

¹Шепетюк М.Н., ¹Телемгенова А.М.а, ¹Жунисбек Д.Н., ¹Таширов А.Ж.,
²Шепетюк Н.М.

¹Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

²Казахский национальный университет имени аль-Фараби, г. Алматы, Казахстан

ОЦЕНКА ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАСТНИКОВ ЧЕМПИОНАТА АЗИИ ПО ДЗЮДО

Шепетюк Михаил Николаевич, Телемгенова Айгерим Маратовна, Жунисбек Динара Нургалыкқызы, Таширов Аслан Жумагалиевич, Шепетюк Наталия Михайловна

Оценка технической подготовленности участников Чемпионата Азии по дзюдо

Аннотация. В статье анализируется техническая подготовленность участников Чемпионата Азии по дзюдо среди мужчин и женщин по весовым категориям при помощи видеорегистрации соревновательных встреч; определено количество оцененных действий из различных групп технических приемов в стойке и партере, оценивается техническая подготовка казахстанских дзюдоистов и дзюдоисток, на основании проведенного анализа разработаны рекомендации по совершенствованию атакующих действий в стойке и партере, а также защитных действий от приемов, проведенных соперниками в ходе Чемпионата Азии по дзюдо среди мужчин и женщин, определены основные направления современного развития технического арсенала спортсменов различных стран, занимающихся дзюдо, рекомендованы к изучению и совершенствованию эффективные технико-тактические действия по дзюдо, учитывающие индивидуальные особенности спортсменов-дзюдоистов различных весовых категорий.

Ключевые слова: технические действия, стойка, партер, атака, защита.

Shepetyuk Mikhail Nikolaevich, Telemgenova Aigerim Maratovna, Zhunisbekov Dinara Nurgalykkyzy, Tashirov Aslan Zhumagalievich, Shepetyuk Natalia Mikhailovna

Assessment of technical readiness of participants of the Asian Judo Championship

Abstract. The authors analyze the technical readiness of the participants of the Asian Judo Championship among men and women by weight categories, using video registration of competitive meetings; the number of evaluated actions from various groups of techniques in the rack and stalls are determined, the technical training of Kazakhstan's men and women judokas is evaluated, based on the analysis, recommendations for improving attacking actions in the rack and stalls, as well as defensive actions from techniques conducted by rivals during the Asian Judo Championship among men and women are developed, the main directions of modern development of the technical arsenal of athletes from various countries engaged in judo, it is recommended to study and improve effective technical and tactical actions in judo, taking into account the individual characteristics of judo athletes of various weight categories.

Key words: technical actions, stand, parterre, attack, defense.

Шепетюк Михаил Николаевич, Телемгенова Айгерим Маратовна, Жунисбек Динара Нургалыкқызы, Таширов Аслан Жумагалиевич, Шепетюк Наталия Михайловна

Дзюдодан Азия чемпионатына қатысушылардың техникалық дайындығын бағалау

Аңдатпа. Авторлар жарыс кездесулерін бейне тіркеу арқылы ерлер мен әйелдер арасында дзюдодан Азия чемпионатына қатысушылардың техникалық дайындығын талдайды; бағана мен партердегі техникалық тәсілдердің әртүрлі топтарынан бағаланған іс-қимылдардың саны айқындалды, қазақстандық дзюдошылар мен дзюдошылардың техникалық даярлығын бағалайды, жүргізілген талдау негізінде бағана мен партердегі шабуылдау іс-қимылдарын, сондай-ақ ерлер мен әйелдер арасындағы дзюдодан Азия чемпионаты барысында қарсыластардың өткізген тәсілдерінен қорғау іс-қимылдарын жетілдіру бойынша ұсынымдар әзірленді, қазіргі заманғы дзюдошылардың негізгі бағыттары айқындалды. Дзюдомен айналысатын түрлі елдер спортшыларының техникалық арсеналын дамыту, әртүрлі салмақ дәрежесіндегі спортшы-дзюдошылардың жеке ерекшеліктерін ескеретін дзюдо бойынша тиімді техникалық-тактикалық іс-қимылдарды зерделеу және жетілдіру ұсынылады.

