

БОЕВЫЕ ИСКУССТВА В РЕГИОНАХ УКРАИНЫ

ДОНЕЦКАЯ ОБЛАСТЬ

КЛУБ «КАРАТЭ-ДО – СПЕЦМЕТАЛЛПРОМ»



Владимир Гребцов

Общественная организация клуб «Каратэ-до» г. Донецка свою историю ведет с 1991 г., с момента регистрации. Спортсмены клуба до 2003 г. выступали по версиям JKA, JKS, а с 2003 г. клуб вступил в «Украинскую Лигу Каратэ» и стал участвовать в соревнованиях по правилам WKF (Всемирная Федерация Каратэ). Воспитанники клуба неоднократно становились чемпионами и призерами на Чемпионатах, Первенствах и Кубках Украины, как в командных разделах, так и в индивидуальных. Среди лучших спортсменов: Сукачева Катя, Лысак Артем, Барынин Артем, Константинов Евгений, Кудрявцев Олег, Гребенюк Сергей, Фаткулаев Сергей, являющиеся обладателями черных поясов, а Сукачева Катя и Кудрявцев Олег - обладателями вторых данов.

В 2004 г. была зарегистрирована Донецкая Областная Организация «Украинская Лига Каратэ» и клуб получил название «Каратэ – До - Спецметаллпром», главным спонсором клуба выступил ЗАО «Спецметаллпром». С самого момента регистрации ученики клуба – в числе первых на чемпионатах и турнирах. 1991-й. Ярослав Евстигнеев завоевывает бронзовую медаль в кумитэ, а Артур Кухта - бронзовую медаль в ката на последнем Чемпионате СССР среди детей и юношей в г. Саратове. Затем - участие и победы в международных турнирах, Кубке Мира в г. Луцке (2000 г.), Чемпионате Евразии-2001 в г. Донецке по версии JKS.



В. Гребцов и В. Кусий

Вот уже 18 лет, как спортсмены клуба, возглавляемого **Владимиром Ивановичем Гребцовым**, выступают в различных версиях каратэ, формируя «костяк» сборной команды Донецкой области в Областной Организации «Украинская Лига Каратэ».

О мотивации занятий каратэ и приоритетах в тренировках Владимир Иванович говорит кратко: «приоритетным, на мой взгляд, является воспитание учеников честными, смелыми, здоровыми людьми. Лично я, испытывая в детстве потребность постоять за себя, однажды упросил старшего брата, тренировавшегося каратэ подпольно, взять с собой на тренировки. Было это в далеком 1974-м. С тех пор каратэ и стало для меня образом жизни».



Сукачева Екатерина, VI Чемпионат Европы, Калининград, 2008



Гребенюк Сергей, VI Чемпионат Европы, г.Калининград



Константинов Евгений, VI Чемпионат Европы, г.Калининград

Самым успешным годом выступления спортсменов клуба стал 2008 г. На Олимпиаде Боевых Искусств в апреле в г. Санкт-Петербург (Россия) Константинов Евгений завоевал золотую медаль, Гребенюк Сергей, Лысак Артем, Барынин Артем завоевали серебряные медали в своих возрастных и весовых категориях по кумитэ. С 2008 г. спортсмены клуба стали выступать еще и по правилам WUKO. На Чемпионате Европы по каратэ-до WUKO в мае 2008г. Сукачева Екатерина завоевала серебряную медаль в ката, а Константинов Евгений и Кирбаба Владислав - бронзовые медали.

На Чемпионате Европы по Годзю рю каратэ в г. Калининграде (Россия) в сентябре 2008 г. Сукачева Екатерина завоевывает серебряную медаль в кумитэ, а Константинов Евгений и Гребенюк Сергей - бронзовые медали в ката.

На Чемпионате Мира по каратэ-до WUKO в г. Джесоло (Италия) в октябре 2008 г. среди детей, кадетов и юниоров, Константинов Евгений завоевал серебряную и три бронзовые медали, Гребенюк Сергей и Барынин Артем – по две бронзовые медали. В мае 2009 г. на Кубке Мира по Кобудо и каратэ Байрамов Кемаль «добывает» золотую и серебряную медаль в кумитэ, Сукачева Екатерина - серебряную медаль в ката и кумитэ, Нестройный Максим - серебряную медаль в ката, Фаткулаев Сергей - бронзовую медаль в ката, Шашиев Рамиль - бронзовую медаль в ката, а президент клуба Гребцов Владимир Иванович - серебряную медаль в ката среди ветеранов.

«Я желаю своим ученикам новых побед, - говорит Владимир Гребцов, - и сам прилагаю к этому максимум усилий, ведь каратэ – моя жизнь!»



Танака Такинори со спортсменами клуба на Чемпионате Евразии JKS, г. Донецк, 2001 г.

ФЕДЕРАЦИЯ ДЖИУ-ДЖИТСУ ДОНЕЦКОЙ ОБЛАСТИ

ИСТОРИЯ СТАНОВЛЕНИЯ

Федерация джиу-джитсу (ФДД) Донецкой области, которую возглавляет мастер спорта международного класса Украины по джиу-джитсу, 4 дан джиу-джитсу, 3 дан айки-джитсу, мастер спорта международного класса Украины по фитнесу, судья международной категории **Иван Настенко**, была образована в 2005 году. Инициаторами ее создания выступили ребята (сейчас – члены сборной Украины по джиу-джитсу) из Центра воспитания детей и занятости молодежи «Поток», на базе которого джиу-джитсу развивалось четыре года.

Основная цель деятельности Федерации – содействие развитию и распространению культуры, философии, истории, искусства, программ обучения и тренировок физической и специальной подготовки (аматорской и профессиональной) по джиу-джитсу (спортивного и прикладного), направленных исключительно на самооборону человека.

