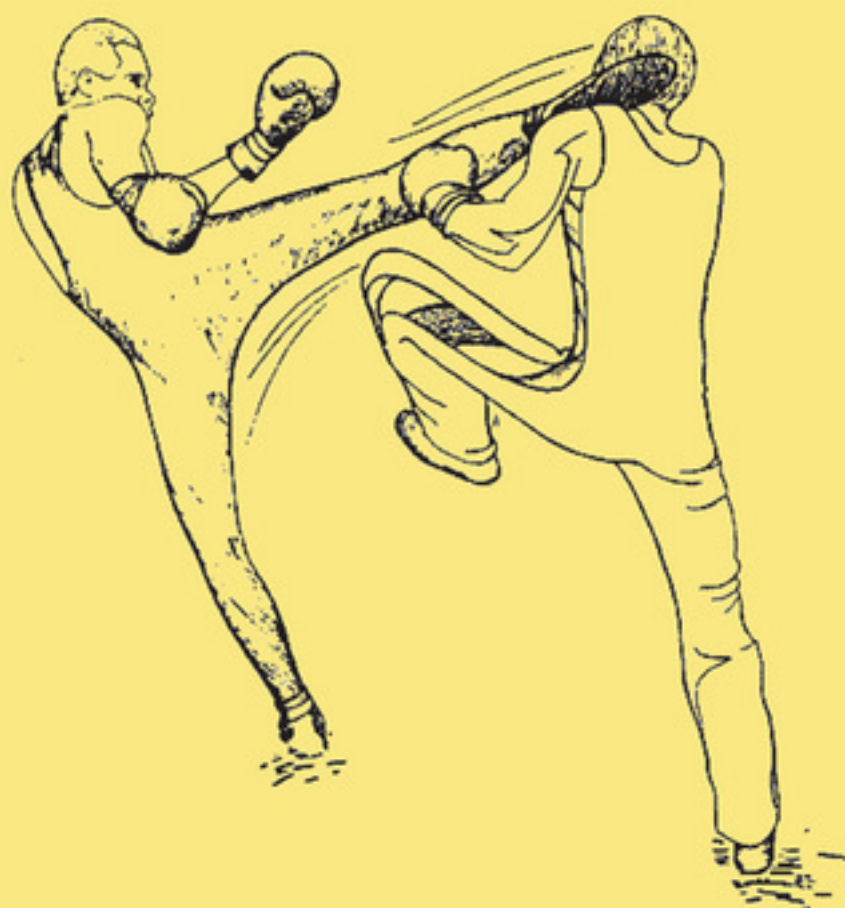


А.А. Петрушин

ФРАНЦУЗСКИЙ БОКС САВАТ

**ТЕХНИЧЕСКАЯ, ТАКТИЧЕСКАЯ
И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА**



Анатолий Петрушин

**Французский бокс сават.
Техническая, тактическая и
психологическая подготовка**

«Астерион»

2006

Петрушин А. А.

Французский бокс сават. Техническая, тактическая и психологическая подготовка / А. А. Петрушин — «Астерион», 2006

В монографии отражены результаты исследований, проведенных автором в процессе преподавания боевых единоборств: карате, айкидо и ушу, бокса сават и кик-бокса. Выполнен подробный анализ развития техники и тактики современного бокса сават, представлена программа психологической подготовки «Апломб», разработанная автором для повышения эффективности обучения единоборствам. Впервые в России приводится подробное описание технических приемов и методов обучения боксу сават. Настоящая монография может быть рекомендована в качестве учебного пособия магистрантам, аспирантам. Она также может быть использована в качестве практического пособия спортсменами, тренерами и, в целом, рассчитана на широкий круг любителей единоборств.

