

Отзыв

научного руководителя
на выпускную квалификационную работу студентки 5 курса
Института физической культуры, спорта и здоровья им. И. Ярыгина

Поминчук Наталья Сергеевна «СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СПОРТИВНОЙ БОРЬБЫ НА ОСНОВЕ ЕЕ ИСТОРИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ»

Поминчук Наталья Сергеевна поступила в институт в 2010 году и с начала обучения проявила большой интерес к исследованию истории спортивных видов борьбы, что и послужило основой ее выпускной квалификационной работы. В процессе совместной работы Наталья Сергеевна проявила себя инициативной, прилежной, ответственной студенткой, способной мыслить и анализировать.

Наталья Сергеевна, будучи действующей спортсменкой (мастер спорта России по дзюдо), смогла тонко уловить проблему нехватки эффективных технико-тактических действий в арсенале дзюдоистов в связи с изменением правил соревнований. На основе анализа редчайшего видео Кюдзо Мифуне (ученика Дзигоро Кано), был сделан вывод, что в тренировке прошлых лет есть забытые приемы, которые в наше время могут быть актуальны, и не противоречат современным правилам соревнований. Поминчук Н.С. выявлено, что внедрение в учебно-тренировочный процесс забытых приемов дзюдо позволяет обучать дзюдоистов более вариативным стилям борьбы, умению быстро принимать решения в постоянно меняющейся ситуации в схватке и повысить уровень физического развития.

В 2012 году Наталья Сергеевна приняла участие в городском конкурсе научных работ, посвященном столетию физкультурно-спортивного движения города Красноярска, и заняла первое место. За период обучения в рамках темы выпускной квалификационной работы опубликованы две печатные работы в сборниках статей Международных научных конференций.

Выпускная квалификационная работа студентки 5 курса Института физической культуры, спорта и здоровья им. И. Ярыгина Поминчук Натальи Сергеевны на тему «Совершенствование спортивной борьбы на основе ее исторического развития» является законченным исследованием, соответствует требованиям, предъявляемым к выпускным квалификационным работам, заслуживает положительной оценки и рекомендована к защите.

Научный руководитель
к.п.н., доцент кафедры
теории и методики борьбы



Ю.А. Тимошенко

РЕЦЕНЗИЯ

на выпускную квалификационную работу студентки V курса
Института физической культуры, спорта и здоровья им. И. Ярыгина
ФГБОУ ВПО «Красноярский государственный
педагогический университет им. В.П. Астафьева»

Поминчук Наталья Сергеевны
**«СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СПОРТИВНОЙ БОРЬБЫ
НА ОСНОВЕ ЕЕ ИСТОРИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ»**

В спортивной тренировке очень важно следовать историческим традициям и ритуалам, выработанным в процессе развития дзюдо, опираясь на его философские основы. Дзюдо является не только средством физического воспитания, но и духовно-эстетического развития. Автором выбрана актуальная тема для современного этапа развития дзюдо. Это обусловлено высокими требованиями, предъявляемыми к уровню технико-тактического мастерства дзюдоистов.

В работе Поминчук Натальи Сергеевны выявлены некоторые забытые традиционные, классические приемы дзюдо, которые не противоречат современным правилам борьбы. Автор экспериментально обосновала эффективность и пригодность данных приемов в современном тренировочном процессе.

Дипломная работа, представленная на рецензию, выполнена на 115 листах, проанализированы 76 литературных источников. Автором подробно исследованы вопросы появления спортивных видов борьбы, пути распространения дзюдо в мире, России, Красноярском крае. В ходе анкетирования раскрыт вопрос осведомленности борцов об истории своего вида спорта. Проведена большая работа по выявлению технического арсенала дзюдоистов Японии, России и Красноярского края. Найден уникальный видеоматериал, которому более 100 лет, с демонстрацией классических приемов дзюдо, который стал основой экспериментальной части дипломной работы. На основе экспериментальной работы разработаны практические рекомендации, направленные на совершенствование технико-тактического мастерства дзюдоистов.

