

## КИОКУСИНКАЙ И ММА -

## ВОЗРАТ К ИСТОКАМ

В настоящее время стали популярны турниры по смешанным единоборствам, в которых успешно выступают представители различных видов спортивной борьбы, бокса и кикбоксинга. Спецификой этих единоборств является использование в комплексе ударной и борцовской техники, а также техники выполнения болевых и ударных приемов. Не часто на подобных турнирах можно наблюдать представителей традиционных боевых искусств, например, каратэ. В Японии все контактные единоборства имеют один источник - это «зал каратэ для драк Оямы». Сам Масутацу Ояма с целью пропаганды своей школы проводил бои с представителями других видов единоборств. Так, во время своего турне по США в начале 50-х годов прошлого века Ояма провел бои с борцом Диком Рилом, дзюдоистом Дэном Календаром, боксером Бекером. Все поединки японский каратист выиграл. Бои проводились без правил, что тогда было в новинку для американской публики. В наши дни, представители киокусинкай достойно выступают по смешанным единоборствам, и высоко несут знамя сильнейшего каратэ.

Открытый в 1956 году «зал каратэ для драк Оямы» быстро прославился на всю страну. Мастера различных школ боевых искусств приходили сюда, чтобы проверить свое мастерство в полноконтактных поединках. Правила были просты, побеждал тот, кто оставался стоять на ногах. Бой продолжался до нокаута. Захваты, броски, удары



головой, любые атаки руками и ногами, в том числе в пах, были обыкновением на тренировках. Так как защитной амуниции не было, травматизм составлял 90 процентов. В додзэ практиковали различные стили боевых искусств - каратэ, дзюдо, бокс. Далее с целью популяризации каратэ в мире наиболее опасные техники были исключены из спортивной версии школы Оямы, которая стала известна как каратэ Киокусинкай. Первый чемпионат мира, проведенный Оямой в 1975 году, был объявлен открытым для представителей всех школ боевых искусств. Мастера муай-тай, дзюдо, кунг-фу, а также различных направлений каратэ приняли участие в турнире, но победу одержали бойцы киокусинкай. Со временем многие увлеклись спортивной составляющей, что и привело к неприятностям для бойцов киокусинкай в турнирах по смешанным единоборствам.

Некоторые спортсмены киокусинкай каратэ начали принимать участие в подобных турнирах, сталкиваясь с целым комплексом проблем (отсутствие навыков борьбы, работы в партере, техники ударов руками в голову и защиты от этих ударов). Среди известных мастеров киокусинкай, выступающих на турнирах по комплексным единоборствам, можно отметить японского бойца Хироюки Куросаву, успешно выступавшего в турнирах Rings. Российские бойцы Евгений Головихин и Рустам Талибов достаточно успешно принимали участие в первых чемпионатах по «боям без правил» в Москве. Международная организация каратэ киокусинкай кан принимая во внимание общемировые тенденции развития боевых искусств выступила учредителем турнира «Ичи Гекки». Этот профессиональный турнир включает в себя





серии боев представителей киокусинкай с бойцами других стилей и видов боевых искусств. Причем бои проходят как по правилам киокусинкай, так и по правилам К-1 и ММА. Данный турнир уже получил достаточную популярность в Японии и Бразилии, а теперь набирает обороты по всему миру. В японских додзэ киокусинкай все больше времени уделяется постановке техники ударов руками в голову и навыкам борьбы.

Необходимо отметить, что навыками дзюдо обладает большинство японских спортсменов киокусинкай, так как дзюдо введено в программу общеобразовательных школ Японии.

Некоторые мастера так увлеклись интеграцией киокусинкай, дзюдо и бокса, что это привело к созданию новых направлений полноконтактных единоборств. Среди них можно отметить кудо (основатель Адзума Такаши) и киокушин будо кай (основатель Ион Бломинг).

Несомненно, каждый человек выбирает для себя то, что больше ему нравится. В наши дни киокусинкай несомненно лидер в каратэ. Во первых, очень мощная ударная техника, выдержать удар рукой даже просто в грудь от бойца киокусинкай не под силу даже хорошо подготовленному спортсмену. А удары ногами - мавашии или просто коленом. Все объясняется просто, соревнования требуют определенной подготовки. В первую очередь огромная сила, выносливость и стойкость. А что бы все это приобрести надо тренироваться на полную катушку. Не надо забывать о том, что, за время боя сорок - пятьдесят процентов ударов спортсмен принимает на себя, и стойкости бойцов можно только позавидовать. Ни в одном виде единоборств нет такой мощи и плотности боя.

Спаринг в кудо и в будокай в конечном итоге сводится к борьбе а далее к удушающим или к болевым приемам, кому что нравится. Но мы говорим о способности проявлять силу и характер в полном смысле этого слова, и умении реально противостоять сопернику. Правила ведения боя в киокусинкай просты, бой заканчивается оценкой - иппон (полная победа), либо - вадза ари (пол победы).