Түйін сөздер: техникалық әрекеттер, тірек, партер, шабуыл, қорғаныс.

Введение. Организация и проведение международных соревнований различного уровня имеет важное значение для развития вида спорта. Республика Казахстан успешно провела Всемирную зим-

нюю Универсиаду, Азиатские игры по зимним видам спорта, Чемпионаты Мира по боксу, тяжелой атлетике, фристайлу, дзюдо, по видам борьбы (грек-римской, вольной женский) и множество других турниров.

Международные соревнования, проводимые в нашей стране, способствуют, прежде всего развитию различных видов спорта, непосредственному знакомству со спортсменами других государств, ознакомлению с особенностями ведения соревновательной борьбы зарубежными спортсменами, активному участию зрителей в атмосфере соревновательных поединков, воспитанию патриотизма, привлечению зарубежных туристов, что способствует популяризации нашего государства [1, 2].

Федерация дзюдо Республики Казахстан проводит активную работу по организации и проведению международных мероприятий, в числе которых чемпионат Мира в г. Астане 2015 года, Кубки Мира в г. Алматы, Кубки Азии в г. Актау, семинаров по присвоению тренерских и судейских категорий, различные международные турниры среди юниоров и кадетов.

03–08 августа 2022 года в г. Нур-Султан был проведен Чемпионат Азии по борьбе дзюдо, в программе которого разыграны медали в личном и командном турнире. Подведение итогов по организации и проведению крупнейшего международного регионального соревнования дает возможность всестороннего анализа турнира по различным направлениям: обеспечение комплексного контроля; привлечение спонсоров и организации качественной рекламы; организация агитации среди зрителей; обоснование привлечения отечественных специалистов с целью получения объективной информации для последующего внедрения в учебно-тренировочный процесс дзюдоистов; решение вопросов логистики, проживания, питания, медицинского обеспечения [3, 4].

Особую значимость при проведении соревнований играет возможность всестороннего

анализа подготовленности участников, особенно технико-тактической.

Цель исследования проанализировать техническую подготовленность участников Чемпионата Азии по дзюдо мужчин и женщин.

Задачи исследования:

- определить оцененные судьями технические действия, проводимые мужчинами и женщинами в стойке в различных весовых категориях;
- определить оцененные судьями технические действия, проводимые мужчинами и женщинами в борьбе лежа в различных весовых категориях;
- проанализировать техническую подготовленность спортсменов Казахстана участников Чемпионата Азии.

Методы исследования: техническая подготовленность регистрировалась по видеозаписи соревновательных встреч; оцененные технические действия распределялись по весовым категориям мужчин и женщин; проводилась оценка технических показателей сборной Казахстана по дзюдо участников Чемпионата Азии [5, 6].

Результаты исследования и их обсуждение. Чемпионат Азии проводился в г.Нур-Султан с 03 по 07 августа 2022г, в соревнованиях участвовали спортсмены из 19 государств, общее количество участников составило 168 спортсменов, из них мужчин 97, женщин 71, среди участников Сони Акиро (Япония) Олимпийская чемпионка Токио и двое действующих Чемпионов Мира Шишима Аи (Япония) и Кагеура Кокоро. Было проведено 209 встреч - у мужчин 117, у женщин 92, из которых без оценок за технические действия завершились 30 - у мужчин 12, у женщин 18, количество досрочных побед 126 - у мужчин 70, у женщин 56 (Таблица 1).

Таблица 1 – Качество оценок за технические действия

Оценка	Технические действия														
	в стойке											в партере			ВСЕГО
	Броски через бедро	Броски через спину	Броски передней подножкой	Броски задней подножкой	Броски подсечкой	Броски зацепом	Броски подхватом	Броски прогибом	Броски через голову	Броски выведение из равновесия	Броски через плечи	Болевой прием	Удушающий	Удержание	
Иппон															
Муж	4	8	-	3	1	7	5	5	4	4	3	1	3	4	52
Жен	1	7	2	3	-	-	8	2	-	4	-	2	1	13	43
Ваза-ари															
Муж	2	13	4	11	4	8	7	3	5	13	2	-	13	13	84
Жен	2	13	10	6	-	2	6	1	2	5	-	-	9	9	56

При распределении оцененных технических действий в стойке по весовым категориям у мужчин были получены следующие результаты (Таблица 2).

