



Автобиография

# АНИСИМОВ ОЛЕГ АЛЕКСАНДРОВИЧ

Тренер по Боксу. Мастер Спорта СССР. Чемпион Латвийской ССР

[anisimov-boxing.ru](http://anisimov-boxing.ru)

+7 (926) 010 96 98

[akvarium70@list.ru](mailto:akvarium70@list.ru)

1970 – родился в семье военного, г. Куйбышев.

1976 – зачислен в секцию хоккея при хоккейном клубе «Динамо» (Рига).

1979 – начал заниматься в спортивном обществе «Динамо».

1988 – присвоение почетного звания мастера спорта СССР по боксу.

1988 – начало службы в Вооруженных силах СССР.

1994 – закончил Дальневосточную Государственную академию физической культуры (ДГАФК), специальность – тренер по боксу.

2005 – окончание Самарского государственного университета, психологический факультет, специальность – психолог.

2011 – открытие Клуба бокса «Открытый ринг» (Open-ring)

1985 – чемпион Латвийской ССР

1988 – победитель Открытого чемпионата Латвийской ССР

Свыше 100 боёв за спортивную карьеру.

## ДЕТСТВО

Олег Александрович Анисимов родился 03 июня 1970г. в семье военного. Поэтому детство его проходило в разных городах и даже странах. Постоянная смена школьных друзей, дворовых знакомств и влюбленностей сделала свое дело - на каждом новом месте



приходилось заново выстраивать отношения с местными ребятами. Первым делом считалось необходимым "обозначить" новичку, где его место и "кто в доме хозяин". Поэтому в первые недели по приезду мальчику приходилось драться несколько раз на дню. Благо отец, Александр Трофимович, для того, чтобы сын мог постоять за себя, с раннего детства научил его некоторым элементам бокса.

В схватках Олег нередко побеждал, вызывая уважение соперников еще и тем, что всегда быстрее всех бегал, дальше всех прыгал и вообще был очень спортивным парнем. В каждом гарнизоне мальчик первым делом находил боксёрский клуб, а потом уже всё остальное. Так бокс стал стилем его жизни.

В 1976 году родители записали Олега в секцию хоккея при хоккейном клубе «Динамо» (Рига), где мальчик показывал неплохие результаты. В 1979 году Олег принял первое самостоятельное решение и, не сказав никому, ушел в секцию бокса, о чем ни разу в дальнейшем не пожалел. Хотя это было нелегко, старался Олег и исполнять наказ своего отца, который сказал ему однажды: *"Самое главное в жизни - это твоя честь, сынок. Будь всегда кристально честен с собой и с людьми"*.

## ЮНОСТЬ

Как известно, успех складывается из нескольких составляющих: кроме врожденных задатков, необходимы сопутствующие обстоятельства, известная доля везения и самое главное – непрерывная работа над собой, упорство, целеустремленность, настойчивость и вера в себя. Постоянные тренировки, сборы и соревнования сделали свое дело: Олег начал часто побеждать на различного уровня соревнованиях, становился победителем и призером различных турниров по боксу как в Латвийской ССР, так и Всесоюзного уровня, и международных чемпионатов. Закономерным итогом этого стало присвоение в 1988 году почетного звания мастера спорта СССР по боксу. Далее последовала служба в Вооружённых силах СССР (спортрота), Олег продолжил участвовать в соревнованиях и стал призером первенства Дальневосточного военного округа.

Несмотря на уже имеющиеся успехи, что такое настоящий бокс Олег узнал уже будучи, как ему представлялось, довольно продвинутым бойцом. Он уже давно выступал на соревнованиях и довольно уверенно чувствовал себя на ринге. Но побед и поражений было поровну, кем-то исключительным мнить себя не приходилось. Бокс был чем-то вроде платы за те блага, которые он приносил, и не больше. Благодаря боксу юноша был ладен, подтянут и мог дать отпор любому наглецу. Бокс помогал ему исполнять наказ отца и не идти на компромиссы с совестью.

Именно в этот период своей жизни Олег встретил своего Тренера – дедушку своего друга, который раньше тренировал молодёжную сборную Латвийской ССР. Именно благодаря ему этот вид спорта открылся для молодого человека с другой стороны. Олег стал воспринимать бокс как искусство, и жизнь молодого боксера превратилась в высокий полёт.

Тренер научил его слышать музыку бокса: чувствовать его ритм, мелодию, композицию. Это открытие окрылило Олега, который в прямом смысле слова воспарил над рингом. Таким образом, техническая сторона дела вдруг слилась в единое целое с внутренним миром, и работа над собой превратилась не просто в отработку алгоритма действий с набором технических приемов. То, что раньше казалось скучным и необходимым, вдруг стало наполняться совершенно иным смыслом. Приседания, отжимания, подтягивания, скакалка и все прочее перестало быть преодолением себя. Олег стал тренироваться изо всех сил для того, чтобы подниматься всё выше и выше в познании счастья своего призвания. Руки его стали летать словно стрелы, попадая точно в цель с невероятной скоростью, которая раньше казалась недостижимой. Появилось ощущение непобедимости и невероятной боевой силы.

