

## BOKSDA DÖYÜŞ ÜSLUBLARININ MÜQAYİSƏLİ TƏHLİLİ

b.ü.f.d. Z. Rzayev, B. Rzayev, dos. N. Mərdanov

*Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyası*

“İdmanın təkmübarizlik növləri” kafedrası

[balanza.rzayev@sport.edu.az](mailto:balanza.rzayev@sport.edu.az), [nuralam.mardanov@sport.edu.az](mailto:nuralam.mardanov@sport.edu.az)

### Nəşr tarixi

Qəbul edilib: 1 noyabr 2020

Dərc olunub: 5 dekabr 2020

© 2020 ADBTİA Bütün hüquqlar qorunur

**Annotasiya:** Boks idman növü uzun inkişaf yolu keçmiş və indiki yüksək səviyyəli texniki-taktiki halına gəlib çatmışdır. Bu inkişafın nəticəsində taktiki olaraq, müxtəlif döyüş üslubları yaranmışdır. Yəni, boksçular qalib gəlmək üçün müxtəlif rəqiblərə qarşı müxtəlif taktiki üslublardan istifadə edirlər.

Boks idman növü ilə məşğul olmağa başlayan andan, yeniyetmələr və ya gənclər illər keçdikcə onların antropometrik göstəriciləri, fiziki, texniki, taktiki, psixoloji, iradi keyfiyyətləri, intellektual, nəzəri bilikləri getdikcə artır və inkişaf edir. Onlar müxtəlif miqyaslı yarışlarda müxtəlif rəqiblərlə döyüşərək öz ustalıqlarını getdikcə artırır. Həmin bu sadaldığımız keyfiyyətlər inkişaf etdikcə, idman ustalıqları artdıqca boksçuların özünə məxsus döyüş tərzləri, döyüş üslubları əmələ gəlir. Biz bu üslublar haqqında məlumat verəcəyik və həmçinin, hansı üslubun daha effektiv olmasını təhlil edəcəyik. Müxtəlif boks məktəbləri bu üslubları fərqli formada adlandırmış, bəzən isə heç təsnif etməmişlər. Qərb boks məktəbi (Amerika, İngiltərə) bu üslubları ingilis terminləri ilə adlandırmışlar. Sovet boks məktəbi isə bu üslubları fərqli formada təstifatlaşdırıblar. Biz bu üslubları ümumiləşdirib terminlərə aydınlıq gətirmiş və oxucunun anlaması üçün şərti olaraq diaqramlarla izahat vermişik.

**Açar sözlər:** *boks, boks üslubları, xal hesabı, antropometrik göstəricilər, aufayter, pançer-boksçu, svormer, infayter, slaqer, brouler, kontur-pançer, spoyler, ceb, kros huk, apperkat, yayınma, başvurma, qövsvari zərbələr, klinç, nokaut, raund, dəyişik vuran, hər iki əl ilə işləyə bilən.*

Müxtəlif döyüş üslubları vardır ki, bunlar beynəlxalq aləmdə ingilis terminləri ilə adlandırılıblar.

Müasir boksda əsasən aşağıdakı 4 üslub qeyd edilir:

1. Aufayter və ya xalis boksçu
2. Pançer boksçu
3. Svormer və ya infayter
4. Slaqer və ya brouler

Əhəmiyyəti az olmayan, amma ikinci dərəcəli sayılan döyüş üslubları da mövcuddur:

5. Kontur-pançer
6. Spoyler
7. Solaxay-boksçu
8. Nokaut edən
9. Dəyişik vuran və ya hər iki əl ilə işləyə bilən
10. Universal

Bir boksçu yalnız bir üslubda döyüşməyə bilər və ya yalnız bir üsluba məxsus olmaya bilər. Yəni, boksçu iki və ya ikidən artıq döyüş üslubunda döyüşə bilər. Bu onun yüksək ustalığının göstəricisi kimi qiymətləndirilməlidir. Nümunə, Bernard Hopkins, o, həm aufayter və həm də infayter kimi döyüşürdü, Vitali Kliçko, o, həm aufayter, həm də pançer üslublarında döyüşürdü. Belə nümunələr çoxdur.

