соревновательной деятельности борцов вольного стиля весовых категорий до 86 и до 97 кг на чемпионате Европы по вольной борьбе 2014 г., установлено, что:

- спортсменами весовой категории до 86 кг применялись приемы из 9 групп (18 вариантов приемов), а борцами весовой категории до 97 кг – из 6 групп приемов (15 вариантов приемов);

- в то же время борцы весовой категории до 97 кг выполнили больше результативных (оцененных) атакующих действий в стойке, нежели спортсмены весовой категории до 86 кг: 75 против 62 (в среднем за схватку 3,4 против 2,81);

- у спортсменов весовой категории до 86 кг и у спортсменов весовой категории до 97 кг наиболее часто применяемыми были приемы из групп – переводы рывком, переводы нырком, сваливания сбиванием; в весовой категории 86 кг приемы из этих групп составили – 66 всех результативных действий в стойке, в весовой категории до 97 кг – 64 %;

- борцами весовой категории до 97 кг значительно чаще, нежели борцами весовой категории до 86 кг применялись действия, связанные с теснением противника к краю ковра и последующим выталкиванием его за зону: такие действия составили 21,9 % всех результативных действий в стойке в весовой категории до 97 кг против 11,2 % в весовой категории до 86 кг;

- разнообразные броски составили 16,1 % всех результативных действий в стойке выполненных борцами весовой категории до 86 кг, в то время как в весовой категории до 97 кг броски составили лишь 1,3 % всех результативных действий в стойке;

- следует также отметить, что во всех проанализированных нами 44 схватках в категориях до 86 и до 97 кг в стойке был выполнен всего лишь один прием, связанный с действием ногами.

### Выводы

Обобщая взгляды многих ведущих специалистов в области спортивной науки, можно констатировать тот факт, что спортивные соревнования в олимпийском спорте являются центральным элементом, который определяет всю систему организации, методики и подготовки спортсменов для результативной соревновательной деятельности.

Анализ специальной научно-методической литературы дает основание утверждать, что соревнования в системе подготовки спортсменов являются не только средством контроля за уровнем подготовленности, способом выявления победителя, но и важнейшим средством повышения тренированности и спортивного мастерства.

В процессе исследований определены особенности соревновательной деятельности высококвалифицированных борцов вольного стиля категорий до 86 и до 97 кг на чемпионате Европы по вольной борьбе 2013 г. (Вантаа, Финляндия). Выявленные особенности соревновательной деятельности в дальнейшем могут быть использованы тренерами при определении общей стратегии подготовки борцов вольного стиля к соревнованиям различного уровня, а также служить ориентиром при разработке индивидуальных тренировочных программ для юных борцов вольного стиля.

### Литература

1. Алиханов И. И. Дидактические основы современной спортивной борьбы: автореф. дис. на соискание учен. степени доктора пед. наук : 13.00.04 / И. И. Алиханов. – Тбилиси, 1982. – 71 с.
2. Алиханов И. И. Биомеханические основы спортивной борьбы / И. И. Алиханов // Спорт. борьба: ежегодник. – М.: 1984. – С. 20–22.
3. Арзютов Г. Н. Теория и методика поэтапной подготовки спортсменов (на материале дзюдо): автореферат дис. доктора пед. наук : 13.00.04, 13.00.02 / Г. Н. Арзютов. – К., 2001. – 36 с.
4. Арзютов Г. Н. Методология теории поэтапной многолетней подготовки спортсменов в единоборствах / Г. Н. Арзютов, Ю. А. Бородин // Физ. воспитание студ. – 2010. – № 1. – С. 7–10.
5. Воробьев В. А. Содержание и структура многолетней подготовки юных борцов на современном этапе: автореф. дис. на соискание учен. степени доктора пед. наук : 13.00.04 / В. А. Воробьев. – СПб., 2011. – 51 с.
6. Калмыков С. В. Соревновательная деятельность в спортивной борьбе / С. В. Калмыков, А. С. Сагалеев, Б. В. Дагбаев. – Улан-Удэ: Изд-во Бурят. гос. ун-та, 2007. – 204 с.
7. Латышев Н. В. Анализ соревновательной деятельности финалистов Игр XXIX олимпиады в Пекине по вольной борьбе / Н. В. Латышев, С. В. Латышев, В. А. Гаврилин // Теория і практика фіз. виховання. – 2008. – № 1. – С. 173–180.
8. Латышев Н. В. Анализ соревновательной деятельности борцов вольного стиля на играх Олимпиады в Пекине 2008 года / Н. В. Латышев // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту: зб. наук. пр. / за ред. проф. С. С. Єрмакова. – Х.: ХДАДМ (ХХПІ), 2009. – № 7. – С. 106–109.

