

БОЕВЫЕ ИСКУССТВА В РЕГИОНАХ УКРАИНЫ

ТЕРНОПОЛЬСКАЯ ОБЛАСТЬ

Спортивно-оздоровительный клуб «Тернополь»

Выпускник факультета физического воспитания Тернопольского педагогического университета **С. Е. Колесник** – кандидат в мастера спорта по борьбе и регби, имеет черный пояс по контактному каратэ, II дан и I дан по джиу-джитсу. Сергей Евгеньевич – президент спортивно-оздоровительного клуба «Тернополь», который известен в городе и как клуб «Ринг». С 1987 года он тренирует детскую команду по кикбоксингу. В этом же клубе занятия по кикбоксингу и бодибилдингу проводят и сыновья С. Е. Колесника – Сергей и Виктор.

Уже многие годы на базе клуба активно развиваются такие направления, как каратэ, кикбоксинг, бокс, прайд, бои без правил, оздоровительные системы – аэробика, фитнес, бодибилдинг, а с 2006 года здесь открыты отделения регби и кикбоксинга городской детской юношеской спортивной школы «Спартак».

Ежегодно совместно с управлениями по вопросам физической культуры и спорта облгосадминистрации и городского совета, областными и городскими федерациями бокса и кикбоксинга в «Тернополе» проводятся открытые первенства Тернопольской области, города по кикбоксингу и боксу. Клуб – один из организаторов товарищеских встреч тернопольчан с командами многих областей Украины по кикбоксингу и боксу.

За время своего существования клуб воспитал чемпионов и призеров Украины по каратэ, кикбоксингу, боксу. Это Владимир

Кушпинский, Дмитрий Сеньков, Владимир Юрчак, Сергей Голоюх, Виталий Гуменчук, Владимир Ревутский, Сергей Колесник, Виктор Скринкович, Владимир Депутат, Игорь Блаженко, Виталий Стецюк, Василий Савчук, Борис Щитиков и др. Особая гордость тренеров клуба – их воспитанники – призеры чемпионатов Европы по кикбоксингу (2004 год) Андрей Григорьев, который стал призером и чемпионата мира, Ростислав Лашкевич и Михаил Джумага.

И тренеры клуба, и их ученики уверены, что кикбоксинг дает им возможность объединять в себе разные виды и техники, боевые искусства, он служит базой подготовки спортсмена к овладению другими видами единоборств (тайский бокс, прайд, рукопашный бой и др.).

На тренировках, которые проводит Сергей Евгеньевич Колесник, большое внимание уделяется тактике кикбоксинга и бокса. Если говорить об этом подробнее, то и новички клуба, и его опытные бойцы знают, что тактика – это дистанция ведения боя, боевая стойка, перенесение тела с ноги на ногу, нападение, защита, контратака, а также собственно тактические способы и финт, маневр и маневрирование, обманные действия, опережение, угроза, разведка боем. Приемы же техники кикбоксинга и бокса, в том числе боевая стойка, перемещение, переносы веса тела, становятся способами тактики лишь при условии, что спортсмен применит их сознательно.



ФСО «СПАРТАК» - 75 ЛЕТ

Тернопольская областная организация ФСО «Спартак» была создана в 1959 г. В то время культивировались разные виды спорта: вольная и греко-римская борьба, фехтование, гребля на байдарках и каноэ... На протяжении многих лет областную организацию общества возглавляли **С. Федотов, В. Пласконос, В. Иськив**. За годы существования общества были построены «Спартаковские» объекты: гребная база «Спартак» на Тернопольском пруду, комплекс трамплинов для прыжков на лыжах в г. Кременци, оборудованы спортивные борцовские залы в замке, которые со временем стали СДЮСШ греко-римской борьбы и лыжного двоеборья. Областная организация ФСО «Спартак» долгие годы была лидером в физкультурно-спортивной работе на Тернопольщине. Среди лучших работников этой сферы следует назвать П. Билоуса, И. Тафратова, В. Петрова, В. Лубенцова, О. Березуцкую, А. Кучерского, О. Юзчишина, О. Цукарева.

