

---

# ОСОБЛИВОСТІ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ КВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ РІЗНИХ ВАГОВИХ КАТЕГОРІЙ У ТАЇЛАНДСЬКОМУ БОКСІ

<https://doi.org/10.32652/tmfvs.2018.4.31-35>

---

*Станіслав Подгурський*

**Анотація.** У результаті педагогічних спостережень і аналізу змагальних поєдинків у таїландському боксі виявлено особливості прояву швидкісно-силових якостей у кількісних показниках технічних дій кваліфікованих спортсменів різних вагових груп. Мета. Визначити особливості змагальної діяльності спортсменів у таїландському боксі. Методи. Аналіз науково-методичної літератури, педагогічні спостереження. Результати. Спортсменам легких вагових категорій більшою мірою властивий прояв швидкості, інтенсивності і вибухової потужності, що підтверджується найбільшими сумарними кількісними показниками ударів нижніми кінцівками, особливо бічними і колінами, клінчів, кидків за допомогою «скручування» і підсічок з перекиданням суперника. Спортсменам середніх вагових категорій властивий прояв силових можливостей, що реалізується в підвищеній кількості нокаунтів від ударів руками, а порівняно зі спортсменами важкої вагової категорії – в забезпеченні інтенсивності і силовій витривалості більшої кількості ударів руками і ногами, клінчів. У спортсменів важких вагових категорій переважає прояв силових можливостей порівняно зі спортсменами легкої та середньої вагових категорій, про що свідчить наявність великої кількості нокаутів і нокаунтів від різних ударів руками і ногами. Вони відрізняються від спортсменів середньої вагової категорії демонстрацією вибухової потужності в більшості кидків «скручуванням» і підсічок з перекиданням. Виявлено відмінності в прояві швидкісних і силових компонентів рухових функцій у представників різних вагових категорій, що важливо враховувати під час спеціально-фізичної підготовки кваліфікованих спортсменів.

**Ключові слова:** таїландський бокс, змагальна діяльність, кваліфіковані спортсмени, вагові групи, швидкісний і силовий компонент, технічні дії, кількісні характеристики.

**Abstract.** As a result of pedagogical observations and analysis of in the Thai boxing fights, features of manifesting speed-strength qualities in quantitative indices of technical actions of skilled athletes of different weight categories were revealed. Objective. To determine the peculiarities of the competitive activity of athletes in the Thai boxing. Methods. Analysis of scientific and methodological literature, pedagogical observations. Results. Athletes of lightweight categories are characterized by greater manifestation of speed, intensity and explosive power, which is confirmed by the highest total amount of lower extremity kicks, especially lateral and knee blows, clinches, throws by “twisting” and sweeps with the rollover of the opponent. Athletes of middleweight categories are characterized by manifestation of strength capabilities, which is realized in the increased number of knockdowns as a result of hand blows, and compared with the sportsmen of the heavy weight category – in ensuring the intensity and strength endurance of a greater number of hand and feet blows, clinches. In athletes of heavy weight categories manifestation of power capabilities prevails as compared to athletes of light and middleweight categories, as evidenced by the presence of a large number of knockouts and knockdowns as a result of various hand and feet kicks. They differ from athletes of middleweight category by demonstration of explosive power in the majority of throws by “twisting” and sweeps with rollover. The differences in the manifestation of speed and strength components of motor functions in the representatives of different weight categories have been revealed, which should be taken into account during special physical training of skilled sportsmen.

**Keywords:** Thai boxing, competitive activity, skilled athletes, weight categories, speed and strength component, technical actions, quantitative characteristics.

**Вступ.** Змагальна діяльність є інтегральною оцінкою прояву і реалізації максимальних можливостей спортсмена в умовах жорсткої конкуренції, фізичного і психічного протистояння. Така діяльність виявляє і відображає всі переваги і недоліки спортивної майстерності спортсменів. У спортивних єдиноборствах вона характеризується складною структурою, оскільки складається з ряду поєдинків, кожен з яких відрізняється від інших обсягом і результативністю техніко-тактичних дій обох сторін [8].