Таблица 2 – Количество оценок за технические действия по весовым категориям у мужчин

Весовые категории	Технические действия														
	в стойке										в партере			ВСЕГО	
	Броски через бедро	Броски через спину	Броски передней подножкой	Броски задней подножкой	Броски подсечкой	Броски зацепом	Броски подхватом	Броски прогибом	Броски через голову	Броски выведение из равновесия	Броски через плечи	Болевой прием	Удушающий		Удержание
60	1	3	1	4	1	3	3	1	1	3	-	1	-	3	25
66	2	7	1	-	-	4	1	-	-	2	-	-	-	1	18
73	2	1	-	1	2	3	-	-	2	1	3	-	1	2	18
81	1	3	-	-	-	1	2	3	2	4	1	-	1	2	20
90	-	1	-	4	-	2	-	1	3	2	1	-	-	3	17
100	-	2	-	2	1	-	3	3	1	3	-	-	1	4	20
+100	-	3	2	3	1	2	3	-		2	-	-	-	2	18
	6	20	4	14	5	15	12	8	9	17	5	1	3	17	136

Чаще всего оценивались броски через спину 20 раз, из них восемь оценок «иппон» и 13 «ваза-ари». Броски выведение из равновесия оценивались 17 раз, из них 4 на «иппон» и 13 на «ваза-ари». Броски зацепом стопой и голенью оценивались 15 раз – 7 раз на «иппон» и 8 раз на «ваза-ари». Броски задней подножкой оценивались 14 раз – 3 раза на «иппон» и 11 раз на «ваза-ари». Броски подхватом оценивались 12 раз - «иппон» 5 раз, а «ваза-ари» 7 раз. Восемь раз были оценены броски, прогибом (5 «иппон», 3 «ваза-ари») и 9 раз броски через голову (4 «иппон», 5 «ваза-ари»). Броски через бедро оценивались 6 раз, из них 4 оценки «иппон» и оценки «ваза-ари». Редко оценивался бросок передней подножкой всего 4 раза (4 «ваза-ари»). По пять раз оценивались броски подсечкой («иппон» 1, «ваза-ари» 4) и броски через плечи (3 «иппон», 2 «ваза-ари»).

У женщин оценки в стойке распределились следующим образом (Таблица 3).

Наиболее часто оценивались как и у мужчин, броски через спину 20 раз, из них на «ип-

пон» оценены 7, на «ваза-ари» оценены 13. Броски подхватом оценивались 14 раз (8 «иппон», 6 «ваза-ари»). На третьем месте по количеству оценок у женщин броски передней подножкой, из которых 2 «иппон», 10 «ваза-ари». По девять раз оценивались броски задней подножкой (3 «иппон», 6 «ваза-ари») и выведение из равновесия (4 «иппон», 5 «ваза-ари»). Значительно реже оценивались броски через бедро 3 (1 «иппон», 2 «ваза-ари»), по 2 раза оценивались броски зацепом (2 «ваза-ари»), броски прогибом (1 «иппон», 1 «ваза-ари») и броски через голову (2 «ваза-ари»). На этом турнире броски подсечкой не были оценены.

В борьбе лежа чаще оценивались технические действия удержание: у женщин 22 раза, из них 13 раз «иппон» и 9 раз «ваза-ари»; у мужчин 17 раз, из них 4 раза «иппон» и 13 раз «ваза-ари». Гораздо реже оценивались болевые приемы 3 раза («иппон»), из них 2 у женщин и 1 раз у мужчин, а также удушающие приемы 1 раз у женщин и 3 раза у мужчин.

