

УДК 796.853.23

**ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ УНИВЕРСАЛЬНЫМ БОЕМ В ГРУППАХ  
НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ НА УСПЕШНОСТЬ ВЫСТУПЛЕНИЙ  
ДЗЮДОИСТОВ ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА В ТВЕРСКОЙ ОБЛАСТИ**

**Нуралиев Ботыр Кахраманович**

*Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург*

**Аннотация.** В статье приведен анализ результатов выступлений дзюдоистов в юношеском возрасте в зависимости от способа их тренировочного процесса в группах начальной подготовки. Проанализированы результаты выступлений лучших спортсменов-дзюдоистов Тверской области, а также статистика успешных выступлений спортсменов на чемпионатах и первенствах страны до и после существенных изменений в правилах дзюдо. Выявлена взаимосвязь между методом тренировочного процесса дзюдоистов и результативностью спортсменов. Один из таких методов, который заслуживает особого внимания, - это внедрение средств и методов отечественного вида спорта "универсальный бой" в тренировочный процесс юных дзюдоистов. Универсальный бой сочетает комплексную систему тренировок, направленную на всестороннее физическое развитие и объединяющую элементы различных видов боевых искусств. Данная система тренировки борцов выступает как средство физической и технической подготовки, позволяющее повысить результативность выступлений дзюдоистов юношеского возраста в Тверской области

**Ключевые слова:** начальная подготовка, единоборства, тренировочный процесс, универсальный бой, дзюдо.

**THE INFLUENCE OF TRAINING UNIVERSAL FIGHT IN INITIAL GROUPS  
ON THE SUCCESS OF PERFORMANCES OF YOUTH JUDOKAS IN THE  
TVER REGION**

**Nuraliev Botyr Kahramanovich**

*Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg*

**Abstract.** The article provides an analysis of the results of judokas' performances in adolescence depending on the method of their training process in initial training groups. The results of the performances of the best judo athletes of the Tver region, as well as statistics of successful performances of athletes at championships and national championships before and after significant changes in the rules of judo, are analyzed. The relationship between the method of the training process of judokas and the performance of athletes has been revealed. One of these methods, which deserves special attention, is the introduction of means and methods of the domestic sport "universal fight" into the training process of young judokas. Universal fight combines a comprehensive training system aimed at comprehensive physical development and combining elements of various types of martial arts. This system of training wrestlers acts as a means of physical and technical training, allowing to increase the performance of youth judokas in the Tver region.

**Keywords:** initial training, martial arts, training process, judo, universal fight, physical qualities.

**ВВЕДЕНИЕ.** Как показали результаты исследований, проведенных под руководством ученых Университета имени П.Ф. Лесгафта по изучению предпочтений молодежи в занятиях различными видами спорта, занятия единоборствами занимают большое место в системе предпочтений современной молодежи различных стран [1]. Этот факт имеет большое значение для подготовки будущих защитников Отечества, формирования у них воинской направленности и важных для физической и психологической подготовленности качеств и навыков единоборств [2, 3, 4].

Дзюдо в Тверской области является одним из самых популярных видов единоборств среди детей и подростков. С каждым годом увеличивается число занимающихся японским боевым искусством и количество спортивных школ. Наряду с положительными моментами в последние годы также выявлены проблемы, в первую очередь, связанные с результативностью выступления спортсменов на соревнованиях. Таковыми являются: несоответствие действующей системы подготовки спортивного резерва дзюдоистов в Тверской области требованиям эффективности; необходимость поиска новых инновационных методов и средств тренировочного процесса; достижение сохранения контингента занимающихся; адекватный перевод спортсменов с одного этапа на другой; улучшение физической и технической готовности спортсменов для успешного выступления на соревнованиях.

**РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ.** Анализ уровня результативности выступлений единоборцев позволил выделить школу борьбы «Олимп» как одну из ведущих в Верхневолжье. Действующая система подготовки борцов в данной школе существенно отличается от классических методов тренировки в Тверском регионе. Одной из особенностей является внедрение отечественного вида спорта «универсальный бой» в тренировочный процесс юных дзюдоистов. Спортсмены тренируются с учетом особенностей федеральных стандартов и учебных программ подготовки по видам спорта дзюдо и универсальный бой. Такое решение было обусловлено существенным видоизменением, как сути, так и содержания дзюдо, к которому привели постоянные изменения правил соревнований по этому виду спорта, в то время как универсальный бой сохранил большой арсенал и разнообразие технических действий.