Індивідуальний підхід до застосування техніко-тактичних дій з урахуванням прояву рухових

якостей і функціональних можливостей організму спортсменів істотно впливає на кінцевий результат їхньої змагальної діяльності. У спортивних єдиноборствах її структура і зміст залежать від вагових категорій спортсменів, що необхідно враховувати в процесі їх спортивного вдосконалення [10, 12].

Вивченню індивідуальних і групових особливостей змагальної діяльності і тренувального процесу спортсменів різних вагових категорій у спортивних єдиноборствах присвячено багато робіт. З урахуванням градації спортсменів за ваговими категоріями у ряді видів спортивних єдиноборств було проведено аналіз змагальної діяль-

ності. Результатом таких досліджень став диференційований підхід до оцінки спеціальної фізичної, техніко-тактичної, психологічної та інтегральної підготовленості, рівня функціональних можливостей кваліфікованих спортсменів, а також до побудови та змісту змагальної діяльності і тренувального процесу в різних вагових категоріях.

Такі дослідження проведено в боксі: В. Н. Остьянов, А. І. Гриб [7] вивели понад 20 коефіцієнтів, що характеризують якість змагальної діяльності (захисних і атакуючих дій, активності в поєдинку тощо) кваліфікованих боксерів різних вагових категорій; Е. Н. Шевчук, Т. А. Хабінець, А. С. Лобок [1] розробили програми вдосконалення техніко-тактичних дій боксерів високого класу і кваліфікованих боксерів першої середньої ваги; К. С. Колодезников зі співавт. [6] представив у семи таблицях всі сторони змагальної діяльності, за допомогою яких розроблено програми цілеспрямованого підвищення рухових якостей і функціональних можливостей кваліфікованих спортсменів.

У спортивній боротьбі С. А. Белоглазовим, Б. І. Таракановим, В. А. Воробйовим, Д. Х. Аюповим [3] було сформовано програми, що підвищують ефективність тренувального процесу кваліфікованих спортсменок у вільній боротьбі. Ю. Н. Тропінін відповідно до специфіки змісту і структури змагальної діяльності [11] визначив технічний арсенал, який ефективно застосовується і підвищує результативність змагальної діяльності кваліфікованих борців греко-римського стилю, В. Андрейцев, В. Яременко [2] виявили відмінності у структурі і змісті змагальної діяльності кваліфікованих борців вільного стилю (категорії до 86 і 97 кг).

У кікбоксингу А. І. Зав'ялов [4] на основі аналізу нокаутуючих ситуацій кваліфікованих спортсменів категорії К-1 різних вагових категорій визначив основні характеристики нокаутуючого удару і причини його успішної реалізації в поєдинку. Враховуючи аналіз змагальної діяльності у тхеквандо, В. Зарудний, Ю. Литвиненко [5] розробили систему комплексного контролю.

На матеріалі тайландського боксу подібні дослідження змагальної діяльності не проводили, відомо тільки, що було розроблено і апробовано методику фізичної підготовки кваліфікованих спортсменів у легкій ваговій групі із застосуванням інтегральної оцінки фізичної підготовленості в рамках педагогічного тестування [9].

Виходячи зі сказаного, можна говорити, що сформувався запит на аналіз змагальної діяльності та виявлення різниці в прояві фізичних якостей (зокрема швидкісно-силових) на основі кількісної оцінки показників техніко-тактичних дій кваліфікованих спортсменів різних вагових категорій у тайландському боксі.

**Мета дослідження** – визначити особливості змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів різних вагових категорій у тайландському бок-

сі для диференційованого підходу до тренувального процесу

**Методи дослідження:** аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури; педагогічні спостереження та аналіз змагальної діяльності на основі відеозаписів.

