

# Спортивная тренировка Sports training

Научная статья

УДК 796.838

DOI: 10.14529/hsm250308

## ФОРМИРОВАНИЕ И ОЦЕНКА ТЕХНИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ МУАЙТАЙ НА ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ К ВСЕМИРНЫМ ИГРАМ БОЕВЫХ ИСКУССТВ

**Д.А. Путилин**<sup>1</sup>, [uralthai@mail.ru](mailto:uralthai@mail.ru), [9193977799@mail.ru](mailto:9193977799@mail.ru),  
<https://orcid.org/0009-0008-7308-8230>

**М.Б. Саламатов**<sup>2</sup>, [mixail.salamatov@bk.ru](mailto:mixail.salamatov@bk.ru), <https://orcid.org/0000-0001-6865-4092>

**М.Ю. Степанов**<sup>3</sup>, [stepanov\\_m@inbox.ru](mailto:stepanov_m@inbox.ru), <https://orcid.org/0000-0002-1890-3027>

**К.Г. Саламатова**<sup>2</sup>, [salamatova.ksu@list.ru](mailto:salamatova.ksu@list.ru), <https://orcid.org/0009-0003-6951-5133>

<sup>1</sup> Федерация тайского бокса России, Москва, Россия

<sup>2</sup> Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», Москва, Россия

<sup>3</sup> Чайковская государственная академия физической культуры и спорта,  
Чайковский, Россия

**Аннотация. Цель:** оценка IQ боксера у членов сборной команды России по муайтай при подготовке к основному международному старту. **Материалы и методы.** Оценка технических действий у представителей муайтай осуществлялась с помощью видеоанализа. Для этой оценки был разработан протокол для наглядной демонстрации технических действий, используемых спортсменом. **Результаты.** Для оценки IQ боксера спортсменам было предложено задание в парах во время основной части тренировки. Задание выполнялось в течение трехминутного раунда. Первый номер атакует соперника прямым ударом в голову, второй номер должен контратаковать любым одиночным ударом рукой. **Заключение.** Предложенный тест IQ боксера позволяет развивать и оценивать пластичность нейронных процессов единоборца, в значительной степени расширяя границы использования технического арсенала.

**Ключевые слова:** Всемирные игры боевых искусств, ударные единоборства, муайтай, IQ боксера

**Для цитирования:** Формирование и оценка технических действий представителей муайтай на предсоревновательном этапе подготовки / Д.А. Путилин, М.Б. Саламатов, М.Ю. Степанов, К.Г. Саламатова // Человек. Спорт. Медицина. 2025. Т. 25, № 3. С. 64–69. DOI: 10.14529/hsm250308

## DEVELOPMENT AND ASSESSMENT OF TECHNICAL ACTIONS IN MUAY THAI ATHLETES DURING THE PRE-COMPETITION PHASE FOR THE WORLD COMBAT GAMES

D.A. Putilin<sup>1</sup>, [uralthai@mail.ru](mailto:uralthai@mail.ru), 9193977799@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0008-7308-8230>

M.B. Salamatov<sup>2</sup>, [mixail.salamatov@bk.ru](mailto:mixail.salamatov@bk.ru), <https://orcid.org/0000-0001-6865-4092>

M.Yu. Stepanov<sup>3</sup>, [stepanov\\_m@inbox.ru](mailto:stepanov_m@inbox.ru), <https://orcid.org/0000-0002-1890-3027>

K.G. Salamatova<sup>2</sup>, [mixail.salamatov@bk.ru](mailto:mixail.salamatov@bk.ru), <https://orcid.org/0009-0003-6951-5133>

<sup>1</sup> Russian Thai Boxing Federation, Moscow, Russia

<sup>2</sup> Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE),  
Moscow, Russia

<sup>3</sup> Tchaikovsky State Academy of Physical Culture and Sports, Tchaikovsky, Russia

**Abstract. Aim.** This paper aims to assess the tactical proficiency (Fight IQ) of members of the Russian national Muay Thai team during their preparation for a major international competition. **Materials and methods.** A systematic video analysis of technical actions was performed to evaluate athlete decision-making. A specific protocol was developed to provide a clear demonstration of the techniques used by an athlete. **Results.** Athletes were given a paired drill during the main segment of a training session. During a controlled three-minute round, one athlete initiated with a mandatory straight punch to the head, while the other was required to immediately counter with a single, self-selected punch. **Conclusions.** The findings demonstrate that the proposed Fight IQ test is an effective tool for developing and evaluating neural plasticity in combat athletes. Its implementation contributes to a significant expansion of an athlete's technical arsenal.