Изучение специальной литературы и исследований в области единоборств показывает, что в современной теории спорта практически не рассматривается влияние средств и методов широкоспециализированного вида спорта «универсальный бой» на подготовку юных спортсменов в единоборствах. В связи с этим считаем целесообразно изучить прикладную значимость и влияние средств универсального боя на всестороннюю подготовку спортсменов в единоборствах.

Главным отличием универсального боя от других видов единоборств является его прикладная значимость в повседневной жизни, как для взрослых, так и для детей. Универсальный бой за счет многообразия средств тренировки способствует разносторонней физической подготовленности детей и соответствует педагогическому принципу всестороннего развития личности [5].

Проанализировав результаты выступлений лучших спортсменов-дзюдоистов СДЮСШ борьбы «Олимп» города Твери за последние 10 лет, можно прийти к выводу, что спортсмены, которые с детства выступали на соревнованиях по универсальному бою параллельно с основными стартами, в юношеском возрасте показывали хорошие результаты, как в дзюдо, так и в универсальном бое (табл. 1).

Для наглядной демонстрации влияния занятий универсальным боем в детском возрасте на результаты спортсменов-дзюдоистов в юношеском возрасте были проанализированы списки спортсменов Тверской области, попавших в национальную сборную команду России по дзюдо за последние 10 лет (табл. 2).

Данный диапазон выбран не случайно, т.к. именно с 2013 года под руководством Международной Федерации Дзюдо началось кардинальное «перестроение» вида спорта на более узкоспециализированный путём сокращения разрешённой техники, количества оценённых приемов, а также ужесточения системы наказаний и дисквалификаций.

Таблица 1 – Хронология лучших результатов у спортсменов (старших юношей) по дзюдо, занимавшихся универсальным боем

| ФИО              | Г.р. | Лучшие результаты выступления на соревнованиях среди юношей и взрослых                                                                        |                                                                                                                                                                      |
|------------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                  |      | Унифайт                                                                                                                                       | Дзюдо                                                                                                                                                                |
| Шпагин А.        | 1996 | Первенство мира до 18 лет (2013) – 1 место                                                                                                    | Первенство ЦФО до 18 лет – 3 место (2013)                                                                                                                            |
| Нуралиев Б.      | 1997 | Первенство мира до 16 лет (2011, 2012) – 1 место<br>Первенство мира до 18 лет (2013, 2014) – 1 место<br>Чемпионат мира – 1 место (2015, 2016) | Кубок Европы до 18 лет (2014) – 1 место.<br>Первенство России до 21 года (2016), до 23 лет (2018) – 3 место.<br>Кубок России (2018) – 3 место<br>ЕЮ – 2 место (2018) |
| Ангар Р.         | 1999 | Первенство России до 18 лет – 1 место (2015)                                                                                                  | Первенство России до 18 лет – 3 место (2016)                                                                                                                         |
| Красильникова У. | 2000 | Первенство Европы до 18 лет – 1 место. (2015)                                                                                                 | Первенство России до 18 лет (2016) – 2 место до 23 лет (2018) – 3 место                                                                                              |
| Виноградова В.   | 2000 | Первенство Европы до 18 лет – 1 место. (2015)                                                                                                 | Кубок Европы до 18 лет (2016) – 7 место<br>Первенство ЦФО (2020) – 2 место                                                                                           |
| Ежов С.          | 2001 | Первенство России до 16 лет – 1 место (2015)                                                                                                  | Финал спартакиады учащихся России – 5 место (2016)                                                                                                                   |
| Амазаспян Г.     | 2002 | Первенство России до 18 лет – 1 место (2018)                                                                                                  | ISF Combat Games 2 место (2019)                                                                                                                                      |
| Белорусов А.     | 2002 | Первенство России до 18 лет – 1 место (2018)                                                                                                  | ISF Combat Games 3 место (2019)                                                                                                                                      |
| Булгаков Д.      | 2003 | Первенство России до 18 лет – 1 место (2018)                                                                                                  | ISF Combat Games 2 место (2019)                                                                                                                                      |
| Петров Е.        | 2003 | Первенство России до 16 лет – 1 место (2017)                                                                                                  | Финал спартакиады учащихся России – 5 место (2019)                                                                                                                   |
| Кулев М.         | 2004 | Первенство России до 18 лет – 2 место (2019)                                                                                                  | Чемпионат России (ката) – 3 место (2022)                                                                                                                             |
| Неркаряян В.     | 2005 | Первенство России до 18 лет – 2 место (2021)                                                                                                  | Первенство России до 18 лет – 5 место (2021)                                                                                                                         |
| Козлова А.       | 2005 | Первенство России до 16 лет – 1 место (2020)                                                                                                  | Первенство России до 18 лет – 3 место (2021)                                                                                                                         |
| Шекерли С.       | 2005 | Первенство России до 18 лет – 3 место (2020)                                                                                                  | Первенство России до 18 лет (ката) – 1 место (2022)                                                                                                                  |
| Савинский П.     | 2006 | Первенство России до 18 лет – 1 место (2022)                                                                                                  | Финал спартакиады учащихся России – 3 место (2022)                                                                                                                   |
| Карпов Ф.        | 2006 | Первенство России до 18 лет – 1 место (2022)                                                                                                  | Финал спартакиады учащихся России – 3 место (2022)                                                                                                                   |
| Плетнёв З.       | 2006 | Первенство России до 18 лет – 2 место (2022)                                                                                                  | Первенство ЦФО до 18 лет – 1 место (2022)                                                                                                                            |
| Маслов А.        | 2006 | Первенство мира до 18 лет – 2 место (2022)                                                                                                    | Первенство России до 18 лет (ката) – 3 место (2022)                                                                                                                  |