**Результати дослідження та їх обговорення.**

У ході дослідження методом педагогічних спостережень було проаналізовано відеозаписи поєдинків спортсменів тайландського боксу. В аналітичній роботі бралися до уваги тільки абсолютні показники техніко-тактичного арсеналу всіх ударів і прийомів, які об'єктивно відображають дані, виявлені через дії провідних рухових якостей. Техніко-тактичні дії спортсменів різних вагових груп оцінювала група кваліфікованих експертів (сім осіб), при цьому реєстрували такі показники: кількість усіх видів ударів руками (включаючи лікті), удари ногами (включаючи коліна), кількість клінчів і кидків, проведених технічним прийомом «скручування».

У педагогічному спостереженні аналізували поєдинки спортсменів однакової кваліфікації, кількісні показники яких фіксували тільки у спортсменів-переможців. Таке педагогічне спостереження дозволяє визначити подальшу побудову стратегії тренувального процесу, враховуючи особливості спортсменів за ваговими групами. Наступні особливості виражаються в прояві провідних фізичних якостей і техніко-тактичного арсеналу, єдність яких максимально ефективна у змагальній діяльності спортсменів конкретної вагової групи.

Було проаналізовано відеозаписи 21 поєдинку чемпіонатів світу серед любителів (група дорослих) з 2011 по 2017 рр. і чемпіонату України 2018 р. Вивчали особливості змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів тайландського боксу трьох вагових категорій: легка (45–48, 48–51, 51–54, 54–57 кг), середня (60–63,5, 63,5–67, 67–71, 71–75 кг) і важка (75–81, 81–86, 86–91, 91+ кг). У кожній ваговій категорії аналізували сім поєдинків: п'ять на чемпіонатах світу (Ташкент, 2011 р.; Санкт-Петербург, 2012 р.; Бангкок WMF, 2015 р.; Стокгольм, 2016 р.; Мінськ, 2017 р.) і два на чемпіонатах України (Київ, 2018 р.). Проводили реєстрацію та статистичний облік абсолютних показників кількісних характеристик усіх технічних дій кваліфікованих спортсменів.

Технічний арсенал ударів кваліфікованих спортсменів тайландського боксу перевершує подібні контактні види єдиноборств за різноманітністю і сумарною кількістю ударів, які наносять усіма кінцівками по всьому тілу. У ході поєдинку підраховують всі види дозволених ударів руками і ногами, включаючи лікті і коліна. Особливістю тайландського боксу є наявність так званих технічних дій «клінч» і «скручування», які передбачають застосування елементів борцівської техніки, що не є характерним для інших ударних спортивних єдиноборств.

**Таблиця 1** – Кількісні показники технічних дій кваліфікованих спортсменів різних вагових категорій на змаганнях з тайландського боксу (n = 21)

Технічна дія	Сумарна кількість дій у спортсменів різних вагових категорій		
	легких	середніх	важких
Удари руками:	261	361	310
• прямі	140	145 (нокдауни)	127 (нокдауни; нокаути)
• бічні	84	182 (нокдауни)	154
• знизу	2	10	3
• ліктями (бічний зверху з розвороту)	16	23	17 (нокдауни)
• бекфіст (удар рукою з розвороту)	19	1	9 (нокдауни)
Удари ногами:	517	335	295
• прямі	50	66	30
• бічні (низький, середній, високий)	223	108 (нокдауни)	149 (нокдауни)
• прямий удар назад з розвороту	3	–	2
• колінами	232	160	111 (нокаути)
• підсічки	9 (перекидання)	1	3 (перекидання)
Кидки в клінчі («скручування»)	24	6	14
Клінчі	133	110	58

Проведений аналіз дозволив сформулювати групові характеристики абсолютних показників змагальної діяльності (кількісні показники) кваліфікованих спортсменів різних вагових категорій в тайландському боксі. За кількістю техніко-тактичних дій, проведених в поєдинку, визначався прояв провідних рухових якостей: інтенсивність бою – за сумарною кількістю проведених ударів і прийомів, вибухова потужність – за кількістю проведених прийомів «скручування», сила – за наявністю і кількістю нокдаунів і нокаутів.

