

УДК 796.835

DOI 10.5930/1994-4683-2026-3-104-109

Анализ технико-тактических действий российских и китайских высококвалифицированных кикбоксеров на международных соревнованиях

Горбачев Станислав Сергеевич, кандидат педагогических наук, профессор
Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», Москва

Аннотация

Цель исследования – на основе анализа соревновательной деятельности высококвалифицированных российских и китайских кикбоксёров-мужчин в дисциплине К-1 выявить особенности их технического арсенала и тактических приёмов, а также наметить направления совершенствования подготовки спортсменов.

Методы и организация исследования. Проанализированы поединки ведущих российских и китайских кикбоксёров-мужчин К-1 (2024 г.). По видеозаписям боёв проведен поударный хронометраж с подсчётом среднего количества и результативности ударов руками, ногами и коленями за раунд. На основе полученных данных выполнен сравнительный описательный анализ структуры соревновательной деятельности и частоты применения основных технико-тактических действий.

Результаты исследования и выводы. Установлено, что у спортсменов обеих стран доминируют прямые и боковые удары руками, тогда как удары снизу применяются значительно реже. Китайские кикбоксёры отличаются большей результативностью прямых ударов, российские – более высоким суммарным объёмом ударов руками. Основную долю ударов ногами составляют удары ногой в бедро; российские спортсмены наносят их чаще обеими ногами, тогда как китайские активно используют левый круговой удар ногой в туловище и более разнообразный арсенал ударов ногами. Удары коленями значительно чаще встречаются у российских кикбоксёров, преимущественно правым коленом в туловище; китайские спортсмены используют их эпизодически. Выявленные различия, обусловленные особенностями национальных систем подготовки и степенью адаптации к правилам К-1, могут служить модельной основой для совершенствования технико-тактической подготовки кикбоксёров высокого класса.

Ключевые слова: кикбоксинг, соревновательная деятельность, технико-тактическая подготовка, ударные действия

Analysis of the technical and tactical actions of Russian and Chinese highly-qualified kickboxers in international competitions

Gorbachev Stanislav Sergeevich, candidate of pedagogical sciences, professor
The Russian University of Sport «GTSOLIFK», Moscow

Abstract

The purpose of the study is to analyze the competitive activity of highly qualified Russian and Chinese male kickboxers in the K-1 discipline, in order to identify the features of their technical arsenal and tactical techniques, as well as to outline directions for improving the training of athletes.

Research methods and organization. The bouts of leading Russian and Chinese male K-1 kickboxers (2024) were analyzed. Using video recordings of the fights, a strike-by-strike timekeeping was conducted with a count of the average number and effectiveness of punches, kicks, and knee strikes per round. Based on the obtained data, a comparative descriptive analysis of the structure of competitive activity and the frequency of application of the main technical and tactical actions was carried out.

Research results and conclusions. It has been established that athletes from both countries predominantly use straight and side punches, whereas low strikes are applied significantly less frequently. Chinese kickboxers are characterized by greater effectiveness of straight punches, while Russian athletes demonstrate a higher total volume of hand strikes. The main portion of kicks consists of thigh kicks; Russian athletes deliver them more often with both legs, while Chinese athletes actively use the left roundhouse kick to the torso and a more diverse arsenal of kicks. Knee strikes are significantly more common among Russian kickboxers, predominantly with the right knee to the torso; Chinese athletes use them sporadically. The identified differences, determined by the characteristics of national training systems and the level of adaptation to K-1 rules, can serve as a model basis for improving the technical and tactical training of high-level kickboxers.

Keywords: kickboxing, competitive activity, technical and tactical training, striking actions

Введение. Кикбоксинг в дисциплине К-1 относится к числу наиболее зрелищных и динамично развивающихся видов единоборств [1]. Высокая интенсивность поединков, сочетание ударной техники руками, ногами и коленями, а также жёсткие требования к функциональной и технической готовности спортсменов определяют необходимость глубокого анализа реальной соревновательной деятельности [2]. При этом особенности стиля и технико-тактических предпочтений спортсменов из разных стран существенно различаются, что связано как с национальными школами единоборств, так и с методическими подходами к подготовке [3].