Выпускная квалификационная работа Натальи Сергеевны «Совершенствование спортивной борьбы на основе ее исторического развития» имеет большое практическое значение и будет интересна тренерам по борьбе.

Выпускная квалификационная работа И.С. Поминчук на тему «Совершенствование спортивной борьбы на основе ее исторического развития» соответствует требованиям, предъявляемым к выпускной квалификационной работе, и заслуживает положительной оценки.

тренер-преподаватель
МБОУ ДОД
«СДЮШОР по дзюдо»



Д.С. Атакурбагов

Уважаемый пользователь! Обращаем ваше внимание, что система Антиплагиат отвечает на вопрос, является ли тот или иной фрагмент текста заимствованным или нет. Ответ на вопрос, является ли заимствованный фрагмент именно плагиатом, а не законной цитатой, система оставляет на ваше усмотрение.

Отчет о проверке № 1

ФИО: Завьялова Ольга Борисовна
 дата загрузки: 19.10.2015 13:47:11
 пользователь: zavvalova@ksou.ru / ID: 1362046
 отчет предоставлен сервисом «Анти-Плагиат»
 на сайте <http://www.antiplagiat.ru>

Информация о документе

№ документа: 63
 Имя исходного файла: 10-Понинчук.doc
 Размер текста: 2208 кб
 Тип документа: Не указано
 Символов в тексте: 156492
 Слов в тексте: 20143
 Число предложений: 1101

Информация об отчете

Дата: Отчет от 19.10.2015 13:47:11 - Последний проверенный отчет
 Комментарий: не указано
 Оценка оригинальности: 69.96%
 Заимствования: 29.77%
 Цитирование: 0.27%



Оригинальность: 69.96%
 Заимствования: 29.77%
 Цитирование: 0.27%

Источники

| Доля в тексте | Источник | Ссылка | Дата | Найдено в |
|---------------|---|---|------------------|------------------------|
| 12.7% | [1] Дзюдо. Система и борьба: учебник | http://lib.rus.ec | раньше 2011 года | Модуль поиска Интернет |
| 11.58% | [2] Борьба греко-римская | http://lib.rus.ec | раньше 2011 года | Модуль поиска Интернет |
| 5.41% | [3] Дзюдо. Система и борьба: учебник (fb2) coollib.com (24/24) | http://coollib.com | 21.06.2014 | Модуль поиска Интернет |
| 5.41% | [4] (скачать fb2) (24/24) | http://ftp.coollib.net | 21.06.2014 | Модуль поиска Интернет |
| 4.03% | [5] Дзюдо. Система и борьба: учебник (fb2) coollib.com (1/24) | http://coollib.com | 21.06.2014 | Модуль поиска Интернет |
| 3.73% | [6] Дзюдо. Система и борьба: учебник (fb2) coollib.com (2/24) | http://coollib.com | 21.06.2014 | Модуль поиска Интернет |
| 2.3% | [7] 7. Средства судейской и инструкторской практики - Программа по дзюдо для детско-юношеской спортивной школы разработана на основании | http://d.rushkolnik.ru | раньше 2011 года | Модуль поиска Интернет |
| 2.17% | [8] Опасные ситуации в вольной и греко-римской борьбе | http://knowledge.allbest.ru | раньше 2011 года | Модуль поиска Интернет |
| 1.52% | [9] Медведь, Александр Васильевич | http://ru.wikipedia.org | 12.04.2013 | Модуль поиска Интернет |
| 1.21% | [10] Поддубный, Иван Максимович | http://ru.wikipedia.org | раньше 2011 года | Модуль поиска Интернет |
| 1.12% | [11] Дипломная работа / Греко-римская борьба (Казахстан) | http://kontrolnaja.ru | 08.12.2012 | Модуль поиска Интернет |
| 0.98% | [12] Ярыгин, Иван Сергеевич | http://ru.wikipedia.org | 12.04.2013 | Модуль поиска Интернет |
| 0.75% | [13] не указано | http://sovremennik.ws | раньше 2011 года | Модуль поиска Интернет |
| 0.74% | [14] Реферат "Возникновение и развитие борьбы дзюдо как стройной системы воспитания человека" | http://lib.convdocs.org | 06.07.2013 | Модуль поиска Интернет |
| 0.53% | [15] Дзюдо. Система и борьба: учебник (fb2) coollib.com (3/24) | http://coollib.com | 21.06.2014 | Модуль поиска Интернет |
| 0.5% | [16] Тменов, Тамерлан Русланович | http://ru.wikipedia.org | 13.04.2013 | Модуль поиска Интернет |
| 0.45% | [17] Методика силовой подготовки юношей-пауэрлифтеров на этапе начальной подготовки. Диплом. Читать текст online - | http://bibliofond.ru | 20.06.2014 | Модуль поиска Интернет |
| 0.37% | [18] Стр. 15 - Спортивное дзюдо №1 | http://panor.ru | 30.11.2014 | Модуль поиска Интернет |
| 0.29% | [19] Борьба самбо | http://lib.rus.ec | раньше 2011 года | Модуль поиска |

