

М.И. Перельман

Воспитание боксера-новичка

**Москва
«Книга по Требованию»**

УДК 796
ББК 75.5
М11

М11 **М.И. Перельман**
Воспитание боксера-новичка / М.И. Перельман – М.: Книга по Требованию, 2024. – 70 с.

ISBN 978-5-458-37372-2

Большинство работ по боксу содержит характеристики этого вида спорта, смелость и отвага, инициатива и решительность, быстрота реакции и выносливость — вот далеко не полный перечень качеств, которые будто бы неминуемо вырабатываются боксом.

ISBN 978-5-458-37372-2

© Издание на русском языке, оформление
«YOYO Media», 2024
© Издание на русском языке, оцифровка,
«Книга по Требованию», 2024

Эта книга является репринтом оригинала, который мы создали специально для Вас, используя запатентованные технологии производства репринтных книг и печати по требованию.

Сначала мы отсканировали каждую страницу оригинала этой редкой книги на профессиональном оборудовании. Затем с помощью специально разработанных программ мы произвели очистку изображения от пятен, клякс, перегибов и попытались отбелить и выровнять каждую страницу книги. К сожалению, некоторые страницы нельзя вернуть в изначальное состояние, и если их было трудно читать в оригинале, то даже при цифровой реставрации их невозможно улучшить.

Разумеется, автоматизированная программная обработка репринтных книг – не самое лучшее решение для восстановления текста в его первоизданном виде, однако, наша цель – вернуть читателю точную копию книги, которой может быть несколько веков.

Поэтому мы предупреждаем о возможных погрешностях восстановленного репринтного издания. В издании могут отсутствовать одна или несколько страниц текста, могут встретиться невыводимые пятна и кляксы, надписи на полях или подчеркивания в тексте, нечитаемые фрагменты текста или загибы страниц. Покупать или не покупать подобные издания – решать Вам, мы же делаем все возможное, чтобы редкие и ценные книги, еще недавно утраченные и несправедливо забытые, вновь стали доступными для всех читателей.

и постепенно, а в других резко и энергично, тренер может ослабить и совершенно устранить проявления слабоволия, трусости и нерешительности. Наоборот, невнимательное, небрежное, педагогически неправильное отношение к воспитаннику часто приводит к тому, что случайный неуспех или поражение совершенно выбивают из колеи боксера с высокими боевыми данными.

Воспитание морально-боевых качеств ученика тренер не может мыслить иначе, как они сформулированы в боевом уставе пехоты Советской армии: «Бой — самое большое испытание моральных, физических качеств и выдержки бойца... чтобы выполнить эту задачу в бою, боец должен уметь переносить всевозможные трудности и лишения, оставаясь бодрым, мужественным и решительным, и неуклонно стремиться к встрече с противником...»

Показателями успешной педагогической работы тренера, сумевшего выполнить свою роль воспитателя, должно быть не только большое количество воспитанных им хороших боксеров, но и незначительное число отсеявшихся.

* * *

Фетишизация бокса отражается и на учебно-методической работе. Наши лучшие пособия по боксу (К. В. Градополова, Б. С. Денисова и др.), широко и детально излагая технику и тактику бокса и методику обучения, по существу не освещают вопросов воспитания. Между тем общественный интерес к боксу все возрастает, число занимающихся, особенно подростков и юношей, быстро увеличивается. Растет, естественно, и потребность в тренерских кадрах.

Однако в пособиях по боксу, кроме общих ссылок на воспитывающий характер обучения, молодой тренер не найдет достаточных указаний о методах воспитания боксера. Но ведь тренер вправе требовать, чтобы ему рассказали не только о приемах техники и элементах тактики бокса, но прежде всего о том, как были воспитаны советские мастера спорта, какими путями шли они к мастерству, как были у наших чемпионов выработаны те качества, которые отличают подлинного мастера от спортсмена-середняка,

В книгах по боксу, написанных советскими авторами, много внимания уделялось методике преподавания. Вопросы метода в свое время служили поводом для длительного и ожесточенного спора. А. Г. Харлампиев ратовал за аналитический метод в обучении и воспитании боксера. Б. С. Денисов, В. В. Самойлов и другие были сторонниками метода синтетического. А. Г. Харлампиеву, преподавателю физкультурного вуза, для всесторонней подготовки педагогов-тренеров анализ был, естественно, необходим как основа всего учебного процесса. Но тренерам-практикам, живущим интересами спортивного дня, больше импонировал синтетический метод, дающий быстрые результаты в обучении новичка. Не обходились при этом и без того, что готовились боксеры «числом поболее, ценою подешевле», причем спортивная скороспелость некоторых боксеров не слишком смущала их воспитателей, как не смущала и подмена действительной воспитательной работы примитивным натаскиванием.

