

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

**«Российский государственный университет физической культуры,
спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»**

Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методики бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова.

Учебно- методическая разработка

«Тактика бокса»

49.03.01 направление – Физическая культура

Калмыков Е.В. ДПН, профессор.

Москва – 2016г.

УДК: 796.83(07)
К 17

Рецензент: Барчукова Г.В., д.п.н., профессор.

Введение

Тактика бокса- это раздел теории и практики бокса, в котором изучаются формы, виды, способы и средства борьбы на ринге с различными по манере боя соперниками. (Бокс. Энциклопедия 3011г.)

Для достижения побед над различными по манере ведения боя соперниками боксер должен ориентироваться и использовать свои сильные стороны подготовки, свою индивидуальную манеру ведения боя, свой индивидуальный стиль деятельности. Таким образом понятие «Индивидуальный стиль деятельности – ИСД» является одним из основных понятий в тактике бокса и, в конечном итоге, определяет ее эффективность.

1. Индивидуальный стиль деятельности боксера.

Победить, конечно же, хочется каждому. Каждому боксеру хочется, чтобы именно его руку поднял рефери после очередного боя!

Давайте посмотрим в правила соревнований, в каких случаях боксеру будет поднята рука в знак победы? Все боксеры и тренеры прекрасно знают эти 7 пунктов правил, которые перечислены в разделе 17.4. Победа одного боксера над другим определяется:

- выигрышем по очкам (ВО)
- явным преимуществом (ЯП)
- неспособностью соперника продолжать бой (НПБ)
- дисквалификацией соперника (ДСК)

- отказом соперника или его секунданта продолжать бой (ОТК)
- нокаутом (НК)
- неявкой соперника (НЯ)

есть еще один пункт, который возникает в спорных ситуациях и победитель определяется решением главной судейской коллегией (РГСК).

Если поменять эти пункты местами, и объединить некоторые из них, то условно можно выделить три группы (рис. 1):

1. НЯ 2. ДСК 3. НПБ	I “Неполноценная” победа
4.ОТК 5.ЯП 6.НК	II Досрочная победа
7. ВО	III Победа по очкам

Рисунок №1.

Первую группу – это неявка, дисквалификация и неспособность соперника продолжать бой, мы, конечно условно, назовем «неполноценная» победа и не будем рассматривать, поскольку здесь влияние боксера на достижение победы как-бы неполное. Мы не умоляем достоинство победителя, скажем, в филиале какого-нибудь турнира, когда соперника дисквалифицировали, он получил травму или вовсе не вышел на бой ввиду болезни, травмы полученной в предварительном бою или еще по каким – либо причинам. Но если рассматривать данный, конкретный бой, а противник на него вовсе не вышел, то естественно, что боксер никаких усилий к победе не приложил. Или приложил, но не полностью – если противник оказался неспособен продолжать бой или его