Таблица 3 – Количество оценок за технические действия по весовым категориям у женщин

Весовая категория	Технические действия														
	в стойке											в партере			ВСЕГО
	Броски через бедро	Броски через спину	Броски передней подножкой	Броски задней подножкой	Броски подсечкой	Броски зацепом	Броски подхватом	Броски прогибом	Броски через голову	Броски выведение из равновесия	Броски через плечи	Болевой прием	Удушающий	Удержание	
48	-	4	1	-	-	-	1	-	1	2	-	-	-	6	15
52	-	4	-	1	-	1	4	-	1	-	-	1	1	-	13
57	2	3	4	-	-	-	1	-	-	1	-	-	-	4	15
63	-	2		3	-	-	5	-	-	-	-	-	-	4	13
70	1	5	2	1	-	-	2	2	-	3	-	1	-	2	19
78	-	1	2	-	-	-	1	-	-	3	-	-	-	2	9
+78	-	1	3	5	-	1	-	1	-	-	-	-	-	4	15
	3	20	12	9	-	2	14	3	-	9	-	2	1	22	99

Выступление казахстанских дзюдоистов в Чемпионате Азии следует признать удовлетворительным (Таблица 4).

Таблица 4 – Победители и призеры Чемпионата Азии 2022 сборной команды Республики Казахстан по дзюдо (03-07.08.2022 г.Нур-Султан)

№	Фамилия Имя	Весовая категория	Результат			Занятое место
			всего встреч	побед	поражений	
1	Абужакынова Абиба	48	3	2	1	2
2	Джангельдина Аруна	78	3	2	1	3
3	Шамшадин Магжан	60	5	4	1	3
4	Кыргызбаев Гусман	66	4	3	1	3
5	Шамшаев Данияр	73	4	4		1
6	Хамза Дидар	90	4	3	1	3
7	Бозбаев Ислам	100	3	2	1	2
8	Шархан Нурлыхан	100	3	2	1	3

Восемь раз поднимались на пьедестал казахстанцы: золото Шамшаев Данияр (73кг), серебро Абужакынова Абиба (48кг) и Бозбаев Ислам (100кг), бронза Джангельдина Аруна (78кг), Кыргызбаев Гусман (66кг), Шамшадин Магжан (60кг), Хамза Дидар (90кг), Шархан Нурлыхан (100кг).

В личном турнире женщины провели 12 оцененных действий и проиграли 20 оценок. Казахстанским девушкам в 24 встречах судьями были даны 3 оценки за броски задней подножкой (2 «иппон», 1 «ваза-ари») 2 оценки за бросок передней подножкой (2 «ваза-ари») и удержание (2 «ваза-ари»), по одному разу были оценены

броски через спину, подхватом, прогибом, через голову и выведение из равновесия (все «ваза-ари»). Следует отметить, что только дважды были оценены приемы на «иппон», а 10 на «ваза-ари». Можно говорить о низком качестве выполнения технических действий в атаке, этому разделу подготовки необходимо уделить больше внимания в тренировочном процессе.

Соперницы казахстанок провели двадцать оцененных технических действий во взаимных встречах: четырежды бросками через спину (4 «ваза-ари»); трижды наши спортсменки проиграли бросками подхватом («иппон» 2, «ваза-ари» 1); трижды бросками передней подножкой (1 «иппон», 2 «ваза-ари»), трижды задней подножкой (1 «иппон», 2 «ваза-ари»), трижды удержанием (2 «иппон», 1 «ваза-ари»); трижды бросками через бедро (1 «иппон», 2 «ваза-ари») и однажды броском зацепом голенью («ваза-ари»). Большое количество оцененных проигранных действий позволяет нам сделать заключение о слабой защите от вышеперечисленных технических действий и необходимости внесения корректив в тренировочный процесс, уделив больше внимания защитным и контратакующим действиям.

Мужчины сборной команды Казахстана в 28 соревновательных встречах личного турнира провели 19 оцененных действий и 12 атак соперников, также были оценены судьями. Чаще всего оценивались броски через спину 5 раз (3 «иппон», 2 «ваза-ари»), причем четыре из них были проведены с колен. Четыре раза были оценены броски задней подножкой (4 «ваза-ари»). Самые качественные броски были зацепом стопой – 3 броска на «иппон», следует отметить, что все броски провел Чемпион Азии в весовой категории до 73 кг Шамшаев Данияр. Трижды были оценены удержания в борьбе лежа (1 «иппон», 2 «ваза-ари»), по одному разу были оценены бросок через бедро («иппон»), бросок через голову («ваза-ари»), выведение из равновесия («иппон»), удушающий («иппон»).