Qeyd etmək lazımdır ki, boks üslublarının dəqiq terminalogiyası ümumiyyətlə mövcud deyil. Buna səbəb mübahisə predmetinin çox mürəkkəb olmasıdır. Yuxarıda qeyd etdiyimiz bütün keyfiyyətlər müəyyən döyüş üslubunun əmələ gəlməsinə səbəb olur. Fiziki keyfiyyətlərdən sürət, qüvvət, dözümlük, çeviklik, insanın psixoloji halı, xarakteri, tərbiyə aldığı mühit, onun bədən quruluşu boksçunun xüsusi üslubunun yaranmasına gətirib çıxarır.

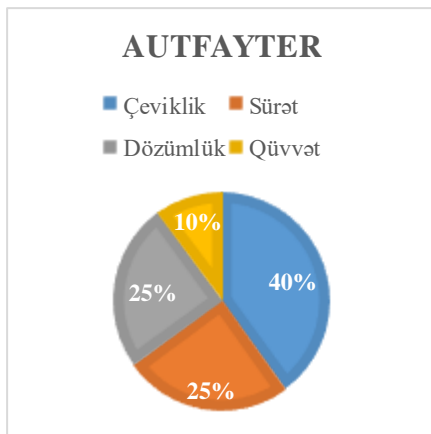
Qeyd etdiyimiz kimi, boksçuların ustalığı artdıqca onların daha çox və daha fərqli

üslublarda döyüşmək qabiliyyətləri ola bilir və həmçinin, fərqli rəqiblərlə fərqli üslublarda döyüşə bilirlər. Hətta, bir döyüş ərzində yorğunluq, aqressivlik səbəbindən və ya sadəcə qələbə qazanmaq üçün taktikanı dəyişməklə də döyüş üslubu fərqli forma ala bilər. Bu onu sübut edir ki, boksçu eyni bir üslubda döyüşməyə bilər.

**Autfayter** (ing. *out-fighter, out-boxer*), və ya **xalis boksçu** (ing. *pure-boxer*), – bu stilin nümayəndəsi olan klassik boksçu uzaq məsafədə döyüşməyə üstünlük verir. Bu boksçular yüksək texniki potensiala malik olurlar. Autfayterlər svormer stilində döyüşən boksçulara əks stildə döyüşürlər. Bu boksçular ringdə yüksək ustalıqla sürətli yerdəyişmələr edərək rəqiblə uzaq məsafənin saxlanılmasını təmin edirlər. Əsas silahlarından biri cəb (irəlidəki əl ilə düzünə başa zərbə) zərbələrdir. Rəqib müdafiəsi zəifləyəndə isə autfayterlər kros (arxa əl ilə sarsıdıcı) zərbə endirirlər. Belə boksçular adətən emosiyalara qapılırlar və stabil döyüş aparmağa üstünlük verirlər.

Autfayterlər adətən hündür boylu və uzun ətraflı olurlar. Həmçinin, onlar yüksək reaksiyaya və sürətə malik qabiliyyətləri ilə döyüşdə xal hesabı ilə qələbə qazanmağa üstünlük verirlər. (Diaqram 1)

Diaqram 1.

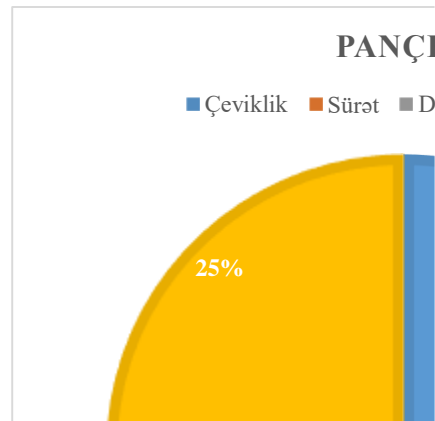


Bu stilə nümunə Məhəmməd Əli, Cin Tanni, Larri Holms, Co Kalzagi, Vilfredo Gomez, Salvador Sançez, Sisilia Brekus, Gen Tunney, Ezzard Çarley, Villi Pep, Meldrik Teylor, Rikardo Lopez, Roy Cons, Floyd Meyvezer, Şuqar Rey Leonard, Migel Vazgez, Ser-

xio “Maravil” Martinez, Vitali Kliçko, Vladimir Kliçko, Gilermo Riqonda və s. Boksçuların adını çəkmək olar.