Китайский кикбоксинг развивается под выраженным влиянием ушу саньда и других традиционных боевых искусств, где исторически доминирует разнообразная техника ног и акцент на скоростно-координационной подготовке. Российская школа кикбоксинга опирается прежде всего на богатую традицию бокса и ударных единоборств, что обуславливает широкое применение ударов руками, развитую культуру ведения боя на средней и ближней дистанции, а также акцент на силовом компоненте удара [4, 5].

Несмотря на наличие отдельных исследований, посвящённых анализу соревновательной деятельности в кикбоксинге и смежных видах, сравнительные работы, сопоставляющие характеристики технико-тактических действий высококвалифицированных российских и китайских кикбоксёров-мужчин в условиях реальных поединков К-1, представлены недостаточно. Это затрудняет целенаправленное заимствование эффективных элементов зарубежного опыта и ограничивает возможности научно обоснованного построения тренировочного процесса [6, 7, 8].

В этой связи представляется актуальным проведение комплексного анализа частоты и результативности ударов различными сегментами тела, а также структуры применяемых приёмов, что позволит выявить сильные и слабые стороны подготовки ведущих кикбоксёров – российской и китайской школ [9].

Цель исследования – выявить особенности применения приёмов современного мужского кикбоксинга на материалах анализа поединков высококвалифицированных российских и китайских спортсменов в дисциплине К-1 и на этой основе определить направления совершенствования их спортивной подготовки.

Методика и организация исследования. Объектом исследования явилась соревновательная деятельность высококвалифицированных кикбоксёров-мужчин, представляющих Россию и Китай, выступавших в 2024 году в официальных поединках по правилам К-1. Анализ подвергались поединки спортсменов высокого уровня достижений, что обеспечило репрезентативность данных для технико-тактических характеристик современного кикбоксинга. Основным методом исследования выступал педагогический анализ видеозаписей боёв с поударным хронометражем. На основании первичных протоколов были рассчитаны средние значения общего и результативного количества ударов за раунд для китайских и российских спортсменов.

Результаты исследования. Анализ данных таблицы 1 показал, что как для российских, так и для китайских кикбоксёров основу ударной деятельности составляют прямые и боковые удары руками. Наиболее часто применяемыми у спортсменов обеих стран являются левый прямой удар в голову, правый прямой удар в голову и левый боковой удар в голову. У китайских спортсменов левый прямой удар в голову характеризуется высокой интенсивностью и результативностью: в среднем за раунд наносится более тридцати восьми ударов, при этом значительная их часть доходит до

цели. У российских кикбоксёров суммарное количество левых прямых в голову ещё выше, однако удельная результативность несколько уступает китайским соперникам. Таблица 1 – Показатели соревновательной деятельности для ударов руками китайских и российских спортсменов

Вид удара		Весовая категория			
		Китайские спортсмены		Российские спортсмены	
		Всего среднее	Результативно среднее	Всего среднее	Результативно среднее
1.	Левый прямой	38.44	20.89	41.78	18.11
2.	Левый прямой в туловище	0.78	0.78	2.67	2.56
3.	Левый боковой	22.33	14.56	19.44	8.11
4.	Левый боковой в туловище	0.22	0.11	0	0
5.	Левый снизу	2.11	1.44	2.11	0.89
6.	Левый снизу в туловище	1.89	1.89	2.33	2.22
7.	Правый прямой	32.22	20.44	26.89	14.44
8.	Правый прямой в туловище	1.56	1.33	1.56	1.44
9.	Правый боковой	9.67	6.78	11.22	5.67
10.	Правый боковой в туловище	0	0	0.22	0.11
11.	Правый снизу	0.89	0.67	1.67	1.11
12.	Правый снизу в туловище	2.22	2.22	2.22	1.78
13.	Удар рукой с разворота	0.22	0.11	0.67	0.22
Итого		112.56	71.22	112.78	56.67

Аналогичная тенденция прослеживается и по правому прямому в голову: китайские спортсмены выполняют его реже, чем левый, но сохраняют высокую точность, тогда как у российских кикбоксёров суммарное количество правых прямых ниже, а результативность в расчёте на единицу времени уступает китайской сборной. Левый боковой удар в голову также относится к числу ведущих приёмов. Китайские кикбоксёры наносят его несколько чаще и точнее, однако различия не носят принципиального характера.