Федерация является членом Национальной ассоциации джиу-джитсу Украины, которая имеет представительство в 15 областях Украины. Согласно договору о сотрудничестве с Управлением по вопросам физической культуры и спорта Донецкой облгосадминистрации, Федерация имеет эксклюзивное право развивать джиу-джитсу в области.

Сегодня в состав Федерации входят Центр воспитания детей и занятости молодежи «Поток» (г. Макеевка), Мариупольская федерация джиу-джитсу, клуб «Бусинкан» (г. Донецк) и СК «Элиор» (г. Харьцызск).

ДЖИУ-ДЖИТСУ

«Мягкость победит силу и зло» – эта древняя японская формула школ джиу-джитсу как нельзя лучше выражает его теоретическую платформу. С научной точки зрения джиу-джитсу можно рассматривать как средство воспитания отношений человека к окружающему миру и людям. Джиу-джитсу позволяет нападать и обороняться, использовать наиболее эффективные способы заделки своего тела и воспитания воли.



Л. Рубцов и И. Настенко на семинаре Яна Эрика Карлссона (10 дан джиу-джитсу), Санкт-Петербург



Иван Настенко выполняет бросок через бедро с замком плеча

Бросок выполняет Анастасия Настенко



Л. Рубцов, И. Настенко, Я. Лезканю, с воспитанниками Федерации на первенстве Украины.

Выполнение приемов джиу-джитсу основано на глубоком понимании законов окружающего нас мира, физиологии и психологии людей. Традиционное джиу-джитсу предполагает изучение и совершенствование техники, работу с разнообразными видами оружия, изучение внутренних направлений (работа с дыханием, концентрацией внимания). Уделяется большое внимание также культуре, традициям, этикету, благодаря чему вносится огромный вклад в воспитательный процесс.

Спортивное направление в основном ориентировано на достижение результата в пяти видах соревнований (системах): легкоконтактные поединки; парные выступления ката; командные выступления с шоу-программой; полноконтактные поединки; соревнования с использованием спецподготовки для охранных структур.

ШКОЛА НАГАРЭ-РЮ

В Донецкой области успешно сочетаются два направления джиу-джитсу. Специалисты федерации разработали программу, включающую в себя все лучшее из традиций и спорта. Она была успешно защищена на уровне спортивных и традиционных школ, и сегодня в джиу-джитсу возникла новая школа – Нагарэ-рю. Ее основал старший тренер сборной команды Украины **Владимир Николаевич Настенко**. Это направление объединяет в себе спортивное и традиционное направления. По программе этой школы, признанной Международной федерацией джиу-

джитсу (JJIF), ведется преподавание джиу-джитсу в ФДД Донецкой области.

Руководители школы – призер чемпионатов мира и Европы Иван Настенко и мастер спорта, 2 дан джиу-джитсу, призер чемпионата мира, многократный чемпион Украины Леонид Рубцов, – завоевали право выступать на Всемирных играх 2009 г. Есть среди воспитанников школы не менее титулованные и талантливые спортсмены – мастер спорта, 1 дан джиу-джитсу, чемпион Европы и мира Анастасия Настенко; 1 дан джиу-джитсу, чемпион мира Анастасия Кузьменко; мастер спорта, серебряный призер чемпионата Европы, бронзовый призер чемпионата мира Сергей Исаков; 1 дан джиу-джитсу, чемпион турнира на Кубок Германии Кирилл Жуков и др.

Нагарэ успешно практикует древние восточные подходы в своих программах обучения (терпение, усердие, концентрация внимания). Даже система наказаний (как то дополнительные отжимания, приседания), практикуемая в восточных единоборствах, направлена на развитие тех или иных навыков.

Этикет восточных единоборств рано или поздно становится частью повседневной жизни воспитанников Федерации. А это уважение к старшим, Учителю, товарищам, чего, к сожалению, иногда так не хватает человеку, чтобы строить гармоничные взаимоотношения в окружающем мире. Поэтому ребята, прошедшие обучение в школе Нагарэ, становятся достойными членами общества.



После очередной победы на чемпионате Украины, 2009г.

Косики КАРАТЭ В УКРАИНЕ



Леонид Тимохин

Леонид Анатольевич Тимохин – президент Украинской федерации Шоринзи-рю Кенкокан каратэ-до Косики каратэдо, обладатель черного пояса по Косики каратэ (3-й дан), неоднократный победитель и призер чемпионатов по Каратэ Донецкой области, Украины, СССР и крупных международных турниров в Японии, Германии, России.

Первое сообщение о создании в Донецке Федерации Косики каратэ прозвучало в 2001 году, во время заседания руководителей областной федерации восточных единоборств из уст действующего спортсмена, чемпиона Донецкой области и Украины по каратэ, представителя «Ларин-Клуба» **Леонида Тимохина**. А уже в январе 2002 года создание Донецкой областной федерации шоринзи-рю кенкокан каратэ-до, Косики каратэ было окончательно оформлено юридически.

Вскоре Донецкая федерация Косики каратэ, в силу зрелищности показательных поединков и качества их исполнения, стала неизменным участником практически всех крупных спортивных мероприятий, проводимых в Донецке и в Украине: Чемпионатов Украины, Кубков Президента, различных фестивалей. А уже октябре 2004-го Министерством юстиции Украины была зарегистрирована Украинская федерация шоринзи-рю кенкокан каратэ-до, Косики каратэ.