© Петрушин А. А., 2006

© Астерион, 2006

Содержание

Введение	6
Глава I. Сведения о боксе сават	8
1.1. История французского бокса сават и его развитие в России	9
1.2. Сравнительный анализ бокса сават и родственных видов единоборств	19
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Анатолий Петрушин

Французский бокс сават. Техническая, тактическая и психологическая подготовка

Автор выражает благодарность за помощь в подготовке монографии Н. В. Ловелиусу и А. А. Федоруценко

В книге использованы фотоархивы: личный автора, Н. В. Ловелиуса, В. Бухарева, Н. Ларионовой, Д. Дерябкина, и воспроизведены иллюстрации журнала «BF Savate»

Рецензенты:

Фирсов Владимир Руфинович, доктор педагогических наук, заслуженный деятель науки Российской Федерации;

Корнеев Александр Сергеевич, кандидат педагогических наук, заслуженный тренер СССР, мастер спорта, советник комитета Государственной Думы.

© Петрушин А. А., 2006

Введение

В настоящее время отмечается повышение интереса к единоборствам, использующим удары руками и ногами. Одним из таких видов является французский бокс сават, имеющий двухсотлетнюю историю развития во Франции. В нашей стране бокс сават появился более 100 лет назад, но был возрожден и получил развитие только в последние два десятилетия.

Автору довелось принимать непосредственное участие в этом процессе: в 1986 г. им был создан первый в СССР клуб «Сават», в 1987 г. – городская Федерация бокса сават, и налажены контакты с президентом Французской федерации бокса сават Пьером Гейро.

Работая в качестве старшего тренера со сборными командами ГУФК им. П. Ф. Лесгафта и России по боксу сават с 1989 по 2004 год, автор занимался разработкой методики обучения технике и тактике бокса сават, а также вопросами психологической подготовки.

Подготовка к крупнейшим международным соревнованиям и достигнутые на них результаты, при личном участии автора в международных технических стажировках, квалификационных экзаменах и спортивных сборах позволили в деталях изучить учебно-тренировочный процесс обучения спортсменов различной квалификации.

В результате исследовательской работы разработана комплексная модель технической подготовки в боксе сават, которая позволила интегрировать систему представлений о боксе сават в рамках единого подхода и определить его место в общей структуре родственных видов единоборств.

Использование разработанной автором модели технико-тактической подготовки помогло завоевать его ученикам самые высокие спортивные титулы в боксе сават: Денис Дерябкин стал чемпионом Европы в 1996 году, а Наталья Ларионова завоевала титулы чемпионки Европы в 1996 и 1998 годах и титул чемпионки мира в 1997 году.

Использование данной модели подтвердило эффективность ее применения и в родственных видах единоборств. Высокие титулы были завоеваны учениками автора и в кик-боксе: Сергей Андрианов завоевал титул чемпиона мира по версии ISKA в 1994 году, а Наталья Ларионова завоевала титул чемпионки Европы в 1995 по версии ISKA, причем она становилась чемпионкой мира трижды: в 1996 по версии FFKA, в 1997 по версии ISKA и в 1999 по версии WAKO.

Ученики автора 11 раз становились вице-чемпионами на чемпионатах мира и 10 раз на чемпионатах Европы по боксу сават.

В книге отражены результаты исследований, проведенных автором в процессе преподавания боевых единоборств (карате, айкидо и ушу), бокса сават и кик-бокса.

Настоящая монография может быть рекомендована в качестве учебного пособия магистрантам, аспирантам, другим исследователям проблемы обучения контактными видами единоборств.

Она также может быть использована в качестве практического пособия спортсменами, тренерами и, в целом, рассчитана на широкий круг любителей единоборств.

Структура монографии построена следующим образом: сведения о боксе сават, далее впервые в России приводится описание техники и тактики бокса сават, затем следует описание психологической подготовки в боксе сават на основе авторской программы «Апломб». Продолжает монографию описание развития детского бокса сават во Франции и рассказ о национальных видах спорта Франции канн и бато, которые традиционно практиковались в комплексе с боксом сават и в настоящее время входят в структуру Французской федерации бокса сават. Завершает исследование анализ перспектив развития сават.

Данный вопрос весьма актуален, так как на сегодняшний день бокс сават развивается по четырем направлениям.

Одно из них, спортивное направление с проведением боев в полный контакт, не позволило придать развитию бокса сават массовый характер. Данное обстоятельство привело Международную федерацию сават (FIS) к необходимости развивать спортивное направление с ограниченным контактом – ассо.

