

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА
И ЗДОРОВЬЯ
ИМЕНИ П.Ф. ЛЕСГАФТА, САНКТ – ПЕТЕРБУРГ»

На правах рукописи

НЕЧАЕВА Елена Александровна

ПОДГОТОВКА ФЕХТОВАЛЬЩИЦ-САБЛИСТОК ВЫСОКОЙ
КВАЛИФИКАЦИИ К СПОРНЫМ СУДЕЙСКИМ РЕШЕНИЯМ В ПРОЦЕССЕ
СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ПОЕДИНКОВ

13.00.04 - Теория и методика физического воспитания, спортивной
тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

ДИССЕРТАЦИЯ

на соискание ученой степени кандидата педагогических наук

Научный руководитель:
кандидат педагогических наук,
доцент Шустиков Г.Б.

Санкт-Петербург – 2021

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1 ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ ПОВЫШЕНИЯ УСТОЙЧИВОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФЕХТОВАЛЬЩИЦ-САБЛИСТОК К СУДЕЙСКИМ ОШИБКАМ НА ОСНОВАНИИ ЛИТЕРАТУРНЫХ ДАННЫХ.....	11
1.1 Специфика технико-тактической деятельности в сабельном фехтовании.....	11
1.2 Средства и методы психологической подготовки в фехтовании.....	26
1.3 Устойчивость к соревновательным помехам в спорте.....	35
1.4 Использование специальных тренировочных средств для развития устойчивости спортсменок к соревновательным помехам.....	44
1.5 Особенности организации подготовки фехтовальщиц-саблисток для повышения их устойчивости к соревновательным помехам.....	56
Заключение по главе 1	66
ГЛАВА 2 МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ	69
2.1 Методы исследования.....	69
2.1.1 Метод анализа научной и методической литературы.....	69
2.1.2 Метод экспертных оценок и нотационной записи	70
2.1.3 Анкетирование	71
2.1.4 Исследование психомоторных качеств	72
2.1.5 Тестирование психологических качеств	72
2.1.6 Педагогический эксперимент	73
2.1.7 Методы математической статистики	76
2.2 Организация исследования	76
ГЛАВА 3 ИЗУЧЕНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ФЕХТОВАЛЬЩИЦ- САБЛИСТОК В СВЯЗИ С ВОЗМОЖНОСТЬЮ ПРИНЯТИЯ СПОРНЫХ СУДЕЙСКИХ РЕШЕНИЙ	80
3.1 Мнение специалистов по фехтованию относительно судейства	80

3.2 Особенности соревновательной деятельности фехтовальщиц на сабле высокой квалификации при различном судействе	87
3.3 Индивидуальные особенности результативности боевых действий фехтовальщиц на сабле высокой квалификации при различном судействе.	97
Заключение по главе 3	105
ГЛАВА 4 РЕЗУЛЬТАТЫ ПРИМЕНЕНИЯ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ МЕТОДИКИ ПОВЫШЕНИЯ УСТОЙЧИВОСТИ ФЕХТОВАЛЬЩИЦ-САБЛИСТОК К СПОРНЫМ СУДЕЙСКИМ РЕШЕНИЯМ.....	108
4.1 Экспериментальная методика применения специальных тренировочных средств для повышения устойчивости фехтовальщиц-саблисток к судейским ошибкам.....	108
4.2 Изменение параметров соревновательной деятельности фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в результате применения методики повышения их устойчивости к спорному судейству	133
4.3 Изменение психологических и психомоторных показателей фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в результате применения методики повышения их устойчивости к спорным судейским решениям.....	152
Заклучение по главе 4	154
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	157
ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.....	159
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	161
ПРИЛОЖЕНИЕ А. Анкета для тренеров и спортсменов по фехтованию	181
ПРИЛОЖЕНИЕ Б. Методика «психоэмоциональная устойчивость»	183
ПРИЛОЖЕНИЕ В. Методика «помехоустойчивость».....	185

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Сохранение и укрепление российским спортивным фехтованием ведущих позиций в мировом фехтовании было и остается важнейшей задачей, выполнение которой приобретает особую значимость в настоящее время, когда Международное Олимпийское движение в целом переживает кризис, а в отношении достижений российских спортсменов в олимпийских видах спорта предпринимаются попытки оспаривания престижности и заслуженности их успехов.

Высокая эффективность соревновательной деятельности фехтовальщиков находится в прямой зависимости от оптимизации различных компонентов проведения поединков. В связи с этим одной из важных задач научных исследований в этом направлении является поиск возможностей повышения устойчивости фехтовальщиков к воздействию различных негативных факторов в условиях соревнований, одним из которых является спорные решения в судействе.

Степень научной разработанности проблемы: во многих исследованиях, при рассмотрении вопросов, связанных с организацией спортивного судейства в целом, отмечается, что объективность судейства является важной стороной правильной организации соревновательного процесса, а судейские ошибки или необъективное судейство – серьезной психологической помехой для спортсмена; повышению объективности судейства был посвящен ряд научных исследований в разных видах спорта (*Авсенов Е.В. Ошибки гимнастов и судей // Гимнастика, 1982 №1 С.62-63 ; Ким Н. В. Подготовка высококвалифицированных судей по спортивной гимнастике : дис. ... канд. пед. наук. Санкт-Петербург, 2011. 125 с.; Терехина Р.Н. Проблемы судейства в спортивной гимнастике // Теория и практика физической культуры. 1997. № 11. С. 58-60; Курдюков А.Б. Построение процесса начальной профессиональной подготовки судей по волейболу: автореф. дис ...канд. пед. наук: 13.00.04. Кубанский ун-т физической культуры, спорта и туризма. Краснодар, 2004. 22с. и др.) в том числе – в различных единоборствах (*Коньков В. Субъективизм судейства в боксе // Бокс: ежегодник. М., 1977.**

С. 58-59; *Перевицкий И.С. Подготовка квалифицированных борцов греко-римского стиля с учетом субъективизма судейства: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Малаховка, 2007. 26 с.*; *Калимулин И.А. Методика объективизации судейства в боксе: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. СПб., 1995. 23 с.*; *Хайрулин А. Р. Комплексный подход к методике подготовки спортивных судей в единоборствах (на примере тхэквондо) : дис... канд. пед. наук: 13.00.04. СПб, 2008 250 с.*; *Дмитриев О.Б. Методика подготовки судей, тренеров и спортсменов по правилам и судейству с помощью мультимедиа системы «соревнования по каратэ» : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Ижевск, 2003. 23 с.*; *Маркелов Д.Н. Методика обучения судей в тхэквондо на основе автоматизированного информационного комплекса: дис ... канд. пед. наук: 13.00.04. Волгоград, 2010. 148 с.*), в том числе – в фехтовании (*Лалаян А.А., Авакян Э.О., Гаспарян Г.Г. Зависимость точности судейства по фехтованию от продолжительности работы судьи // Проблемы психологии спорта, 1960. № 1. С. 233-240*; *Остроухова А.А. Методические предпосылки к созданию комплексной методики подготовки судей по фехтованию // Материалы XII Всероссийской научно-практ. конф. «Научно-методические проблемы спортивного фехтования» / под ред А.И. Павлова. Смоленск: [б.и.], 2017. С. 145-147*; *Шустиков Г.Б., Бондарев И.В. Исследование боевых ситуаций в фехтовании на шпагах, представляющих сложность для принятия объективных судейских решений // Ученые записки ун-та им. П.Ф. Лесгафта 5(159) 2018 С. 321-324*). При этом большинство из перечисленных работ сосредоточивают внимание на качествах спортивных арбитров, влияющих на объективность судейства и оптимизацию процесса подготовки судей, на стилях судейства, причем лишь фрагментарно упоминаются судейские ошибки или необъективное судейство в числе факторов, препятствующих успешности соревновательной деятельности в том или ином виде спорта, а вопрос об учете в тренировочном или соревновательном процессе необходимости возможного ведения соревновательной борьбы спортсменами (спортсменками) в условиях возможных судейских ошибок не рассматривается. Лишь в наших работах (*Шустиков Г.Б., Молчан Ю.С., Нечаева Е.А. Особенности формирования помехоустойчивости фехтовальщиков высокой квалификации к необъективному судейству // Ученые записки ун-та им. П.Ф. Лесгафта №10(56) 2009. С.113-118*; *Шустиков Г.Б., Нечаева Е.А. Помехоустойчивость в фехтовании (тезисы) // Материалы итог. научно-практич. конф. НГУ им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург за 2011 год НГУ им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург. СПб., 2012. С.64*; *Шустиков Г.Б. Федоров В.Г., Нечаева Е.А. Психокоррекция готовности фехтовальщиков высокой квалификации к соревновательной деятельности*

(статья) // *Мат. XI Всероссийской научно-практ. конф. «Научно-мет. проблемы спорт. фехтования» / под общ. ред. А.И. Павлова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2016. С. 25 – 31; Шустиков Г.Б., Федоров В.Г., Нечаева Е.А. Повышение надежности средств ведения боя к ошибочным действиям судьи в фехтовании на саблях // Ученые записки ун-та им. П.Ф. Лесгафта. 2016. № 11(141). С. 259-264)* были сделаны первые шаги по изучению влияния необъективного судейства на соревновательную деятельность высококвалифицированных фехтовальщиков, позволившие обозначить как указанную проблему, так и возможные направления ее преодоления.

При этом, на наш взгляд, наиболее корректным термином по отношению к тем действиям судьи, которые вне зависимости от объективной правильности принятых решений вызвали несогласие одного (одной) из соревнующихся, является, предложенный нами, термин «спорные судейские решения», а соответствующий им тип судейства в рамках настоящего исследования трактовался, как «спорное судейство».

Проблемная ситуация заключается в противоречиях между:

- необходимостью повышения эффективности соревновательной деятельности в фехтовании, с одной стороны, и недостатком научной информации об объективных факторах, детерминирующих стабильность и успешность этой деятельности, с другой стороны;

- необходимостью совершенствования обеспечения готовности фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации к ведению соревновательных поединков, включая в том числе, - и в условиях возможно спорных судейских решений, с одной стороны, и отсутствием научных знаний о влиянии таких решений на ход соревновательного поединка, с другой стороны;

- необходимостью оптимизации тренировочного процесса фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации, с одной стороны, и отсутствием научно-обоснованного подхода к построению их подготовки с учетом необходимости вести бой в условиях спорного судейства, с другой стороны.

Объект исследования - тренировочная и соревновательная деятельность спортсменов высокой квалификации в фехтовании на саблях.

Предмет исследования - процесс реализации специальных тренировочных средств для повышения устойчивости высококвалифицированных фехтовальщиц-саблисток к спорному судейству.

Цель исследования - разработать методику применения специальных тренировочных средств, направленных на повышение устойчивости фехтовальщиц-саблисток к спорным судейским решениям.

Гипотеза исследования заключалась в предположении, что применение атакующих действий, завершающихся не только ударами, но и уколами с увеличением количества их использования, развитие способности к прогнозированию тактики соперника в схватках и поединках за счет тренировки альтернативных подготовительных действий и способов саморегуляции позволит повысить устойчивость к спорным судейским решениям в ходе соревновательных поединков фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации, что обеспечит рост результативности средств ведения фехтовального боя.

Достижение цели настоящего исследования предполагало постановку и последовательное решение следующих **задач**:

1. Определить влияние спорных судейских решений на эффективность соревновательной деятельности фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации.
2. Обосновать методику, направленную на повышение устойчивости высококвалифицированных фехтовальщиц-саблисток к спорному судейству.
3. Проверить эффективность применения специальных тренировочных средств, обеспечивающих повышение устойчивости спортсменок высокой квалификации к спорным судейским решениям в фехтовании на саблях.

Методы исследования: анализ научной и методической литературы, метод экспертных оценок и нотационной записи, анкетирование, исследование психомоторных качеств, тестирование, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Научная новизна определяется тем, что в теории и методике фехтования до настоящего времени проблема формирования устойчивости к действиям судьи оставалась недостаточно изученной специалистами:

выявлены специфические факторы, негативно влияющие на эффективность соревновательной деятельности саблисток высокой квалификации при спорном судействе, к которым относятся проявление характерной повышенной эмоциональной неуравновешенности, сужение репертуара технико-тактических действий, повышение объема атак при выраженном снижении их результативности и принятие ошибочных тактических решений;

определено влияние развития способности к саморегуляции при увеличении объемов применения уколов в атаках по моментным и количественным характеристикам и контратаках, повышение способности к прогнозированию тактики соперника для принятия правильных тактических решений способствуют повышению эффективности соревновательной деятельности;

установлено, что экспериментальная методика с применением комплекса специальных тренировочных средств позволила мобилизовать внутренние ресурсы фехтовальщиц-саблисток, обеспечить повышение объемов ответных и повторных атак при уменьшении объемов обоюдных атак, что проявилось в повышении результативности средств ведения боя.

Теоретическая значимость: на основе систематизации и обобщения теоретического и практического опыта, результаты настоящей работы можно использовать для развития теории и методики фехтования.

В ходе исследования:

- определено изменение соревновательной деятельности фехтовальщиц на сабле высокой квалификации в условиях спорного судейства;
- теория и методика подготовки фехтовальщиц на сабле высокой квалификации дополнена специальными средствами, способствующими

сохранению эффективности соревновательной деятельности в неблагоприятных условиях спорного судейства.

Практическая значимость: разработанная в результате анализа научно-методической литературы и обобщения опыта работы тренеров и эмпирического исследования, методика формирования устойчивости фехтовальщиц на сабле к действиям судьи позволит усовершенствовать тренировочный процесс в различных видах фехтования.

Положения, выносимые на защиту:

1. Для эффективного осуществления соревновательной деятельности фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в условиях спорных судейских решений необходимо комплексное применение специальных тренировочных упражнений в индивидуальных уроках и «контрах», развивающих способность к определению правильной тактики без сужения боевого репертуара, моделирование ситуаций спорного судейства в ходе боевых практик и овладение спортсменками средствами саморегуляции эмоционального состояния, что способствует повышению результативности соревновательных поединков.

2. Повышение результативности средств ведения боя в фехтовании на саблях высококвалифицированными спортсменками в условиях спорных судейских решений достигается применением уколов вместо ударов при возникновении «передержки» руки, приводящей к проигрышу схватки, а также способствует удлинению атаки на завершающей фазе и является неожиданным дистанционным моментом для соперника, усложняющим его защиту при облегчающей визуализации судьей тактической правоты в атаках и контратаках.

Теоретико-методологическую основу исследования составляют: методологические принципы системного подхода (*П.К. Анохин, М.С. Каган*), общая теория спортивной подготовки (*Л.П. Матвеев, В.Н. Платонов, Н.Г. Озолин, Ю.Ф. Курамышин*), теория и методика технико-тактической подготовки в единоборствах (*А.А. Алиханов, А.В. Родионов, В.С. Келлер*), теория и методика фехтования (*К.Т. Булочко, В.А. Аркадьев, В.А. Андриевский, Д.А. Тышлер*), теория и методика формирования

устойчивости к различным помехам в тренировочной деятельности (состояния боевой готовности) (Е.П. Ильин, А.Ц. Пуни, А.В. Родионов, Г.Д. Горбунов).

Обоснованность и достоверность результатов исследования обеспечивается разносторонностью рассмотрения проблемы исследования, взаимосвязью исследования с другими опытно-экспериментальными разработками, проводимыми на кафедре теории и методики фехтования НГУ им П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, репрезентативностью выборок исследуемых спортсменов, в которые входили в том числе ведущие спортсменки мирового рейтинга, продолжительностью проводимых педагогических экспериментов, применением методов математической статистики при интерпретации и оценке результатов исследования.

Личный вклад автора заключается в выборе темы исследования, формулировке его цели и задач, подборе методов решения поставленных задач, разработке экспериментальной методики тренировки высококвалифицированных фехтовальщиц-саблисток включая проведение занятий и инструктаж других тренеров, участии в работе экспертных групп по анализу соревновательной деятельности, а также в непосредственной подготовке текста диссертации и других публикаций.

Апробация и внедрение результатов диссертационного исследования. Результаты исследования апробированы и внедрены в тренировочную практику на кафедре теории и методики фехтования НГУ им П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, а также в процесс подготовки фехтовальщиков ШОР Выборгского района Санкт-Петербурга.

Структура работы и объем диссертации:

Работа состоит из введения, четырех глав, заключения, практических рекомендаций, списка литературы (195 источников, из них 6 – на иностранных языках) и 3 приложений. Диссертация изложена на 185 страницах компьютерного текста, содержит 23 таблицы, 31 рисунок.

ГЛАВА 1 ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ ПОВЫШЕНИЯ УСТОЙЧИВОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФЕХТОВАЛЬЩИЦ-САБЛИСТОК К СУДЕЙСКИМ ОШИБКАМ НА ОСНОВАНИИ ЛИТЕРАТУРНЫХ ДАННЫХ

1.1 Специфика технико-тактической деятельности в сабельном фехтовании

В числе требований, предъявляемых соревновательной деятельностью спортсменам существенное значение имеет устойчивость к внешним (не относящимся собственно к соревновательной деятельности) воздействиям. И особенно велика необходимость в этом качестве на высоком уровне спортивного мастерства.

Говоря о спортивном мастерстве в фехтовании, следует отметить, что деятельность фехтовальщиков описана в трудах ряда отечественных (*Андриевский В. А. Методика обучения фехтованию и пути совершенствования спортивного мастерства фехтовальщиков: автореф. дис. ... канд. пед. наук; [Гос. центр, ордена Ленина ин-т физ. культуры]. М., 1954. 15 с.; Аркадьев В.А. Ступени мастерства фехтовальщика. М., 1975. С. 6-96; Булочко К.Т. Фехтование: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1967. 430 с.; Келлер В.С. Построение и управление подготовкой высококвалифицированных фехтовальщиков. М.: 1985. С. 9-12; Тышлер Д.А., Мовшович А.Д., Тышлер Г.Д. Многолетняя тренировка юных фехтовальщиков: учеб. пособие. М.: Деловая лига, 2002. 254 с.) и зарубежных авторов (*Barth В. Charakteristik und Entwicklund von Strategie und Taktik // Trainingswissenschaft. Berlin: Sportverlag. 1994. P. 93–120; Bednarski J. Warm up right and win / J. Bednarski //American fencing. 1993. P. 29–32; Kogler A. Planning to win: designing, recording and evaluating your fencing training program Chicago: Counter-Parry Press, 1993. 68 p.; Martiniac A. Kevey und Seine Fechtschule. Gzaz: Sportin, 1993. 143 p.; Smith, J.E. Foil Fencing. The techniques and tactics of modern foil fencing. Chichester: Summers's dale Publishers Ltd, 2003. 176 p.)**

Специфика сабельного фехтования, как это подчеркивается в работах Д.А. Тышлера (*Тышлер Д.А. Тренировка фехтовальщика на саблях. М.: Физкультура и спорт, 1961. 214 с.; Тышлер Д.А. Фехтование на саблях. М.: Физкультура и спорт, 1981. 128 с.; Тышлер, Д.А. Спортивное фехтование: учеб. пособие. М.: Физкультура, образование и наука, 1997.*

371 с. и др.), определяется в первую очередь спецификой оружия и Правилами соревнований.

Правила соревнований задают форму, размер и вес оружия, а также способы поражения противника, разрешенную поражаемую поверхность, наконец, определяют такую категорию, как тактическая правота боевых действий, все это в своей совокупности детерминирует технику сабельного фехтования (в которой принято выделять несколько основных разновидностей боевых действий - атаки, защиты, ответы, встречные нападения и др.), а также способы применения этих действий в соревновательных поединках, т.е. тактические умения спортсмена (Аркадьев В. А. *Тактика в фехтовании*. М.: Физкультура и спорт, 1969. 181 с.; Тышлер Д.А. *Тренировка фехтовальщика на саблях*. М.: Физкультура и спорт, 1961. 214 с.; Тышлер Д.А. *Фехтование на саблях*. М.: Физкультура и спорт, 1981. 128 с.).

Помимо специфических особенностей, существуют и общие черты, закономерности, которые объединяют фехтование на саблях с другими видами фехтования (Аграновский М. А. *Фехтование на эспадронах*. Харьков: Б. И., 1939. 88 с.; Базаревич В. Я. *Судейство соревнований по фехтованию*. М.: Физкультура и спорт, 1973. 112 с.; Келлер В. С., Тышлер Д. А. *Фехтование на саблях* / В кн.: *Фехтование: учебник для интов физкультуры* / под общ. ред. Д. А. Тышлера. М.: Физкультура и спорт, 1978. С. 107 – 134; Пономарев А. Н. Сайчук Л. В. *Фехтование на шпагах*. М.: Физкультура и спорт, 1970. 152 с.; Тышлер Д.А. *Тренировка фехтовальщика на саблях*. М.: Физкультура и спорт, 1961. 214 с.; Тышлер Д.А. *Фехтование на саблях*. М.: Физкультура и спорт, 1981. 128 с.). При этом практически идентична методика тренировки включая ее физический и технико-тактический компоненты (Андреевский В. А. *Методика обучения фехтованию и пути совершенствования спортивного мастерства фехтовальщиков: автореф. дис. ... канд. пед. наук*. М., 1954. 15 с.; Аркадьев В. А., Хозиков Ю. Т. *Фехтование: индивидуальный урок*. М.: Советская Россия, 1962. 183 с.; Мидлер М. П., Тышлер Д. А. *Тренировка в фехтовании на рапирах*. М.: Физкультура и спорт, 1966. 196 с.; Пономарев А. Н. *Специальные упражнения в групповом уроке по фехтованию* / В кн.: *Фехтование: Сб. статей*. М.: Физкультура и спорт, 1968. С. 41-62.; Анок М. *Тактическая подготовка фехтовальщика* // *Информационно-методический бюллетень по фехтованию*. ВНИИФК, 1970, №2, с. 37; Смоляков Ю. Т., Тышлер Д. А. *Тренировка фехтовальщиков на шпагах*. Минск: Высшая школа, 1976. 144 с.).

Д.А. Тышлер, Г.Д. Тышлер, П.А. Ренский (*Фехтование на саблях / В кн. Спортивное фехтование : учебник для ВУЗов физической культуры / под ред. Д.А. Тышлера М. : Физкультура, образование и наука, 1997. с.126-149*) отмечают основные изменения правил ведения сабельных поединков, происходящие начиная с 1980-х годов, к числу основных из которых относятся запрещение «стрелы» и бега вперед, уменьшение размеров фехтовальной дорожки, ликвидация остановки боя для предупреждения спортсмена о приближении к линии «границы».

Одна из первых попыток анализа и обобщения тенденций современного сабельного фехтования была предпринята З.Чайковским (*Застой в развитии фехтования на саблях / В кн.: Информационно-методический бюллетень. М. : ВНИИФК, 1973, № 12, с.73-92*), который выделяет следующие характерные черты этого вида фехтования: широкая представленность в рисунке боя обоюдных атак и необоснованных контратак, распространенность уходов от атак противника, недостаток точности движений оружием, практически полное отсутствие защитных действий, возможность проявлений грубости и недостаточного сосредоточения в ходе соревновательной деятельности, увлечение соперников рискованными действиями.

Еще в 70-х, 80-х годах XX века целой группой отечественных специалистов (*Тышлер Д.А. Исследование боевой деятельности фехтовальщиков на саблях высшей квалификации и методов их тренировки: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 1974. 36 с.; Смоляков Ю.Т., Тышлер Д.А. Тренировка фехтовальщиков на шпагах. Минск: Высшая школа, 1976. 144 с.; Келлер В.С., Тышлер Д.А. Фехтование на саблях / В кн.: Фехтование: учебник для ин-тов физкультуры / под общ. ред. Д.А.Тышлера. М.: Физкультура и спорт, 1978, С. 107-134; Тышлер Д.А. Фехтование на саблях. М.: Физкультура и спорт, 1981. 128 с.*) на основе проведенных исследований были выделены особенности сабельного фехтования, которые можно считать актуальными и по сей день и которые заключаются в превалировании в этом виде единоборства атак, особенно простых и с финтами, которые используются значительно чаще чем другие средства ведения боя.

В этих и ряде других исследований отмечается, что преимущественность применения атак обусловлено относительно большой площадью поражаемой

поверхности, возможностью (в отличие от других видов фехтования) двух способов поражения противника - удара и укола, наличием понятия тактической правоты атак и ответов при одновременном нанесении ударов (уколов), наконец, - полувертикальным положением клинка, за счет чего удары могут быть нанесены в различных плоскостях (Смоляков Ю.Т., Тышлер Д.А. *Тренировка фехтовальщиков на шпагах. Минск: Высшая школа, 1976. 144 с.; Келлер В.С., Тышлер Д.А. Фехтование на саблях / В кн.: Фехтование: учебник для ин-тов физкультуры / под общ. ред. Д.А.Тышлера. М.: Физкультура и спорт, 1978. С. 107-134; Тышлер Д.А. Фехтование на саблях. М.: Физкультура и спорт, 1981. 128 с.*).

Существенной особенностью атакующих действий в сабельном фехтовании, по мнению Д.А. Тышлера (Фехтование на саблях. М.: Физкультура и спорт, 1981. С. 22), является "возможность варьировать их разновидностями, сочетать приемы нападения в комбинации любой глубины, а также изменять завершающую часть нападения в процессе действия".

Д.А. Тышлер (Там же с.23) отмечает, что в сабельном фехтовании при использовании таких средств нападения, как повторные атаки и атаки на подготовку, необходима высокая согласованность движений оружием и передвижений, а также пространственно-временная точность действий, при высоком соотношении дистанционных и моментных характеристик проведения атак действиям противника.

Из числа нападений, две трети приходится на средства противодействия контратакам трех разновидностей – простые атаки, атаки с действием на оружие, а также - атаки с переключением к парированию контратаки защитой (Тышлер Д.А. *Фехтование на саблях. М.: Физкультура и спорт, 1981. 128 с.*). Причем, по данным указанного автора, наивысшей результативностью среди них выделяются атаки простые (67,5%) и с действием на оружие (72,9%). Полученные Д.А. Тышлером (Тышлер Д.А. *Фехтование на саблях. М.: Физкультура и спорт, 1981. 128 с.*) данные соответствуют данным более ранних исследований М.А. Аграновского (*Фехтование на эспадронах. Харьков, 1939. 88 с.*), В.А. Аркадьева (*Фехтование на рапирах. М.: Физкультура и спорт, 1956. 162 с.*), З. Сикоры (*Тенденции развития мирового*

фехтования в свете наблюдений за чемпионатом мира среди юниоров (Мадрид, 1978) / В кн.: Информационно-методический бюллетень. М.: ВНИИФК, 1979. с.10-16) и др.

Относительно средств противодействия атакам В.С. Келлер, В.А. Тышлер (*Фехтование на саблях. В кн.: Фехтование: учебник для ин-тов физкультуры. / под общ.ред. Д.А.Тышлера. М.: Физкультура и спорт, 1978. С. 107-134*), Аркадьев В.А. (*Ступени мастерства фехтовальщика. М. 1975. С. 6-96*) Тышлер Д.А. (*Фехтование на саблях. М.: Физкультура и спорт, 1981. 128 с.*) отмечают, что среди этих технических действий более всего распространены контратаки, особенно - ударом по руке снаружи или по маске, поскольку эти сектора наиболее уязвимы, а указанные виды контратак проще для выполнения по сравнению с защитами оружием.

В то же время, применение защит оружием в сабельном фехтовании требует высокого уровня автоматизированности двигательных навыков, в комплексе с быстротой и точностью реакций, а также – чувством дистанции (*Тышлер Д.А., Фехтование на саблях. М.: Физкультура и спорт, 1981. 128 с.*).

Специфична в сабельном фехтовании такая тактическая категория, как внезапность нападения (*Тышлер Д.А., Фехтование на саблях. - М.: Физкультура и спорт, 1981. 128 с.*). Если ранее внезапность нападений считалась важнейшим фактором успеха, то с течением времени внимание специалистов все более становилось направленным на неожиданность для противника количественных и временных характеристик технических действий при подготовке и выполнении атак, что приводит к значительному распространению использования атак преднамеренно-экспромтного характера.

Подготавливающие действия, используемые в поединках на саблях, имеют также свои особенности (*Ренский П.А., Тышлер Д.А. Исследование подготавливающих действий у фехтовальщиков на саблях высшей квалификации / В кн.: Тезисы юбилейн. республ. науч.-методич. конф., посвященной 30-летию спортивного фехтования в Армении (Ереван, 9-10 декабря 1975). Ереван, 1975. С. 27-29*).

Они состоят, прежде всего, в уменьшении объема подготавливающих действий за счет увеличения объемов обоюдных атак и глубокого маневрирования. Из всех средств подготовки, глубокое маневрирование без

задачи вступить в единоборство клинками имеет наибольший объем (*Тышлер Д.А. Фехтование на саблях. М.: Физкультура и спорт, 1981. 128 с.*).

В плане тактики ведения поединка в сабельном фехтовании основным является стремление к началу атаки с опережением действий противника. При этом, в сабельном фехтовании у наиболее квалифицированных саблистов и саблисток имеются индивидуальные особенности в применении различных средств нападения и обороны, а также в маневрировании, использовании различных боевых дистанций, средств подготовки и др. (*Турецкий Б.В. Совершенствование тактической подготовки фехтовальщиков в связи с индивидуальным стилем принятия решения в боевых взаимодействиях: автореф. дис ... канд. пед. наук. М., 1981. 24 с.; Тышлер Д.А. Исследование боевой деятельности фехтовальщиков на саблях высшей квалификации и методов их тренировки: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 1974. 36 с.*).

Интересны данные о технико-тактических характеристиках, применяемых в сабельном фехтовании типовых действий. Первый подробный их анализ был проведен в 60-х годах XX века, а углублен в 80-х годах. По полученным результатам, атаки в боях на саблях - действия в основном преднамеренные и преднамеренно-экспромтные, стартовые фазы – это, как правило, простые атаки, которые носят обусловленный характер (основаны на простых реагированиях) или завершаются переключением. Если применяются атаки с финтами, то при этом производится выбор открывающегося сектора для нанесения укола (удара).

Применение преднамеренно-экспромтных атак находится в пределах от 50% до 90%. Защиты с выбором стороны отражения атак (ответов) столь же широко представлены, как и обусловленные защиты.

Противодействия атакам встречаются как преднамеренные, так и экспромтные. 50% контратак относятся к обусловленным и экспромтным действиям. Ответы чаще всего являются обусловленными. Противодействия атакам являются как преднамеренными, так и экспромтными. При этом, половина контратак характеризуется как обусловленные и экспромтные действия, а ответы чаще всего бывают обусловленные (*Беляков Б. И. О технике атак с обманом в фехтовании на саблях // Труды Смоленского ин-та физкультуры. Смоленск,*

1959. вып. III. С. 329-339; Ренский П.А. *Тактическое совершенствование фехтовальщиков на саблях высшей квалификации с учетом ситуационных разновидностей соревновательной деятельности: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 1984. 22 с.*; Тышлер Д. А. *Исследование боевой деятельности фехтовальщиков на саблях высшей квалификации и методов их тренировки: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 1974. 35с.*; Войтов В. Г. *Методика технико-тактической подготовки на этапе углубленной специализации в фехтовании на саблях: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 1984. 21 с.*).

Высококвалифицированные фехтовальщики и фехтовальщицы, как правило, владеют всеми разновидностями технико-тактических действий. В их составе помимо атак, контратак, защит с ответом, повторных ударов, контрзащит с контрответом, имеют место переключения от защит к контратакам и переключения от атак и контрзащит к повторным ударам, причем оборонительные действия в основном, проводятся экспромтно (*Войтов В. Г. Методика технико-тактической подготовки на этапе углубленной специализации в фехтовании на саблях: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 1984. 21 с.*; Тышлер Д.А. *Фехтование на саблях. Техника. Тактика. Обучение. Тренировка. М.: Академический Проект, 2007. 180 с.*).

Квалифицированные фехтовальщики и фехтовальщицы отличаются индивидуальными склонностями к овладению отдельными специализированными движениями и их применению в условиях соревновательного боя при реализации различных тактических намерений, разносторонностью оснащённости боевыми действиями и количеством вариантов подготовки и применения атак и противодействий атакам (*Тышлер Г.Д. Совершенствование приемов нападения и маневрирования в фехтовании на саблях у спортсменов высшей квалификации. М., 1986. 14 с.*)

Как уже отмечалось, содержание боевой деятельности в сабельном фехтовании на протяжении всей истории этого вида спорта было тесно связано с правилами соревнований. Так введение в технологию судейства правила о «розыгрыше приоритета атаки», который жребием отдавался поочередно одному из участников схватки после трехкратного повторения обоюдных атак изменило

как течение самих схваток, так и содержание технико-тактического совершенствования.

После указанных изменений в правилах, для сохранения достигнутого уровня квалификации спортсменам-саблистам потребовалось сбалансированное владение как наступательными, так и оборонительными действиями, наиболее сложными среди которых являются противодействия атакам в ситуациях «приоритета противника» (Ренский П.А. *Тактическое совершенствование фехтовальщиков на саблях высшей квалификации с учетом ситуационных разновидностей соревновательной деятельности: автореф. дис. ... канд пед. наук. М., 1984. 22 с.*).

Регулярное проведение боев на международных турнирах с применением системы электрофиксации ударов (уколов) началось в 90-е годы XX века. Это привело к необходимости приспособления спортсменов и спортсменок к новизне в экипировке, клинках, гарде, технике нанесения ударов (уколов), а также к более объективной оценке результативности действий помимо визуального их контроля. В результате произошли изменения в содержании боевой деятельности, как проявления технико-тактической подготовленности спортсменов.

В результате, в боях на электросаблях, достоверно изменились соотношения между способами противодействия атакам, в частности - увеличилось применение контратак и облегчилось достижение результативности повторных ударов.

Наиболее существенным изменением является появление у спортсменов установок на проведение боевых действий (не только атак, но и контратак), прежде всего с облегченными требованиями к точности нанесения удара (укола).

Анализ особенностей применения типовых атак и противодействий атакам (ответам) показывает увеличение у спортсменов сбалансированности объемов выполнения атак простых и атак с финтами, а также - значимости контратак уколом. Кроме того, произошло приспособление спортсменов к изменениям в правилах соревнований об использовании фехтовальной дорожки, ликвидировавших линии предупреждения о «границе» (Тышлер Г.Д.

Совершенствование приемов нападения и маневрирования в фехтовании на саблях у спортсменов высшей квалификации. М., 1986. 14 с.).

Современной тенденцией развития сабельного фехтования стало повышение значимости оборонительной тактики, что приводит к росту разнообразия, как избранных оборонительных действий, так и дистанционных и моментных различий использования средств защиты (*Шамис В.В. Объективизация критериев оценки эффективности действий фехтовальщиков на саблях в соревнованиях: дис. ... канд. пед. наук. М., 2013. 139 с.).*

Со времени введения в практику судейства электрофиксации ударов (уколов) (*Фехтование. Правила соревнований. М.: Физкультура и спорт, 76 с.; Фехтование. Правила соревнований. М.: Физкультура и спорт, 1975. 105 с.)* в деятельности спортсменов установились условия единого «ситуационного поля», а реализация технико-тактических закономерностей противоборства, которые сформировались ранее в течение нескольких десятилетий, значительно облегчилась за счет объективизации оценок результативности ударов (*Сайчук Л. В. Изменения в фехтовании в связи с введением электрифицированного оружия // Теория и практика физической культуры. 1960. вып. 3. С. 177).*

В боевой деятельности при применении электросаблей сохранилась скоротечность в подготовке и применении боевых действий. Изменения же коснулись, прежде всего, увеличения объемов ударов по вооруженной руке в атаках, которые не засчитывались ранее, поскольку визуально не фиксировались судьями.

Кроме того, шире стали применяться повторные удары после неудавшегося ответа (контратаки), а также уколы с оппозицией, которые раньше не использовались в боях на саблях (*Хархалуп В. С. Экспериментальное изучение роли оперативно-тактических установок фехтовальщика-саблиста в управлении атакующими действиями: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М. 1976. 25 с.).*

Также изменилась и техника нанесения ударов за счет дифференцирования усилий кисти и пальцев в завершающей их стадии (поскольку для фиксации аппаратом стали необходимы инерционные усилия), в особенности в атаках ударом в открывающийся сектор, а также в атаках с серией финтов.

Необходимо отметить также изменения в технике сабельного фехтования, обусловленные запрещением передвижений со скрещиванием ног и применением «стрелы».

«Стрела» (беговая и прыжковая) заменялась серией выпадов или комбинаций - «скачок вперед и выпад, и повторный выпад». Как результат, снизилось применение атак, и возросла эффективность противодействий атакам, также снизилось общее число передвижений участников по полю боя (Тышлер Г. Д. *Фехтование на электросаблях. Техничко-тактические характеристики и особенности тренировки: метод, разработ. для студентов, слушателей ВШТ и факультета повышения квалификации ГЦОЛИФКа, 1992. 19 с.; Тышлер Г. Д. Основы современной методики обучения спортивному фехтованию // Научно-педагогические проблемы спортивного фехтования: материалы Всерос. науч.-практ. конф. : сб. ст. / под общ. ред. А. И. Павлова Смоленск, 2005. С. 29-34.)*

У некоторых спортсменов возникали трудности в координировании движений ног и вооруженной руки при выдвигании клинка к поражаемой поверхности противника. В отдельных схватках появлялись «замахи», «задержки» движения вооруженной руки и сабли к туловищу, что позволяло арбитрам в соответствии с правилами (*Правила организации и проведения соревнований по спортивному фехтованию Российской Федерации / под общ. ред. А.И. Павлова. М., 2007. 128 с.*) лишать спортсмена, начавшего наступление, «права атаки» и передавать преимущество в схватках «встречным» ударам.

Для противодействия указанным тенденциям, специалистами (прежде всего отечественными) были разработаны новые виды комбинаций атакующих действий и передвижений.

Важным для исследуемой в рамках настоящей работы проблемы, представляется также внесение изменений в Правила соревнований, касающихся введения оценки в соревновательных действиях временных различий в ситуациях, одновременного нанесения ударов (уколов) обоими спортсменами с помощью объективного временного критерия. Подобный критерий был выбран в пределах 120 миллисекунд, и позволил блокировать в аппарате-

электрофиксаторе «запоздавший» удар (укол), изменения были введены на мировом первенстве 2005 года.

Исследования, проведенные на последующих мировых первенствах и других крупнейших соревнованиях, показали, что количество поединков с одновременными зафиксированными ударами (уколами) уменьшилось, что само по себе позволяет говорить о росте объективности судейства в сабельном фехтовании.

В некоторых из наших работ был проведен анализ основных средств ведения боя в сабельном фехтовании, а также основных средств и методов их совершенствования, актуальных на современном этапе развития этого спорта (Шустиков Г.Б., Деев А.В., Нечаева Е.А. *Специфика средств ведения фехтовального боя фехтовальщиками-саблистами высокой квалификации // Материалы итог. научно-практич. конференции НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург за 2017 г. НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. СПб., 2018.; Шустиков Г.Б., Федоров В.Г., Деев А.В., Нечаева Е.А. Педагогический анализ состава и результативности средств ведения фехтовального боя саблистами в процессе соревновательных турниров // Ученые записки ун-та им. П.Ф. Лесгафта. 2018. № 2 (156); Шустиков Г.Б., Федоров В.Г., Деев А.В., Нечаева Е.А. Теория и практика спортивного фехтования: учебное пособие. М.: Спорт, 2016, 192 с.)*

Таким образом, сабельному фехтованию присущи особенности соревновательной деятельности, которые обусловлены, правилами соревнований, особенностями оружия, сложившейся практикой подготовки к боевой деятельности и тренировочного процесса в целом.

Если рассматривать соревновательную деятельность в сабельном фехтовании в плане возможности достижения в ней успеха, необходимо подчеркнуть, что этот успех достижим лишь с помощью совершенствования технико-тактического мастерства соревнующихся.

Как отмечают многие авторы, технико-тактическое мастерство спортсменов имеет ключевое значение для успешности в соревновательной деятельности (Гышлер Д.А., Мовшович А.Д. *Двигательная подготовка М.: Академический Проспект, 2007. 153 с.*).

Обобщая работы многих специалистов (*Совершенствование технического мастерства спортсменов / под ред. В.М. Дьячкова и др. М.: Физкультура и спорт. 1972. 240 с.; Донской Д. Д, Биомеханика с основами спортивной техники: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1971. 287 с.; Зацюрский В. М. Физические качества спортсмена. М.: Физкультура и спорт. 1979.; Платонов В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов М.: Физкультура и спорт, 1986. 286 с.; Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. М.: Физкультура и спорт., 1991. 480 с.) можно сказать, что техника физических упражнений понимается:*

- во-первых, как наиболее целесообразный и эффективный способ выполнения двигательных действий;
- во-вторых, как определенный уровень совершенства двигательной подготовленности спортсмена;
- в-третьих, как выполнение двигательной деятельности при оптимальном проявлении волевых и мышечных усилий с соблюдением необходимого ритма, направленное на достижение необходимого эффекта в упражнениях.

Эффективность техники является характеристикой качества владения этой техникой. Для оценки эффективности Д.Д. Донской и В.М. Зацюрский (*Донской Д.Д., Зацюрский В.М. Биомеханика. М.: Физкультура и спорт. 1979. 264 с.*) предлагают три критерия:

- критерий абсолютной эффективности - близость техники к образцовому (с биомеханической, физиологической, психологической и эстетической) точки зрения;
- критерий сравнительной эффективности – близость техники к эталонному, образцовому исполнению (наиболее высококвалифицированным спортсменом);
- критерий реализационной эффективности – близость результата, полученного спортсменом при выполнении оцениваемой техники либо с потенциально возможным для него результатом, либо с произведенными им при этом затратами энергии и сил.

В свою очередь, степень освоенности техники может характеризоваться:

- 1) стабильностью спортивного результата (а также некоторых

двигательных характеристик) при выполнении оцениваемой техники в стандартных условиях;

2) степенью изменения результата при выполнении оцениваемой техники в меняющихся условиях;

3) сохранностью двигательного умения к выполнению оцениваемой техники в условиях перерывов в тренировочной практике;

4) автоматизированностью выполнения техники.

Освоенность техники имеет важное значение и для противодействия отрицательным факторам соревновательной деятельности – в том числе судейским ошибкам.

В теории спорта и физической культуры технической подготовкой называют в наиболее общем виде процесс такой подготовки, в результате которой у спортсменов формируется техника или же система движений, обеспечивающая достижение высоких результатов в определенном виде *спорта* (Матвеев Л.П. *Теория и методика физической культуры*. М.: *Физкультура и спорт*. 1991. 480 с.). В фехтовании техническую подготовку понимают, как оснащение спортсменов средствами ведения поединков, совершенствование двигательных характеристик боевых действий, развитие целого ряда физических и психических качеств, придавая им специализированное *выражение* (Аркадьев В.А. *Ступени мастерства фехтовальщика* М., 1975. С. 6-96; Сладков Э.Д. *Основы техники фехтования* Киев. «Здоровья». 1989. С. 33-86; Тышлер Д.А. *Спортивное фехтование: учеб. пособие*. М.: *Физкультура, образование и наука*, 1997. 371 с.).

В свою очередь тактическая подготовка спортсмена направлена на оснащение спортсменов знаниями, умениями и навыками грамотно построить ход борьбы с учетом особенностей фехтования как вида спорта, внешних условий и возможностей спортсменов (Аркадьев В.А. *Ступени мастерства фехтовальщика*. М., 1975. С. 6-96.; Пономарев А. Н. *Фехтование: от новичка до мастера*. М.: *Физкультура и спорт*, 1987. 144 с.; Тышлер Д.А. *Спортивное фехтование: учеб. пособие*. М.: *Физкультура, образование и наука*, 1997. 371 с.).

Как известно (Озолин Н.Г. *Молодому коллеге*. М.: *Физкультура и спорт*, 1988. 286 с.; Платонов В.Н. *Подготовка квалифицированных спортсменов*. М.: *Физкультура и спорт*,

1986. 286 с.), разные стороны подготовленности проявляются совместно. Поэтому, как правило, говорят о технико-тактической подготовке, не разделяя техническую и тактическую. Особенно это присуще единоборствам, в частности, фехтованию (Житлов В.В. *Предсоревновательная подготовка фехтовальщиц высокой квалификации: автореф. дис. ... канд. пед. наук М., 1985. 25с.*; Тышлер Д.А., Мовшович А.Д. *Двигательная подготовка фехтовальщиков М.: Академический Проспект, 2007. 153 с. и др.*).

В процессе оснащения фехтовальщиков техникой владения приемами может применяться широкий комплекс различных средств и форм тренировки (Жданович В.Ф., Синицын М.М. *Взаимоупражнения фехтовальщиков, как метод моделирования условий соревновательной деятельности / Фехтование // Вестник. Вып. 1. Смоленск, 2003. С. 70-79*).

Д.А. Тышлер (*Двигательная подготовка фехтовальщиков. М.: Академический Проспект, 2007. 153 с.*) отмечает, что процесс изучения технических приемов должен сочетаться на их тактическом обосновании, понимании назначения этих действий, а также целесообразности их применения в различных боевых ситуациях.

