

ОСОБЛИВОСТІ ІНДИВІДУАЛЬНИХ СТИЛІВ
ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ БОКСЕРІВ

Мирон САВЧИН, Андрій КОТЕЛЬНИК

Львівський державний університет фізичної культури

Анотація. За літературними джерелами найбільш узагальнену модель тактичних протистоянь у боксі виражають такі формули: атаквальний – контратакувальний, або атаквальний – комбінований. Індивідуальну манеру ведення конкретного бою спортсменом визначає його функціональна, технічна, психічна й тактична підготовленість, а також такі самі параметри підготовленості його противника.

У міру розвитку боксу тактико-технічні особливості спортсменів виявляють тенденцію до уніфікації, а з другого боку – підсилюються вимоги обов'язкового врахування цих особливостей в індивідуальній підготовці.

Ключові слова: індивідуалізація спеціальної підготовки спортсменів, стилі змагальної діяльності у професійному й аматорському боксі.

ОСОБЕННОСТИ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ
СТИЛЕЙ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БОКСЕРОВ

Мирон САВЧИН, Андрей КОТЕЛЬНИК

*Львовский государственный университет
физической культуры*

Аннотация. По данным литературных источников наиболее обобщенную модель тактических противостояний в боксе представляют такие формулы: атакующий – контратакующий, или атакующий – комбинированный. Индивидуальную манеру ведения конкретного соревновательного боя спортсменом определяет его функциональная, техническая, психическая и тактическая подготовленность, а также такие же параметры подготовленности его противника.

По мере развития бокса тактико-технические особенности спортсменов проявляют тенденцию к унификации, а с другой стороны – усиливается требование обязательного учета этих особенностей в индивидуальной подготовке.

Ключевые слова: индивидуализация специальной подготовки спортсменов, стили соревновательной деятельности в профессиональном и любительском боксе.

INDIVIDUAL STYLES PECULIARITIES
OF BOXERS' COMPETITIVE ACTIVITY

Myron SAVCHYN, Andrei KOTELNYK

Lviv State University of Physical Culture

Annotation. According to literature sources the most generalized model of tactical confrontations in the boxing can be represented by the formulas: attacking – counter attacking or attacking – combined. Individual competitive combat style of particular athlete is determined by his functional, technical, mental and tactical preparedness as well as the same preparedness parameters of his opponent.

With development of boxing, athletes' tactical and technical peculiarities are tending to the unification, on the other hand – to the mandatory consideration of these peculiarities during the individual preparation process.

Key words: Individualization of athletes' specialized training, styles of competitive activity in the professional and amateur boxing.

Постановка проблеми. Сучасний аматорський бокс в особах найбільш підготовлених спортсменів дедалі більше «професіоналізується». Частина видатних боксерів-аматорів України починаючи з 90-х років минулого сторіччя, перейшли у професіонали, що суттєво підняло рівень європейського, а також і світового професійного боксу [21]. Цей процес має тенденцію до зростання, особливо після рішення МОКУ щодо допуску боксерів-професіоналів до наступних Олімпійських ігор.

Мета роботи: визначити сучасні тенденції в індивідуалізації стилів змагальної діяльності боксерів-аматорів і боксерів-професіоналів.

Об'єкт дослідження: індивідуальна змагальна і тренувальна діяльність та спеціальна працездатність спортсменів-одноборців: аматорів і професіоналів.

Методи досліджень: теоретичний аналіз і узагальнення.

Завдання дослідження:

1. Визначити основні моделі тактичних протистоянь у боксі вищих досягнень.

2. Визначити фактори, що визначають індивідуальну манеру ведення змагального бою.
3. Прослідкувати тенденції розвитку тактико-технічних параметрів підготовленості боксерів у міру розвитку їх спортивної майстерності.
4. За даними літературних джерел установити сучасні стилі ведення змагальних поєдинків в аматорському та професійному боксі.

Результати досліджень. Визначено техніко-тактичні характеристики сучасних стилів змагальної діяльності боксерів-аматорів і боксерів - професіоналів.

Надалі передбачається розробка індивідуальних кількісних моделей стану функціональної й технічної підготовленості боксерів різних тактико-технічних стилів на етапах багаторічного тренувального процесу боксерів.

Високі спортивні результати в будь-якому виді одноборств визначаються, окрім функціональної й технічної підготовленості факторами психічного й тактичного характеру, які зумовлюють стиль змагальної діяльності спортсмена.