**Keywords:** World Combat Games, striking combat sports, Muay Thai, Fight IQ

**For citation:** Putilin D.A., Salamatov M.B., Stepanov M.Yu., Salamatova K.G. Development and assessment of technical actions in muay thai athletes during the pre-competition phase for the world combat games. *Human. Sport. Medicine*. 2025;25(3):64–69. (In Russ.) DOI: 10.14529/hsm250308

**Введение.** Техническая подготовка в муайтай представляет собой уникальное явление в мире ударных единоборств благодаря своему разнообразному арсеналу приемов, который обусловлен особенностями правил соревнований [7–9]. В муайтай разрешены удары почти всеми частями тела – руками, ногами, локтями и коленями, что предоставляет спортсмену широкий спектр возможностей для технических действий. Для успешного применения всех этих приемов и сочетаний требуется не только физическая подготовка, но и высокий уровень бойцовского интеллекта [4].

Оценка интеллекта бойцов в муайтай может проводиться через анализ их способности грамотно использовать разнообразные технические действия в рамках обусловленных заданий, особенно в парных тренировках [1]. Такие тренировочные сессии позволяют не только оценить уровень IQ у спортсмена, но и способствуют формированию новых двигательных навыков и стереотипов, что важно для постоянного совершенствования. Понимание и оценка интеллектуальной составляющей в подготовке бойцов в муайтай имеет

ключевое значение для определения их технических возможностей и потенциала в спорте [2]. Оценка IQ боксера через техническую работу в парах может стать ценным инструментом не только для тренеров, но и для самого спортсмена в процессе его профессионального развития. Интеллект, проявленный в виде умения использовать различные технические действия, работая в парах по обусловленному заданию, не только оценивает IQ боксера, но и способствует формированию у него новых двигательных стереотипов [3].

**Цель исследования:** оценка IQ боксера у членов сборной команды России по муайтай при подготовке к основному международному старту.

**Материалы и методы.** Двухнедельная предсоревновательная подготовка прошла в ФГБУ «Тренировочный центр сборных команд России «Озеро Круглое» с 10 по 24 октября 2023 г. В тренировочном мероприятии приняли участие 8 мужчин и 4 женщины основного состава сборной России [1]. Оценка технических действий у представителей муайтай осуществлялась с помощью видеонализа.

Для этой оценки был разработан протокол для наглядной демонстрации технических действий, используемых спортсменом (табл. 1). В протоколе для удобства оценки вариативности технических действий в 1-й колонке отражены все удары, выполненные спортсменом, 2-я колонка отражает варианты неповторяющихся комбинаций, 3-я колонка отражает форму нанесения удара рукой (локтем), 4–5-я колонки отвечают за место нанесения удара, 6-я колонка отражает форму встречной атаки либо контратаки, после которой был нанесен удар. Так, например, в первой строке отражены удары левой прямой в голову: после глухой защиты 13, два повторяющихся действия после сбива правым предплечьем вниз 9; 9 и сбива левым предплечьем вниз 10; 10, после оттяжки 8 и после сбива левым предплечьем вверх 12. По туловищу спортсмен левой рукой ударил после глухой защиты 13, уклона вправо 3, после сбива левым предплечьем вниз 10 и снова после уклона вправо 3. Общее количество прямых ударов левой рукой, которые нанес спортсмен, составило 11, из них 3 комбинации были повторяющиеся, что отразилось в протоколе 8 вариантами (табл. 1, 2-я колонка).

**Результаты.** Для оценки IQ боксера спортсменам было предложено задание в парах во время основной части тренировки. Задание выполнялось в течение трехминутного раунда. Первый номер атакует соперника прямым ударом в голову, второй номер должен контратаковать любым одиночным ударом рукой. Задание предполагает 14 форм нанесения ударов при 13 видах контратаки в голову или корпус, что составляет  $14 \times 13 \times 2 = 364$  варианта ответных действий. Для наглядности эти действия отражены цифрой контратаки (1–13) в строке «удары руками» и колонке «место попадания удара» (табл. 1).