При этом должна быть организована рациональная последовательность овладения техникой боевых действий, а также развития специализированных умений, что обеспечивает рост технико-тактического мастерства спортсменов при их спортивной подготовке в фехтовании (Деев А. В. *Обеспечение результативности фехтовального боя рапиристов высокой квалификации уколами повышенной сложности: диссертация ... кандидата педагогических наук: 13.00.04 Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта*], 2017. 174 с. ; Триперина Томаис. *Индивидуализация технико-тактического совершенствования квалифицированных фехтовальщиков на рапирах 17-19 лет: автореф. дис. ... канд. пед. наук [ФГОУ ВПО «Российский государственный ун-тет физ. культуры, спорта и туризма»]. М., 2000. 21 с.*; Бычков, Ю. М. *Анализ и оценка технико-тактической подготовленности фехтовальщиков высшей квалификации // Фехтование: вестник. Смоленск, 2003. Вып. 1. С. 79-83.*; Стукалин А.В. *Технико-тактическая подготовка рапиристов в связи с изменением правил судейства: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 2009. 26 с.*).

Процесс совершенствования технико-тактического мастерства в фехтовании связан с развитием навыков действия в ситуациях, требующих проявлений различных вариантов двигательного реагирования, разновидностей возможностей к реализации намерений, а также уменьшением числа технико-тактических ошибок и снижении доли незасчитываемых действий в боевой деятельности (Пономарева А.М. *Методика обучения и совершенствования тактического взаимодействия с противником // метод. разработки для студ. ГЦОЛИФКа. М., 1985. 34 с.; Тышлер Д.А., Мовшиович А.Д. Двигательная подготовка фехтовальщиков. М.: Академический Проспект, 2007. 153 с.*).

Неоднократно отмечалось, что немаловажными факторами в технико-тактической подготовке является: совершенная двигательная координация движений; точность в управлении оружием и особенно его острием; осмысливание, «руководство» движениями, как в подготавливающих, так и в решающих действиях (Деев А. В. *Указ.соч. и др.*).

В то же время, необходимо отметить, что по достижении определенного уровня мастерства, квалифицированные фехтовальщики приобретают определенные индивидуальные склонности по применению тех или иных технико-тактических действий, атакующих или защитных, а также использованию различных средств при решении однотипных тактических задач (Аркадьев В.А. *Ступени мастерства фехтовальщика М., 1975. С. 6-96.; Мерликин В.П., Бубнов М.Е. Усвоение типологически обусловленного индивидуального стиля деятельности при формировании спортивной техники // Проблемы психологии индивидуальных различий в спорте. Казань, 1981. С. 55-63.; Лапшин А.В. Основные средства ведения фехтовальщиками поединков на саблях // Теория и практика физ. культуры. 2003. №2. С. 31. и др.*).

Причины того, что технико-тактический арсенал, как правило, является в значительной степени индивидуализированным, что требует и индивидуализации, в связи с этим, тренировочного процесса, рассмотрены В.С. Келлером и В.Н. Платоновым (*Деятельность спортсменов в вариативных конфликтных ситуациях. Киев: Здоровье, 1977. 183 с.; Стратегия, тактика и техника соревновательной деятельности // Теория спорта / под ред. В.Н. Платонова. Киев: Вища школа, 1987. С. 79-100; Теоретико-методические основы подготовки спортсменов. Львов, 1993. 270 с.*).

Указанные исследователи отмечают важность индивидуальных особенностей реагирования, которая по их обоснованному мнению составляет основу технико-тактической манеры боя спортсмена высшей квалификации, что обуславливает необходимость учета индивидуального характера двигательных реакций при разработке дифференцированной технико-тактической доктрины боя.

Таким образом, можно заключить, что особенности соревновательной деятельности в фехтовании на сабле определяются Правилами соревнований и детерминируют специфику технико-тактической подготовки в этом виде спорта, которая должна обеспечивать, во-первых, выработку широкого круга технико-тактических навыков, во-вторых, индивидуальный технико-тактический стиль ведения боя, в-третьих - стабильность использования техники и тактики в соревновательной деятельности.

С последним тесно связана устойчивость спортсменов к различным сбивающим факторам соревновательной деятельности.

1.2 Средства и методы психологической подготовки в фехтовании

Психологическая подготовка в спорте и ее значимость до настоящего времени остаются проблемами, во многом неизученными и противоречивыми.

Даже сам термин «психологическая подготовка» пока не является общепринятым. Наряду с ним используются термины: «психическое секундирование», «психологическое обеспечение», «психологическая поддержка», «психологическая помощь», наконец «технология психологической подготовки».

Однако, более корректным в свете сложившейся практики употребления различных терминов, будет, на наш взгляд применение термина «психологическая подготовка», которая согласно Г.Д. Горбунову (*Психологическая подготовка / в кн. Психология спорта / под ред. В.М. Мельникова М.: Физкультура и спорт,*

1987. С. 318-362) предусматривает создание психической готовности спортсмена, как к тренировочному процессу, так и к соревнованиям в целом и к конкретному соревнованию, в частности.

Возможно также использование более широкого понятия «технология психологической подготовки», под которым по определению А.Д. Ганюшкина (*К вопросу о технологии психологической подготовки спортсмена // Психологические аспекты подготовки спортсменов. Смоленск: Изд-во СГИФК, 1980 С. 3-9.*) подразумевается упорядочивание структуры, логической и методической последовательности, этапность исследовательских и организационных действий и управляющих воздействий на спортсмена и команду.

На наш взгляд, основные проблемы психологической подготовки, выявленные Н.А. Деражинской (*Теория и практика физической культуры. М.: Физкультура и спорт, 1973. С.29*) остаются актуальными и поныне.

Указанный автор пишет о недостаточном серьезном подходе к использованию психологической подготовки в практике. В частности, отмечено полное отсутствие систематизации задач, средств и методов психологической подготовки в зависимости от специфики конкретного вида спорта. Сложившаяся практика спортивной подготовки, даже высококвалифицированных спортсменов зачастую или полностью игнорирует психологическую подготовку, как важнейшую часть тренировочного процесса, или характеризуется формальным подходом, в котором не учитываются ни особенности психологического содержания деятельности в конкретном виде спорта, ни индивидуальные особенности личности спортсменов.

В особой мере эти недостатки проявляются в фехтовании и других единоборствах, когда спортсмены, ведущие борьбу индивидуально и сталкивающиеся с жестким противодействием противника особенно нуждаются в индивидуальном подходе к укреплению психологической составляющей своего мастерства.

Можно на наш взгляд, в определенной мере согласиться с мнением Г. Ридера (*Психология и современный спорт: международный сборник научных работ по*

психологии спорта / сост. А.В. Родионов, Н.А. Худадов. М.: Физкультура и спорт, 1982. 224 с.), который, говоря о психологической подготовке спортсмена, отмечает важность соревновательной практики. По его мнению, лучшим тренирующим фактором является ведение соревновательной борьбы в ответственных условиях.

Именно практика участия в соревнованиях, по мнению Г. Ридера (*Там же*), позволяет спортсменам выработать навык функционирования психики в экстремальных условиях соревновательной борьбы и добиться стабилизации (повышения устойчивости) тех из личностных качеств, которые обеспечивают достижение успеха на соревнованиях.

Обобщив различные теоретико-методологические подходы к организации психологической подготовки в спорте, мы полагаем, что психологическая подготовка фехтовальщиц должна быть организована на основе системного подхода и предусматривать применение нескольких групп средств и методов, направленных на совершенствование психологических процессов, психических состояний и воспитание личностных качеств спортсменок (*Шустиков Г.Б., Федоров В.Г., Деев А.В., Нечаева Е.А. Инновационные технологии в фехтовании : психологический аспект НГУ им П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург СПб: б.и., 2018. 103 с.) (рисунок 1).*



Рисунок 1 – Основы психологической подготовки в спорте (по Шустикову Г.Б., Федорову В.Г., Деева А.В., Нечаевой Е.А. *Инновационные технологии в фехтовании: психологический аспект НГУ им П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург СПб: б.и., 2018. 103 с.*)

Методы и средства психологической подготовки сосредоточены главным образом на способах регуляции и авторегуляции психических и психомоторных состояний спортсмена. Психическая регуляция, по мнению Мирослава Ванека (Ванек М. *О системе психологической подготовки спортсмена // Теория и практика физ. культуры. 1972. № 1. С. 30-32.*), представляет собой высший регуляционный механизм в поведении человека. Поэтому от качества психологической подготовки спортсмена зависит его физическая, техническая и тактическая подготовка.

Цель психологической подготовки в понимании М. Ванека (Указ. соч.), заключается в создании возможности управления своими психическими состояниями. Он объясняет, что психическое состояние спортсмена в процессе соревнований непосредственно связано с возможностью сопротивления

отрицательным воздействиям среды. Это, с его точки зрения, обуславливает важнейшую задачу психологической подготовки, которая заключается в надлежащем развитии психической устойчивости спортсмена.

Другой автор, Ф.П. Суслов (*О соразмерности соревновательной и тренировочной деятельности в индивидуальных дисциплинах спорта высших достижений // Современный олимпийский спорт и спорт для всех: 7 Междунар. науч. конгр.: Материалы конф., 24-27 мая 2003 г. М., 2003. Т. 3. С. 248-249*), выделяет две задачи психологической подготовки спортсмена, ими он более углубил смысл и понимание сути психологической подготовки: «Первая задача психологической подготовки спортсмена заключается в нахождении и актуализации подсистемы иерархического уровня, соответствующего специфике вида спорта. Ее следует рассматривать как формирование психической готовности на уровне подсистем. Вторая задача сводится к установлению интегральной индивидуальности как функции, приводящей в относительное равновесие систему в целом, и решается путем формирования психической готовности на уровне системы».

Психическая подготовка к конкретному соревнованию распределена по времени: можно выделить начало и конец специальных воздействий на психику спортсмена как до соревнований, так во время и после них (*Суслов Ф.П. О соразмерности соревновательной и тренировочной деятельности в индивидуальных дисциплинах спорта высших достижений // Современный олимпийский спорт и спорт для всех: 7 Междунар. науч. конгр. : Материалы конф., 24-27 мая 2003. М., 2003. Т. 3. С. 248-249*)

Заслуживает внимания наиболее полная классификация методов психологической подготовки М. Ванека (*О системе психологической подготовки спортсмена // Теория и практика физ. культуры. 1972. №1. С. 30-32*), который распределил эти методы на четыре группы:

- 1) обычные методы тренировки, психологически обоснованные и модифицированные: например, это может быть определенное изменение интервальной тренировки, или подчеркнутость заключительной части тренировки на выносливость, или использование в тренировках встреч с сильным соперником т.д.;

2) методы, служащие для регуляции или саморегуляции психических состояний в целях их активизации или расслабления;

3) методы, относящиеся к постановке достижимых спортивных целей, к оптимальному повышению уровня притязаний индивидов и всей группы; отсутствие реальной перспективы часто является причиной недостаточно высокого уровня притязаний к психической устойчивости спортсмена;

4) методы, направленные на формирование спортивного коллектива и поддержание высокого уровня морально-волевых качеств спортсменов.

По мнению указанного автора, средства и методы психической подготовки спортсменов могут быть разделены на несколько групп: воздействующие на интеллектуальную, волевою, эмоциональную и нравственную сферу; наконец в отдельную группу средств выделены средства, позволяющие воздействовать на перцептивно-психомоторную сферу (т.е. на те из качеств психики, которые связаны с качеством восприятия соревновательной обстановки и выполнением моторных действий).

Наиболее важными из комплекса указанных средств, принято считать средства, позволяющие развивать волевою сферу. Общепринятым в психологии спорта стало выделение общей и специальной психологической подготовки к соревнованиям.

Если целью общей психологической подготовки считают *(Родионов А.В. Психология и современный спорт: международный сборник научных работ по психологии спорта / сост. А.В. Родионов, Н.А. Худадов. М.: Физкультура и спорт, 1982. 224 с.)* актуализацию психологических компонентов готовности конкретного спортсмена для осуществления им спортивной деятельности, как вида деятельности человека, то для специальной психологической подготовки свойственна такая цель, как подготовка к конкретному соревнованию *(Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта М.: Физкультура и спорт, 1986. 208 с.)*.

Общая психологическая подготовка является наиболее важной, тесно связана с решением учебно-воспитательных и образовательных задач спортивной тренировки *(Джамагаров Т.Т. Психология физического воспитания и спорта:*

учеб. пособие для ин-тов физ. культуры / сост. Т.Т. Джамагаров, А.Ц. Пуни. М.: Физкультура и спорт, 1979. С. 92-97).

Г.Д. Горбунов (Психопедагогика спорта. М.: Физкультура и спорт, 1986. 208 с.) выделяет следующую основную задачу общей психологической подготовки – совершенствование психологической защиты путем формирования и совершенствования свойств личности, значимых для спорта и обнаруживающихся при участии спортсмена в подавляющем большинстве спортивных соревнований.

Наиболее важны среди них, по его мнению, четыре: идейная убежденность, спокойствие (хладнокровие), уверенность в себе и боевой дух (как максимальное проявление стремления к борьбе, победе, к успеху в ответственные моменты спортивной борьбы, обусловленное главным образом гармоничным проявлением эмоционального и волевого уровней регуляции энергетических ресурсов организма и поведения спортсмена).

Общая психологическая подготовка решается двумя путями. По мнению Ф. П. Сулова (*Соревновательная подготовка и календарь соревнований, современная система спортивной подготовки. М.: «СААМ», 1995. с. 73-79*), первый предполагает повысить готовность обучаемых к экстремальным условиям соревновательной деятельности с помощью определенных универсальных приемов, в число которых входят : саморегуляция эмоциональных состояний, активация внимания, способам мобилизация для проявления максимальных усилий, второй обеспечивает в тренировочной деятельности моделирование условий соревновательной борьбы с помощью различных моделей, как натурального, так и словесно-образного характера.

Кроме того, общая психологическая подготовка подразумевает также и формирование таких свойств личности, которые позволяют успешно выступать на соревнованиях за счет адаптации к конкретным условиям вообще к специфическим экстремальным воздействиям спортивных соревнований в частности (*Шайхтдинов Р.З. Личность и волевая готовность в спорте. М.: Физкультура и спорт, 1987. 53 с.*).

Задачи специальной психологической подготовки к соревнованию имеют более конкретный характер и определяются задачами, поставленными перед спортсменами в данном старте.

Их частное выражение может быть сведено к следующему: осознание особенностей задач предстоящего соревнования, конкретных его условий, учет сильных и слабых сторон противника и подготовка к эффективным ответным действиям; доведение до совершенства способности владеть необходимыми двигательными навыками и формирование установки на победу, с одновременно твердой уверенностью в своих силах; преодоление отрицательных эмоций и актуализация готовности к максимальным волевым напряжениям; формирование мотивации деятельности.

Специальная психологическая подготовка (*Джамагаров Т.Т. Указ. соч.*) является частью формирования целостной готовности спортсмена к участию в соревновании (то есть частью общей психологической подготовки), но при этом, направлена конкретно на создание у него состояния психической готовности.

Г.Д. Горбунов (*Современная практика психологической подготовки спортсмена // Теория и практика физ. культуры. 1979. № 12. С. 5-7*) понимает сущность специальной психологической подготовки, как процесса, который уточняет мероприятия общей психологической подготовки. На базе сформированных в ходе общей психологической подготовки свойств личности, по его мнению, становится более эффективной регуляция и саморегуляция предсоревновательных психических состояний, оптимизация которых является основной задачей психологической подготовки спортсмена к конкретному соревнованию.

Таким образом, в теоретическом плане психологическая подготовка обычно понимается как единство двух ее разновидностей: общей, которая ведется постоянно и специальной – к конкретному соревнованию.

Можно согласиться с классификацией методов психологической подготовки, выделяющих четыре их группы: 1) психологически обоснованные и модифицированные методы обычной тренировки, например, тренировочный бой с сильным соперником; 2) методы, служащие для регуляции или саморегуляции

психических состояний; 3) методы, относящиеся к постановке достижимых спортивных целей, к оптимальному повышению уровня притязаний индивидов; 4) методы, направленные на формирование спортивного коллектива и поддержание высокого уровня морально-волевых качеств спортсменов.

На наш взгляд, для удобства классификации средств и методов психологической подготовки необходимо учитывать, что эти средства и методы могут быть, в свою очередь, общей направленности (связанные с повышением мотивации, волевых, психологических свойств обучаемых) и специальной направленности (связанные с повышением уровня специализированных восприятий и специализированных умений и навыков обучаемых).

Следует отметить, что в целом в настоящее время в психологической подготовке фехтовальщиков, на наш взгляд, еще не выработан системный подход, большинство специалистов предлагают для использования преимущественно методы обычной фехтовальной тренировки, наполненные психологическим содержанием, в то время как собственно психологические средства и методы, несмотря на их очевидную эффективность рекомендуются реже.

Попытка разрешить это противоречие была предпринята в исследованиях, выполненных на кафедре теории и методики фехтования НГУ им П.Ф. Лесгафта, в которых цель психологической подготовки была представлена в виде трех локальных целей – развитие психологических процессов, психологических состояний и личностных качеств.

В свою очередь, средства и методы психологической подготовки были структурированы на три элемента – специализированные (фехтовальные) упражнения, психорегуляция и воспитательные беседы (*Шустиков Г.Б., Федоров В.Г., Деев А.В., Нечаева Е.А. Инновационные технологии в фехтовании: психологический аспект НГУ им П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург СПб: б.и., 2018. 103 с.*).

Таким образом, средства и методы психологической подготовки в фехтовании обеспечивают психологический компонент готовности спортсменов в этом виде спорта и имеют направленность, неразрывно связанную

соревновательной деятельностью, что определяет необходимость системного подхода к психологической подготовке в структуре тренировочного процесса и соревнований.

1.3 Устойчивость к соревновательным помехам в спорте

В ходе спортивного состязания происходит противостояние не только уровней физического и технического совершенства соревнующихся, но и соперничество на психологическом уровне, борьба ума, воли и чувств.

Главная особенность соревнования по определению Г.Д. Бабушкина (*Бабушкин Г.Д. Общая и спортивная психология: учеб. для высш. физ. учеб. заведений. Омск.: СибГАФК, 2000. С. 109-132*) это происходящее при непосредственном либо опосредованном взаимодействии соперников, столкновение стремлений каждого из них к достижению превосходства над противником.

К определению Г.Д. Бабушкина можно добавить, что преимущество над соперником достигается, прежде всего, на психологическом уровне, то есть это непосредственно зависит от его состояния готовности к данному соревнованию. Как правило, побеждает тот, кто своевременно достигает оптимального состояния психологической готовности, а когда это происходит, то спортсмен может свободно и успешно пользоваться своим арсеналом других видов подготовки – технической, физической, тактической.

Основные положения, разработанные А.Ц. Пуни (*Некоторые психологические вопросы готовности к соревнованиям в спорте: избранные лекции. Л.: [б.и.], 1973. С. 26*) в краткой форме заключены в следующем. Состояние психологической готовности он рассматривает как одну из форм психических состояний, отмечая, что лучшее состояние готовности у одного из соперников, может быть решающим фактором победы при равенстве уровня других видов подготовленности.

Как всякое психическое состояние, состояние психологической готовности представляет собой сложное, целостное проявление личности и характеризуется рядом признаков. Процесс формирования этого состояния происходит в результате общей и специальной психологической подготовки к соревнованию. Если речь идет о формировании состояния психической готовности к конкретному соревнованию, то в таком состоянии важную роль должна играть информация об условиях предстоящего соревнования.

А.Ц. Пуни (*Указ. соч.*), выделяет следующие черты психологической готовности:

- уверенность спортсмена в своих силах;
- стремление к спортивной борьбе и победе в ней;
- оптимальный уровень эмоционального возбуждения;
- высокая устойчивость к возможным помехам;
- способность к управлению собственным поведением (а также — эмоциями) в ходе спортивной борьбы.

В более поздних работах А.Ц. Пуни разработана система звеньев психологической подготовки, впервые поставлен вопрос о диагностике и регуляции психических состояний, намечены пути индивидуального подхода и планирования в психологической подготовке спортсменов к соревнованиям.

В дальнейшем, другими специалистами был введен в обращение термин «психическая» готовность».

Так В. А. Алаторцев (*Проблемы психологии спорта / под ред. В.А. Алаторцева, Л.Д. Гиссена М: б.и., 1970 140 с.*) полагает, что возможность принятия оптимального решения в ситуации необходимости его принятия, а также возможность к контролю результатов совершаемого действия и называется «психической готовностью» спортсмена.

Таким образом, состояние психической готовности к соревновательной деятельности представляет собой стабильную систему личностно-психологических черт спортсмена, обеспечивающую рациональную саморегуляцию как мыслей и чувств, так и физических действий, а также

поведения в целом в условиях предсоревновательной ситуации и соревновательной борьбы, в значительной мере, обеспечивая успех последней.

Ф.П. Суслов отмечает, что состояние психической готовности позволяет интегрировать разные аспекты физической и технической готовности, а также успешно противостоять предсоревновательным и соревновательным сбивающим факторам (Суслов Ф.П. *Современная система спортивной подготовки*. - М.: [СААМ], 1995. 446 с.).

Интересные данные получены К.К. Платоновым (*Психология: учеб. для индустр. пед. техникумов*. М.: Высш. школа, 1973. С. 73-74), который в структуре готовности (к какой-либо деятельности) выделяет три взаимосвязанных компонента: первый - моральная готовность, вторая - психологическая готовность и третья - профессиональная.

По мнению автора, моральная готовность связана с социальными качествами личности, психологическая представляет собой совокупность индивидуальной специфики психических процессов, наконец, профессиональная связана с опытом личности. В нашем случае речь идет о спортивном (соревновательном) опыте личности, накопление которого происходит посредством соревнований.

В наиболее общем виде (при любой деятельности) можно выделить ряд факторов, определяющих психологическую готовность к ней. Это, прежде всего, специфика задач деятельности: их трудность, новизна, творческий характер; общая характеристика условий деятельности: наличие помех, поведение окружающих, наличие стимулирования результатов деятельности, наконец, мотивация и оценка индивидом собственной подготовленности и вероятности достижения успеха деятельности (Хайкин В.Л. *Активность*. Московский псих.-соц. институт. М.: МОДЭК, 2000. С. 159-173).

Психологическая готовность спортсмена к соревнованиям определяется (Гозунов Е.Н. *Психология физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений*. М.: Академия, 2000. С. 237-248) такими основными чертами, как

спокойствие (хладнокровие) в экстремальных ситуациях, уверенность в себе, и боевой дух, то есть максимальное стремление к победе.

Совокупность указанных черт характеризует состояние спокойной боевой уверенности.

Можно согласиться с Г.Д. Бабушкиным (*Общая и спортивная психология: учеб. для высш. физ. учеб. заведений. Омск.: СибГАФК, 2000. С. 109-132*) утверждающим, что готовность спортсмена к соревнованию представляет из себя многокомпонентную структуру, в которой можно выделить следующие виды готовности: функциональную, моральную, психическую и специальную, причем последняя в свою очередь делится на физическую, техническую, тактическую и теоретическую.

Обобщая теоретические положения, выдвинутые целым рядом исследователей (*Джамагаров Т.Т. Указ. соч. и др.*), можно выделить несколько уровней психической готовности к соревновательной деятельности.

К первому уровню функционирования системы психической готовности можно отнести такое состояние, при котором все упомянутые составляющие готовности функционируют целостно и адекватно ситуации.

Ко второму уровню относится такое состояние психической готовности, при котором одна из составляющих может быть недостаточно выражена, но может быть подвержена оптимизации с помощью усилий самого соревнующегося.

К третьему уровню – состояние недостаточной психической готовности, при котором, одна или несколько составляющих готовности могут быть недостаточно выражены, а их оптимизация возможна лишь с помощью определенных усилий, прилагаемых извне, то есть со стороны тренера или психолога.

К четвертому уровню - такое состояние, которое можно назвать состоянием психической неготовности и при котором участие спортсмена в соревнованиях нежелательно, а оптимизацию готовности возможно осуществить лишь с помощью квалифицированного психолога.

Следует отметить, что существует проблема правомочности изучения готовности с точки зрения психических состояний как определенной теоретической основы. Необходим принципиально другой подход, в основу которого была бы положена идея управления деятельностью спортсмена. Эта идея не содержится в понятии психического состояния, которое всегда выступает лишь как фон, сопутствующий той или иной деятельности.

Иными словами, хотя психологическая готовность и является ключевым, интегрирующим компонентом состояния общей готовности спортсмена к соревновательной деятельности, управление этим состоянием должно рассматриваться в совокупности с управлением деятельностью (в том числе спортивной, в целом).

Поэтому оптимальный подход к изучению проблемы готовности должен базироваться на представлениях об управлении целенаправленной деятельностью человека. В этой связи, Е.Г. Козлов с соавторами (*Козлов Е.Г., Григорьянц И.А., Михайлова Э.И. Психологическое образование тренера: Метод. разработка; Моск. обл. гос. ин-т физ. культуры. Малаховка: б. и., 1978. 17 с.*) отмечает, что о феномене готовности можно говорить, как о промежуточном звене между потенциальными возможностями человека и необходимостью деятельности в конкретных условиях.

Некоторые авторы вместо понятия «психологическая готовность» пользуются понятиями «мобилизационная готовность» или «стартовая готовность».

Понятие «мобилизационная готовность» ввел Ф.П. Генов (*Психологические особенности мобилизационной готовности спортсмена М.: Физкультура и спорт. 1971. 245 с.*). В определении этой готовности он использует концепцию об опережающем отражении действительности, или, так называемом, «предусмотрительном» приспособлении индивида к будущим событиям, которое может затрагивать не только психологические процессы и состояния, но и физиологические реакции.

В своей работе Ф.П. Генов (*Психологические особенности мобилизационной готовности спортсмена М.: Физкультура и спорт. 1971. 245 с.*) поясняет, почему он

назвал состояние спортсмена в канун соревнования «мобилизационной готовностью» (у Н.Д. Левитова (*Психология характера. М.: Физкультура и спорт, 1964. С.64-67.*) – «стартовая готовность») и отмечает, что указанное состояние возникает спонтанно в преддверии предстоящей деятельности и активизирует те компоненты подготовленности, которые уже имеются у спортсмена.

Кроме понятия «готовность к соревнованиям», сходное значение имеют также распространенные термины, такие как «соревновательная надежность» и «помехоустойчивость».

Под соревновательной надежностью спортсмена, которая основывается на его психической надежности, понимают стабильность высокого уровня параметров соревновательной деятельности, осуществляемой спортсменом, возможно в экстремальных условиях при сохранении положительного психического настроения.

Л.Н. Данилина (Методы психодиагностики надежности спортсмена: метод. разработ. для студентов ИФК М.: ГЦОЛИФК, 1980. 25 с.) отмечает, что в настоящее время наметились два методических подхода к определению надежности - макро- и микроподход (Никифоров Г.С., Меламедов И.М.). При макроподходе основное внимание сосредоточивается на изучении поведения, выходных характеристик деятельности, то есть ее результативности.

Механизмы спортивной надежности выявляются лишь при микроподходе при изучении действий спортсмена, функционирования его психики и соматики непосредственно в условиях спортивной деятельности (*Данилина Л.Н. Указ. соч.*).

В оптимальном случае, для того чтобы характеризовать надежность спортсмена нужно оценить его по результатам и по их стабильности на ответственных соревнованиях в течение определенного времени, а также уровень физического и психического состояния спортсмена.

«Устойчивая эффективность» психической деятельности и состояний спортсменов, обеспечивается многими факторами.

С.Е. Бакулев (*Индивидуально-типологическое прогнозирование результатов: учебное пособие СПбГАФК им П.Ф. Лесгафта, 2000. 86 с.*) отмечает, что эту результативность

обеспечивают помимо непосредственно связанных с двигательной деятельностью качеств (сенсомоторных, интеллектуальных), комплекс личностных качеств (мотивация, психическая выносливость, эмоциональная устойчивость, стремление к доминированию), а также способность к саморегуляции состояния собственной психики и социально-психические особенности, связанные с взаимоотношениями в коллективе.

Понятие помехоустойчивости спортсмена как субъекта соревновательной деятельности является еще недостаточно разработанным.

Помехоустойчивость спортсмена исследовалось И. В. Страховым (*Классификация помеховлияний в спортивно-игровой деятельности // XV научная конференция Саратовского отделения общества психологов. Саратов, 1975. С. 15-17*), А.В. Ивойловым (*Проблемы помехоустойчивости движений человека / В сб. научн. тр.: Помехоустойчивость спортсмена. Волгоград, 1981. С. 3-10*), и понимается обоими специалистами, как способность противостоять сбивающим факторам.

Уточняя этот вопрос М.С. Ткачева (*Характерологические и социально-психологические условия формирования помехоустойчивости спортсменов: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07: Саратов, 2003. 199 с.*) подразумевает под помехоустойчивостью способность противостоять отрицательным воздействиям (помеховлияющим), отмечая, что для успешности этого противостояния индивиду необходимы определенные личностные и деятельностные свойства.

Следует согласиться с утверждением указанного автора о том, что помехоустойчивость спортсмена, является интегрирующим выражением тех из его психических состояний и поведенческих проявлений, которые противостоят отрицательному воздействию на него помеховлияний в ходе соревновательной деятельности.

Таким образом, несмотря из множества видов классификаций состояний спортсменов в процессе соревновательной деятельности, можно в контексте темы настоящего исследования использовать термин «устойчивость», наряду с понятием «помехоустойчивость».

Поскольку судейство является важной стороной правильной организации соревновательного процесса, а судейские ошибки или необъективное судейство – серьезной психологической помехой для спортсмена, повышению объективности судейства был посвящен ряд научных исследований в разных видах спорта (Авсенев Е.В. Ошибки гимнастов и судей // *Гимнастика*, 1982. №1. С.62-63; Ким Н. В. Подготовка высококвалифицированных судей по спортивной гимнастике: дис. ... канд. пед. наук. СПб., 2011. 125 с.; Терехина Р.Н. Проблемы судейства в спортивной гимнастике // *Теория и практика физической культуры*. – 1997. – № 11. – С. 58-60; Курдюков А.Б. Построение процесса начальной профессиональной подготовки судей по волейболу: автореф. дис...канд. пед. наук. Кубанский ун-т физической культуры, спорта и туризма. Краснодар, 2004. 22 с.; и др.) в том числе, в различных единоборствах (Коньков В. Субъективизм судейства в боксе // *Бокс: ежегодник*. М., 1977. С. 58-59; Перевицкий И.С. Подготовка квалифицированных борцов греко-римского стиля с учетом субъективизма судейства: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Малаховка, 2007. 26 с.; Калимулин И.А. Методика объективизации судейства в боксе: автореф. дис. ... канд. пед. наук СПб., 1995. 23 с.; Хайрулин А. Р. Комплексный подход к методике подготовки спортивных судей в единоборствах (на примере тхэквондо): дис... канд. пед. наук. СПб, 2008 250 с.; Дмитриев О.Б. Методика подготовки судей, тренеров и спортсменов по правилам и судейству с помощью мультимедиа системы «соревнования по каратэ»: автореф. дис. ... канд. пед. наук Ижевск, 2003. 23 с.; Маркелов Д.Н. Методика обучения судей в тхэквондо на основе автоматизированного информационного комплекса: дис. ...канд. пед. наук. Волгоград, 2010. 148 с.), в том числе, в фехтовании (Лалаян А.А., Авакян Э.О., Гаспарян Г.Г. Зависимость точности судейства по фехтованию от продолжительности работы судьи // *Проблемы психологии спорта*., 1960. № 1. С. 233-240; Остроухова А.А. Методические предпосылки к созданию комплексной методики подготовки судей по фехтованию // *Материалы XII Всероссийской науч.-практ. конф. «Научно-методические проблемы спортивного фехтования» / под ред А.И. Павлова. Смоленск: [б.и.], 2017. С. 145-147 ; Шустиков Г.Б., Бондарев И.В. Исследование боевых ситуаций в фехтовании на шпагах, представляющих сложность для принятия объективных судейских решений // *Ученые записки ун-та им. П.Ф. Лесгафта*. 2018 5(159). С. 321-324).*

Однако, большинство из перечисленных работ сосредоточивают внимание на качествах спортивных арбитров, повышающих эффективность судейства и оптимизацию процесса подготовки судей. Упомянуты также различные стили судейства.

Лишь некоторыми специалистами упоминаются судейские ошибки или необъективное судейство в числе факторов, препятствующих успешности соревновательной деятельности в том или ином виде спорта.

Следует отметить, что судейские ошибки в психологическом плане способны, прежде всего, снизить уровень такого элемента подготовленности фехтовальщиц, как состояние готовности к соревнованиям, соревновательную надежность спортсменок, или их устойчивость к внешним помехам.

Однако, средства и методы, позволяющие эффективно противостоять непривычному судейству или судейским ошибкам в теории и методике психологической в разных видах спорта, как правило, не обозначаются, а в фехтовании вопросы судейства в целом изучены лишь фрагментарно.

Лишь в наших работах (Шустиков Г.Б., Молчан Ю.С., Нечаева Е.А. Особенности формирования помехоустойчивости фехтовальщиков высокой квалификации к необъективному судейству // Ученые записки ун-та им. П.Ф. Лесгафта. 2009 №10(56). С. 113-118; Шустиков Г.Б., Нечаева Е.А. Помехоустойчивость в фехтовании (тезисы) // Материалы итог. научно-практич. конференции НГУ им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург за 2011 год НГУ им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург. СПб., 2012. С.64; Шустиков Г.Б., Федоров В.Г., Нечаева Е.А. Основные направления психокоррекции готовности фехтовальщиков высокой квалификации к соревнованиям (тезисы) Мат. итог. научно-практ. конф. за 2015 г., посв. 120-летию Ун-та / НГУ ФК, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, СПб. СПб, 2016. С. 50.; Федоров В.Г., Шустиков Г.Б., Нечаева Е.А. Качественные показатели технического мастерства фехтовальщиков высокой квалификации (тезисы)// Мат. итог. научно-практ. конф. за 2015 г., посв. 120-летию Ун-та / НГУ ФК, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, СПб. СПб, 2016. С. 50; Шустиков Г.Б. Федоров В.Г., Нечаева Е.А. Психокоррекция готовности фехтовальщиков высокой квалификации к соревновательной деятельности (статья) // Мат. XI Всероссийской научно-практ. конф. «Научно-мет. проблемы спорт. фехтования» / под общ. ред. А.И. Павлова. Смоленск: СГАФКСТ, 2016. С. 25–31; Шустиков Г.Б., Федоров В.Г., Нечаева Е.А. Повышение надежности средств ведения боя к ошибочным действиям судьи в фехтовании на саблях // Ученые записки ун-та им. П.Ф. Лесгафта. 2016 № 11(141). С. 259-264; Шустиков Г.Б., Федоров В.Г., Нечаева Е.А. Педагогический анализ помех, влияющих на результативность соревновательной деятельности фехтовальщиков–саблистов // Материалы итоговой науч.-практ. конф. профессорско-преподавательского состава НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, за 2016 год, посвященной 180-летию со

дня рождения П.Ф. Лесгафта и 120-летию Университета. НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. 2017. С. 68-70) были сделаны первые шаги по изучению влияния возможно необъективных, спорных судебных решений (судейских ошибок) на соревновательную деятельность в фехтовании, позволившие обозначить как указанную проблему, так и возможные направления ее преодоления; наконец, в нашей совместной работе (Шустиков Г.Б., Деев А.В., Нечаева Е.А. Проблема ведения соревновательной деятельности высококвалифицированными фехтовальщицами-саблистками при различном уровне объективности судейства // Ученые записки ун-та им. П.Ф. Лесгафта. 2021 1(191) С. 399-406) были представлены некоторые результаты по оптимизации соревновательной деятельности фехтовальщиц-саблисток в условиях принятия спорных судебных решений.

Таким образом, устойчивость к соревновательным помехам является важнейшим элементом спортивной подготовленности, однако, для ее обозначения применяется самая различная терминология, а вопрос устойчивости, соревнующихся к судебским ошибкам до настоящего времени, остается не исследованным.

1.4 Использование специальных тренировочных средств для развития устойчивости спортсменок к соревновательным помехам

Как было указано выше, психологическую подготовку целесообразно делить на подготовку общей и специальной направленности. Особенно важно это в фехтовании, где большинство применяемых психологических методов связаны со спецификой соревновательной деятельности, то есть специализированы.

Обобщая разные аспекты психологической подготовки, можно сказать, что психологическая подготовка общей направленности в фехтовании направлена на воспитание и совершенствование психических функций спортсменов, способности к саморегулированию эмоционального состояния, а также мотива

общественной значимости результата, организованности, спортивного трудолюбия, любви к соревновательной деятельности, коллективизма и др.; волевых качеств целеустремленности, выдержки, самообладания, решительности, смелости, инициативности и др.

В процессе психологической подготовки специальной направленности в фехтовании совершенствуются свойства внимания (его распределения, переключения, объема, интенсивности, концентрации, устойчивости и др.), быстроты и адекватности восприятий (специализированных), скорости и точности переработки информации; идеомоторики; быстроты ориентирования в ситуациях схватки, боя, соревнований; быстроты реагирования; тактического мышления; моральных качеств.

Совершенствование в процессе тренировки психических функций, необходимых для длительной тренировочной работы, овладение техникой и тактикой фехтовальных приемов и действий, способствование процессу развития проявлений физических качеств, обеспечение высокой мотивации к занятиям спортом, а также нравственного воспитания занимающихся являются конечной целью психологической подготовки специальной направленности.

Уточняя сказанное выше, можно сказать, что конечным итогом психологической подготовки спортсмена является состояние его психологической готовности к спортивной деятельности в целом. Частью этой готовности является готовность к соревновательной деятельности, а частным случаем последней – готовность к конкретным соревнованиям.

Готовность же к конкретным соревнованиям проявляется в таком состоянии психики индивида, при котором нацеленность на достижение победы в этих соревнованиях стимулирует и в определенной мере интегрирует проявления и необходимых для успеха личностных качеств и свойств, и разных сторон спортивного мастерства, спортсмена или спортсменки.

Д.А. Тышлер и В.С. Келлер (*Психологическая подготовка / В кн. Спортивное фехтование: учебник для ВУЗов физической культуры / под ред. Д.А. Тышлера. М.:*

Физкультура, образование и наука, 1997. С. 289-315) выделяют следующие основные виды психологической подготовки в фехтовании:

- создание психологической готовности к соревнованиям;
- управление деятельностью в фехтовании;
- овладение средствами саморегуляции психических процессов и эмоциональных состояний

На наш взгляд, одной из проблем организации психологической подготовки в фехтовании (а также в других единоборствах) является противоречие между психологической и другими видами готовности.

Указанное противоречие проявляется в том, что с одной стороны, лишь на основе роста общей и специальной тренированности возможно добиться совершенствования состояния психологической готовности к соревновательной деятельности, и в этом отношении указанные разновидности готовности индивида представляют собой единое целое, однако, с другой стороны, повышение общей и специальной тренированности фехтовальщиков и улучшение их психологической подготовленности не всегда идут параллельно.

Психологическая подготовка, в отличие от других видов подготовки в спорте, требует значительно более ярко выраженной индивидуальной направленности специальных средств и методов, а ее осуществление и эффективность гораздо сложнее спрогнозировать по сравнению, например, с функциональной или технической подготовками.

Для того, чтобы выбрать наиболее верный путь для работы с каждым учеником или ученицей, необходимо выяснить и четко определить следующее: на какой подготовленности зиждется их уверенность в своих силах и возможностях, на какой основе она может возникнуть; какие причины (помехи) могут вызвать у них неуверенность в своих силах, в возможности достижения желаемого результата.

Наконец, также важно знать на каком эмоциональном фоне и благодаря какой настроенности фехтовальщик или фехтовальщица способны проявить максимальную нацеленность на борьбу; при какой психологической

настроенности они снижают внимание и усилия на достижения победы в бою, соревновании.

Наиболее детальное, на наш взгляд описание специфики психологической подготовки в фехтовании, выполненное на основе обобщения многолетнего практического опыта сделано Д.А. Тышлером и В.С. Келлером (*Психологическая подготовка / в кн. Спортивное фехтование. С. 289-315*), которые, помимо прочего выделяют две важные разновидности психологической подготовки: создание психологической готовности к спортивной деятельности в целом и к соревнованиям в частности, и управление деятельностью спортсменов в соревнованиях, сводящееся к регулированию (оптимизации) его психических состояний.

Указанные авторы справедливо отмечают, что фехтовальщики (фехтовальщицы) в процессе соревнований преодолевают множество как объективных, так и субъективных препятствий.

К объективным относятся действия противников, необходимость соблюдать правила соревнований и судейство.

А к субъективным относятся препятствия, которые отражают внутренний мир фехтовальщиков и фехтовальщиц. Это, помимо непродуктивных, отрицательных психологических (эмоциональных) состояний, болевые ощущения.

Таким образом, совокупное воздействие двух видов препятствий, а также ситуативных тактических мотивов, детерминирует состав действий и тактику ведения поединков конкретным спортсменом (спортсменкой).

Упомянутые авторы Д.А. Тышлер и В.С. Келлер (*Указ.соч.*) отмечают, что в фехтовании такое специальное тренировочное средство, как индивидуальный урок, может выполнять роль как средства технико-тактической, так и соревновательной и психологической подготовки.

Для успешного решения задачи наполнения этих уроков психологическим содержанием, особенно важен правильный подбор партнеров для боев и выбор установок на ведение поединков.

Тогда возможно создание психологических предпосылок для успешного применения тренируемыми разновидностей боевых действий (и способов их подготовки), совершенствования тактики построения боев, а также повышение устойчивости к разного рода помехам.

Психологическую составляющую могут иметь также тактические установки перед боями, а также совместный со спортсменом (спортсменкой) анализ тренером действий фехтовальщиков или фехтовальщиц.

Для сохранения и совершенствования уровня эффективности деятельности фехтовальщиков или фехтовальщиц в ходе соревнований необходимо учитывать особенности их психического настроя, а также изменения в боевой манере, которые могут быть непосредственно связаны с оперативным психологическим состоянием.

В свою очередь, указанные изменения в боевой манере могут приводить к изменению содержания и объемов как атакующих так и подготавливающих действий, применении различных средств реализации тактических намерений, изменении боевой дистанции (*Тышлер Д.А., Келлер В.С. Указ. соч.*).

Наконец, еще один компонент психологической подготовки в фехтовании, это овладение средствами саморегуляции психических процессов и эмоциональных состояний. Этот компонент не является специфическим фехтовальным и встречается во всех без исключения видах спортивной деятельности.

Саморегуляция основывается на способности спортсменов и спортсменок к самонаблюдению и отслеживанию всего комплекса изменений, собственной эмоциональной сферы, возникающих в ходе тренировочной и, главным образом, соревновательной деятельности.

Существуют значительное число подробно описанных систем обучения спортсменов тем или иным способам саморегуляции (аутогенная тренировка, психорегулирующая тренировка, психомышечная тренировка, идеомоторная тренировка и др.) Такое разнообразие обусловлено тем фактом, что саморегуляция важна не только в спорте, но и способствует повышению уровня

готовности к любому виду деятельности (Панов А.Г., Беляев Г.С. Аутогенная тренировка. Л.: Медицина, 1973. С. 98; Козлов Е.Г., Григорьянц И.А., Михайлова Э.И. Психологическое образование тренера: метод. разработка Моск. обл. гос. ин-т физ. культуры. Малаховка: б. и., 1978. 17 с. и др.)

В различных современных исследованиях описано значительное число вариантов использования разнообразных психорегулирующих средств в тренировке спортсменов разных видов спорта (Моросанова В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции произвольной активности человека [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://www.childpsy.ru/dissertations/id/19168.php> ; Прохоров А.О. Смысловая регуляция психических состояний. М. : Изд-во ИП РАН, 2009. 352 с. ; Смоленцева В. Н. О психотехниках, психических состояниях и их регуляции в спорте: учеб.-метод. пособие для студентов физкульт. вузов. 2-е изд. Омск: Изд-во СибГУФК, 2012. 144 с.; Багадирова С. К. Основы психорегуляции в спортивной деятельности: учебное пособие. Майкоп: Изд-во «Магарин О. Г.», 2015. 148 с.).

Так, например, в работе С.К. Багадировой (Багадирова С. К. Основы психорегуляции в спортивной деятельности: учебное пособие. Майкоп: Изд-во «Магарин О. Г.», 2015. 148 с.), наряду с такими традиционными методами психорегуляции, как аутогенная тренировка, предлагаются также: десенсибилизация с помощью движения глаз (ДПДГ Ф. Шапиро), метод визуализации (К. Саймонтон и С. Мэтьюз-Саймонтон), метод организации биологической обратной связи (БОС) и др. При этом даются достаточно детальные методические рекомендации по подготовке спортсменов и их диагностики для отслеживания динамики психологических параметров.

Однако, наряду с общими методами овладения саморегуляцией, в фехтовании существуют и специфичные.

Важно также отметить, что зачастую сложно найти грань, отделяющую средства и методы обучения самонастройке от настройки спортсменов или спортсменок, поэтому эти средства и методы необходимо рассматривать вместе.

Особые, специфичные методы саморегуляции и психологической подготовки в фехтовании сводятся к настройке и к созданию «внутренних опор» в оценке спортсменами своего мастерства.

Очевидным является тот факт, что одним из результатов психологической подготовки (на уровне сознания индивида) должна стать уверенность в том, что в данном бою и соревновании он сможет добиться максимального успеха, несмотря на всевозможные помехи.

В.А. Аркадьев отмечает, что эффективность психологической подготовки зависит от того, насколько глубоко тренер знает характер тренируемого спортсмена (спортсменки) и вытекающие из него особенности ведения боевой деятельности, а также учитывает особенности соревновательной ситуации (Аркадьев В. А. *Тактика в фехтовании*. М.: Физкультура и спорт, 1969. 181 с.).