На зорі розвитку боксу в СРСР у довоєнні та перші післявоєнні десятиріччя індивідуалізація підготовки боксерів проводилася доволі диференційовано. Так, професор К.В. Градополов [2] (1965) за тактичною організацією бойового поєдинку поділяв боксерів на 5 груп:

1. Спортсмени-нокаутери. Серед різних типів боксерів найбільш небезпечними є ті, які стараються закінчити бій нокаутувальним ударом. Комплекс технічних засобів у такого боксера невеликий, але вони в нього добре відпрацьовані. Володіючи сильним ударом, «нокаутер» намагається загострити бій, що би скористатися своєю перевагою.

2. Боксери-темповики. Ці боксери відзначаються високою витривалістю, сильною волею та темпераментом, постійно знаходяться в контакті з противником, безперервною атакою стараються придушити спротив противника. Як правило, «темповики» не володіють нокаутувальним ударом, зате виснажують противника великою кількістю ударів.

3. Боксери, що часто атакують сильними ударами. Кожен обережний боксер, звичайно, починає бій обманними ударами, намагається визначити манеру бою противника. Але є боксери, що починають бій із рішучих дій. Головне їх завдання – зловити противника на «нокаутувальний» удар. Це, як правило, невмілі боксери, але фізично сильні, що володіють нокаутуючим ударом.

4. Боксери-контровики. Такі боксери, як правило, майстерно володіють технікою бою. Упевнені у своїй техніці, вони дозволяють противникові виконувати атакувальні дії. Такі боксери змушують супротивника промахуватися, використовуючи його помилки для ударів у відповідь і назустріч.

5. Технічно умілий боксер. Технічне уміння такого боксера дозволяє йому ефективно боксувати на будь-якій дистанції і з боксером будь-якої тактичної манери бою [2].

Через 15 років К.В. Градополов (1979) [3], оцінюючи подальший розвиток боксу в СРСР, а також ураховуючи певну гуманізацію одноборств розробив нову класифікацію індивідуальних манер ведення бою, виключивши з неї групу боксерів-нокаутерів: **1. Боксери-темповики. 2. Боксери, що часто атакують сильними ударами. 3. Технічно умілі боксери 4. Боксери-контровики. 5. Боксери-універсали [3].**

У сучасних олімпійських іграх боксери СРСР уперше бездоганно виступили в Мельбурні (1956) і здобули в неофіційному заліку перше командне місце. Володимир Сафронов (57 кг), Володимир Єнгибарян (63,5 кг), Геннадій Шатков (75 кг) стали чемпіонами. Найбільше похвал отримав Єнгибаряну – за чистий ігровий стиль, який на певний час став домінуючим у СРСР. Усі почали копіювати стиль Єнгибаряна. Це призвело до негативу – на олімпіаді в Римі (1960) тільки одному Олегу Григор'єву вдалося завоювати золоту Олімпійську медаль. Було зроблено певні висновки. Характерною особливістю вітчизняної школи боксу, за ствердженням професора М.І. Романенка (1985), стала активно-атакувальна форма бою, майстерне боксування, яке виключає грубі силові прийоми і разом з тим зберігає прагнення до сильного і точного удару [5].

Сучасну класифікацію як загальноприйнятую в практиці боксу наводить В.І Філімонов (2000) [4], повернувши в ній значущість боксерів-нокаутерів. Автор виокремлює п'ять бойо-

вих стилів у боксерів і кікбоксерів: **1. Нокаутери. 2. Темповики. 3. Силовики. 4. Ігровики. 5. Універсали.**

Є.В. Калмиков [12] також виокремлює серед індивідуальних манер ведення бою 5 груп спортсменів, розділивши боксерів-нокаутерів на дві групи: **1. Боксери-темповики. 2. Боксери-нокаутери атакуючого стилю. 3. Боксери-нокаутери контратакуючого стилю. 4. Боксери-ігровики. 5. Боксери-універсали.**

Сучасний бокс вимагає універсалізації підготовки без слабких сторін підготовленості. Загальний рівень майстерності спортсменів виріс завдяки індивідуальному удосконаленню відсталих фізико-технічних якостей. Так, З.М. Хусяйнов (2007) [6] розрізняє тільки три типи тактико-технічної підготовленості боксерів: «**нокаутери**», «**ігровики**» й «**темповики**». Такої ж кількості тактико-технічних типів боксерів притримується група авторів – Ю.В. Верхошанський, Г.О. Джероян, В.І Філімонов [7].

