

Тактика каратэ

Тактика каратэ – это единство техники, физической, функциональной и волевой подготовленности, проявляющиеся непосредственно на экзаменах и в соревнованиях по ката, кумитэ и тамэшивари.

В современном каратэ тактическая подготовка играет ведущую роль. Она объединяет все, что изучается и отрабатывается на тренировках, при подготовке к экзаменам и соревнованиям и в ходе самих экзаменов и соревнований. Тактически грамотный ученик умеет рационально использовать приобретенные технические, физические, функциональные и волевые навыки. Поэтому на занятиях по каратэ необходимо исходить из того, что тактика по сравнению с техникой занимает ведущее место. Техника должна подчиняться тактике, то есть технику необходимо совершенствовать исходя из тактических задач. Это значит, что ученик должен не просто овладеть техникой каратэ, но и уметь применять технические навыки в широком тактическом преломлении.

Действовать тактически – значит действовать с определенной и целенаправленной творческой мыслью. Творческой, потому что тактика – это не просто перечень определенных, раз навсегда заученных тактических действий, а творческая изобретательность ученика в применении тактико-технических средств.

Понятие о тактике включает три тесно связанных между собой, но разных по содержанию раздела:

- 1) тактика проведения технических действий;
- 2) тактика ведения поединка;
- 3) тактика выступления в соревнованиях.

Некоторые считают, что говорить о тактике нужно лишь тогда, когда ученики освоят базовую технику школы. Однако, на наш взгляд, не следует упускать возможности объяснять ученикам, что изучаемые технические действия не всегда приводят к успеху в поединке, если их выполняют без тактической подготовки. Поэтому наряду с изучением стоек, ударов, блоков, перемещений ученикам следует давать общие представления о возможностях творческого использования технических действий в поединке. Конечно, пройдет немало времени, прежде чем ученик достигнет мастерского уровня. Однако чем раньше он начнет познавать тактические основы, тем короче будет его путь к мастерству.

Средствами тактики являются дистанция, стойки, передвижения, переносы веса тела с ноги на ногу, смена темпа ритма, атака, защита, контратака, а также собственно тактические средства: разведка боем, финт, маневрирование, угроза, вызов, обман, опережение.

Разведка боем предназначена для выявления сильных и слабых сторон противника в тактико-техническом плане, а также состояния его физической, психической и волевой подготовленности.

Разведка боем осуществляется с помощью атаки, защиты, контратаки, а также собственно тактических средств. Все они направлены на решение одной задачи – собрать информацию о противнике.

Разведка боем применяется в начале поединка против любого противника. Так, встречаясь с незнакомым соперником, каратэка должен узнать: правша он или левша, в какой стойке работает, какова быстрота его реакции, какими основными ударами ведет поединок, какой тактики придерживается и т. п. Если же противник известен, то с помощью разведки боем каратэка должен установить изменения в его технике и тактике, произошедшие за последнее время, а также его физическое состояние на данный момент.

Как показывает практика, каждый ученик имеет индивидуальную манеру ведения боя, которая определяется его характером, уровнем физической, технической и психической подготовленности. В зависимости от этого поединок можно строить на наступательной, контратакующей или оборонительной (выжидательной) тактике. В то же время опытный ученик, оценив противника, может изменить тактику ведения поединка по ходу, перейдя,

например, от наступательной к контратакующей, от оборонительной к наступательной манере и т. д. Такие переходы зависят от степени подготовленности ученика. Он должен быть своевременно обучен этим формам ведения кумитэ, так как от умения перестраиваться по ходу поединка во многом зависит его исход.

Финт – это обозначение удара движением руки, туловища, ноги, головы и даже глаз.

С помощью финтов каратэка скрывает истинность своих действий и тем самым создает противнику трудности в организации контратакующих действий, держит в напряжении его внимание, перехватывает инициативу в свои руки, а также освобождается от скованности. Финт применяется одновременно и как средство маскировки «коронного» технического действия, и как средство заставить противника раскрыться, и, наконец, как средство выведения противника из равновесия или направления его перемещения в нужном направлении.

Финт является сильным тактическим оружием, но его эффективность целиком и полностью зависит от правдоподобности и выразительности его исполнения.

Маневрирование – это осмысленное передвижение по татами для решения тактических задач.

Умелое использование маневрирования в сочетании с финтами заставляет противника напрягать внимание, выполнять ответные действия не с подходящей дистанции и зачастую приводит к тому, что он выходит за пределы татами.

Главная задача маневрирования – это подобрать дистанцию для атаки и выйти на ударную позицию. От четкости этого тактического действия зависит успех атаки, так как если дистанция не подобрана, то удар либо не достигнет цели, либо превратится в толчок, порой опасный для самого атакующего. Помимо этого, маневрирование помогает каратэке во время поединка уходить от края площадки.

Угроза – это имитация активных действий, заставляющая противника защищаться или контратаковать.

Угроза заставляет противника применять оборонительную тактику и затрудняет контроль последующих действий атакующего, а также собственных действий, что приводит к напряженности и скованности и создает благоприятные условия для атаки или контратаки. Кроме того, защищаясь, противник отступает к краю площадки, что затрудняет его маневрирование.

Вызов – это провокация противника на активные действия, способствующая выполнению намеченных контрприемов.

Для осуществления вызова используется открытая стойка, умышленные раскрытия, демонстрация усталости и неспособности атаковать и др.

Обман – это действие, направленное на то, чтобы скрыть от противника истинную атаку.

Обманом может быть удар или серия ударов, которые наносятся легко, без излишней затраты сил и энергии, но заметно для противника, с тем чтобы спровоцировать его на активные действия и контратаковать после того, как он раскрылся.

Опережение – это контрдействия в ответ на действия противника, но за более короткое время за счет быстроты реакции и скорости выполнения.

Особенно широко опережение используется в контратакующем бою на дальней дистанции, в котором вызов или обман служат для провокации противника на активные действия.

В целом же мастерство ученика во многом определяется уровнем развития его специализированных качеств, необходимых для овладения тактико-техническим арсеналом каратэ.