Успех превзошел все ожидания и привел к быстрому увеличению количества стран развивающих бокс сават. В результате общего подъема интереса к данному направлению (ассо) были проведены Кубок Мира по ассо и Универсиада (июль 2005 г.).

Считаю целесообразным обратить внимание на еще одно направление – «сават-дефанс» (сават для самообороны). развитие данного направления в России поможет привлечь в свои ряды представителей армии, милиции и спецслужб.

И наконец четвертое направление бокса сават – танцевально-оздоровительное, напоминает некоторые формы фитнеса. Занимаются им, как правило, в составе группы, под музыку, а в основу движений положена ударная техника.

Спортивное «ассо» и танцевально-оздоровительное направление могут успешно развиваться в школах и оздоровительных центрах. Привлечение большого количества участников к занятиям данными направлениями придадут развитию сават в России массовый характер.

Глава I. Сведения о боксе сават



Почетный президент Французской федерации бокса сават граф Пьер Барузи и президент Международной федерации сават Мишель Роже (1992 г.)

1.1. История французского бокса сават и его развитие в России

За двухсотлетнюю историю развития этого национального вида спорта Франции, в его русло влилось несколько течений, представляющих различные стили единоборства: шоссон, сават, французский бокс. Так как на протяжении долгого времени после его зарождения отсутствовали единые национальные центры развития, и не существовало общей для данных направлений единоборств перспективной программы, эти направления находились в процессе свободного поиска и саморазвития. Только открытие Жозефом Шарлемоном в Париже школы обучения французскому боксу в 1877 году положило начало структуризации процесса обучения национальному виду единоборства Франции.

На международном семинаре в 1997 г., методисты Французской федерации представили историю бокса сават в виде восьми наиболее важных дат:

1800 г. – появление на юге Франции единоборства, использующего в бою только ноги – это «Шоссон». Одновременно на севере начал развиваться метод, использующий удары ногами и некоторые удары открытой рукой – это «Сават»;

1820 г. – Мишель Кассо открыл в Париже первый зал «Парижского сават»;

1877 г. – Жозеф Шарлемон начал обучение «Французскому боксу» и опубликовал первый трактат по данному методу;

1899 г. – состоялся «Бой века», в котором Шарлемон одержал победу над представителем английского бокса, Джерри Дрисколом, доказав «превосходство Французского бокса»;

1914 г. – начало «заката» французского бокса и «путешествие через пустыню»;



*Владимир Ульянович Агеев, доктор педагогических наук, профессор, академик ПНИ,
ректор ГУФК им. П. Ф. Лесгафта в 1973–2001 гг.*



Владимир Александрович Таймазов, доктор педагогических наук, профессор, академик ПНИ, ректор ГУФК им. Лесгафта с 2001 г.



Слева направо: Мартынов А. С., к.п.н., мастер спорта и судья международной категории по боксу; Ловелиус Н. В., д.б.н., Олимпийский арбитр; Киселев А. И., к.т.н., заслуженный мастер спорта и заслуженный тренер СССР, двукратный серебряный призер по боксу Олимпийских игр.



Фуэте наносит чемпионка мира по сават Наталья Ларионова

1965 г. – благодаря усилиям графа Барузи начинается возрождение французского бокса, вновь открываются залы и возвращаются великие чемпионы;

17 февраля 1975 г. – создание «Национальной федерации французского бокса» (FNBF);

1985 год – создание «Международной федерации французского бокса сават» (FIBFS DA), (Leroux M., Reymond J. M. Savate boxing. – Paris: INSEP, 1997).

Данный список можно было бы дополнить, упомянув следующие события: приезд в Россию Эрнеста Лусталло, который познакомил общественность с французским боксом (1895 г.); первые «Международные соревнования в Париже» (1984 г.); первый чемпионат Европы (1986 г.); первый чемпионат мира (1991 г.) и т. д.

Эти даты могут представлять интерес для историков бокса сават, так как с 1877 по 1914 год проводились соревнования по данному единоборству, и некоторые из них претендовали на высокий статус.