Относительно конкретных средств психологической подготовки в научно-методической литературе принято рекомендовать индивидуальные уроки или бои с направленностью, например, на поднятие настроения, создание нужного эмоционального фона, а также создание психологических основ успешности деятельности, которые могут быть названы «внутренними опорами» а для их формирования могут быть применены такие психолого-педагогические средства, как убеждение, внушение, направляющее собеседование, совет и т.д.

«Внутренними опорами» могут быть уверенность в своей защите, точности реакции и разнообразии репертуара оборонительных действий, надежда на быстроту и неотразимость своих нападений, хорошее «чувство боя», точность тактического мышления, знание противников и способность противопоставить им свои сильные стороны и более высокий класс владения оружием, уверенность в способности выдержать физические и нервные нагрузки в многодневных соревнованиях и многое другое.

«Внутренние опоры» в процессе тренировки по фехтованию не являются «величинами» постоянными. В процессе их формирования проявляются многие характерные для каждого спортсмена или спортсменки черты.

«Внутренние опоры» возникают вместе с появлением убежденности бойцов в наибольшей эффективности каких-либо сторон своего мастерства, спортивной подготовленности, которые могут сыграть решающую роль в ходе предстоящих боев, будущих соревнований.

Для тренера важно держать в фокусе внимания (своего, своих учеников и учениц) наиболее важные компоненты мастерства, на которых базируются сильнейшие стороны подготовленности фехтовальщиков или фехтовальщиц, обеспечивающих им успех в единоборстве с противниками.

Практика показывает, что боязнь слабо выступить в соревнованиях, неуверенность в своих силах могут возникнуть из-за убежденности индивида в том, что он отстал в технике владения оружием по сравнению с противниками, потерял уверенность в применении защит и ответов, применении атак, из-за ожидания со стороны противников определенной манеры боя, против которой ранее воспитываемому эффективно действовать до сих пор не удавалось и т.д.

Чтобы помочь спортсмену или спортсменке избавиться от неуверенности, боязни, тренер должен убедить его или ее в том, что надо восполнить недостаток какой-либо другой стороной подготовки, например, применить определенные действия нападения или обороны, изменить дистанцию или манеру боя и др.

Анализируя практику подготовки и участия в соревнованиях по фехтованию широкого круга спортсменов (спортсменок), можно обобщенно выделить две наиболее типичные характеристики психологического состояния, того психологического фона, который наилучшим образом способствует состоянию полной готовности к соревнованиям, возможности максимального проявления своих сил, подготовленности, достижению лучших спортивных результатов:

Убежденность в своей спортивной силе, подготовленности к соревнованиям, в равенстве своего мастерства и противников или даже в превосходстве над ними, а также желание доказать свою силу, постоять за себя (команду), утвердить (или подтвердить) свой спортивный авторитет (команды, страны).

Трезвый учет силы противников, осознание трудностей предстоящей борьбы и возможности проигрыша не только сильнейшим бойцам, но и уступающим по уровню мастерства при малейшем снижении внимания и усилий в поединках. И, как следствие, возникновение у фехтовальщиков или

фехтовальщиц обостренного чувства опасности, вызывающего нацеленность на борьбу, предельную мобилизованность к противодействию, настроенность добиться победы, несмотря на упорные бои, которые потребуют от бойца отдачи всего себя (*Мидлер М.П. Психологическая подготовка фехтовальщика. М.: Физкультура и спорт, 1969. с. 56-66*).

Как уже отмечалось, важным парадоксом организации психологической подготовки в фехтовании является то, что наиболее эффективным способом подготовки спортсмена или спортсменки к успешному выступлению в соревнованиях является участие в этих соревнованиях.

Отсюда следует, что для того, чтобы разрешить указанное противоречие, необходимо реализовать соревновательные условия в учебно-тренировочном процессе.

Отдельно, среди средств подготовки специальной направленности необходимо упомянуть средства развития волевых качеств фехтовальщиков (фехтовальщиц).

Так К.Т. Булочко (*Фехтование. М.: Физкультура и спорт, 1967. 430 с.*) считая эти средства среди средств психологической подготовки основными, подчеркивает, что развитие всего спектра волевых качеств должно основываться на преодолении различного вида трудностей.

Наиболее рациональным способом создания этих трудностей является соревновательная деятельность.

Для развития волевых свойств, как правило, рекомендуются к использованию следующие задания: ведение боев на ограниченное число (1-3) укола (удара) или с ограничениями по времени; при участии в тренировочных соревнованиях – организация повышенной ответственности за результаты боев – проведение соревнований с прямым выбыванием; участие в командных соревнованиях, в частности, с выступлением первым или последним номером в команде (*Тышлер Д.А. Фехтование М. : Физкультура и спорт, 1978. 328с.*).

Несколько особняком стоят еще несколько видов психологической подготовки, использующейся как в фехтовании, так и в других видах спорта. К

ним обычно относят совершенствование мотивации, повышение устойчивости к помехам и совершенствование специализированных проявлений психических процессов (памяти, внимания, реакции, мышления, специализированного восприятия).

Особого внимания заслуживают средства и методы развития специализированных проявлений психических процессов, которые в своей совокупности должны обеспечить формирование «чувства боя» и «чувства оружия». Обычно для этих целей помимо собственно соревновательной деятельности используется идеомоторная тренировка.

Наконец, отдельно следует отметить, что наиболее важной чертой психологической подготовки в фехтовании является ее тесная связь с технико-тактической подготовкой. Связь эта обоюдная: так недостатки психологической подготовленности непосредственно сказываются на технико-тактическом рисунке боя, а специальные технико-тактические упражнения, в свою очередь, способствуют обретению и сохранению необходимого психологического состояния спортсмена или спортсменки в ходе соревновательной деятельности.

Наконец, для психологической подготовки в фехтовании может применяться целая группа специальных тренировочных средств, включающих в себя технико-тактическую основу и психологическое содержание.

Среди этих средств Д.А. Тышлер и В.С. Келлер (*Указ.соч.*) выделяют пять групп упражнений:

1. Средства освоения взаимосвязей между определенными действиями и их учет при выборе тактических намерений.

Выполнение упражнений этой группы способствует осознанию обучаемыми психологической взаимосвязи между разновидностями боевых действий с возможным объединением в комбинации с учетом необходимости противодействия намерениям и действиям противника.

2. Средства формирования тактической инициативы.

Выполнение упражнений этой группы способствует не только формированию активной манеры ведения боев, но и формированию

самостоятельного тактического мышления, позволяющего распознать намерения противника и опередить его своими действиями.

3. Средства создания надежности проявлений достигнутого уровня специализированных умений.

Средства тренировки из этой группы позволяют создавать психологический «запас прочности», развивая при этом специализированные умения (так называемые, «чувство оружия», «чувство времени», «чувство дистанции», а в целом - обобщенное «чувство боя»). Направленность упражнений – на совершенствование действий с выбором и переключением, различные изменения деятельности в разнообразных боевых ситуациях, а также на комбинации с вероятностной последовательностью действий.

4. Средства повышения осознанности спортсменов собственной оснащенности средствами ведения поединков, а также имеющихся резервов к оптимизации их состава.

Выполнение упражнений этой группы способствует росту у тренирующихся уровня собственных резервных возможностей. В техническом плане упражнения представляют собой индивидуальные уроки (обзорного, репертуарного, разминочного характера) с направленностью на воспроизведение заданного состава средств ведения поединков и ситуаций их применения.

5. Средства, направленные на приспособление спортсменов к реальным условиям деятельности в поединках и соревнованиях.

В свою очередь, при выполнении упражнений этой группы воссоздаются условия наиболее близкие к обстановке официальных соревнований. Подобного рода эмоциональный фон в тренировочных боях организуется, в частности, постановкой задач на проявления тактической инициативы.

Наряду с упражнениями «с повышенной ответственностью» могут также применяться противоположные по направленности средства тренировки, предусматривающие, например, единоборство с противником без фиксирования результатов боев, что снижает психологическое напряжение, позволяет в полной мере проявлять тактическую инициативу.

При проведении серий тренировочных боев на результат есть возможность использовать как психологические установки (например, на проявление волевых, моральных качеств), так и установки на применение определенной тактики или преимущественное использование конкретных технических действий (*Тышлер Д.А., Келлер В.С. Указ.соч.*).

Кроме того, указанные авторы выделяют как разновидность психологической подготовки мероприятия по преодолению объективных и субъективных психологических трудностей, основной из которых они считают неверие в конечный результат тех или иных боевых действий.

Таковыми являются: нанесение ударов по туловищу; необходимость в нанесении ударов по маске; вероятность промахов в контратаках во внутренний сектор; повторы встречных ударов по руке с внешней стороны; неуверенность в перехватах контратак; излишнее применение простых атак.

Существуют определенные психологические барьеры, препятствующие процессу технико-тактического совершенствования. Ими могут быть: боязнь ближнего боя вследствие неадекватности оценки скорости и точности собственных боевых действий; боязнь вести противоборство с определенными противниками (как правило, превосходящими в росте, «леворукими», приверженцами определенного («неудобного») стиля); неуверенность в себе на соревнованиях определенного уровня.

Для того чтобы преодолеть подобные барьеры необходим комплекс тренировочных и соревновательных средств, в сочетании с созданием условий для применения последних в условиях реальных поединков.

Таким образом, обобщая сказанное можно утверждать, что единой концепции повышения устойчивости спортсменов к соревновательным помехам (в частности, судейским ошибкам, как и психологической подготовки в фехтовании в целом) на сегодняшний день не существует. Во главу угла ставится или волевая подготовка, или обучение методам саморегуляции эмоционально-психологических состояний. Также упоминается создание готовности к соревновательной деятельности.

Специфичными направлениями повышения устойчивости спортсменов к судейским ошибкам можно считать средства и методы, предполагающие использование упражнений на технико-тактическое мастерство, а также преодоление психологических барьеров при совершенствовании технико-тактического мастерства.

1.5 Особенности организации подготовки фехтовальщиц-саблисток для повышения их устойчивости к соревновательным помехам

Психологические качества фехтовальщиц обладают определенной спецификой, которая обусловлена как особенностями спортивной деятельности, так и гендерной принадлежностью.

Как известно, организм женщин характеризуется определенными половыми особенностями, основные из которых касаются специфики высшей нервной деятельности, в частности, отличной от мужчин латерализации функций полушарий головного мозга, и, как следствие, большими способностями к переработке речевой информации, а также речевой регуляции движений (*Зимкин Н.В. Физиология спорта. М.: Физкультура и спорт, 1975. 470 с.*).

Поэтому, в процессе обучения необходимо делать акценты на словесные методы (беседа, объяснения, указания, замечания).

Кроме того, у женщин более высокий уровень мотивации и иная ее структура (*Афиногенова С.В. Биологический и психологический пол в связи с профессиональными и спортивными интересами в подростковом и юношеском возрасте: автореф. дис. ...канд. психол. наук: 19.00.13. СПб., 2007. 25с.; Ильин Е.П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2009. 352 с.*).

Е.П. Ильин (*Психология спорта. СПб.: Питер, 2009. 352 с.*) отмечает, что женщины, как правило, более упорны и упрямы, чем мужчины, но проявляют меньшее самообладание.

Наконец, наиболее существенной чертой психики женщин-спортсменок, непосредственно влияющей на подготовку к соревнованиям, является повышенный уровень личностной тревожности, проявляющейся в тенденции испытывать беспокойство и опасения без серьезного повода. Это установлено множеством исследований (*Грибкова Л.П., Круглова С.Г. Особенности личностной тревожности студентов-спортсменов // Психологические особенности личности студентов-спортсменов. Смоленск, 1988. С. 30-33 и др.*).

Высокотревожные спортсменки не могут полностью реализовать свои возможности на крупных соревнованиях, требуют к себе большего внимания и эмоциональной поддержки, а также специальной подготовки к ответственным соревнованиям (*Психология спорта. СПб. : Питер, 2009. 352с.*).

Психологическая сторона требований, предъявляемых спортсменкам соревновательной деятельностью как таковой и свойственными для нее сопутствующими обстоятельствами, в значительной степени влияет на психические функции соревнующихся, активизирует их, а также вносит определенную психическую напряженность.

Изменения функционального состояния организма, общей работоспособности, проявления физических качеств, а также и психологическое состояние в значительной степени связаны со спецификой протекания овариально-менструального цикла женщин (ОМЦ).

В менструальную фазу ОМЦ, помимо снижения уровня физических качеств нарушается протекание ряда психических процессов: внимания, памяти, деятельности сенсорных систем (зрительной, слуховой, тактильной и других), снижается эмоциональная устойчивость (*Солодков А.С., Сологуб Е.Б. Физиология человека: учебник М.: Терра-Спорт, 2001. 420с.*).

Соответственно, при подборе средств и методов тренировки необходимо строго учитывать особенности ОМЦ, обращая особое внимание на сохранение у тренирующихся женщин здоровья детородной функции.

Психические функции и процессы фехтовальщиц при спортивной деятельности имеют ярко выраженный характер, связанный со спецификой

спортивной деятельности. Так восприятие проявляется в специализированных видах, образуя, уже упомянутые выше «чувство оружия» и «чувство боя».

«Чувство оружия» помогает переиграть противницу в сложных непредсказуемых схватках, а также осуществлять контроль за оружием противницы.

«Чувство боя», связано с точностью восприятий ситуаций боя и безошибочностью дифференцировочных двигательных реакций.

Особенности внимания фехтовальщиц определяются необходимостью в неослабном контроле за действиями противника, что предъявляет повышенные требования к таким свойствам внимания, как интенсивность и устойчивость.

Особенности мышления фехтовальщиц определяются необходимостью обеспечить непрерывность решений. Такую разновидность мышления принято называть оперативным или тактическим. По определению В.Н. Пушкина (*Оперативное мышление в больших системах / [Послел. В.И. Дракина и В.П. Зинченко]. М.; Л.: Энергия, 1965. 375 с.*), это процесс моделирования, как объектов деятельности (реальных объектов и процессов), так и самих производимых индивидом действий (операций) для решения практических задач.

Важной особенностью единоборства в фехтовании является то, что в поединке соседствуют действия как результат мыслительных операций, и в то же время действия как результат сенсомоторного реагирования (*Родионов А.В. Влияние психологических факторов на спортивный результат. М.: Физкультура и спорт, 1983. 112 с.*).

Особенности представления и воображения фехтовальщиц определяются, тем фактом, что им необходимо выполнять сложные технико-тактические действия в различном пространственно-временном воплощении с учетом взаимоположения соперницы и движений ее оружия. Поэтому представление и воображение должны создавать мысленный (идеомоторный) образ предстоящего движения (движений) как первоначальную психическую программу.

Но воображение может иметь и отрицательное влияние на соревновательную деятельность. Так, неоднократно отмечалось (*Аджемян В.А.*

Исследование двигательной деятельности фехтовальщиков, специализирующихся в различных видах оружия // Совершенствование системы подготовки высококвалифицированных спортсменов: тезисы XII Респуб. науч.-метод. конф. [26-28 февраля]. Ереван: б. и., 1983. С. 47-50; Шалман А.Л., Косякин Л.А., Житлов В.В. Психологические и психофизиологические особенности фехтовальщиков // Фехтование: [сборник статей]. М.: Физкультура и спорт, 1984. С. 33-35; Родионов А.В. Влияние психологических факторов на спортивный результат. М.: Физкультура и спорт, 1983. – С. 109; Алексеев А.В. Система АГИМ. М., 1995. 88 с.), что лица с богатым воображением при спортивной деятельности, наиболее подвержены и предстартовым волнениям.

Особенности эмоциональной сферы фехтовальщиц определяются необходимостью противостоять отрицательным эмоциям, связанным с трудностями тренировочного процесса, и в то же время разнонаправленным эмоциям соревновательного процесса (к отрицательным эмоциям из числа последних обычно относят, например, неожиданно возникшую необходимость соперничества, другие неожиданные трудности, наконец, неадекватное решение судьи в процессе боя).

Неоднократно отмечался значительный диапазон колебаний эмоций в соревновательном процессе: от внешнего спокойствия (которое, однако, может сочетаться со значительной внутренней напряженностью) до радости, восторга, или, напротив, глубоких огорчений.

Опасения, растерянность, скованность и в то же время вдохновение, боевой задор, жажда победы и гордость за спортивные свершения, может, как справедливо отмечает Е.П. Ильин (*Ильин Е.П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2009. 352 с.*), «изменяться от слабой выраженности, до сильной проявленности».

Лишь при наличии сильно развитых волевых качеств, силы характера у спортсмена или у спортсменки имеется возможность овладения всем спектром эмоций, возможность подчинить их своей воле.

М.Н. Валуева (*Произвольная регуляция вегетативных функций организма. М.: Наука, 1967. 95 с.*) делает весьма интересный вывод относительно эмоциональной нагрузки тренировочного процесса, отмечая, что в физиологическом плане даже

тяжелая физическая нагрузка дает меньший эффект, по сравнению с эмоциогенными ситуациями.

Ход соревновательной деятельности, как и поведение спортсменки в значительной степени зависят от ее индивидуальных особенностей выраженных в свойствах нервной системы.

Е.П. Ильин (*Психология спорта. СПб.: Питер, 2009. 352 с.*) на основе проведенного им сравнительного исследования выделяет следующие типологическими особенности нервной системы спортсменов, специализирующихся в сабельном фехтовании: сила нервной системы, подвижность процесса торможения, инертность процесса возбуждения, уравновешенность нервных процессов.

Другими показателями индивидуального стиля и результативности выступлений являются индивидуальные свойства личности (*Генов Ф. Психологические особенности мобилизационной готовности спортсмена. М.: Физкультура и спорт, 1971. 245 с.; Плахтиенко В.А. Надежность в спорте М.: Физкультура и спорт, 1983. 176 с.*).

В настоящее время известно не многое о личностных особенностях спортсменов и спортсменок в фехтовании.

Из данных, полученных на примере квалифицированных шпажистов-мужчин, следует, что в стрессовых ситуациях они, как правило, недоверчивы, но уверены в своих действиях, в соревновательной борьбе целеустремлены, но излишне эмоциональны, что приводит к трудностям в управлении своим поведением. (*Турецкий Б.Г. Влияние занятий фехтованием на формирование черт личности спортсмена // Фехтование: [сборник статей]. М.: Физкультура и спорт, 1986. С. 50-53.*).

Интересны данные, полученные в том же исследовании и говорящие о том, что квалифицированные фехтовальщицы остро нуждаются в поддержке тренера и товарищей, отсутствие которой может отрицательно сказаться на эффективности соревновательной деятельности. К такому же эффекту может

приводить и удовлетворенность конкретным результатом, на фоне спокойствия и сдержанности, как выраженных личностных черт.

Результаты исследований, проведенных Р.З. Шайхтдиновым (*Личность и волевая готовность в спорте. М.: Физкультура и спорт, 1987. 53 с.*), позволили установить неадекватное повышение общей самооценки спортсменов с ростом спортивного мастерства, независимо от вида спорта.

Однако, другую тенденцию, также свойственную спортсменам и спортсменкам вне зависимости от вида спорта можно расценить как сугубо положительную. Это тенденция к повышению с ростом спортивного мастерства адекватности самооценки собственных способностей к волевым напряжениям.

По мнению многих исследователей (*Асеев В.Г. Мотивация поведения и формирование личности. М.: Мысль, 1976. 158 с.; Узнадзе Д.Н. Психологические исследования М.: Наука, 1966. 451 с.; Шайхтдинов Р.З. Личность и волевая готовность в спорте. М.: Физкультура и спорт, 1987. 53 с.*) соревнующиеся стремятся победить в ходе соревновательной деятельности, проявляя волевые способности, больше, чем проявляя свои физические качества или пользуясь собственными интеллектуальными процессами (то есть волевая победа является более личностно значимой).

Важным для успеха спортивной деятельности является учет основных свойств нервной системы человека.

Несмотря на то, что в обычных жизненных ситуациях они лишь в незначительной мере влияют на поведение, однако, в спортивной деятельности могут выступать в роли ведущих факторов оперативной надежности деятельности.

В ряде исследований отмечены положительные личностно-психологические особенности спортсменов или спортсменок, положительно влияющие на успешность спортивной деятельности. В спортивных единоборствах к таковым относятся: общая активность, спокойствие, реалистичность, эмоциональная зрелость, инициативность, предприимчивость, (*Блудов Ю.М. Личность в спорте: Очерки исследования психологии спортсмена М.: Сов. Россия, 1987. 154 с.; Келлер В.С. Деятельность спортсменов в вариативных конфликтных ситуациях. Киев: Здоров'я, 1977. 184 с.*).

Таким образом, можно считать, что фехтовальщиц, как и представительниц других видов спорта можно характеризовать по следующим параметрам: типологические особенности нервной системы, уровень развития специализированных психологических процессов («чувства оружия», «чувства боя»), эмоциональные особенности, волевые и личностные особенности.

Определенный уровень и сочетание этих качеств способствуют формированию устойчивости спортсменки к помехам в условиях соревновательной деятельности.

Особенности психологической подготовки фехтовальщиц проистекают из специфики психических свойств спортсменок, их морально-волевых черт, а также тех трудностей тренировочного и соревновательного процессов, которые являются для них значимыми.

Психологические характеристики женщин-спортсменок, как уже отмечалось, обладают ярко выраженной спецификой.

Высокие показатели обучаемости обуславливают достижение женщинами значительных успехов. Их характеризуют также высокой чувствительностью вестибулярной сенсорной систем дифференцированными чувствами, что создает благоприятные условия при объяснении цели выполняемых упражнений.

Как уже отмечалось, общая психологическая подготовка в фехтовании направлена на воспитание и совершенствование психических функций спортсменок; способности к саморегулированию эмоционального состояния; тактического мышления; мотива общественной значимости результата, организованности, спортивного трудолюбия, любви к соревновательной деятельности, коллективизма и др.; волевых качеств целеустремленности, выдержки, самообладания, решительности, смелости, инициативности и др.

Основной метод воспитания - метод убеждения, личный пример тренера, особенно в привитии обучаемым высоких нравственных качеств.

Специальная психологическая подготовка, как уже отмечалось выше, связана с технико-тактической подготовкой, направлена на создание готовности к соревнованиям вообще и подготовку к конкретным соревнованиям; должна обеспечить противодействие отрицательным влияниям продолжительных напряжений, связанных с подготовкой к соревнованиям; регулирование эмоциональным; состоянием в процессе состязаний и др.

Уровень специальной психической подготовки тесно связан с личностными качествами спортсменок, типологическими особенностями их нервной системы, а также их психической устойчивостью к стрессовым ситуациям, характерным для соревновательной деятельности в фехтовании.

Очевидным представляется, что для достижения высоких уровней спортивного мастерства, фехтовальщикам, независимо от их пола, необходимы целеустремленность, смелость, решительность, уверенность в своих силах и способность к максимальному проявлению функциональных возможностей в условиях напряженных соревнований (Келлер В.С. *Построение и управление подготовкой высококвалифицированных фехтовальщиков*. М.: 1985. С. 9-12).

Важно в процессе подготовки фехтовальщиц к соревнованиям добиться того, чтобы у них в какой-то мере была сформирована способность управлять своими отрицательными эмоциями, сдерживая их так, чтобы они не сказались на тактическом мастерстве.

На базе сформированных в ходе общей психологической подготовки свойств личности регуляция и саморегуляция предсоревновательных психических состояний должны стать более эффективными, и должна быть достигнутой целью психологической подготовки спортсменки к конкретному соревнованию.

Психологические мероприятия по формированию соответствующих отношений начинают постепенно сливаться с мероприятиями по управлению психическими состояниями. Главное из них – формирование предсоревновательных установок. Наиболее оправдали себя в предсоревновательный период установки не на результат выступления, а на

процесс его достижения. Это установки на хорошую работу, на то, что делать, как делать и когда делать. Актуализация целевых установок наиболее целесообразна лишь за несколько минут, а иногда и секунд до начала соревнований. Наиболее неблагоприятным вариантом являются контрастные мысли либо о великом достижении, либо о большой неудаче – с преобладанием последних. Эти мысли могут разрушить даже очень крепкую психологическую защиту спортсменки в самые последние минуты перед стартом (*Горбунов Г.Д. Современная практика психологической подготовки спортсмена // Теория и практика физ. культуры. 1979. № 12. С. 5-7*).

Ф.П. Суслов (*Современная система спортивной подготовки М.: [СААМ], 1995. 446 с.*) отмечает, что для обеспечения процесса произвольной саморегуляции индивид должен, во-первых, сознательно контролировать свое эмоциональное состояние, во-вторых, целенаправленно управлять своим вниманием, в-третьих, создавать желательные образы-представления, касающиеся различных спортивных и жизненных ситуаций, в-четвертых, управлять тонусом своих мышц. Для решения каждой из этих задач могут быть использованы различные приемы.

Психическая саморегуляция в спортивной деятельности тесно связана с помехоустойчивостью и представляет собой процесс, направленный на более активное и целесообразное поведение и деятельность в процессе подготовки и участия в соревнованиях, преодоление возникающих при этом помех и трудностей, быстрое приспособление к сложным и опасным ситуациям.

Наиболее благоприятны для успешных выступлений на соревнованиях такие особенности психики, которые позволяют спортсменке проявлять свои спортивные возможности на максимальном уровне.

В этом отношении следует дифференцировать оперативную эмоциональную настроенность, которая может быть стимулирована применением перед соревновательными боями соответствующей необходимости боевой настройки и устойчивое психологическое состояние спортсменки в ходе всех соревнований.

Здесь следует знать специфику помех или барьеров преимущественно психологического плана существующих в спортивной деятельности фехтовальщиц.

Наиболее общей предпосылкой к неблагоприятному в психологическом состоянии фехтовальщицы является осознание ей превосходящей силы противницы и, как следствие, возникающее отсюда неверие в возможность собственной победы.

Следующая помеха, лежащая на поверхности – это отрицательные в психологическом плане последствия неудачно сложившегося боя, в котором противодействие противницы по какой-то причине (возможно случайно) разрушили замыслы и планы фехтовальщицы.

Астеническое психологическое состояние еще одна помеха, которая, как правило, возникает от сознания своей недостаточной подготовленности к соревнованию. Также характерны случаи, когда чрезмерная нервная нагрузка, вызванная повышенной ответственностью за результат боя (соревнования), приводит спортсменку к излишней скованности, лишает ее возможности творчески раскрыться в боевой деятельности, а также разумно рисковать.

Другими помехами являются неудачная жеребьевка, неудачно сложившиеся бои с заведомо слабыми соперницами, необходимость проведения трудного, решающего исход всей командной встречи бой.

Основным средством борьбы с психологическими помехами и барьерами, как и психологической подготовки в целом, служит большая по объему практика участия в соревнованиях, приближающая соревновательную деятельность в разряд более привычных, ординарных видов деятельности.

Еще одно преимущество частого участия в соревнованиях, состоит в том, что оно развивает выносливость, в том числе психологическую к перенесению значительной нервной напряженности, а это позволяет обеспечить положительный эмоциональный фон.

Наконец, еще одной значительной по важности целью психологической подготовки является воспитание боевитости – важного для единоборцев

комплексного качества, сочетающего в себе стремление к ведению активного противоборства, боевой задор и стремление к победе.

Таким образом, особенности спортивной подготовки фехтовальщиц на сабле определяются как спецификой соревновательной деятельности, так и эмоционально-психологическими особенностями психики женщин. Так наиболее ярко выраженными чертами фехтовальщиц, требующими коррекции, является повышенная тревожность и эмоциональность. Указанные особенности задают особые требования к применяемым средствам и методам подготовки, обеспечивающим устойчивость спортсменок к соревновательным помехам, в частности судейским ошибкам.

Заключение по главе 1

Изучение литературы по проблеме исследования позволило установить несколько теоретических положений, послуживших основой для проведения дальнейшего исследования.

Во-первых, было выяснено, что сабельному фехтованию присущи особенности соревновательной деятельности, которые обусловлены правилами соревнований, особенностями оружия, сложившейся практикой подготовки к боевой деятельности и тренировочного процесса в целом.

Технико-тактическая подготовка фехтовальщиц на сабле должна обеспечивать, как выработку широкого круга технико-тактических навыков, так и индивидуальный технико-тактический стиль ведения боя, и, наконец, стабильность использования техники и тактики в соревновательной деятельности.

Во-вторых, важнейшим из состояний спортсменок в процессе соревновательной деятельности, обеспечивающих успешность этой деятельности, является устойчивость к разного рода помехам, которую необходимо понимать, как состояние, интегрирующее свойства психики,

оперативные психические состояния и поведенческие проявления, препятствующие негативному воздействию на спортсменов помеховлияний различного характера.

В-третьих, фехтовальщиц, как и представителей других видов спорта можно характеризовать по следующим параметрам: типологические особенности нервной системы, уровень развития специализированных психологических процессов (основные из них в фехтовании: «чувство оружия» и «чувство боя»), эмоциональные особенности, волевые и личностные черты.

Определенный уровень и сочетание этих качеств способствуют формированию устойчивости спортсменки к помехам в условиях соревновательной деятельности (или согласно других предлагаемых терминов «состоянию готовности к соревнованиям» или «соревновательной надежности»). Наиболее ярко выраженной чертой фехтовальщиц, требующей коррекции, является их повышенная тревожность и эмоциональность.

Необходимо отметить, что применение различных средств и методов повышения устойчивости соревнующихся к помехам должно быть эффективным и оказывать влияние на спортсменок с самым различным сочетанием типологических свойств нервной системы, личностно-психологических качеств и специализированных восприятий.

Многими авторами упоминается необъективное или непривычное судейство в числе факторов, препятствующих успешности соревновательной деятельности, а в психологическом плане способное поставить под сомнение такой элемент подготовленности фехтовальщиц, как состояние готовности к соревнованиям, соревновательную надежность спортсменок, или их устойчивость к помехам. Упоминаются также различные стили судейства.

Однако, средства и методы, позволяющие эффективно противостоять непривычному судейству или судейским ошибкам в теории и методике психологической подготовки в настоящее время не выявлены.

В-четвертых, в психологической подготовке принято выделять четыре группы методов подготовки: 1) психологически обоснованные и

модифицированные методы обычной тренировки, например, тренировочный бой с сильным соперником; 2) методы, служащие для регуляции или саморегуляции психических состояний; 3) методы, относящиеся к постановке достижимых спортивных целей, к оптимальному повышению уровня притязаний спортсменов; 4) методы, направленные на формирование спортивного коллектива и поддержание высокого уровня морально-волевых качеств спортсменов.

Кроме того, для удобства классификации средств и методов психологической подготовки, можно условно разделить их на средства и методы общей направленности (связанные в основном, с повышением мотивации, волевых, психологических свойств обучаемых) и специальной направленности (связанные в основном, с повышением уровня специализированных восприятий и специализированных умений и навыков обучаемых).

Таким образом, термин «устойчивость к помехам» наиболее точно передает смысл одного из важнейших свойств фехтовальщиц, необходимых для успешной соревновательной деятельности. Это понятие более узкое по сравнению с общепринятым понятием «готовности к соревнованиям», однако оно точно отражает специфику состояния спортсмена или спортсменки, позволяющего им противодействовать сторонним отрицательным влияниям, одним из которых является необъективное судейство. Для формирования устойчивости к помехам используются все группы методов психологической подготовки, наиболее важные из которых связаны с технико-тактической подготовкой и представляют собой модифицированное и наполненное психологическим содержанием выполнение соревновательной деятельности.

Эти соображения послужили основой для организации практической части настоящего исследования, в которой была разработана и апробирована методика повышения устойчивости фехтовальщиц-саблисток к судейским ошибкам.

ГЛАВА 2 МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1 Методы исследования

Для решения поставленных задач в работе использовались следующие методы исследования:

- анализ научной и методической литературы;
- метод экспертных оценок и нотационной записи;
- анкетирование;
- исследование психомоторных качеств;
- тестирование;
- педагогический эксперимент;
- методы математической статистики.

2.1.1 Метод анализа научной и методической литературы

Анализ источников научной и методической литературы использован в работе для выявления состояния вопроса по исследуемой проблеме, формирования гипотезы, цели, задач и адекватных методов исследования.

Литературный анализ позволил выявить, что технико-тактическое совершенствование квалифицированных фехтовальщиц на саблях в многолетней практике основывается на формировании техники и тактики спортивного фехтования на саблях, с учетом изменений правил ведения боев, технологий судейства и показателей соревновательной деятельности.

Кроме того, метод позволил сопоставить полученные данные с данными других источников, интерпретировать результаты с позиций теории и методики фехтования, спортивной педагогики.

2.1.2 Метод экспертных оценок и нотационной записи

Целью использования этого метода было изучение содержания соревновательной деятельности фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации и динамики показателей этой деятельности, как при спорном судействе, так и при использовании методики повышения устойчивости спортсменок к действиям судьи.

Для достижения указанной цели была применена видеозапись с последующей расшифровкой применяемых способов ведения единоборства, выполненных нотационно-графическими символами, которые были разработаны в ряде научных работ Л. В. Головни (*Графическая запись действий фехтовальщика // Теория и практика физической культуры. 1954. № 3. С. 222-229.*); Т. А. Дубовенко (*Методы записи боевых действий и приемов в фехтовальном бою // Материалы научной конференции по итогам научно-исследовательской работы КГИФК за 1968. Киев, 1969. С. 62-64*), К. Ю. Ажицкого (*Оперативная запись боевых действий фехтовальщика и анализ ее эффективности: метод, указания для студентов. Л., 1977. 23 с.*) и других.

Анализировались такие показатели боевой деятельности, как объем, разновидности боевых действий фехтовальщиц.

В результате выявлялись объемы и результативность следующих видов боевых действий:

- атаки;
- защитно-ответные действия;
- контратаки;
- ремизы.

Более подробно анализировались атакующие действия фехтовальщиц, которые были классифицированы (отнесены к определенному классу или разновидности) по моменту применения и по количественным признакам.

По моменту применения выделялись следующие разновидности атак:

- основные атаки;

- атаки на подготовку;
- ответные атаки;
- повторные атаки.

По количественным признакам выделялись следующие разновидности атак:

- простые;
- с финтами;
- с действием на оружие;
- оружие в линии (прямая рука);
- комбинированные.

Расчет объемов и результативности боевых действий осуществлялся по следующим формулам:

$$V = \frac{n}{N} \times 100\% \quad (1)$$

где V- общий объем выполненных боевых действий определенного класса (разновидности); n-количество выполняемых действий определенной разновидности; N- общее количество выполненных спортсменкой действий за период времени (как правило – за бой).

$$R = \frac{k}{K} \times 100\% \quad (2)$$

где R- общая результативность действий определенного класса (разновидности); k- количество успешно выполненных действий определенного класса (разновидности); K - общее количество выполненных спортсменкой действий за период времени (как правило – за бой).

2.1.3 Анкетирование

Метод анкетирования применялся на начальном этапе эмпирического исследования для выявления мнения специалистов по фехтованию относительно спорных судейских решений, влияющих на ход соревновательной деятельности,

а также о возможности применения различных тренировочных средств в ходе подготовки спортсменов, направленной на повышение устойчивости соревнующихся фехтовальщиков к спорным решениям судьи. Всего было опрошено 85 специалистов.

Разработанная нами анкета включала в себя 15 вопросов, с помощью которых было выяснено мнение ведущих тренеров по сабле, шпаге, рапире и фехтовальщиков высокой квалификации.

2.1.4 Исследование психомоторных качеств

Исследования проводились с использованием пакета специализированных компьютерных программ, который предусматривал комплексную оценку уровня развития психомоторных качеств исследуемых.

Изучались:

- Скорость сложной реакции – реакции с выбором (мс);
- Ошибка реакции на движущийся объект (мс).

Тестирование осуществлялось в состоянии покоя (перед тренировочным занятием) с помощью специальной программы, разработанной на кафедре теории и методики фехтования НГУ им П.Ф. Лесгафта и установленной на ПК и функционирующей в среде Windows. Испытуемый реагировал нажатием на определенную клавишу при появлении на экране определенного сигнала либо (в случае тестирования РДО) при достижении движущегося по кругу (циферблату) цветового пятна определенного положения на этом круге (12 часов).

2.1.5 Тестирование психологических качеств

Тестирование применялось для выявления уровня развития помехоустойчивости и осуществлялось с помощью разработанного Ю.В. Яковых

(*Формирование помехоустойчивости у юных баскетболистов на этапе начальной спортивной специализации : дис. ... канд. пед. наук Тобольск, 2008. 156 с.*) опросника с внесенными нами изменениями. Опросник включает шесть вопросов, на каждый из которых предлагается три ответа. Каждый ответ имел определенную оценку в зависимости от характера влияния той или иной помехи на спортсмена: ответ «а» оценивался в 1 балл; ответ «б» оценивался в 2 балла; ответ «в» оценивался в 3 балла. Затем находилась общая сумма баллов, характеризующая уровень развития помехоустойчивости.

Шкала помехоустойчивости имеет следующую градацию:

- высокий уровень 12-18 баллов;
- средний уровень 6-11 баллов;
- низкий уровень 5 баллов и менее.

Шкала уровня тревожности (Шкала Дж. Тейлор) в адаптации В.Г. Норакидзе (60 вопросов).

Сумма баллов:

- 40 – 50 баллов - очень высокий уровень тревожности;
- 25 – 40 баллов - высокий уровень тревожности;
- 15 – 25 баллов - средний (с тенденцией к высокому) уровень;
- 5 – 15 баллов - средний (с тенденцией к низкому) уровень;
- 0 – 5 баллов - низкий уровень тревожности.

Методика «Психоэмоциональная устойчивость» (Модифицированная методика Ф.Ф. Костова) (*Костов Ф. Ф. Психоэмоциональная устойчивость как фактор профилактики развития реактивной астении у спортсменов: дис. ...канд. психол. наук : 13.00.04. СПб, 2020. 128 с.*).

2.1.6 Педагогический эксперимент

Настоящий метод применялся как для выявления изменений в боевой деятельности фехтовальщиц-саблисток в случаях спорного судейства, так и для

проверки эффективности методики, обеспечивающей устойчивость спортсменок – участниц исследования к действию этого фактора.

Базой исследования являлся Национальный Государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург.

Первая часть экспериментального исследования – констатирующий педагогический эксперимент. Продолжительность – один год.

Изучалось влияние спорного судейства на структуру и характеристики боевой деятельности российских фехтовальщиц-саблисток на соревнованиях высокого уровня.

Выборку исследуемых составили квалифицированные спортсменки (КМС, МС, МСМК).

Были проанализированы бои в течение 2018-2019 гг. на следующих соревнованиях – этапы Кубка мира, Чемпионат России, Кубок России. Всего проанализировано 233 боя, из которых 58 боев - при спорном судействе.

Признаками спорного судейства считались выводы экспертной комиссии, а также следующие действия спортсменок: пререкания с судьей, снятие маски без разрешения, требования видеоповтора и т.д.

Оценивалась степень влияния спорного судейства на характеристики соревновательной деятельности.

Во второй части констатирующего эксперимента оценивалась индивидуальная динамика показателей соревновательной деятельности.

Выборку исследуемых составили 12 квалифицированных спортсменок из Санкт-Петербурга (КМС, МС), принимавших участие в указанных выше соревнованиях, а также – в некоторых соревнованиях регионального уровня, таких как Чемпионат ВУЗов Санкт-Петербурга. Всего проанализировано 93 боя, из них 22 – при спорном судействе. Оценивались индивидуальные различия в реакциях на спорное судейство и анализировались причины этих различий.

Следующий педагогический эксперимент – формирующий педагогический эксперимент. Время проведения 2019 г. начало 2020 г. Анализ соревновательной деятельности проводился на Чемпионатах ВУЗов Санкт-Петербурга, Чемпионате

Санкт-Петербурга, Кубке Санкт-Петербурга, открытом Кубке НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург памяти ЗМС К.Т. Булочко.

В педагогическом эксперименте приняли участие 8 квалифицированных фехтовальщиц на саблях, студенток НГУ им П.Ф. Лесгафта в возрасте 17-24 года (КМС, МС).

Спортсменки тренировались с использованием методики повышения устойчивости к спорному судейству.

Было проанализировано 95 боев спортсменок, из которых 46 до эксперимента, 49 – после его завершения, из них 22 при спорном судействе.

Применение экспериментальной программы в структуре тренировочных занятий, должно было позволить эффективно совершенствовать устойчивость спортсменок к спорному судейству.

Экспериментальная программа повышения помехоустойчивости спортсменок включала в себя два компонента, формирующих устойчивость от сбивающих воздействий:

1. Тренировочные средства с преимущественно технико-тактическим содержанием (являлись основными).
2. Тренировочные средства с преимущественно психологическим содержанием (действовали совместно с первыми, дополняя их).

Динамика показателей применения боевых действий, от начала эксперимента к его завершению, позволила объективно оценить эффективность методики повышения устойчивости спортсменок в структуре тренировочного процесса квалифицированных фехтовальщиц на саблях.

Также оценивалась динамика психомоторных и психологических качеств испытуемых в ходе применения экспериментальной методики тренировки.

2.1.7 Методы математической статистики

Методы математической статистики применялись для обработки и анализа полученных в ходе эксперимента данных и проводился, как правило, сразу после завершения наблюдения.

Для определения математической достоверности различий между показателями (до и после педагогического эксперимента) применялась процедура проверки по T-критерию Вилкоксона.

Вычисление искомых параметров производилось при помощи пакета статистического анализа популярного офисного пакета Microsoft Office Excel.

Результаты представлялись в статистических таблицах и на графиках при использовании указанных программных средств.

2.2 Организация исследования

Исследования проводились с 2009 по 2021 года.

В схематическом виде этапы исследования отражены на рисунке 2.

На первом этапе - теоретическом (2009-2017 гг.) проводился сбор и анализ теоретического материала, касающегося влияния возможно необъективных решений на соревновательную деятельность в сабельном фехтовании для создания теоретической основы для разработки собственной экспериментальной методики совершенствования устойчивости фехтовальщиц на сабле высокой квалификации к спорным судейским решениям.

На втором этапе – экспериментально-аналитическом (2018 г.) была поставлена задача – получить эмпирические данные об изменении соревновательной деятельности квалифицированных фехтовальщиц-саблисток в условиях спорного судейства, для чего сначала было проведено анкетирование специалистов по фехтованию, а затем, в ходе констатирующего эксперимента, изучение динамики показателей соревновательной деятельности в условиях спорного судейства.

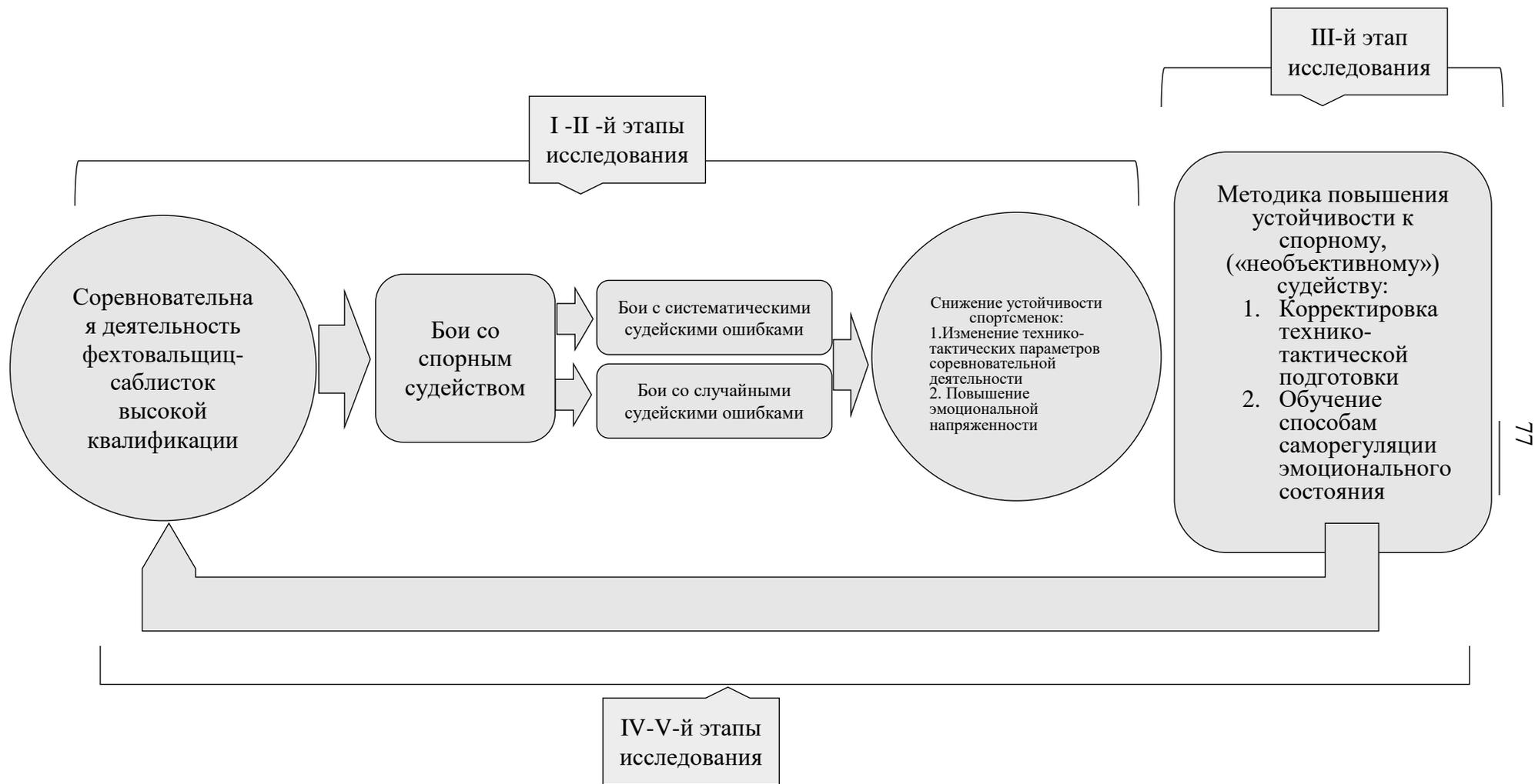


Рисунок 2 – Блок-схема этапов исследования

В свою очередь, проведение констатирующего педагогического эксперимента, также было разделено на два подэтапа.