9. *Матвеев Л. П.* Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л. П. Матвеев. – М.: Известия, 2001. – 333 с.
10. *Патратий Р. С.* Тенденция развития техники вольной борьбы / Р. С. Патратий // *Материалы междунауч.-технич. конф. ААИ «Автомобиле- и тракторостроение в России: приоритеты развития и подготовка кадров», посвящ. 145-летию МГТУ «МАМИ».* – М., 2010. – С. 507–515.
11. *Платонов В. Н.* Система олимпийской подготовки и направления совершенствования подготовки спортсменов к Играм Олимпиады 2008 г. в Пекине / В. Н. Платонов // *Наука в олимп. спорте: спец. вып.* – 2005. – С. 106–131.
12. *Платонов В. Н.* Периодизация спортивной подготовки. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2013. – 624 с.
13. *Туманян Г. С.* Теория, методика, организация тренировочной, внутренировочной и соревновательной деятельности. – Ч. 3., кн. 12. Система упражнений / Г. С. Туманян, В. В. Гожин. – М.: Сов. спорт, 2001. – 80 с.
14. *Яременко В. В.* Анализ соревновательной деятельности юных борцов вольного стиля / В. В. Яременко, В. Ф. Бойко // *Молодіж. наук. вісн. Східноєвроп. нац. ун-ту імені Лесі Українки. Фіз. виховання і спорт / укл. А. В. Цьось, А. І. Альошина.* – Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2013. – Вып. 9. – С. 138–142.
15. *Яременко В. В.* Формування техніки атаквальних рухових дій борців вільного стилю на етапі попередньої базової підготовки : автореф. кандидата наук з фізичного виховання та спорту за спец. 24.00.01 – олімпійський і професійний спорт / В. В. Яременко. – Дніпропетровськ, 2014. – 21 с.
16. *Platonov V. N.* Biomechanical ergogenic means in modern sport / V. N. Platonov, M. M. Bulatova, V. A. Kashuba // *Stiinta sportului. Academia Romana, Bucuresti.* – 2006. – N 53. – P. 19–49.

## References

1. *Alikhanov I. I.* Didactical bases of modern sports wrestling: author's abstract for Doctoral degree in Pedagogics: 13.00.04 / I. I. Alikhanov. – Tbilisi, 1982. – 71 p.
2. *Alikhanov I. I.* Biomechanical bases of wrestling / I. I. Alikhanov // *Sportivnaya borba: yezhegodnik.* – Moscow: 1984. – P. 20–22.
3. *Arzyutov G. N.* Theory and methods of stage-by-stage athletes' preparation (by the example of judo): author's abstract for Doctoral degree in Pedagogics: 13.00.04, 13.00.02 / G. N. Arzyutov. – Kiev, 2001. – 36 p.
4. *Arzyutov G. N.* Methodology of theory of stage-by-stage long-term preparation of athletes in single combats / G. N. Arzyutov, Y. A. Borodin // *Fiz. vospitanitye studentov.* – 2010. – № 1. – P. 7–10.
5. *Vorobyev V. A.* The content and structure of long-term preparation of young wrestlers at the modern stage: author's abstract for Doctoral degree in Pedagogics: 13. 00. 04 / V. A. Vorobyev. – Saint Petersburg, 2011. – 51 p.
6. *Kalmykov S. V.* Competitive activity in wrestling / S. V. Kalmykov, A. S. Sagaleyev, B. V. Dagbayev. – Ulan-Ude: Buryat State University Publishing House, 2007. – 204 p.
7. *Latyshev N. V.* Analysis of competitive activity of the finalists of the Peking XXIX Olympic Games (free-style wrestling) / N. V. Latyshev, S. V. Latyshev, V. A. Gavrilin // *Teoria i praktika fiz. vykhovannia.* – 2008. – № 1. – P. 173–180.
8. *Latyshev N. V.* Analysis of competitive activity of free-style wrestlers at the Peking 2008 Olympic Games / N. V. Latyshev. / *Pedahohika, psykholohia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu: coll. res. Papers / ed. by S. S. Lermakov; Kharkov: (XXPI), 2009. – № 7. – P. 106-109.*
9. *Matveyev L. P.* General sports theory and its applied aspects / L. P. Matveyev. – Moscow: Izvestiya, 2001. – 333 p.
10. *Patraty R. S.* Tendency of free-style wrestling technique development / R. S. Patraty // *Proceedings of international scientific-technical conference ААИ "Motor car and tractor construction in Russia: development priorities and preparation of staff" dedicated to the 145 anniversary of "MAMI" MSTU – Moscow, 2010. – P. 507–515.*
11. *Platonov V. N.* System of the Olympic preparation and directions of improvement of athletes' preparation for the Peking 2008 Olympic Games / V. N. Platonov // *Nauka v olimpiyskom sporte: spec. issue.* – 2005. – P. 106–131.
12. *Platonov V. N.* Sports preparation periodization. General theory and its practical applications / V. N. Platonov. – Kiev: Olimpiyskaya literatura, 2013. – 624 p.
13. *Tumanian G. S.* Theory, methods, organization of training, extra-training and competitive activity. – P. 3., Book. 12. Exercise system / G. S. Tumanian, V. V. Gozhin. – Moscow: Sov. sport, 2001. – 80 p.
14. *Yaremenko V. V.* Analysis of competitive activity of young free-style wrestlers / V. V. Yaremenko, V. F. Boyko // *Molodiznyi naukovyi visnyk skhidnoievrop. Natsionalnoho universytety imeni Lesi Ukrainky. Fiz. Vykhovannia i sport / comp. A. V. Tsos, A. I. Alioshyna.* – Lutsk: Eastern European Lesi Ukrainky National University, 2013. – Iss. 9. – P. 138–142.
15. *Yaremenko V. V.* Formation of technique of attacking motor actions of free-style wrestlers at the stage of basic preparation : author's abstract for Ph. D. in Physical Education and Sport. 24.00.01 – olympic and professional sport / V. V. Yaremenko. – Dnipropetrovsk, 2014. – 21 p.
16. *Platonov V. N.* Biomechanical ergogenic means in modern sport / V. N. Platonov, M. M. Bulatova, V. A. Kashuba // *Stiinta sportului. Academia Romana, Bucuresti.* – 2006. – No 53. – p. 19 – 49.