Да, казалось бы есть недостаток, это отсутствие ударов руками в голову. Насчёт того, что бойцы киокусинкай не умеют работать с ударами рук по голове, это не совсем верно. Да, неопытные не умеют. Уже порядка десяти лет в киокусинкай есть раздел - «Ичи Гекки», где бойцы киокусина очень успешно практикуют все удары.

Самый престижный турнир, который проводится в Японии - К-1, с начала проведения этого турнира и по сей день, бойцы киокусинкай каратэ достойно выступают и держат лидирующие позиции.

Энди Хуг, во всем мире единоборств известен этот великий боец по прозвищу «Голубоглазый самурай» Франческо Филио, в настоящее

время Филио создал в Бразилии школу «Ичи Гекки», такие бойцы, как Глаубе Фейтоза, Эвертон Тэксейра, Макото Акайши, Кентаро Танака, навсегда вписали свои имена в

список сильных бойцов по смешанным единоборствам. Наши, Российские представители Киокусинкай каратэ: Сергей Плеханов, Сергей Осипов, Александр Пичкунов, Игорь Пелов, Максим Дедик, Бату Хасиков, Артур Хаванесян, Лечи Курбанов, эти великие бойцы не однократно становились победителями турниров различного уровня. Лечи Курбанов в Японии пользуется огромной популярностью. Он может в любой момент остаться в Японии, что хочет может делать. Любые его условия принимаются.

Важно добавить, что с большим успехом выступает по муай тай и французскому боксу представительница киокусинкай каратэ - Воробьева Елены, и является Чемпионкой Мира по муай тай и французскому боксу.

В настоящее время в ММА, яркий лидер это канадец Жорж Сен Пьер, представитель киокусинкай каратэ, его жесткая манера ведения боя, активность, мощный натиск и негибкая воля говорят о том, что такие качества можно приобрести занимаясь только киокусинкай каратэ.

Меняются времена, меняется мода, но те качества, которые приобретают спортсмены, придя в залы Киокусинкай, остаются с ними на всю жизнь. И этому пример растущая популярность киокусинкай в мире.



Франческо Филио



Сергей Плеханов



Лечи Курбанов



Энди Хуг

настоящее



Жорж Сен Пьер



# ВСЕРОССИЙСКИЕ ИГРЫ БОЕВЫХ ИСКУССТВ



09 - 13 сентября 2012 года, в городе-курорте Анапа состоялись Пятые Всероссийские юношеские игры боевых искусств. В рамках игр состоялся Всероссийский турнир по Киокусинкай среди юношей, девушек, juniоров, juniорок и молодежи по ката и кумитэ. В соревнованиях принимали участие 650 спортсменов. Среди участников были победители и призеры первенств России, Европы и Мира. Команда Ростовской области в составе 50 человек приняла участие в турнире. Спортсмены Ростовской области заняли одно первое, четыре вторых и одно третье место в своих весовых категориях. Поздравляем ребят, они сделали всё, что зависело от них!



## РЕЗУЛЬТАТЫ СОРЕВНОВАНИЙ:

- 1 место - Тесленко Евгения;
- 2 место - Мельникова Елена
- 2 место - Бугаева Татьяна
- 2 место - Благородова Юлия
- 2 место - Жекривецкая Татьяна
- 3 место - Будаева Мария

Откровенно говоря, руководство Федерации и тренерский состав рассчитывали на лучший результат. Ведь, к подготовке к этим соревнованиям было подключено много ресурсов. Во первых, тренировка в спортивных лагерях, с полной отработкой циклов. После спортивных лагерей, были организованы тренировки, а в Шолоховской ДЮСШ прошли спортивные сборы. То есть - ребята готовились. Сейчас, когда прошло достаточно времени, что бы улеглись страсти, причина такого выступления - одна. Это, нет организованности, и нет сплоченной команды. Надо делать выводы!

## ОТКРЫТОЕ ПЕРВЕНСТВО АЗОВСКОГО РАЙОНА



28 октября 2012 года, в с. Самарское, Ростовской области, прошли соревнования «Открытое Первенство Азовского района по Киокусинкай каратэ среди юношей, девушек, juniоров и juniорок», в соревнованиях приняло участие 130 спортсменов Ростовской области. Главный судья: Семешин Юрий Александрович. Соревнования прошли в здоровой спортивной обстановке, много было ярких, запоминающихся поединков, ребята выкладывались на полную, стараясь победить. Самое важное, что 130 детей и подростков этот день провели с пользой для себя, закаляя характер в спортивном соперничестве. Каждый участник, получил соревновательный опыт, и приобрел новых друзей. Огромная благодарность организаторам турнира.

Соревнования посетил глава Задонского поселения Рябов Сергей Иванович.

### РЕЗУЛЬТАТЫ СОРЕВНОВАНИЙ

#### ПЕРВЫЕ МЕСТА ЗАНЯЛИ:

Соловьев Илья, Кольцов Ростислав, Вайтухов Олег, Емельяненко Григорий, Заргаров Владислав, Чечуров Данил, Дегтярев Илья, Кузьмин Константин, Зуев Максим, Егоров Кирилл, Тахмезов Рустам, Долгая Полина, Митьковский Андрей, Кошелев Владислав, Соловьев Даниил, Чебушев Денис, Цой Владислав, Мещеряков Федор.