Вначале (констатирующий педагогический эксперимент) оценивалось общее влияние спорных решений судьи на соревновательную деятельность большой выборки фехтовальщиц на сабле высокой квалификации.

В рамках следующего подэтапа констатирующего эксперимента была выделена выборка испытуемых и произведен анализ индивидуальных параметров их соревновательной деятельности. Были установлены индивидуальные различия в реакциях спортсменок на спорное судейство, связанные со сменой характера применения ими боевых действий.

На третьем этапе исследования – моделирующем (2019 г.) производилась разработка экспериментальной методики повышения устойчивости фехтовальщиц на сабле высокой квалификации к спорному судейству, предполагающая введение в их тренировочный процесс средств, направленных на формирование умений и навыков ведения поединков в условиях неоднозначности судейских решений, а также создания предпосылок для повышения эмоционально-психологической устойчивости, позволяющей соревноваться в состоянии максимально близком к оптимальному боевому состоянию, характеризующемуся уверенностью в собственных силах и достижению победы, невзирая на возможные помехи.

На четвертом этапе исследования – преобразующем (2019-2020 гг.) был проведен формирующий педагогический эксперимент для проверки эффективности, разработанной ранее методики повышения устойчивости фехтовальщиц на сабле высокой квалификации к спорному судейству, включавшей в себя внесение изменений как в технико-тактическую подготовку, так и в психологическую и предполагавшую при помощи системного характера организации этой методики добиться оптимизации соревновательной деятельности и повышения соревновательного результата спортсменок – участниц эксперимента. Соотношения показателей применения типовых боевых действий в схватках подтвердили эффективность применения разработанной методики.

На пятом заключительном – формализующем - этапе исследования (2020-2021 г.г.) производилось окончательное обобщение полученных данных, формулировка выводов и практических рекомендаций, оформление работы.

ГЛАВА 3 ИЗУЧЕНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ФЕХТОВАЛЬЩИЦ- САБЛИСТОК В СВЯЗИ С ВОЗМОЖНОСТЬЮ ПРИНЯТИЯ СПОРНЫХ СУДЕЙСКИХ РЕШЕНИЙ

3.1 Мнение специалистов по фехтованию относительно судейства

С целью выявления мнения специалистов по фехтованию - ведущих тренеров по сабле, шпаге, рапире и фехтовальщиков высокой квалификации, членов сборной команды России по проблеме влияния спорных судейских решений на результативность соревновательной деятельности и пути ее решения был проведен письменный опрос (таблица 1).

Таблица 1 – Результаты письменного опроса специалистов (n=85)

Вопрос	Варианты ответов		
	Да	Возможно	Нет
Является ли для Вас (Ваших воспитанников) судейские ошибки, фактором, существенно затрудняющим соревновательную деятельность	81	3	1
Влияют ли судейские ошибки на результаты конкретного боя	78	6	1
Влияют ли судейские ошибки на результаты конкретного фехтовального турнира	75	7	3
Отличается ли реакция на возможные судейские ошибки у спортсменов (спортсменок) различного уровня спортивного мастерства	63	5	17
Отличается ли реакция на возможные судейские ошибки у спортсменов (спортсменок) различного личностно-психологического склада	75	8	2
Применяете ли Вы в тренировочной деятельности специальные средства технико-тактического характера, направленные на оптимизацию соревновательной деятельности в условиях судейских ошибок	8	0	77
Применяете ли Вы в тренировочной деятельности специальные средства психологического характера, направленные на оптимизацию соревновательной деятельности в условиях судейских ошибок	5	0	80
Считаете ли Вы, что работа по совершенствованию навыка действий спортсмена (спортсменки) в условиях возможных судейских ошибок должна быть системной	11	5	69

Результаты обработки ответов на первый вопрос о значимости судейских ошибок как фактора, существенно затрудняющего соревновательную деятельность, свидетельствовали о том, что как тренеры, так и высококвалифицированные спортсмены отмечают важность фактора судейства. Так около 95% опрошенных отметили судейские ошибки, как важный фактор отрицательного плана, негативно действующий, как до начала соревновательной деятельности (сама возможность судейских ошибок) так и непосредственно в ее ходе (рисунок 3).

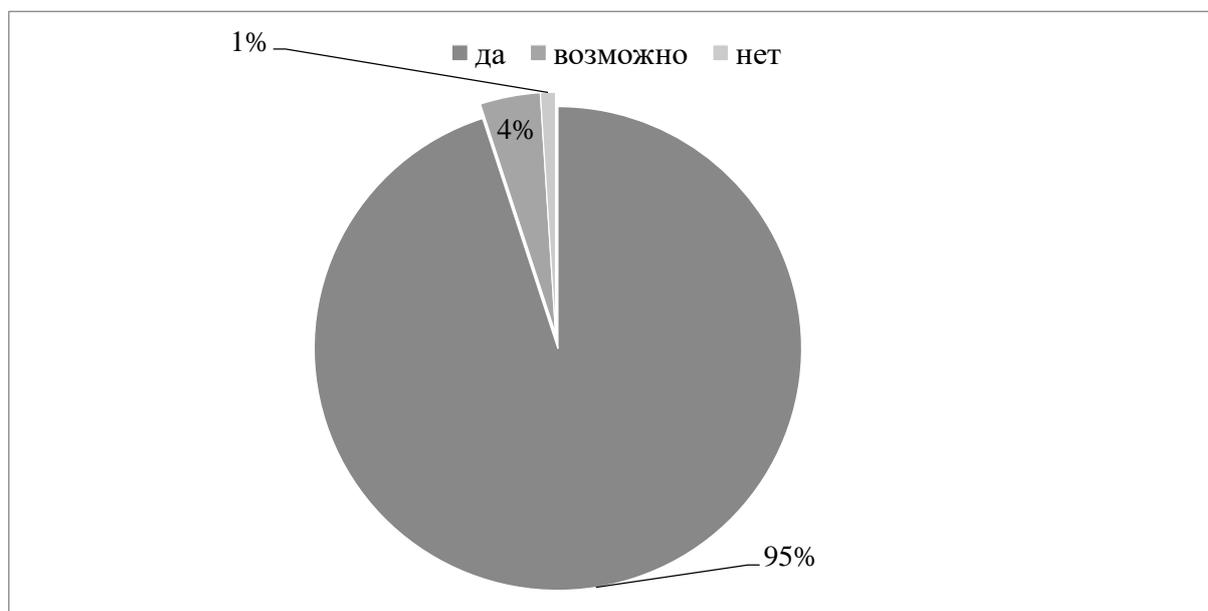


Рисунок 3 – Соотношение мнений респондентов о значимости судейских ошибок как фактора, существенно затрудняющего соревновательную деятельность (n=85)

На следующей диаграмме (рисунок 4) представлены ответы на вопрос «Влияют ли судейские ошибки на результаты конкретного боя?». Исходя из полученных данных, подавляющее большинство респондентов (около 92%) считает, что судейские ошибки, безусловно, влияют на результаты конкретного боя. Это подтвердило, что данный фактор необходимо учитывать в тренировочном процессе фехтовальщиков.

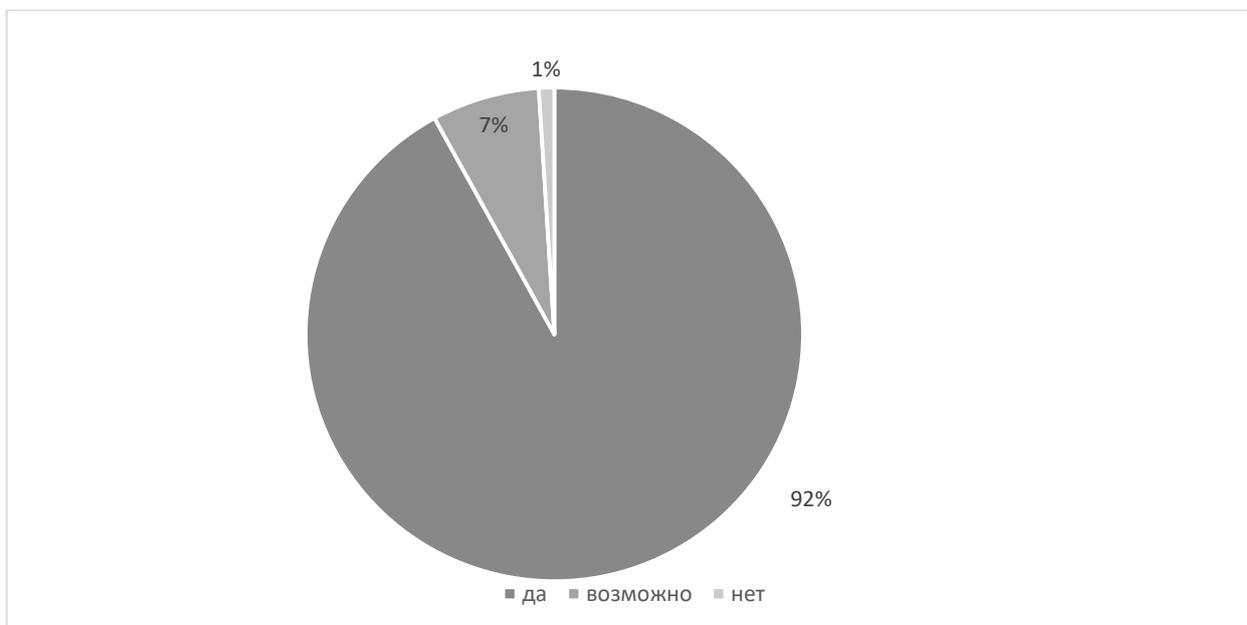


Рисунок 4 – Соотношение мнений респондентов о влиянии судейских ошибок на результаты конкретного боя (n=85)

Анализ ответов на следующий вопрос (рисунок 5) показали, что в значительной степени, по мнению большинства респондентов, судейские ошибки могут также влиять и на соревновательный результат в целом

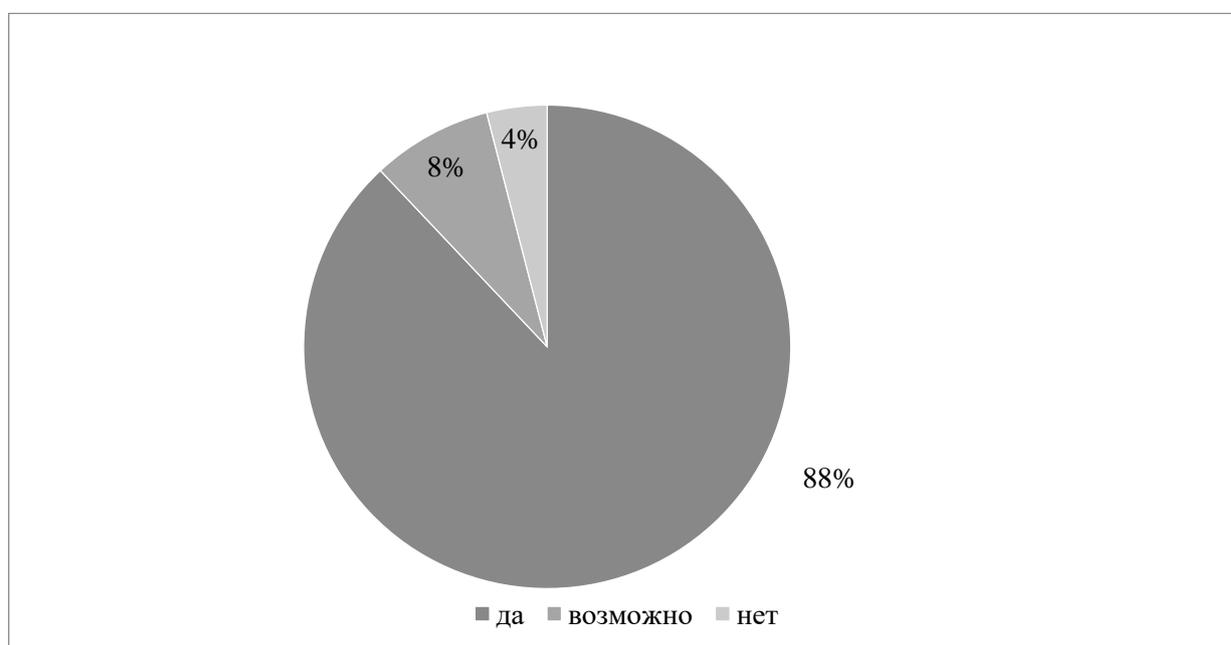


Рисунок 5 – Соотношение мнений респондентов о влиянии судейских ошибок на результаты конкретного фехтовального турнира (n=85)

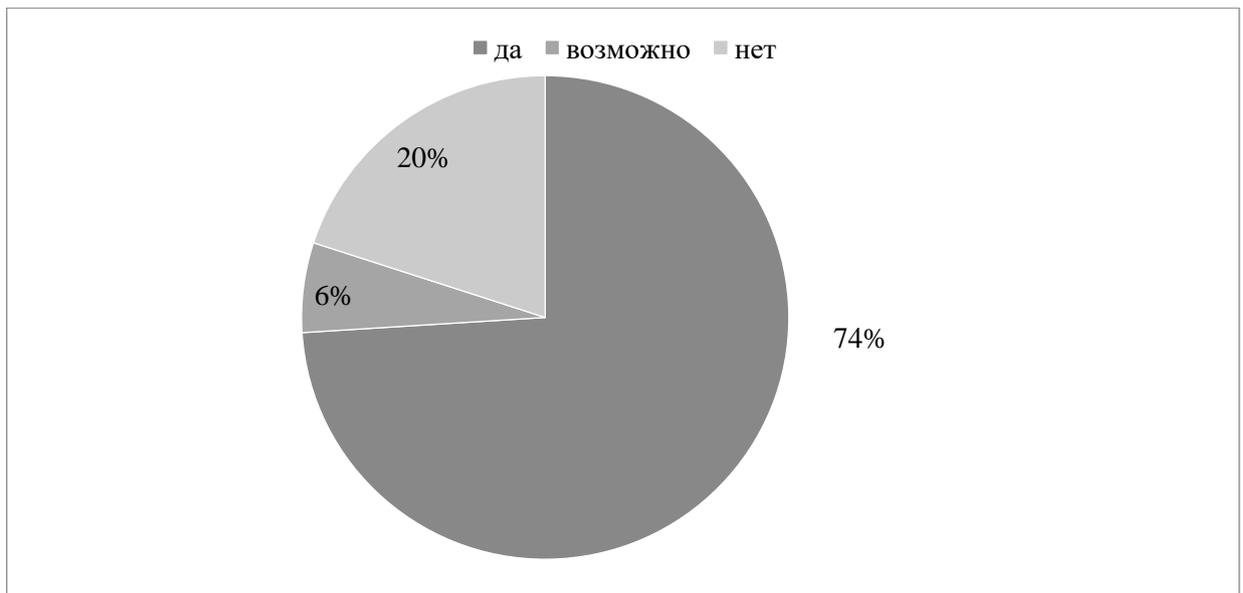


Рисунок 6 – Соотношение мнений респондентов о наличии различий в реакции на возможные судебские ошибки у спортсменов (спортсменок) различного уровня спортивного мастерства (n=85)

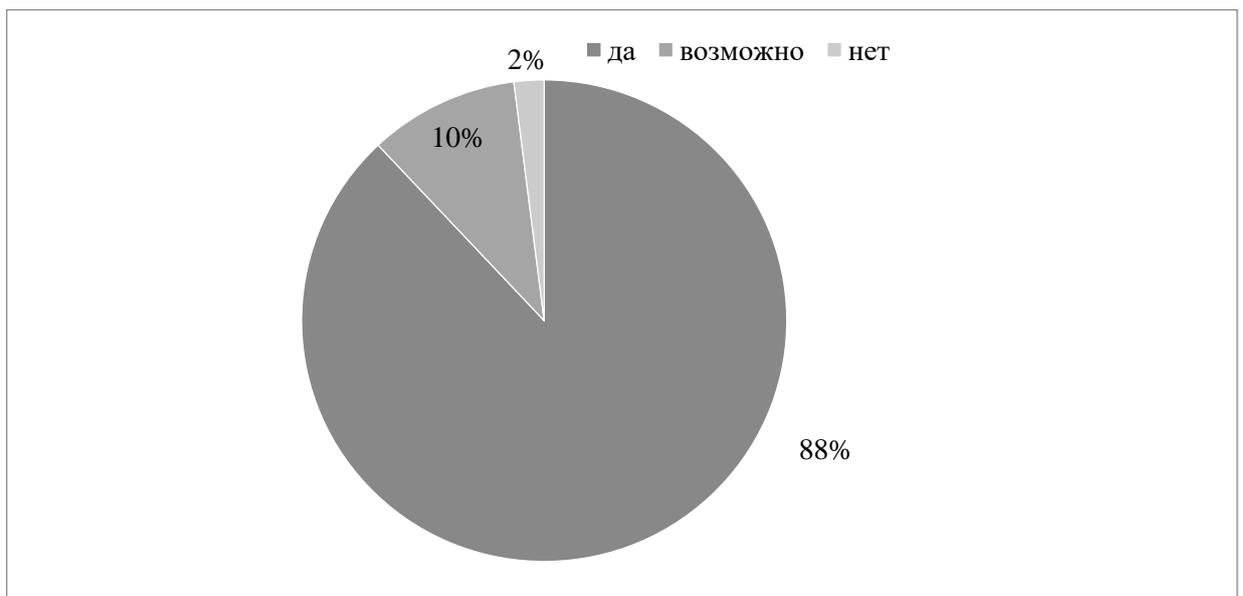


Рисунок 7 – Соотношение мнений респондентов о наличии различий в реакции на возможные судебские ошибки у спортсменов (спортсменок) различного лично-психологического склада (n=85)

Анализ ответов на следующий вопрос показал, что, несмотря на актуальность проблемы судейства, лишь небольшая часть опрошенных (9%) отметили, что ими в их тренировочной практике (в которой они участвуют либо в

качестве спортсменов, либо в качестве тренеров) применяются тренировочные средства технико-тактического плана, непосредственно направленные на подготовку спортсмена к противодействию возможным судейским ошибкам.

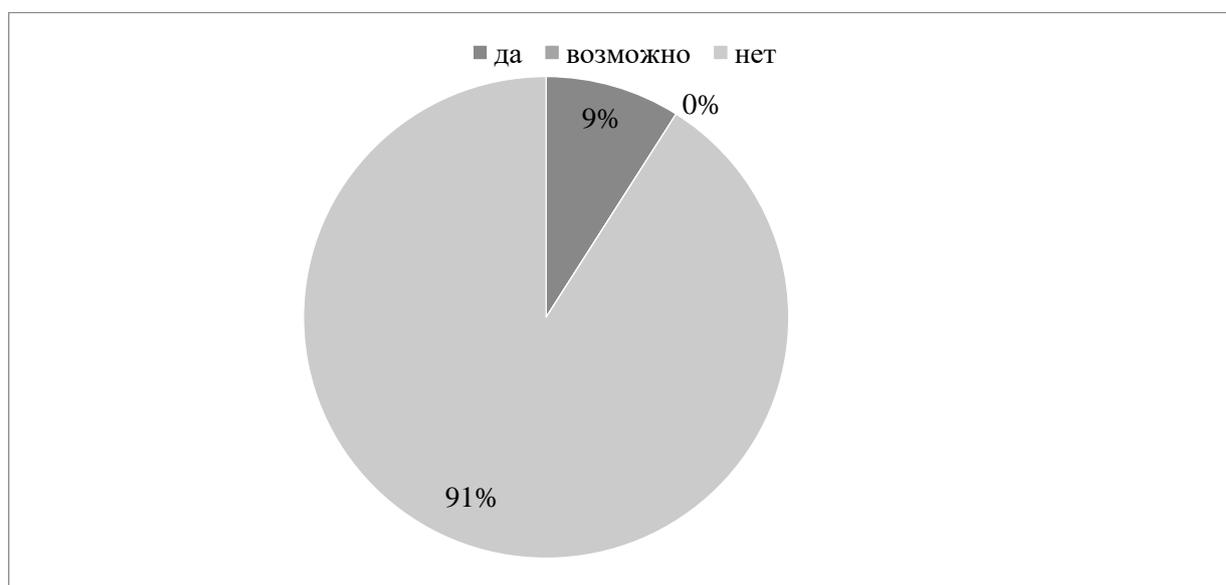


Рисунок 8 – Степень применения в тренировочной деятельности по фехтованию специальных средств технико-тактического характера, направленных на оптимизацию соревновательной деятельности в условиях судейских ошибок (по данным опроса; n=85)

Анализируя степень применения в тренировочной деятельности по фехтованию специальных средств психологического характера, направленных на оптимизацию соревновательной деятельности в условиях судейских ошибок (рисунок 9), установлено, что только 6% опрошенных использует их в практике подготовки фехтовальщиков с целью достижения их адаптации к ведению спортивного противостояния в условиях возможных судейских ошибок.

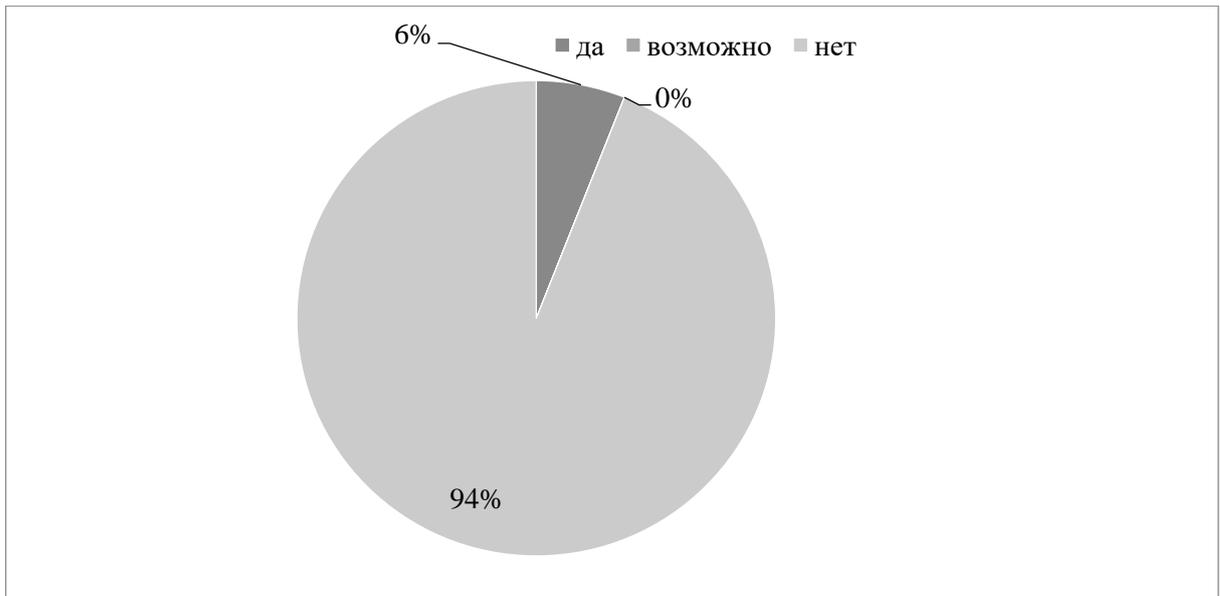


Рисунок 9 – Степень применения в тренировочной деятельности по фехтованию специальных средств психологического характера, направленных на оптимизацию соревновательной деятельности в условиях судейских ошибок (по данным опроса; n=85)

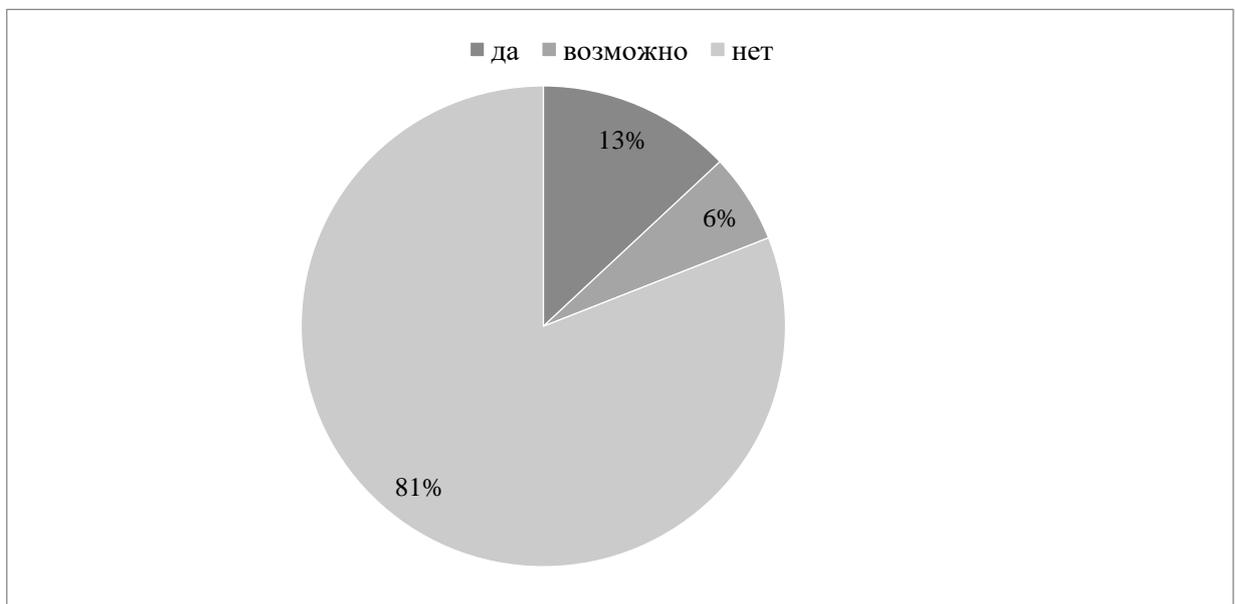


Рисунок 10 – Соотношение мнений респондентов о необходимости осуществления системной работы по совершенствованию навыка действий спортсмена (спортсменки) в условиях возможных судейских ошибок (n=85)

При ответе на открытый вопрос анкеты относительно того, какие рекомендации дают тренеры (или получают спортсмены) на случай столкновения со спорным судейством, были получены разнообразные ответы.

Так несколько респондентов рекомендуют «вести бой как вел», «вести бой правильно», «не обращать внимания», «помнить о главной задаче», «не допускать конфликтов с судьей», «не показывать свои эмоции», «не переходить на личность», поскольку «дисциплинированного спортсмена (спортсменку) лучше судят».

Относительно изменений технико-тактической деятельности при спорном судействе можно выделить из ответов респондентов следующие рекомендации:

- если судья неправильно оценивает тактическую правоту при выполнении ударов (уколов) в атакующих действиях, подкреплять простую атаку действием на оружие;
- развивать фехтовальную фразу через обоюдные действия;
- перехватывать атаку соперника (соперницы) защитным действием – давать ответ;
- ускоряться в завершающей фазе атаки на удар или укол для выигрыша тактической правоты;
- не торопиться выйти в основную (неподготовленную) атаку;
- взвешивать свои технико-тактические решения;
- применять все разнообразие атакующих технико-тактических действий.

В целом, полученные в ходе письменного опроса данные, полностью подтверждают актуальность, проводимого исследования, поскольку, во-первых, показывают значимость фактора судейских ошибок для соревновательной деятельности высококвалифицированных фехтовальщиков, а во-вторых, также показывают отсутствие в системе подготовки высококвалифицированных спортсменов концепции, позволяющей выработать действенные меры противодействия снижению эффективности соревновательной деятельности спортсменов и спортсменок, специализирующихся в фехтовании в случае спорного судейства.

3.2 Особенности соревновательной деятельности фехтовальщиц на сабле высокой квалификации при различном судействе

На предыдущих этапах исследования, было показано, что ошибки арбитров, оказывают воздействие на психические состояния соревнующихся в условиях боя и конечный результат их соревновательной деятельности.

В результате одиночных или множественных ошибок в судействе, участники боя могут сбиться на эмоциональное переживание возникающей ситуации и, как следствие, принимать неадекватные тактические решения.

В настоящем разделе приведены результаты изучения особенностей соревновательной деятельности фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации.

Так как международные правила в фехтовании на саблях в связи с введением времени блокировки ударов в пределах 150-160 миллисекунд изменились в 2017 году и это повлияло на изменение объемов средств ведения боя и их результативность. Исходя из этого целесообразным является при анализе проблем соревновательной деятельности вести отчет с указанного года.

С целью определения объема и результативности основных средств ведения боя при различном судействе был использован метод видеозаписи с последующей расшифровкой состава боевых действий фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации на этапах Кубка мира в 2018 г., 2019 г., чемпионатах и Кубках РФ в 2018 г., 2019 г.

Всего было проанализировано 233 боя.

Признаками спорных решений в судействе считались выводы экспертной комиссии, состоящей из трех человек – все судьи первой категории, а также следующие действия спортсмена: пререкания с судьей, снятие маски без разрешения, требования видеоповтора и другие нарушения, повышенная эмоциональность.

Таблица 2 – Показатели объема и результативности применения основных средств ведения боя фехтовальщиц - саблисток высокой квалификации при различном судействе (%)

Особенности действия соревновательных факторов	Разновидности боевых действий	Показатели применения действий			
		Объемы V (%)		Результативность R (%)	
		М	σ	М	σ
Показатели при объективном судействе n=175	Атаки	74,82	13,82	62,34	7,11
	Защитно-ответные действия	19,33	6,38	35,21	4,26
	Контратаки	5,15	3,38	32,75	5,31
	Ремизы	1,21	3,17	10,53	6,08
Показатели при спорном судействе n=58	Атаки	85,17	14,31	57,14	6,87
	Защитно-ответные действия	10,25	5,93	32,03	4,55
	Контратаки	4,56	3,18	33,11	5,43
	Ремизы	0,51	3,59	10,13	5,94

Объем и результативность основных средств ведения боя в графическом виде представлены на рисунках 11 и 12.

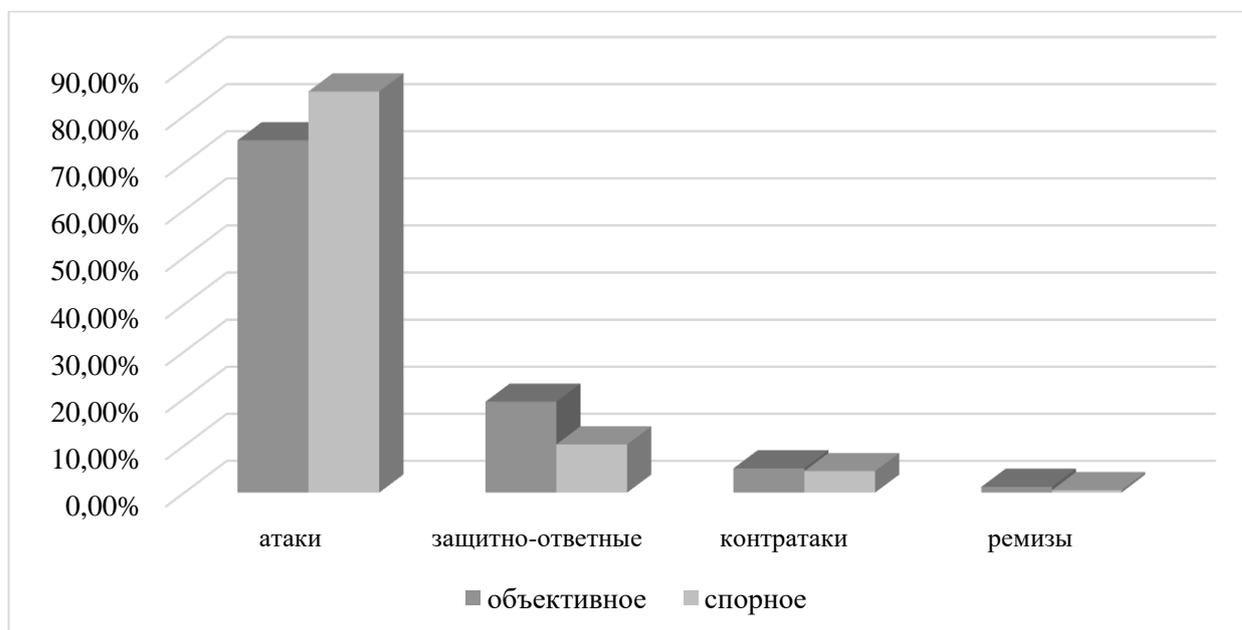


Рисунок 11 – Показатели объема применения основных средств ведения боя фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации при различном судействе (%)

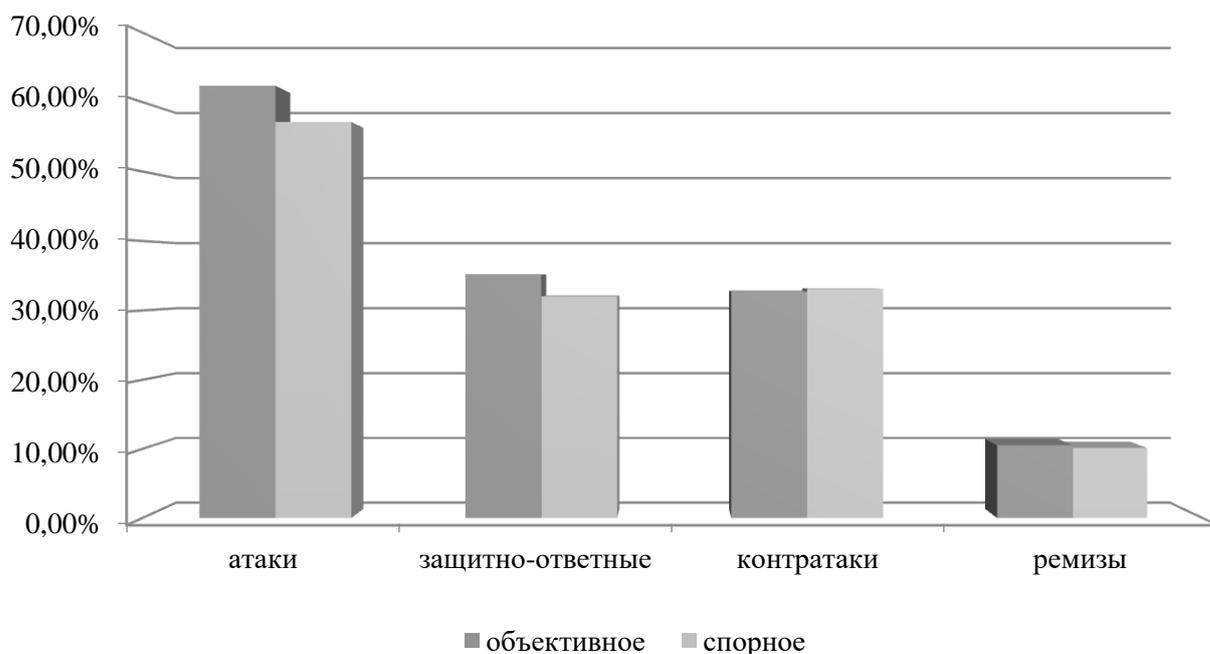


Рисунок 12 – Показатели результативности применения основных средств ведения боя фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации при различном судействе (%)

Полученные данные показывают, что в фехтовании на саблях у женщин атаки (таблица 2) являются главными из основных средств ведения боя и имеют приоритет остальными видами боевых действий. При объективном судействе (объем - 74,82), а при спорном применении атакующих действий заметно увеличивается (объем - 85,17), это связано с реакцией спортсменки на действия судьи и ее мнение о правильности принятия решения о присуждении удара в ту или иную сторону.

Защитно-ответные действия при объективном судействе стоят на втором месте (объем - 19,33 %), но в отличие от атак при необъективном судействе (объем - 10,25 %) защитно-ответных действий уменьшается, так как риск пропустить удар при взятии защиты увеличивается. Далее идут контратаки. При объективном (объем - 5,15%) и спорном (объем - 4,56%) судействе объем применения их невысок и практически не меняется. Меньше всего в женском сабельном фехтовании применяют ремизы (объем - 1,21 %), потому, что при объективном и спорном судействе разница несущественна.

Исходя из того, что в женском сабельном фехтовании атаки являются основным средством ведения боя по объемам применения, они были проанализированы детально.

В следующей таблице (таблица 3) приведены данные по объему атакующих действий фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации по моменту применения при различном судействе.

Таблица 3 – Показатели объема и результативности атакующих действий фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации (дифференциация по моменту применения) при различном судействе (%)

Особенности действия соревновательных факторов	Разновидности атакующих боевых действий	Показатели применения действий							
		Объемы V (%)				Результативность R (%)			
		V		Из них уколов V		В целом R		Из них уколов R	
		М	σ	М	σ	М	σ	М	σ
Показатели при объективном судействе n=175	Основные атаки	49,23	6,52	3,56	3,07	61,32	5,11	59,51	4,93
	Атаки на подготовку	8,31	3,68	5,17	3,21	46,21	4,07	58,25	5,15
	Ответные атаки	25,18	4,81	4,75	2,91	60,76	4,62	62,81	4,57
	Повторные атаки	17,37	4,27	3,81	3,35	56,21	4,17	43,19	4,29
Показатели при спорном судействе n =58	Основные атаки	40,28	5,74	5,61	3,78	56,29	3,75	42,63	3,51
	Атаки на подготовку	5,21	3,55	6,31	4,22	41,72	3,08	45,31	3,14
	Ответные атаки	32,13	4,23	5,25	3,51	65,61	3,76	51,45	3,87
	Повторные атаки	22,37	4,12	4,19	3,37	57,08	3,24	55,72	3,23

Результаты показывают, что, несмотря на то, что в фехтовании на саблях в основном применяются удары, определенный объем уколов присутствует во всех видах атак. Процент применения уколов в атакующих действиях небольшой (объем от 3 до 6%), но для достижения победы в бою их роль может быть решающей.

В графическом виде результаты представлены на рисунках 13 и 14.

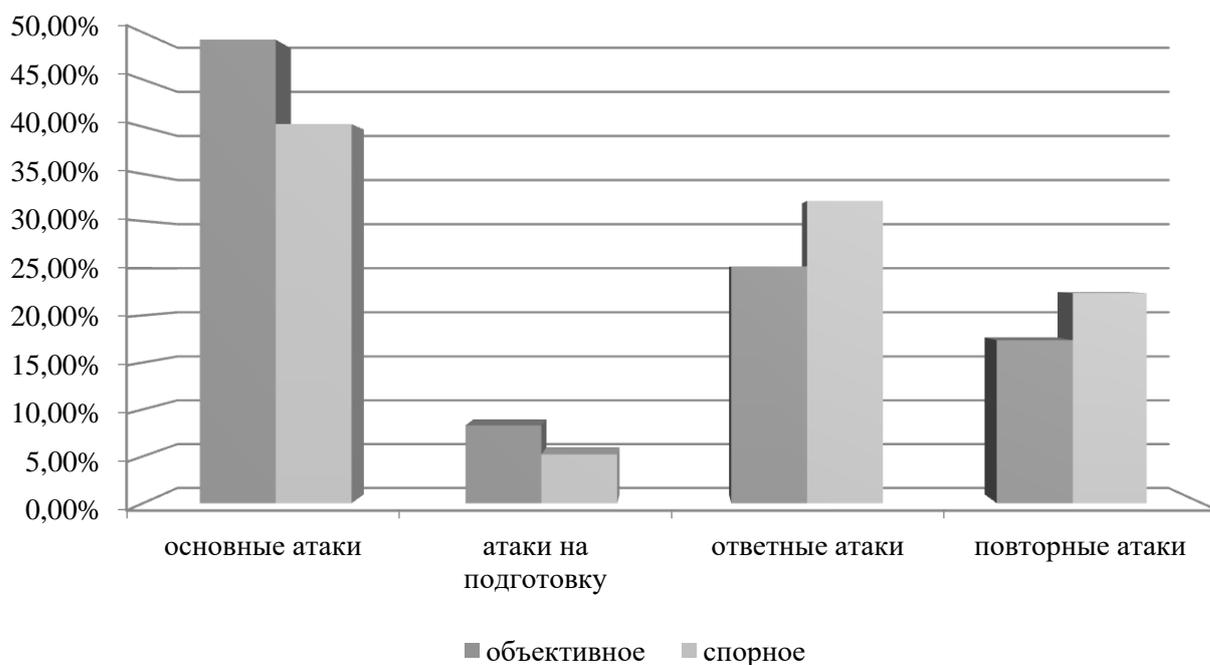


Рисунок 13 – Показатели объема атакующих действий по моменту применения фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации при различном судействе (%)

Установлено, что основные атаки являются главной составляющей атакующих действий при объективном судействе, применяемых в поединке (объем - 49,23%), но при необъективном судействе их объем (40,28%) уменьшается, а объем ответных (32,13%) и повторных (22,37%) увеличивается, что, в свою очередь, влияет на тактику рисунка фехтовального боя у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации. Далее идут атаки на подготовку при объективном и необъективном судействе - разница объема их применения не существенна.

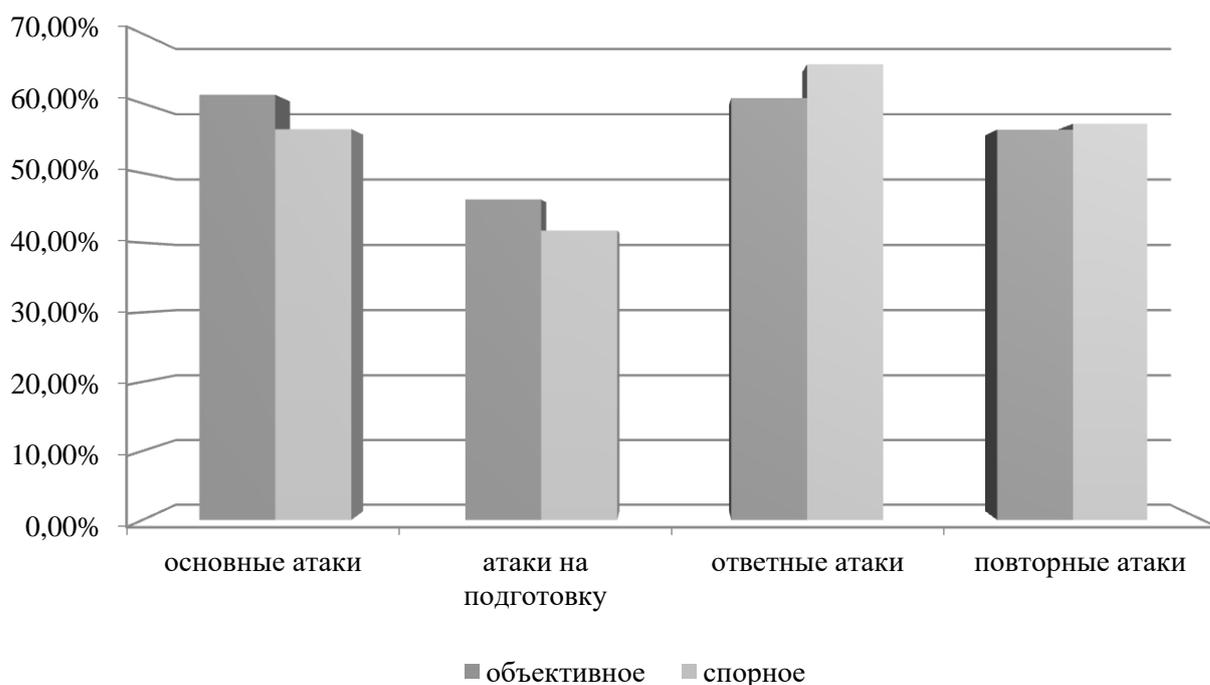


Рисунок 14 – Показатели результативности атакующих действий по моменту применения фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации при различном судействе (%)

Результативность атакующих действий фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации по моменту применения показывает (таблица 4 и рисунок 8), что при спорном судействе результативность снижается у основных (до значения 56,29%) и атак на подготовку (до значения 41,72%), а вот в ответных (65,26%) результативность немного подрастает, поскольку сказывается больший объем применения.

В повторных атаках существенных изменений не выявлено. Важно отметить высокую эффективность результативности уколов в атакующих действиях при объективном и при необъективном судействе. Они находятся на одном уровне с ударами, а кое-где даже превосходят, например, в атаках на подготовку (результативность - 58,25%).

Важно отметить высокие значения результативности уколов в атакующих действиях, как при объективном, так и при спорном судействе. Они находятся на одном уровне с ударами, а кое-где даже превосходят, например, в атаках на подготовку.

В следующей таблице (таблице 4) приведены данные по объему атакующих действий фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации по количественным характеристикам при различном судействе.