Як відомо, досягнення високих спортивних результатів, з одного боку, обмежується генотипом спортсмена, а з другого – умовами його виховання і підготовки [8]. Фахівці розділяють два підходи для дослідження процесу індивідуалізації в контактних одноборствах:

- психолого-фізіологічний. Спрямований на вивчення психомоторних якостей індивіду залежно від властивостей його психіки;
- функціонально-педагогічний. Полягає у визначенні функціональних можливостей і морфологічних особливостей індивіда, а також якісного і кількісного оцінювання його рухових здібностей. [4].

Методологічне використання цих двох підходів мотивується тим, що змагальна діяльність боксера пред'являє високі вимоги до комплексу фізичних і психічних якостей, що становить динамічну структуру на базі певних ієрархічних відношень поміж окремими якостями і систем [10].

Ураховуючи концепції різних типів темпераменту і їх вплив на діяльність спортсменів-одноборців, Л.А. Кулагіна (2007) [11] на базі досліджень елітних спортсменів провела дослідження типів вищої нервової діяльності в елітних спортсменів-одноборців. Використовуючи класичну типологію в контексті сучасних досліджень, автор серед мужчин-одноборців виявила приблизно однакову кількість сангвініків (25,6%), флегматиків (23,1%), і меланхоліків (18,5%) із достовірно більшою кількістю холериків (33,3%). У жінок відзначено приблизно рівну кількість сангвініків (12,5%) і флегматиків (14,6%), з достовірно значущою перевагою холериків (37,5%) і меланхоліків (35,4%).

Значення темпераменту як умови забезпечення ефективної діяльності боксерів високого класу стосується робота В.Н. Клещева і Н.А. Худадова (1986) [10]. Автори підкреслюють вплив на індивідуальний стиль та ефективність діяльності спортсмена таких характеристик темпераменту як регідність-пластичність та екстра-інтровертованість психічних процесів. При цьому автори виокремлюють дві манери змагальної діяльності в боксі: атакуючу й контратакуючу манери.

Досліджуючи тактичні вміння боксерів, Є. Калмиков, А. Родіонов, М. Худадов (1980) виявили тісний зв'язок між рівнем розвитку інтелектуальних функцій боксера та його індивідуальною манерою ведення бою [12].

У дослідженнях М.П. Савчина і В.Н. Остянова (1989) було визначено тривірневу структуру готовності боксерів вищих розрядів до змагань [13]. Вивчалися психічна і спеціально-фізична сфери діяльності. Було відзначено, що боксери атакуючого й комбінованого стилів вирізняються структурою кореляцій. Так, у боксерів атакуючого стилю значущих внутрішньо-системних кореляцій достовірно більше, ніж у боксерів комбінованого стилю, проте в останніх абсолютні величини більшості сенсомоторних реакцій достовірно ліпші, ніж у боксерів атакуючого стилю.

Г. Анісімов і В. Осколков (1989) [14] стверджують, що якісне управління підготовкою спортсменів неможливе без наявності модельних характеристик рівня їх тренуваності. Невідповідність окремих психофізичних показників модельним необхідно розглядати як основу для індивідуалізації підготовки боксерів і корекції тренувального процесу.

Дещо інший поділ індивідуальних стилів змагальної діяльності використовують боксери-професіонали.

Чи не основну увагу вони приділяють розвиткові витривалості. Щоденні багатокілометрові кроси в ускладнених умовах дозволяють боксерам підготувати свій організм до марафонської 12 раундової дистанції бою. Не менш важлива основна форма тренування – бої зі спаринг-партнерами. Наприклад, готуючись до вирішального бою з Форменом, Мохамед Алі провів 250 раундів у спарингових поєдинках і пробіг понад 700 кілометрів.

Величезне значення професіонали надають розвиткові сили удару. Чемпіон світу Рокі Марчіано по дві години без перерви відпрацьовував правий аперкот рукою, зануреною у воду (у басейні). Не дивно, що навіть дуже обдарованим спортсменам потрібні роки найтяжчих тренувань, щоби домогтися успіху. Наприклад, найсильнішим аматорам – олімпійським чемпіонам – для того, щоб стати найсильнішим і серед професіоналів, знадобилось: Л. Спінксу – 2 роки, Ф. Патерсону – 4 роки; М. Алі – 4 роки; Д. Фрезеру – 6 років, Д. Формену – 5 років і т.д.