В 2007 г. открытый чемпионат Украины по Косики каратэ посетил Президент Всемирной федерации Масаюки Кукан Хисатака и высоко оценил успехи Украинской федерации. Мастер Хисатака и вручил черный пояс Леониду Тимохину (3-й дан) и Василию Шинкареву (2 дан) – вице-президенту украинской федерации за личное мастерство и за достижения в развитии Косики каратэ в Украине.



Поединки юных бойцов Косики каратэ в защитной экипировке



Косики каратэ – жесткое каратэ

Косики каратэ как самостоятельное направление в мире боевых искусств появилось не так давно, но имея многовековую историю, остается основой современного каратэ-до. Косики – это воистину демократическое направление в каратэ, так как в соревнованиях могут участвовать практически все направления, стили и школы. Это – жесткий вид каратэ, но уникальная экипировка позволяет спортсменам применять все боевые приемы, избегая травм и повреждений.

Однако, Косики каратэ – не просто контактный бой в защитных доспехах, это принципиально новое направление в боевых искусствах, базирующееся на многовековом опыте и имеющее свои традиции и законы. Любовь к Родине, к старшим по возрасту и по званию, уважение национальных традиций, развитие силы духа и тела во имя высоких нравственных идеалов, огромная самодисциплина – вот основные принципы философии Косики Каратэ.

В августе команда Украинской федерации Косики каратэ представит Украину на Чемпионате Мира в Японии. В октябре же 2009 г. в Донецке состоится крупный Международный турнир по Косики каратэ, посвященный пятилетию основания федерации в Украине, на котором будет присутствовать президент Всемирной федерации Масаюки Кукан Хисатака.

Материал предоставлен Пресс-службой Украинской федерации Косики каратэ

Достижения Донецкой областной федерации Ушу

ИСТОРИЯ ФЕДЕРАЦИИ

В Донецкой области ушу появилось ещё во времена первой «волны» ушу, когда по телевидению в 1988 в программе «Клуб путешественников» был показан художественный фильм «Южный, северный шаолинь» с участием известного мастера боевых искусств, Джета Ли (Ли лян цзе).

В переводе с китайского ушу означает «воинское искусство», а самому этому слову уже более 2000 лет! На протяжении всего этого времени оно получило очень большое развитие не только в направлении искусства боя, но и в философии, медицине, каллиграфии. Сейчас ушу делится на три направления – ушу таолу (комплексы), ушу саньшоу (контактные поединки) и традиционное ушу.

В связи с образованием в 2004 новой организации – «Украинская федерация ушу», пришла новая волна развития ушу не только в Донецкой области, но и в Украине. В этом же году была зарегистрирована Донецкая Областная организация Ушу, в состав которой вошли Донецк, Дебальцево, Мариуполь, Авдеевка, Краматорск, Ясиноватая, Комсомольск, Артёмовск, Новоазовск, Макеевка. За это время ее руководство сделало немало для повышения профессионализма тренеров и спортсменов, для массового развития ушу по всем трем направлениям в Донецкой области.



Алексей Носач

О своей структуре с гордостью рассказывает председатель Донецкой областной ячейки Украинской Федерации Ушу, Технического комитета Украинской Федерации Ушу, МСМК, многократный чемпион Украины, многократный победитель международных турниров, чемпион Европы по ушу таолу (Польша, 2008 г.), чемпион Мира по традиционному ушу (КНР), 4 дан по ушу, Алексей Носач (тренер О. В. Чуканов).



Детская сборная Донецкой области на чемпионате Украины среди детей по ушу таолу, 2009г

ВОСПИТАННИКИ ФЕДЕРАЦИИ

«За четыре с половиной года федерация пополнилась двадцатью семью кандидатами в мастера спорта, двумя мастерами спорта и одним мастером спорта международного класса, – рассказывает Алексей Носач. В ее состав входят судья международной категории, два судьи национальной категории и шесть – первой категории. Помимо этого было проведено немало соревнований городского и регионального уровней, а несколько представителей региона неоднократно проходили стажировки и обучение в Китае, на родине ушу. Без сомнения, мы по праву гордимся нашими воспитанниками, среди которых КМС, неоднократный призёр кубков Украины Богдан Ходарь – тренер Д. А. Гришин (г. Дебальцево), КМС, неоднократная призёрка детских чемпионатов Украины, состязаний на Кубок Украины, чемпионка Европы по тра-

диционному Ушу (Польша, 2008 г.) Анна Терещенко – тренер В. И. Болдырев (г. Мариуполь), МС, чемпион Украины по ушу саньшоу Александр Мирошниченко – тренер Р. В. Осипов (г. Мариуполь), МС, неоднократный чемпион Украины по ушу саньшоу, бронзовый призёр чемпионата Европы (Польша, 2008 г.) Кирилл Коровин – тренер С. С. Артюхов (г. Авдеевка).



Чемпионы Кубка Азовского моря, 2008г



Анна Терещенко на высшей ступени пьедестала на детском Чемпионате Украины



Алексей Носач и Джет Ли, Чемпионат мира по ушу, 2008г



Работу с оружием в ушу демонстрирует Алексей Носач



ДОНЕЦКАЯ ОБЛАСТНАЯ АССОЦИАЦИЯ ТРАДИЦИОННОГО КАРАТЭ-ДО

История

Донецкая областная Ассоциация традиционного каратэ-до, основанная в 1992 г., объединяет 8 клубов. Сегодня ее возглавляет Заслуженный тренер Украины **Владислав Витальевич Хижняк**, воспитавший 32 кандидата в мастера спорта, 16 мастеров спорта, 4 мастера спорта международного класса и одного Заслуженного мастера спорта. Подготовка спортсменов проходит на базе кафедры физвоспитания Донецкого национального медицинского университета.