Прямые и боковые удары в туловище, как левой, так и правой рукой, применяются ограниченно. Удары снизу (апперкоты) в голову и туловище используются значительно реже, чем прямые и боковые удары, но при этом характеризуются высокой долей результативных действий: подавляющее большинство таких ударов у обоих контингентов доходит до цели. Специальный удар рукой с разворота (бэк-фист) в голову встречается эпизодически и не формирует значимой части общего объёма действий, однако, как и удары снизу, отличается высокой эффективностью при редком применении.

Согласно данным таблицы 2, в структуре ударов ногами доминируют удары в бедро, что характерно как для российских, так и для китайских кикбоксёров. При этом российские спортсмены наносят эти удары как с левой, так и с правой ноги заметно чаще китайских соперников, и значительная часть этих ударов достигает цели. Левый удар ногой в бедро у российских кикбоксёров превышает по частоте аналогичный показатель китайской сборной более чем в два раза, при этом доля результативных действий также выше. Правый удар ногой в бедро является одним из ключевых инструментов обоих контингентов, однако по объёму его применения российские спортсмены существенно превосходят китайских, сохраняя сопоставимый или более высокий уровень эффективности. Это позволяет рассматривать удары ногой в бедро, особенно правой, как базовый элемент технико-тактической характеристики современного российского кикбоксинга К-1.

Таблица 2 – Показатели количества ударов ногами у китайских и российских спортсменов

Вид удара		Весовая категория			
		Китайские спортсмены		Российские спортсмены	
		Всего среднее	Результативно среднее	Всего среднее	Результативно среднее
1.	Удар левой ногой в бедро	4.89	4	10.33	8.11
2.	Круговой удар левой ногой в туловище	11.67	9.67	3.89	3.11
3.	Круговой удар левой ногой в голову	2	1.22	0.44	0.22
4.	Удар правой ногой в бедро	12.89	10.89	19.22	15.00
5.	Круговой удар правой ногой в туловище	8.22	6.67	1.11	1.00
6.	Круговой удар правой ногой в голову	1.33	0.67	0.78	0.67
7.	Левый прямой удар ногой в туловище	3	2.33	1.56	1.11
8.	Левый прямой удар ногой в голову	0.11	0.11	0.33	0.22
9.	Правый прямой удар ногой в туловище	3.89	2.89	1.33	0.89
10.	Правый прямой удар ногой в голову	0.22	0.11	0	0
11.	Удар левой ногой в сторону в туловище	0.44	0.33	0	0
12.	Удар левой ногой в сторону в голову	0.11	0.11	0	0
13.	Удар правой ногой в сторону в туловище	0.44	0.44	0.11	0.11
14.	Удар правой ногой в сторону в голову	0	0	0	0
15.	Удар задней ногой с разворотом	0.33	0.22	0.78	0.67
16.	Боковой удар ногой в голову с обратной траекторией нанесения	0.33	0.33	0.44	0.11
Итого		49.89	40	40.33	31.22

Китайские кикбоксёры демонстрируют выраженное предпочтение левому круговому удару ногой в туловище, выполняя его многократно за раунд с высокой долей попаданий. Российские спортсмены используют этот приём реже, что отражает различие в технической основе подготовки: китайская школа, опираясь на ушу саньда, традиционно развивает широкий арсенал круговых ударов ногами в туловище и голову.

Круговой удар ногой в голову, как левый, так и правый, у спортсменов обеих стран встречается существенно реже, чем удары по туловищу и ногам, но демонстрирует относительно высокую результативность при ограниченной частоте применения. Прямые удары ногой (фронт-кики) используются преимущественно по туловищу и в меньшей степени в голову. Китайские кикбоксёры выполняют прямые удары ногой в туловище чаще и точнее, чем российские, что связано с традициями школы ушу. Прямые удары ногой в голову носят эпизодический характер и не влияют решающим образом на исход поединка.