У професійному боксі існує багато різних стилів боксування. Стиль розвивається, коли спортсмен відчуває, які з бойових дій приносять йому найбільший успіх і які йому необхідно вдосконалювати. Є багато термінів для визначення певних стилів. Але боксер не обов'язково належить якомусь із них: він може бути інфайтером і аутфайтером одночасно.

Аутфайтер (Круїзер). Боєць цього стилю намагається зберегти далеку дистанцію з суперником. Для цього він використовує швидкі довгі удари, найчастіше джеби. Тому аутфайтери зазвичай виграють за очками, а не нокаутами, хоча були і зворотні випадки. Бійці цього стилю повинні володіти високою швидкістю удару, відмінною реакцією і добре рухатися на ногах. Визначними аутфайтерами були: Джин Тунней, Віллі Пепа, Мохамед Алі.

Стиль Алі – його обличчя. Після чергового бою він прямує до дзеркала і прискіпливо розглядає себе. Його обличчя, як завжди без єдиного синяка або садин. У його виконанні глядач бачить новаторський бокс, якого ще не зустрічав у важкій вазі. Рухливість Алі була приголомшливою. Улюблена манера – атакувати з дистанції ударами в голову. Тактика Алі «ударити – втекти» змушувала суперників до виснажливих перегонів по всьому рингу, а на зустріч їм безперервно летіли серії сильних і точних ударів. Швидкість ударів Алі також незвичайна. Спеціалісти налічували в одній серії по 15–20 ударів. [19]

«Руки працюють, очі бачать», «пурхаю, як метелик, жалю, як бджола» – цю тактичну схему, розроблену Алі, пізніше взяли на озброєння багато боксерів всього світу, і в цьому полягала суть ведення бою аутфайтером.

Панчер (панч – прямий сильний удар). Боксер-панчер прагне вести бій на середній дистанції і, поєднуючи техніку й силу, намагається нокаутувати супротивника серією, а іноді навіть одним ударом. Пересування й тактика панчера схожа з аутфайтерами (хоча, як правило, панчери менш рухливі). Бійці цього стилю зазвичай перемагають не за очками, а нокаутом. При цьому володіють відмінною спортивною формою. Видатними боксерами-панчерами були Джо Ганс, Сем Ленгфорд, Джо Луїс, Шугар Рей Робінзон, молодий Майк Тайсон.

Джо Луїс – «Чорний бомбардирувальник» – як його назвала нью-йоркська преса, мав рідкісний талант й був надзвичайно працездатним боксером, який тренувався під керівництвом досвідченого тренера Джека Блекборна. Із перших тренувань він виробляв у Джо м'якість і координацію рухів, учив його безперервно балансувати тілом під час бою, завдяки чому в Луїса було дуже важко потрапити, а якщо удар і досягав мети, то боксер умів амортизувати його силу мінімальними відхиленнями голови або тулуба.

Тому не слід плутати цей термін із просто панчером або нокаутером на зразок Девіда Туа.

Слаггер або браулер. Слаггерові найчастіше не вистачає хитрості й хорошої роботи ніг, яка компенсується силою удару. Багато хто з них не дуже рухливий, тому в них виникають труднощі в бою з суперниками, які швидко переміщуються на рингу. Слаггери нехтують комбінаціями ударів на користь могутніх поодиноких ударів (хуки й аперкоти). Повільність у пересуваннях і передбачувана манера завдання ударів часто залишає бійця відкритим для зу-

стрічних ударів. Найважливіші якості слаггера – сила удару й уміння витримувати атаки суперника з постійною готовністю завдати сильного нокаутувальний удар. [19]

Видатними слаггерами були пізній Майк Тайсон, Девід Туа, Макс Бер, Роккі Марчіано.

Інфайтер або свормер. Інфайтери намагаються триматись у сфері ударів опонента й завдають кілька комбінацій із хуків і аперкотів поспіль. Добре підготовлений інфайтер повинен уміти витримувати атаку суперника, тому що такому боксерові, щоби вийти на дистанцію своєї атаки, потрібно нейтралізувати джеби противника. Свормер дуже агресивний і володіє відмінною витривалістю. Як правило він не має відмінної техніки, тому що часто втрачає контроль над емоціями. Багато інфайтерів мають відносно невисокий зріст і при захистах найчастіше користуються ухилами тулуба. До найважливіших якостей інфайтера зараховують агресивність, витривалість і уміння витримувати атаку суперника. Відмінними інфайтерами були Джек Демпсі, Генрі Амстронг, Джо Фрезер, Ріккі Хаттон.