У результаті проведеного аналізу відеозаписів поєдинків експерти відмічають, що спортсменам легких вагових категорій порівняно зі спортсменами інших вагових категорій більшою мірою притаманний прояв швидкості, інтенсивності і вибухової потужності. Це підтверджується сумарними кількісними показниками ударів нижніми кінцівками, особливо бічними і колінами, а також кількістю клінчів, кидків за допомогою «скручування» і підсічок з перекиданням суперника (табл. 1).

У кваліфікованих спортсменів легкої вагової категорії на чемпіонатах світу та України було зареєстровано такі сумарні кількісні показники змагальної діяльності:

- удари руками, включаючи лікті – 261;
- ударів ногами, включаючи коліна – 517;
- технічний прийом ближнього бою клінч – 133;
- кидки в клінчі технічним прийомом «скручування» – 24.

Спортсменам середніх вагових категорій, на відміну від легких, властивий більший прояв силових можливостей, що підтверджується більшою кількістю нокдаунів, ніж ударів руками. Порівняно зі спортсменами важких вагових категорій вони виконують дії інтенсивніше, що підтверджується кількісними показниками ударів руками і ногами, а також кількістю проведених клінчів (див. табл. 1).

Кількісні показники змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів середніх вагових категорій характеризуються таким сумарним результатом:

- удари руками, включаючи лікті – 361;
- удари ногами, включаючи коліна – 335;
- технічний прийом ближнього бою клінч – 110;
- кидки в клінчі технічним прийомом «скручування» – 6.

Спортсменам важких вагових категорій порівняно зі спортсменами легких і середніх вагових категорій характерна наявність нокаутів і нокдаунів від різних ударів руками і ногами. Це свідчить про значущість прояву силових можливостей. Також вони відрізняються від спортсменів середніх вагових категорій більшою кількістю характеристикою кидків «скручуванням» і підсічок з перекиданням, що свідчить про значущість вибухової потужності (див. табл. 1).

У ході аналізу змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів важких вагових категорій було отримано такі сумарні кількісні показники основних технічних дій:

- удари руками, включаючи лікті – 310;
- удари ногами, включаючи коліна – 295;
- технічний прийом ближнього бою клінч – 58;
- кидки в клінчі технічним прийомом «скручування» – 14.

Проведений аналіз підтвердив необхідність диференційованого підходу до спеціальної фізичної підготовки спортсменів, які займаються тайландським боксом. Беручи до уваги виявлені особливості змагальної діяльності боксерів, необхідно більше уваги приділяти підвищенню і збереженню рівня провідних рухових якостей і функціональних можливостей, забезпечуючи пріоритетність застосування техніко-тактичного арсеналу, властивого представникам тієї чи іншої вагової категорії.

Для спортсменів, які входять до легкої вагової категорії, під час підготовки слід акцентувати увагу на підвищенні швидкісного компонента, що забезпечує в умовах змагальної діяльності поліпшення показників швидкості, інтенсивності і вибухової потужності. Для представників серед-

ньої вагової категорії значущим є підвищення швидкісного і силового компонентів. Для спортсменів важкої вагової категорії характерним є підвищення силового компонента, що буде сприяти у змагальній діяльності поліпшенню показників сили і вибухової потужності. Такий диференційований підхід до підготовки спортсменів різних вагових категорій позитивно позначиться на підвищенні ефективності змагальної діяльності.

**Висновки.** У ході аналізу поєдинків у тайландському боксі було виявлено певні особливості змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів в тайландському боксі, які входять до різних вагових категорій.