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ имени В.П. АСТАФЬЕВА»

(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт физической культуры, спорта и здоровья имени пм. И.С.Ярыгина
Кафедра теории и методики борьбы
Специальность 032101.65 – физическая культура и спорт

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой теории и методики борьбы


Д.Г. Миндиашвили

«06» 05 2015 г.

Выпускная квалификационная работа

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СПОРТИВНОЙ БОРЬБЫ НА ОСНОВЕ ЕЕ
ИСТОРИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

Выполнил студент группы 53

Н.С. Поминчук


подпись, дата 28.04.15

Форма обучения

очная

Научный руководитель:
к.п.н., доцент Ю.А. Тимошенко


подпись, дата 20.04.15

Рецензент:
тренер-преподаватель
МБОУ ДЮД «СДЮШОР
по льду» Д.С. Атакурбапов


подпись, дата 04.06.15

Дата защиты 09.06.2015

Оценка отлично

Красноярск 2015

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | Стр. |
|---|----------|
| ВВЕДЕНИЕ | 2 |
| ГЛАВА 1. ЛИТЕРАТУРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ПО ВОПРОСУ ИСТОРИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СПОРТИВНЫХ ВИДОВ БОРЬБЫ | 4 |
| 1.1. История появления дзюдо | 5 |
| 1.2. История появления греко-римской борьбы | 11 |
| 1.3. История появления вольной борьбы | 14 |
| 1.4. История появления самбо | 16 |
| 1.5. Появление видов борьбы в России | 20 |
| 1.6. Пути распространения дзюдо в мире | 25 |
| 1.7. Выдающиеся спортсмены и их технические действия | 32 |
| 1.8. Появление видов борьбы в Красноярске (основоположники) Заключение по первой главе | 36 39 |
| ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ | 41 |
| 2.1. Организация исследования | 41 |
| 2.2. Методы исследования | 42 |
| ГЛАВА 3. ОПТИМИЗАЦИЯ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ДЗЮДОИСТОВ ПО СРЕДСТВАМ ВНЕДРЕНИЯ ЗАБЫТЫХ ПРИЕМОВ БОРЬБЫ | 45 |
| 3.1. Выявление осведомленности спортсменов об истории их вида борьбы | 45 |
| 3.2. Выявление технико-тактического арсенала дзюдоистов Японии, России и Красноярского края | 60 |
| 3.3. Адаптация технических приемов древности к современным правилам борьбы и условиям тренировочного процесса | 84 |
| 3.4. Внедрение забытых приемов в современный учебно-тренировочный процесс дзюдоистов | 97 |
| Заключение по третьей главе | 103 |
| ВЫВОДЫ | 106 |
| ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ | 108 |
| БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК | 109 |
| ПРИЛОЖЕНИЕ | 114 |