На соревнованиях международного, всесоюзного и республиканского уровня спортсмены ФСО «Спартак» завоевали 132 золотые, 165 серебряных и 211 бронзовых медали. Отдельно следует выделить успехи воспитанников знаменитой школы классической борьбы под руководством В. Пласконоса. Созданная в 1969 году, школа подготовила целую плеяду выдающихся спортсменов: первого на Тернопольщине чемпиона Европы, Советского Союза, многократного чемпиона Украины и общества «Спартак» В. Новохатько, семикратного чемпиона Украины, обладателя Кубка европейских чемпионов А. Лосева. Этот спортсмен знаменит еще и тем, что ему единственному из борцов удалось выиграть 3 спартакиады Украины. Среди воспитанников этой школы – шестикратный чемпион Украины, серебряный призер чемпионата СССР В. Демьяный, трехкратный чемпион Украины, призер чемпионата СССР В. Балабанов, трехкратный чемпион Украины, призер чемпионата СССР А. Михеев, обладатель Кубка мира, чемпион СССР и Украины А. Ельчанинов. Среди известных и титулованных борцов, прославивших ФСО «Спартак»: В. Ракаев, В. Охмат, П. Шулько, В. Ирха, В. Горбунов, В. Каратаев, О. Боров-

ский, А. Губяк, Ю. Варибрус, А. Мдинарадзе, И. Тафратов, С. Наумов, В. Селиванов, С. Цимбал, В. Назарчук.

На протяжении многих лет плодотворно работали в школе тренеры – преподаватели: ЗТУ В. Пласконос, ЗТУ В. Ломанцев, Б. Кожанов, А. Михеев, В. Новохатько, И. Маламуд, Ю. Кайзер, С. Цимбал, П. Шулько и другие.

Деятельность ФСО «Спартак» на Тернопольщине была возобновлена 11 апреля 2002 г. благодаря усилиям профсоюзов ряда крупных предприятий. Среди них: „Тернопольгаз“, ТФ ОАО «Укртелеком», областной профсоюз работников государственных учреждений Украины, ТД УДППЗ «Укрпочта», обком профсоюза работников культуры, профсоюз работников образования г. Тернополя, профсоюз работников путевых хозяйств области. Способствовали возрождению общества области и областное управление по делам физической культуры и спорта облгосадминистрации и другие государственные и исполнительные структуры. Председателем областной организации общества «Спартак» избрали известного специалиста по физической культуре и спорту на Тернопольщине, судьей международной категории по борьбе **В. Приймак**.

За период 2002-2008 г. областной организацией ФСО «Спартак» организовано и проведено 39 отраслевых и межотраслевых спартакиад, 42 соревнования по отдельным видам спорта. Общее количество участников этих соревнований – 12924 лиц. Подготовлены 1 мастер спорта международного класса, 14 мастеров спорта Украины, 22 КМС и 254 спортсмена II – III и юношеских разрядов. Всего представителями областной организации общества «Спартак» завоевано 18 золотых, 29 серебряных и 54 бронзовых медалей на чемпионатах Европы, Украины и Всеукраинских соревнованиях и спартакиадах.

В областной организации функционирует 2 детско-юношеских спортивных школы, в которых тренируются 529 детей. Учебно-тренировочную работу в школах проводят 16 тренеров – преподавателей, среди которых 2 Заслуженных тренера Украины.

СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА ПО ГРЕКО-РИМСКОЙ БОРЬБЕ

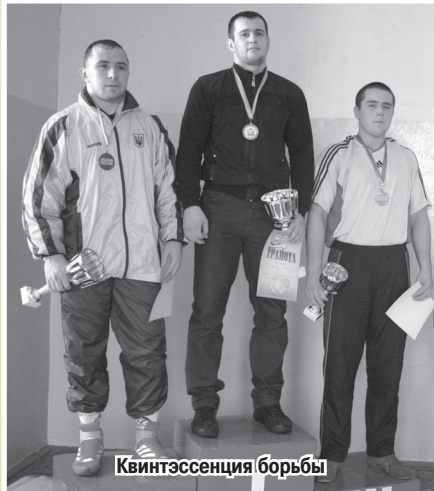


Евгений Варко, президент Федерации греко-римской борьбы

Каждого, кто впервые посещает Тернополь, пленяет красота и могущество его улиц и площадей. Здесь в городе огромных перспектив, спорт в почёте. Здесь, без малого 40 лет куёт олимпийские кадры спортивная школа олимпийского резерва по Греко-римской борьбе. «Недостойно состариться, ни разу не познав красоты и силы, на которые способно твоё тело». Эти мудрые слова Сократа всякий раз приходят в голову, когда заходишь в борцовский зал школы. Атлеты, как будто только сошедшие с фресок, демонстрируют древнее искусство борьбы. Как будто попадаешь в древнюю Грецию, где борцы в особом почёте! Они – украшение олимпийских игр!