Спортсменам легких вагових категорій притаманний прояв швидкості, інтенсивності і вибухової потужності, представникам середніх вагових категорій властивий більший прояв силових можливостей, а боксерам важких вагових категорій

характерна наявність нокаутів і нокадаунів від різних ударів руками і ногами.

Під час тренувального процесу спортсменам легкої вагової категорії слід акцентувати увагу на підвищенні швидкісного компонента, що забезпечує в умовах змагальної діяльності поліпшення показників швидкості, інтенсивності і вибухової потужності, представникам середньої вагової категорії – швидкісного і силового компонентів, а боксерам важкої вагової категорії необхідно звертати увагу на підвищення силового компонента, що буде сприяти поліпшенню показників сили і вибухової потужності.

**Перспективи подальших досліджень** передбачають розробку диференційованого підходу до швидкісно-силової підготовки кваліфікованих спортсменів у тайландському боксі.

**Конфлікт інтересів.** Автор заявляє, що відсутній будь-який конфлікт інтересів.

## Література

1. *Анализ* соревновательной деятельности боксеров первого среднего веса разной квалификации / [Е. Н. Шевчук, Т. А. Хабинец, А. С. Лобок] // Вісн. Чернігів. нац. пед. ун-ту. – 2015. – Вип. 129(4). – С. 193–197.
2. *Андрейцев В.* Особенности соревновательной деятельности борцов вольного стиля / В. Андрейцев, В. Яременко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2015. – № 3. – С. 9–13.
3. *Белоглазов С. А.* Особенности соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов в современной вольной борьбе / С. А. Белоглазов, Б. И. Тараканов, В. А. Воробьев, Д. Х. Аюпов // Учен. зап. ун-та им. П. Ф. Лесгафта. – 2007. – № 2(24). – С. 3–10.
4. *Завьялов А. И.* Анализ нокаутирующих ситуаций в профессиональном кикбоксинге К-1 в средних весовых категориях / А. И. Завьялов, А. В. Коляда, А. А. Гришин // Учен. зап. ун-та им. П. Ф. Лесгафта. – 2014. – № 12. – С. 71–74.
5. *Зарудный В.* Анализ соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов, специализирующихся в тхэквондо, на XXX Играх Олимпиады / В. Зарудный, Ю. Литвиненко // Молодіж. наук. вісн. Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – 2014. – Вип. 16. – С. 166–172.
6. *Колодезников К. С.* Исследование соревновательной деятельности боксеров лиги WSB / К. С. Колодезников, Р. В. Бестинов, М. Г. Колодезникова // Педагогико-психолог. и медико-биолог. пробл. физ. культуры и спорта. – 2017. – Т. 12, № 2. – С. 24–30.
7. *Остьянов В. Н.* Аналіз змагальної діяльності боксерів вищої кваліфікації різних вагових категорій / В. Н. Остьянов, А. І. Гриб // Наук. вісн. Львів. нац. ун-ту ветеринар. медицини та біотехнологій ім. С. З. Гжицького. – 2011. – Т. 13. – № 4-2 (50).
8. *Остьянов В. Н.* Змагальна діяльність боксерів важких і легких вагових категорій / В. Н. Остьянов, А. І. Гриб, О. В. Копачко // Педагогіка, психологія та медико-біол. пробл. фіз. виховання і спорту: зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Х.: ХДАДМ. – 2010. – № 12. – С. 94–98.
9. *Охлопков П. П.* Методика физической подготовки спортсменов легких весовых категорий в тайском боксе на тренировочном этапе / П. П. Охлопков, Е. В. Криворученко, И. А. Черкашин // Учен. зап. ун-та им. П. Ф. Лесгафта. – 2017. – № 12(154). – С. 210–215.
10. *Приймаков А. А.* Модельные характеристики зависимости уровня специальной работоспособности от квалификации и весовой категории борцов / А. А. Приймаков, А. В. Коленков // Физ. воспитание студентов. – 2006. – № 5. – С. 51–60.
11. *Тропинин Ю. Н.* Анализ технико-тактической подготовленности высококвалифицированных борцов греко-римского стиля / Ю. Н. Тропинин // Физ. воспитание студентов. – 2013. – № 2. – С. 59–62.
12. *Улагашева М. А.* Особенности развития скоростно-силовой подготовки у дзюдоистов 13-14 лет / М. А. Улагашева // Выпускная квалификационная работа : 050141 (49.02.01) – Новосибирск, 2015, – 77 с.