ВВЕДЕНИЕ

Борьба Дзюдо – это вид единоборства, зародившийся в Японии. Возраст вида спорта составляет более ста лет и, дойдя до наших дней, он претерпел множество изменений. В последнее время все чаще меняются правила соревнований по дзюдо: многие приемы запрещены, перечень используемых приемов становится все уже, борцы все чаще используют классические приемы дзюдо. Есть предположение, что данные правила диктуют представители страны-родоначальницы борьбы дзюдо – японцы, которые не хотят терять лидирующих позиций и предпочитают «загнать» весь мир в рамки определенных приемов.

Опираясь на данное мнение, мы предположили, что незаслуженно забыты некоторые традиционные, классические приемы дзюдо, которые не противоречат современным правилам борьбы. В связи с этим была выбрана тема выпускной квалификационной работы «Совершенствование спортивной борьбы на основе ее исторического развития».

Объект исследования: Спортсмены, занимающиеся дзюдо в возрасте 16-25 лет.

Предмет исследования: Техничко-тактическая подготовленность дзюдоистов.

Цель исследования: Разработать и экспериментально проверить эффективность внедрения забытых приемов дзюдо в современный учебно-тренировочный процесс дзюдоистов.

Задачи:

1. Проанализировать литературные источники по совершенствованию спортивной борьбы на основе ее исторического развития.
2. Выявить знания спортсменов об истории своего вида спорта с акцентом на техническую составляющую вида борьбы.

3. Определить основные технико-тактические действия лучших Российских и Японских спортсменов и сравнить их с победными технико-тактическими приемами ведущих Красноярских спортсменов.

4. Внедрить в учебно-тренировочный процесс забытые приемы дзюдо.

Гипотеза исследования: мы предполагаем что приемы, которые не выполняются в наше время могут быть победными, поскольку им присущ момент неожиданности, ставя соперника в замешательство. Эффективное выполнение приема может быть оценено судьями на высокую оценку.

Научная новизна: заключается в том, что нами был разработан учебно-тренировочный план с акцентом на забытые приемы дзюдо для совершенствования технико-тактической подготовленности спортсменов.

Практическая значимость: Экспериментально доказано, что разработанная нами методика способствует повышению технико-тактической и физической подготовленности спортсменов. И может использоваться в учебно-тренировочном процессе дзюдоистов.

ГЛАВА 1. ЛИТЕРАТУРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ПО ВОПРОСУ ИСТОРИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СПОРТИВНЫХ ВИДОВ БОРЬБЫ

По теме «Совершенствование спортивной борьбы на основе ее исторического развития» мы рассмотрели 76 литературных источников. Исследованные нами источники мы разделили на 9 разделов. Количество источников по каждому разделу представлено на (рисунке .1).

