**Соревновательная деятельность квалифицированных боксеров.**

Бокс – один из самых сложных видов спорта. Стремительно изменяющаяся обстановка боя, требует от боксера способности мгновенно и точно ориентироваться в возникающих положениях, своевременно принимать и осуществлять свои решения.

Бой на ринге, характеризующийся большой интенсивностью действий, предъявляет высокие требования к организму боксера. Поэтому чрезвычайно важно воспитать у боксера выносливость и умение экономно расходовать свои силы.

В соревновательной деятельности, как в зеркале, отражаются достоинства и недостатки мастерства боксеров. Соревновательная деятельность боксеров направлена на достижение победы в поединке над соперником. Победа обеспечивается общей, специальной, технической, тактической и психологической подготовкой.

Плотность боя определяется числом ударов, наносимых боксером за весь бой. Данный показатель у победителей и призеров довольно высок, что позволяет утверждать о том, что для достижения спортивного результата важен показатель плотности боя – один из важных компонентов мастерства боксеров.

Серийность действий боксеров, которая определяется числом серий ударов в поединке, также влияет на результат поединка. Это связано с тем, что от серий ударов защищаться труднее, чем от одиночных, поскольку они наносятся неожиданно и в разные участки тела, что дезориентирует противника, приводя его в растерянность. Лидерство победителей в числе атакующих ударов и ударов, наносимых на ближней дистанции, объясняется более агрессивной манерой ведения боя и стремлением сблизиться с соперником.

В основу оценки достижений боксеров была положена классификация по уровню оцениваемого соревнования, по месту, занятому спортсменом в этих состязаниях; количеству проведенных в соревнованиях боев и одержанных побед.

Тренер, который не имеет представление о современном развитии бокса, не сможет сформулировать конкретные требования и определить задачи подготовки.

Квалифицированный тренер должен объединять в себе функции психолога, наставника, и друга своего подопечного. Если же мы обратимся к мастерам старой школы, например, Хлобыстин Геннадий Петрович, имеющий звание Мастера спорта международного класса, ныне старший тренер Спортивного клуба Армии, г. Санкт-Петербурга, он подготовил ряд высококвалифицированных спортсменов (более 20 мастеров спорта), тренер который в свою работу вкладывается полностью, умеет подобрать подход к каждому боксеру и обладает способностью отстоять каждого своего спортсмена. Добиваясь высокого спортивного качества от своих учеников, требуя от них постоянного спортивного совершенствования, тренер формирует характер и основные качества боксера.

Одно из важнейших качеств боксера – выносливость. Боксер должен обладать способностью поддерживать предельный темп боя и успешно выполнять боевые действия на протяжении всего поединка, но прежде всего в последнем раунде, в котором решается исход боя.

Под мастерством боксеров принимается арсенал боевых средств и ситуаций, используемых ими в поединке; к ним относятся: количество ударов и серий за бой, общее количество защитных дистанций, число атакующих действий с разных дистанций, особо выделяется ближний бой, а также время нахождения на средней и ближних дистанциях, умение быстро и легко передвигаться по рингу, позволяющее в стремительно изменяющейся обстановке своевременно находить удобные положения для нападения и защиты.

Спортивная техника боксера служит ему оружием, которым он пользуется, руководствуясь тактическими соображениями. Поэтому боксер должен освоить технику в совершенстве, чтобы уверенно и свободно владеть ею в бою.