В начале 1937 г. кафедрой бокса Института физической культуры им. Сталина был принят смешанный аналитико-синтетический метод.

Этот метод позволял последовательно изучать элементы бокса (анализ) и немедленно вслед за этим закреплять их в бою (синтез). Вольный бой выдвигался как основа и венец усвоения каждой технической детали и их сочетаний. Боксер, воспитанный по этому методу, должен был, при достаточно детальном знании техники бокса, владеть всем необходимым для свободного и творческого тактического мышления. Спортивная практика эти предположения подтвердила. Так или иначе, большинство советских тренеров приняли аналитико-синтетический метод и применяли его в своей спортивной работе.

Все же споры о методе преподавания бокса в значительной степени отрывались от практики, которая не всегда считалась с официально принятой методикой. Даже авторы той или иной теории часто работали по-иному, чем это декларировалось в их методе.

Так, ни А. Г. Харлампиев, ни К. В. Градополов (когда он еще был сторонником аналитического метода) никогда не отказывались от синтетических приемов в преподавании техники бокса, если это давало положительные практические результаты. «Синтетики» же силою обстоятельств вынуждены пользоваться анализом, как только их ученик выходит на ринг: анализировать до боя, если противник известен, и после боя, чтобы подвести итоги первого боевого опыта ученика.

Сторонник синтеза, Б. С. Денисов, не отрицает, что в подготовке мастера спорта анализ играет существенную роль. Но даже при изложении элементарной техники Б. С. Денисов, давая указания о тактическом применении тех или иных ударов и защит, синтезируя, как он думает, технику и тактику, не может избежать анализа. Или, рекомендуя те или иные подготовительные упражнения, образующие нужные навыки для быстрого овладения элементами техники, Б. С. Денисов аналитически выделяет из технического приема его основу и на ней строит упражнение.

Тем более это относится к тактике бокса, даже в ее элементарном изложении. Тактика без анализа существовать не может, его элементы несет в себе любое, самое незначительное тактическое указание тренера своему ученику.

Споры о преимуществах аналитического или синтетического методов это уже прошлое в теории советского бокса. Педагогическая практика потребовала от тренера овладеть всеми методами и уметь гибко применять их в зависимости от необходимости. Сейчас перед тренерскими кадрами советского спорта встала задача овладеть **педагогической техникой**, педагогическим мастерством.

Тренер должен иметь достаточно широкий педагогический кругозор и опыт, владеть и анализом, и синтезом, знать, где тот или иной метод даст наиболее ценный результат. Такой тренер осмысливает каждый шаг своей работы, не боясь вскрывать причины неудач и кропотливо накапливая положительный опыт. Он становится мастером своего дела и носителем той педагогической техники, опирающейся и на теоретическую подготовленность и на серьезный опыт, о первостепенном значении которой писал крупнейший советский педагог к. С. Макаренко.

Без педагогической техники невозможны рост и совершенствование тренера-воспитателя. Однако вопросы педагогической техники в деле воспитания боксера, формирования его эмоциональной сферы, его волевых качеств и характера почти не освещались в советской литературе по боксу.

Значит ли это, что теорию воспитания боксера приходится строить на пустом месте? Конечно, нет. Советские тренеры из года в год накопили большой педагогический опыт. Кафедра бокса Института физической культуры им. Сталина, возглавляемая К. В. Градополовым, формирует педагогические традиции и влияет на тренерскую работу в СССР. Опыт ведущих советских тренеров — К. В. Градополова, Б. С. Денисова, А. А. Гольдштейна, П. В. Никифорова, Я. Б. Брауна, В. В. Самойлова, В. С. Щербакова и других обобщается на, тренерских сборах, а взаимное общение тренеров и боксеров обогащает их творческую мысль.