Борьба на пределе сил, тяжёлая изнурительная схватка. Однако она требует не только больших физических нагрузок, но и творчества, пытливого ума и оперативного мышления. Здесь побеждает тот, кто научился управлять собой, своими эмоциями, нервами и своим настроением.

В далёком 1960-м Роман Абрамович Бабад возглавил федерацию классической борьбы Тернопольской области. В это время были заложены основы школы, ставшей впоследствии кузницей борцовских кадров. Через 12 лет новую созданную школу возглавил председатель горисполкома Тернополя Иван Никонович Кородюк. Его взгляды



Квинтэссенция борьбы

на подготовку спортсменов способствовали интенсивному развитию борьбы. «Хочешь быть чемпионом – ограничь себя в еде, отдыхе, развлечениях. За победу надо платить. Победа требует жертв», - так говорил Иван Никонович, наставлявший своих спортсменов. Не правда ли, очень сходно с подготовкой самураев, профессиональных воинов! В 1985 г. должность президента Тернопольской федерации Греко-римской борьбы получает **Анатолий Иванович Кучеренко**. Особое внимание на этом этапе уделяется повышению мастерства спортсменов в широком понимании этого слова – техническом, тактическом, психологическом. На вопросы о мастерстве в классической борьбе Анатолий Иванович отвечал: «Если ты когда-нибудь сумеешь



Владимир Пласконос, директор спортивной школы олимпийского резерва по греко-римской борьбе



Команда спортивной школы олимпийского резерва

удивить своих коллег – спортсменов, если тебе от души заплодирует тот, кто сам варится в этой кухне и знает, что в ней и как, считай, что ты стал Мастером».

В школе спортивного мастерства трудятся знаменитые борцы, активные общественные деятели: Борис Яковлевич Кажанов, Владимир Петрович Ломанцев, Сергей Григорьевич Цимбал. С 1991 г. директором школы олимпийского резерва по Греко-римской борьбе становится Заслуженный тренер Украины, судья международной категории, Заслуженный работник физической культуры и спорта Украины, мастер спорта **Пласконос Владимир Филипович**. Как прекрасный профессионал, он понимал, что человек, выбравший для себя делом жизни борьбу, должен быть преданным этой цели: «настоящая цель поможет всё отдать борьбе. Поражение – прекрасная школа, это тоже дорога к цели. Верь тренеру, трудись, и цель будет достигнута».

На протяжении всей истории существования школа развивалась, спортсмены повышали своё мастерство, прославляли школу.

Огромная поддержка оказывалась школе президентом Федерации Греко-римской борьбы **Евгением Варко**.

Чемпионами Украины, СССР, Европы, Мира, победителями Олимпийских игр становятся выпускники школы.

Имена Артура Дзигасова, Владимира Новохатько, Анатолия Ельчанинова, Владимира Каратаева, Анатолия Лосева, Василия Демьяного, Олега Коменданта, Анатолия Михеева, Владимира Балабанова, Анатолия Губьяка прекрасно знакомы любителям борьбы.

За годы существования Тернопольская борцовская школа подготовила 12 чемпионов, победителей и призёров СССР, 87 чемпионов Украины, 4 чемпионов, победителей и призёров Европы, 3 чемпионов Кубка Мира, победителей первенств мира среди кадетов, 2 участников летних Олимпийских игр в Атланте 1996г., 147 мастеров спорта, среди которых 9 мастеров спорта международного класса.