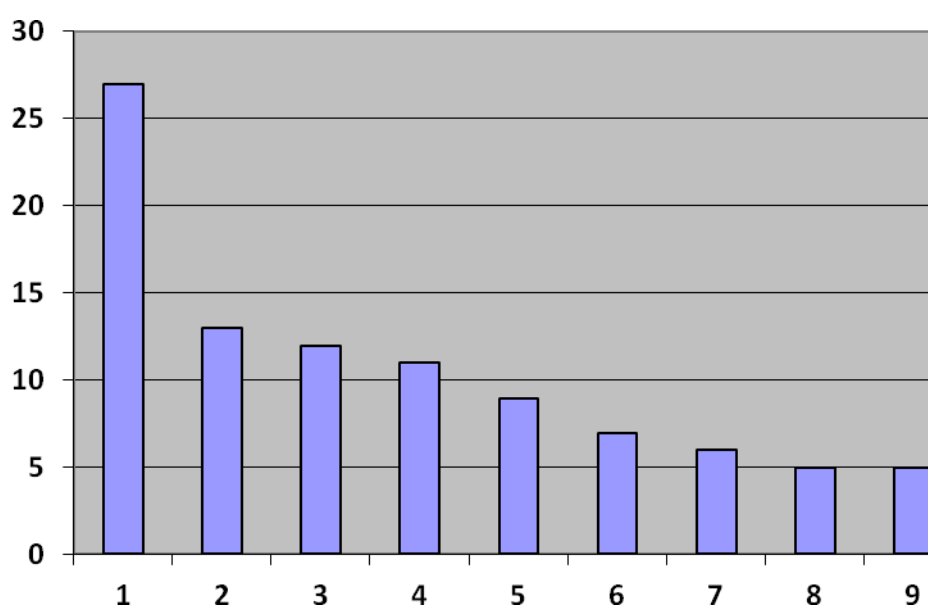


Рис.1 Распределение литературных источников по теме «Совершенствование спортивной борьбы на основе ее исторического развития»: 1 – История появления борьбы Дзюдо; 2 – История появления Греко-Римской борьбы; 3 – История появления Вольной борьбы; 4 – История появления Самбо; 5 – Пути распространения Дзюдо в мире; 6 – Появление видов борьбы в России; 7 – Выдающиеся спортсмены и их технические действия; 8 – Появление видов борьбы в Красноярске (основоположники); 9 – Методы исследования.

1.1. История появления дзюдо

Спортивная борьба Дзюдо возник из джиу-джитсу. Тот, кто отважится написать историю дзюдо, сразу же натолкнется на ряд трудностей .Ведь рассказ нужно начинать с давних времен .Разумеется можно предположить , что приемы джиу-джитсу китайского происхождения. У японцев есть легенда о том ,как приемы джиу-джитсу перекочевали в их страну из Китая. Примерно с 1650 г. джиу-джитсу начинает изучаться в японских школах (очевидно, автор имеет в виду самурайскую школу) [1].

Приемами джиу-джитсу в Японии занимались преимущественно военные, принадлежавшие к старинной рыцарской касте самураев. Самураи, например, имели право носить сразу два меча, длинный и короткий, в то время как простых японцев за ношение оружия строго карали. Иногда случалось, что самурай во время боя терял один или два меча, тогда он должен был бороться «голыми руками». Технику борьбы на мечах и без них самураи изучали в школах. Следует сказать, что самураи великолепно владели техникой борьбы, поэтому их обычно боялись. Вот из этого вида борьбы «голыми руками» - «кумиуши» и возникла впоследствии борьба джиу-джитсу, какой мы теперь ее называем. В дальнейшем, примерно с 1870 года, в Японии было запрещено носить какое-либо оружие. Борьба «голыми руками» стала достоянием любого гражданина. В 1871 году были закрыты школы самураев. Культура Японии быстро развивалась. Японцы показали себя прекрасными имитаторами. Мировой рынок стал буквально наводняться товарами с маркой «Сделано в Японии».А имитировали Японцы то что было сделано в Америке, Англии, Германии, Швейцарии и т . д. Они делали копии и продавали их значительно дешевле. Японское платье приобрело европейский покрой, японские женщины стали себе делать пластические операции глаз, чтобы больше походить на европейек. Так Япония все больше и больше стала европеизироваться. Этой «болезни» была подвернута и борьба дзюдо [1].

28 октября 1860 года в селе Микаге, недалеко от Кобе, родился Дзигоро Кано. Он был третьим сыном торговца Еросако Кано. Когда Дзигоро Кано исполнилось 11 лет, он вместе с родителями, братьями и сестрами переселился в Токио. С 17 лет он начал учиться в университете: сначала на экономическом факультете, а затем перешел на педагогический. Окончив его, он стал преподавать философию, позднее стал заместителем директора школы для дворян.[1]

Дзигоро Кано даже для японца был слишком миниатюрным и хрупким. Ему не раз попадало от сверстников-студентов. Но этот маленький парень умел постоять за себя, хотя был значительно слабей своего противника.. Он был наделен огромной силой воли, заставлявшей его искать пути для победы над грубой силой. Дзигоро Кано старался найти оружие, с помощью которого он бы мог победить противника его же средствами. И он нашел то что искал.