Серьезное воспитательное влияние на боксера-новичка оказывает подготовка его по программам Всесоюзного физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне». Если подготовка к сдаче норм комплекса составляет органическую часть занятий секций бокса, если к сдаче норм руководитель секции относится не формально, а по ее результатам оценивает общую психофизическую подготовленность боксеров, то в руках тренера-педагога комплекс ГТО становится замечательным средством физического и морально-волевого воспитания.

Огромное воспитательное значение имеют соревнования по боксу и сложившиеся на них традиции. В советском боксе чрезвычайно редки случаи, когда боксер в тяжелой обстановке отказывается продолжать бой. Это стало неписанной традицией соревнований и благотворно отражается на стиле советского бокса, как спорта волевых и мужественных людей. Советский зритель всегда одобряет и поощряет мужественное поведение на ринге, энергическую и наступательную манеру боя и, наоборот, высмеивает всякое проявление трусости, нерешительности и слабости. Вместе с тем симпатии зрителей — всегда на стороне слабейшего, если только он мужественно и смело действует в трудной для него боевой обстановке: каждое его удачное действие и каждый удар неизменно встречаются аплодисментами. Понятно, что влияние зрителя на формирование стиля в боксе очень велико.

Наконец, правила советского бокса основаны на определенных воспитательных принципах и поощряют смелого, волевого и корректного боксера, жестко наказывая проявления спортивной небрежности и недобросовестности.

Задача методических работников — обобщить огромный и многосторонний опыт советских тренеров и вооружить тренерские кадры СССР **методикой воспитания** боксера. Это «обобщение педагогического опыта должно опираться на педагогическую науку и в первую очередь на психологию.

В самом деле: бокс, представляющий собою обусловленный правилами кулачный бой, предъявляет суровые требования к спортсмену и прежде всего к его психике. Бокс — это спорт высокой эмоциональной напряженности, спорт сильных и острых переживаний. Боксер должен принимать в бою быстрые и разнообразные решения, он должен проявить твердую и целенаправленную волю, чтобы в обстановке непосредственной опасности навязать противнику свою тактику и создать ему наименее выгодные условия для действий.

Значит, подготовка боксера к бою не должна носить только спортивно-технический характер и сводиться к разучиванию ударов, защит, передвижений и комбинаций этих элементов. Задача подготовки — и развить технику боксера, и воспитывать его боевые качества.

В процессе обучения и тренировки боксера тренер сталкивается с различными проявлениями его психики. Восприятия ученика, внимание его и запоминание учебного материала — различны. У одного спортивные навыки вырабатываются быстрее, у другого медленнее. Один легче справляется с чувством страха и неуверенностью, другой целиком находится во власти отрицательных эмоций. Тренер встречается с самыми различными темпераментами и характерами, с людьми разных способностей и разной степени одаренности.

Как определить свойства каждого? Каким путем вести воспитание ученика? Как ориентироваться в многообразных проявлениях личности ученика и как формировать его боевые качества в нужном направлении?

Без педагогической науки, без знания психологии полноценного ответа на эти вопросы тренер найти не сумеет. Каким бы разносторонним ни был опыт тренера, какой бы широкой ни была его практика, — только педагогика и психология могут стать прочным фундаментом его воспитательной работы, только тогда она станет на подлинно-научный путь.

* * *

В данной работе мы делаем попытку осветить некоторые, на наш взгляд, основные вопросы воспитания боксера-новичка.

В первом разделе излагается опыт воспитательной работы советских тренеров по боксу (Градополова, Гольдштейна, Денисова, Брауна, Щербакова) и освещаются вопросы воспитания в боевой обстановке, воспитания в процессе обучения, воспитания личности боксера и роли тренера в формировании мировоззрения и морально-этического облика учеников, воспитания спортивного коллектива и воздействия последнего на боксера-новичка.

Во втором разделе раскрывается процесс воспитания спортивных навыков при обучении технике бокса и таких качеств, как внимание, инициативность, дисциплина, стойкость, настойчивость, решительность, выносливость, быстрота и точность реакции и другие.

В третьем разделе освещаются основные вопросы работы тренера в спортивном коллективе, показывается роль коллектива не только как объекта, но и как субъекта воспитания.

Наконец, в последнем разделе рассматриваются вопросы психологической подготовки новичка к бою.

Во всех разделах подчеркивается роль воспитания в коллективе, как центральный момент, существенно отличающий педагогические принципы и практику советских тренеров от эмпирических и индивидуалистических методов работы тренеров за рубежом.