В табл. 1 отражен протокол Шах-на К. от 22 октября IQ-74. По данному протоколу мы можем оценить динамику изменения IQ боксера за 10 дней тренировочного мероприятия. Как видно из протокола от 12 октября IQ-45, спортсмен Шах-н К. нанес 70 ударов, при этом только 45 из них не повторялись. Уже 22 октября спортсменом было нанесено 86 ударов, из которых 74 были различные IQ-74. Данный протокол также наглядно отражает, что спортсмен Шах-н К. 22 октября не использовал в своем арсенале удары локтями, а правый боковой был использован 16 раз в 13 неповторяемых

Таблица 1  
Table 1

Протокол оценки IQ боксера Шах-на К  
Fight IQ evaluation protocol (participant: Shakh-na K)

все удары	варианты	удары руками	место попадания удара		контратака после
			голова	туловище	
11	8	прямой левой	13,9,9,10,10,8,12,	13,3,10,3,	1 встречная атака
14	12	прямой правой	13,9,10,8,3,3,2,	13,9,10,8,3,2,13,	2 после уклона влево
11	10	боковой левый	13,9,10,8,3,3,12,	13,9,8,12,	3 после уклона вправо
16	13	боковой правый	13,13,9,10,8,3,2,	13,13,9,10,8,3,2,12,13,	4 циркуль влево
8	7	снизу левой	13,9,9,3,	13,10,8,3,	5 циркуль вправо
12	12	снизу правой	9,10,8,3,2,13,	10,8,3,2,12,13,	6 сайстэп вправо
		локоть правый			7 сайстэп влево
		локоть левый			8 оттяжка
7	6	бэдфаст левой	1,8,10,8,	10,8,11,	9 сбив пр предплечье вниз
7	6	бэдфаст правой	1,8,10,8,	10,8,11,	10 сбив лев предплечье вниз
		бэдфаст левой локоть			11 сбив пр предплечье вверх
		бэдфаст правый локоть			12 сбив лев предплечье вверх
		носорог локоть левый			13 глухая защита
		носорог локоть правый			
86	74				
дата	итого%	варианты	все удары		
12.окт	64,29		45	70	
13.окт	90,77		59	65	
15.окт	86,96		60	69	
17.окт	90,00		72	80	
22.окт	86,05		74	86	

Таблица 2  
Table 2

Протокол оценки IQ боксера Медж-ва Г.  
Fight IQ evaluation protocol (participant: Medzh-v G)

плотность	варианты	удары руками	место нанесения удара		контратака после
			голова	туловище	
15	10	прямой левой	8.2.13.2.9.10.10.1.	8.8.13.2.9.9.1.	1 встречная атака
12	9	прямой правой	8.13.3.3.9.10.10.1.	8.13.1.1.	2 уклон влево
9	7	боковой левый	8.13.13.2.9.9.	13.2.9.	3 уклон вправо
8	7	боковой правый	8.13.3.3.1	13.9.10.	4 циркуль влево
8	8	снизу левой	8.13.2.10.	8.2.9.10.	5 циркуль вправо
9	8	снизу правой	8.13.3.9.9.10.1	8.9.	6 сайстэп вправо
8	5	локоть правый	8.8.13.13.3.3.10.9.		7 сайстэп влево
8	5	локоть левый	8.13.13.2.8.10.10.	8.	8 оттяжка
5	4	носорог левой	13.8.13.2.10.		9 сбив пр предплечье вниз
4	4	носорог правой	8.13.3.9.		10 сбив лев предплечье вниз
		бэкфист левой			11 сбив пр предплечье вверх
1	1	бэкфист правой	9.		12 сбив лев предплечье вверх
1	1	бэкфист левой локоть	13.		13 глухая защита
1	1	бэкфист правый локоть	1.		
89	70	22.окт			
дата	итого%	варианты	все удары		
12.окт	78.00	39	50		
13.окт	83.08	54	65		
15.окт	86.96	60	69		
17.окт	83.33	65	78		
22.окт	78.65	70	89		

связках. Такой анализ протоколов позволяет не только оценить динамику изменения интеллекта спортсмена, но и выявить его предпочтения и уровень технической подготовки в определенные дни тренировочного процесса [5, 6].

В протоколе оценки IQ боксера Медж-ва Г. самым результативным является также последний день тестирования 22 октября IQ-70 (табл. 2). Данный протокол отражает положительную динамику роста IQ с 39 до 70. Технические действия спортсмена от 22 октября указывают на отсутствие удара бэкфист левой рукой, небольшое количество ударов по туловищу, а прямой удар левой рукой был использован 15 раз в 10 неповторяемых связках. Такие значительные приросты IQ боксера в динамике тренировочного мероприятия, возможно, связаны с новым заданием, которое ранее спортсмены не использовали в своей подготовке. При регулярном использовании данного теста в тренировке рекордный результат был зарегистрирован IQ-91 у МС по муайтай в г. Чайковском [1].

**Выводы.** Анализ результатов показал, что рост IQ боксеров связан с новыми заданиями,

указывая на значимость умения применять разнообразные технические приемы. Протокол оценки IQ боксера оказался эффективным инструментом для выявления уровня интеллекта и предпочтений спортсменов в использовании комбинаций в соревнованиях муайтай.