Победы и награды

С 2000 г. представители Ассоциации входят в состав Национальной сборной Федерации Традиционного каратэ-до Украины, участвуют в международных соревнованиях, где добиваются весомых результатов. Только на чемпионате Европы среди взрослых, кадетов и юниоров, который состоялся в г. Копере (Словения) в 2007 г. спортсмены федерации завоевали пять золотых, две серебряные и три бронзовые медали. Первое место заняли В. С. Кучеренко, Д. Р. Иванов, А. С. Решетняк, М. В. Барышникова, В. И. Пазюк; вторыми стали В. И. Пазюк, А. В. Пеняшкин; третьими – В. И. Пазюк, Д. С. Споресный, В. С. Кучеренко. Отлично выступила на этих состязаниях Вероника Пазюк – на ее счету три награды в трех разделах.



Чемпионы Украины в командном кумитэ.
Слева направо: Д. Малык, Ю. Кулабухов, Р. Лукьянец, В. Сидоров



Тренировку детской сборной ведёт Владислав Хижняк



На переднем плане – бронзовый призер чемпионата Украины Матвей Лихалит

На чемпионате мира среди взрослых, состоявшемся в 2008 г в г. Вильнюсе (Литва), благодаря воспитаннице ассоциации, мастеру спорта международного класса, студентке 5 курса Донецкого национального медицинского университета Марии Барышниковой, украинская команда завоевала золотую и бронзовую медали.

Главное — профессионализм тренеров

Сейчас в клубах Ассоциации занимается более 400 детей, мечтающих когда-нибудь принять участие в международных соревнованиях, а сегодня выступающих на областных и всеукраинских турнирах. На протяжении последних четырех лет Донецкая область занимает традиционное первое общекомандное место на чемпионатах и в соревнованиях «Кубок Украины».

Конечно же, все эти победы спортсменов Ассоциации — заслуга, в первую очередь, профессиональных тренеров В. В. Хижняка, И. Ю. Кокуриной, М. В. Барышниковой, В. С. Кучеренко, В. Н. Сидорова (членов сборной Украины), В. Н. Собьянина, О. А. Шишунова.



В. Крючкова, А. Гурёнок, К. Ткаченко
исполняют Бункай к синхронному ката



Юрий Самборский демонстрирует ката

Боевой дух и уважение соперника

На занятиях достаточно большое внимание уделяется тренировке ката, так как здесь присутствуют элементы базовой техники, реального боя, развивается мышление. По мере совершенствования ката открываются все более глубокие познания каратэ.

Очень важным техническим действием является техника выведения из равновесия соперника с последующим тодомэ-ваза (сокрушительным ударом или добиванием). Здесь существуют такие понятия, как своевременность, дистанция, боевой дух и уважение соперника. И при наличии всего этого на первый план выходит техника упреждения действий со стороны соперника, которая развивается на интуитивном уровне по мере накопления опыта тренировок.

Стратегия схватки спортсменов Ассоциации — один удар — одна победа (тодомэ-ваза или сокрушительная техника).



Сборная Донецкой области

ШКОЛА КАПОЭЙРЫ «JOGO DE CRAM»

С относительно недавних пор в Украине стал развиваться весьма необычный для нас вид единоборства – капоэйра. Это одновременно боевое искусство, танец, игра, и живые, зажигательные бразильские мелодии, каскад самых разнообразных движений, прыжков, ударов ногами и акробатических элементов.

Школа капоэйры «Jogo de Cram», которая была организована летом 2000, есть и в Краматорске. За время существования школы ее ученики приняли участие во многих мероприятиях города и области, включая выступления по телевидению, стали лауреатами областных и городских фестивалей боевых искусств. Они постоянно поддерживают связь со спортсменами из других городов Украины, России и Европы.

Передача мастерства ученику происходит во время семинарских занятий, которые длятся 3-5 дней и рассчитаны на большой объем информации и довольно серьезную физическую нагрузку. Капоэйра, безусловно, помогает всем развиваться духовно, в программу школы включено ознакомление с этикетом и ритуалами единоборства. Определенная часть тренировок посвящается пению (исключительно на португальском языке) и игре на традиционных музыкальных инструментах. Капоэйра – это своеобразная философия, даже, наверное, стиль жизни.

Сегодня ребята из Краматорской группы входят в состав международной ассоциации «International Capoeira Raiz», которая имеет представительства в Германии, Португалии, Польше, Украине, Чехии, Испании, Англии и является составляющей частью международной федерации капоэйры в Рио де Жанейро. Руководит ассоциацией бразильский мастер Байларино. Сейчас ему 40 лет, 30 из них были посвя-



Выступление представителей Краматорской школы
г. Запорожье, ноябрь, 2005г

щены изучению капоэйры, а его учитель – мастер Травайос – практикует капоэйру уже 64 года.

Группа также является отделением Всеукраинской Федерации Капоэйры (ВФК), которая постоянно проводит различные мероприятия (чемпионаты, фестивали, встречи, семинары и т. п.).

История капоэйры

Капоэйра – одно из самых загадочных и необычных боевых искусств с многовековой историей развития на бразильской земле. Родилось оно, предположительно, в 17 веке, как средство борьбы за свою свободу рабов, привезенных португальцами из Африки. Существует популярная версия, что слово «сароейра» пришло из индейских языков и означает «скошенная трава», на которой рабы практиковали капоэйру. Однако, это – лишь одна из версий...

Сегодня в Бразилии капоэйра преподается в школах и в университетах, используется полицией и армией и занимает второе место по популярности после футбола.

Диалог на языке танца

В капоэйре удары и блоки стилизованы под акробатические, и даже танцевальные движения. Музыка и ритм обретают телесные воплощения в движении бойцов, и они как бы ведут беседу между собой на особом языке. Побеждает тот, кто сумеет дезориентировать противника ловкостью, хитростью, умением разгадать намерения оппонента.