ОПЫТ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СОВЕТСКИХ ТРЕНЕРОВ ПО БОКСУ

Одним из существенных источников обогащения педагогики спорта должен служить опыт воспитательной работы лучших советских тренеров. В данном разделе нами сделана попытка изложить основные черты положительного опыта ведущих советских тренеров по боксу. Материалом для некоторых выводов и обобщений послужили литературные источники, запись бесед с тренерами и многолетнее знакомство с их работой.

Размеры раздела ограничивают нашу задачу: мы излагаем здесь лишь то главное, благодаря чему сложились методы работы всего коллектива советских тренеров, сформировался стиль советских боксеров, выявились некоторые принципы работы, обогащающие спортивную педагогику.

ВОСПИТАНИЕ В БОЕВОЙ ОБСТАНОВКЕ

Основной принцип воспитания, выдвинутый К. В. Градополовым и применяемый теперь всеми советскими тренерами, заключается в стремлении приблизить все обучение боксу к реальной боевой обстановке и тем самым вырабатывать волевые качества у боксера.

Только действия в боевой обстановке, указывает К. В. Градополов, будут влиять на формирование волевых качеств. Любые высокие качества — быстроты, резкости, силы и т. п., воспитанные вне боя, могут исчезнуть или резко затормозиться в первом же бою под влиянием эмоций страха, раздражения и т. п. Поэтому с самого начала обучения К. В. Градополов стремится усвоенный учеником технический материал закреплять в вольном бою.

Созданная таким образом боевая обстановка требует, чтобы ученик с повышенным вниманием относился к действиям партнера. Ученик привыкает подавлять страх и нерешительность, он приучается разгадывать намерения партнера и осуществлять собственный план действий. В обстановке боя, максимально приближенного к действительности, качества, необходимые боксеру, воспитываются комплексно, взаимосвязано, именно так и такими, какими они понадобятся в бою на ринге. Бой, таким образом, служит и основой метода, и главным стимулом для занимающихся.

По мере того, как ученики приобретают новые навыки и накапливают опыт, вольный бой постепенно усложняется новыми боевыми средствами и, в конечном итоге, объединит в себе весь пройденный в результате обучения материал.

Все вводимые в вольный бой новые элементы предварительно проверяются и совершенствуются в условном бою, т. е. учебном бою со строго ограниченным заданием. Ограниченность материала в условном бою дает возможность тренеру дисциплинировать боевые действия учеников, направить внимание занимающихся на техническую сторону боя и предупредить возможные ошибки.

При обучении необходимо учитывать психологические и физические особенности занимающихся. Так, работа с новичками-подростками требует преимущественно игровой формы обучения, и вольный бой должен представлять собою боевую игру, основанную на технике и тактике бокса, без сильных ударов. Занятия ни при каких условиях не должны вызывать у подростков переутомления.

ЗНАЧЕНИЕ ИНТЕРЕСА К ЗАНЯТИЯМ

Успех воспитательной работы в начальном периоде обучения в значительной степени зависит от устойчивого интереса учеников к занятиям.

Так, А. А. Гольдштейн ставит своей главной задачей заинтересовать боксера, заставить его полюбить бокс. Для этого, с первых же дней работы, А. А. Гольдштейн использует и все возможности учебно-спортивного процесса и внеучебные средства. Он рекомендует начинающему боксеру специальную и художественную литературу, организует для боксеров просмотр художественных и спортивных фильмов, выступления и доклады мастеров спорта. В учебно-спортивной работе, переходя от простого к сложному и используя все разнообразие учебного материала, он стремится вдохнуть ученику веру в свои силы, в возможность непрерывно совершенствоваться и добиться успеха.

Чем выше и устойчивее интерес ученика к избранному им виду спорта, тем ярче проявляется творческое начало в действиях боксера, тем ощутительнее его спортивный рост. Поэтому А. А. Гольдштейн дает ученику боксерские перчатки с первого же дня его работы. Никакого вреда, по его мнению, это принести не может — «романтика» боксерской перчатки лишь усилит заинтересованность новичка.

Интерес новичка к боксу должен стать целенаправленным»

Тренер должен, указывает К. В. Градополов, умело использовать в воспитательных целях увлечение боксом. «У формирующегося подростка выявляется горячее желание стать сильным, ловким и смелым, т. е. соответствовать всем качествам настоящего мужчины...

