

АНАЛИЗ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ЧЛЕНОВ КОМАНДЫ ПО КИКБОКСИНГУ

Ю.Н. Кулиев, Г.Х. Гусейнли, Г.Д. Юсифов

Азербайджанская государственная
академия физической культуры и спорта,
Азербайджан
e-mail: yusifquliyev366@gmail.com

Актуальность. Кикбоксинг – это оборонительный вид спорта, который сочетает в себе различные техники. Это спорт, основанный на силе и технических знаниях, которые происходят из комбинации двух совершенно разных видов спорта – каратэ и муай тай. Кикбоксинг – один из самых сложных видов спорта.

Этот вид спорта предназначен не только для атаки, но и для защиты. Поскольку удары руками и ногами выполняются одновременно, вы должны использовать специальные перчатки, шлемы и защитник для зубов. Спортсмены обычно весят от 57 кг до 94 кг и более. Битва проводится в 3 раунда, каждый по 2 минуты. Запрещено ударять по голове, шее и спине.

При подготовке к атаке вы должны быть в состоянии точно оценить расстояние между воином и противником. Очень близкое расстояние ограничит движение ног. Точная регулировка расстояния, даже за полсекунды, означает использование хорошего навыка. Точное расстояние – это расстояние участника, до которого ваши ноги полностью вытянуты. Талантливый боксер похож на шахматиста.

Противник может испытывать психологическое давление и торжествовать, когда он оценивает то, что знает его противник. Если время не будет правильно измерено, методы атаки и защиты не будут успешными. Для этого вы должны находиться в двух метрах от вашего противника.

											В покое	После боя	В покое	После боя
1	Алиев Туран	160	47	88	83	85	5	23	30	4000	84	126	100/ 70	140/ 60
2	Кулиев Сахиб	161	47	90	84	86	6	40	50	3600	78	126	110/ 70	150/ 50
3	Маме- дов Ра- уф	164	53	90	84	85	6	50	50	3200	66	108	95/50	140/ 50
4	Гурба- нов Акиф	166	56	96	91	93	5	44	43	3800	66	132	100/ 60	140/0
5	Набиев Турал	173	59,5	96	91	93	5	40	32	4200	66	126	120/ 70	160/ 50
6	Ализа- де Га- дир	165	63	102	95	97	7	50	60	3500	72	132	110/ 70	160/ 30
7	Алиев Сабир	173	66	99	91	94	8	54	50	4100	66	108	100/ 60	130/ 40

8	Маликов Эльдар	180	70	104	97	100	7	70	70	3000	60	96	110/ 60	130/ 60
9	Наси- бов Мехти	178,5	70,5	100	92	92	8	75	70	4000	66	90	110/ 80	120/ 50
10	Курба- нов Али	180	77	106	96	101	10	70	65	4000	66	120	110/ 70	150/ 40
11	Ахме- дов Мамед	171	79	108	100	101	8	60	50	3700	72	114	120/ 70	130/ 70
12	Хали- лов Теймур	181	87	104	100	102	4	60	60	4000	72	132	120/ 80	160/ 40
	Макси- мум	161/ 181	47/ 87	88/ 108	83/ 100	85/ 102	5/ 10	23/ 5	30/ 70	3200/ 4200	60/ 84	96/ 132	95/50 120/80	130/40 160/50

Материалы и методы. Таблица показывает рост, вес, размер груди, силу моих знаний, объем воздуха в легких, пульсовое давление и давление.

Результаты и их обсуждение. Анализ веса, роста и показателей, что из-за некоторого увеличения веса эти показатели подходят для возрастной группы спортсменов и включены в литературу. Однако, учитывая их рост, Набиев Турал, Маликов Эльдар и Халилов Теймур участвовали в весовых категориях выше их нынешнего веса и могли достичь более высоких спортивных результатов.

Анализ силы знаний показывает, что у некоторых спортсменов эти показатели ниже их физических возможностей. Среди них Алиев Туран, Набиев Турал, Ачмедов Мамед и Халилов Теймур. Тренеры должны предпринять шаги для повышения силы этих спортсменов в будущем. Показатели емкости дыхательных путей легких умеренные по сравнению с физической подготовкой.

Индикаторы пульса и давления соответствуют контрольным показателям бокса, и точность времени восстановления спортсменов после тренировки является нормой.

Закключение. Таким образом, анализ морфофункциональных показателей команды показывает, что, несмотря на некоторые недостатки, морфофункциональные показатели спортсменов находятся на адекватном уровне и что тренеры должны предпринять необходимые шаги для устранения определенных недостатков в будущем.

1. При отдельных уровнях веса строение тела боксеров-подростков различается. В связи с этим целесообразно учитывать эти различия в педагогическом процессе и работать над стандартами морфофункциональных показателей с учетом их веса.

2. По словам бодибилдеров, подростковые боксеры отличаются от своих не спортсменов.

3. Наши показатели позволяют отбирать национальные команды с учетом их конкретной потери веса, играя руководящую роль в процессе отбора.

Использованная литература

1. R. H. Qayıbov İdman fiziologiyası. Bakı- 2005
2. Quliyev Y. N. Yüksək dərəcəli idmançıların hazırlığının fizioloji xüsusiyyətləri; Dərslik Bakı -2018
3. Физиология человека. Общая спортивная. Возрастная: учебник А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. – М.: Советский спорт, 2010
4. Физиология спорта учебное пособие. / под ред.. А. С. Чинкин, А.С. Назаренко. – М.. Физкультура и спорт, 2016. – С. 11–82.