Таблица 4 – Показатели объема и результативности атакующих действий фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации по количественным характеристикам при различном судействе (%)

Особенности действия соревновательных факторов	Разновидности атакующих боевых действий	Показатели применения действий							
		Объемы V (%)				Результативность R (%)			
		V		Из них уколов V		В целом R		Из них уколов R	
		М	σ	М	σ	М	σ	М	σ
Показатели при объективном судействе n=175	Простые	20,37	4,12	5,43	3,42	53,21	5,89	64,37	5,51
	С финтами	15,25	5,03	4,12	3,27	47,81	5,28	49,19	5,08
	С действием на оружие	24,21	3,78	3,81	2,79	57,68	4,94	59,71	4,27
	Оружие в линии (Прямая рука)	5,31	3,58	4,92	2,95	44,39	4,12	44,39	4,12
	Комбинированные	35,24	4,25	3,15	3,56	62,76	4,33	61,52	4,25
Показатели при спорном судействе n =58	Простые	24,92	4,58	5,72	3,89	56,81	5,77	67,53	5,12
	С финтами	10,25	4,89	3,75	3,16	42,58	5,48	43,57	5,46
	С действием на оружие	30,86	4,31	4,15	3,05	60,29	4,76	61,28	4,73
	Оружие в линии (Прямая рука)	4,35	3,25	4,35	2,78	33,91	4,32	33,91	4,32
	Комбинированные	29,67	4,67	3,25	3,14	58,71	3,78	57,68	3,92

Таким образом, при спорном судействе, объем атак с действием на оружие увеличивается (с 24,21 до 30,86%), также возрастает объем простых атак (с 20,37 до 24,92%), а объем атак с финтами уменьшается (с 15,25 до 10,25%). Это связано с тем, что спортсменки, когда их необъективно судят, не усложняют действия, а стараются выполнять их наиболее простым и надежным способом.

Уколы при спорном судействе также присутствуют во всех способах выполнения атак, но их разница в объеме при необъективном судействе незначительна. В таблице 5 отражены показатели результативности атакующих

действий фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации по количественным характеристикам при различном судействе.

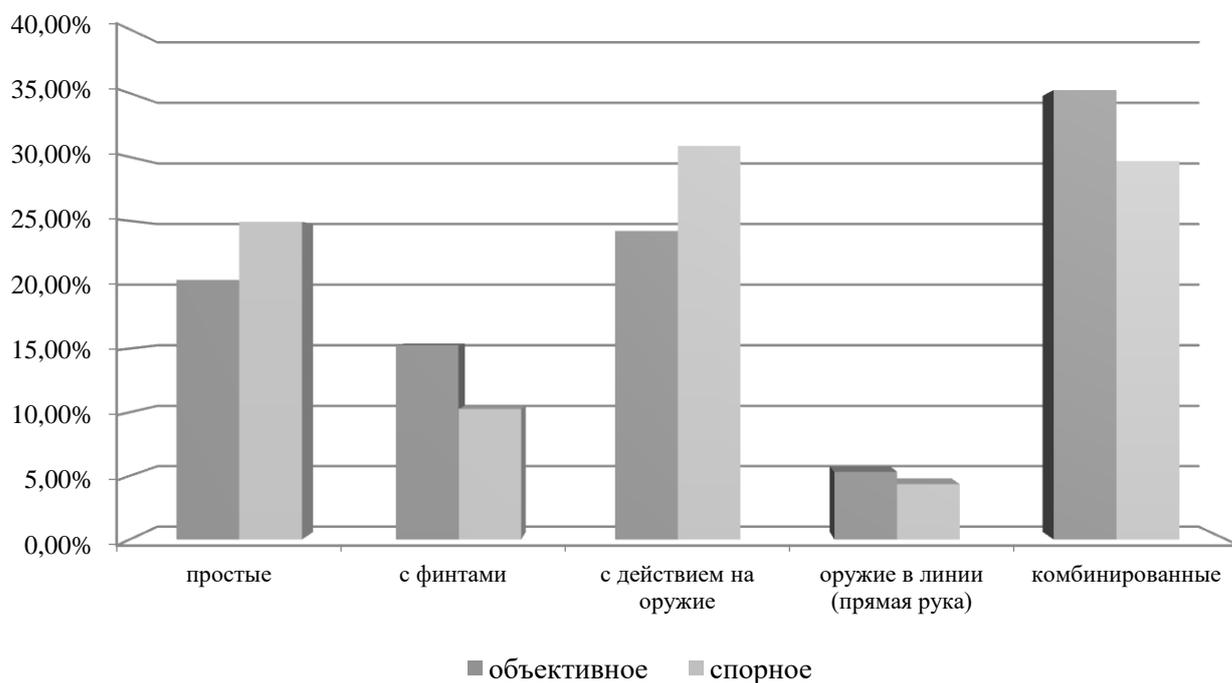


Рисунок 15 – Показатели объема атакующих действий фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации по количественным характеристикам при различном судействе (%)

Результативность простых атак и атак с действием на оружие при спорном судействе немного увеличивается по сравнению с объективным судейством. Они достигают значений 56,81% и 60,29% соответственно, это напрямую связано с их объемом.

Остальные показатели атакующих действий при необъективном судействе снижаются: с финтами (до 42,58%), оружие в линии (до 33,91%), комбинированные (до 58,71%). Это указывает еще раз на то, что спортсменка при давлении судьи чувствует неуверенность в своих силах и вероятность совершения ошибки увеличивается.

Результативность уколов имеет похожую тенденцию, только в комбинированных атакующих действиях результативность меньше при объективном судействе (61,52%) и при необъективном судействе (57,68%), так как количество нанесения уколов меньше по сравнению с остальными видами атак.

Оружие в линии (разновидность атаки) между уколами и ударами имеет одинаковую результативность при объективном и необъективном судействе.

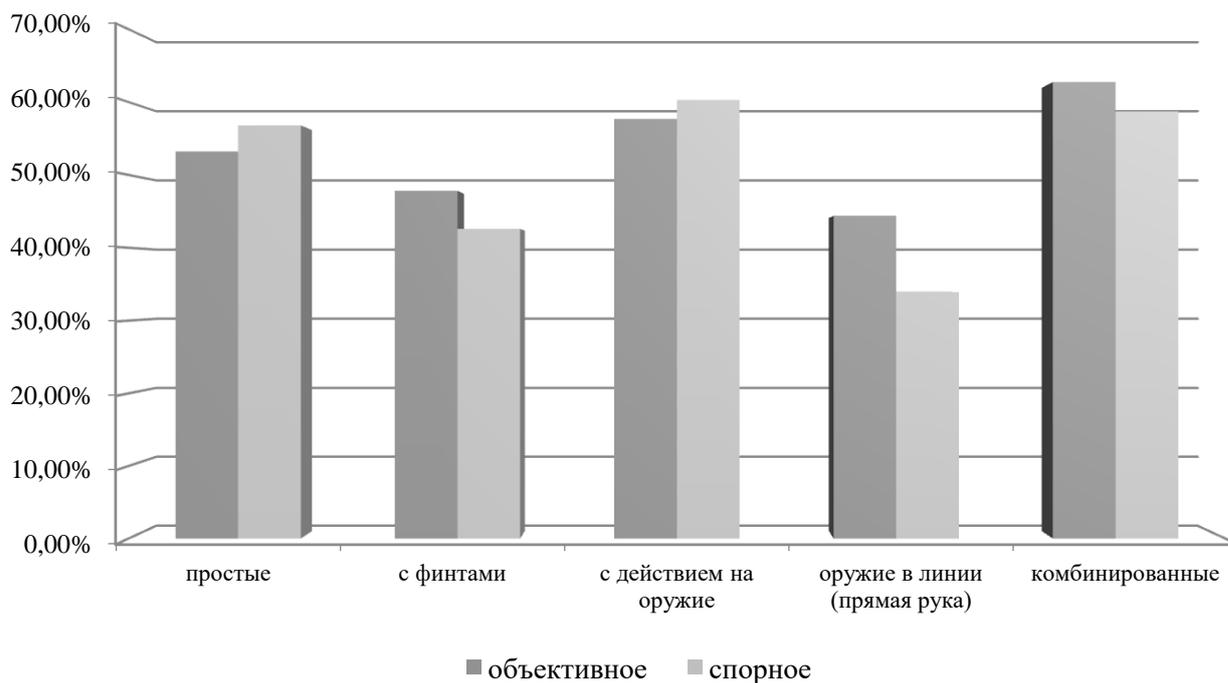


Рисунок 16 – Показатели результативности атакующих действий фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации по количественным характеристикам при различном судействе (%)

Анализ атакующих действий фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации по моменту применения при различном судействе показал, что необходимо изучить, в том числе, объем применения обоюдных атак.

Важность обоюдных атак в фехтовании на саблях обусловлена их тактической составляющей - используются как подготовка к дальнейшим действиям в контексте предыдущих.

Определено, что при объективном судействе основных атак выполняется больше всего (29,05%), далее идут ответные (23,24%) и повторные (21,24%) атаки. Обоюдные атаки занимают 4 место (16,14%) и их количество больше, чем атак на подготовку (10,26%) при объективном и спорном судействе. При спорном судействе использование ответных (32,41%) атак увеличивается по сравнению с основными (20,58%).

Таблица 5 – Показатели объема атакующих действий фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации по моменту применения при различном судействе (%)

Особенности действия соревновательных факторов	Разновидности боевых действий	Показатели применения действий	
		V%	
		М	σ
Показатели при объективном судействе n=175	Обоюдные атаки	16,14	2,88
	Основные атаки	29,05	3,43
	Атаки на подготовку	10,26	2,05
	Ответные атаки	23,24	3,43
	Повторные атаки	21,31	3,12
Показатели при необъективном судействе n=58	Обоюдные атаки	14,87	3,14
	Основные атаки	19,58	2,96
	Атаки на подготовку	8,51	2,57
	Ответные атаки	32,41	3,78
	Повторные атаки	23,81	3,17

Таким образом, исследования показали, что при спорном судействе результативность боевых действий заметно снижается, а объем атакующих действий увеличивается. Несмотря на то, что в фехтовании на саблях в основном применяется удар, определенный объем уколов присутствует во всех видах атак, но для достижения победы они эффективны.

Таким образом, такое явление как спорное судейство (судейские ошибки) оказывает существенное влияние на соревновательную деятельность фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации. Спортсменки частично меняют присущую им технико-тактическую манеру боя, сужают собственный арсенал технико-тактических действий, стремясь действовать наиболее надежно, используют те из боевых средств, которые легче всего оценить, меньше рискуют из-за повышенного эмоционального возбуждения, менее успешно (по результативности) выполняют большинство боевых действий.

3.3 Индивидуальные особенности результативности боевых действий фехтовальщиц на сабле высокой квалификации при различном судействе

Анализ индивидуальных показателей результативности основных средств ведения боя фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации при различном судействе (таблица 6) позволяет констатировать, что у семи человек из двенадцати данные результативности основных средств ведения боя при спорном судействе существенно снижаются по сравнению с объективным судейством.

Таблица 6 – Индивидуальные показатели результативности основных средств ведения боя фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации при различном судействе (%)

Испытуемые	Разновидности боевых действий							
	Атаки		Защитно-ответные действия		Контратаки		Ремизы	
	объект.	спорное	объект.	спорное	объект.	спорное	объект.	спорное
	R	R	R	R	R	R	R	R
1. Д.А.	55,95	54,13	43,33	44,48	31,94	30,76	10,13	9,98
2. К.С.	62,81	50,27	37,29	29,56	32,41	23,23	10,68	9,26
3.М.А.	63,53	62,08	36,39	37,61	33,25	34,17	9,63	10,47
4.В.Е.	58,75	44,78	52,74	41,88	41,52	30,84	10,72	3,86
5.С.Ю.	64,55	49,38	34,52	26,64	33,78	26,46	9,55	8,75
6.Р.А.	51,34	38,22	44,51	32,44	38,45	31,02	8,95	8,83
7.Ш.А.	61,76	56,18	36,84	30,51	32,24	25,38	9,33	9,09
8.Б.А.	48,84	35,06	32,77	23,59	29,79	21,52	10,33	9,21
9.К.В.	57,42	52,57	42,82	38,03	34,07	39,75	11,02	10,91
10.С.В.	52,28	51,46	40,67	39,06	41,77	42,61	10,03	9,74
11.Г.Ю.	45,59	39,15	45,13	40,86	32,64	37,18	10,14	10,05
12.К.А.	62,27	60,03	34,89	32,93	29,11	30,51	9,85	10,76
М	57,09	49,44	40,16	34,80	34,25	31,12	10,03	9,24
σ	6,32	8,60	5,78	6,50	4,16	6,48	0,61	1,84
V (%)	11,07	17,40	14,38	18,67	12,13	20,83	6,06	19,96

Особенно это заметно на примере атакующих действий (К.С. - 62,81% - 50,27%; В.Е. - 58,75% - 44,78%; С.Ю. - 64,55% - 49,38%; Р.А. - 51,34 - 38,22%; Б.А. - 48,84 - 35,06%). Оценивая результативность защитно-ответных действий, следует отметить, что при спорном судействе у этих же пяти спортсменок наблюдается падение результативности, но по сравнению с атакующими

действиями в среднем процент меньше (К.С. - 37,29% - 29,56%; В.Е. - 52,74% - 41,88%; С.Ю. - 34,52% - 26,64%; Р.А. - 44,51% - 32,44%; Б.А. - 32,77% - 23,59%), то же самое касается и контратак. Это связано с небольшим объемом их применения по сравнению с другими разновидностями боевых действий. При этом существенной разницы при объективном и спорном судействе результативности ремизов в этой группе не выявлено.

Целесообразно оценить соотношение спортсменок, по-разному реагирующих на факт спорного судейства (таблица 7 и рисунок 17).

Таблица 7 – Подгруппы фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации (дифференциация по реакции на особенности судейства по результативности боевых действий)

Подгруппа	Количество	%
Улучшившие результативность	1	8,3
Незначительные изменения результативности	5	41,5
Снижение результативности	6	49,8

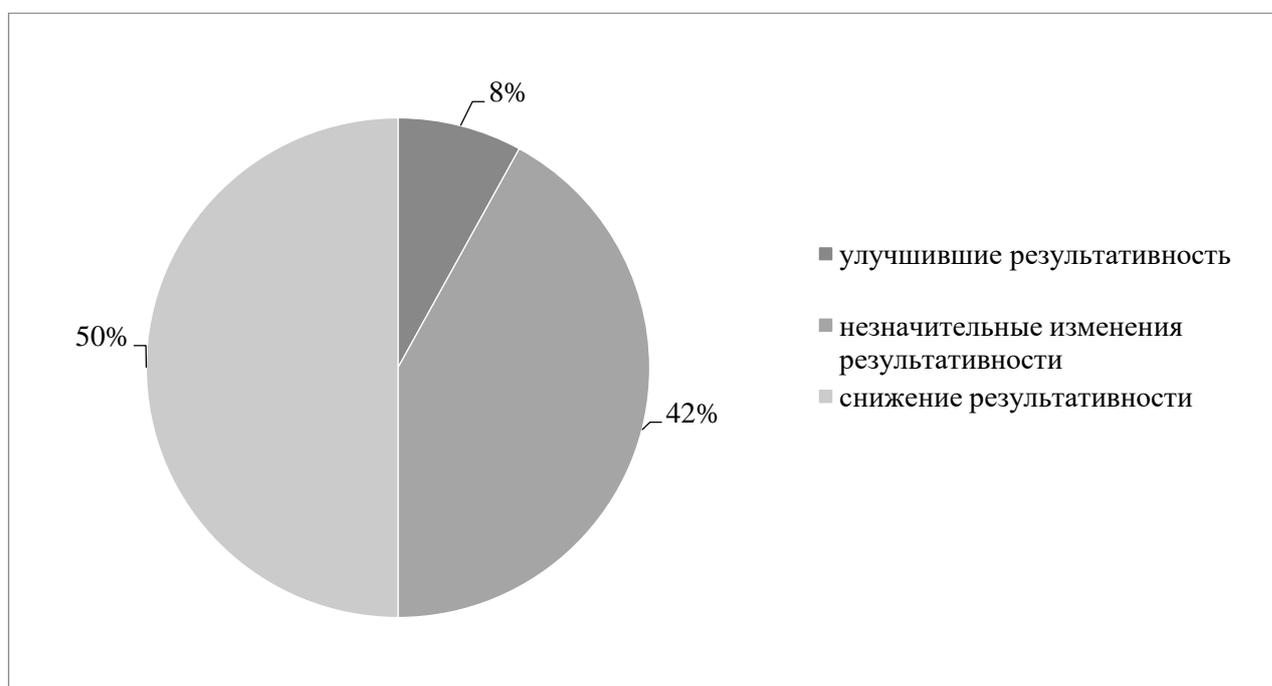


Рисунок 17 – Дифференциация фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации по реакции на особенности судейства

Установлено, что у четырех спортсменок индивидуальные показатели результативности основных средств ведения боя не меняются существенно под влиянием спорного судейства (атаки Д.А. - 55,95% - 54,13%; М.А. - 63,53% - 62,08%; С.В. - 52,28% - 51,46%; К.А. - 62,27% - 60,03%; защитно-ответные действия - Д.А. - 43,33% - 44,48%; М.А. - 36,39% - 37,61%; С.В. - 40,67% - 39,06%; К.А. - 34,89% - 32,93%). А у трех фехтовальщиц-саблисток изменение индивидуальных показателей результативности основных средств ведения боя было незначительным (атаки Ш.А. - 61,76% - 56,18%; К.В. - 57,42% - 52,57%; Г.Ю. - 45,59% - 39,15%; защитно-ответные действия Ш.А. - 36,84% - 30,51%; К.В. - 42,82% - 38,03%; Г.Ю. - 45,13% - 40,86%), где разница в процентном соотношении не существенна. Данные позволяют однозначно определить отрицательное влияние спорного судейства на спортсменок.

Исходя из того, что эффективность атакующих действий является основой успешности ведения фехтовальных поединков в целом, далее необходимо более подробно проанализировать соотношение индивидуальных показателей результативности атак фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации по моменту применения и по количественным характеристикам при различном судействе.

Из таблицы 7 следует, что у пяти спортсменок из двенадцати индивидуальные показатели результативности атакующих действий по моменту применения при спорном судействе снижаются. Более всего это заметно на примере основных атак (К.С. - 58,78% - 37,26%; В.Е. - 60,47% - 41,89%; С.Ю. - 55,32% - 29,08%; Р.А. - 64,17% - 52,27%; Б.А. - 49,73% - 25,38%) и атак на подготовку (К.С. - 47,38% - 33,07%; В.Е. 58,37% - 39,58%; С.Ю. - 49,79% - 31,28%; Р.А. - 43,54% - 35,06%; Б.А. - 54,86% - 37,51%).

У четырех фехтовальщиц индивидуальные показатели результативности основных атак (Д.А. - 63,87% - 61,82%; М.А. - 54,26% - 52,98%; С.В. - 51,18% - 49,89%; К.А. - 45,27% - 43,75%) и атак на подготовку (Д.А. - 55,84% - 53,76%; М.А. - 47,87% - 45,07%; С.В. - 51,04% - 52,81%) не зависят от особенностей судейства. У остальных трех фехтовальщиц в основных атаках (Ш.А. - 52,25% -

47,02%; К.В. - 43,26% - 38,95%; Г.Ю. - 63,35% - 58,73%) и атаках на подготовку (Ш.А. - 45,68 - 39,99%; К.В. - 59,01% - 54,93%; Г.Ю. - 44,31% - 49,25%) различия не существенны.

Таблица 8 – Индивидуальные показатели результативности применения атакующих действий фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации по моменту применения при различном судействе (%).

Испытуемые	Разновидности боевых действий							
	Основные атаки		Атаки на подготовку		Ответные атаки		Повторные атаки	
	объект.	спорное	объект.	спорное	объект.	спорное	объект.	спорное
	R	R	R	R	R	R	R	R
1. Д.А.	63,87	61,82	55,84	53,76	62,36	64,02	58,71	57,59
2. К.С.	58,78	37,26	47,38	33,07	60,87	44,36	43,47	29,44
3.М.А.	54,26	52,98	47,87	45,07	57,17	59,88	52,87	51,33
4.В.Е.	60,47	41,89	58,37	39,58	56,28	29,03	45,67	28,22
5.С.Ю.	55,32	29,08	49,79	31,28	63,84	38,15	56,72	37,82
6.Р.А.	64,17	52,27	43,54	35,06	58,62	51,28	57,31	51,31
7.Ш.А.	52,25	47,02	45,68	39,99	63,21	57,39	37,62	42,12
8.Б.А.	49,73	25,38	54,86	37,51	48,29	30,91	52,87	28,91
9.К.В.	43,26	38,95	59,01	54,93	54,86	59,15	55,12	61,13
10.С.В.	51,18	49,89	65,48	64,16	59,27	58,38	43,48	44,26
11.Г.Ю.	63,35	58,73	44,31	49,25	39,58	33,93	56,88	50,21
12.К.А.	45,27	43,75	51,04	52,81	61,02	62,76	55,59	56,85
М	55,16	44,92	51,93	44,71	57,11	49,10	51,36	44,93
σ	7,13	11,13	6,80	10,27	6,99	13,12	6,95	11,71
V (%)	12,93	24,77	13,10	22,97	12,24	26,71	13,52	26,07

Таблица 9 – Подгруппы фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации (дифференциация по реакции на особенности судейства по результативности атакующих действий по моменту применения)

Подгруппа	Количество	%
Улучшившие результативность	2	16,6
Незначительные изменения результативности	4	33,2
Снижение результативности	6	49,8

В графическом виде соотношение подгрупп спортсменок можно видеть на рисунке 18.

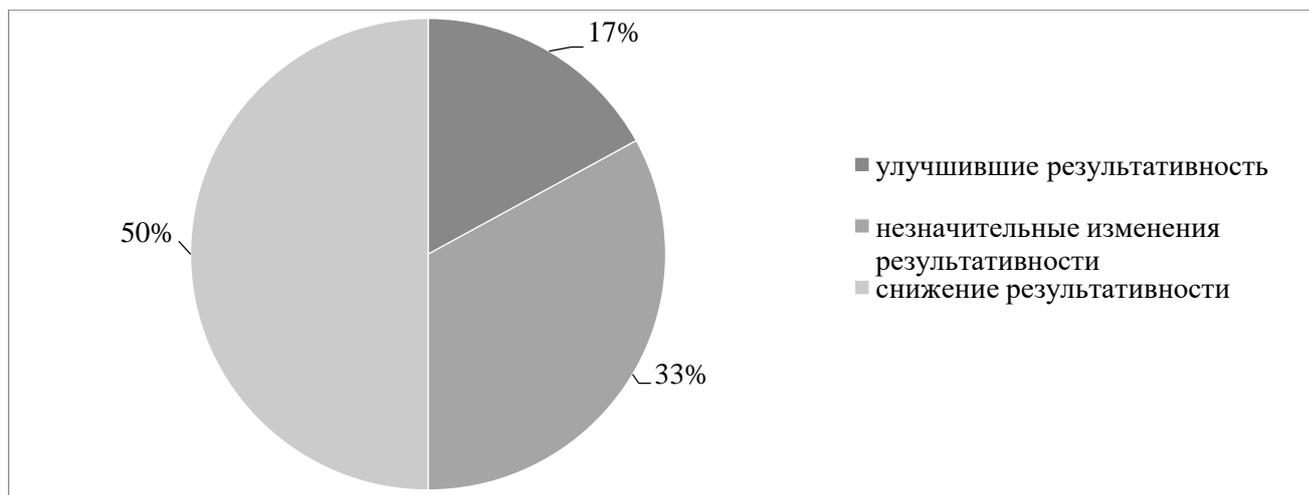


Рисунок 18 – Дифференциация фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации по реакции на особенности судейства по результативности атакующих действий по моменту применения

В таблице 10 представлен анализ индивидуальных показателей результативности атакующих действий фехтовальщиц-саблисток по количественным характеристикам.

Таблица 10 – Индивидуальные показатели результативности атакующих действий фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации по количественным характеристикам при различном судействе (%)

Испытуемые	разновидности атакующих боевых действий									
	простые		с финтами		с действием на оружие		оружие в линии (прямая рука)		комбинированные	
	объект.	спорное	объект.	спорное	объект.	спорное	Объект.	спорное	объект.	спорное
	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R
1. Д.А.	61,45	62,91	52,38	53,96	56,37	54,89	46,35	44,39	53,71	55,86
2. К.С.	47,81	34,26	53,48	38,23	61,59	49,81	46,91	35,27	55,67	41,28
3.М.А.	59,82	58,03	60,52	62,36	54,28	52,33	35,75	37,48	49,13	51,08
4.В.Е.	49,05	32,11	62,19	43,66	52,19	40,33	39,03	24,81	47,72	33,33
5.С.Ю.	56,68	42,23	51,87	27,86	49,72	36,66	46,72	23,28	54,38	42,41
6.Р.А.	53,62	38,18	42,75	29,56	54,81	41,19	38,91	24,58	62,74	45,38
7.Ш.А.	48,53	44,01	58,35	62,95	62,38	56,82	35,46	40,92	55,28	49,71
8.Б.А.	45,35	32,73	57,91	34,65	57,26	44,52	48,64	31,63	48,56	31,29
9.К.В.	62,87	57,12	48,25	42,93	44,51	49,82	38,39	43,26	52,81	46,92
10.С.В.	58,94	56,99	43,86	45,29	56,01	58,17	47,81	46,03	50,66	52,17
11.Г.Ю.	56,28	51,39	48,35	43,15	56,38	51,04	37,67	31,28	51,75	45,83
12.К.А.	65,23	63,45	55,17	57,11	60,49	62,77	42,19	44,02	52,68	51,49
М	55,47	47,78	52,92	45,14	55,50	49,86	41,99	35,58	52,92	45,56
σ	6,56	11,90	6,27	11,85	5,06	7,90	5,00	8,38	4,04	7,48
V (%)	11,82	24,90	11,86	26,25	9,11	15,83	11,91	23,54	7,63	16,42

Анализ индивидуальных показателей результативности атакующих действий фехтовальщиц-саблисток по количественным характеристикам показал, что в таблице 11 также, как и в таблице 8 и 6, у пяти человек из двенадцати показатели результативности при спорном судействе снижаются.

Особенно это заметно в атаках с финтами (К.С. - 53,48% - 38,23%; В.Е. - 62,19% - 43,66%; С.Ю. - 51,87% - 27,86%; Р.А. - 42,75% - 29,56%; Б.А. - 57,91% - 34,65%), также есть снижение в комбинированных атаках (К.С. - 55,67% - 41,28%; В.Е. - 47,72% - 33,33%; С.Ю. - 54,38% - 42,41%; Р.А. - 62,74% - 45,38%; Б.А. - 48,56% - 31,29%) и атаки в линии (К.С. - 46,91% - 35,27%; В.Е. - 39,03% - 24,81%; С.Ю. - 46,72% - 23,28%; Р.А. - 38,91% - 24,58%; Б.А. - 48,64% - 31,63%).

У четырех спортсменок индивидуальные показатели результативности простых атак (Д.А. - 61,45% - 62,91%; М.А. - 59,82% - 58,03%; С.В. - 58,94% - 56,99%; К.А. - 65,23% - 63,45%) и атак с действием на оружие (Д.А. - 56,37% - 54,89%; М.А. - 54,28% - 52,33%; С.В. - 56,01% - 58,17%; К.А. - 60,49% - 62,77%) не связаны с особенностями судейства. А у трех спортсменок индивидуальные показатели результативности в простых атаках (Ш.А. - 48,53% - 44,01%; К.В. - 62,87% - 57,12%; Г.Ю. - 56,28% - 51,39%) не ярко выражены (незначительны).

Произведенный на основе таблицы 10 анализ позволил дифференцировать спортсменок по подгруппам – таблица 11.

Таблица 11 – Подгруппы фехтовальщиц – саблисток высокой квалификации (дифференциация по реакции на особенности судейства по результативности атакующих действий по количественным характеристикам)

Подгруппа	Количество	%
Улучшившие результативность	3	24,9
Незначительные изменения результативности	3	24,9
Снижение результативности	6	49,8

В графическом виде соотношение подгрупп спортсменок можно видеть на рисунке 19.

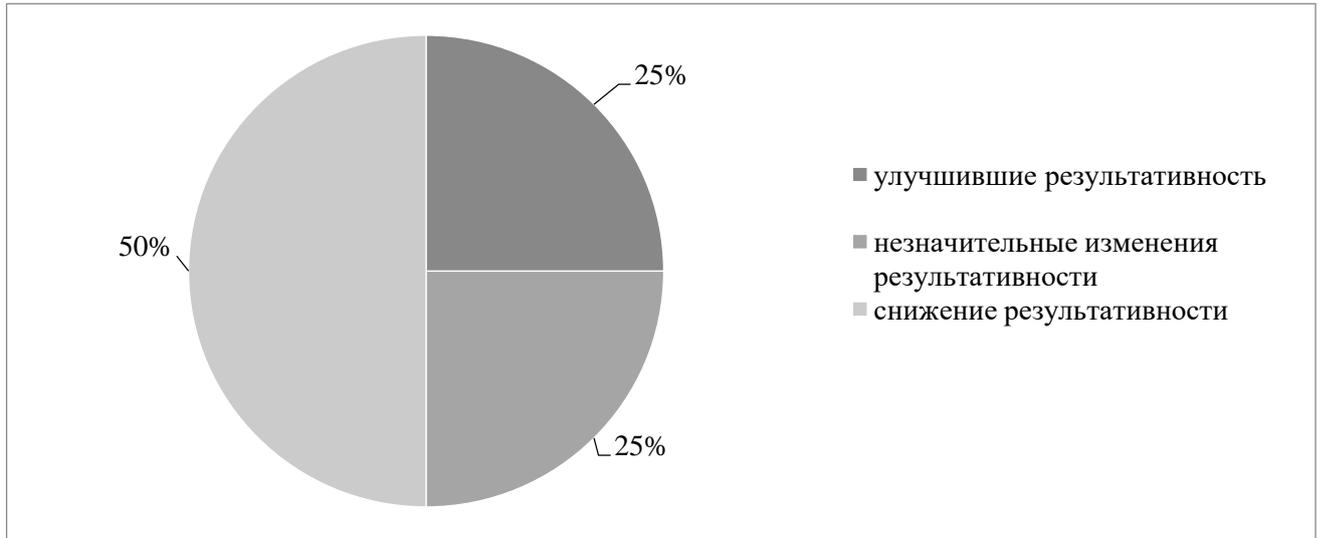


Рисунок 19 – Дифференциация фехтовальщиц–саблисток высокой квалификации по реакции на особенности судейства результативности атакующих действий по количественным характеристикам

В процессе разбора фехтовальных боев и практическом анализе индивидуальных показателей фехтовальщиц – саблисток высокой квалификации была выявлена прямая зависимость высокой результативности от объема атакующих действий по моменту их применения.

Из таблицы 12 мы видим, что у четырех человек из двенадцати, объемы ответных атак при спорном судействе (Д.А. - 20,19% - 31,05%; М.А. - 19,24% - 32,37%; С.В. - 23,74% - 31,45%; К.А. - 17,04% - 29,13%) и повторных атак (Д.А. - 22,59% - 30,96%; М.А. - 18,53% - 29,08%; С.В. - 21,28% - 28,42%; К.А. - 19,05% - 31,18%) значительно увеличиваются, при этом объемы обоюдных атак уменьшаются (Д.А. - 17,31% - 9,08%; М.А. - 21,32% - 10,45%; С.В. - 16,02% - 8,11%; К.А. - 20,13% - 7,18%). У следующих пяти фехтовальщиц-саблисток изменения объемов ответных атак при спорном судействе (К.С. - 21,67% - 19,21%; В.Е. - 22,31% - 23,12%; С.Ю. - 18,15% - 20,28%; Р.А. - 20,53% - 22,21%; Б.А. - 19,03% - 21,48%), повторных атак (К.С. - 17,35% - 18,15%; В.Е. - 19,81% - 20,52%; С.Ю. - 16,73% - 19,16%; Р.А. - 14,35% - 16,01%; Б.А. - 19,16% - 18,11%) и обоюдных атак (К.С. - 15,85% - 17,38%; В.Е. - 14,73% - 15,32%; С.Ю. - 20,31% -

18,32%; Р.А. - 13,63% - 15,06%; Б.А. - 15,54% - 17,13%) на уровне достоверных различий не выявлены.

Данные результативности фехтовальщиц–саблисток высокой квалификации показывают (таблицы 7 и 9), что у четырех спортсменок значительно увеличились объемы в ответных и повторных атаках, но снизились объемы в обоюдных атаках, а результативность при спорном судействе не изменилась. У следующих пяти спортсменок, объемы в ответных, повторных и обоюдных атаках не изменились, при этом результативность при спорном судействе существенно уменьшилась.

Таблица 12 - Индивидуальные показатели объема атакующих действий фехтовальщиц – саблисток высокой квалификации по моменту применения при различном судействе (%)

Испытуемые	Разновидности атакующих боевых действий									
	Основные атаки		Атаки на подготовку		Ответные атаки		Повторные атаки		Обоюдные атаки	
	объект.	спорное	объект.	спорное	объект.	спорное	Объект.	спорное	объект.	спорное
	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V
1. Д.А.	27,38	15,08	12,73	14,36	20,19	31,05	22,59	30,96	17,31	9,08
2. К.С.	32,03	30,15	14,47	15,23	21,67	19,21	17,35	18,15	15,85	17,38
3.М.А.	30,12	17,79	10,16	12,02	19,24	32,37	18,53	29,08	21,32	10,45
4.В.Е.	28,79	27,04	15,22	14,52	22,31	23,12	19,81	20,52	14,73	15,32
5.С.Ю.	33,67	27,17	12,02	14,03	18,15	20,28	16,73	19,16	20,31	18,32
6.Р.А.	35,42	34,06	16,15	12,03	20,53	22,21	14,35	16,01	13,63	15,06
7.Ш.А.	31,14	25,31	8,21	9,02	22,16	26,36	20,43	23,27	18,06	16,12
8.Б.А.	26,24	28,24	18,12	15,35	19,03	21,48	19,16	18,11	15,54	17,13
9.К.В.	28,15	33,16	12,02	10,06	21,73	25,71	22,03	16,19	19,18	15,13
10.С.В.	29,73	21,15	10,91	11,84	23,74	31,45	21,28	28,42	16,02	8,11
11.Г.Ю.	34,24	28,15	13,28	14,12	19,31	24,68	18,52	22,15	15,15	11,06
12.К.А.	32,08	19,26	11,03	13,48	17,04	29,13	19,05	31,18	20,13	7,18
М	30,75	25,55	12,86	13,01	20,43	25,59	19,15	22,77	17,27	13,36
σ	2,86	6,02	2,77	2,02	1,96	4,55	2,33	5,72	2,50	3,93
V (%)	9,29	23,58	21,53	15,54	9,58	17,77	12,16	25,14	14,49	29,45

Таким образом, на основе анализа данных наблюдений за ведением поединков фехтовальщицами-саблистками высокой квалификации можно заключить, что розыгрыш фехтовальных фраз с использованием подготавливающих технико-тактических действий при обоюдных атаках,

которые выполняются началом первых шагов при подготовке, приводят к увеличению объема ответных и повторных атак, уменьшению объема обоюдных атак и влияет на повышение эффективности фехтовального боя, способствует повышению технико-тактической подготовленности спортсменок перед ответственными соревнованиями.

За счет применения различных уколов в женском сабельном фехтовании в атакующих действиях увеличивается длина основных, ответных и повторных атак. В атаках на подготовку, применение укола вместо удара, дает визуальную возможность судье определить тактическую правоту фехтовальных действий в спорной ситуации, а спортсменке создать момент неожиданности и повысить трудность отражения атаки защитой.

Полученные в исследовании данные, позволяют утверждать, что установленная в предыдущем разделе реакция соревнующихся спортсменок на спорное судейство, основным следствием которого является снижение результативности боевых действий, оказалась подтвержденной.

Однако, у небольшой части исследуемых (около 30% от выборки) ухудшения результативности боевых действий не происходит, что можно объяснить применением в тренировочном процессе этих спортсменок специальных технико-тактических тренировочных средств, позволяющих вести противоборство с учетом различных сбивающих факторов, влияющих на соревновательную деятельность, в том числе спорного судейства.

Заключение по главе 3

В ходе второго этапа исследования было выявлено, что спорное судейство является важной проблемой ведения соревновательной деятельности квалифицированных фехтовальщиц-саблисток, существенно влияет, как на ход этой деятельности, так и на спортивный результат.

При этом, в настоящее время, как системные знания, так и методические рекомендации по решению указанной проблемы в теории и методике фехтования отсутствуют, не смотря на то, что в практике ведения спортивной деятельности (как было выявлено на констатирующем этапе нашего исследования) имеются отдельные попытки выработки средств и методов противодействия возможному спорному судейству (судейским ошибкам).

Установлено, что при наступлении ситуаций спорного судейства у спортсменов, проявляются отрицательные психические состояния, которые могут быть одной из причин снижения результативности средств ведения боя.

Выполненный нами анализ изменений характера соревновательной деятельности фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в случаях спорного судейства, произведенный в том числе, и по численным параметрам структуры боевой деятельности, позволил установить следующие отрицательные изменения:

- существенное увеличение объема атакующих действий, при одновременном снижении их результативности;
- общее снижение результативности основных средств ведения боя вследствие ошибочных тактических решений;
- общее сужение боевого репертуара спортсменов в ходе соревновательной деятельности.

В то же время, у отдельных, наиболее опытных спортсменов в ситуациях спорного судейства наблюдаются положительные изменения рисунка боя, выражающиеся в:

- повышении объемов применения уколов вместо ударов в завершающей части атакующих действий и в контратаках;
- использование подготовок после состоявшихся обоюдных атак для смены тактики боя;
- более широкое применение ответных и повторных атак.

В ходе следующего этапа исследования, необходимо было с помощью разработки и внедрения в тренировочный процесс методики повышения

устойчивости фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации к спорному судейству добиться нивелирования отрицательных сдвигов параметров соревновательной деятельности, благодаря чему должна вырасти ее эффективность.

ГЛАВА 4 РЕЗУЛЬТАТЫ ПРИМЕНЕНИЯ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ МЕТОДИКИ ПОВЫШЕНИЯ УСТОЙЧИВОСТИ ФЕХТОВАЛЬЩИЦ-САБЛИСТОК К СПОРНЫМ СУДЕЙСКИМ РЕШЕНИЯМ

4.1 Экспериментальная методика применения специальных тренировочных средств для повышения устойчивости фехтовальщиц-саблисток к судейским ошибкам

На очередном этапе настоящего исследования была разработана и введена в тренировочную практику авторская экспериментальная методика повышения устойчивости фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации к спорному судейству.

При разработке указанной методики использовался принцип системности, то есть настоящая методика понималась нами как педагогическая система, комплекс элементов, обладающих определенной структурой и иерархией, основными из которых являются цель, частные задачи и конкретные тренировочные средства, методы и формы применения в тренировочном процессе.

Так целью методики являлось повышение способности фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации к ведению соревновательной деятельности в условиях спорного судейства.

Частными задачами – преодоление наиболее распространенных негативных тенденций в ходе соревновательной деятельности, возникающих, как было показано ранее, при наличии факта спорного судейства.

Тренировочными средствами – типичные для тренировочного процесса в фехтовании средства, позволяющие моделировать технико-тактическую деятельность, а также регулировать психологическое состояние спортсменок. Необходимо отметить, что многие из упражнений не были ранее описаны в теории и методике фехтования.

Формами применения тренировочных (технико-тактических и психологических) средств, являлись стандартные для тренировочного процесса в фехтовании формы, такие как упражнения в контрах, индивидуальные уроки, боевая практика, упражнения саморегуляции.

Поскольку элементы указанной системы были подчинены общей цели, эффективность системы в целом, относительно ее влияния на соревновательную деятельность, как предполагалось, будет выше суммы эффективностей отдельных ее элементов (тренировочных средств).

На рисунке 20 приведена блок-схема экспериментальной методики.



Рисунок 20 – Блок-схема экспериментальной методики тренировки

Особенностью настоящей методики являлось то, что технико-тактические тренировочные средства в ее рамках в ряде случаев использовались в сочетании с психологическими либо наполнялись психологическим содержанием. Так, например, тренировочные бои проводились в условиях моделирования необъективного судейства.

При описании тренировочных средств экспериментальной методики, они были условно разделены на две группы – с преимущественно технико-тактическим содержанием и с преимущественно психологическим содержанием.

Средства с преимущественно технико-тактическим наполнением.

Цель применения: сформировать и усовершенствовать умение спортсменок по ведению соревновательной деятельности в условиях спорного судейства и возможного воздействия других отрицательных факторов.

Частные задачи: обеспечить эффективное применение спортсменками индивидуального арсенала технико-тактических средств ведения боя независимо от степени объективности судейства; совершенствовать применение тех из средств ведения боя, которые максимально упрощают принятие правильного судейского решения; развить умение спортсменок изменять тактику боя в случае ситуаций спорного судейства или действия других неблагоприятных соревновательных факторов.

При решении технико-тактических задач использовались подходы к тренировочному процессу, апробированные на кафедре теории и методики фехтования НГУ им П.Ф. Лесгафта и представленные в ряде работ, в том числе наших (Шустиков Г.Б., Федоров В.Г., Деев А.В., Шаламова О.В. *Построение тренировочного процесса фехтовальщиков. Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. Санкт-Петербург, 2020. 134 с.*; Шустиков Г.Б., Федоров В.Г., Деев А.В., *Теория и методика фехтования : учебное пособие. СПб: изд-во Политехнического ун-та, 2015. 162 с.*; Федоров В.Г., Крылов А.И., Закревская Н.Г., Шустиков Г.Б., Федоров А.В. *Взаимодействие в системе физкультурного образования: монография СПб: Изд-во Политехнического ун-та, 2018. 181 с.*; Шустиков Г.Б., Федоров В.Г., Деев А.В., Нечаева Е.А. *Теория и практика спортивного фехтования: учебное пособие. М.: Спорт, 2016. 192 с.*).

В ходе эксперимента использовались следующие специальные методы технико-тактического совершенствования (*Спортивное фехтование: учебник для ВУЗов физической культуры / под ред. Д.А. Тышлера М.: Физкультура, образование и наука, 1997. С. 230-232*), применяемые в тренировочном процессе фехтовальщиков:

- повторение действий в заданных ситуациях для совершенствования движений саблей;
- сочетание альтернативных действий при специализировании реагирований;
- моделирование вероятных тактических решений в схватках;
- моделирование вероятных тактических решений в поединке.

Средства с преимущественно технико-тактическим содержанием

Упражнения в «контрах»

Упражнение № 1

Бой ведется на 15 ударов. После 8 удара происходит смена ролей.

Первый номер. Присуждение очков. Защита-ответ 4 очка, ответная атака 3 очка, повторная атака 2 очка, контратака 1 очко. Дистанция дальняя. Позиция 3-я. Сзади стоящая нога спортсмена стоит на границе выхода за дорожку. После команды судьи выполняется подготовка не более двух шагов вперед, далее защищается от атакующих действий соперника.

Методические указания. Можно использовать любые защитные действия - перехваты, защиты, контратаки. При выполнении различных приемов в оборонительных действиях, основной акцент делается на отработку защиты с ответом.

Второй номер. Присуждение очков. Любой удар 1-очко. Позиция 3-я. После команды судьи спортсмен совершает любые атаки.

Методические указания. Главная задача нанести результативный удар в атаке любым способом.

Упражнение № 2

Бой ведется на 15 ударов. После 8 удара происходит смена ролей. Исходное положение спортсменов внутри линии начала боя.

Первый номер. Дистанция средняя. Позиция 3-я. Сзади стоящая нога спортсмена стоит на линии начала боя. После команды судьи совершает атаку ударом по маске. Подготавливающие действия в атаке выполняются с помощью непрерывных плавных шагов вперед без пауз и смены направления движений. Ударить по маске можно только с одной попытки, в случае промаха, бой продолжается.

Методические указания. Задача спортсмену правильно подобрать дистанцию и ударить по маске в первом движении, быть готовым к продолжению боя. Не останавливаться, выполнять подготовку мягко без резких движений. Нанесение удара по маске - важное условие упражнения. Маска считается дальней точкой и когда удар совершается по ней. Спортсмен может легко переключиться и ударить в другой сектор поражаемой поверхности. В контрах рекомендуется с него начинать, так как это задание помогает хорошо размяться и отработать удар в простой атаке.

Второй номер. Позиция 3-я. Сзади стоящая нога спортсмена находится на линии начала боя. После команды судьи выполняет подготовку - полшага вперед (аппель), затем отступает шагами назад, реагируя на атаку неоднократными вызовами. Если попытка соперника ударить по маске закончилась безрезультативно, бой продолжается.

Методические указания. Задача спортсмена помочь сопернику и обслужить его, но отработать при этом свои передвижения - темп, частоту и скорость переключений. Вызов осуществляется с помощью финта (угроза оружием) и шага вперед одновременно, либо раздельно. При подготовке быть очень внимательным и стараться контролировать дистанцию, не допуская глубокого входа, так как можно пропустить удар.

Упражнение № 3

Бой ведется на 15 ударов. После 8 удара происходит смена ролей. Исходное положение спортсменов в бою внутри линии начала дорожки.