В частности, выдающийся спортсмен Я. Ямасито сетует на то, что произошло сужение индивидуальных технических арсеналов дзюдоистов, что позволяет ему ставить под сомнение принадлежность дзюдо к боевому искусству [6]. Системное сокращение разрешённой техники приобрело ежегодный характер и продолжается по настоящее время.

Таблица 2 – Список спортсменов Тверской области, вошедших в сборную команду России по дзюдо различных возрастов с 2014 года

| ФИО                  | Год  | Сборные команды | Спортивная школа            | Тренер         |
|----------------------|------|-----------------|-----------------------------|----------------|
| Нуралиев Ботыр       | 2016 | До 21 года      | Олимп                       | Нуралиев К.К.  |
|                      | 2018 | До 23 лет       |                             |                |
| Ангар Руслан         | 2016 | До 18 лет       | Олимп                       | Нуралиев К.К.  |
| Красильникова Ульяна | 2016 | До 18 лет       | Олимп                       | Нуралиев К.К.  |
|                      | 2017 | До 18 лет       |                             |                |
|                      | 2018 | До 21 года      |                             |                |
|                      | 2019 | До 23 лет       |                             |                |
| Неркаряян Валерий    | 2021 | До 18 лет       | Олимп                       | Нуралиев К.К.  |
| Козлова Александра   | 2021 | До 18 лет       | Олимп                       | Нуралиев К.К.  |
| Савинский Павел      | 2022 | До 18 лет       | Олимп                       | Нуралиев К.К.  |
| Карпов Фёдор         | 2022 | До 18 лет       | Олимп                       | Нуралиев К.К.  |
| Бадурова Камила      | 2014 | До 20 лет       | СПОР по видам единоборств   | Каверзин П. И. |
| Баранова Евдокия     | 2016 | До 18 лет       | СДЮСШОР «Юность», г. Торжок | Воробьев Н. П. |
| Степанов Никита      | 2018 | До 18 лет       | СПОР по видам единоборств   | Бутко Э. В.    |

Для сравнения нами была проанализирована статистика успешных выступлений спортсменов Тверской области на чемпионатах и первенствах страны до существенных изменений в правилах дзюдо (табл. 3).

По данным таблиц 2 и 3 и графиков (рис. 1) видно, что спортсмены, которые с детства занимаются универсальным боем, попадали в сборные команды юношеских и юниорских возрастов намного чаще, чем спортсмены из всех школ дзюдо Тверской области после изменений правил вида спорта дзюдо.

Таблица 3 – Список спортсменов Тверской области, вошедших в сборные команды России по дзюдо различных возрастов в период 2003-2013 гг.

| ФИО               | Год  | Сборные команды | Спортивная школа            | Тренер         |
|-------------------|------|-----------------|-----------------------------|----------------|
| Нуралиев Темурбек | 2009 | До 17 лет       | Олимп                       | Нуралиев К.К.  |
|                   | 2011 | До 17 лет       |                             |                |
| Галиев Денис      | 2013 | До 20 лет       | Олимп                       | Нуралиев К.К.  |
| Амбарцумова Дайна | 2007 | До 17 лет       | СПОР по видам единоборств   | Каверзин П. И. |
|                   | 2010 | До 20 лет       |                             |                |
|                   | 2012 | Женщины         |                             |                |
|                   | 2013 | До 23 лет       |                             |                |
| Бобиков Роман     | 2011 | До 23 лет       | СПОР по видам единоборств   | Каверзин П. И. |
| Баранова Евгения  | 2010 | До 17 лет       | СДЮСШОР «Юность», г. Торжок | Петров С.Ю.    |
|                   | 2012 | Женщины         |                             |                |
| Баранова Ольга    | 2007 | До 17 лет       | СДЮСШОР «Юность», г. Торжок | Петров С.Ю.    |
|                   | 2010 | До 20 лет       |                             |                |
| Рыжова Юлия       | 2005 | До 17 лет       | Тверская федерация дзюдо    | Базаров Ю.Ч.   |



Рисунок 1 – Соотношение спортсменов Тверской области в составе сборной России по дзюдо, представляющих различные спортивные школы.