Для изучения этапов становления современного бокса сават в России наиболее важными представляются следующие даты:

- 1986 г. – создание первого в СССР клуба «Сават», президент Петрушин А. А.;
- 1987 г. – создание Ленинградской федерации бокса сават, президент Петрушин А. А.;
- 1989 г. – создание Советской федерации французского бокса сават, президент Таймазов В. А.; вице-президент и старший тренер Петрушин А. А.;
- 1992 г. – создание Российской коллегии судей по боксу сават, председатель Ловелиус Н. В.

Возрождение бокса сават в России началось в 1986 году, когда в Москву и Ленинград приехала делегация из Франции для ознакомления спортивной общественности с современным боксом сават и привлечения спортсменов СССР к участию в его развитии. Проведенные гостями показательные выступления и оставленные ими методические пособия были использованы автором на начальном этапе перехода в своем клубе от занятий контактным карате к изучению и преподаванию бокса сават.

В ноябре 1986 г. клуб был назван «Сават», и началась работа по поиску дополнительных методических материалов и привлечению единомышленников. В результате проделанной работы, еще четыре клуба, занимавшиеся развитием восточных единоборств, были привлечены к развитию бокса сават в Ленинграде (тренеры клубов: Морковский В., Лунев В., Белова М., Фоминцев А.).

В 1987 г. была организована Ленинградская федерация бокса сават, президент Петрушин А. А., и начались поиск контактов с Французской федерацией и соответствующая подготовка спортсменов к предстоящей встрече.

23 декабря 1988 г. президент клуба «Сават» Петрушин А. А. направил в адрес президента Французской федерации бокса сават Пьера Гейро первое письмо с сообщением о начале развития бокса сават в Ленинграде и с просьбой о методической поддержке.

В ноябре 1989 года состоялся приезд в Ленинград технического советника Патриса Бо и чемпиона Европы по боксу сават Жилия ле Дюигу, техническая стажировка была проведена на кафедре бокса Института физической культуры им. П. Ф. Лесгафта,

По результатам экзамена автору был вручен первый в СССР диплом тренера по боксу сават – № 0001.

По предложению Таймазова В. А., являвшегося в то время заведующим кафедрой бокса Института физической культуры им. П. Ф. Лесгафта, была организована «Советская федерация бокса сават». Единогласным решением конференции Таймазов В. А. был избран ее президентом, а Петрушин А. А. – вице-президентом и старшим тренером сборной команды СССР. В дальнейшем, большой объем методической работы потребовал учреждения в федерации поста технического директора (методиста), который также был поручен Петрушину А. А.

Всемерная поддержка становлению бокса сават в Институте физической культуры им. П. Ф. Лесгафта была оказана его ректором – Владимиром Ульяновичем Агеевцем.

В мае 1990 года состоялись первые международные соревнования по боксу сават в Париже с участием спортсменов СССР, а в ноябре 1990 года представители клуба «Сават» приняли участие в международных соревнованиях в Нормандии, на которых все наши спортсмены одержали победы. Третий номер журнала «Le Magazine des Rings», вышедший из печати в декабре 1990 г., поместил на своих страницах статью «Французский бокс сават от Атлантики до Урала» с рассказом о первых успехах русских спортсменов, на приведенных фотографиях запечатлены победители: Сергей Андрианов, Наталья Ларионова, Александр Иевлев, Анна Захарова и их тренер, автор данной монографии.

В 1991 г. команда спортсменов СССР приняла участие в чемпионате мира по французскому боксу сават, на котором Иевлев А. и Лапин В. завоевали серебряные медали.

За успехи в развитии бокса сават в России, 21 ноября 1991 года автору был вручен диплом «PROFESSEUR de Boxe Française – Savate» (№ 541), самый высокий по уровню, который может присуждаться иностранному специалисту, имеющему соответствующую техническую квалификацию. Успешные выступления спортсменов России на чемпионате Европы 1992 год – первые золотые медали, завоеванные Сергеем Андриановым, Сергеем Володиным и Владимиром Коноплевым – подтвердили эффективность разработанной автором комплексной модели технико-тактической подготовки в боксе сават.