Во встречах с казахстанскими дзюдоистами были оценены 12 технических действий соперников. Трижды проиграли бросками подхватом (2 «иппон», 1 «ваза-ари»), дважды удержанием (1 «иппон», 1 «ваза-ари»), дважды передней подножкой (1 «иппон», 1 «ваза-ари»), по одному разу бросками подсечкой («ваза-ари»), через спину («ваза-ари»), выведением из равновесия («ваза-ари»), зацепом стопой («ваза-ари»), задней подножкой («ваза-ари»). Спортсменам следует больше внимания уделить защитным дей-

ствиям от атак соперников бросками подхватом, передней подножкой и удержанием.

Исследования, проведенные на Чемпионатах Республики Казахстан, Азии и других международных соревнованиях по дзюдо, позволяют нам сделать заключение, что спортсмены стали выполнять больше силовых приемов, в числе которых броски через спину, выведение из равновесия, задней и передней подножкой [7].

Анализ технической подготовки участников Чемпионата Азии по дзюдо 2022 года позволил нам определить технические действия, оцененные судьями и сделать следующие **выводы**:

Наиболее часто в стойке оценивались броски через спину 20 раз у мужчин и 20 раз у женщин. У мужчин 17 раз оценивались броски выведение из равновесия, 15 раз броски зацепом голенью и стопой, 14 раз броски задней подножкой и 12 раз броски подхватом. Дзюдоистки эффективно проводили, броски выведение из равновесия которые оценивались 9 раз. Обобщив полученные данные, можно рекомендовать тренерам дзюдо при формировании индивидуального стиля соревновательной борьбы руководствоваться не только способностями спортсменов, но и учитывать эффективность технических действий в официальных соревнованиях.

В борьбе лежа абсолютное большинство эффективных действий было проведено различными вариантами удержаний 17 раз у мужчин и 22 раз у женщин, удушающих проведено 4, а болевые 3. Для достижения хороших спортивных результатов необходимо в совершенстве овладеть атакующими и защитными действиями различных вариантов удержаний.

Выступление мужчин в Чемпионате Азии более результативное по количеству медалей и эффективности технической подготовленности, оценено 19 технических действий наших дзюдоистов, а проиграно 12 во взаимных встречах с соперниками. Наиболее часто оценивались броски через спину 5 раз, задней подножкой 4 раза и броски зацепом 3 раза. У женщин оценены 12 приемов казахстанских дзюдоисток и проиграны 20 технических действий соперницам во взаимных встречах, чаще оценивались броски задней подножкой 3 раза, 2 раза броски передней подножкой и удержания.

Большинство атакующих действий казахстанских спортсменов оценены на «ваза-ари», поэтому следует больше внимания уделить качеству выполнения технических действий, в условиях реального сопротивления, на трениро-

вочных занятиях, особенно девушкам. Следует совершенствовать защитные действия: девушкам от бросков через спину, подхватом, передней подножкой, задней подножкой, через бедро и удержаний; мужчинам от бросков подхватом, подсечкой, передней подножкой.