По результатам исследования можно сделать следующие **ВЫВОДЫ**:

- изменение правил вида спорта «дзюдо» сильно повлияло на результативность выступлений спортсменов Тверской области;
- спортивные школы Тверской области, перестроившие систему подготовки дзюдоистов на современную, узкоспециализированную, значительно ухудшили свои результаты;
- спортсмены Тверской области, которые с детства выступали в соревнованиях по универсальному бою параллельно с основными стартами, в дальнейшем показывали результаты значительно выше, чем дзюдоисты, специализирующиеся только в одном виде спорта;

• включение средств и методов вида спорта «универсальный бой» в спортивные тренировки помогает в решении не только специальных задач, но и оживить учебно-тренировочный процесс в дзюдо, выступает как средство физической и технической подготовки, как своеобразный метод, решающий воспитательные задачи, в том числе связанные с активизацией внимания и повышения эмоционального состояния тренирующихся, повышает интерес к тренировочным процессам и способствует сохранению спортивного контингента в школе.

#### СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Таймазов В. А., Ашкинази С. М., Обвинцев А. А. Об отношении молодежи к спортивным единоборствам и боевым искусствам и степени их популярности в ряде стран мира // Теория и практика физической культуры. 2016. № 2. С. 40–42.
2. Козак В. В., Ашкинази С. М. Рукопашный бой. Тула, 1992. 39 с.
3. Обвинцев А. А., Ашкинази С. М. Современные спортивные, прикладные единоборства и боевые искусства в системе подготовки военнослужащих и подразделений антитеррора // Спорт, Человек, Здоровье. VI Международный конгресс : материалы конгресса. Санкт-Петербург, 2013. С. 86–90.
4. Ашкинази С. М., Горелов А. А., Цед Н. Г., Поципун А. А. Обучение рукопашному бою в современных зарубежных армиях. Санкт-Петербург : Военный институт физической культуры, 1997. 38 с.
5. Нуралиев Б. К., Нуралиев Н. К., Ашкинази С. М. Особенности спортивной тренировки детей 10-11 лет в универсальном бое // Спорт, Человек, Здоровье : материалы X Международного Конгресса, посвященного 125-летию со дня создания ИГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 08–10 декабря 2021 года. Санкт-Петербург, 2021. С. 354–357.
6. Бгуашев А. Б., Клименко А. А. Критериальные показатели качества овладения юными дзюдоистами пространством технико-тактической деятельности // Вестник Майкопского государственного технологического университета. 2013. № 1. С. 39–45.

#### REFERENCES

1. Taymazov V. A., Ashkinazi S. M. and Obvintsev A. A. (2016), *Young people's attitude to combat sports and martial arts and their popularity in different countries*, Theory and Practice of Physical Culture, № 2, pp. 40–42.
2. Kozak V. V. (1992), *Hand to hand combat: educational manual*, Tula.
3. Obvintsev A. A. and Ashkinazi S. M. (2013), *Modern sport and applied combats and martial arts in the system of training of military men and antiterrorist units*, materials of the VI International Congress "SPORT, PEOPLE AND HEALTH", The Lesgaft National State University of Physical Education, Sports and Health, St.-Petersburg, pp. 86–90.
4. Ashkinazi S. M., Gorelov A. A., Tsed N. G. and Potsipun A. A. (1997), *Training in hand-to-hand combat in modern foreign armies: educational manual*, Military Institute of Physical Culture, St. Petersburg, 38 p.
5. Nuraliev B. K., Nuraliev N. K. and Ashkinazi S. M. (2021), *Features of universal fight sports training for children of 10-11 years old*, materials of the X International Congress "SPORT, PEOPLE AND HEALTH" December 08-10, 2021, St. Petersburg, pp. 354–357.
6. Bguashev A. B. and Klimenko A. A. (2013), *Criteria indicators of the quality of mastering the space of technical – tactical activities by young judoists*, Bulletin of the Maikop State Technological University, № 1, pp. 39–45.

Поступила в редакцию 25.12.2023.

Принята к публикации 18.01.2024