Подробное описание истории современного этапа развития бокса сават, как в России, так и за ее пределами, требует проведения специального исследования, которое не могло быть включено в нашу монографию ввиду большого объема. Считаем для себя возможным ограничиться приведением результатов выступлений спортсменов, подготовленных автором по разработанной модели технико-тактической подготовки, на чемпионатах Европы и мира по боксу сават, которые представлены в таблице 1.

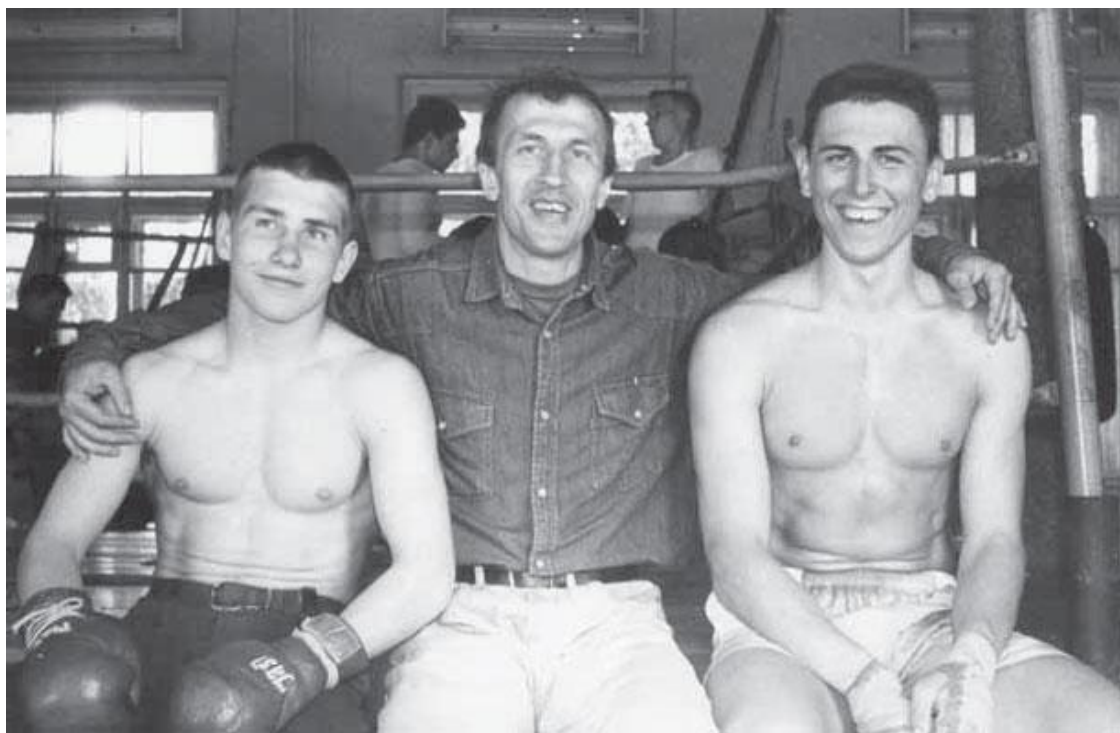
Таблица 1

Результаты выступлений членов команды ГУФК им. П. Ф. Лесгафта на чемпионатах Европы и мира по боксу сават, подготовленных А. А. Петрушиным

Чемпионат мира 1991	Иевлев Александр	II место
Чемпионат Европы 1992	Иевлев Александр	II место
Чемпионат Европы 1992 юниоры	Володин Сергей	I место
	Андрианов Сергей	I место
	Каушан Константин	II место
Кубок Европы 1993 женщины	Ларионова Наталья	II место
	Гашута Светлана	II место
Чемпионат Европы 1994 юниоры	Дерябкин Денис	II место
Чемпионат мира 1995	Агеевец Наталья	II место
	Гашута Светлана	II место
	Литвинов Никита	II место
Чемпионат Европы 1996	Дерябкин Денис	I место
	Ларионова Наталья	I место
	Бабушкин Сергей	II место
	Белова Мария	II место
Чемпионат Европы 1996 юниоры	Карасев Максим	II место
Чемпионат мира 1997	Ларионова Наталья	I место
	Дерябкин Денис	II место
	Белова Мария	II место
	Гашута Светлана	II место
	Николаева Марина	II место
Чемпионат Европы 1998	Ларионова Наталья	I место
	Гашута Светлана	II место
	Белова Мария	II место
	Дьяконова Валентина	II место
	Дерябкин Денис	II место
Чемпионат мира 1999	Бабушкин Сергей	II место
	Дерябкин Денис	II место
	Николаева Марина	II место
Чемпионат Европы 2000	Бабушкин Сергей	II место
	Дерябкин Денис	II место
	Николаева Марина	II место