На пьедестале - сильнейшие

ТЕРНОПОЛЬСКАЯ ШКОЛА «КИОКУШИН КАРАТЭ»

Ни для кого не секрет, что Тернопольская школа киокушин каратэ в особом представлении не нуждается. Она хорошо известна, имеет традиции, в ней знания передаются от Учителя к ученику. И, главное, основал её Виталий Богданович Кушнирик. Он гордился бы сегодня своими учениками. Они продолжают его дело, высоко неся знамя Тернопольской школы киокушин!

С теплотой и благодарностью вспоминает о своём Учителе Чубата Татьяна Богдановна, Мастер спорта Украины, обладательница чёрного пояса, 2 дан, тренер высшей категории.



Татьяна Чубата

Чубата Т.Б. начала заниматься Киокушинкай карате в 1995 г. в ДЮСШ №1.

Многочисленная победительница первенства области по ката, серебряный призер чемпионата Украины среди юношей и juniоров в г. Николаеве (1998г.). На протяжении 1999-2005 г. - победитель региональных турниров по киокушин каратэ. В 2005 г. Татьяна становится победителем международного турнира «Кубка Оямы» (2005 г.) и серебряным призером Кубка Украины в г. Днепрпетровск.

В 2006-2007 г. она на первых местах пьедестала Украинских чемпионатов, а в 2008г. на Чемпионате Европы в г. Москва занимает IV место.

Сегодня Татьяна Чубата является одним из лидеров Тернопольской школы киокушин каратэ.

«Школа каратэ в Тернополе существует с 1989 года. Основал ее Виталий Кушнирик (обладатель 5 дана по Киокушин будокай и родственным стилям каратэ). Он был одним из лидеров Украинской Национальной Ассоциации Киокушин Каратэ, а затем и IFK Украины в период 1991- 1998 года, мастер спорта СССР, тренер команды Тернополя, тренер сборной Украины по Киокушин-кан каратэ (2007-2008г.). За свою двадцатилетнюю историю представители Тернопольской школы побеждали и становились призерами во множестве соревнований на Украине и за рубежом по каратэ, рукопашному бою и другим единоборствам. В данный момент в Тернополе зарегистрирована областная федерация Киокушинкан Шогакукай каратэ, спортивный клуб «Воля» (Киокушин будокай и муай-тай). В. Кушнирик представлял Киокушин будокай на Украине, W.B.K.C. (международная организация, развивающая каратэ, кикбоксинг, Муай-Тай, ММА и др.) являлся бранчифом этих организаций.

Девиз Виталия Кушнирика, который мы сегодня несём как знамя: «Тернопольская Школа каратэ сотрудничает и принимает участие в работе любых родственных нам организаций, не занимаясь политикой отдельно взятых федераций. Мы вне политики! Мы работаем со всеми, кто интересен нам, и кому интересны мы».

Немного статистики: Спортсменами клуба «Воля» под руководством В. Б. Кушнирика и его воспитанницы Т. Б. Чубатой, начавшей тренерскую деятельность в клубе с 2006г., только на турнирах крупного масштаба заработано 102 золотых, 55 серебряных и 57 бронзовых медалей!

Жизнь Учителя Виталия Кушнирика трагически оборвалась 23 марта 2008 г. Сегодня в клубе продолжают тренерскую деятельность Т.Б. Чубата и В.И. Масык. Клуб продолжает работать, воспитывает кандидатов в мастера спорта, мастеров спорта и приносит в копилку новые награды и медали.

Прим. редакции: о победе тернопольской школы киокушин каратэ на Чемпионате Украины в 2008г. мы писали в №5.2008 журнала «Боевые искусства – ключи к совершенству»



Виталий Кушнирик с воспитанниками

В общении с Татьяной чувствуется её преданность выбранному направлению, глубокие познания в теории и практике киокушин каратэ, осмысленность наиболее важных аспектов – морально-психологического, технического, тактического.

«Первые шаги в постижении Киокушинкай каратэ прошли в бурные 90-е. В Украине только-только начали показывать фильмы с элементами восточных единоборств, началась волна массового увлечения мастерами боевых искусств, и это не обошло меня стороной. Но решающим фактором стало то, что по соседству с нами поселилась молодая супружеская пара Кушнирик Виталий и Татьяна, тренера по Киокушинкай каратэ. Именно под их влиянием я решила попробовать свои силы. Первые поединки на татами определили мою будущую судьбу. Ощувив вкус побед, у меня родилась мечта - стать чемпионкой Европы, а также уверенность, что я смогу её осуществить. Появилось то, что называется верой в себя и свои силы. Появилось желание посвятить жизнь этому виду спорта, стать хорошим тренером, таким же как мой учитель Виталий Богданович.