Но для достижения успеха необходимо было не просто общение со знающими людьми – возникла необходимость осознания и применения не только уже зарабо-

танного опыта. Олег стал изучать жизни великих боксёров, убеждаясь в том, что они чувствовали то же самое, что испытывал теперь он. Это лишний раз послужило под-

тверждением того, что он на правильном пути. Уже через два года Олегу не было равных в его весе в Латвийской ССР.

## МОЛОДОСТЬ

Отучившись в Дальневосточной Государственной Академии физической культуры (ДГАФК) и встретив там замечательных преподавателей, Олег принял важное для себя решение: необходимо делиться своим опытом и знаниями и становиться тренером. В 1994г. по приглашению отличного тренера и человека Обухова Александра Ивановича молодой человек переехал в Москву и сразу устроился учителем физкультуры в одну из общеобразовательных школ столицы, а параллельно вечерами в школьном спортивном зале тренировал свою первую набранную группу мальчишек. Это был новый этап в жизни и, конечно, начало тренерской деятельности давалась нелегко: по сути, Олег еще оставался спортсменом, и поэтому требовал от ребят сразу и много.

Понимание того, что ситуацию необходимо менять, послужило причиной дальнейшего личностного роста молодого человека. Осознавая, что дальнейший успех его деятельности зависит теперь от привлечения к делу опыта и других людей, Олег начал искать встреч с известными и заслуженными спортсменами прошлого и корифеями тренерской деятельности СССР. В стране настали нелегкие времена, шли лихие 90-е, многие люди были закрыты для общения и заняты исключительно вопросами собственного выживания. Но свойственные Олегу



настойчивость и упорство, а также вера – основной компонент и необходимое условие успеха, - помогли осуществить задуманное. Молодому тренеру довелось встретиться и перенять опыт у такого выдающегося представителя бокса как Константин Николаевич Копцев (советский тренер, главный тренер сборной СССР в 1988—1991гг. и Объединённой команды по боксу в 1992г., заслуженный тренер СССР, заслуженный работник физической культуры РФ). Состоялось несколько встреч с величайшим чемпионом и человеком Вячеславом Ивановичем Лемешевым (советским и российским боксёром-любителем, Олимпийским чемпионом 1972 г. во втором среднем весе, двукратным чемпионом Европы 1973 и 1975 гг. во втором среднем весе, чемпионом СССР 1974 г. в полутяжёлом весе, заслуженным мастером

спорта 1972 г.). Много дало и общение с таким замечательным человеком, как Цой Олег Николаевич – заслуженный тренер России, тренер-преподаватель по боксу высшей квалификационной категории.

Встречи с этими и другими выдающимися людьми послужили бесценными источниками информации о боксе. Приобретенные самостоятельно и заимствованные знания и опыт стали складываться в тренировочные программы. При этом

основной целью Олега Александровича стало не просто воспитание мастеров спорта и кандидатов в мастера, но и работа с обычными людьми, которые хотят заниматься своим здоровьем, овладеть нужными навыками самообороны, вырабатывать определенные качества характера и самосовершенствоваться. Этот аспект стал принимать все большее и большее значение в тренерской деятельности Олега Александровича.

## ЗРЕЛОСТЬ

В 2001 году, дослужившись до руководителя физического воспитания в одном из колледжей, Олег Александрович пришел к решению закончить свою карьеру преподавателя (образование в стране стало приходить в упадок) и полностью сконцентрировался на тренерской деятельности. Параллельно учась в Самарском Государственном Университете, в 2005г. получил диплом психолога. Ключевые навыки, полученные в Университете, и жизненный опыт позволяют тренеру не просто эффективно осуществлять свою тренерскую деятельность, но и помогать в решении различных личных проблем учеников, адаптации их к нормальной полноценной жизни, а также в развитии личности. И взрослые, и дети, и особенно подростки, уважая авторитет учителя, просят советов и порой делятся тем, чем не могут поделиться больше ни с кем.

Несколько лет назад, услышав о том, что Олег Александрович открыл свой клуб, к нему стали съезжаться люди, наслышан-

ные о его системе и отношении к боксу – неожиданно многие стали искать искусства в этом виде единоборства.

С этого времени едва ли не важнейшей особенностью передачи знаний стала для Олега Александровича выработка индивидуального подхода к каждому своему ученику. Поэтому тренировать он берется не каждого, преподнося бокс как искусство, а не как драку и получение чисто механических навыков, для чего существует масса других клубов и тренеров. С удовольствием занимается как с детьми, так и со взрослыми, предупреждая, что постижение науки бокса дается нелегко. Работает только с теми, кто ищет крепости духа, ловкости тела и возможности выступить против любого противника. Для этого приходится потрудиться, но никто и никогда ещё не пожалел об этом труде. Олег Александрович любит свою работу и работает исключительно на результат, как учили его замечательные учителя.