Олимпийский арбитр по боксу (Москва, 1980 г.), профессор Ловелиус Н. В. и Олимпийский чемпион по боксу (Мельбурн, 1956 г.) Шатков Г. И.



Автор со своими учениками – первыми россиянами, ставшими чемпионами Европы по сават в 1992 г. – Сергеем Володиным и Сергеем Андриановым.



Автор со своими учениками: чемпионом мира по кик-боксу Сергеем Андриановым и чемпионкой Европы и мира по сават, трехкратной чемпионкой мира по кик-боксу Натальей Ларионовой.



Автор со своим учеником, чемпионом Европы по сават в тяжелом весе Денисом Дерябкиным.

Среди членов сборной команды России важно отметить также неоднократного чемпиона России по боксу сават Наиля Урсова, первого чемпиона Ленинграда в категории ветеранов Игоря Громова (в финальном бою одержал победу нокаутом) и, по некоторым оценкам, самого техничного члена сборной команды России Владимира Васильева.

На юге России работу по развитию сават возглавил президент Краснодарской региональной общественной организации «Федерация бокса сават» Вадим Иванович Аравин. Он оказал действенную помощь в подготовке первой международной стажировки 1989 года, в проведении спортивных сборов для членов сборной команды С.-Петербурга, организовал ряд международных встреч в Краснодаре с участием лучших французских боксеров и технические стажировки с привлечением методистов Французской федерации сават.

Являясь судьей международной категории по сават и высококлассным тренером, В. И. Аравин подготовил пять чемпионов России по сават. Он также подготовил четырех чемпионов России по кик-боксу, трехкратного чемпиона мира по кик-боксу и чемпиона Европы Юниса Османова, чемпиона мира по кик-боксу и чемпиона Европы Идриса Османова, двукратного чемпиона мира по кик-боксу Хагура Нальбия, чемпиона мира по тай-боксу Амана Атилова.

Представляется необходимым отметить вклад в подготовку ряда спортсменов нашей сборной Шамирова А. С., совместно с которым автор проводил подготовку: Сергея Володина, Никиты Литвинова, Валентины Дьяконовой, Андрея Зацепина, Ислама Чемурзиева и др.

Весомый вклад в развитие бокса сават в России внесли также Андрей Ипатов, Анатолий Шибакин, Игорь Баев и целый ряд других тренеров.

Название «Французский бокс сават» для национального вида единоборства не раз становилось во Франции предметом дискуссий. Сторонники этого названия утверждали, что оно напоминает о роли Франции в зарождении бокса сават и исключает возможность спутать его с одним из многочисленных видов восточных единоборств.

Противники данного названия предлагали исключить слова «французский бокс», так как полное название слишком длинное. На сегодняшний день дискуссия завершена: бокс сават получил достаточную известность, и упоминание о том, что это «французский» вид спорта и является видом «бокса», на территории Франции является излишним. Международная федерация, ранее именовавшаяся «Международной федерацией французского бокса сават» (FIBFS), сократила свое название до «Международной федерации сават» (FIS). Названия: «французский бокс сават» или «бокс сават» употребляются за пределами Франции, для облегчения взаимопонимания между специалистами и во избежание ошибок.

1.2. Сравнительный анализ бокса сават и родственных видов единоборств

Анализ учебных видеоматериалов по боксу сават. Начиная с ноября 1989 года, С.-Петербургская федерация французского бокса сават, Канн и Бато выпускает документальные видеофильмы по технике бокса сават (проект – Петрушина А., оператор – Ильин А.). Для проведения демонстрации техники были привлечены лучшие специалисты Французской и Международной федераций бокса сават.