Первый номер. Дистанция средняя. Позиция 3-я. Сзади стоящая нога спортсмена стоит на краю линии начала боя. После команды судьи совершает

атаку ударом в любой сектор поражаемой поверхности. Подготавливающие действия в атаке любые как в реальном бою. Если атака закончилась безрезультативно бой продолжается.

Методические указания. Задача спортсмена нанести удар в атаке и быть готовым к продолжению боя. Обратит внимание на подготовку атаки. Постараться обмануть соперника при входе в дистанцию и неожиданно атаковать.

Второй номер. Позиция 3-я. Сзади стоящая нога спортсмена находится на краю линии начала боя. После команды судьи выполняет подготовку - полшага вперед (аппель) далее отступает шагами назад, реагируя на атаку неоднократными вызовами, после которых может совершать любые фехтовальные приемы. Если попытка атаки соперника закончилась безрезультативно, бой продолжается.

Методические указания. Задача спортсмена быть готовым выполнить любые фехтовальные приемы. В защитных действиях создавать помехи оружием с помощью перехватов и применять контратаки на малейшую передержку руки соперника. На остановку или задержку руки соперника в атаке стараться молниеносно выполнить ответную атаку или атаку на подготовку. Соперник должен поверить в вызов (действие, побуждающее противника на применение определенного действия), поэтому его нужно сделать как можно ближе в дистанции, насколько это позволяют индивидуальные способности.

Упражнение № 4

Бой ведется на 15 ударов. После 8 удара происходит смена ролей. Исходное положение спортсменов в бою внутри линии начала дорожки.

Первый номер. Дистанция средняя. Позиция 3-я. Сзади стоящая нога спортсмена стоит на краю линии начала боя. После команды судьи выполняет атаку уколом прямо во внутренний сектор. Подготавливающие действия в атаке происходят только с помощью непрерывных плавных шагов вперед без пауз и смены направления движений. Нанести укол во внутренний сектор можно только с одной попытки, если промах, бой продолжается.

Методические указания. Задача спортсмена нанести укол в первом движении и быть готовым к продолжению боя. При выполнении занять 3-ю

линию без смещений руки в нейтральную или 4-ю линию (позицию). Обратить внимание на ускорение руки, не выдавая себя различными предсигналами. Не останавливаться, выполнять подготовку мягко и без резких движений.

Второй номер. Позиция 3-я. Сзади стоящая нога спортсмена находится на краю линии начала боя. После команды судьи выполняет подготовку - полшага вперед (аппель) и отступает шагами назад, реагируя на атаку неоднократными вызовами. Если попытка соперника уколом прямо во внутренний сектор закончилась безрезультативно, бой продолжается.

Методические указания. Задача спортсмена в этом упражнении помочь сопернику и обслужить его как в парных упражнениях, но отработать при этом переключения в передвижениях и изменение скорости движения рукой в уколе.

Упражнение № 5

Бой ведется на 15 ударов. После 8 удара происходит смена ролей. Исходное положение спортсменов в бою внутри линии начала боя

Первый номер. Дистанция средняя. Позиция 3-я. Сзади стоящая нога спортсмена стоит на краю линии начала боя. После команды судьи выполняет атаку уколом прямо во внутренний сектор. Подготавливающие действия в атаке любые, как в реальном бою. Нанести укол прямо во внутренний сектор можно только с одной попытки. В случае промаха бой продолжается.

Методические указания. Задача спортсмена нанести укол в первом движении и быть готовым к продолжению боя. При выполнении занять 3-ю линию без смещений руки в нейтральную или 4-ю линию (позицию). Обратить внимание на ускорение руки. Не выдавать себя различными предсигналами. Обратить внимание на подготовку атаки. Постараться обмануть соперника при входе в дистанцию и неожиданно выйти в атаку.

Второй номер. Позиция 3-я. Сзади стоящая нога спортсмена находится на краю линии начала боя. После команды судьи выполняет подготовку - полшага вперед (аппель) и отступает шагами назад, реагируя на атаку неоднократными вызовами, после которых может делать любые фехтовальные приемы. Если

попытка соперника уколом прямо во внутренний сектор закончилась безрезультативно, бой продолжается.

Методические указания. Задача спортсмена быть готовым выполнить любые фехтовальные приемы. В защитных действиях создавать помехи оружием с помощью различных перехватов и выполнять контратаки на малейшую передержку руки соперника. На остановку или задержку руки соперника в атаке, стараться молниеносно совершить свою ответную атаку или атаку на подготовку. Соперник должен поверить в вызов, поэтому его нужно сделать как можно ближе в дистанции, насколько это позволяют индивидуальные способности.

Упражнение № 6

Бой ведется на 15 ударов. После 8 удара происходит смена ролей. Исходное положение спортсменов в бою внутри линии начала боя.

Первый номер. Дистанция средняя. Позиция 3-я. Сзади стоящая нога спортсмена стоит на краю линии начала боя. После команды судьи совершает атаку прыжком вперед уколом прямо во внутренний сектор. Подготавливающие действия в атаке происходят только с помощью непрерывных плавных шагов вперед без пауз и смены направления движений. Выполнить атаку прыжком вперед уколом прямо во внутренний сектор, либо ударом по маске можно только с одной попытки. В случае промаха бой продолжается.

Методические указания. Задача спортсмена выполнить атаку прыжком вперед уколом прямо во внутренний сектор в первом движении и быть готовым к продолжению боя. Сделать прыжок вперед нужно как можно дальше в длину. Обратит внимание на ускорение руки, не выдавать себя различными предсигналами.

Второй номер. Позиция 3-я. Сзади стоящая нога спортсмена находится на краю линии начала боя. После команды судьи выполняет подготовку - полшага вперед (аппель) и отступает шагами назад, реагируя на атаку неоднократными вызовами. Если попытка соперника прыжком вперед уколом прямо во внутренний сектор закончилась безрезультативно, бой продолжается.

Методические указания. Задача спортсмена помочь сопернику и обслужить его, но отработать при этом переключения в передвижениях и изменение скорости движения рукой, угрожая оружием.

Упражнение № 7

Бой ведется на 15 ударов. После 8 удара происходит смена ролей. Исходное положение спортсменов в бою внутри линии начала дорожки.

Первый номер. Дистанция средняя. Позиция 3-я. Сзади стоящая нога спортсмена стоит на краю линии начала боя. После команды судьи совершает атаку прыжком вперед уколом прямо во внутренний сектор. Подготавливающие действия в атаке любые, как в реальном бою. Если атака закончилась безрезультативно, бой продолжается.

Методические указания. Если в атаке прыжком вперед уколом прямо во внутренний сектор спортсмен не достал по дистанции, тогда с прямой руки сразу выполняется ремиз - очень эффективное средство против защитных действий соперника. Сделать прыжок вперед нужно как можно дальше в длину. Обратить внимание на ускорение руки, не выдавать себя различными предсигналами.

Второй номер. Позиция 3-я. Сзади стоящая нога спортсмена находится на краю линии начала боя. После команды судьи выполняет подготовку - полшага вперед (аппель) и отступает шагами назад, реагируя на атаку неоднократными вызовами, после которых может делать любые фехтовальные приемы. Если попытка соперника прыжком вперед уколом прямо во внутренний сектор закончилась безрезультативно, бой продолжается.

Методические указания. Задача спортсмена быть готовым выполнить любые фехтовальные приемы. На остановку атаки соперника, без потери времени, сразу выходить в ответную атаку или атаку на подготовку. В защитных действиях создавать помехи оружием с помощью различных перехватов и выполнять контратаки на малейшую передержку руки соперника.

Упражнение № 8

Бой ведется на 5 ударов. Границы боя находятся внутри линии начала боя.

Первый номер. Дистанция средняя. Позиция 3-я. Сзади стоящая нога спортсмена стоит на краю линии начала боя. После команды судьи начинается бой. В случае выхода за линию начала присуждается штрафной удар.

Методические рекомендации. В условиях ограниченного пространства постараться принимать оптимальные решения как можно быстрее. Попытаться почувствовать линию начала боя при передвижении ногами на тактильном уровне, не смотреть, не терять время. Задача одержать победу в бою.

Второй номер. Дистанция средняя. Позиция произвольная. Сзади стоящая нога спортсмена стоит на краю линии начала боя. После команды судьи начинается бой. В случае выхода за линию начала присуждается штрафной удар. Задача одержать победу в бою.

Методические рекомендации. В условиях ограниченного пространства постараться принимать оптимальные решения как можно быстрее. Попытаться почувствовать линию начала боя при передвижении на тактильном уровне, не смотреть, не терять время.

Упражнение № 9

Задание. Выполнить двадцать атак. После 10 атак происходит смена ролей.

Первый номер. Дистанция дальняя. Позиция 3-я. Сзади стоящая нога находится на линии выхода за дорожку. После команды судьи выполняет атаку. Подготавливающие действия в атаке выполняются плавными и непрерывными шагами вперед без пауз и смены направления движений. Если попытка нанести удар в атаке закончилась безрезультативно, бой продолжается.

Методические указания. Задача спортсмена нанести удар в атаке с первой попытки. Если попытка не удалась, быть готовым к продолжению боя.

Второй номер. Позиция 3-я. После команды судьи выполняет подготовку - не более двух шагов вперед и отступает шагами назад, реагируя на атаку неоднократными вызовами. Парировать атаку, предвосхищая глубину нападений соперника, затем выполняет ответ ударом-уколом в любой сектор. Если попытка ответной атаки закончилась безрезультативно, бой продолжается.

Методические указания. Задача спортсмена провалить атаку соперника и выйти в ответную атаку. Вызов осуществляется с помощью финта и шага вперед одновременно, либо по раздельности. Соперник должен поверить в вызов, поэтому его нужно сделать как можно ближе в дистанции, насколько это позволяют индивидуальные способности.

Упражнение № 10

Задание. Выполнить двадцать атак. После 10 атак происходит смена ролей.

Первый номер. Дистанция дальняя. Позиция 3-я. Сзади стоящая нога находится на линии выхода за дорожку. После команды судьи выполняет атаку ударом по маске или левому боку. Подготавливающие действия в атаке происходят только с помощью плавных непрерывных шагов вперед без пауз и смены направления движений. Если попытка атаки закончилась безрезультативно, бой продолжается.

Методические указания. Задача спортсмена нанести удар в атаке с первой попытки. Если попытка не удалась быть готовым к продолжению боя.

Второй номер. Позиция 3-я. После команды судьи отступает шагами назад и не реагирует на подготавливающие действия. Опережает атаку контратакой ударом по маске с 4-й оппозицией, либо предвосхищая глубину нападений соперника выполняет ответную атаку ударом-уколом в любой сектор. Если попытка применить защиту закончилась безрезультативно, бой продолжается.

Методические указания. Для того, чтобы эффективно провалить атаку соперника и выйти в ответную атаку, нужно активно контратаковать соперника, даже если спортсмен знает, что проигрывает тактическую правоту в этой фехтовальной фразе. Задача спортсмена не дать сопернику выйти в атаку.

Упражнение № 11

Задание. Выполнить двадцать атак. После 10 атак происходит смена ролей.

Первый номер. Дистанция дальняя. Позиция 3-я. Сзади стоящая нога находится на линии выхода за дорожку. После команды судьи выполняет атаку в любой сектор. Подготавливающие действия в атаке любые. Если попытка атаки закончилась безрезультативно, бой продолжается.

Методические указания. Задача спортсмена нанести удар в атаке.

Второй номер. Позиция 3-я. После команды судьи защищается от атаки любым способом. Если попытка защититься закончилась безрезультативно, бой продолжается.

Методические указания. Задача спортсмена провалить атаку соперника и выйти в ответную.

Упражнение № 12

Задание. Выполнить двадцать атак. После 10 атак происходит смена ролей. Исходное положение спортсменов на линии начала боя.

Первый номер. Позиция 3-я. После команды судьи выполняет атаку ударом по маске. Подготавливающие действия в атаке любые. Если попытка атаки закончилась безрезультативно, бой продолжается.

Методические указания. Задача спортсмена нанести удар по голове в атаке и быть готовым к продолжению боя.

Второй номер. Позиция 3-я. После команды судьи выполняет атаку (выходит в обоюдные атаки), либо контратаку ударом по руке с внешней стороны сверху. Подготавливающие действия любые. Если в обоюдных атаках промах, спортсмен продолжает выполнять исходное задание. В случае неудачной попытки контратаки, бой продолжается.

Методические указания. Основная задача провалить соперника в атаке и отработать контратаку. Выходить в обоюдные атаки не более двух раз. Рука и сзади стоящая нога при выполнении контратаки работают одновременно в разные стороны. Быть готовым к продолжению боя.

Упражнение № 13

Задание. Выполнить двадцать атак. После 10 атак происходит смена ролей. Исходное положение спортсменов на линии начала боя.

Первый номер. Позиция 3-я. После команды судьи выполняет атаку ударом по маске. Подготавливающие действия в атаке любые. Если попытка атаки закончилась безрезультативно, бой продолжается.

Методические указания. Задача спортсмена нанести удар по маске в атаке и быть готовым к продолжению.

Второй номер. Позиция 3-я. После команды судьи выходит в обоюдные атаки, либо в атаку на подготовку ударом-уколом по руке с внутренней или внешней стороны снизу. Подготавливающие действия любые. Если в обоюдных атаках промах спортсмен продолжает выполнять исходное задание. В случае неудачной атаки на подготовку, бой продолжается.

Методические указания. Основная задача спортсмена с опережением выполнить атаку на подготовку удар-уколом по руке. Во время движения руки вперед кисть не вращать, а укол наносить сразу из 3-ей позиции. Постараться почувствовать ускорение в атаке на подготовку. Рукой движение выполнять быстрее, чем ногой. Регулировать скорость руки адекватно действиям соперника, быть готовым к продолжению боя.

Упражнение № 14

Задание. Выполнить двадцать атак. После 10 атак происходит смена ролей. Исходное положение на линии начала боя.

Первый номер. Позиция 3-я. После команды судьи выполняет атаку ударом по голове. Подготавливающие действия в атаке любые. Если попытка атаки закончилась безрезультативно, бой продолжается.

Методические указания. Задача спортсмена нанести удар по голове в атаке и быть готовым к продолжению боя.

Второй номер. Позиция 3-я. После команды судьи выполняет атаку (выходит в обоюдные атаки) или по выбору выполняет контратаку ударом по руке с внешней стороны сверху, атаку на подготовку ударом-уколом по руке с внутренней стороны снизу. Подготавливающие действия любые, как в реальном бою. Если в обоюдных атаках промах, продолжает выполнять исходное задание

Методические указания. Отрабатывать удар-укол по руке различным способом. Внимательно следить за предсигналами соперника и в зависимости от этого наносить удары-уколы по руке сверху или снизу. Регулировать скорость руки адекватно действиям соперника, быть готовым к продолжению боя.

Упражнение № 15

Бой ведется на 10 ударов. Исходное положение внутри линии начала боя.

Первый номер. Дистанция средняя. Позиция 3-я. Сзади стоящая нога спортсмена стоит на краю линии начала боя. После команды судьи начинается бой. Если спортсмен нанес удар-укол в ответной атаке, присуждается 2 очка, все остальные действия 1 очко.

Задание. В условиях ограниченного пространства одержать победу в бою.

Второй номер. Позиция 3-я. Сзади стоящая нога спортсмена стоит на краю линии начала боя. После команды судьи начинается бой. В ответной атаке присуждается 2 очка, все остальные действия 1 очко.

Задание. В условиях ограниченного пространства одержать победу в бою.

Упражнение № 16

Бой ведется на 5 ударов. Исходное положение спортсменов на линии начала боя.

Первый номер. После команды судьи выполняет атаку.

Методические указания. У спортсмена есть преимущество в атаке. Задача достичь победы в бою.

Второй номер. После команды судьи есть два варианта принятия решений. Совершить основную атаку, либо ответную. В случае обоюдных атак очко присуждается сопернику.

Методические указания. Использовать все виды защитных действий в фехтовальном поединке.

Упражнение № 17

Задание. Провести два боя на 5 ударов. После первого боя право первым начать атаку переходит к сопернику.

Первый номер. После команды судьи выполняет атаку (комбинация передвижений: шаг выпад, скачок выпад, аппель выпад и т.д.). Если атака закончилась безрезультативно, ответную атаку соперника обыгрывает ответной атакой. Удар засчитывается только по маске.

Методические указания. Задача победить в бою. Следить за качеством техники в выполнении атакующих действий.

Второй номер. После команды судьи отступает и выполняет ответную атаку. Удар засчитывается только по маске.

Методические указания. Задача победить в бою. Следить за качеством техники выполнения атакующих действий.

Упражнение № 18

Задание. Выполнить двадцать атак. После 10 атак происходит смена ролей. Исходное положение на линии начала боя.

Первый номер. Позиция 3-я. После команды судьи выполняет атаку ударом по маске или правому боку. Подготавливающие действия в атаке любые. Если попытка атаки закончилась безрезультативно, бой продолжается на 1 удар.

Методические указания. Задача спортсмена нанести удар в атаке и быть готовым к продолжению боя.

Второй номер. Позиция 3-я. После команды судьи совершает атаку (выходит в обоюдные атаки), выпрямляет руку (оружие в линии) или, отступая назад, может выполнять любые фехтовальные приемы. Если в обоюдных атаках промах, продолжает выполнять исходное задание, попытка защитных действий после прямой руки закончилась безрезультативно, бой продолжается на 1 удар.

Методические указания. На атаку с действием на оружие выполняет перевод с уколом во внутренний или наружный сектор поражаемой поверхности. Если действие на оружие не происходит, оставляет прямую руку и колет прямо. С прямой руки пытается отработать весь арсенал защитных действий. Не останавливается, все время готов к продолжению боя.

Упражнение № 19

Задание. Выполнить двадцать атак. После 10 атак смена ролей. Исходное положение спортсменов, линия начала, как в обычном бою.

Первый номер. Позиция 3-я. После команды судьи совершает атаку по голове или правому боку. Подготавливающие действия в атаке любые как в

реальном бою. Если попытка атаки закончилась безрезультативно, бой продолжается на 1 удар.

Методические указания. Задача спортсмена нанести результативный удар в атаке и быть готовым к продолжению боя.

Второй номер. Позиция 3-я. После команды судьи выполняет атаку (выходит в обоюдные атаки), либо выполняет подготовку не более двух шагов вперед, далее отступает шагами назад, реагируя на атаку неоднократными вызовами, выполняет контратаку уколом прямо во внутренний сектор с уклонением. Если в обоюдных атаках промах, продолжает выполнять исходное задание, попытка выполнить контратаку закончилась безрезультативно, бой продолжается на 1 удар.

Методические указания. Обоюдные атаки - не больше двух попыток. Подготовка очень важна - два шага, полтора шага, прыжковый шаг, варьировать скорость адекватно действиям соперника. Контратака уколом прямо выполняется с опережением на задержку руки в атакующих действиях соперника. Уклонение выполняется шагом в правую сторону, если атакует правша, шагом в левую сторону, если атакует левша. Контратака не удалась, быть готовым к продолжению боя.

Упражнение № 20

Задание. Выполнить двадцать атак. После 10 атак происходит смена ролей. Исходное положение спортсменов, на линии начала боя.

Первый номер. Позиция 3-я. После команды судьи выполняет простую атаку на выбор - ударом по маске, правому боку, левому боку. Подготавливающие действия в атаке любые. Ответы соперника парирует контрзащитами, отвечает в любой сектор. Если попытка атаки или контрответа закончилась безрезультативно, бой продолжается на 1 удар.

Методические указания. Задача спортсмена нанести результативный удар в атаке, не выполнять атакующие действия ложно, прогнозируя заранее последующий контрответ. Защиту ответ соперника парировать контрответом. Быть готовым к продолжению боя.

Второй номер. Позиция 3-я. После команды судьи выполняет подготовку не более двух шагов вперед, далее отступает шагами назад, простую атаку парирует защитой адекватно сектору нападения и выполняет ответ в любую область поражаемой поверхности. Если попытка выполнить защитные действия закончилась безрезультативно, бой продолжается на 1 удар.

Методические указания. Задача спортсмена парировать простую атаку соперника и выполнить результативный ответ. Не останавливаться, быть готовым к продолжению боя.

Упражнение № 21

Задание. Выполнить двадцать атак. После 10 атак происходит смена ролей. Исходное положение спортсменов на линии начала боя.

Первый номер. Позиция 3-я. После команды судьи произвольно чередует простые и сложные атаки с ударом в любой сектор. Подготавливающие действия в атаке любые. Ответы соперника парирует контрответами и отвечает в любой сектор. Если попытка атаки или контрответа закончилась безрезультативно, бой продолжается на 1 удар.

Методические указания. Задача спортсмена нанести результативный удар в атаке, не выполнять простую или сложную атаку ложно, прогнозируя и заранее последующий контрответ. Защиту ответ соперника парировать контрответом. Быть готовым к продолжению боя.

Второй номер. Позиция 3-я. После команды судьи выполняет подготовку не более двух шагов вперед, далее отступает шагами назад, реагируя на атаку неоднократными вызовами, на сложную атаку выполняет контратаку ударом по маске с 4-ой позицией, либо выполняет атаку на подготовку уколом прямо во внутренний сектор. Простую атаку парирует защитой адекватно сектору нападения и выполняет ответ в любую область поражаемой поверхности. Если попытка выполнить защитные действия закончилась безрезультативно, бой продолжается на 1 удар.

Методические указания. Задача спортсмена фехтовать с соперником, адекватно его атакующим действиям. Постараться простую атаку отличать от сложной. Не останавливаться, быть готовым к продолжению боя.

Индивидуальные уроки

Упражнение № 22

Дозировка. 6-8 минут или до полного освоения деталей техники.

Тренер. Дистанция ближняя. Позиция 3-я. Оружие опущено. Бездействует, после удара с прорезанием совершает удар по правому боку.

Методические указания. Следить за техникой выполнения ударов спортсмена.

Спортсмен: Позиция 3-я. Наносит четыре последовательных удара - по руке (предплечье, плечо), по маске, с прорезанием по левому боку, парирует атаку тренера, 3-ей защитой наносит ответ по маске или правому боку, возвращается в исходное положение.

Методические указания. Следить за техникой выполнения ударов.

Упражнение № 23

Дозировка. 5-10 минут.

Тренер. Дистанция дальняя Позиция 3-я. Используя подготовку и различные финты, выполняет атаку ударом по маске или правому боку.

Методические указания. Регулирует скорость передвижений и подачу руки в атакующих действиях - где-то руку придержал, где-то наоборот рукой ускорился.

Спортсмен. Позиция 3-я. Выполняет подготовку не более двух шагов вперед, далее отступает шагами назад, реагируя на атаку неоднократными вызовами, на обманные движения и финты тренера выполняет контратаку уколом прямо во внутренний сектор с уклонением.

Методические указания. Подготовка очень важна - два шага, полтора шага, прыжковый шаг, варьировать скорость адекватно действиям соперника. Контратака уколом прямо выполняется с опережением на задержку руки в атакующих действиях тренера. Уклонение выполняется шагом в правую сторону,

если атакует правша, шагом в левую сторону, если атакует левша. Если попытка контратаки не удалась, быть готовым к продолжению боя.

Упражнение № 24

Дозировка. 5-10 минут.

Тренер. Дистанция дальняя. Позиция 3-я. Произвольно чередует атаку по голове и правому боку с вызовом.

Методические указания. Вызов выполняется с помощью финта (угроза оружием), регулирует его скорость и подачу, где-то помогает спортсмену выполнить действие на оружие.

Спортсмен. Позиция 3-я. После подготавливающих действий совершает атаку ударом в любой сектор. На вызов тренера выполняет атаку с батманом в 4-ю позицию ударом в сектор поражаемой поверхности.

Методические указания. После подготовки старается переключиться и выполнить атаку с действием на оружие как можно быстрее в ногах. Между действием на оружие и ударом временной промежуток должен быть как можно меньше.

Упражнение № 25

Дозировка. 5-10 минут.

Тренер. Дистанция дальняя. Позиция 3-я. Произвольно чередует атаку ударом по маске или правому боку с вызовом.

Методические указания. Вызов выполняется с помощью финта (угроза оружием), регулирует его скорость и подачу, где-то помогает спортсмену выполнить действие на оружие.

Спортсмен. Позиция 3-я. После подготавливающих действий выполняет атаку в любой сектор. На вызов тренера выполняет атаку с батманом в 4-ю позицию уколом прямо во внутренний сектор поражаемой поверхности.

Методические указания. После подготовки старается переключиться и выполнить атаку с действием на оружие как можно быстрее. Между действием на оружие и уколом прямо временной промежуток должен быть как можно меньше.

Упражнение № 26

Дозировка. 5-10 минут.

Тренер. Дистанция дальняя. Позиция 3-я. Произвольно чередует простую атаку с ударом в любой сектор поражаемой поверхности со сложной атакой с финтами.

Методические указания. Регулировать скорость и частоту подачи финтов оружием.

Спортсмен. Позиция 3-я. Простую атаку парирует защитой с ответным ударом в любой сектор. На усложнение атаки с финтами тренера, реагируя неоднократными вызовами контратакует уколом прямо с приседом.

Методические указания. Стараться выполнить присед в самом конце атаки тренера. Моделировать ситуацию реального боя, представить, что это линия выхода за дорожку и когда соперник осознает, что отходить некуда, на выполнение удара нанести укол прямо с приседом.

Упражнение № 27

Дозировка. 5-10 минут.

Тренер. Дистанция дальняя. Позиция 3-я. Выполняет сложную атаку с финтами ударом по маске

Методические указания. Регулировать скорость и частоту подачи финтов оружием.

Спортсмен. Позиция 3-я. На сложную атаку с финтами тренера, реагируя неоднократными вызовами, парирует 5-ой защитой в приседе, дает ответ ударом по левому боку.

Методические указания. Парировать атаку 5-ой защитой как можно позже, на завершение удара тренера.

Упражнение № 28

Дозировка. 5-10 минут.

Тренер. Дистанция дальняя. Позиция 3-я. Выполняет сложную атаку с финтами ударом по маске

Методические указания. Регулировать скорость и частоту подачи финтов оружием.

Спортсмен. Позиция 3-я. На сложную атаку с финтами тренера, реагируя неоднократно вызовами, парирует 5-ой защитой в приседе, дает ответ ударом по левому боку, либо наносит укол прямо в приседе во внутренний сектор поражаемой поверхности.

Методические указания. Совершенствовать два варианта защитных действий.

Упражнение № 29

Дозировка. 5-10 минут.

Тренер. Дистанция дальняя. Позиция 3-я. Атакует ударом по маске.

Методические указания. Помочь спортсмену выработать уверенность в выполнении атакующих действий с тактической правотой. Совершенствовать чувство времени, связанное с опережением в завершающей фазе укола в атаке. Выполнять атаки с различной скоростью, регулируя в зависимости от действий спортсмена начальную и завершающую фазу своей атаки.

Спортсмен: Позиция 3-я. Совершает атаку уколом прямо во внутренний сектор поражаемой поверхности.

Методические указания. Стараться в атаке уколом опередить атаку тренера. Работать над ускорением.

Боевая практика

Проводится 1 раз в неделю в течение 4-х месяцев. Предварительный тур круговым способом, затем тур прямого выбывания. Участники - 8 спортсменок (экспериментальная группа). Судьи - 3 чел. В ходе ведения поединков судьям дается задание преднамеренно неправильно 2-3 раза разобрать фехтовальную фразу. Таким образом, моделируются ситуации спорного судейства.

Средства с преимущественно психологическим наполнением

Частные задачи: обеспечить стабильность параметров психологического состояния в различных условиях боевой деятельности, в том числе, в ситуациях спорного судейства; способствовать формированию и совершенствованию умения спортсменок к саморегуляции собственного боевого и предбоевого состояния.

Формы применения: упражнения психологической подготовки; психолого-педагогические упражнения; разминочные упражнения.

Упражнения из раздела собственно психологической подготовки (упражнения в саморегуляции) представляли собой упражнения, нацеленные на формирования умения спортсменок управлять собственными психологическими состояниями, в том числе, возникающими в ходе соревновательной деятельности.

Необходимо отметить, что у квалифицированных спортсменок-фехтовальщиц, как правило, оказываются сформированными индивидуальные методы оптимизации собственного психологического состояния и вхождения в личное, присущее лишь данной спортсменке оптимальное боевое состояние.

В ряде случаев встречается своеобразная «ритуализация», когда спортсменка настраивается на соревновательную деятельность, выполняя тот или иной ритуал; а также, формируя свое индивидуальное предстартовое состояние, повышает свой пульс до нужного ей значения в ходе выполнения собственного комплекса разминочных упражнений.

Однако, с объективной точки зрения, выработанные спортсменками индивидуальные методы оптимизации собственного психологического состояния, как правило, содержат существенные ошибки, непосредственно влияющие эффективность их соревновательной деятельности.

Поэтому в рамках настоящей методики на первом этапе предполагалось проведение разноплановой проверки личных методов саморегуляции спортсменок с последующим поиском направлений их коррекцией.

Затем формировались методы поддержания сугубо индивидуальных для каждой спортсменки параметров собственного предбоевого состояния по следующим параметрам:

- физическому
- эмоциональному,
- ментальному.

Первый из указанных компонентов предполагал формирование комплекса мер по обеспечению у спортсменки того физического состояния, которое

является оптимальным для начала ее боевой деятельности (пульс, артериальное давление, степень «физической» свежести). Для решения этой задачи спортсменка выполняла комплекс разминочных физических упражнений, который подбирался для нее индивидуально.

Второй компонент предполагал выбор из всего спектра разнообразных эмоциональных состояний, присущих соревновательной деятельности (от «спокойной уверенности» до «спортивной злости») того, которое бы наиболее полно способствовало проявлению лучших спортивных, бойцовских качеств спортсменки.

Третий компонент подразумевал интеллектуальную настройку на предстоящую деятельность. Для каждой спортсменки подбирались те или иные словесные формулы, произнесение ею которых могло влиять как на эмоциональное состояние, так и создавать необходимые установки в технико-тактической деятельности, например: «чувствую соперницу, разгадываю все ее замыслы», «готова действовать на опережение» и т.д.

Наконец, основными тренировочными средствами с преимущественно психологическим содержанием являлись упражнения саморегуляции, которые при отсутствии подобных навыков у спортсменки могли (в целях обучения) использоваться в отдельной части тренировочного занятия, но, как правило, применялись при непосредственной подготовке к выполнению соревновательных упражнений.

Упражнения саморегуляции, разработанные на кафедре теории и методики фехтования НГУ им П.Ф. Лесгафта в рамках инновационных технологий в фехтовании были описаны в нашей совместной работе (*Шустиков Г.Б., Федоров В.Г., Деев А.В., Нечаева Е.А. Инновационные технологии в фехтовании: психологический аспект НГУ им П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. СПб : б.и., 2018. 103 с.*).

Применялись две разновидности подобных упражнений:

- в положении сидя,
- в положении боевой стойки.

1. Упражнение саморегуляции в положении сидя.

И.П. - сидя на стуле, стопы стоят на полу на ширине плеч, спина прямая, положение туловища – вертикальное, плечи опущены и расслаблены, голова может быть чуть наклонена вперед.

Методические указания: напряжение в мышцах тела минимально необходимое для поддержания заданного положения, мимические мышцы расслаблены. Психологическое содержание упражнения заключается в отрешенном самонаблюдении спортсменом содержания собственного сознания, а также (что особенно важно) ощущений в теле. Спортсменка должна добиться без оценочного, не включенного, констатирующего наблюдения, как за своими мыслями и эмоциями, так и за любыми ощущениями, возникающими в теле. Ее внимание должно переключаться с одного объекта на другой в зависимости от того, какой раздражитель (то или иное состояние сознания или ощущение в теле) является доминирующим в настоящий момент времени. Практика показывает, что большинство спортсменок испытывают определенные трудности с выполнением этого упражнения, заключающиеся во-первых, в том, что с течением времени отрешенный, констатирующий характер наблюдения теряется, спортсменка сбивается на последовательное «продумывание» своих мыслей (мысленный дискурс), кроме того, возможно появление оценочных суждений в категориях «хорошо - плохо», «правильно - неправильно», и даже чувства раздражения, нетерпения, нежелания выполнять данное упражнение. При появлении этих трудностей, спортсменке рекомендуется возвращаться к первоначальным установкам по выполнению упражнению и делать это столько раз, сколько потребуется.

Указанное психологическое содержание упражнения является базовым, при успешном его освоении, спортсменкам могли предлагаться выполнение более сложных заданий, связанных с созданием необходимого эмоционального настроения или со способствованием осуществлению того или иного технико-тактического замысла, однако, в этих случаях степень индивидуализации при выполнении упражнения резко возрастает.

2. Упражнение саморегуляции в положении стоя в боевой стойке (с оружием или без).

И.П. – боевая стойка, характерная для данного спортсмена, вес равномерно распределен между ногами, голова может быть слегка опущена, плечи расслаблены и опущены.

Методические указания: напряжение мышц соразмерно усилию, необходимому для поддержания заданного положения, но не превышает его, рекомендуется последовательно «выключать» из работы группы мышц, не участвующих непосредственно в выполнении стойки, в первую очередь расслабляются мимические мышцы. Основное содержание упражнения – работа сознания, как и в предыдущем упражнении, направленная на самонаблюдение или (при необходимости после самонаблюдения) на мысленное (идеомоторное) выполнение технико-тактических действий.

Оба указанных упражнения в случае их уверенного освоения должны выполняться спортсменками уже самостоятельно при подготовке к соревновательным упражнениям или к соревнованиям, а также в ходе самих соревнований.

Использование в тренировочном процессе психолого-педагогических упражнений с преимущественно психологической направленностью также имело целью формирование и совершенствование способности к управлению спортивной деятельностью.

Для этого, спортсменкам давались задания по проведению тренировочного занятия (части занятия), что создавало предпосылки для приобретения опыта по самостоятельному проведению тренировок, проявления самодисциплины в спортивной деятельности.

Разминочные упражнения с преимущественно психологическим наполнением представляли собой упражнения, как правило, подбираемые индивидуально для каждой фехтовальщицы, которые позволяли им одновременно решить две задачи – подвести организм к индивидуально-оптимальному для данной спортсменки уровню предбоевого физического состояния, а также (с

помощью самовнушения, саморегуляции или идеомоторной тренировки) создать эмоциональные и мыслительные предпосылки для успешного ведения, как технико-тактической, так и соревновательной деятельности в целом, в том числе, в случае спорного судейства.

4.2 Изменение параметров соревновательной деятельности фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в результате применения методики повышения их устойчивости к спорному судейству

Разработанная нами методика была реализована при проведении формирующего педагогического эксперимента с квалифицированными фехтовальщицами-саблистками, длительность которого составила 4 месяца.

Результаты педагогического эксперимента представлены в таблицах 13-20.

Предполагалось, что эффективность методики проявится, прежде всего, в росте результативности боевых действий, что повлечет за собой и изменение их структуры.

В таблице 13 и на рисунке 21 приведены показатели результативности применения основных средств ведения боя у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в ходе формирующего педагогического эксперимента.

Из таблицы видно, что показатели результативности до эксперимента при спорном судействе атакующих и защитно-ответных действий значительно ниже своего уровня при объективном судействе. При этом видна тенденция к снижению у показателей результативности контратак, а в целом все это еще раз показывает неблагоприятное влияние спорного судейства на результативность соревновательных поединков фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации.

Из полученных данных следует, что у показателей результативности основных средств ведения боя при объективном судействе после эксперимента наблюдается некоторая тенденция к росту, но достоверно значимые изменения не выявлены.

Таблица 13 – Показатели результативности применения основных средств ведения боя у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в ходе формирующего педагогического эксперимента (%) (n=8)

Разновидности боевых действий	До эксперимента			После эксперимента			Достоверность различий p
	М	σ	R, %	М	σ	R, %	
При объективном судействе							
Атаки	57,12	6,42	12,35	59,83	7,05	11,89	p > 0,05
Защитно-ответные действия	43,67	5,11	13,96	46,57	5,67	13,75	p > 0,05
Контратаки	32,55	4,72	12,55	33,08	4,33	12,27	p > 0,05
Ремизы	10,45	1,23	5,35	11,76	1,56	7,48	p > 0,05
При необъективном (спорном) судействе							
Атаки	52,93	5,71	15,07	63,05	6,97	13,06	p ≤ 0,05
Защитно-ответные действия	39,23	5,08	14,74	49,34	6,24	12,29	p ≤ 0,05
Контратаки	31,78	4,91	18,95	36,15	4,27	13,08	p ≤ 0,05
Ремизы	10,74	2,05	15,54	11,21	1,74	12,42	p > 0,05

Также из рисунка 21 видно, что по наиболее широко применяемым и результативным средствам ведения боя наблюдается значительный рост показателей результативности к концу эксперимента.

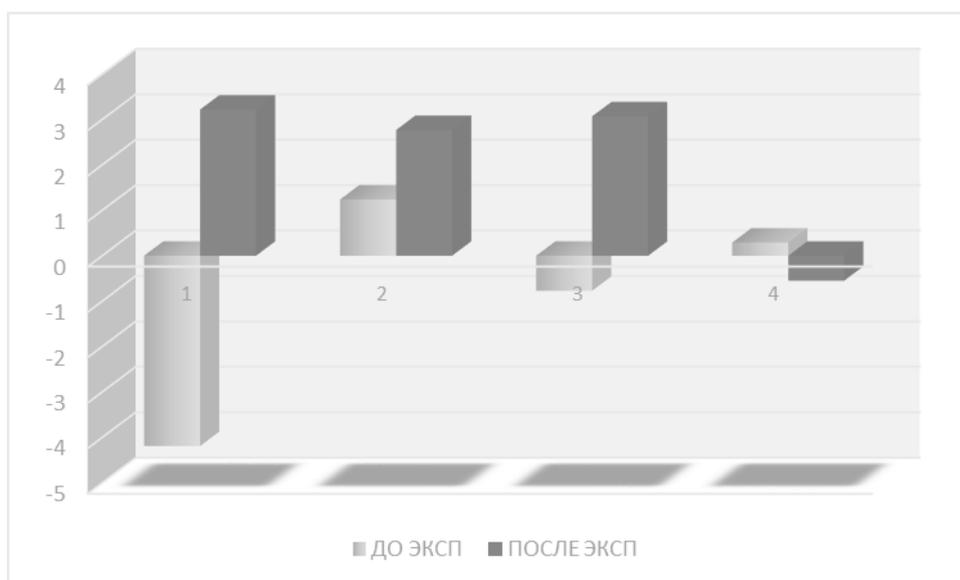


Рисунок 21 – Степени изменения в условиях спорного судейства результативности основных средств ведения боя у высококвалифицированных фехтовальщиц от начала к завершению педагогического эксперимента (1- атаки, 2- защитно-ответные действия, 3- контратаки, 4- ремизы)

В ремизах изменение на достоверно значимом уровне исследуемых показателей не выявлено. Наиболее существенный рост результативности отмечен в атаках (с R -52,93% до R - 63,05%) и защитно-ответных действиях (с R - 39,23% до R - 49,34%), менее значительный - в контратаках (с R - 31,78% до R - 36,15 %).

Следовательно, у высококвалифицированных фехтовальщиц-саблисток экспериментальной группы после применения экспериментальной методики повысилась общая результативность боя, так как совершенствование технико-тактических средств, примененных в рамках апробируемой методики, ведет к расширению боевого репертуара и повышению у спортсменок уверенности в своей тактической правоте при выполнении фехтовальной фразы, что, в свою очередь, влияет на принятие судьями в сложных для судейства ситуациях правильных решений.

В таблице 14 и на рисунке 22 приводятся данные по объемам основных средств ведения боя у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в ходе эксперимента.

Таблица 14 – Показатели объемов применения основных средств ведения боя у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в ходе формирующего педагогического эксперимента в экспериментальной группе (%) (n=8)

Разновидности боевых действий	До эксперимента			После эксперимента			Достоверность различий p
	M	σ	V, %	M	σ	V, %	
При объективном судействе							
Атаки	71,25	6,37	12,75	72,14	5,43	11,78	p>0,05
Защитно-ответные действия	19,08	5,08	14,08	20,23	4,79	13,61	p>0,05
Контратаки	6,14	3,07	12,25	4,56	2,08	12,95	p>0,05
Ремизы	3,53	1,53	11,89	3,07	0,96	11,45	p>0,05
При необъективном (спорном) судействе							
Атаки	74,11	7,08	14,54	77,03	6,25	13,87	p≤0,05
Защитно-ответные действия	21,59	3,51	13,76	15,36	4,08	12,92	p≤0,05
Контратаки	3,16	2,78	13,82	6,28	1,06	12,76	p>0,05
Ремизы	1,14	0,57	12,05	1,43	0,69	11,83	p>0,05

Анализ данных объема основных средств ведения боя показывает, что в условиях как объективного, так и спорного судейства, до и после эксперимента, атаки являются главной составляющей в числе различных средств ведения боя (это полностью соответствует данным, полученным на предыдущем этапе исследования на большей выборке фехтовальщиц-саблисток).

Следует отметить, что в ходе эксперимента при ведении соревновательной деятельности в условиях объективного судейства в показателях объемов исследуемых параметров основных средств ведения боя, существенных сдвигов не произошло, то есть спортсменки продолжали вести соревновательную деятельность в привычном для себя стиле, что выразилось в стабильности среднегрупповых показателей.

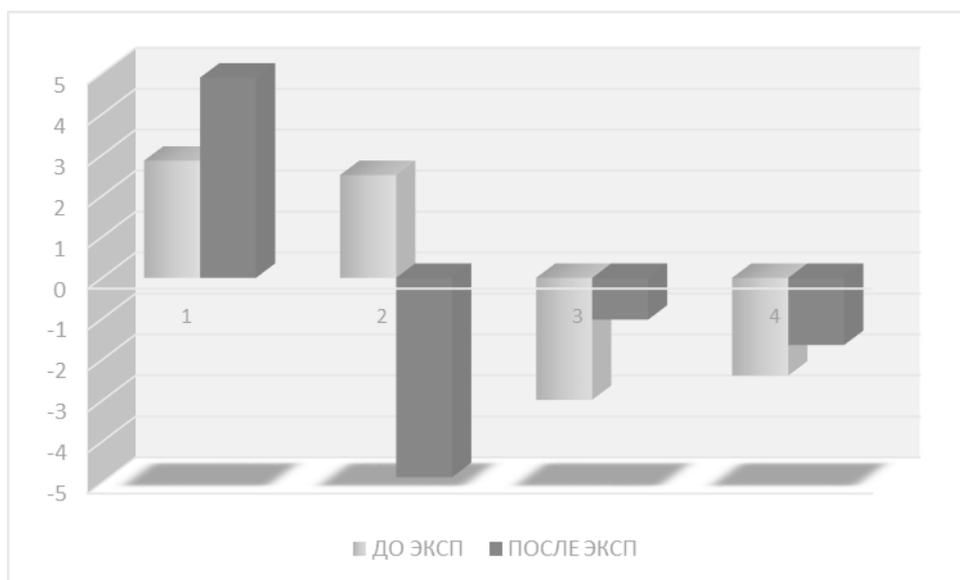


Рисунок 22 – Степени изменения в условиях спорного судейства объемов основных средств ведения боя у высококвалифицированных фехтовальщиц от начала к завершению педагогического эксперимента (1- атаки, 2- защитно-ответные действия, 3- контратаки, 4- ремизы)

Тем не менее, при спорном судействе до эксперимента у показателей парциальных объемов атак и защитно-ответных действий видна тенденция к увеличению по сравнению с объективным судейством.

В то же время, основные изменения коснулись атакующих и защитно-ответных действий; так при спорном судействе парциальные объемы атак

достоверно увеличились (V - с 74,11% до 77,03%), а парциальные объемы защитно-ответных действий уменьшились (с V - 21,59% до 15,36%), что, в свою очередь, говорит о положительных тенденциях и создает условия для последующей оптимизации технико-тактической деятельности за счет рационального использования подготовок перед атакующими и защитно-ответными действиями.

В таблице 15 и на рисунке 23 представлены показатели результативности применения атакующих действий (дифференциация по моменту применения) у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в ходе формирующего педагогического эксперимента в экспериментальной группе, которые подтверждают позитивное влияние экспериментальной методики на результативность атакующих действий по моменту их применения.

Таблица 15 – Показатели результативности применения атакующих действий (дифференциация по моменту применения) у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в ходе формирующего педагогического эксперимента в экспериментальной группе (%) ($n=8$)

Виды атак	До эксперимента			После эксперимента			Достоверность различий p
	M	σ	R, %	M	σ	R, %	
При объективном судействе							
Основные	60,29	6,11	14,03	59,15	6,47	13,85	$p>0,05$
На подготовку	51,04	5,55	12,56	50,88	6,12	12,67	$p>0,05$
Ответные атаки	52,67	7,49	13,19	58,13	6,34	13,59	$p\leq 0,05$
Повторные атаки	51,77	6,23	14,45	56,83	7,08	13,45	$p\leq 0,05$
При необъективном (спорном) судействе							
Основные	49,24	9,18	19,05	54,12	7,34	17,34	$p\leq 0,05$
На подготовку	42,78	8,71	18,13	48,88	7,28	16,55	$p\leq 0,05$
Ответные атаки	41,51	6,24	20,07	63,05	6,05	17,19	$p\leq 0,05$
Повторные атаки	40,43	7,14	16,55	59,73	7,22	15,08	$p\leq 0,05$

Важно отметить, что там, где судейство было признано спорным до эксперимента, по сравнению с объективным судейством, показатели

результативности всех видов атак по моменту применения снизились на достоверно значимом уровне.