Инструктор бокса, которому доверено спортивное воспитание молодого поколения... должен подготовить из подростка всесторонне развитого, смелого, энергичного и дисциплинированного» молодого спортсмена-бойца» (К. Градополов, Бокс для подростков, «Физкультура и спорт», 1944).

Формирование боксера-новичка (а в настоящее время новички, это, преимущественно, подростки) пойдет в нужном направлении тем успешнее, чем яснее воспитательные цели, поставленные тренерами.

В спортивной практике подростков, говорит К. В. Градополов, бокс должен рассматриваться как боевая игра, основанная в первую очередь на технике и тактике бокса. Для подростков бокс должен служить средством их физического воспитания, развития их эмоциональной сферы и боевых качеств. Чтобы бокс мог служить воспитательным задачам, из учебной и спортивной практики должны быть устранены все моменты, мешающие восприятию бокса подростками как живой и интересной боевой игры.

Стиль работы инструктора бокса с подростками должен заключаться в том, чтобы воспитывать у них отношение к боксу, как к виду спорта, в котором побеждают не грубой силой, а упорством, волей, жаждой победы над противником, отличным владением, техникой во всем ее разнообразии и острым тактическим мышлением.

ЕДИНСТВО ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ

Воспитательная работа осуществляется преподавателем-тренером прежде всего в самом процессе обучения. Б. С. Денисов, например, в своей тренерской практике не проводит резкой грани между обучением и воспитанием, считая, что процесс обучения технике, продуманно и правильно поставленный, помогает воспитывать у боксера положительные качества и устранять, снимать отрицательные.

Б. С. Денисов уже вначале так ставит обучение, чтобы прививать ученику нужные для боя навыки и в этом же направлении воспитывать его эмоции и характер.

Здесь тренера ожидает своеобразное противоречие: с одной стороны, чтобы обучение стало на реальную почву и носило характер боевой подготовки, а не упражнений гимнастического характера, нужно как можно скорее дать ученику боевые перчатки, — оттягивать вольный бой нельзя. С другой стороны, у новичка инстинктивные защитные движения настолько резки, что при первом же бое могут совершенно смять едва наметившиеся, слабо усвоенные и еще не автоматизированные элементы техники.

Б. С. Денисов считает, что устранить это противоречие не трудно. Для этого он следит, чтобы первое время ученики вели бой слабыми ударами и в замедленном темпе.

Замедленный темп и слабые удары, во-первых, не вызывают резких проявлений страха и нерешительности, во-вторых, если последние в известной степени и проявляются, ученик сравнительно небольшим волевым усилием их подавляет. Тогда разученные им удары и защиты не искажаются под влиянием отрицательных эмоций, закрепляются в памяти ученика и от постоянных упражнений автоматизируются.

И все же в действиях учеников возможны многочисленные и разнообразные ошибки. Одни из них вызываются плохой координацией движений, другие связаны с тем, что ученик плохо запоминает учебный материал, третьи возникают под влиянием страха и т. п. И хотя существует много приемов, обычных в преподавании бокса, чтобы исправлять эти ошибки, иной раз, однако, и солидного тренерского багажа недостает, чтобы сразу выправить какое-либо «оригинальное» искажение: всего предусмотреть нельзя, в особенности же бесконечного разнообразия ошибок.

Тренер должен постоянно работать над своей педагогической техникой, искать приемы воздействия на ученика, накапливать и разнообразить эти приемы, воспитывать в себе находчивость и такт, умение подойти к каждому ученику с особой меркой. Даже по отношению к типичным, наиболее часто встречающимся ошибкам следует применять разные приемы, так как имеешь дело с различными учениками. Иногда даже с одним и тем же учеником нужно поработать и так и этак, применить к одному ученику и по поводу одной ошибки несколько приемов.

Такого рода приемов существует достаточно много, но практика требует от тренера не канона, не стандарта для работы, а постоянных творческих поисков, постоянного обогащения багажа тренерской техники.

А. А. Гольдштейн подчеркивает значение правильного отбора спортивно-технических средств, служащих целям воспитания боевых качеств боксера.