Учебные видеофильмы, посвященные техническим стажировкам, включают в себя три части: в первой части идет общее обучение технике сават по стандартной схеме; во второй части – демонстрируется применение основных атакующих технических приемов и защит; в третьей части приглашенные мастера проводят спарринги с лучшими русскими боксерами сават.

Сравнивая документальный видеоматериал о развитии бокса сават в России с аналогичными фильмами о чемпионатах Франции за период с 1993 по 1999 годы, удалось определить общий уровень технической подготовки боксеров сават в разных регионах мира и сделать ориентировочный прогноз дальнейшего технического развития данного вида единоборства.

Интересным представляется опыт приобщения детей к сават во Франции путем создания Французской федерацией бокса сават в 1993 году художественного короткометражного фильма «Les Gants magiques». Фильм выстроен в форме рассказа о мальчике, которого одноклассница приглашает на свою тренировку по боксу сават. Роль тренера в фильме играет тренер женской сборной команды Франции по боксу сават Паскаль Сонкур.

Во Франции методические видеоматериалы выходят с целым рядом существенных недостатков, затрудняющих их использование, главным из которых является их неполнота, отсутствие подводящих упражнений, к тому же они мало доступны российским специалистам.

С другой стороны, в данных учебных видеопособиях отсутствует методика и показ технологии обучения техническим приемам бокса сават, которые известны ведущим французским специалистам и практически применяются ими в учебно-тренировочном процессе.

Из положительных аспектов использования данных видеоматериалов по боксу сават, можно отметить ценность документальных видеофильмов с включением боев лучших мастеров данного вида единоборства. Специалисты, имеющие достаточно высокий теоретический и практический уровень, могут извлечь большую пользу, наблюдая применение технических приемов и тактических схем лучшими боксерами сават в условиях спортивного поединка.

Необходимо учитывать контекст, в котором происходит развитие бокса сават во Франции на данном этапе. Определяющим фактором здесь следует признать отношение к сават в этой стране как к национальному виду спорта, с его развитием в рамках школьных программ, с соответствующим широким использованием политических, экономических, культурологических и иных рычагов воздействия в русле единой государственной программы и с повсеместной поддержкой государственных и общественных организаций на всех уровнях.

Подобное привилегированное положение позволяет осуществлять финансовую поддержку специалистов и спортсменов, организовывать многочисленные технические стажировки, преподавать бокс сават в школах, организовывать повсеместные рекламные выступления (даже в метро), организовывать клубную спортивную работу со всеми возрастными группами населения (с 6 лет в рамках программы «Кенгуру»).

Английский бокс по разделу техники ударов руками, защит от ударов руками и передвижений является идентичным соответствующему разделу техники бокса сават.

Начальный этап развития бокса, как спортивного единоборства, имеет очень древнюю историю. Точная дата проведения первых соревнований определяется многими историками

спорта неоднозначно, например, в книге Л. Куна приведен фрагмент барельефа из Вавилона, изображающий кулачный бой, датируемый II тысячелетием до н. э. (Кун Л., 1982.).

Различные правила проведения кулачных боев в Древней Греции описаны в «Руководстве по физическому образованию детей школьного возраста» П. Ф. Лесгафтом (Лесгафт П. Ф., 1951.).

В учебнике бокса под редакцией И. П. Дегтярева, бокс называют «спортом всех времен» (Дегтярев И. П., 1979.). У народов нашей родины кулачный бой появился в период формирования великого славянского народа (Градополов К. В., 1951, 1965.).

Начало развития английского бокса связывают с открытием в Англии Джеймсом Фигсом первой школы кулачного боя в 1718 году (Шатков Г., Алтухов И., 1979.). В развитии бокса в С.-Петербурге положительную роль сыграл Э. И. Лустало, который приехал Россию в 1895 году (Таймазов В. А., Шамиров А. С., 1997.).

Сегодня бокс является одним из наиболее развитых видов единоборств и его техника доведена до высочайшего уровня. Большинство родственных видов единоборств используют технические достижения английского бокса для своего развития и повышения эффективности боевых действий. Научно-методическая литература по боксу обширна, поэтому для целей нашего исследования было отобрано сравнительно небольшое количество источников, характеризующих общее направление развития данного вида единоборства.