Литература

- 1 Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практическое применение: учебник [для тренеров]: в 2 кн. – К.: Олимп.лит., 2015. – 1432 с.
- 2 Шепетюк М.Н. Теория и методика спортивной борьбы, учебное пособие. – 2-ое изд. испр. и доп. – Алматы: Федерация дзюдо Республики Казахстан, Каз.АСТ, 2020. – 362 с.
- 3 Федоров А.И. Комплексный контроль в спорте: теоретико-методические и информационные аспекты: учебное пособие / А.И. Федоров, И.П. Сивохин, В.Н. Авсиевич. – Костанай: КГПУ им. У. Султангазина, 2019. – 140 с. – ISBN 978–601–7601-00-3.
- 4 Свищев И.Д. Анализ технико-тактических действий сильнейших дзюдоистов мира в соревновательной деятельности // Спортивная борьба: ежегодник. – М.: ФиС, 1981. – С. 9-11.
- 5 Альмуханбетова Г.Н., Джамбербаев Б.О., Конакбаев Б.М. Контроль за технической подготовкой дзюдоистов в условиях соревнований. – Бухарест: «Университетский спорт»: здоровье и процветание нации: междунар. науч. конф. студентов и молодых ученых, 2017. – С. 149–153.
- 6 Шепетюк М.Н., Альмуханбетова Г.Н., Тен А.В., Насиев Е.К., Джамбербаев Б.О. Контроль за технической подготовленностью участников чемпионата Республики Казахстан по дзюдо // Теория и методика физической культуры. - 2017.- № 1. - С. 86-92.
- 7 Шепетюк М.Н., Тен А.В., Телемгенова А.М., Исаков Т.Б., Шепетюк Н.М. Влияние на техническую подготовленность новых подходов к организации тренировочного процесса в женском дзюдо // Теория и методика физической культуры. – 2022. - № 1(67). - С. 182-188.

References

- 1 Platonov V.N. Sistema podgotovki sportsmenov v olimpijskom sporte. Obshchaya teoriya i ee prakticheskoe primeneniye: uchebnyk [dlya trenerov]: v 2 kn. – K.: Olimp.lit., 2015. – 1432 s.
- 2 SHepetyuk M.N. Teoriya i metodika sportivnoj bor'by, uchebnoe posobie. – 2-oe izd. ispr. i dop. – Almaty: Federaciya dzyudo Respubliki Kazahstan, Kaz.AST, 2020. – 362 s.
- 3 Fedorov A.I. Kompleksnyj kontrol' v sporte: teoretiko-metodicheskie i informacionnye aspekty: uchebnoe posobie / A.I. Fedorov, I.P. Sivohin, V.N. Avsievich. – Kostanaj: KGPU im. U. Sultangazina, 2019. – 140 s. – ISBN 978–601–7601-00-3.
- 4 Svishchev I.D. Analiz tekhniko-takticheskikh dejstvij sil'nejshih dzyudoistov mira v sorevnovatel'noj deyatel'nosti // Sportivnaya bor'ba: ezhegodnik. – M.: FiS, 1981. – S. 9-11.
- 5 Al'muhanbetova G.N., Dzhamberbaev B.O., Konakbaev B.M. Kontrol' za tekhnicheskoy podgotovkoj dzyudoistok v usloviyah sorevnovanij. – Buharest: «Universitetskij sport»: zdorov'e i procvetanie nacji: mezhdunar. nauch. konf. studentov i molodyh uchenyh, 2017. – S. 149–153.
- 6 SHepetyuk M.N., Al'muhanbetova G.N., Ten A.V., Nasiev E.K., Dzhamberbaev B.O. Kontrol' za tekhnicheskoy podgotovlennost'yu uchastnikov chempionata Respubliki Kazahstan po dzyudo // Teoriya i metodika fizicheskoy kul'tury. - 2017.- № 1. - S. 86-92.
- 7 SHepetyuk M.N., Ten A.V., Telemgenova A.M., Isakov T.B., SHepetyuk N.M. Vliyanie na tekhnicheskuyu podgotovlennost' novyh podhodov k organizacii trenirovochnogo processa v zhenskom dzyudo // Teoriya i metodika fizicheskoy kul'tury. – 2022. - № 1(67). - S. 182-188.

Хат-хабарларга арналган автор (бірінші автор)

Телемгенова Айгерим Маратовна – магистрант, Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан
e-mail: t.a.m_aiko@inbox.ru

Автор для корреспонденции (первый автор)

Телемгенова Айгерим Маратовна – магистрант, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан.
e-mail: t.a.m_aiko@inbox.ru

The Author for Correspondence (The First Author)

Телемгенова Айгерим Маратовна – магистрант, Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан
e-mail: t.a.m_aiko@inbox.ru