Для прикладу можна навести 15 раундовий бій між Джо Фрезером і Мухамедом Алі який відбувся 8 березня 1971 року в Нью-Йорку в Медісон Сквер Гардені. Бій тривав усі 15 раундів і закінчився перемогою Джо Фрезера з рахунком 3–0. В огляді «Нью-Йорк Пост» екс-чемпіон світу в напівважкій вазі Хосе Торес написав: «План Фрезера був до образливого простий: удари, удари, удари. Він не «кльонув» на гру суперника і йшов прямо до мети напролом, сподіваючись (не без підстав) на нищівну силу своїх могутніх кулаків». [20]

Форсинг – стиль у боксі, що полягає в безперервних атаках, виконуваних активно і у швидкому темпі. Форсинг займає в сучасному боксі визначне місце як засіб захоплення ініціативи в бою. Ставка на перемогу нокаутом не завжди буває реальною, особливо в бою проти боксера, який добре володіє технікою й тактикою оборони. Добре орієнтування, уміння захищатися й контратакувати успішно протистоять боксерам із нестримним форсингом. Як і будь-яким стилем бою, форсингом слід користуватися в рамках розумної тактики. Використовувати його слід тільки в тих випадках, коли є можливість провести рішучу атаку. Така можливість виникає при замішанні боксера після «пропущеного» сильного удару, при його втомі і при явній перевазі боксера над противником в силі удару і витривалості. У останньому випадку форсинг – сильний засіб зламати волю противника і добитися рішучої перемоги.

Решер – агресивний стиль у боксі, що виявляється у відчайдушних атаках боксера, який мало розуміється в тактичних тонкощах. Такими зазвичай бувають фізично сильні бійці, що володіють потужними, нокаутувальними ударами.

Решер б'є однаково сильно кожною рукою. Він прагне до ближнього бою, щоби завдати більше своїх хуків і аперкотів. Він мало звертає увагу на свій захист, оскільки легко витримує найсильніші удари. Це небезпечний противник, здатний дезорієнтувати спортсмена своїми нестримними атаками. Тактика, якою може протидіяти майстерний боєць, – це постаратися втомити партнера його ж власними атаками [20].

«Дворукий» стиль боксера – так називають американські глядачі боксера, який уміє однаково сильно завдавати удари як лівою, так і правою рукою. «Дворукість» дуже цінується у боксерів, які боксують на ближній дистанції – інфайтингу. При інфайтингу використовують потужні короткі удари що часто, сприяють рішучій перемозі в найкоротший термін.

При цьому роль лівої руки в бою ідентична ролі правої. Якщо на дальній дистанції боксер зав'яже нею бій фехтувальними рухами, то в інфайтингу ліва рука потрібна для завдання сильних ударів нарівні з правою. При завданні серійних ударів, проведених у фронтальній стійці, у якій положення обох рук симетричне, вони виконуються двома руками. При бічних лівосторонніх положеннях боксерів при інфайтингу можливостей для завдання ударів лівою рукою створюється більше, ніж для ударів правою. Наближеною до противника лівою рукою боксер має можливість завдавати швидкі й точні удари під вигідним кутом, а захист уразливих точок, розташованих на передній поверхні тулуба й голови, від ударів лівою рукою більш складний, ніж від ударів правою. Боксери, що ведуть бій у манері американського інфайтингу, завжди відрізняються здатністю завдавати нокаутувальні удари лівою рукою [20].

Висновок. За суттю одноборств у змагальному поєдинку боксерів найбільш узагальнену модель тактичних протистоянь виражають такі формули: атакувальний – контратакувальний, або атакувальний – комбінований.

Індивідуальну манеру ведення конкретного змагального бою спортсменом визначає його функціональна, технічна, психічна і тактична підготовленість, а також такі самі параметри підготовленості його противника.

У міру розвитку виду одноборств тактико-технічні особливості спортсменів проявляють тенденцію до уніфікації, а з другого боку – підвищується необхідність урахування цих особливостей в індивідуальній підготовці.

Основні стилі аматорського боксу представляють спортсмени «нокаутери», «ігровики» та «темповики». Основні стилі боксерів-професіоналів – «аутфайтери», «панчери», «слаггери» та «інфайтери».