Для того чтобы с самого начала правильно формировать волю и характер боксера, нужно внимательно подойти к выбору спортивно-технических средств. Поэтому А. А. Гольдштейн старается всем новичкам поставить правильный, точный и быстрый удар, добиться, чтобы они умели действовать обеими руками, выработать свободное и разнообразное передвижение по рингу, и, что особенно важно, разучить защиты.

Однако, кроме изучения общего для всей группы материала, с самого начала работа с новичками должна быть индивидуализирована. А. А. Гольдштейн тщательно изучает физические данные ученика, особенности его характера и темперамента и в соответствии с психофизической конституцией ученика выбирает для него те или иные спортивно-технические средства и манеру действий. Прежде всего, это относится к выбору боевой стойки. Будет ли это низкая собранная стойка, или выпрямленная стойка, или любая промежуточная форма — это зависит от личных особенностей ученика, и задача тренера — правильно эти особенности определить. Поэтому тренер должен вырабатывать в себе своеобразный психологический глазомер: знания одних только физических данных ученика недостаточно, чтобы определить нужную ему манеру действий или, например, соответствующую им боевую стойку.

А. А. Гольдштейн стремится научить боксера подавлять отрицательные эмоции, сковывающие его действия. В первую очередь это относится, понятно, к проявлению страха и связанным с ним инстинктивным защитным движениям. Новичок, не умеющий еще применять защиты, закрывает («жмурит») под влиянием страха глаза, делает беспорядочные защитные движения руками и т. п. Здесь лучший метод воздействия на ученика — постепенность. Переходя мало-помалу от медленных движений к более и более быстрым, от легких и слабых ударов к более сильным и резким, от простых к более сложным действиям, А. А. Гольдштейн вырабатывает у ученика умение применять нужную защиту и контрудар, воспитывает в нем чувство уверенности, а отсюда — спокойствие и способность подавить, преодолеть чувство страха. На конкретных примерах он показывает боксеру, что бояться совершенно нечего, укрепляет его веру в себя.

Тренер должен уметь пользоваться различными чертами характера своего ученика, чтобы снимать или подавлять те или иные отрицательные эмоции. Для борьбы с трусостью чаще всего вполне удовлетворителен метод постепенного увеличения трудности материала, темпа и эмоциональной нагрузки, при котором для вольного боя подбирается сначала более слабый противник, а когда ученик приобретает уверенность — все виды нагрузки увеличиваются, и противник дается сильнее. Другое дело, когда ученик самолюбив или честолюбив; иной раз достаточно пристыдить такого ученика, чтобы получить положительный и устойчивый эффект. Верно направленные чувства гордости, спортивного честолюбия способны вытеснить такие вредные эмоции, как страх, озлобление, и помочь преодолеть нерешительность и инертность.

Чрезвычайно важно выработать в боксере способность к значительному волевому усилию.

А. А. Гольдштейн успешно применял следующий метод при случайных нокдаунах во время вольного боя. Он немедленно поднимал упавшего боксера, не давая ему отдыхать, и заставлял его, продолжая бой, обязательно идти вперед, нападать на партнера. В то же время А. А. Гольдштейн быстро давал понять второму боксеру, чтобы он не наносил ударов в голову и переходил к защите. А. А. Гольдштейн наблюдал в таких случаях, что у боксера, сумевшего резким усилием преодолеть слабость и неуверенность, вызванные нокдауном, волевые качества резко повышались.

Задача тренера — обращать внимание на каждого из учеников, следить и за их техническим совершенствованием, и за формированием их боевых качеств, и за особенностями проявлений воли и характера. Во время занятий тренер должен хорошо изучить свою группу, следя за способностями и успеваемостью каждого занимающегося, обращая внимание на развитие его боксерской индивидуальности.

Добиваясь высокой эмоциональности занятий, тренер во главу угла должен ставить требования дисциплинированности, вежливости и аккуратности. В своих действиях и советах тренеру нужно быть чутким и гибким, находить для каждого случая особое решение, поощряя и «подхлестывая» одних и сдерживая других. Тренер должен бережно относиться к своему коллективу, помня, что в ряде случаев формирование боксера протекает очень медленно и от тренера требуется большая выдержка, терпение и педагогический такт. Так, например, К. В. Градополов советует, если тренер видит, что ученик трусоват, главное внимание обратить на усвоение им приемов защиты. Чем свободнее будет ученик владеть защитой, тем скорее он приобретет уверенность, нужную ему в боевой обстановке.