## Literature

1. *Analysis of competitive activity of super welterweight boxers of different skill levels* / [E. N. Shevchuk, T. A. Khabinets, A. S. Lobok] // *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu*. – 2015. – Iss. 129(4). – P. 193–197.
2. *Andreytsev V. Competitive activity peculiarities of free style wrestlers* / V. Andreytsev, V. Yaremenko // *Teoriya i metodyka fizvykhovannia i sportu*. – 2015. – N 3. – P. 9–13.
3. *Beloglazov S. A. Competitive activity peculiarities of highly skilled female athletes in free style wrestling* / S. A. Beloglazov, B. I. Tarakanov, V. A. Vorobyev, D. K. Ayupov // *Uchenyye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta*. – 2007. – N 2(24). – P. 3–10.
4. *Zavyalov A. I. Analysis of knockout situations in professional kickboxing K-1 in middleweight categories* / A. I. Zavyalov, A. V. Kolyada, A. A. Grishin // *Uchenyye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta*. – 2014. – N 12. – P. 71–74.
5. *Zarudny V. Analysis of competitive activity of highly skilled taekwondo athletes at the XXX Olympic Games* / V. Zarudny, Y. Litvinenko // *Molodizhnyi naukovyi visnyk Skhidnoevropeyskoho universytetu imeni Lesa Ukrainky*. – 2014. – Iss. 16. – P. 166–172.
6. *Kolodeznikov K. S. Study of competitive activity of WSB League boxers* / K. S. Kolodeznikov, R. V. Bestinov, M. G. Kolodeznikova // *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biolohichni problem fizvykhovannia i sportu*. – 2017. – Vol. 12, N 2. – P. 24–30.
7. *Ostianov V. N. Analysis of competitive activity of elite boxers of different weight categories* / V. N. Ostianov, A. I. Hryb // *Naukovyi visnyk Lvivskoho universytetu veterynarnoi medytsyny ta biotekhnolohiy imeni S. Z. Gzhytskoho*. – 2011. – Vol. 13. – N. 4-2 (50).
8. *Ostianov V. N. Competitive activity of boxers of heavy and light weight categories* / V. N. Ostianov, A. I. Hryb, O. V. Kopachko // *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biolohichni problem fizvykhovannia i sportu: Collection of scientific papers* / Edited by S. S. Iermakov. – K.: KSADM. – 2010. – N 12. – P. 94–98.
9. *Okhlopov P. P. Methods of physical preparation of the Thai boxers of lightweight categories at the training stage* / P. P. Okhlopov, E. V. Krivoruchenko, I. A. Cherkashin // *Uchenyye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta*. – 2017. – N 12(154). – P. 210–215.
10. *Pryimakov A. A. Model characteristics of special work capacity level dependence on wrestlers' skill level and weight category* / A. A. Pryimakov, A. V. Kolenkov // *Fizvospitaniye studentov*. – 2006. – N 5. – P. 51–60.
11. *Tropinin Y. N. Analysis of technico-tactical fitness of highly skilled Greco-Roman wrestlers* / Y. N. Tropinin // *Fizvospitaniye studentov*. – 2013. – N 2. – P. 59–62.
12. *Ulagasheva M. A. Features of speed-strength preparation development in judokas aged 13-14 years* / M. A. Ulagasheva // *Vypusknaya kvalifikatsionnaya rabota : 050141 (49.02.01) – Novosibirsk, 2015, – 77 p.*