Удары ногой в сторону и специальные приёмы, такие как удар сзади стоящей ногой с разворотом и боковой удар ногой в голову с обратной траекторией нанесения, фиксировались относительно редко. Китайские спортсмены несколько чаще

используют удары ногой в сторону как в туловище, так и в голову, тогда как у российских кикбоксёров эти удары встречаются единично. Удар сзади стоящей ногой с разворотом и боковой удар ногой в голову с обратной траекторией нанесения применялись представителями обеих стран эпизодически, служа скорее элементом тактического разнообразия.

Результаты, представленные в таблице 3, свидетельствуют о принципиальных различиях в использовании ударов коленями. Для российских кикбоксёров удары коленями, прежде всего в корпус, являются значимой частью арсенала, тогда как китайские спортсмены обращаются к ним существенно реже.

Таблица 3 – Показатели количества ударов коленом у китайских и российских спортсменов

Вид удары	Весовая категория			
	Китайские спортсмены		Российские спортсмены	
	Всего среднее	Результативно среднее	Всего среднее	Результативно среднее
Левым коленом в туловище	2.56	1.89	2.22	1.78
Левым коленом в голову	0.22	0.22	0.78	0.67
Правым коленом в туловище	2.33	1.78	7.33	5.67
Правым коленом в голову	0.44	0.33	0.33	0.11
Левым коленом в голову в прыжке	0	0	0.22	0
Правым коленом в голову в прыжке	0	0	0.33	0.22
Итого	5.56	4.22	11.22	8.44

Левый удар коленом в туловище у представителей обеих стран имеет сопоставимые средние значения по количеству и результативности, в обоих случаях большая часть ударов достигает цели. Однако правый удар коленом в туловище у российских кикбоксёров применяется значительно чаще, чем у китайских, при этом сохраняется высокая доля результативных действий. Фактически именно правое колено в туловище формирует основную массу ударной работы коленями у российских спортсменов.

Удары коленом в голову (как левым, так и правым) у обеих групп спортсменов встречаются редко. Китайские кикбоксёры демонстрируют единичные попытки, в большинстве случаев достигающие цели, тогда как у российских спортсменов объём таких ударов также невелик, а часть действий блокируется соперником. Удары в прыжке коленом в голову практически не используются китайской сборной и встречаются лишь эпизодически у российских кикбоксёров.

Выводы. Современный мужской кикбоксинг в дисциплине К-1 характеризуется доминированием прямых и боковых ударов руками в голову и ударов ногой в бедро, прежде всего правой ногой, тогда как удары снизу, высокие удары ногами и удары коленями применяются реже, но обладают высокой результативностью. Технический стиль китайских кикбоксёров базируется на традициях ушу саньда и отличается выраженным приоритетом техники ног, скоростно-координационных комбинаций и дистанционного контроля, при относительно меньшей частоте и мощности ударов руками и коленями в сравнении с российскими спортсменами. Российские кикбоксёры демонстрируют более разнообразный и сбалансированный технический арсенал: высокую плотность ударов руками, значительный объём ударов в бедро обеими ногами и активное использование ударов коленями, преимущественно в корпус, что свидетельствует о лучшей адаптации к требованиям профессионального К-1. Основной объём ударов ногами у спортсменов обеих стран составляет удар ногой в бедро, тогда как левый круговой удар ногой в туловище является

отличительной чертой стиля китайских кикбоксёров. Удары коленями играют ключевую роль в технической характеристике российских спортсменов и вспомогательную роль у китайских. Изучение показателей соревновательной деятельности (структуры и результативности ударов руками, ногами и коленями) должно рассматриваться как обязательный компонент научно обоснованной спортивной подготовки кикбоксёров высокого класса и использоваться для целенаправленного совершенствования технико-тактического мастерства.