Капоэйрист показывает своё превосходство в замкнутом пространстве, приводя противника в замешательство опасностью и сложностью своих движений. Игроки внезапно атакуют и ловко уворачиваются, демонстрируя искусство владения телом. Они переплетаются в движении, пытаясь заманить друг друга в ловушку.

Капоэйру иногда называют «бокс ногами». Если во всех остальных боевых искусствах положено бить, опираясь на ноги, то в капоэйре боец атакует, стоя на голове или на руках. Таким образом, удары противника приходятся на ноги и ягодицы, голова же и шея бойца за-



Капоэйра - «бокс ногами»



щищены. Положение лежа в капозейре – совсем не признак поражения. Игрок использует свою подвижность и равновесие даже в такой незавидной, казалось бы, позе.

Музыка в капозейре

Исторически сложилось, что музыка использовалась для скрытия боевого применения системы. Теперь она стала частью традиций капозейры. Без нее игра просто невообразима. Музыка помогает объединять тело и разум капозейриста, заставляя его непрерывно перемещаться, и тем самым поддерживать игровой характер происходящего. Инструменты для мастера капозейры являются предметами силы, с помощью которых он поддерживает незримую связь с игроками и зрителями. Ритм музыки задает темп и настроение игры. Медленная, постепенно ускоряющаяся, музыка меняет стиль игры. Игроки начинают двигаться всё быстрее и быстрее, появляются элементы акробатики, различные прыжки, сальто, разного рода «вертушки».

Самый важный инструмент в оркестре, сердце музыки капозейры, – беримбау (музыкальный лук). Он делается из согнутой в дугу палки, струны и бразильской тыквы, действующей как резонатор. Пение – не просто музыкальный аккомпанемент к игре. Скорее, это неотъемлемая часть искусства, дающая энергию и поддержку игрокам и соединяющая Роду с духовностью и историей.

Песнями лидер подбадривает играющих и даже комментирует ход игры. И, конечно, пение дополняют завораживающие звуки и мелодии диковинных музыкальных инструментов. Все это создает неповторимую и ни с чем не сравнимую обстановку!



Представители Краматорской группы капозейры



С мастерами Balarino и Cotta



И это тоже капозейра!



Мастера Balarino и Cotta в Краматорской школе капозейры

О РАЗВИТИИ КИКБОКСИНГА В ДОНЕЦКОЙ ОБЛАСТИ



Александр Папаика

В течение 19 лет в Донецкой области успешно развивается новый вид спортивных единоборств - кикбоксинг. В настоящее время кикбоксинг культивируется в 17 городах Донецкой области, к занятиям привлечено около 2,5 тыс. человек, с которыми работают около 30 тренеров, из них 8 Заслуженных тренеров Украины, 2 заслуженных работника физической культуры и спорта Украины.

Кикбоксинг сравнительно не дорогой и доступный вид спорта, который пользуется прогрессирующей популярностью у молодежи. Наряду с физической подготовкой кикбоксинг решает вопросы нравственного воспитания. Соревнования проходят под девизом «Кикбоксинг против наркомании и детской преступности». Турниры посвящаются знаменательным датам, памяти героев Великой Отечественной войны, памяти участников боевых действий в Афганистане, выдающимся спортсменам и тренерам. Календарный план спортивных мероприятий Федерации кикбоксинга Донецкой области предусматривает многоступенчатую систему соревнований: 1 этап - соревнования в районах; 2 этап – соревнования в городах области, в которых принимают участие победители 1 этапа; 3 этап - Чемпионаты и Первенства Донецкой области, Первенства среди учащихся областной ДЮСШ, Универсиады области и др. Победители этих соревнований, а также победители соревнований 2 этапа, получают право на участие в республиканских турнирах, в первенствах и чемпионатах Украины. Кроме того, в календарном плане предусмотрено участие спортсменов Доне-

цкой области во многих республиканских и международных соревнованиях на территории Украины и за её пределами. В течение этих лет Донецкие спортсмены – бессменные победители Чемпионатов и Первенств Украины, призёры и победители чемпионатов Мира, Европы и других международных турниров.

У Федерации кикбоксинга Донецкой области большой и хороший актив, высококвалифицированный тренерский состав. Федерацию возглавляет доктор экономических наук, профессор, Заслуженный экономист Украины **Папаика Александр Алексеевич**, исполнительный директор Федерации – **Белых Сергей Иванович**, кандидат педагогических наук, доцент, Заслуженный тренер Украины, Заслуженный работник физической культуры и спорта Украины. Старший тренер – **Чмутов Алексей Алексеевич**, Заслуженный тренер Украины, Заслуженный работник физической культуры и спорта Украины. Федерации городов области возглавляют представители администрации городов, силовых структур, коммерческих и производственных организаций.

По инициативе Федерации кикбоксинга Донецкой области и при поддержке управления по вопросам физической культуры и спорта Донецкой облгосадминистрации, в 2000г. была создана Донецкая областная ДЮСШ по кикбоксингу, первая в Украине, которую возглавляет **Христич Сергей Давыдович**, судья национальной категории, **Касянюк Мария Васильевна**,



Руслан Батрудтинов, ЗМСУ, 6-тикратный чемпион мира



Вадим Пикинер, МСМК, чемпион мира



Верхний ряд слева направо: А.И. Гаврилец, А.А. Папаика, А.А. Чмутов, В.И. Кирбаба, С.И. Белых; В.В. Тесленко, Нижний ряд слева направо: В. Степченко, Р. Батрудтинов

судья национальной категории по кикбоксингу.