Таким образом, при объективном судействе у показателей результативности атакующих действий, после эксперимента наблюдается рост на достоверном значимом уровне в двух видах атак - ответных (с R - 52,67% до R - 58,13%) и повторных (с R - 51,77% до R - 56,83%).

Это говорит о положительном влиянии средств экспериментальной методики, в которой одним из важных компонентов является совершенствование тактики ведения боя. Таким образом, при спорном судействе, после эксперимента, три показателя результативности из четырех, увеличиваются на достоверном значимом уровне. При этом степень роста значительно выше, чем при объективном судействе. Ответные атаки – результативность выросла (с R - 41,51% до R - 63,05%), повторные атаки - (с R - 40,43% до R - 59,73%), атаки на подготовку - (с R - 42,78% до R - 48,88%).

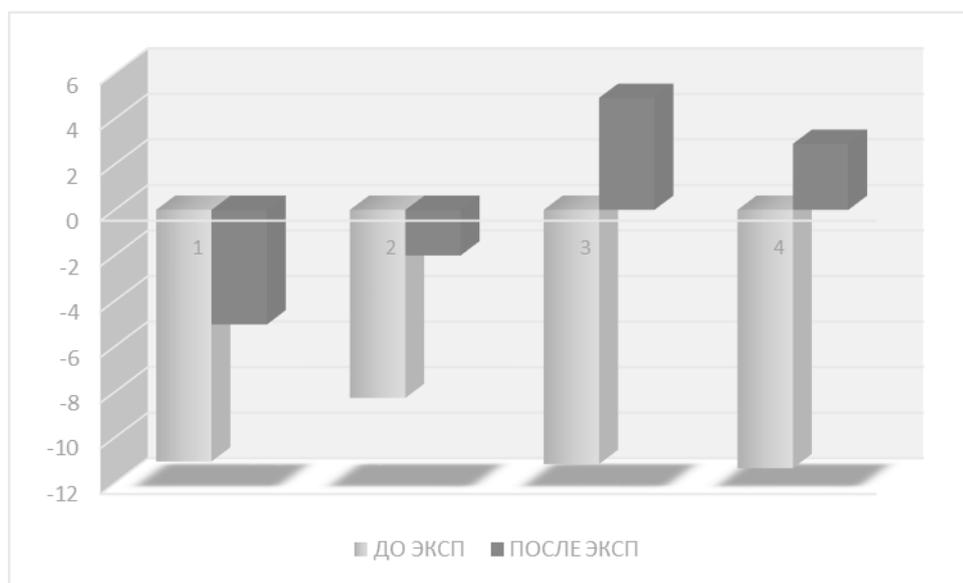


Рисунок 23 – Степень изменения в условиях спорного судейства результативности применения атакующих действий (дифференциация по моменту применения) у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в ходе формирующего педагогического эксперимента (1- основные атаки, 2 - атаки на подготовку, 3 - ответные атаки, 4 - повторные атаки)

В основных атаках есть тенденция к повышению, однако степень изменений на недоверном уровне. Акцент, сделанный в экспериментальной методике на значительное уменьшение количества обоюдных атак, повышенное внимание использованию рациональных подготавливающих средств перед обоюдными атаками, усиление роли повторных и ответных атакующих действий, ведет к повышению общей результативности соревновательных поединков.

Как видно из таблицы 16 и рисунка 24, объемы атакующих действий в условиях как объективного, так и спорного судейства до эксперимента близки к показателям, зафиксированным у саблисток более широкой выборки на предыдущем этапе исследования, а именно, количество ответных атак увеличилось, повторных атак уменьшилось на достоверно значимом уровне.

Изменения в показателях парциальных объемов атакующих действий исследуемых параметров соревновательной деятельности при объективном судействе после эксперимента были выявлены у основных атак – снижение (с V - 43,21% до V - 37,55 %) у ответных - рост (с V - 30,14% до V - 35,36 %) на достоверно значимом уровне.

Таблица 16 – Показатели объема применения атакующих действий (дифференциация по моменту применения) у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в ходе формирующего педагогического эксперимента (%) (n=8)

Виды атак	До эксперимента			После эксперимента			Достоверность различий p
	M	σ	V, %	M	σ	V, %	
При объективном судействе							
Основные	43,21	5,71	13,56	37,55	6,23	13,51	p≤0,05
На подготовку	9,08	3,75	12,76	10,32	4,57	13,39	p>0,05
Ответные атаки	30,14	4,89	13,91	35,36	4,21	12,88	p≤0,05
Повторные атаки	17,57	4,26	14,26	16,79	5,07	14,06	p>0,05
При необъективном (спорном) судействе							
Основные	43,58	4,28	13,59	22,51	6,07	13,21	p≤0,05
На подготовку	10,17	3,24	12,84	9,35	5,34	12,89	p>0,05
Ответные атаки	36,35	4,17	14,12	48,91	4,45	13,52	p≤0,05
Повторные атаки	9,72	4,58	13,75	19,41	4,05	13,77	p≤0,05

В то же время, в тех боях, судейство в которых было признано спорным, зафиксировано достоверное изменение трех из четырех парциальных объемов атакующих действий, что с учетом направленности экспериментальной методики тренировки, примененной в экспериментальной группе, говорит об эффективности этой методики.

Таким образом, можно отметить положительные изменения, заключающиеся в том, что сужение боевого репертуара в боях со спорным судейством если и происходит, то в меньшей степени, чем до применения экспериментальной методики тренировки.

По нашему мнению, показательными параметрами соревновательной деятельности, уровень которых особенно важен для настоящего исследования, является степень изменения парциальных объемов разновидностей атакующих действий в условиях спорного судейства.

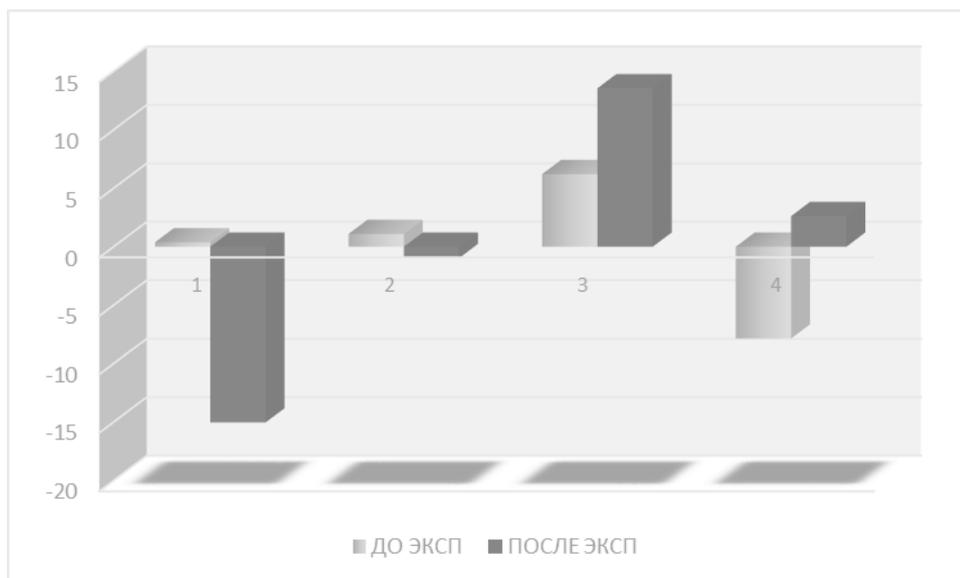


Рисунок 24 – Степени изменения в условиях спорного судейства у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации парциальных объемов атакующих действий (дифференциация по моменту применения) (1- основные атаки, 2 - атаки на подготовку, 3 - ответные атаки, 4 - повторные атаки)

Из рисунка 24 видно, что тенденции изменения структуры атакующих действий в условиях спорного судейства, выявленные на предыдущем этапе исследования подтвердились, также было зафиксировано снижение объема

применяемых основных атак и рост объемов применения ответных и повторных атак. При этом, увеличение показателей парциальных объемов ответных атак в ходе эксперимента составило $V - 12,56\%$, повторных атак $V - 9,69\%$; снижение парциального объема основных атак $V - 21,07\%$. Это говорит о том, что примененная экспериментальная методика, позволила добиться снижения тенденции к сужению технико-тактического репертуара спортсменок в случаях, когда имело место спорное судейство.

Таблица 17 – Показатели результативности применения атакующих действий (дифференциация по количественным характеристикам) у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в ходе формирующего педагогического эксперимента в экспериментальной группе (%) (n=8)

Виды атак	До эксперимента			После эксперимента			Достоверность различий p
	M	σ	R, %	M	σ	R, %	
При объективном судействе							
Простые	51,76	6,40	16,49	57,45	7,12	17,36	$p \leq 0,05$
С финтами	48,32	7,24	15,24	49,11	7,28	15,30	$p > 0,05$
С действием на оружие	51,71	7,68	16,35	57,28	6,54	16,08	$p \leq 0,05$
Оружие в линии (прямая рука)	41,67	5,89	15,81	42,83	4,88	13,49	$p > 0,05$
Комбинированные	52,08	6,12	14,58	58,79	6,09	14,25	$p \leq 0,05$
При спорном судействе							
Простые	43,64	6,88	19,05	61,30	7,43	18,78	$p \leq 0,05$
С финтами	47,28	7,90	20,34	49,31	7,34	18,57	$p > 0,05$
С действием на оружие	43,05	8,89	18,45	60,55	7,74	16,94	$p \leq 0,05$
Оружие в линии (прямая рука)	36,78	5,14	17,94	48,15	5,07	16,41	$p \leq 0,05$
Комбинированные	45,56	7,56	17,05	59,37	8,24	17,32	$p \leq 0,05$

Сравнительный анализ оцениваемых среднегрупповых показателей (таблица 17 и рисунок 25) результативности основных атакующих действий (дифференциация по количественным характеристикам) у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в ходе формирующего педагогического эксперимента в экспериментальной группе показал, что результативность выросла при объективном судействе после эксперимента в трех из пяти способов

выполнения атак на достоверно значимом уровне, а при спорном судействе в четырех из пяти. При этом, до эксперимента при спорном судействе по сравнению с объективным, показатели результативности значительно снижались в четырех из пяти способов атакующих действий.

Вместе с тем рост результативности среднегрупповых показателей значительно выше в боях, где судейство было признано спорным (простые атаки - рост с R - 43,64% до R - 61,30%, атаки с действием на оружие с R - 43,05% до R - 60,55%, комбинированные - с R - 45,56% до R - 59,37%, оружие в линии - с R - 36,78% до R - 48,15%). В атаках с финтами результативность атакующих действий при объективном и спорном судействе на достоверно значимом уровне не изменилась, хотя тенденция в сторону улучшения при спорном судействе видна.

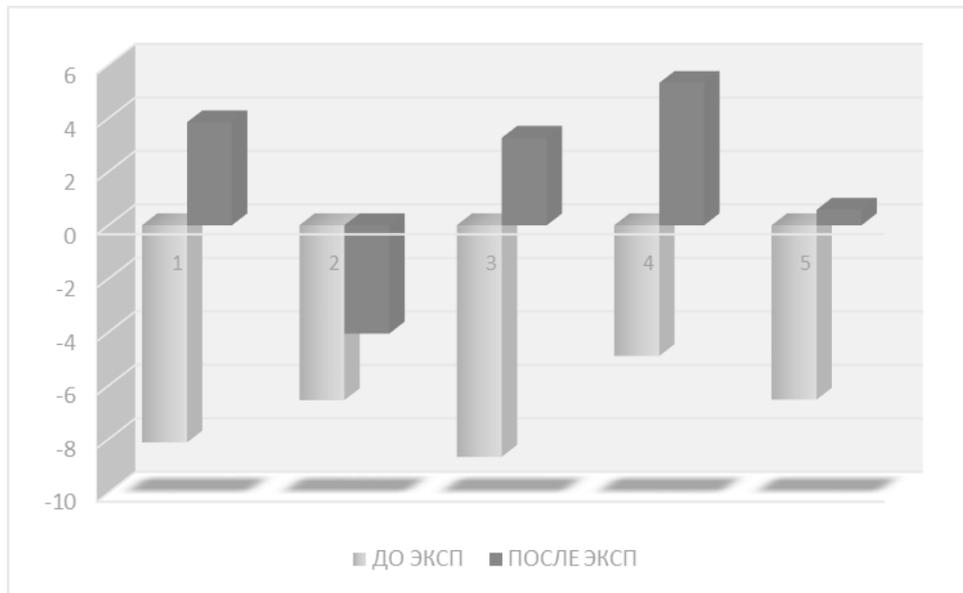


Рисунок 25 – Степени изменения в условиях спорного судейства у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации результативности атакующих действий (дифференциация по количественным характеристикам) (1- простые, 2 – с финтами, 3 – с действием на оружие, 4 – оружие в линии (прямая рука), 5 - комбинированные)

Из рисунка 25 видно, что фехтовальщицы за время эксперимента повысили результативность всех видов атак по количественным характеристикам, в большей степени результативность простых атак (на 11,97%) и атак с действием на оружие (на 11,93%).

Из этого следует, что совершенствование технико-тактической подготовки и включение на завершающей фазе атаки уколов во всех способах атакующих действий, повысило качество фехтования, продемонстрированное спортсменками в ходе соревновательных поединков в результате применения экспериментальной методики тренировки.

В атакующих действиях фехтовальщиц-саблисток (классификация по количественным характеристикам) (таблица 18 и рисунок 26) количество применения атак при спорном судействе по сравнению с объективным до эксперимента не изменилось на достоверно значимом уровне. А вот после эксперимента объем вырос у простых атак и атак с действием на оружие, комбинированные атаки уменьшились на достоверно значимом уровне.

Таблица 18 – Показатели объема применения атакующих действий (дифференциация по количественным характеристикам) у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в ходе формирующего педагогического эксперимента (%) (n=8)

Виды атак	До эксперимента			После эксперимента			Достоверность различий p
	М	σ	V, %	М	σ	V, %	
При объективном судействе							
Простые	22,04	5,88	15,91	28,34	6,17	14,45	p≤0,05
С финтами	16,87	5,93	16,70	13,77	5,78	15,78	p>0,05
С действием на оружие	21,71	6,59	17,05	27,35	6,34	16,34	p≤0,05
Оружие в линии (прямая рука)	5,27	3,88	12,23	6,98	3,12	12,48	p>0,05
Комбинированные	33,89	6,23	13,55	25,79	3,27	13,07	p≤0,05
При необъективном (спорном) судействе							
Простые	23,06	6,78	17,94	32,44	6,14	16,91	p≤0,05
С финтами	19,05	6,27	18,27	14,89	5,88	16,23	p>0,05
С действием на оружие	20,37	7,08	18,13	28,56	6,12	15,04	p≤0,05
Оружие в линии (прямая рука)	4,81	3,25	13,25	4,06	3,06	12,43	p>0,05
Комбинированные	32,64	7,46	14,74	21,09	6,98	13,91	p≤0,05

В боях, где судейство было признано спорным, ситуация идентична, только объем выполнения простых атак и атак с действием на оружие в количественном соотношении стал выше, соответственно объем комбинированных атак меньше. Это положительно влияет на результативность в соревновательных поединках, так как, на наш взгляд, именно в простых атаках и атаках с действием на оружие, использование уколов в сабельном фехтовании наиболее целесообразно, вследствие чего эффективность этих способов выполнения атак существенно усиливается.

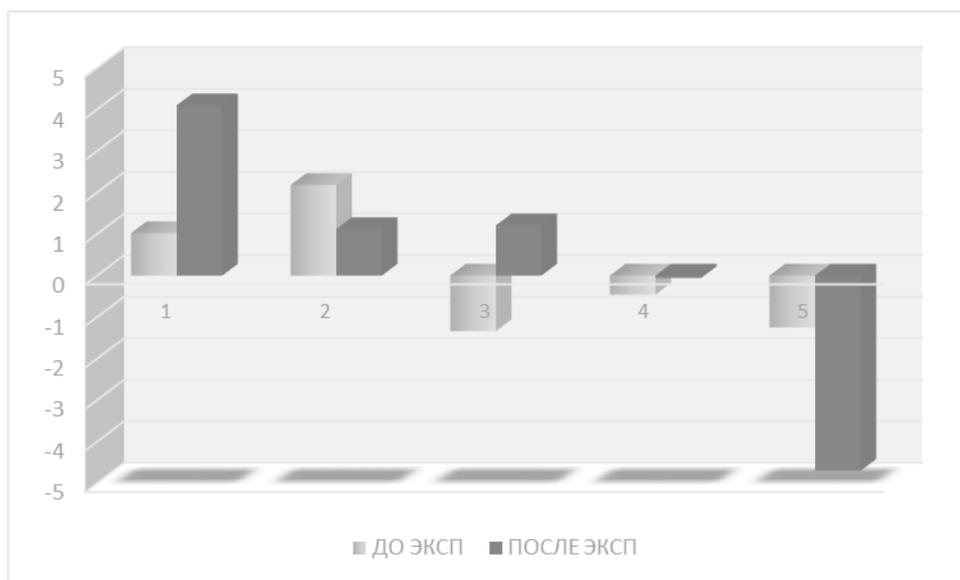


Рисунок 26 – Степени изменения в условиях спорного судейства у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации парциальных объемов атакующих действий (дифференциация по количественным характеристикам) (1- простые, 2 - с финтами, 3 - с действием на оружие, 4 - Оружие в линии (прямая рука), 5 - комбинированные)

Анализ данных объема и результативности основных средств ведения боя зафиксированным на предыдущем этапе исследования у большей выборки саблисток показал, что уколы в сабельном фехтовании являются важным средством достижения результатов в соревновательных поединках. Все они входят в состав атакующих действий. Поэтому, в ходе эксперимента отслеживалась также результативность и объемы выполненных уколов.

Из таблицы 19 и рисунка 27 видно, что установленные данные показателей результативности применения уколов в атаках по моментным характеристикам у спортсменок экспериментальной группы при спорном судействе до эксперимента снизились во всех видах на достоверно значимом уровне, исключение составили атаки на подготовку.

Таблица 19 – Показатели результативности применения уколов в атакующих действиях (дифференциация по моменту применения) у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в ходе формирующего педагогического эксперимента в экспериментальной группе (%) (n=8)

Виды атак	До эксперимента			После эксперимента			Достоверность различий Р
	М	σ	R, %	М	σ	R, %	
При объективном судействе							
Основные	54,63	6,38	13,27	57,82	7,15	12,96	p>0,05
На подготовку	49,75	5,94	13,48	52,31	6,12	13,41	p>0,05
Ответные атаки	51,18	8,05	14,62	56,95	6,34	14,23	p≤0,05
Повторные атаки	52,32	7,38	15,66	55,33	8,31	13,82	p>0,05
При необъективном (спорном) судействе							
Основные	48,73	8,94	18,67	60,75	6,85	16,82	p≤0,05
На подготовку	50,38	7,83	17,54	58,47	7,38	17,49	p≤0,05
Ответные атаки	45,82	6,27	19,28	61,83	7,36	16,81	p≤0,05
Повторные атаки	41,06	7,93	16,95	56,93	8,15	16,13	p≤0,05

При этом, после эксперимента во всех видах атак наблюдается существенный рост на достоверно значимом уровне (основные атаки с R -48,73% до R - 60,75%, атаки на подготовку с R - 50,38% до R - 58,47%, ответные атаки с R - 45,82% до R - 61,83%, повторные атаки с R - 41,06% до R -56,93%). При объективном судействе, существенные изменения только у ответных атак, у остальных достоверность различий не выявлена, но видна тенденция к улучшению.

Анализ полученных показателей результативности и объема уколов в атаках по моменту применения у испытуемых экспериментальной группы, учитывая их достоверность, позволяет утверждать, что исследуемые спортсменки повысили

результативность соревновательной деятельности, в числе прочего, за счет количества применения уколов в поединках, что в конечном счете позитивно повлияло на судейские решения в определении тактической правоты фехтовальной фразы при принятии спорных решений.

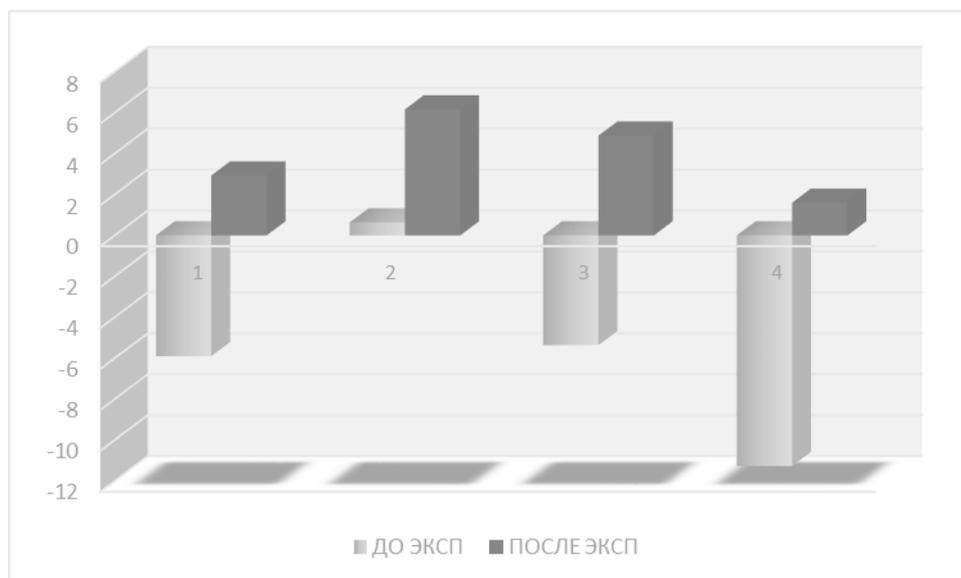


Рисунок 27 – Степени изменения в условиях спорного судейства у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации результативности уколов в атакующих действиях (дифференциация по моменту применения) (1- основные атаки, 2- атаки на подготовку, 3- ответные атаки, 4- повторные атаки)

В таблице 20 и на рисунке 28 приводятся показатели объемов применения уколов в атакующих действиях (дифференциация по моменту применения) у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации. Из таблицы 20 видно, что при спорном судействе по сравнению с объективным до эксперимента различий нет ни в одном из видов атак.

Вместе с тем, при объективном судействе после эксперимента объемы уколов выросли на достоверно значимом уровне только у ответных атак. В остальных видах атак достоверность различий не выявлена, но есть тенденция к увеличению, однако при спорном судействе, количество уколов увеличилось на достоверно значимом уровне у ответных атак (с $V = 4,23\%$ до $V = 11,76\%$),

повторных атак (с V - 3,56% до V - 10,21%) и атак на подготовку (с V - 4,67% до V - 9,97%).

Таблица 20 – Показатели объема применения уколов в составе атакующих действий (дифференциация по моменту применения) у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в ходе формирующего педагогического эксперимента (%) (n=8)

Виды атак	До эксперимента			После эксперимента			Достоверность различия
	М	σ	V, %	М	σ	V, %	p
При объективном судействе							
Основные	3,24	0,87	12,84	5,78	0,84	12,54	p>0,05
На подготовку	4,17	0,74	13,11	6,18	0,71	13,06	p>0,05
Ответные атаки	4,75	0,95	14,28	9,84	0,86	14,10	p≤0,05
Повторные атаки	3,81	0,80	12,09	5,12	0,85	12,18	p>0,05
При необъективном (спорном) судействе							
Основные	3,42	0,65	13,89	6,13	0,66	13,79	p>0,05
На подготовку	4,67	0,67	12,24	9,97	0,58	12,08	p≤0,05
Ответные атаки	4,23	0,70	13,78	11,76	0,67	13,17	p≤0,05
Повторные атаки	3,56	0,58	14,09	10,21	0,61	14,21	p≤0,05

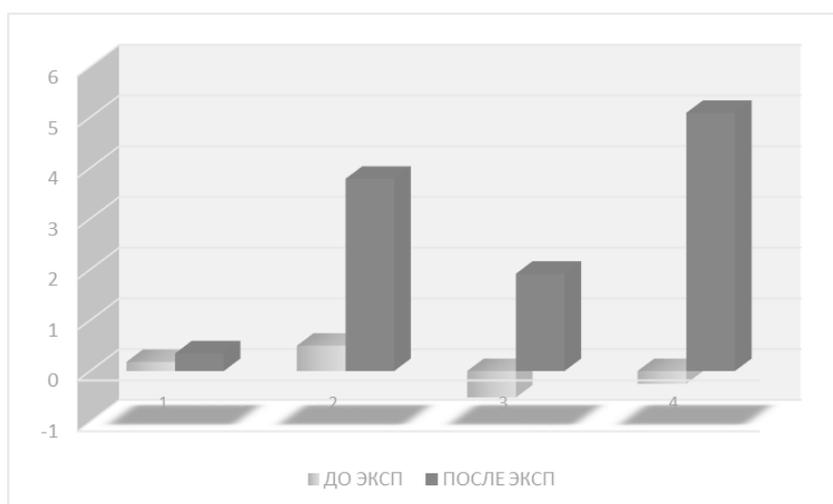


Рисунок 28 – Степени изменения в условиях спорного судейства у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации объема применения уколов в атакующих действиях (дифференциация по моменту применения) (1- основные атаки, 2 - атаки на подготовку, 3 - ответные атаки, 4 - повторные атаки)

Из таблицы 21 и рисунка 29 следует, что среди разновидностей атакующих действий до эксперимента результативность применения уколов снизилась на достоверно значимом уровне во всех способах атакующих действий, кроме атак с финтами.

После эксперимента при объективном судействе показатели результативности применения уколов достоверно улучшились только у простых атак (R - 52,21% до R - 58,26%), при спорном судействе у четырех видов из пяти (простые атаки - с R - 46,92% до R - 62,35%, атаки с действием на оружие - с R - 44,13% до R - 61,57%, комбинированные - с R - 51,25% до R - 63,38%, оружие в линии - с R - 51,25% до R - 63,38%), в атаках с финтами достоверных изменений не выявлено, но видна тенденция к улучшению.

Таблица 21 – Показатели результативности применения уколов основных атакующих действиях (дифференциация по количественным характеристикам) у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в ходе формирующего педагогического эксперимента (%) (n=8)

Виды атак	До эксперимента			После эксперимента			Достоверность различий
	М	σ	R, %	М	σ	R, %	p
При объективном судействе							
Простые	52,21	6,31	15,27	58,26	6,54	16,43	$p \leq 0,05$
С финтами	46,73	6,79	16,36	48,52	6,13	15,30	$p > 0,05$
С действием на оружие	51,68	7,89	15,84	57,85	7,15	15,72	$p > 0,05$
Оружие в линии (прямая рука)	47,32	6,04	15,72	48,29	5,32	14,24	$p > 0,05$
Комбинированные	56,42	7,18	15,49	59,03	7,03	15,36	$p > 0,05$
При необъективном (спорном) судействе							
Простые	46,92	7,13	18,65	62,35	8,05	17,56	$p \leq 0,05$
С финтами	43,79	6,94	17,28	46,14	6,97	16,83	$p > 0,05$
С действием на оружие	44,13	8,39	18,63	61,57	7,45	15,45	$p \leq 0,05$
Оружие в линии (прямая рука)	39,67	6,28	16,83	47,26	6,35	16,75	$p > 0,05$
Комбинированные	51,25	7,35	17,74	63,38	7,95	18,26	$p \leq 0,05$

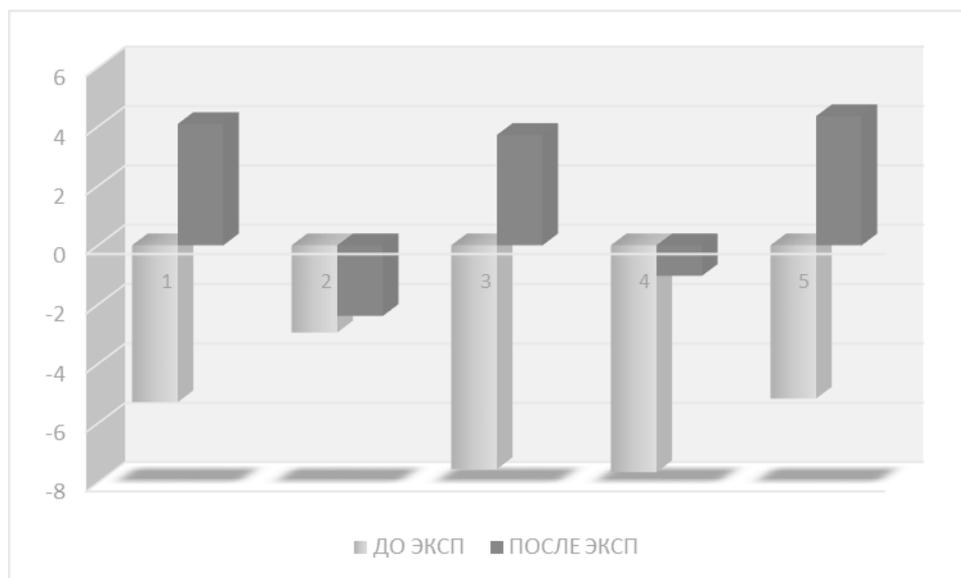


Рисунок 29 – Степени изменения в условиях спорного судейства у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации результативности применения уколов в атакующих действиях (дифференциация по количественным характеристикам) (1- простые, 2 - с финтами, 3 - с действием на оружие, 4 - Оружие в линии (прямая рука), 5 - комбинированные)

В таблице 22 и на рисунке 30 приведены данные по объему применения уколов в атакующих действий (дифференциация по количественным характеристикам) у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в ходе формирующего педагогического эксперимента. Объем применения уколов при спорном судействе по сравнению с объективным до эксперимента не изменился во всех способах выполнения атакующих действий.

При объективном судействе после эксперимента достоверно увеличился объем применения уколов в простых атаках (с $V = 4,39\%$ до $V = 9,72\%$), в остальных видах изменений на достоверном уровне не обнаружено. В боях, где судейство признано спорным достоверно вырос объем применения уколов в атаках с действием на оружие (с $V = 3,85\%$ до $V = 9,93\%$), комбинированных (с $V = 4,38\%$ до $V = 10,57\%$) и простых атаках (с $V = 4,27\%$ до $V = 11,25\%$).

В атаках с финтами и атаках оружие в линии, изменения объемов применения уколов не выявлены на достоверно значимом уровне, но видна тенденция в сторону увеличения.

Таблица 22 – Показатели объема применения уколов в атакующих действиях (дифференциация по количественным характеристикам) у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в экспериментальной группе (%) (n=8)

Виды атак	До эксперимента			После эксперимента			Достоверность различий
	М	σ	V, %	М	σ	V, %	p
При объективном судействе							
Простые	4,39	0,79	14,17	9,72	1,34	14,89	$p \leq 0,05$
С финтами	3,41	0,55	12,89	4,56	0,75	13,65	$p > 0,05$
С действием на оружие	4,08	0,60	13,55	6,78	0,91	12,81	$p > 0,05$
Оружие в линии (прямая рука)	3,89	0,68	12,76	5,03	0,87	13,11	$p > 0,05$
Комбинированные	3,51	0,71	13,83	5,26	1,03	13,55	$p > 0,05$
При необъективном (спорном) судействе							
Простые	4,27	0,73	14,89	11,25	1,18	14,98	$p \leq 0,05$
С финтами	3,91	0,58	13,23	7,12	0,94	13,89	$p > 0,05$
С действием на оружие	3,85	0,47	12,55	9,93	1,16	14,55	$p \leq 0,05$
Оружие в линии (прямая рука)	4,58	0,79	15,06	8,05	1,15	14,23	$p > 0,05$
Комбинированные	4,38	0,83	14,18	10,57	0,97	14,89	$p \leq 0,05$

Установленные данные подтверждают наше предположение о том, что изменения в методике тренировки, направленные на увеличение количества уколов в различных способах атакующих действий, а также применение специальных тренировочных средств с ориентированием на совершенствование уколов, окажут позитивное влияние на соревновательную деятельность спортсменок, что подкрепляется выявленным ростом показателей результативности в соревновательных боях саблисток-фехтовальщиц высокой квалификации после эксперимента.

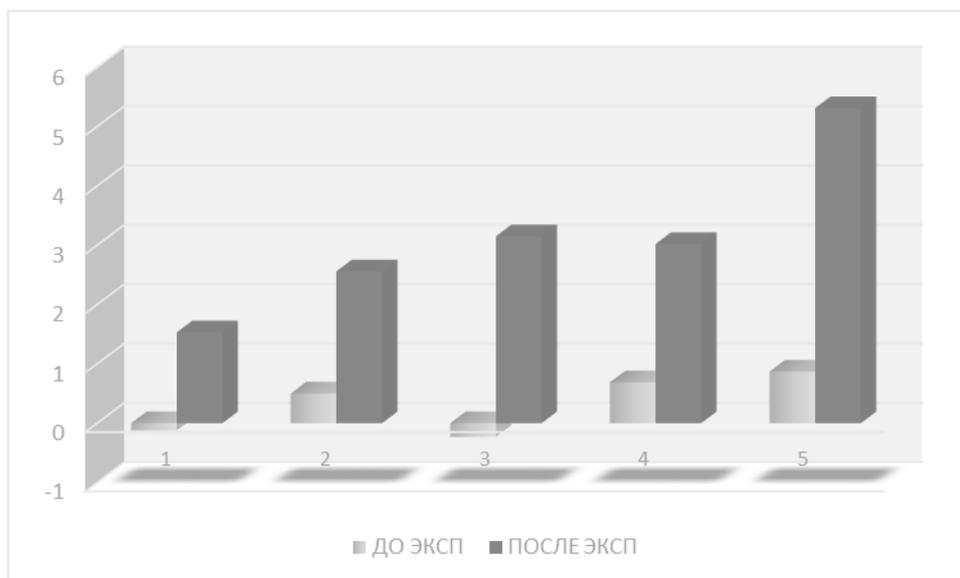


Рисунок 30 – Степени изменения в условиях спорного суждения у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации объемов применения уколов в составе атакующих действий (дифференциация по количественным характеристикам) (1- простые, 2 - с финтами, 3 - с действием на оружие, 4 - оружие в линии (прямая рука), 5 - комбинированные)

После проведенного эксперимента очевидным является, что несмотря на то, что количество применяемых уколов в женском сабельном фехтовании небольшое, они являются важным технико-тактическим средством ведения поединков, позволяющим вести эффективную борьбу с соперником и добиваться высоких спортивных результатов.

Акцент, сделанный в экспериментальной методике на значительное уменьшение количества обоюдных атак, особое внимание к использованию рациональных подготавливающих средств перед обоюдными атаками, усиление роли повторных и ответных атак, ведет к повышению результативности соревновательных поединков.

Можно утверждать, что у высококвалифицированных фехтовальщиц-саблисток после применения экспериментальной методики повысилась общая результативность боя, так как совершенствование технико-тактических средств, примененных в рамках этой методики, ведет к расширению боевого репертуара, повышению уверенности в своей тактической правоте при выполнении

фехтовальной фразы, что, в свою очередь, влияет на принятие судьями решений в спорных ситуациях в их пользу.

Это положительно влияет на фактическую результативность в соревновательных поединках, так как именно в простых атаках и атаках с действием на оружие, использование уколов в сабельном фехтовании подходит больше всего, вследствие чего эффективность этих способов выполнения атак существенно усиливается.

4.3 Изменение психологических и психомоторных показателей фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в результате применения методики повышения их устойчивости к спорным судебским решениям

В таблице 23 приведены данные по динамике психологических и психомоторных характеристик у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации, при применении методики повышения их устойчивости к спорным судебским решениям, которые, как предполагалось, будут изменяться в ходе эксперимента.

Таблица 23 – Психологические и психомоторные показатели у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в ходе формирующего педагогического эксперимента (%) (n=8)

Показатели	До эксперимента			После эксперимента			Достоверность различий p
	M	σ	V, %	M	σ	V, %	
Шкала тревожности по Дж Тейлору, баллы	18,80	2,47	15,58	18,50	2,44	15,09	p>0,05
Помехоустойчивость, баллы	7,51	1,05	10,89	8,85	1,23	11,57	p≤0,05
Психоэмоциональная устойчивость, баллы	9,34	1,17	9,34	7,92	1,12	8,33	p≤0,05
Время сложной реакции, Mc	440,25	3,17	12,57	441,07	3,18	12,14	p>0,05
Точность РДО, Mc	21,14	1,78	13,41	20,84	1,55	13,10	p>0,05

Как видно из таблицы лишь два показателя из числа исследуемых за время эксперимента (4 месяца) претерпели достоверные изменения.

Это касается помехоустойчивости (увеличилась на 17,84%) и психоэмоциональной устойчивости (также улучшилась на 15,2 %).

На рисунке 31 проиллюстрировано изменение психологических и психомоторных показателей в ходе педагогического эксперимента.

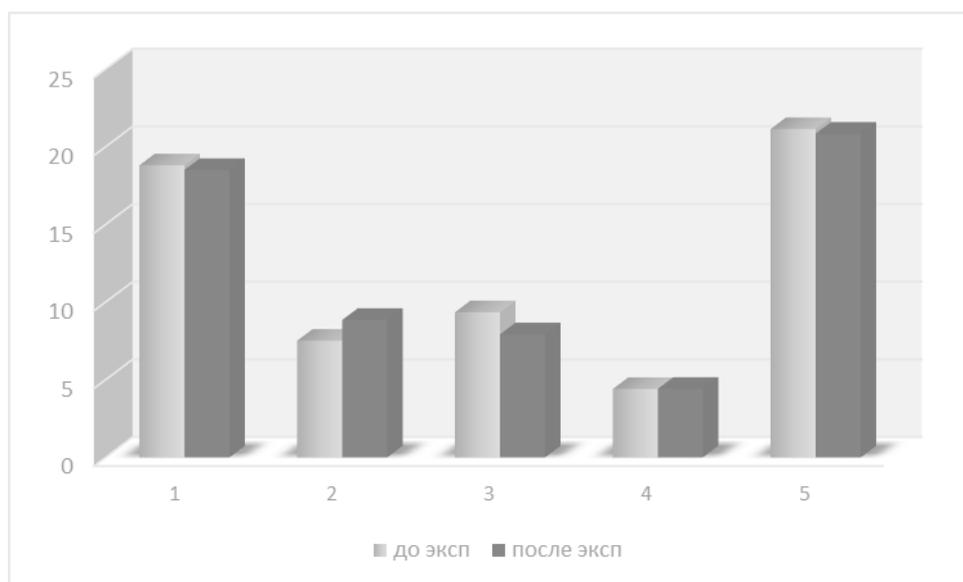


Рисунок 31 - Изменение психологических и психомоторных показателей у фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в ходе формирующего педагогического эксперимента (1 - тревожность по Дж Тейлору, 2 - помехоустойчивость, 3 - психоэмоциональная устойчивость, 4 - время сложной реакции $\times 10^{-2}$, 5- точность РДО)

Как видно из рисунка 31, психомоторные показатели практически не изменились. Также не изменился показатель общей тревожности.

В то же время помехоустойчивость и психоэмоциональная устойчивость достоверно выросли.

Таким образом, можно утверждать, что применение методики повышения устойчивости фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации к спорным судебским решениям оказало положительное влияние на устойчивость к спорному судейству, которую можно понимать, как комплексное качество, в основе которого лежит, как это было показано ранее, умение на фоне

эмоциональной устойчивости и уверенности в уровне своей подготовленности, с одной стороны, сохранять индивидуальные особенности боевой деятельности и собственный технико-тактический репертуар, с другой – по мере необходимости перестраивать те из компонентов технико-тактической деятельности, которые затрудняют ведение поединка в условиях спорного судейства в сторону применения наиболее надежных боевых действий, простых для оценивания и неожиданных для противника.

Дополнительным результатом применения методики повышения их устойчивости к спорным судейским решениям стало повышение психологических характеристик, связанных с психологической устойчивостью в соревновательной деятельности. Поскольку общая тревожность не изменилась, то произошедшие изменения можно объяснить тем, что у испытуемых оказался сформированным комплекс специальных умений, позволяющих им не только стабильно вести технико-тактическую деятельность независимо от возможных спорных судейских решений, но и повысить свою общую морально-психологическую готовность к соревновательной деятельности.

Заключение по главе 4

На основании данных об изменении характера соревновательной деятельности фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в случаях спорного судейства была разработана методика повышения устойчивости квалифицированных фехтовальщиц-саблисток к спорным судейским решениям, в основу которой легли как тренировочные средства с преимущественно технико-тактическим содержанием, так и тренировочные средства с преимущественно психологическим наполнением, наконец, средства, сочетающие в себе обе указанные направленности.

Средства с преимущественно технико-тактическим наполнением были направлены на формирование умений спортсменок рационально использовать

подготавливающие действия, предшествующие атакам, развивать способность быстро принимать правильные тактические решения в стрессовых ситуациях боя, усиление роли повторных и ответных атакующих действий, применение уколов в простых атаках и атаках с действием на оружие.

Средства с преимущественно психологическим наполнением представляли собой упражнения по овладению навыками саморегуляции собственного эмоционального состояния в соревновательной обстановке.

Наконец тренировочные средства, сочетающие в себе, как технико-тактическую, так и психологическую направленность были представлены заданиями в ходе боевых практик, моделирующими ведение соревновательной деятельности в условиях спорного судейства.

Разработка и проверка эффективности методики повышения устойчивости квалифицированных фехтовальщиц-саблисток к спорным судейским решениям, осуществленная на основе разностороннего изучения проблемы спорного судейства, позволила установить факт положительного влияния указанной методики на подготовленность спортсменок к соревновательной деятельности.

Так в результате четырехмесячного применения методики, установлены следующие изменения соревновательной деятельности:

- в условиях объективного судейства небольшой рост результативности основных средств ведения боя;
- в условиях спорного судейства:
 - существенный рост результативности основных средств ведения боя, кроме ремизов, рост в различной степени результативности всех разновидностей атакующих действий, классифицированных как по количественным характеристикам, так и по моменту применения;
 - рост числа атак с применением уколов во всех видах атакующих действий;
 - в предсоревновательном состоянии - повышение психологических характеристик, связанных с эмоциональной устойчивостью спортсменок и уровнем их готовности к соревновательной деятельности.

Таким образом, полученные результаты говорят о том, что цель исследования была достигнута, основные положения исследования были доказаны, а выдвинутая гипотеза подтверждена.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное исследование позволило сделать следующие выводы:

1. Установлено, что около 95% опрошенных специалистов по фехтованию считают спорные судейские решения фактором, отрицательно влияющим как на ход соревновательной деятельности, так и на ее результат. Особенно значимо влияние судейства в фехтовании на саблях, когда ход боевой деятельности характеризуется необходимостью постоянного определения тактической правоты соревнующихся. В женском сабельном фехтовании указанный фактор может усугубляться повышенной эмоциональностью спортсменок, при этом под спорными судейскими решениями (независимо от степени их фактической объективности) следует понимать решения арбитра, вызвавшие активное несогласие спортсменки.

2. Проведенный анализ изменений характера соревновательной деятельности фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации в случаях спорного судейства, произведенный по численным параметрам структуры боевой деятельности, позволил установить:

- существенное увеличение объема атакующих действий (на 10,35%) при одновременном снижении их результативности (на 5,20%);
- общее снижение результативности основных средств ведения боя (в среднем на 4,19%) вследствие ошибочных тактических решений;
- общее сужение боевого репертуара спортсменок в ходе соревновательной деятельности.

3. Методика повышения устойчивости фехтовальщиц-саблисток высокой квалификации к спорному судейству включает специально подобранные тренировочные средства и методы саморегуляции, направленные на подготовку и реализацию атак по моментным и количественным характеристикам, завершающихся как ударами, так и уколами. Увеличение количества уколов в атаках и контратаках способствует улучшению прогнозирования тактики

соперника за счет тренировки альтернативных подготовительных действий с последующей реализацией приемов и совершенствования техники владения саблей.

4. В ситуациях спорных судейских решений на фоне повышенной эмоциональной неуравновешенности спортсменов целесообразным является применение укола вместо удара при возникновении «передержки» руки, приводящей к проигрышу схватки. Использование, уколов в завершающей фазе удлиняет атаку, что является неожиданным дистанционным моментом для соперника, усложняющим его защиту. Укол облегчает визуализацию судьей тактической правоты в атаках и контратаках и, как следствие, способствует повышению результативности в схватках и поединке в целом.

5. Применение экспериментальной методики позволило повысить устойчивость фехтовальщиц на сабле к спорному судейству и добиться у спортсменов высокой квалификации следующих изменений показателей соревновательной деятельности:

- в условиях объективного судейства – небольшой рост результативности основных средств ведения боя (в среднем на 1,86%, изменения недостоверны);

- в условиях спорного судейства - существенный рост результативности всех основных средств ведения боя кроме ремизов (в среднем на 8,20%), а также рост в различной степени результативности всех разновидностей атакующих действий, классифицированных как по количественным характеристикам (в среднем на 12,47%, изменения достоверны), так и по моменту применения (в среднем на 12,96%, все изменения достоверны).

6. Экспериментальная методика способствовала повышению устойчивости фехтовальщиц на сабле высокой квалификации к спорному судейству, что проявилось в росте объемов атак с применением уколов во всех видах атакующих действий, классифицированных по количественным характеристикам (в среднем на 5,18%, все изменения, кроме показателей объемов атак с финтами - различия достоверны) и по моменту применения (в среднем на 5,54%, все изменения, кроме показателей объемов основных атак - различия достоверны).