**Pançer-boksçu** (ing. *boxer-puncher*) – bu stilin nümayəndələri yaxın və orta məsafədə döyüşərək texnika və qüvvələrinin hesabına rəqibi bir və ya bir neçə zərbə seriyası ilə nokaut salmağa çalışırlar. Pançer-boksçular slaqerlər kimi böyük qüvvəyə malikdirlər. Onların əsas məqsədi döyüşü vaxtından əvvəl qurtarmaqdır. Pançer-boksçular autfayterlərə nisbətən az hərəkətli olmaqlarına baxmayaraq yerdəyişmələrdə, hissiyatda, müdafiə olunmada onlardan heç də dala qalmırlar. Svormerlər kimi yüksək sürətə malikdirlər. Bir sözlə qeyd etmək olar ki, pançer-boksçuları universal saymaq olar. (Diaqram 2)

Diaqram 2.



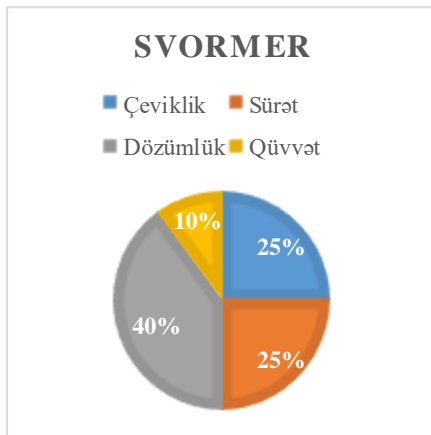
Bu stilə nümunə Mayk Tayson, Co Luis, Məhəmməd Əli, Kanelo Alvarez, Vladimir Kliçko, Vasili Lomaçenko, Lennoks Luis, Co Luis, Vilfredo Qomez, Oskar De La Hoya, Arçi Mur, Migel Cotto, Nonito Donair, Sem Lengford, Henri Armstrong, Şuqar Rey Robinson, Tony Zale, Carlos Monzón, Aleksis Argüello, Erik Morales, Terri Norris, Marko Antonio Barrera, Nasim Həmid, Tomas HERN, Xulian Cekson, Qennadi Qolovkin kimi boksçuları misal göstərmək olar.

**Svormer** (ing. *swarmer*) və ya **infayter** (ing. *in-fighter*), (pressure fighter) – bu stilin nümayəndələri əsasən yaxın məsafədə huk və apperkat (yandan və altdan zərbələr) seriya zərbələrindən istifadə edirlər. İnfayterlər sürətli, çox qüvvətli, aqressiv və məqsədyönlü olurlar. Amma, bu stildə döyüşən boksçular yaxın məsafədə işləməyə səy etdiklərinə görə özləri

də rəqibin zərbələrinə məruz qalmağa meyillidirlər. Buna görə onlar zərbəyə də davamlı olmalıdırlar. Svormerlər rəqiblərinə nisbətən alçaq boylu olurlar və buna görə onlar gövdə ilə hərəkətlərə (yayınma və başvurma) üstünlük verirlər. Onların əsas cəhəti sarsıdıcı zərbələrə malik olmalarıdır. Raund ərzində svormerlər təqribən 50 qüvvətli, dəqiq zərbə vurmalıdırlar ki, döyüşdə qalib gəlsinlər. Bu qədər zərbə endirmək üçün boksçuda yüksək səviyyəli dözümlük olmalıdır. Svormerlər aqressiv, qəzəbli boksçudurlar. Bu xüsusiyyətləri onların texnikalarına mənfi təsir göstərir. Meksika, İrlandiya boks məktəbi bu stilə üstünlük verir. (Diaqram 3)

Bu stilə nümunə Co Frezer, Cek Dempsi, Henri Armstrong, Aaron Pryor, Xulio Sesar Çavez, Şon Porter, Migel Kotto, Denni Qarsia, Mayk Tayson, Menni Pakiao, Roki Marçiano, Veyn Makkalaf, Cerri Penalosa, Herry Qreb, Devid Tua, Ceyms Toni, Riki Hetton kimi boksçuları misal göstərmək olar.

Diaqram 3.