Киокушин каратэ очень многогранно. Здесь есть все, что присуще подлинному боевому искусству. Здесь и техника, и тактика, и физико-психологические стороны. Остановлюсь на тактической стороне киокушин, как одной из наиболее важных, позволяющих подлинному специалисту каратэ раскрыть свои внутренние стратегические способности. Тактика бойца во многом зависит от его индивидуальных особенностей. В практике мы наблюдаем, что каждый квалифицированный боец имеет свой тактический почерк, свой стиль. В зависимости от действий, характеризующих тактическое поведение бойца в схватке, различают следующие основные виды тактики: наступательную, контратакующую, оборонительную и разностороннюю.

Наступательная тактика заключается в высокой активности бойца. Он ведёт схватку смело, решительно атакует противника. Для такой тактики характерны: прямая непринужденная стойка; свободная манера боя; комбинационные действия, которые состоят из различных тактических манёвров, сочетающихся с реальными попытками выполнить свои излюбленные приёмы, контрприёмы. Наступательная тактика требует от бойца отличной физической и психологической подготовленности, применения большого разнообразия

технических средств, хитроумных тактических манёвров. Она подразделяется на две разновидности: тактику непрерывных атак и тактику эпизодических атак (спуртов).

Тактика непрерывных атак характеризуется тем, что боец, захватив инициативу, ведёт схватку в высоком темпе, постоянно обостряет бой и, идя на разумный риск, стремится атаковать противника, искусно сочетая ложные действия с истинными намерениями провести свои излюбленные приёмы. Такая тактика особенно опасна для тех, кто не умеет достаточно хорошо пользоваться сковывающими действиями, не обладает хорошо развитой выносливостью.

Тактика эпизодических атак (спуртов) состоит в том, что боец, наступая, прибегает к атакам эпизодически, через отдельные интервалы. Каждая задуманная атака осуществляется без малейшего промедления, в нужный момент и в полную силу. Боец стремится довести её до конца.

Контратакующая тактика заключается в том, что боец строит схватку на встречных и ответных контратаках, используя с этой целью благоприятные моменты, возникающие при активных действиях со стороны противника.

Контратакующая тактика особенно эффективна против противника, уступающего бойцу в быстроте, стремящегося постоянно или эпизодически атаковать. Она пригодна также в схватке с тем, кто сам пользуется контратаками. Эпизодические атаки (спурты) боец может проводить на фоне низкого, среднего и высокого темпов ведения схватки.

Если боец совершает спурты на фоне низкого или среднего темпа, это

позволяет ему экономно расходовать силы и энергию, так как в промежутках между спуртами он успевает в какой-то степени восстановиться.

Значительно сложнее выделять осмысленные, целенаправленные спурты на фоне высокого темпа ведения схватки. Это под силу только тому бойцу, который обладает помимо других качеств отлично развитой скоростной выносливостью.

Оборонительная (выжидательная) тактика характеризуется тем, что боец сосредоточивает всё своё внимание на защите, не проявляет активности в схватке и предпринимает попытку атаковать противника лишь в том случае, если тот допускает ошибку. Такая тактика ставит бойца в полную зависимость от действий противника, обезоруживает его. Больше того, если боец строго придерживается этого вида тактики на протяжении всей схватки, то он, как правило, терпит поражение, ибо самая тщательная оборона не даёт гарантии в том, что в течение всего времени схватки противник, настойчиво и смело атакующий, не сумеет преодолеть защиту и провести приём.

В соответствии с индивидуальными психическими, физическими и техническими особенностями, один из бойцов может отдавать предпочтение наступательной тактике (тактике непрерывных или эпизодических атак), другой — контратакующей тактике. Однако современный уровень развития боя требует, чтобы каждый боец владел всеми видами тактики и умел целесообразно применять их, сочетать между собой в соответствии с особенностями противника, своей подготовленностью, конкретной обстановкой в схватке и в соревнованиях».