Протокол для наглядной демонстрации технических действий спортсменов, разработанный для видеоанализа, стал инструментом оценки и формирования новых навыков в парной работе. Задания, выполняемые в парах, предполагали использование разнообразных технических действий в обусловленных ситуациях, что способствовало не только оценке IQ, но и расширению технического арсенала спортсменов.

Использование такого тестирования IQ для боксеров представляет значимость и важность для развития нейронных процессов спортсменов и расширения их технического арсенала не только в муайтай, но и в других видах единоборств. Результаты исследования подчеркивают ключевую роль интеллектуальной составляющей в подготовке бойцов и демонстрируют важность оценки IQ через тех-

ническую подготовку в парных тренировках. Технический арсенал у представителей ударных единоборств можно оценивать с помощью видеоанализа, используя оценочный протокол. Данный протокол будет незначительно отличаться в различных видах единоборств (бокс, кикбоксинг, муайтай), и это связано с разрешенными ударными действиями правилами соревнований. Использование данного протокола информативно отражает уровень интеллекта боксера, при этом позволяет оценить степень предпочтения ис-

пользуемых комбинаций и ведущей руки. Данный тест IQ боксера можно расширить, если на одиночный удар предложить отвечать комбинацией из двух ударов, в этом случае количество вариантов увеличивается в квадрате, и для тайского бокса он составит IQ-132496 варианта. Таким образом, предложенный тест IQ боксера позволяет развивать и оценивать пластичность нейронных процессов единоборца, в значительной степени расширяя границы использования технического арсенала.

### **Список литературы**

1. Анализ предсоревновательной подготовки высококвалифицированных тайбоксеров / М.Ю. Степанов, М.Б. Саламатов, Д.А. Путилин, К.Г. Саламатова // *Теория и практика физ. культуры*. – 2023. – № 8. – С. 98–100.
2. Верхошанский, Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса / Ю.В. Верхошанский. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 176 с.
3. Вершинин М.А. Особенности развития внимания и аналитических способностей тхэквондистов с учетом действий соперника в условиях соревновательной деятельности / М.А. Вершинин, А.О. Плотников // *Теоретич. и приклад. исследования в области естеств., гуманитар. и технич. наук: Всерос. науч.-практ. конф. (Прокопьевск, дек. 2017 г.): сб. науч. трудов*. – Прокопьевск, 2017. – С. 77–85.
4. Керимов, Ф.А. Психофизиологические особенности формирования технико-тактических действий борцов / Ф.А. Керимов // *Спортивная борьба: ежегодник*. – М., 1984. – С. 35–36.
5. Кургузов, Г.В. Количественные показатели соревновательной деятельности высококвалифицированных боксеров в связи с изменением формулы боя / Г.В. Кургузов // *Научные труды ВНИИФК 1999 г. / Всерос. науч.-исслед. ин-т физ. культуры*. – М., 2000. – С. 135–138.
6. Методика формирования ударных действий боксеров 12–14 лет с использованием средств контроля векторных усилий / М.Ю. Степанов, А.М. Якупов, Г.С. Мальцев, А.Ф. Зекрин. – Чайковский: Чайковский гос. ин-т физ. культуры, 2021. – 128 с.
7. Саламатов, М.Б. Формирование ударных действий высококвалифицированных тайбоксеров на предсоревновательном этапе / М.Б. Саламатов, М.Ю. Степанов, А.Н. Шарипов // *Теория и практика физ. культуры*. – 2022. – № 8. – С. 24–25.
8. Хамаганов, Б.П. Система подготовки спортсменов в тайском боксе / Б.П. Хамаганов, А.С. Сагалеев // *Вестник Бурят. гос. ун-та*. – 2015. – № 13. – С. 12–116.
9. Цинис, А.В. Оценка динамики физической и технико-тактической подготовки начинающих спортсменов в тайском боксе / В.С. Макеева, В.Н. Чеснокова, А.В. Цинис // *Совершенствование физич., огневой и тактико-специал. подготовки сотрудников правоохранит. органов: материалы 18-й Всерос. науч.-практ. конф., ч. 2*. – Орел: ОрЮИ МВД России, 2011. – С. 37–40.