#### ВТОРЫЕ МЕСТА ЗАНЯЛИ:

Ильченко Иван, Мирошниченко Андрей, Соболь Богдан, Кошелев Анатолий, Самсонов Данил, Садовой Павел, Гуев Александр, Дегтярев Алексей, Бугаев Данил, Соболь Денис, Вардумян Ливон, Дубовиков Максим, Канюк Валерия, Сопач Семен, Симонян Грайр, Тян Дмитрий, Сорокин Данил, Сережкин Владислав, Климов Александр.

#### ТРЕТЬИ МЕСТА ЗАНЯЛИ:

Михайловский Александр, Боргер Виктор, Голосной Евгений, Серегин Александр, Даниленко Андрей, Матейчук Виктор, Гацуцин Святослав, Колпков Дмитрий, Маилян Саак, Логвинова Екатерина, Хотлубей Николай, Ширали Эдуард, Чернов Станислав, Кузьменков Григорий, Самодуров Олег, Пилосян Вагаршак.

**ПРИЗ - САМЫЙ КОРОТКИЙ БОЙ - Бугаев Даниил.**





# Кю-тест в Ростовской Ассоциации Киокусинкай



18 ноября прошел кю-тест в Ростовской Ассоциации Киокусинкай. Более 80 спортсменов принимали участие в экзамене. Большие требования экзаменаторы предъявили к выполнению техники кихон и идо-гейко. Также очень пристальное внимание было обращено к исполнению

ката. Многие сдающие очень уверенно прошли тестирование в кумитэ и общефизической подготовке, что положительно сказалось на результате экзамена. Поздравляем, спортсменов, кто успешно прошли кю-тест и сдали на следующие пояса!

## На заметку тренеру. Из беседы с Олегом Захаровым, автором книги

**«Секретные техники бойцов спецподразделений: построение индивидуальной боевой системы»**

Из почты редакции

Хочу поблагодарить Вас за книгу, которую Вы нам подарили. Могу сразу сказать — книга очень серьезная. Оформление такое, что книгу приятно держать в руках, обложка — классика настоящих советских книг, она и через несколько десятков лет будет в таком же состоянии...

Теперь по содержанию.

Кто, как ни мы, можем оценить тот колоссальный труд, который Вы проделали! Сразу чувствуется классический научный подход — от эксперимента к практике. Интересные методики, подача материала, ничего лишнего... По моему мнению, именно такие юнги являются мощным стимулом не только для занятий боевыми искусствами (самосовершенствованием в них), но и для пробуждения интереса у тысяч пацанов, которые хотят стать настоящими героями.

Книга читается очень легко... На мой взгляд, интересен подбор материала... по принципу «ничего лишнего — только практицизм»... еще раз большое Вам спасибо за Ваш труд!

Главный редактор журнала «Боевые искусства — ключи к совершенству».

Дмитрий Дёмин

**1. Как бы Вы провели грань между универсальными основами подготовки и индивидуализацией в боевой подготовке? Т. е. в каких аспектах тренировочного процесса лучше использовать принцип универсальности, а в каких делать упор на индивидуальные особенности занимающегося?**

Я считаю, что принцип универсальности важен на начальных этапах обучения боевому искусству, когда учебно-тренировочные занятия зачастую проводятся в группах обучающихся. Естественно, в данном случае необходимы универсальные методики подготовки, которые обеспечат развитие всей группе, несмотря на исходные различия в психологической и физической подготовке занимающихся. Развитие индивидуальных особенностей проводится на последующих уровнях подготовки. В спортивных школах это работа по индивидуальным тренировочным планам на этапе спортивного совершенствования. Эта работа должна начинаться, когда занимающийся, освоив программу стиля, сформировал свой личный боевой арсенал, приобрел так называемые в спортивных единоборствах «коронки», т. е. технические действия, в которых боец может максимально эффективно использовать весь свой потенциал. Эти техники

определяются, прежде всего, исходя из физиологических особенностей занимающихся, а также уровня развития определенных физических и психических качеств.

**2. Какие приоритеты Вы могли бы расставить в подготовке бойца: физическая, технико-тактическая, психологическая составляющие, и как, все-таки, можно в короткий временной срок совместить все эти компоненты для качественной подготовки бойца?**

Прежде всего, хотелось бы отметить, на мой взгляд, два несовместимых определения: короткий временной срок и качественная подготовка бойца. Если бы было возможно обратное, то практически все пришедшие в секции и школы спортивных единоборств в течение считанных месяцев достигали бы высот в своих дисциплинах. Я не имею в виду коммерческие направления боевых искусств, где за определенную оплату, в течение полугода можно стать обладателем мастерского черного пояса.

окончание в следующем номере

