

УДК 796.83(072)  
ББК 75.713я73  
Н74

Печатается по решению редакционного совета  
Кубанского государственного университета физической культуры,  
спорта и туризма

Рецензенты: **А.А. Близнюк**, кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой теории и методики спортивных единоборств, тяжелой атлетики и стрелкового спорта, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар;  
**С.В. Водопьянов**, директор ГБУ КК «РЦСП по боксу».

Авторы-составители: доктор педагогических наук, профессор **А.И. Погребной**, кандидат педагогических наук **И.О. Комлев**, переводчики: **В.А. Горбунов**, **Е.В. Литвишко**

Н74 **Новое в системе спортивной подготовки в боксе: зарубежный опыт. Выпуск 21:** научно-методическое пособие / авт.-сост. А.И. Погребной, И.О. Комлев, переводчики: В.А. Горбунов, Е.В. Литвишко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2020. – 64 с.

В научно-методическом пособии раскрываются приоритетные направления зарубежных исследований, касающиеся изучения аспектов технико-тактической подготовки, психолого-педагогического и медико-биологического контроля, специфики соревновательной деятельности, а также другие важные направления подготовки высококвалифицированных спортсменов, специализирующихся в боксе.

Научно-методическое пособие содержит переведенные и научно отредактированные материалы зарубежной периодической печати, включающие таблицы, схемы и иллюстрации. Рекомендуются тренерам, специалистам по физической культуре и спорту, преподавателям, студентам, магистрантам и аспирантам вузов физической культуры.

УДК 796.83(072)  
ББК 75.713я73

© КГУФКСТ, 2020.  
© Погребной А.И., Комлев И.О.,  
Горбунов В.А., Литвишко Е.В.,  
составление, 2020.

## СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие.....	4
Введение .....	5
Бокс .....	6
Биомеханика двигательных действий боксеров.....	6
Антропометрические характеристики боксеров.....	15
Особенности тренировочного процесса в боксе .....	20
Соревновательная деятельность в боксе.....	49
Психологические факторы в боксе.....	53
Список использованных источников .....	59