Он узнал о борьбе джиу-джитсу, используя приемы которой, слабый человек мог спокойно справиться даже с великаном. Он стал постигать основы джиу-джитсу под руководством опытного преподавателя Тейносукэ Яге, а потом Хашиносукэ Фукуды руководителем школы борьбы, и других виртуозов восточных единоборств (Хейн Эссинк, 1974).[3]

В 1882 году Дзигоро Кано открыл в Токио свою собственную школу борьбы и назвал ее «Кодокан». «Кодо» означает «проповедовать правду», а «кано»- «встреча». (Эта школа существует в Токио и сегодня). Постепенно, в совершенстве овладев техникой джиуджитсу, Д. Кано с учиниками усовершенствовал ее и назвал свой вид борьбы «дзюдо», что в переводе с японского означает «гибкий путь к победе».[3]

Кано сформулировал социальную интерпретацию своего Принципа: «Дзюдо-это не просто метод, наилучшего использования энергии для нападения и для защиты, это метод, позволяющий усвоить данный принцип и применить его во всех случаях жизни».[2]

К числу нововведений Дзигоро Кано в изучение техники дзюдо, по сравнению с ранее существовавшими системами единоборств, являются: кудзуси- способы выведения противника из устойчивого равновесия при подготовке броска; разработка кодокан го кё-но вадза – «пяти принципов техники»; привнесение в технику спортивно- игровой направленности, выработка определенных правил выполнения самих техник и ясное обозначение и определение запрещенных для исполнения действий; вклад в техники «с пустой рукой»: для их выполнения соперники должны захватывать одежду друг друга; разработка методики обучения укэми (страховке при падении после броска); стремление на всех этапах обучения технике к гармоничному развитию человеческого тела; побуждение учащихся к ран-о-тору (импровизация); использование для технического роста своих учеников теоретических занятий, проведение лекций и мондо – занятий в форме вопросов и ответов; стимулирование умственной и моральной закалки учащихся дзюдо и других видов единоборств [8].

Разрабатывая глубже социальный аспект кодокан дзюдо, Кано выдвинул лозунг «Взаимной пользы». Это относится к высшему уровню философского познания в дзюдо, когда достигается полное совершенство личности человека и ему удается преодолеть различие между собой и окружающими. Кано верил, что тот, кто отработывает технику дзюдо, усваивает основной Принцип, а затем постепенно достигает состояния взаимной пользы. Основной принцип и концепция взаимной пользы были настолько важны для Кано, что их распространение он считал величайшим делом своей жизни [2].

«Кодокан» открылся в здании храма Эйсходзи, где Д.Кано получил разрешение занять четыре помещения. Самое большое из них по площади «додзе»- (тренировочный зал). В первый год работы школы у Кано было 9 учеников. На сегодня школе «Кодокан» более 100 лет, и она располагает 5 залами, площадь самого большого из них равна 1000 квадратных метров. А

число окончивших эту школу мужчин и женщин всех национальностей исчисляется миллионами [5].

Раньше в дзюдо не было давления на весовые категории, японцы категорически восставали против всяких попыток вмешаться в традиционные правила. Затем было введено давление на весовые категории. Их стало три: до 68, до 80, и свыше 80 кг. Кроме этого, оставалась абсолютная категория, в которой могут бороться спортсмены любого веса [9].

Начиная с 1884 года, все кого принимали в «Кодокан», должны были давать торжественную клятву. Дело в том что Дзигоро Кано рассматривал борьбу дзюдо прежде всего как воспитательную меру, а не как одну из форм полезного времяпровождения. Итак, Д. Кано установил пять пунктов клятвы:

1.Раз уже я решил посвятить себя борьбе дзюдо, я не окажусь от занятий без серьезных на то оснований.