### **References**

1. Stepanov M.Yu., Salamatov M.B., Putilin D.A., Salamatova K.G. [Analysis of the Pre-competitive Training of Highly Qualified Tayboxers]. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury* [Theory and Practice of Physical Culture], 2023, no. 8, pp. 98–100. (in Russ.)
2. Verkhoshansky Yu.V. *Programmirovaniye i organizatsiya trenirovochnogo processa* [Programming and Organization of the Training Process]. Moscow, Physical Culture and Sport Publ., 1985. 176 p.
3. Vershinin M.A., Plotnikov A.O. [Features of the Development of Attention and Analytical Abilities of Taekwondists, Taking into Account the Actions of an Opponent in Conditions of Competitive Activity]. *Teoreticheskie i prikladnye issledovaniya v oblasti estestvennykh, gumanitarnykh i tekhnicheskikh nauk: Vseros. nauch.-prakt. konf.* [Theoretical and Applied Research in the Field of Natural, Humanitarian and Technical Sciences. All-Russian Scientific and Practical Conference], 2017, pp. 77–85. (in Russ.)
4. Kerimov F.A. [Psychophysiological Features of the Formation of Technical and Tactical Actions of Wrestlers]. *Sportivnaya borba: ezhegodnik* [Wrestling. Yearbook], 1984, pp. 35–36. (in Russ.)

5. Kurguzov G.V. [Quantitative Indicators of Competitive Activity of Highly Qualified Boxers in Connection with the Change in the Formula of Combat]. *Nauchnye trudy VNIIFK 1999 g. Vseros. nauch.-issled. in-t fiz. kultury* [Scientific Works of VNIIFK 1999. All-Russian Scientific-research Institute Physical Culture], 2000, pp. 135–138. (in Russ.)

6. Stepanov M.Yu., Yakupov A.M., Maltsev G.S., Zekrin A.F. *Metodika formirovaniia udarnykh deistvii bokserov 12–14 let s ispolzovaniem sredstv kontrolya vektornykh usilii* [Methodology for the Formation of Impact Actions of Boxers Aged 12–14 Years Using Vector Effort Control Tools]. Tchaikovsky, Tchaikovsky State Institute of Physical Culture Publ., 2021. 128 p.

7. Salamatov M.B., Stepanov M.Yu., Sharipov A.N. [Formation of Shock Actions of Highly Qualified Tayboxers at the Pre-Competitive Stage]. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury* [Theory and Practice of Physical Culture], 2022, no. 8, pp. 24–25. (in Russ.)

8. Khamaganov B.P., Sagaleev A.S. [The System of Training Athletes in Thai Boxing]. *Vestnik Buryatskogo gosudarstvennogo universiteta* [Bulletin of the Buryat State University], 2015, no. 13, pp. 12–116. (in Russ.)

9. Tsinis A.V., Makeeva B.C., Chesnokova B.N. [Assessment of the Dynamics of Physical and Technical-Tactical Training of Novice Athletes in Thai Boxing]. *Sovershenstvovanie fizicheskoi, ognevoi i tak-tiko-spetsialnoi podgotovki sotrudnikov pravookhranitelnykh organov. Materialy 18-y Vseros. nauch.-prakt. konf., ch 2.* [Improvement of Physical, Fire and Tactical-special Training of Law Enforcement Officers. Materials 18th All-Russian Scientific and Practical Conference, pt. 2], 2011, pp. 37–40. (in Russ.)

#### **Информация об авторах**

**Путилин Дмитрий Александрович**, президент, Федерация тайского бокса России, Москва, Россия.

**Саламатов Михаил Борисович**, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини, Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», Москва, Россия.

**Степанов Михаил Юрьевич**, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики единоборств, Чайковская государственная академия физической культуры и спорта, Чайковский, Россия.

**Саламатова Ксения Геннадьевна**, магистр кафедры физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини, Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», Москва, Россия.

#### **Information about the authors**

**Dmitry A. Putilin**, President, Russian Thai Boxing Federation, Moscow, Russia.

**Mikhail B. Salamatov**, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Physical Rehabilitation, Massage and Health-improving Physical Culture named after I.M. Sarkizov-Serazini, Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE), Moscow, Russia.

**Mikhail Yu. Stepanov**, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Theory and Methodology of Martial Arts, Tchaikovsky State Academy of Physical Culture and Sports, Tchaikovsky, Russia.

**Ksenia G. Salamatova**, Master's Student, Department of Physical Rehabilitation, Massage and Health-improving Physical Culture named after I.M. Sarkizov-Serazini, Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE), Moscow, Russia.

#### **Вклад авторов:**

Все авторы сделали эквивалентный вклад в подготовку публикации.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

#### **Contribution of the authors:**

The authors contributed equally to this article.

The authors declare no conflict of interests.

**Статья поступила в редакцию 10.05.2025**

**The article was submitted 10.05.2025**