Список литературы

1. Аварханов М. А. Показатели эффективности соревновательной деятельности в боксе с учетом различных формул ведения боя // Вестник спортивной науки. 2018. № 1. С. 68–71. EDN MGPPRJ.
2. Битюцких И. В., Сабирова И. А. Анализ соревновательной деятельности квалифицированных и высококвалифицированных спортсменов-кикбоксеров дисциплины K1. DOI 10.47438/1999-3455_2020_3_84 // Культура физическая и здоровье. 2020. № 3 (75). С. 84–86. EDN GWSWAX.
3. Дыров А. Подходы к повышению эффективности начального этапа многолетней подготовки спортсменов. DOI 10.47689/2181-1415-vol2-iss12/s-pp155-160 // Society and Innovations. 2022. Vol. 2, No. 12/S. P. 155–160. EDN RAQJLT.
4. Васильев Е. В., Колодезни Е. В., Колодезникова М. Г. Анализ соревновательной деятельности боксера высокой квалификации. DOI 10.14526/02_2018_303 // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2018. Т. 13, № 2. С. 18–23. EDN XSFJYD.
5. Еремин И. Г. Техничко-тактический арсенал боксеров с учетом весовых категорий. DOI 10.58224/2618-7175-2024-12-294-300 // Успехи гуманитарных наук. 2024. № 12. С. 294–300. EDN ACDEBG.
6. Горбачев С. С. Тестирование показателей специальной физической подготовленности у кикбоксеров высокой квалификации // Экстремальная деятельность человека. 2022. № 1 (63). С. 22–26. EDN ROBHP.
7. Соловьев П. Ю., Карпенко Д. Д. Статистический анализ ударных действий в современном поединке высококвалифицированных кикбоксеров // Физическое воспитание и спортивная тренировка. 2023. № 4 (46). С. 39–44. EDN CXTYGYR.
8. Анализ динамики изменения частоты сердечных сокращений в соревновательном поединке кикбоксеров дисциплины K1 / Битюцких И. В., Сабирова И. А., Федоров В. В., Сулейманов Н. Л. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 11 (201). С. 33–37. EDN UBCUWL.
9. Клещев В. Н. Показатели специальной физической подготовленности у кикбоксеров высокой квалификации в связи с особенностями манеры ведения боя // Экстремальная деятельность человека. 2022. № 1 (63). С. 3–7. EDN URTUHG.

References

1. Avakhanov M. A. (2018), "Indicators of the effectiveness of competitive activity in boxing, taking into account various combat formulas", *Bulletin of Sport Science*, No. 1, pp. 68–71.
2. Bityutskikh I. V., Sabirova I. A. (2020), "Analysis of the competitive activity of qualified and highly qualified kickboxers of the K1 discipline", *Physical Culture and Health*, No. 3 (75), pp. 84–86, DOI 10.47438/1999-3455_2020_3_84.
3. Dyrov A. (2022), "Approaches to improving the effectiveness of the initial stage of long-term training of athletes", *Society and Innovations*, Vol. 2, No. 12/S, pp. 155–160, DOI 10.47689/2181-1415-vol2-iss12/s-pp155-160.
4. Vasiliev E. V., Kolodezni E. V., Kolodeznikova M. G. (2018), "Analysis of the competitive activity of a highly qualified boxer", *Pedagogical, psychological and medical-biological problems of physical education and sports*, Vol. 13, No. 2, pp. 18–23, DOI 10.14526/02_2018_303.
5. Eremin I. G. (2024), "Technical and tactical arsenal of boxers taking into account weight categories", *Modern Humanities Success*, No. 12, pp. 294–300, DOI 10.58224/2618-7175-2024-12-294-300.
6. Gorbachev S. S. (2022), "Testing indicators of special physical fitness in highly qualified kickboxers", *Extreme human activity*, No. 1 (63), pp. 22–26.
7. Soloviev P. Yu., Karpenko D. D. (2023), "Statistical analysis of striking actions in a modern fight of highly qualified kickboxers", *Physical education and sports training*, No. 4 (46), pp. 39–44.
8. Bityutskikh I. V., Sabirova I. A., Fedorov V. V., Suleimanov N. L. (2021), "Analysis of the dynamics of changes in heart rate in a competitive bout of kickboxers of the K1 discipline", *Scientific Notes of P. F. Lesgaft University*, No. 11 (201), pp. 33–37.
9. Kleshchev V. N. (2022), "Indicators of special physical fitness in highly qualified kickboxers in connection with the peculiarities of their fighting style", *Extreme Human Activity*, No. 1 (63), pp. 3–7.

Информация об авторах: Горбачев С.С., заведующий кафедрой теории и методики бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова, ORCID: 0000-0003-2226-451X, Spin-код: 4129-3885.

Поступила в редакцию 06.02.2026.

Принята к публикации 27.02.2026.