**Slaqer** (ing. slugger) və ya **brouler** (ing. brawler), (heavy puncher) – bu stilin nümayəndələri qövsvari sarsıdıcı zərbələrə - yəni, huk və apperkat (yandan və altdan) zərbələrə üstünlük verirlər. Az hərəkətçil və nisbətən zəif texnikaya malik slaqerlər, adətən aldadıcı hərəkətlərdən də istifadə etmirlər. Onlar həmişə irəli hərəkət edərək bir ağır zərbə ilə rəqibi nokauta salıb işi tamamlamaq istəyirlər. Az hərəkətçil olduqlarına görə sürətli yerdəyişmə edən boksçu ilə döyüşmək onlar üçün nisbətən çətin olur. Onların üstün cəhəti çox qüvvətli və dözümlü olmalarıdır. Slaqerlərin svormerlər-

dən fərqi ondadır ki, onlar daha az, amma daha qüvvətli zərbələr endirirlər. Rəqibin zərbələrinə qarşı da davamlı bədənləri olur. Adətən, nisbətən yaşlı və güclü zərbələrə malik boksçular slaqer olurlar. (Diaqram 4)

Bu stilə nümunə Rokki Marçiano, Corc Formen, Xulio Sesar Çavez, Roberto Duran, Denni Qarsia, Vilfredo Qomez, Sonni Liston, Con L. Sallivan, Maks Baer, Nasim Həmid, Rey Mancini, Devid Tua, Arturo Qatti, Miki Vard, Brendon Ríos, Ruslan Provodnikov, Maykl Katsidis, Ceyms Kirkland, Markos Maidana, Ceyk LaMotta, Menni Pakiao, Con Duddy.

Diaqram 4



**Kontur-pançer** (ing. counter-puncher) – rəqibin səhlərindən məharətlə istifadə edərək müdafiə və əks zərbələrlə döyüşməyə meyilli boksçu stilidir. Güclü hissiyata və reaksiyaya malik bu boksçular rəqibin hər bir hücumundan məharətlə müdafiə olunaraq onların zərbələrinin qarşısını qarşılıyıcı və ya cavab zərbələri ilə alırlar. Kontur-pançerlər aqressiv slaqerlər üçün çox narahat və çətin rəqibdirlər. Onlar çox vaxt xal hesabı ilə döyüşü qazanmağa üstünlük verirlər.

Kontur-pançerlərə nümunə Floyd Meyvezer, Evander Holifild, Vitali Kličko, Məhəmməd Əli, Co Kalzage, Maks Şmelinq, Kris Bird, Cim Korbett, Cek Conson, Bernard Hopkins, Laszlo Papp, Cerry Quarri, Anselmo Moreno, Ceyms Toney, Marvin Hagler, Xuan Manuel Marquz, Humberto Soto, Floyd Meyvezer, Rocer Meyvezer, Perne Viteker, Serxio Qabriyel Martinez and Gilermo Riqonda.

**Spoiler** (ing. to spoil - "korlamaq, pozmaq, mane olmaq") - açıq döyüşdən qaçan

boksçulardır. Bu boksçular döyüşü klinç və zıyyətinə keçirməyə üstünlük verirlər. Yəni, rəqibin şiddətli hücumunun qarşısını məsafəni yaxınlaşdıraraq tutmalarla, qucaqlamalarla alırlar və qısa zərbələr endirdikdən sonra rəqibi itələyirlər. Döyüşü pozmağa meyilli bu boksçular narahat və qeyri-səlis hərəkətləri ilə rəqibi psixoloji stabillikdən çıxarır və rəqibə öz məharətlərini göstərməyə imkan vermirlər. Bu üsluba meyilli boksçular, rəqiblərinin daha güclü olmasını görüb belə narahat hərəkətləri ilə rəqiblərini yorub qələbə qazanmağa nail ola bilirlər. Belə üslubdan hətta böyük nüfuz malik boksçular da istifadə edirlər. Bunlara misal Con Ruiz, Andre Uord, Demarkus Korli, Gillermo Riqondo, Erislandi Lara, İşe Smit, Floyd Meyvezer.