Большинство авторов учебных пособий полагают, что общей тенденцией на пути повышения технического мастерства в боксе является надежная комбинированная защита (Огуренков Е., 1959, 1966; Романов В. М., 1979.). Данный принцип соблюдается как при выполнении защитных движений, так и при нанесении ударов или передвижения по рингу.

Тактика боя в боксе развивалась по линии уменьшения грубого силового бокса в сторону большего разнообразия и более широкого использования различных технических приемов боксерами. Так как техника и тактика в боксе взаимосвязаны, искусная тактика должна соответствовать высокой технике боевых действий (Степанов А. И., 1963.).

Одним из важных факторов, определяющих эффективность действий боксера, является хорошо развитое чувство дистанции, которое не только позволяет успешно вести боевые действия на ринге, но и предохраняет спортсмена от травматизма (Никифоров Ю. Б., 1971.).

Качество выполнения технических действий боксером на ринге определяется их экономичностью и рациональностью, т. е. соответствием амплитуды движений и степени напряжения мышц «эталонной» биомеханике движения в рамках решения конкретной боевой задачи.

Сравнивая рекомендации, которые авторы учебных пособий дают боксерам-любителям и боксерам-профессионалам, можно сделать вывод, что они часто имеют различия. Так, например, в любительском боксе следует больше внимания уделять легкому «челночному» передвижению во время боя и стараться победить противника за счет более высокой скорости и искусного обыгрывания (Грижевский К., 1973.).

Для боксеров-профессионалов предпочтительным является более плотная постановка ног на ринг, которая дает боксеру возможность наносить более сильные удары. Удары должны наноситься боксером жестко, по полной амплитуде и, желательно, на средней дистанции (Les plus grands combats de Sugar Ray Robinson, 1991; Rocky Marciano – The Story, 1991; Jack Dempsey – The Story, 1991; Персивал Л., 1991; Батлер Ф., 1992; Русанов В., 1992.).

Анализ видеодокументов английского бокса показывает, что историческое развитие бокса как вида спортивного единоборства шло по линии усиления защиты и улучшения умения боксеров передвигаться по рингу (Les champions Welters et Poids Légers, 1991; Les Rois du ring, 1995; Les Dieu de la boxe, 1995). Изменения в правилах судейства бокса шло по линии уменьшения риска для здоровья боксеров и гуманизации данного вида единоборства. С этой целью уменьшилась продолжительность боя, были введены более мягкие перчатки (Штейнбах

В., 1991). Указанные изменения в правилах позволили сделать бокс более техничным и зрелищным видом спорта, повысили его безопасность для здоровья спортсменов.

Сравнивая технику английского бокса и бокса сават, можно предположить, что соединив технику английского бокса с техникой ударов ногами сават, основатели «французского бокса сават» завершили долгое соперничество двух направлений-антагонистов в единоборстве и прекратили спор о том, что важнее в бою – удары руками или удары ногами. Если сегодня боксер сават демонстрирует в бою недостаток по разделу техники ударов руками, это свидетельствует не о техническом недостатке «французского бокса сават», а о трудности одновременной работы над развитием двух таких сложных и энергоемких для изучения техник, какими являются разделы ударов руками и ногами.

Азиатские боевые искусства. К данной группе единоборств можно отнести многочисленные направления и школы боевых искусств, ведущих поединки без использования боксерских перчаток. Подобные виды единоборств широко распространены в Китае, Японии, Корее, в Индонезии, во Вьетнаме, Лаосе, Бирме и целом ряде других стран, расположенных в данном регионе.

Многие боевые системы данных направлений параллельно с обучением технике ударов и захватов широко практикуют обучение приемам обращения с различного рода традиционным оружием (Масатоши Иитиро, 1992., Миллер Д., 1997.).

Для создания тактических и стратегических концепций ведения боя, во многих школах часто использовались идеи китайских классических трудов по воинскому искусству, таких как Сунь-цзы, У-цзы и целому ряду других (Конрад Н. И., 1977.).

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.