Наиболее успешное развитие кикбоксинг получил в городах Донецке, Мариуполе, Селидово, Енакиеве, Макеевке, Красноармейске, Славянске, Димитрове, Родинское.

За 19 прошедших лет в Донецкой области воспитано и подготовлено 4 Заслуженных мастера спорта, 22 мастера спорта международного класса, 75 мастеров спорта Украины, 8 Заслуженных тренеров Украины, 2 Заслуженных работника физической культуры и спорта Украины, 3 судьи международной категории, 12 судей национальной категории.

За эти годы значительно улучшилось качество организации и проведения соревнований в области, повысилась их массовость.

За прошедшие 2007-2008г. Федерация кикбоксинга Донецкой области признана лучшей в Украине. В 2007 году в г. Сумы проходили III летние спортивные игры Украины по кикбоксингу, в которых Донецкая область заняла первое общекомандное место. Летом этого же года в г. Киеве прошли первые Европейские игры по кикбоксингу, где донецкими спортсменами Русланом

Батрудиновым и Денисом Симкиным завоеваны золотые медали. В октябре 2007г. в Сербии состоялся Чемпионат мира по кикбоксингу в разделах лоу-кик и лайт-контакт, на котором спортсменка из Мариуполя Надежда Хаенок стала серебряным призёром, а в ноябре в Португалии прошёл Чемпионат мира в разделах фулл-контакт и семи-контакт, в которых дончанин Денис Симкин завоевал бронзовую медаль.

В феврале 2007года в г. Мариуполе прошёл первый чемпионат Украины среди спортивных школ по кикбоксингу, на котором Донецкая областная ДЮСШ заняла 1 общекомандное место.

В 2008г. спортсмены Донецкой области заняли 1 общекомандное место на чемпионате Украины среди ДЮСШ в г. Мариуполе, 1 общекомандное место на юниорском чемпионате Украины в г. Севастополе и 1 общекомандное место на чемпионате Украины среди взрослых в г. Сумы.

Впереди – подготовка к чемпионатам Мира, которые пройдут в октябре-ноябре 2009 г. во Франции и в Австрии.

Ежегодно не менее 10 спортсменов Донецкой области входят в состав сборной команды Украины.

Выполняя указания Президента

Украины о физическом и нравственном воспитании молодежи, борьбе за здоровый образ жизни, Федерация кикбоксинга Донецкой области совместно с областной ДЮСШ ведёт активную работу по привлечению подростков к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Учитывая доступность данного вида спорта, наличие шести разделов и, прежде всего, разделов с ограничением жестких контактов (сольные композиции, семи-контакт, лайт-контакт), коллектив областной Федерации и областной ДЮСШ ведут активную работу по массовому развитию кикбоксинга и привлечению всех слоёв населения для оздоровления средствами кикбоксинга.

Вышеперечисленные мероприятия и сплочённость тренерского коллектива в достижении единой цели позволят донецкому кикбоксингу выйти на качественно новый уровень в подготовке спортсменов высокого класса на всеукраинской и международной арене, продолжая славные традиции донецких кикбоксёров.

Материал предоставлен пресс-службой федерации кикбоксинга Донецкой области



Верхний ряд (слева направо): Вадим Пикинер, А.И. Гаврилец, А.А. Папаика, А.А. Чмугтов, С.И. Белых
Нижний ряд: Р. Батрудинов, Ю. Романко (ЗМСУ, 4-хкратный чемпион мира), Д. Симкин (3-хкратный чемпион мира), С. Чудаков (МСМК) — победители Кубка Мира 2003 г

ЮРИЙ СИВОКОНЕНКО: ДЕВИЗ ФЕДЕРАЦИИ РУКОПАШНОГО БОЯ – «ОСТАНОВИ АГРЕССИЮ!»

«Рукопашный бой – это философия жизни людей, готовых защищать себя, своих родных и близких, а также простых граждан от преступности и агрессии. Девиз федерации рукопашного боя «Останови агрессию!!!», а это возможно только в гармонии духа и тела, синтеза боевых видов единоборств, – каковым является рукопашный бой. Уделяя особое внимание воспитанию подрастающего поколения, мы заботимся, в первую очередь, о сохранении памяти славных традиций наших предков, о духовности молодежи, о физическом и моральном облике будущих и настоящих защитников Отечества.

Юрий Сивоконенко – президент клуба, мастер спорта по борьбе, мастер IV дана по рукопашному бою, призер СССР и чемпион Украины по рукопашному бою и каратэ, мастер IV дана по джиу-джитсу, III дана по каратэ, ветеран спецназа, Заслуженный тренер Украины по рукопашному бою.