Список літератури

1. *Калмыков Е.В.* Исследование тактических способностей боксеров / Калмыков Е.В., Родионов А.В., Худадов Н.А. // Бокс : ежегод. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – С. 27-29.
2. *Градополов К. В.* Бокс : учителям. – М. : Физкультура и спорт, 1965. С. 112-117.
3. *Градополов К. В.* Бокс : учителям. – М. : Физкультура и спорт, 1979. С. 60-63.
4. *Филимонов В. И.* Бокс: спортивно-техническая и физическая подготовка / Филимонов В. И. – М. : ИНСАН, 2000. – 196 с.
5. *Романенко М. И.* Бокс. – К. : Вища школа, 1985. – 319 с.
6. *Хусяйнов З. М.* Сила, быстрота и точность ударов боксеров / Хусяйнов З. // Тактико-технические характеристики поединка в спортивных единоборствах. – М., 2007. – С. 210 - 220.
7. *Верхошанский Ю. В.* Специфика силовой подготовленности боксеров различных тактических манер ведения боя / Верхошанский Ю. В. Джероян Г. О., Филимонов В. И. // Бокс : ежегод. – М., Физкультура и спорт, 1980. – С. 24 - 27.
8. *Бриль М. С.* Отбор в спортивных играх. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 127 с.
9. О некоторых соотношениях физической и психической деятельности боксеров на этапе предсоревновательной подготовки / Савчин М. П., Джероян Г. О., Родионов А. В., Дегтярев И. П. // Психология спортивной деятельности : Сб. науч. пр. – М. : ВНИИФК, 1977. – С. 49 - 57.
10. *Клещев В. Н.* Темперамент как условие эффективной деятельности боксеров высокого класса / Клещев В. Н., Худадов Н. А. // Бокс : Ежегод. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – С. 35 - 38.
11. *Кулагина Л. А.* Типология элитных боксеров / Кулагина Л. А. // Инновационные технологии управления тренировкой боксеров на этапах многолетней подготовки : материалы все рос. науч.-практ. конф. – М. : РГУФК, 2007. – С. 86 - 88.
12. *Калмыков Е. В.* Типовые особенности соревновательной деятельности боксеров / Калмыков Е. В // Бокс: ежегод. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – С. 39 - 40.
13. *Савчин М. П.* О трехуровневой структуре индивидуализации подготовленности боксеров / Савчин М. П., Остьянов В. Н. // Олимпийский бокс сегодня : тез. докл. Междунар. науч. симп. – М. : ВНИИФК, 1989. – С. 34 - 35.
14. *Анисимов Г. И.* Принципиальная модель тактической подготовки боксеров с учетом их индивидуально-типологических различий / Анисимов Г. И., Осолков В. А. // Олимпийский бокс сегодня : тез. докл. Междунар. науч. симп. – М. : ВНИИФК, 1989. – С. 3 - 4.
15. *Карданов В. А.* Формирование состояния готовности к поединку в зависимости от индивидуальных особенностей спортсменов // Инновационные технологии управления тренировкой боксеров на этапах многолетней подготовки : материалы все рос. науч.-практ. конф. – РГУФК, Избербаш, 2007. – С. 75 - 78.
16. *Котешев В. Е.* Взаимосвязь скорости произвольных мануальных движений боксеров с их весовой категорией и спортивной квалификацией / Котешев В. Е. Близнюк А. А. // Инновационные технологии управления тренировкой боксеров на этапах многолетней подготовки материалы все рос. науч.-практ. конф. – РГУФК, Избербаш, 2007. С. 89 - 92.

17. *Кіпріч С.* Теоретичний аналіз проблеми індивідуалізації і моделювання у спортивній підготовці єдиноборців / Кіпріч С., Донець О. // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фізичної культури і спорту. – Л., 2010. – Вип. 14, т. I. – С. 125 - 130.

18. *Пилоян Р. А.* Индивидуализация подготовки спортсменов в видах единоборств : автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Пилоян. Р. А. ; ГЦОЛИФК. – М., 1985. – 50 с.

19. *Беленький А.* Бокс: Большие чемпионы / Александр Беленький. – М. : Олимп ; АСТ : Астрель, 2008. – 587 с.

20. *Ковтик А. Н.* Бокс. Секреты профессионала. – СПб. : Питер, 2010. – 224 с.

21. *Котельник А.* Формування основ професійного боксу в Україні / Андрій Котельник // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. Виховання, спорту та здоров'я людини і спорту. – Л. 2012. – Вип.16, т. 1. – С. 118-126

Стаття надійшла до редколегії 25.12.2012