

## СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПРЕПОДАВАНИИ БОКСА

**Крахмалёв А.Г., Буранов Р.В., студенты 3 курса института  
механики и энергетики им. В.П. Горячкина**

**Старикова Н.А., студентка 1 курса института механики  
и энергетики им. В.П. Горячкина**

**Научный руководитель -Малинин А.Н., старший преподаватель  
ФГБОУ ВО «РГАУ-МСХА им. К.А. Тимирязева»**

***Ключевые слова:** физическая культура, бокс, обучение, современные технологии, спорт.*

*В современном мире, в сферах обучения и спорта, существует все более усиливающееся влияние технологий. Преподавание бокса, в частности, претерпевает трансформацию благодаря инновационным технологиям. Виртуальная реальность, специализированные приложения и дистанционные тренировки предоставляют новые возможности для тренеров и спортсменов. С использованием этих технологий проведение тренировок становится более эффективным, анализ движений и улучшение тактики - более доступными без необходимости физического взаимодействия. Такой подход делает обучение боксу увлекательным и доступным не только для новичков, но и для профессионалов.*

В сфере обучения боксу наблюдается рост интереса к применению передовых технологий, включая виртуальную реальность (VR). Создание симуляций настоящих поединков и тренировок в VR открывает новые горизонты для учеников, погружая их в захватывающую виртуальную среду, где они могут безопасно совершенствовать свои умения. Этот метод обучения способствует улучшению координации движений, реакций и тактического мышления бойцов. Кроме того, VR обеспечивает возможность записи и анализа каждого шага, что помогает тренерам оптимизировать индивидуальные навыки учеников. Применение виртуальной реальности в процессе обучения боксу представляет собой инновационный подход,

способствующий эффективному и увлекательному тренингу для атлетов [1].

С использованием современных технологий, включая дроны, стало возможным значительно улучшить процесс обучения боксу. Одним из инновационных методов является использование дронов для анализа техники ударов. Данные дроны могут снимать видео с различных ракурсов, что позволяет тренерам и спортсменам более детально изучать выполнение ударов. Анализ видео с помощью специального программного обеспечения позволяет выявлять ошибки в технике, улучшать движения и повышать эффективность тренировок. Такой подход не только помогает повысить уровень мастерства боксёров, но также делает процесс обучения более интересным и эффективным.

Искусственный интеллект имеет все большее влияние на развитие тренировочных программ для боксеров. Благодаря алгоритмам машинного обучения и анализу данных, специальные приложения и оборудование способны предлагать персонализированные тренировки, учитывая индивидуальные особенности каждого спортсмена. AI также помогает анализировать боевые видео, определяя слабые стороны и предлагая улучшения. Эффективное использование искусственного интеллекта в тренировочном процессе помогает боксерам повышать свои навыки, улучшать тактику и стратегию, а также предотвращает травмы благодаря более точному контролю за тренировочной нагрузкой [2].

AI осуществляет анализ данных, выявляет слабые стороны боксеров и предлагает индивидуализированные пути их устранения. Это позволяет спортсменам развивать свои уникальные навыки и тактику, подстраивая тренировки под их потребности и возможности.

В итоге, современные тренировочные программы для боксеров, основанные на использовании искусственного интеллекта, не только помогают им достигать новых высот в спорте, но и создают условия для долгосрочного и успешного соперничества на ринге [3].

Современные методы обучения боксу включают в себя использование умных тренажеров, которые способны значительно повысить мастерство спортсменов. Эти инновационные устройства позволяют улучшить точность ударов, скорость реакции и

координацию движений, что является ключевыми аспектами боксерских навыков. Благодаря современным тренажерам, тренеры могут более эффективно вести занятия с учениками, а те, в свою очередь, имеют возможность развивать свои навыки в безопасной и контролируемой среде. Это способствует более быстрому прогрессу спортсменов и улучшению их спортивной техники.

### **Библиографический список:**

1) Малинин А.Н., Джохадзе М.А. Роль мультимедийных ресурсов в обучении боксу: инновационные подходы к созданию образовательных материалов для студентов. / В сборнике: Глобализация науки и образования в условиях новых вызовов. сборник научных трудов. Казань, 2024. С. 46-48.

2) Байкова Я.В., Мурыч С.В., Кучеровский М.А., Малинин А.Н. Перспективы фиджитал-спорта в преодолении негативных последствий компьютерного образа жизни у геймеров. / Наукосфера 2024. № 3-2. С. 101-106.

3) Карпухина А.А., Малинин А.Н. Поднятие мотивации к занятию физической культурой у студентов / В сборнике: Физическая культура и спорт: актуальные тенденции, проблемы и пути их решения. материалы II Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 85-летию кафедры «Физическая культура» Петербургского государственного университета путей сообщения Императора Александра I. Санкт-Петербург, 2024. С. 90-94.

## MODERNTHECNOLOGIESINBOXINGTEACHING

**Krakhmalev A.G., Buranov R.V., Starikova N.A.**

**Scientific supervisor - Malinin A.N.**

**"RGAU-MSHA named after K.A. Timiryazev"**

**Keywords:** *physical education, boxing, training, modern technologies, sports.*

*In the modern world, in the fields of education and sports, there is an increasing influence of technology. Boxing teaching, in particular, is undergoing a transformation thanks to innovative technologies. Virtual reality, specialized applications, and remote training provide new opportunities for coaches and athletes. With the use of these technologies, training becomes more effective, movement analysis and improved tactics are more accessible without the need for physical interaction. This approach makes boxing training fun and accessible not only for beginners, but also for professionals.*