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Рекомендуется в процессе спортивного совершенствования фехтовальщиц-саблисток особое внимание уделять контролю специфики ведения и параметров соревновательной деятельности, особенно в тех случаях, когда имело место спорное судейство. Наиболее характерными признаками, свидетельствующими о степени выраженности проблемы, следует считать регулярные случаи несогласия с судейством в ходе поединков и резкое падение результативности боевых действий в таких боях.

Для противодействия неблагоприятного влияния спорного судейства на спортивную деятельность в целом рекомендуется применять методику повышения устойчивости к спорному судейству, основанную на применении комплекса специальных тренировочных средств и методов, направленных на:

- совершенствование альтернативных подготовительных действий и реализации атак по моментным и количественным характеристикам, завершающихся ударами и уколами с повышением объемов их применения;
- развитие способности к прогнозированию тактики соперника в схватках и поединках за счет тренировки альтернативных подготовительных действий и совершенствование техники владения саблей;
- развитие способности к психологической саморегуляции.

Особое внимание уделять тренировке техники применения уколов как средства замены удара при «передержке» руки в атаках, работать над удлинением атак завершающимся уколом. Совершенствовать различные варианты применения уколов в контратаках.

Тренировочные средства необходимо использовать с преимущественно технико-тактическим содержанием (упражнения в «контрах» 20-25 минут 4 раза в неделю, индивидуальные уроки 5 раз в неделю, продолжительность по согласованию с тренером); с преимущественно психологическим содержанием (упражнения саморегуляции) не менее 8-10 минут в каждом занятии, и с интегральным содержанием, то есть тренирующие технико-тактические и

психологические аспекты боевой деятельности не менее 10 минут один раз в неделю. Боевая практика с моделированием ситуаций спорного судейства проводится один раз в неделю.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Авсенеv, Е.В. Ошибки гимнастов и судей / Е.В. Авсенеv // Гимнастика, 1982. – №1. – С.62–63.
2. Аджемян, В.А. Исследование двигательной деятельности фехтовальщиков, специализирующихся в различных видах оружия / В.А. Аджемян, Г.М. Аванесян // Совершенствование системы подготовки высококвалифицированных спортсменов: тезисы XII Респуб. научно-методической конференции [26–28 февраля]. – Ереван :[б. и.], 1983. – С. 47–50.
3. Ажицкий, К. Ю. Оперативная запись боевых действий фехтовальщика и анализ ее эффективности: метод, указания для студентов / Ю.А. Ажицкий, Ю.В. Варганов; Гос. дважды орденос. ин-т физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта. – Л., 1977. –23 с.
4. Алаторцев, В.А. Проблемы психологии спорта / В.А.Алаторцев / под ред. В.А. Алаторцева, Л.Д. Гиссена. – М : [б. и.], 1970. – 140 с.
5. Алексеев, А.В. Система АГИМ / А.В. Алексеев. – М., 1995. –88 с.
6. Андриевский, В. А. Методика обучения фехтованию и пути совершенствования спортивного мастерства фехтовальщиков: автореф. дис. ... канд. пед. наук / В.А. Андриевский [Гос. центр, ордена Ленина ин-т физ. культуры]. – М., 1954. –15 с.
7. Анок, М. Тактическая подготовка фехтовальщика / М. Анок // Информационно-методический бюллетень по фехтованию. ВНИИФК, 1970. – № 2. – С. 37.
8. Антохин, А.В. Использование ментальных образов в подготовке фехтовальщиков с помощью сопряженных психофизических воздействий /А.В. Антохин, В.А. Родионов // Ментальная тренировка в спорте: Материалы к психологическому симпозиуму в рамках международной конференции «Олимпийское движение и социальные процессы». – М., ВНИИФК, 1997. – С. 8.
9. Аркадьев, В. А. Тактика в фехтовании / В.А. Аркадьев. – М. : Физкультура и спорт, 1969. – 181 с.

10. Аркадьев, В.А. Ступени мастерства фехтовальщика / В.А. Аркадьев. – М., 1975. – С. 6–96.
11. Аркадьев, В. А. Фехтование: индивидуальный урок /В.А. Аркадьев, Ю. Т. Хозиков. – М. : Советская Россия, 1962. – 183 с.
12. Асеев, В.Г. Мотивация поведения и формирование личности / В.Г. Асеев. – М.: Мысль, 1976. – 158 с.
13. Афиногенова, С.В. Биологический и психологический пол в связи с профессиональными и спортивными интересами в подростковом и юношеском возрасте / С.В. Афиногенова : автореф. дис. ...канд. наук СПб., 2007 – 25 с.
14. Бабушкин, Г.Д. Общая и спортивная психология: учеб. для высш. физ. учеб. заведений / Г.Д. Бабушкин, В.М. Мельников. – Омск. : СибГАФК, 2000. – С. 109-132.
15. Бабушкин, Г.Д. Совершенствование форм и методов управления процессом физического воспитания и спортивной тренировкой / Г.Д. Бабушкин, А.Ф. Караваев. – Омск, 1980. – С.84.
16. Багадирова, С. К. Основы психорегуляции в спортивной деятельности: учебное пособие / С.К. Багадирова. – Майкоп: Изд-во «Магарин О. Г. – 2015. – 148 с.
17. Базаревич, В.Я. Судейство соревнований по фехтованию / В.Я. Базаревич, В.А. Гансон, А.П. Голяницкий. – М. : Физкультура и спорт, 1973. – 112 с.
18. Бакулев, С.Е. Индивидуально-типологическое прогнозирование результатов : учебное пособие / С.Е. Бакулев СПбГАФК им П.Ф. Лесгафта, 2000 – 86с.
19. Беляков, Б. И. О технике атак с обманом в фехтовании на саблях / Б. И. Беляков // Труды Смоленского ин-та физкультуры. –Смоленск, 1959. –вып. III. – С. 329–339.
20. Блудов, Ю.М. Личность в спорте : Очерки исслед. психологии спортсмена / Ю.М. Блудов, В.А. Плахтиенко. – М. : Советская Россия, 1987. – 154 с.

21. Богданова, Д.Я. Занимательная психология спорта / Д.Я. Богданова. – М.: Физкультура и спорт, 1993. – С. 152–153.
22. Булочко, К.Т. Фехтование : учебник для ин-тов физ. культуры / К.Т. Булочко. – М.: Физкультура и спорт, 1967. – 430 с.
23. Бусол, В.А. Экспериментальное обоснование направленности средств и методов физической подготовки юных фехтовальщиков на этапе начальной специализации: автореф. дис. ... канд. пед. наук / В.А. Бусол – М., 1978. – 20 с.
24. Бычков, Ю. М. Анализ и оценка технико-тактической подготовленности фехтовальщиков высшей квалификации / Ю. М. Бычков // Фехтование: Вестник. – Смоленск, 2003. – вып. 1. – С. 79-83.
25. Валуева, М.Н. Произвольная регуляция вегетативных функций организма / М.Н. Валуева. – М. : Наука, 1967. – 95 с.
26. Ванек, М. О системе психологической подготовки спортсмена / Ванек М. // Теория и практика физ. культуры. – 1972. – № 1. – С. 30–32.
27. Войтов, В. Г. Методика технико-тактической подготовки на этапе углубленной специализации в фехтовании на саблях : автореф. дис. ... канд. пед. наук / В.Г. Войтов; Гос. центр, ордена Ленина ин-т физ. Культуры. – М., 1984. – 21 с.
28. Войтов, В. Г. Характеристика условий и структура принятия решений в процессе тактического взаимодействия в спортивном фехтовании / В.Г. Войтов // Научно-педагогические проблемы спортивного фехтования // (Всерос. науч.–практ. конф. сб.ст.) / под общ. ред. А. И. Павлова; Смолен, гос. акад. физ. культуры, спорта и туризма. – Смоленск, 2005. – С. 46-52.
29. Войтов, В.Г. Волевые качества юных фехтовальщиков как предпосылки успешности соревновательной деятельности / В.Г. Войтов, А.Д. Мовшович // Теория и практика физической культуры. – 1984. – № 6. – С. 27–29.
30. Вяткин, Б.А. Роль темперамента в спортивной деятельности / Б.А. Вяткин. – М. : Физкультура и спорт, 1978. – С. 85–89.
31. Вяткин, Б.А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях / Б.А. Вяткин. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – С. 56.

32. Ганюшкин, А.Д. К вопросу о технологии психологической подготовки спортсмена / А.Д. Ганюшкин // Психологические аспекты подготовки спортсменов. – Смоленск : изд-во СГИФК, 1980. – С. 3–9.

33. Гаппаров, З. Анализ «чувства дистанции» фехтовальщиков / З. Гаппаров // Теория и практика физ. культуры. – 1972. – № 11. – С. 24–26.

34. Генов, Ф. Исследование мобилизационной готовности спортсмена перед выполнением спортивного действия: автореф. ...дис. канд. пед. наук / Ф. Генов. – М., 1967– 18 с.

35. Генов, Ф. Психологические особенности мобилизационной готовности спортсмена / Ф. Генов. – М. : Физкультура и спорт, 1971. – 245 с.

36. Герон, Е. Теория и практика физической культуры / Е. Герон. – М. : Физкультура и спорт, 1972. – С. 25–27.

37. Геселевич, В.А. Предстартовое состояние спортсмена / В.А. Геселевич. – М.: Физкультура и спорт, 1969. – С. 4–5.

38. Гогунев, Е.Н. Психология физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Е.Н. Гогунев, Б.И. Мартьянов. – М.: Академия, 2000. – С. 237–248.

39. Головня Л.В. Графическая запись действий фехтовальщика / Л.В. Головня // Теория и практика физической культуры. – 1954. – № 3. – С. 222–229.

40. Горбунов, Г.Д. Психологическая подготовка / Г.Д. Горбунов / В кн. Психология спорта / под ред. В.М. Мельникова. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – С. 318–362.

41. Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта / Г.Д. Горбунов. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – 208 с.

42. Горбунов, Г.Д. Современная практика психологической подготовки спортсмена // Теория и практика физической культуры. – 1979. – № 12. –С. 5–7.

43. Горская, Г.Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов / Г.Б. Горская. – Краснодар : КГИФК, 1995. – С. 120–122.

44. Грибкова, Л.П. Особенности личностной тревожности студентов-спортсменов /Л.П. Грибкова, С.Г. Круглова // Психологические особенности личности студентов-спортсменов. – Смоленск, 1988. – С. 30–33.

45. Данилина, Л.Н. Методы психодиагностики надежности спортсмена : метод. разработ. для студентов ИФК / Л.Н. Данилина. – М. : ГЦОЛИФК, 1980. – 25 с.

46. Деев, А.В. Обеспечение результативности фехтовального боя рапиристов высокой квалификации уколами повышенной сложности: диссертация ... кандидата педагогических наук: 13.00.04 / А.В. Деев - Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф.Лесгафта, 2017. - 174 с.

47. Деражинская, Н.А. Теория и практика физической культуры / Н.А. Деражинская. – М. : Физкультура и спорт, 1973. – С. 29.

48. Джамагаров, Т.Т. Психология физического воспитания и спорта : учеб. пособие для ин-тов физ. культуры / сост. Т.Т. Дзамгаров, А.Ц. Пуни. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – С. 92–97.

49. Дмитриев, О.Б. Методика подготовки судей, тренеров и спортсменов по правилам и судейству с помощью мультимедиа системы «соревнования по каратэ» : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / О.Б. Дмитриев. – Ижевск, 2003. – 23 с.

50. Донской, Д.Д. Биомеханика с основами спортивной техники: учебник для ин-тов физ. Культуры / Д.Д. Донской. –М. : Физкультура и спорт, 1971. – 287 с.

51. Донской, Д.Д. Биомеханика / Д.Д. Донской, В.М. Зациорский. –М. : Физкультура и спорт, 1979 – 264 с.

52. Донской, Д.Д. Двигательная задача в спортивных действиях /Д.Д. Донской, С.В. Дмитриев // Теория и практика физической культуры, 1994. – № 11. – С. 40-43.

53. Дьячков, В.М. Совершенствование технического мастерства спортсменов / под ред. В.М. Дьячкова и др. – М. : Физкультура и спорт, 1972. – 240 с.

54. Жданович, В.Ф. Взаимоупражнения фехтовальщиков, как метод моделирования условий соревновательной деятельности / В.Ф. Жданович, М.М. Сеницын / Фехтование : Вестник. вып. 1., Смоленск [Составители Павлов А.И., Бычков Ю.М., СГИФК]., 2003. – С. 70–79.

55. Житлов, В. В. Индивидуальный подход к предсоревновательной подготовке фехтовальщиц / В.В. Житлов [Издательство Казанского университета]., 1988. – 131 с.

56. Житлов, В.В. Предсоревновательная подготовка фехтовальщиц высокой квалификации: автореф. дис. ... канд. пед. наук / В.В. Житлов. – М., 1985. – 25с.

57. Загайнов, Р.М. Исследование психических состояний в связи со значимой деятельностью в спорте : автореф. дис. ...канд. психол. наук / Р.М. Загайнов. – Л., 1972. – С. 35–36.

58. Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена /В.М. Зациорский – М. : Физкультура и спорт, 1979. –185 с.

59. Зимкин, Н.В. Физиология спорта / Н.В. Зимкин. –М. : Физкультура и спорт, 1975. – 470 с.

60. Ивойлов, А.В. Проблемы помехоустойчивости движений человека : сб. научн. тр.: Помехоустойчивость спортсмена. Волгоград, 1981. – С. 3–10.

61. Ильин, Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин – СПб. : Питер, 2009 – 352 с.

62. Калимулин, И.А. Методика объективизации судейства в боксе : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Калимулин И. А. – СПб., 1995. – 23 с.

63. Кашин, А.П. О комплексном исследовании психофизиологических свойств человека : автореф. дисс...канд. пед. наук / А.П. Кашин : М., 1971 – 25 с.

64. Келлер, В.С. Деятельность спортсменов в вариативных конфликтных ситуациях / В.С.Келлер. - Киев: Здоров'я, 1977. – 184 с.

65. Келлер, В.С. Исследование специальной подготовленности фехтовальщиков. – В кн. Фехтование : сб. науч. тр.. М. : Физкультура и спорт, 1968. – С. 106-124.

66. Келлер, В.С. Стратегия, тактика и техника соревновательной деятельности / В.С. Келлер // Теория спорта / под ред. В.Н. Платонова. – Киев: Вища школа, 1987. – С. 79-100.

67. Келлер, В.С. Теоретико-методические основы подготовки спортсменов / В.С. Келлер, В.Н. Платонов. – Львов, 1993. – 270 с.

68. Келлер, В.С. Фехтование на саблях. – В кн. Фехтование : учебник для ин-тов физкультуры / В.С. Келлер, Д.А. Тышлер /под общ.ред. Д.А.Тышлера. – М. : Физкультура и спорт,1978. – С.107-134.

69. Келлер, В.С. Построение и управление подготовкой высококвалифицированных фехтовальщиков / В.С. Келлер. – М., 1985. – С. 9-12.

70. Ким, Н. В. Подготовка высококвалифицированных судей по спортивной гимнастике : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Н.В. Ким. – Санкт–Петербург, 2011. –125 с.

71. Козлов, Е.Г. Постановка проблемы готовности к соревнованию в спорте / Е.Г. Козлов // Теория и практика физической культуры. – 1985. – № 10. – С. 7–8.

72. Козлов, Е.Г. Психологическое образование тренера: метод. разработка / Е.Г. Козлов, И.А. Григорьянц, Э.И. Михайлова ; Моск. обл. гос. ин-т физ. культуры. – Малаховка: б. и., 1978. – 17 с.

73. Коньков, В. Субъективизм судейства в боксе / В. Коньков // Бокс : ежегодник. –М., 1977. – С. 58-59.

74. Косов, Б.Б. Психология и современный спорт : Международный сборник научных работ по психологии спорта / сост. А.В. Родионов, Н.А. Худадов. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – 224 с.

75. Костов, Ф. Ф. Психоэмоциональная устойчивость как фактор профилактики развития реактивной астении у спортсменов : дис. ...канд. психол. наук. : 13.00.04 / Ф.Ф. Костов. – СПб, 2020. –128 с.

76. Красников, А.А. Основы теории спортивных соревнований: учеб. пособие для вузов физ. культуры и спорта / А.А. Красников. – М. : Физическая культура, 2005. – С. 99-106.

77. Кулаичев, А.П. Компьютерная электрофизиология / А.П. Кулаичев. – М. : Изд-во МГУ, 2002. – 379 с.

78. Лалаян, А.А. Зависимость точности судейства по фехтованию от продолжительности работы судьи / А.А. Лалаян, Э.О. Акавян, Г.Г. Гаспарян // Проблемы психологии спорта. – М. , 1960. – № 1. – С. 233-240.

79. Лалаян, А.А. Психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям / А.А. Лалаян. – Смоленск : 1975. – С. 46-47.

80. Лапшин, А.В. Основные средства ведения фехтовальщицами поединков на саблях / А.В. Лапшин // Теория и практика физической культуры. –2003. – №2. – С. 31.

81. Левитов, Н.Д. Психология характера / Н.Д. Левитов. – М. : Просвещение, 1969. – С. 134-136.

82. Левитов, Н.Д. Психология характера / Н.Д. Левитов. – М. : Физкультура и спорт, 1964. – С. 64-67.

83. Марищук, В.Л. Стресс и тревога в спорте / В.Л. Марищук. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – С. 72-87.

84. Маркелов, Д.Н. Методика обучения судей в тхэквондо на основе автоматизированного информационного комплекса : дис. ...канд. пед. наук / Д.Н. Маркелов. – Волгоград, 2010. – 148 с.

85. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л.П. Матвеев – СПб. : Лань, 2005. – С. 114-120.

86. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев. –М. : Физкультура и спорт., 1991. – 480 с.

87. Медведев, А.В. Психологическое обеспечение тренировочного процесса и соревновательной деятельности / А.В. Медведев. – М., 1998. – С. 342-343.

88. Меламедов, И. М. Физические основы надежности: введение в физику отказов / И. М. Меламедов. – Л.: Энергия. Ленинград. отд-ние, 1970. – 152 с.

89. Мерликин, В.П. Усвоение типологически обусловленного индивидуального стиля деятельности при формировании спортивной техники / В.П. Мерликин, М.Е. Бубнов // Проблемы психологии индивидуальных различий в спорте. – Казань, 1981. – С. 55-63.

90. Мидлер, М.П. Психологическая подготовка фехтовальщика / М.П. Мидлер, Д.А. Тышлер. – М. : Физкультура и спорт, 1969. – С. 56-66.

91. Мидлер, М.П. Тренировка в фехтовании на рапирах / М.П. Мидлер, Д.А. Тышлер - М. : Физкультура и спорт, 1966. – 196 с.

92. Мовшович А. Д. Система многолетней подготовки юных фехтовальщиков : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Алек Давыдович Мовшович; [Рос. гос. акад. физ. культуры]. – М., 1996. – 37 с.

93. Мовшович, А. Д. Возрастная динамика технико-тактического совершенствования юных фехтовальщиков / А. Д. Мовшович, А. К. Аветисян // Спортивное фехтование : учеб. для вузов физ. культуры. – М., 1997. – С. 192-205.

94. Моросанова, В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции произвольной активности человека [Электронный ресурс] / В.И. Моросанова. – Режим доступа: <http://www.childpsy.ru/dissertations/id/19168.php>

95. Найдиффер, Р.М. Психология соревнующегося спортсмена / Р.М. Найдиффер. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – С. 153.

96. Некрасов, В.П. Психорегуляция в подготовке спортсменов / В.П. Некрасов. - М. : Физкультура и спорт, 1985. – С. 92-94.

97. Никифоров, Г.С. Самоконтроль как механизм надежности человека-оператора / Г. С. Никифоров ; ЛГУ им. А. А. Жданова. - Л.: Изд-во Ленингр. гос. ун-та, 1977. - 112 с.

98. Озолин, Н.Г. Молодому коллеге / Н.Г. Озолин. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 286 с.

99. Остроухова, А.А. Методические предпосылки к созданию комплексной методики подготовки судей по фехтованию / А.А. Остроухова // Материалы XII Всероссийской научн.-практич. конф. «Научно-методические проблемы

спортивного фехтования» / под ред. А.И. Павлова. – Смоленск : [б.и.], 2017. – С. 145–147.

100. Оя, С.М. Психология и современный спорт : Сб. науч. работ / С.М. Оя // сост. П.А. Рудик, В.М. Медведев, А.В. Родионов. – М. : Физкультура и спорт, 1973. – С. 206–217.

101. Павлов, А.И. Состав действий и причины их нерезультативного применения при различном текущем счете боя в соревнованиях квалифицированных фехтовальщиков / А.И. Павлов, В.Г. Войтов, В.В. Феоктистов // Теория и практика физической культуры : Тренер : журнал в журнале. – 2005. – № 7. – С. 28–30.

102. Павлова, К.Г. Психология спорта: логико-психологические аспекты / К.Г. Павлова. – Владивосток: Изд-во Дальневосточ.ун-та, 1988. – С. 127–128.

103. Панов, А.Г. Аутогенная тренировка / А.Г. Панов, Г.С. Беляев и др. – Л. : Медицина, 1973. – С. 98.

104. Перевицкий, И.С. Подготовка квалифицированных борцов греко-римского стиля с учетом субъективизма судейства : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Перевицкий И.С. – Малаховка, 2007. – 26 с.

105. Перевицкий, И.С. Субъективизм судейства в греко-римской борьбе и решение борцами ситуационных задач в этих условиях / И. С. Перевицкий, А. Н. Абульханов ; Московская гос. акад. физ. культуры // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 12. – С. 32–33.

106. Платонов, В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов / В.Н. Платонов. - М. : Физкультура и спорт, 1986. – 286 с.

107. Платонов, К.К. Психология: учеб. для индустр. -пед. техникумов / К.К. Платонов. – М. : Высш. школа, 1973. – С. 73–74.

108. Плахтиенко, В.А. Надежность в спорте / В.А. Плахтиенко, Ю.М. Блудов -М. : Физкультура и спорт, 1983. – 176 с.

109. Пономарев А. Н. Фехтование на шпагах /А.Н. Пономарев, Л. В. Сайчук. – М. : Физкультура и спорт, 1970. – 152 с.

110. Пономарев, А.Н. Специализированные упражнения в групповом уроке по фехтованию /А.Н. Пономарев / В кн. Фехтование: сб. статей. –М. : Физкультура и спорт, 1968. – С.41-62.
111. Пономарев, А. Н. Фехтование: от новичка до мастера /А.Н. Пономарев. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – 144 с.
112. Пономарева, А.М. Методика обучения и совершенствования тактического взаимодействия с противником : метод. разработки для студ. ГЦОЛИФК / А.М.Пономарева. – М., 1985. – 34 с.
113. Попов, А.Л. Спортивная психология: учеб. пособие / А.Л. Попов; Московский психолого-социальный ин-т. - М.: МПСИ: Флинта, 1998. – С. 119–120.
114. Прохоров, А.О. Смысловая регуляция психических состояний / А.О. Прохоров. – М. : Изд-во ИП РАН, 2009. – 352 с.
115. Психологическая подготовка фехтовальщика: методические рекомендации / под ред. А.В. Родионова. – М.: РГУФК, 2008. – 65 с.
116. Психология спорта высших достижений / под общ. ред. А. В. Родионова. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – 144 с.
117. Психорегуляция в подготовке спортсменов: учеб. пособие для ин-тов физ. культуры / сост. В.П. Некрасов, Н.А. Худадов, Л. Пиккенхайн. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – С. 119-120.
118. Пуни, А.Ц. Теория и практика физической культуры / А.Ц. Пуни. – М. : Физкультура и спорт, 1972. – С.12.
119. Пуни, А.Ц. Некоторые психологические вопросы готовности к соревнованиям в спорте: избранные лекции / А.Ц. Пуни. - Л.: [б.и.], 1973. – С. 26.
120. Пуни, А.Ц. Психологическая подготовка к соревнованию в спорте / А.Ц. Пуни. – М. : Физкультура и спорт, 1969. – С. 9.
121. Пушкин, В.Н. Оперативное мышление в больших системах /В.Н. Пушкин / [Послесл. В.И. Дракина и В.П. Зинченко]. – М.; Л. : Энергия, 1965. – 375 с.

122. Ренский, П. А. Современные основы тактики ведения поединков в фехтовании на саблях // Фехтование: сб. статей. – М., 1986. – С. 43-46.

123. Ренский, П.А. Исследование подготавливающих действий у фехтовальщиков на саблях высшей квалификации /П.А. Ренский, Д.А. Тышлер // в кн.: тез. юбилейн.республ.науч -методич. конф., посвященной 30–летию спортивного фехтования в Армении (Ереван, 9–10 декабря 1975). Ереван, 1975, с. 27-29.

124.Ренский, П.А. Тактическое совершенствование фехтовальщиков на саблях высшей квалификации с учетом ситуационных разновидностей соревновательной деятельности : автореф. дис. ... канд. пед. наук / П. А. Ренский ; Гос. центр, ордена Ленина ин-т физ. культуры. – М., 1984. – 22 с.

125. Ридер, Г. Психология и современный спорт : международный сборник научных работ по психологии спорта / Г. Ридер // сост. А.В. Родионов, Н.А. Худадов. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – 224 с.

126. Родионов, А.В. Влияние психологических факторов на спортивный результат / А.В. Родионов. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – 112 с.

127. Родионов, А.В. Психология и современный спорт: международный сборник научных работ по психологии спорта / сост. А.В. Родионов, Н.А. Худадов. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – 224 с.

128. Рудик, П.А. Психологическая структура спортивной деятельности : лекция для студентов ин-тов физ. культуры / П.А. Рудик; ГЦОЛИФК. –М., 1980. – 39 с.

129. Рыжкова, Л. Г. Тактические знания в системе тренировки фехтовальщиков на этапе спортивного мастерства / Л. Г. Рыжкова // Научно-педагогические проблемы спортивного фехтования : материалы Всерос. науч.-практ. конф. : сб. ст. / под общ. ред. А. И. Павлова ; Смолен, гос. акад. физ. культуры, спорта и туризма. – Смоленск, 2005. – С. 56-60.

130. Савенков, Г.И. Психологическая подготовка спортсмена в современной системе спортивной тренировки : учеб. пособие для студентов вузов / Г.И. Савенков. - М. : Физическая культура, 2006. – 96 с.

131. Сайчук, Л. В. Изменения в фехтовании в связи с введением электрофицированного оружия / Л. В. Сайчук // Теория и практика физической культуры. – 1960. – вып. 3. – С. 177.

132. Сикора, Е. Тенденции развития мирового фехтования в свете наблюдений за чемпионатом мира среди юниоров (Мадрид,1978) /Е. Сикора // в кн.: Информационно-методический бюллетень. М. : ВНИИФК, 1979. – С.10–16.

133. Сингер, Р. Психология и современный спорт: международный сборник научных работ по психологии спорта /Р. Сингер // сост. А.В. Родионов, Н.А. Худадов. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – 224 с.

134. Сладков, Э.Д. Основы техники фехтования / Э.Д. Сладков. – Киев, «Здоровья». – 1989. – С. 33-86.

135. Смоленцева, В. Н. О психотехниках, психических состояниях и их регуляции в спорте: учеб.-метод. пособие для студентов физкульт. вузов / В. Н. Смоленцева. – 2-е изд. – Омск : Изд-во СибГУФК, 2012. – 144 с.

136. Смоленцева, В.Н. Психорегуляция в годичном цикле тренировки / В.Н. Смоленцева, Г.Д. Бабушкин. – Омск : [б.и.], 1999. – С. 56 – 59.

137. Смоляков, Ю.Т. Тренировка фехтовальщиков на шпагах / Ю.Т. Смоляков, Д.А. Тышлер – Минск : Высшая школа,1976. – 144 с.

138. Солодков, А.С. Физиология человека : учебник / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. – М. : Терра-Спорт, 2001. – 420 с.

139. Солодков, А.С. Физическая работоспособность спортсмена: лекция / А.С. Солодков; Санкт-Петербургская гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – СПб.: [б.и.], 1995. – С. 28-29.

140. Стоунс, Э. Психопедагогика: психологическая теория и практика обучения / Э. Стоунс. – М. : Педагогика, 1984. – С.298.

141. Страхов, В.И. Классификация помеховлияний в спортивно-игровой деятельности / В.И. Страхов // XV научная конференция Саратовского отделения общества психологов. – Саратов, 1975. – С. 15-17.

142. Стукалин, А.В. Техничко-тактическая подготовка рапиристов в связи с изменением правил судейства: автореф. дис. ... канд. пед. наук / А.В. Стукалин. – М., 2009. – 26 с.

143. Суслов, Ф.П. Современная система спортивной подготовки / ред. Суслов Ф.П. [и др.]. – М.: [СААМ], 1995. – 446 с.

144. Суслов, Ф.П. О соразмерности соревновательной и тренировочной деятельности в индивидуальных дисциплинах спорта высших достижений / Суслов Ф.П. // Современный олимпийский спорт и спорт для всех : 7 Междунар. науч. конгр. : Материалы конф., 24-27 мая 2003 г. – М., 2003. – т. 3. – С. 248-249.

145. Сюинн, Р. Психология и современный спорт: международный сборник научных работ по психологии спорта / сост. А.В. Родионов, Н.А. Худадов. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – 224 с.

146. Терехина, Р.Н. Проблемы судейства в спортивной гимнастике / Р.Н. Терехина // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 11. – С. 58-60.

147. Ткачева, М. С. Характерологические и социально-психологические условия формирования помехоустойчивости спортсменов: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / М.С. Ткачева: Саратов, 2003 – 199 с.

148. Триперина Томаис. Индивидуализация технико-тактического совершенствования квалифицированных фехтовальщиков на рапирах 17-19 лет : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Т. Триперина; ФГОУ ВПО «Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма». – М., 2000. – 21 с.

149. Турецкий, Б.В. Совершенствование тактической подготовки фехтовальщиков в связи с индивидуальным стилем принятия решения в боевых взаимодействиях: автореф. дис ... канд. пед. наук /Б.В. Турецкий – М., 1981. – 24 с.

150. Турецкий, Б.Г. Влияние занятий фехтованием на формирование черт личности спортсмена / Б.Г. Турецкий, Е.Н. Череповецкий // Фехтование : сб. статей. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – С. 50–53.

151. Тышлер, Г.Д. Совершенствование приемов нападения и маневрирования в фехтовании на саблях у спортсменов высшей квалификации / Г. Д. Тышлер ; Комитет по физ. культуре и спорту при Совете Министров СССР. – М., 1986. – 14 с.

152. Тышлер, Д. А. Методика технико-тактического совершенствования юных фехтовальщиков на саблях : (этап углубленной тренировки) /Д.А. Тышлер, В.Г. Войтов, А.Д. Мовшович // Фехтование : сб. ст. – М., 1985. – С. 19-22.

153. Тышлер, Д.А. Двигательная подготовка фехтовальщиков / Д.А. Тышлер, А.Д. Мовшович. – М. : Академический Проспект, 2007. – 153 с. – (Технологии спорта).

154. Тышлер, Д.А. Исследование боевой деятельности фехтовальщиков на саблях высшей квалификации и методов их тренировки: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 1974. – 36 с.

155. Тышлер, Д.А. Многолетняя тренировка юных фехтовальщиков : учеб. пособие / Д. Тышлер, А. Мовшович, Г. Тышлер. М. : Деловая лига, 2002. – 254 с.

156. Тышлер, Д.А. Педагогические детерминанты тренировочного процесса юных фехтовальщиков / Д.А. Тышлер, О.Д. Мовшович // Физическая культура, воспитание, образование, тренировка. – 2003. – №3. – С. 23–26.

157. Тышлер, Д.А. Психологическая подготовка / Д.А. Тышлер, В.С. Келлер // в кн. Спортивное фехтование: учебник для ВУЗов физ. культуры / под ред. Д.А. Тышлера. – М. : Физкультура, образование и наука, 1997. – С. 289-315.

158. Тышлер, Д.А. Тренировка фехтовальщика на саблях / Д.А. Тышлер. – М. : Физкультура и спорт, 1961. – 214 с.

159. Тышлер, Д.А. Фехтование на саблях /Д.А. Тышлер. – М. : Физкультура и спорт, 1981. – 128 с.

160. Тышлер, Д.А. Фехтование на саблях / Д.А. Тышлер, Г.Д. Тышлер, П.А. Ренский // в кн. Спортивное фехтование : учебник для ВУЗов физ. культуры / под ред. Д.А. Тышлера. –М. : Физкультура, образование и наука, 1997. – С.126-149.

161. Узнадзе, Д.Н. Психологические исследования / Д.Н. Узнадзе Дмитрий Николаевич. – М. : Наука, 1966. – 451 с.
162. Фехтование. Правила соревнований. – М. : Физкультура и спорт, 1975. – 105 с.
163. Федоров, В.Г. Качественные показатели технического мастерства фехтовальщиков высокой квалификации (тезисы) / В.Г. Федоров, Г.Б. Шустиков, Е.А. Нечаева // Мат. итог. научно-практ. конф. за 2015 г., посв. 120-летию Ун-та / НГУ ФК, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, СПб. – СПб, 2016. – С. 50.
164. Федоров, В.Г. Взаимодействие в системе физкультурного образования : монография / В.Г. Федоров, А.И. Крылов, Н.Г. Закревская, Г.Б. Шустиков, А.В. Федоров. – СПб: Изд-во Политехнического ун-та, 2018. – 181с.
165. Фехтование. Правила соревнований /сост. В.Я. Базаревич, А.П. Голяницкий, Д.А. Душман, В.А. Житный, М.П. Мидлер, Д.А. Тышлер. –М. : Физкультура и спорт, 1978. – 110 с.
166. Хайкин, В.Л. Активность / В.Л. Хайкин; Московский псих.-соц. институт. – М. : МОДЭК, 2000. – С. 159-173.
167. Хайрулин, А. Р. Комплексный подход к методике подготовки спортивных судей в единоборствах (на примере тхэквондо) : дис. ... канд. пед. наук /А.Р. Хайрулин. – СПб, 2008. –250 с.
168. Ханин, Ю.Л. Психология общения в спорте / Ю.Л. Ханин. – М: Физкультура и спорт, 1980. – 140 с.
169. Хархалуп, В. С. Экспериментальное изучение роли оперативно-тактических установок фехтовальщика-саблиста в управлении атакующими действиями : автореф. дис. ... канд. пед. наук / В.С. Хархалуп; Всесоюз. науч.-исслед. ин-т физ. культуры. – М., 1976. – 25 с.
170. Чайковский З. Застой в развитии фехтования на саблях. /З. Чайковский / в кн.: Информационно-методический бюллетень. – М. : ВНИИФК, 1973. – № 12. – С.73-92.

171. Чайковский, З. Формирование внимания у фехтовальщиков / З. Чайковский // Фехтование : [сборник статей]. – М. : ЦНИИС, ВНИИФК, 1990. – 48 с.

172. Шайхтдинов, Р.З. Личность и волевая готовность в спорте / Р.З. Шайхтдинов. – М. : Физкультура и спорт, 1987. – 53 с.

173. Шалман, А.Л. Психологические и психофизиологические особенности фехтовальщиков / А.Л. Шалман, Л.А. Косякин, В.В. Житлов // Фехтование : [сборник статей]. – М. : Физкультура и спорт, 1984. – С. 33-35.

174. Шамис, В.В. Объективизация критериев оценки эффективности действий фехтовальщиков на саблях в соревнованиях : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / В.В. Шамис. – М., 2013. – 139 с.

175. Шустиков, Г.Б. Особенности формирования помехоустойчивости фехтовальщиков высокой квалификации к необъективному судейству. / Г.Б. Шустиков, Ю.С. Молчан, Е.А. Нечаева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2009. – №10(56). – С. 113–118.

176. Шустиков, Г.Б. Помехоустойчивость в фехтовании (тезисы). / Г.Б. Шустиков, Е.А. Нечаева // Материалы итоговой научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург за 2011 год / Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.: [б.и.], 2012. – С. 64.

177. Шустиков, Г.Б. Теория и методика фехтования (учебное пособие) / Г.Б. Шустиков, В.Г. Федоров, А.В. Деев. - Санкт-Петербург: изд-во Политехнического ун-та, 2015. – 162 с.

178. Шустиков, Г.Б. Основные направления психокоррекции готовности фехтовальщиков высокой квалификации к соревнованиям (тезисы) / Г.Б. Шустиков, В.Г. Федоров, Е.А. Нечаева // Материалы итоговой научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург за 2015 г., посвященной 120-летию

Университета / Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.: [б.и.], 2016. – С. 51.

179. Шустиков, Г.Б. Повышение надежности средств ведения боя к ошибочным действиям судьи в фехтовании на саблях / Г.Б. Шустиков, В.Г. Федоров, Е.А. Нечаева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2016. - № 11(141). – С. 259–264.

180. Шустиков, Г.Б. Психокоррекция готовности фехтовальщиков высокой квалификации к соревновательной деятельности / Г.Б. Шустиков, В.Г. Федоров, Е.А. Нечаева // Мат. XI Всероссийской научно-практ. конф. «Научно-мет. проблемы спорт. фехтования» / под общ. ред. А.И. Павлова. – Смоленск: СГАФКСТ, 2016. – С. 25–31.

181. Шустиков, Г.Б. Теория и практика спортивного фехтования : учебное пособие / Г.Б. Шустиков, В.Г. Федоров, А.В. Деев, Е.А. Нечаева. – Москва : Спорт, 2016. – 192 с.

182. Шустиков, Г.Б. Педагогический анализ помех, влияющих на результативность соревновательной деятельности фехтовальщиков-саблистов / Г.Б. Шустиков, В.Г. Федоров, Е.А. Нечаева // Материалы итоговой научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава Национального государственного университета физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, за 2016 год, посвященной 180-летию со дня рождения П.Ф. Лесгафта и 120-летию Университета / Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.: [б.и.], 2017. – С. 68-70.

183. Шустиков, Г.Б. Исследование боевых ситуаций в фехтовании на шпагах, представляющих сложность для принятия объективных судейских решений / Г.Б. Шустиков, И.В. Бондарев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. – 5(159). – С. 321–324.

184. Шустиков, Г.Б. Педагогический анализ состава и результативности средств ведения фехтовального боя саблями в процессе соревновательных

турниров / Г.Б. Шустиков В.Г. Федоров, А.В. Деев, Е.А. Нечаева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. - 2018. – № 2 (156). – С. 294-298.

185. Шустиков, Г.Б. Инновационные технологии в фехтовании: психологический аспект / Г.Б. Шустиков, В.Г. Федоров, А.В. Деев, Е.А. Нечаева; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб: [б.и.], 2018. – 103 с.

186. Шустиков, Г.Б. Специфика средств ведения фехтовального боя фехтовальщиками-саблистами высокой квалификации / Г.Б.Шустиков, А.В. Деев, Е.А. Нечаева // Материалы итоговой научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава Национального государственного университета физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, за 2017 год, посвященной Дню российской науки. – СПб.: [б.и.], 2018. – Ч.1. – С. 101.

187. Шустиков, Г.Б., Построение тренировочного процесса фехтовальщиков / Г.Б. Шустиков, В.Г. Федоров, А.В. Деев, О.В. Шаламова // Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург, 2020. – 134 с.

188. Шустиков, Г.Б. Проблема ведения соревновательной деятельности высококвалифицированными фехтовальщицами-саблистками при различном уровне объективности судейства / Г.Б. Шустиков, А.В. Деев, Е.А. Нечаева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 1(191). – С. 399–406.

189. Яковых, Ю.В. Формирование помехоустойчивости у юных баскетболистов на этапе начальной спортивной специализации: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 /Ю.В. Яковых. – Тобольск, 2008. –156 с.

190. Barth, B. Charakteristik und Entwicklund von Strategie und Taktik /B. Barth // Trainingswissenschaft. – Berlin : Sportverlag. – 1994. – P. 93–120.

191. Bednarski, J. Warm up right and win / J. Bednarski //American fencing. – 1993. – P. 29–32. 149

192. Harrison, A.J. Functional data analysis of joint coordination in the development of vertical jump performance / A.J. Harrison, W. Ryan // Sports Biomechanics. – 2007.

193. Kogler, A. Planning to win : designing, recording and evaluating your fencing training program / A. Kogler. – Chicago: Counter-Parry Press, 1993. – 68 p.

194. Martiniec, A. Kevey und Seine Fechtschule /A. Martiniec. – Gzaz : Sportin, 1993. – 143 s.

195. Smith, J.E. Foil Fencing. The techniques and tactics of modern foil fencing / J.E. Smith. – Chichester: Summers dale Publishers Ltd, 2003. – 176 p.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

АНКЕТА ДЛЯ ТРЕНЕРОВ И СПОРТСМЕНОВ ПО ФЕХТОВАНИЮ

Кафедра теории и методике фехтования НГУ им. П.Ф. Лесгафта проводит исследование на тему «СПЕЦИАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ПОВЫШЕНИЯ УСТОЙЧИВОСТИ ФЕХТОВАЛЬЩИЦ-САБЛИСТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ К СПОРНОМУ СУДЕЙСТВУ»

Просим Вас ответить на нижеизложенные вопросы:

1. Ваше имя (не обязательно) _____
2. Ваш возраст _____
3. Ваша профессия _____
4. Ваша спортивная квалификация _____
5. Ваша тренерская категория _____
6. Ваш тренерский стаж _____
7. Является ли для Вас (Ваших воспитанников) судейские ошибки, фактором, существенно затрудняющим соревновательную деятельность?
8. Влияют ли судейские ошибки на результаты конкретного боя?
9. Влияют ли судейские ошибки на результаты конкретного фехтовального турнира?
10. Отличается ли реакция на возможные судейские ошибки у спортсменов (спортсменок) различного уровня спортивного мастерства?
11. Отличается ли реакция на возможные судейские ошибки у спортсменов (спортсменок) различного личностно-психологического склада?
12. Применяете ли Вы в тренировочной деятельности специальные средства технико-тактического характера, направленные на оптимизацию соревновательной деятельности в условиях судейских ошибок?

Продолжение ПРИЛОЖЕНИЯ А

13. Применяете ли Вы в тренировочной деятельности специальные средства психологического характера, направленные на оптимизацию соревновательной деятельности в условиях судейских ошибок?

14. Считаете ли Вы что работа по совершенствованию навыка действий спортсмена (спортсменки) в условиях возможных судейских ошибок должна быть системной?

15. Какие практические рекомендации Вы даете спортсменам (спортсменкам) (или получаете от тренера) на случай, столкновения со спорным судейством _____

СПАСИБО ЗА СОТРУДНИЧЕСТВО

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

МЕТОДИКА «ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ»

Инструкция: Вам предлагается ответить на вопросы анкеты, отражающие Ваше поведение и состояние в сложных соревновательных ситуациях. Из предложенных ответов выберите один, соответствующий действительности.

1. Чем характеризуется Ваше поведение перед соревнованиями?

- 1) спокойное ожидание
- 2) повышенное возбуждение
- 3) неопределенность исхода
- 4) неуверенность
- 5) растерянность

2. Чем характеризуется Ваше поведение в бою в случае превосходства соперника?

- 1) продолжаю активное противодействие
- 2) спокойствие
- 3) пассивное ведение боя
- 4) жду окончания боя
- 5) не вижу выхода от предстоящего поражения

3. Как Вы реагируете на свои неудачные действия, не достигшие цели?

- 1) особых проявлений нет
- 2) меняю технику, тактику
- 3) проявляю осторожность
- 4) неточные действия продолжаются
- 5) теряю самообладание

4. Чем характеризуется Ваше поведение после проигрыша в первой половине боя?

Продолжение ПРИЛОЖЕНИЯ Б

- 1) спокойное продолжение боя
 - 2) стараюсь собраться
 - 3) проявляется неуверенность
 - 4) снижается настроение
 - 5) появляется нежелание продолжать бой
5. Опишите Ваше поведение в завершении боя:
- 1) веду бой напористо, уверенно
 - 2) настроение приподнятое
 - 3) проявляю осторожность
 - 4) плохо контролирую ситуацию
 - 5) допускаю ошибки

ПРИЛОЖЕНИЕ В

МЕТОДИКА «ПОМЕХОУСТОЙЧИВОСТЬ»

Инструкция: Внимательно прочитайте утверждения и выберите один из вариантов ответа:

1. Я тревожусь по мелочам.

А. Часто Б. Иногда В. Редко

2. Перед соревнованиями мне бывает сложно уснуть.

А. Да. Б. Нет В. Иногда

3. Я чувствую усталость даже после сна или отдыха.

А. Иногда Б. Редко В. Никогда

4. Мне бывает сложно контролировать свои эмоции.

А. Часто Б. Иногда В. Редко

5. Чаще всего перед началом соревнований я ...

А. Чувствую нарастающую тревогу

Б. Волнуюсь, но пытаюсь успокоиться

В. Чувствую себя уверенно

6. Я испытывал(а) следующие предстартовые состояния:

(возможно несколько вариантов ответа)

А. Предстартовая апатия (слабость в мышцах, вялость, сонливость, безразличие, грусть)

Б. Предстартовая лихорадка (тревожность, нетерпеливость, суетливость, желание поскорее выступить)

В. Боевая готовность (уверенность в себе, расчетливость, легкое волнение, спокойное мышление)