Sağ tərəfli döyüş üslubu və ya **solaxay boksçu** – adından da göründüyü kimi bu üslubda döyüşən boksçular solaxay boksçulardır ki, onların döyüş duruşu standart döyüş duruşundan fərqlənir. Yəni, güclü olan sol əl arxada sağ əl isə irəlidə olur. Məşqlərdə bu üslubun ardıcılıqları azlıq təşkil etdiyi üçün yarışlarda standart boksçular üçün solaxay boksçularla döyüşmək çətinlik yaradır. Bu da solaxay boksçulara əlavə üstünlük verir. Solaxay boksçular əlbəttə ki, yuxarıda sadaladığımız bütün üslublarda da döyüşə bilirlər. Solaxay boksçulara nümunə Ukrayna boks məktəbinin yetirmələri Vasili Lomaçenko və Aleksandr Usiki misal göstərmək olar.

**Nokaut edən boksçu** – döyüşlərin çoxunu nokautla qalib gələn boksçudur. Uyğun olaraq bütün nokaut edənlər pançer sayılırlar.

**Pançer** – tək zərbələrdən istifadə edərək rəqibini nokauta salan boksçudur. Pançerlərin tac zərbələri olur ki, rəqibləri bu zərbələrə qəflətən yaxalanırlar. Bütün pançerlər nokaut edən olurlar.

**Dəyişik vuran** (switch-hitter) və ya hər iki əl ilə işləyə bilən (ambidextrous boxer) – bu boksçular hər iki əl ilə eyni səviyyədə gücə malik boksçulardır. Bu boksçuların solaxay olanları solaxay boksçulara xas olmayan duruşda – yəni, sol tərəfli duruşda dayanırlar, solaxay olmayanlar isə solaxaylara məxsus – yəni, sağ tərəfli duruşda dayanırlar. Belə boksçular xüsusi qabiliyyətə malik çox nadir boks-

çulardır. Bu cür boksçulara ən parlaq nümunə 3 qat Olimpiya çempionu Laslo Pappı göstərmək olar.

**Sürətli boksçu** – bu boksçular döyüşü yüksək tempdə aparırlar. Orta və yaxın məsafələrdə zərbələr seriyası ilə hücum edib fasilələrlə müdafiə olunurlar.

**Oyunçu boksçu** – əsasən, güclü zərbələr endirməyən, xal hesabı ilə qalib gəlməyə çalışan boksçudur. Güclü reaksiyaya malik belə boksçular rəqiblərinə zərbə vurduqdan sonra yüksək ustalıqla müdafiə olunub, yenidən əks hücum edirlər.

**Universal boksçular** – bu boksçular yüksək texniki potensiala malikdirlər. Onlar həm uzaq, həm orta, həm də yaxın məsafə, həm pançer və həm də kontur-pançer kimi, demək olar ki, qeyd etdiyimiz bütün döyüş üslublarında yüksək ustalıqla döyüşə bilirlər.

Nəticə olaraq sual ortaya çıxır ki, hansı döyüş üslubu daha effektiv sayıla bilər? Biz mövzunun əvvəlində qeyd etdik ki, hər bir döyüş üslubunun mövcudluğu bir neçə faktordan ibarətdir. Ustalıq artdıqca isə bir neçə üslubda döyüşmək qabiliyyəti də artır. Bir məsələni də qeyd edək ki, boksçunun qarşısındakı rəqibdən asılı olaraq döyüş üslubu dəyişə bilər və hətta, bir döyüşdə - bir neçə raund ərzində iki və daha artıq üslublarla boksçu özünü göstərə bilər.

Döyüş üslubunun dəyişilməsində yaş faktorunu da qeyd etmək olar. Bəzi boksçular yaşlaşdıqca çevikliklərini, sürətlərini itirib slaqerə çevrilə bilirlər.

Onu da qeyd edək ki, boksçuların döyüş üslublarının seçimində onların çəki dərəcələri və yarış tipindən – yəni, peşəkar (kommersiya) və ya həvəskar yarışlarda iştirak etməsindən asılıdır. Peşəkar yarışlarda şou xarakteri çox olduğuna görə azarkeşlərə slaqer və svormer üslubunda döyüşən boksçular daha maraqlı olur. Bu da boksçulara bu üslublarda döyüşməsinə əlavə stimül verir.