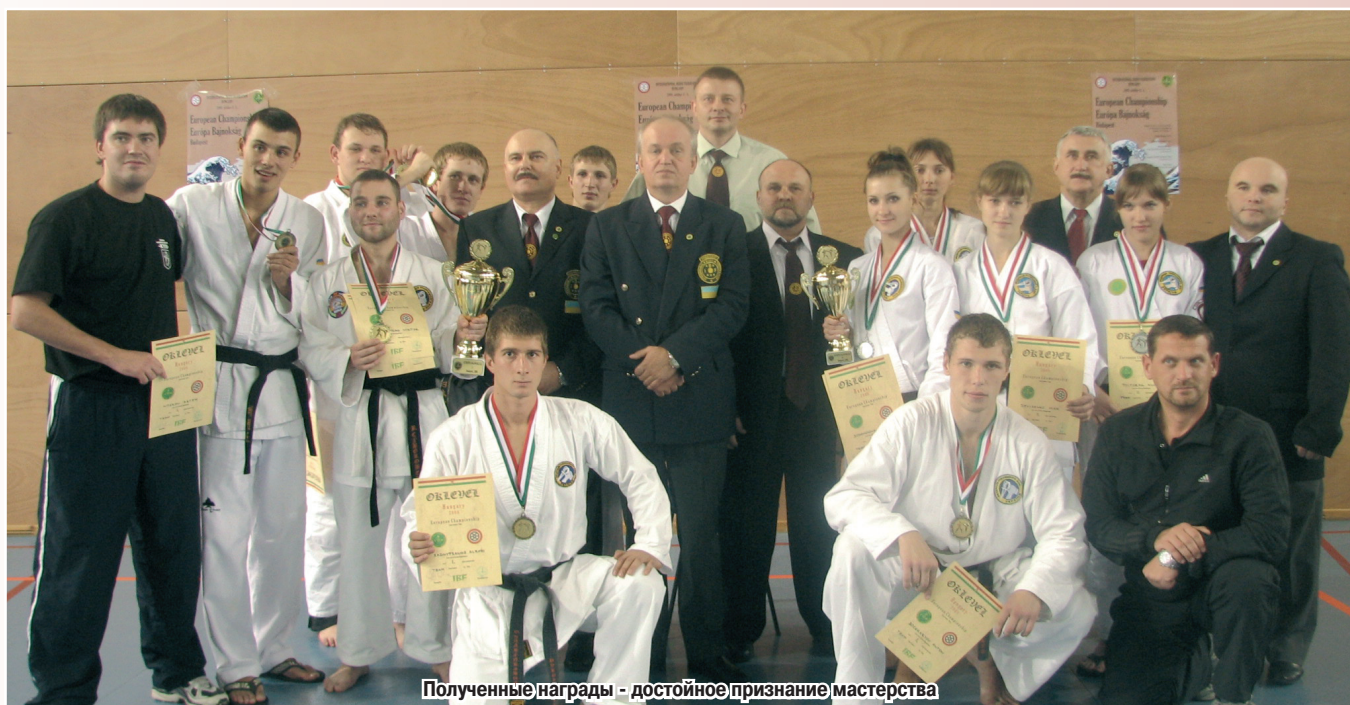
Ближний бой

Для реализации этих целей при Донецком государственном университете был создан спортивный клуб рукопашного боя СК «МИРАЖ-74». Изначально он представлял собой комсомольский спортивный отряд для помощи правоохранительным органам, поддержания общественной безопасности и порядка в местах массового отдыха граждан города.

Именно поэтому у истоков стояли, и сегодня стоят в строю, люди – профессионалы своего дела, ветераны спецназа. Хочу отметить этих мастеров. Основатель и почетный президент клуба – Заслуженный тренер Украины по рукопашному бою, мастер спорта СССР по вольной борьбе, обладатель VI дана по рукопашному бою, Чемпион СССР и Украины по рукопашному бою, мастер V дана по джиу-джитсу, IV дана по каратэ, – **Николай Петрович Капустин** (г. Киев, Украина).



СК «Мираж-74»



Полученные награды - достойное признание мастерства



Владение разной техникой в рукопашной – один из залогов победы



Вице – президент - Мастер Спор-та Международного Класса Украины по дзюдо, многократный призер СССР и чемпион России по дзюдо, мастер IV дана по рукопашному бою, ветеран спецназа **Валерий Гаврильчик** (Челябинск, Россия).

Вице-президенты: **Сергей Кравцов** (Канада)- мастер IV дана по каратэ; **Анатолий Лапин** (Донецк), мастер спорта СССР по самбо, чемпион и призер Украины по каратэ и рукопашному бою, мастер III дана; **Сергей Джуга** (Донецк), мастер III дана по каратэ, кандидат наук.

Название клуба расшифровывается из аббревиатуры следующим образом: Мысль, Инициатива, Работа, Активность, Желание.

За период своего существования с 1974г. «МИРАЖ-74» неоднократно был признан лучшим клубом рукопашного боя в Украине. Воспитанники клуба неоднократно завоевывали титулы чемпионов и призеров на международных соревнованиях. Чемпионами Мира и Европы становились: МСМКУ Сивоконенко Виктор, Гризодуб Роман, Иовенко Максим, МСУ Костягин Юрий, Кудин Сергей. Призерами Мира и Европы

становились: Шмаров Олег, Бондарь Андрей.

На призовые ступени пьедестала поднимались Смирнов Алексей, Кузнецов Марк, Несин Александр, Ханкевич Борис, Гуляева Катя, Некифоренко Анастасия, Амерхамов Роман, Серьга Дмитрий, Косенко Олег, Егоров Артем, Кожевников Иван, Сикорская Анна, Дмитрий Муляк, Юрий Чернявский.

Мы продолжаем работать, строим планы на будущее, т.е. претворяем в жизнь все то, что заложено в названии нашего клуба».



Представители СК «Мираж-74» – победители Чемпионата Европы

“САН-ДО-КЕН” - 29 ЛЕТ ПОБЕД



Владимир Марков



С. Овчаренко, Н. Моисеева, А. Мижирицкая, А. Марков, В. Марков, А. Стасик, Н. Мелентьева на Чемпионате Европы WKF в Каорле (Италия), 2004 г

Спортивный клуб «Сан-До-Кен», который возглавляет Президент Федерации Каратэ-до Украины, председатель коллегии судей Национальной Федерации Каратэ-до России, 1-й вице-президент USKO (Международный Союз Организаций Шотокан Каратэ-до), доцент кафедры физвоспитания и спорта Донецкого национального университета, судья международной категории, Заслуженный тренер Украины, 6 дан WKF (Всемирная Конфедерация Каратэ-до) **Владимир Владимирович Марков** – это Донецкая городская детская общественная организация. Этот клуб, развивающий шотокан каратэ-до,

– один из ведущих в Украине, является базовым для подготовки спортсменов для Федерации Каратэ-до Украины.