Если все же, несмотря на указания тренера, у ученика остается слишком много инстинктивных защитных движений, инстинкт самосохранения довлеет над ним, а чувство страха его сковывает — нужно резко сменить обстановку: замедлить темп, ослабить силу и резкость удара, чтобы выработать необходимый навык в спокойной обстановке. Лишь когда навык будет приобретен, нужно постепенно обострять обстановку боя.

ПОДГОТОВКА НОВИЧКА К БОЮ

Первый бой — событие, остро воспринимаемое и переживаемое новичком. Поэтому подготовка новичка к бою требует, чтобы тренер-педагог внимательно и продуманно избирал средства воспитательного воздействия на своего ученика.

К. В. Градополов, готовя новичка к первому бою, воспитывает в нем корректность по отношению к противнику, судьям, зрителям, как основу поведения боксера; инициативу, решительность, при которых боксер не ждет, как сложится боевая обстановка, а действует сам, не боясь риска и создавая, так сказать, собственный «рисунок боя»; умение действовать по-разному в различной обстановке находить и осуществлять нужные решения не смущаясь неожиданностями и случайностью. Наконец, чувство дистанции и времени, соединенное с умением свободно двигаться в боевой стойке, завершает круг качеств, воспитание которых К. В. Градополов ставит основной целью своей работы.

Если учесть, что технические средства новичка довольно ограничены, то станет ясным, что воспитание боевых качеств, — главное в работе тренера при подготовке новичка к первому бою.

Средства воспитательного воздействия тренера очень разнообразны. И анализ действий отдельного боксера, и общая беседа, и показ тех или иных приемов, — все должно быть устремлено в одном направлении: формировать качества, нужные в боевой обстановке. Здесь большую роль играет наглядность учебного материала. Наблюдая за тренировкой мастеров, глядя на матчевые встречи на ринге, начинающий боксер осмысливает собственный технический багаж, приобретает определенные спортивные вкусы, избирает ту или иную манеру действий, К. В. Градополов в этих случаях умело направляет новичка, помогает ему аналитически разобраться в том, что он видит, подсказывает ему, что для него хорошо и что непригодно. Например, чрезвычайно важно показать молодому боксеру, как мастер, применяя ту или иную защиту, использует ее для активных действий. Новичок должен понять, что какую бы защиту ни применял боксер, он всегда одновременно с ней наносит встречный или ответный удар, причем движение защиты всегда подчиняется движению контрудара. Защита ради защиты, без контрудара, должна характеризоваться как нецелесообразная и вредная. Такими указаниями поощряется всякое, проявление инициативы и решительности. Тем более важно подчеркнуть новичку ценность активного и решительного ведения боя, с энергичными и разнообразными атаками, проникнутого стремлением и волей к победе.

Коллективные посещения матчей под руководством тренера приносят неоценимую пользу начинающим боксерам.

А. А. Гольдштейн, при подготовке новичка к первому бою, стремится, чтобы он понял, что первый бой для него — это, прежде всего технический экзамен. Неважно, выиграет он или проиграет бой. Но важно, чтобы он действовал на ринге смело, уверенно, технически правильно. Если новичок проиграл бой, нужно его ободрить, показать, что при хорошем техническом ведении боя незначительное поражение может быть лучше победы, достигнутой грубой силой. Во всяком случае — важно следить, чтобы острые переживания, связанные с первым боем, не травмировали новичка, а, наоборот, вызвали в нем стремление к дальнейшему росту и совершенствованию.

При подготовке новичка к бою особенно важно правильно организовать тренировку и внимательно регулировать бой на ринге.

Каковы здесь задачи тренера? Б. С. Денисов указывает на следующие:

Бережно относиться к ученику, давая ему всегда партнера по силам. Не ставить ученика все время в невыгодные условия, а регулировать вольный бой так, чтобы, если у ученика сегодня более сильный партнер, в следующий раз дать партнера слабее: Такая тактика не травмирует ученика, оставляет его всегда уверенным в себе.

Не ставить также ученика всегда в более выгодную обстановку, что часто случается по отношению к лучшим ученикам. Это может привести к переоценке учеником своих сил, и тогда неожиданная встреча с более сильным противником может совершенно деморализовать его.