## ƏDƏBİYYAT

1. **Abiyev A.Q., Babanlı T.X., Hüseynov E.A.** *Boks*. Dərslik Bakı-2006

2. Ревенко Е.М., Яцин Ю.В. *Стили ведения боя в боксе*. Учебное пособие Омск – 2009.
3. Johnny Nguyen *How to Choose Your Fighting Style*. Expert Boxing (June 25, 2015).
4. Samuel Ha *Boxing Styles and Techniques*. May 14, 2020.
5. Беляев А.Н., Судаков Е.Г., Бибиков С.В. *Специфика развития физических способностей у боксеров, обладающих различными тактическими манерами ведения поединка*. Научно-теоретический журнал «Ученые записки» N 1(35) 2008.
6. Филимонов В.И. *Педагогические основы обучения и совершенствования*. Бокс: М.: ИНСАН, 2001.

## СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ БОЕВЫХ СТИЛЕЙ В БОКСЕ

д.ф.п.б. З. Рзаев, Б. Рзаев, доц. Н. Марданов

*Азербайджанская Государственная Академия Физической Культуры и Спорта  
кафедра «Виды спортивных единоборств»*

**Аннотация:** Бокс как вид спорта, прошел длительный путь и на сегодняшний день достиг высокого уровня технико-тактической формы. Как результат этого развития, тактически появились множество разнообразных боевых стилей. Т.е. боксеры с целью победить разных соперников обращаются к разным тактическим стилям.

У подростков и молодых людей которые начинают заниматься боксом, по мере занятия, начинают развиваться и улучшаться антропометрические данные, физические, технические, тактические, психологические, волевые, интеллектуальные качества, теоретические знания. По мере участия в разномасштабных спортивных мероприятиях против разных соперников, они поднимают уровень своей профессиональности. Со временем развития у спортсменов вышеречисленных качеств и улучшения спортивных навыков, у боксеров возникает

своеобразная техника боя, боевой стиль. Позже, мы расскажем об этих стилях, а также проанализируем как из этих стилей эффективнее. Разные школы бокса называли эти стили по-разному, а некоторые вообще не классифицировали. Западная школа бокса (США, Великобритания) называли эти стили английскими терминами. Советская же школа классифицировала эти стили по-другому. Мы обобщили эти термины и внесли ясность и для понимания читателей условно обозначили в диаграммах.

**Ключевые слова:** бокс, стили в боксе, по очкам, антропометрические данные, аутфайтер, боксе-панчер, свормер, инфайтер, лагер, броулер, контур-панчер, спойлер, джеб, крос, хук, аперкат, уклон, нырок, дуговые удары, клинч, нокаут, раунд, смешенно бьющий, одинаково свободно владеющий обеими руками.

## COMPARATIVE ANALYSIS OF FIGHTING STYLES IN BOXING

phd.on b. Z. Rzayev, B. Rzayev, doc. N. Mardanov

*Azerbaijan State Academy of Physical Education and Sport  
Department of «Types of combat sports»*

**Annotation:** Boxing as a sport has come a long way and today has reached a high level of technical and tactical form. As a result of this development, tactically many different

fighting styles have emerged, i.e. boxers use different tactical styles to defeat different opponents. In adolescents and young people who start boxing, as they train, anthropometric da-

ta, physical, technical, tactical, psychological, volitional, intellectual qualities, and theoretical knowledge begin to develop and improve. As they participate in various sports events against different opponents, they raise their level of professionalism. Over time, athletes develop the above qualities and improve their sports skills, boxers develop a unique fighting technique, a fighting style. Later, we will talk about these styles, and also analyze how these styles are more effective. Different schools of boxing called these styles differently, and some did not classify them at all. Western boxing schools (USA, UK) named these styles using English terms. The Soviet school, howe-

ver, classified these styles differently. We have summarized these terms and made it clear and, for the understanding of readers, conditionally designated in the diagrams.

**Key words:** *boxing, boxing styles, by points, anthropometric data, out-fighter, out-boxer, pure-boxer, boxer-puncher, swarmer, pressure fighter, infighter, slugger, heavy puncher, browler, counter-puncher, spoiler, jab, cross hook, uppercut, slipping, bobbing, clinching, knockout, raund, all-raund punch, switch-hitter, ambidextrous boxer.*