С момента вступления Федерации Каратэ-до Украины в международные организации каратэ спортсмены Донецка составляют костяк сборной команды Федерации, постоянно доказывают право защищать честь Украины на всех международных соревнованиях.

Сан-До-Кен (три пути кулака):

- путь развития силы тела посредством усердных занятий физической и технической подготовкой;
- путь совершенствования разума посредством постижения проверенных



Сергей Овчаренко, МС, один из ведущих спортсменов клуба



Спортсмены клуба на летнем сборе. Севастополь, июль 2003г

историей идеалов добра и справедливости, теоретических основ боевого искусства;

– путь воспитания духа, который необходим для правильной реализации физической силы тела и приобретенных знаний.

Свою историю клуб ведет с 1980 г., когда выпускник физического факультета Донецкого государственного университета (ДонГУ) Владимир Марков объединил под своим руководством энтузиастов тогда еще относительно нового для СССР боевого искусства и вида спорта КАРАТЭ и начал проводить тренировки на базе ДонГУ.

В 1990 году воспитанники «Сан-До-Кен» Игорь Прокопенко, Александр Захаренко и Станислав Кундик вошли в состав сборной СССР по каратэ и в 1991 году в составе последней всесоюзной команды выиграли соревнования на Кубок Вербаны в Италии, стали победителями трех турниров в Великобритании (Англия – Шотландия – Северная Ирландия).

Если говорить об основных всемирных и европейских федерациях, в которых выступают воспитанники клуба в составе сборной Украины, то это Европейская и всемирная ассоциации Сётокан Каратэ – WSKA, ESKA (проводят раз в два года ЧМ и каждый год ЧЕ), Японская Ассоциация Каратэ/ всемирная федерация и Европа – JKA/WF, JKA/Europe (проводят раз в три года ЧМ и каждый год ЧЕ), Всемирная Конфедерация Каратэ – WKC (проводят раз в два года ЧЕ, ЧМ и Первенство мира), Союз Организаций Сётокан Каратэ – USKO (проводит раз в два года ЧМ и ежегодно «Кубок Эноэда»).

За весомые спортивные достижения воспитанники клуба удостоены высоких спортивных званий. Заслуженными тренерами Украины по каратэ-до стали Владимир Владимирович Марков, Алиса Юрьевна Мижирицкая, Александр Владимирович Марков, Сергей Николаевич Пелипас, мастерами спорта Украины международного класса – Ста-

нислав Кундик, Александр Захаренко, Владимир Марков, Игорь Моисеев, Наталья Моисеева, Алена Стасик, Светлана Овчаренко, Владислав Ламаш, Игорь Шаповал, Анастасия Курова, Екатерина Фролова. Занимаются в «Сан-До-Кен» и более 20 мастеров спорта Украины по каратэ. Уже сейчас на мировых и европейских первенствах юные спортсмены клуба в составе сборной ФКУ завоевали более 50 медалей различного достоинства.

Сегодня действующих и будущих чемпионов в клубе тренируют Александр Владимирович Марков, Владимир Владимирович Марков, Владимир Владимирович Марков (младший), Владислав Владимирович Марков, Алиса Юрьевна Мижирицкая, Светлана Георгиевна Иванова, Владислав Александрович Ламаш, Игорь Игоревич Моисеев, Алена Эдуардовна Стасик, Сергей Степанович Сивирин. Все они имеют специальное физкультурное образование.



Влада Данилова, Анастасия Курова,
Алена Стасик, Алиса Мижирицкая



Евгения Федоренко, чемпионат Европы среди детей, кадетов и юниоров по версии Японской Ассоциации Каратэ, Прага, 2008г

О стиле Сётокан, развиваемом в «Сан-До-Кен», рассказывает Владимир Марков.

Стиль Сётокан – органичное соединение техники боевого искусства и философии жизни. Додзё Кун (правила поведения в зале для занятий каратэ) так формулирует некоторые принципы:

- будь искренен
- совершенствуй себя
- старайся изо всех сил
- уважай других
- воспитывай самообладание

Мы выбрали для себя путь каратэ Сётокан, так как искренне разделяем вышеизложенные принципы. Мы хотим БЫТЬ, а не КАЗАТЬСЯ!

Приоритетным в тренировке, на мой взгляд, является трудолюбие и настойчивость. Нет ни одного человека, который не может достичь успеха, в том числе и в каратэ, проявив должную настойчивость и трудолюбие. Я считаю, что нет технических действий, которые можно выделить как наиболее значимые. Техника каратэ – это инструмент реализации тактических и стратегических задач боя. Чем разнообразней и качественней инструмент (техника), тем больше возможностей реализации. Но главным всегда будет скорость и гибкость мышления на основе понимания принципов боя. Наиболее эффективным является то техническое действие, которое подходит к конкретной ситуации. Нельзя сказать, какой из сотни ключей самый лучший, ведь открыть замок можно лишь тем ключом, который к нему подходит.

Стратегия поединка или «схватки» вообще - это наиболее эффективное решение стоящих задач. Нельзя сформулировать общую стратегию сётокан каратэ-до, так как в спортивном поединке она одна, в экстремальной боевой ситуации – другая, в вопросах самосовершенствования – третья и так далее.

Если говорить о тренировочном процессе, то в нем важна и работа с оружием. Ведь может сложиться ситуация, когда придется противостоять вооруженному противнику, и нужно знать, что от него ожидать. Но работа с оружием выходит за рамки базовых программ и остается личным делом каждого адепта.