2.Своим поведением я обещаю не уронить достоинство «додзе».

3.Я никогда не выдам секретов школы непосвященным и только в крайнем случае буду брать уроки где-либо в другом месте.

4.Обещаю не давать уроки без разрешения на то моего учителя.

5.Клянусь в течении всей своей жизни уважать правила «Кодокана», сейчас как ученик, а позже как преподаватель, если я им стану [6].

Техническое искусство составляет основу дзюдо и заключается в том, что занимающиеся, поставив цель освоить как можно больше технических приемов, стремятся выполнять их точно, выразительно и красиво, делая его близким к специфическому искусству. При этом можно проводить специальные соревнования по определенным программам, соответствующим уровню мастерства занимающихся. Это позволяет заниматься дзюдо людям всех возрастов и обоего пола и одновременно создает основу для спортивного совершенствования в дальнейшем. В отличие от «технического искусства», в котором нет сопротивляющегося противника, вторая часть дзюдо основана именно на единоборстве занимающихся, на их стремлении

победить соперника. Понимая огромное воспитательное значение спортивных соревнований, Дзигоро Кано активно выступал за вхождение Японии во всемирную олимпийскую лигу в предвоенные годы. Он очень много сделал в области научной разработки методики тренировки дзюдоистов, Кано первым подчеркнул необходимость ежедневных тренировок, обязательство соблюдения правильного жизненного режима и врачебного контроля за состоянием здоровья занимающихся. Третья часть дзюдо (искусство самозащиты без оружия) – высшая стадия совершенствования, в которой изучаются различные приемы самообороны от вооруженного и невооруженного противника [6].

«Кодокан» быстро приобретал популярность, хотя школу не миновали практические трудности и противоречия. Школа была известна всему городу и всегда служила темой для разговоров. Ходили слухи что преподавание там ведется в совершенно новой мере и с другими целями. Говорили об идеалах Д. Кано, отличных от известных ранее. А практические результаты, показываемые учениками «Кодокана», рассматривались знатоками с известным недоверием и даже пренебрежением[6].

Вскоре наступило время испытаний. Ректор Токийского университета привык приглашать на показательные выступления представителей различных спортивных дисциплин с целью пропаганды физического воспитания среди молодежи. Очередная демонстрация состоялась во вновь построенном большом актовом зале, который вмещал несколько сотен человек. На этот раз были приглашены ученики школы джиу-джитсу, возглавляемой восьмидесятилетним наставником Тоцука [7].

В то время джиу-джитсу не имело правил соревнований. Поединок проводили, используя любые захваты, а побежденным считался тот, кто оказывался повергнутым на спину, тот, кто признавал себя проигравшим или не мог продолжать единоборство. Время поединка не ограничивалось. После окончания показательных выступлений мастер Тоцука спросил собравшихся;

«Не хочет ли кто-нибудь побороться?». Дзигоро Кано не мог упустить такую возможность испытать себя и вызвал самого мощного ученика. Все попытки одолеть рослого и сильного противника закончились безрезультатно. Тот обладал не только огромной силой, но и высокой техникой борьбы. Дзигоро Кано, тем не менее, выглядел победителем, так как заслужил похвалу за отвагу и умение от руководителей университета и приятно обескураженного старого мастера. Эта встреча послужила дальнейшим стимулом для продолжения работы в области боевых искусств[7].

Ощущая угрозу со стороны дзюдо, представители джиу-джитсу объявили Кано беспощадную войну. Последние годы XIX века оказались очень нелегкими для встававшего на ноги дзюдо, которое начинало борьбу за право гражданства в новой Японии, чтобы вскоре стать неотъемлемым элементом культуры Страны восходящего солнца [60].

Добиваясь признания, ученики Кано должны были доказывать превосходство новой системы на практике [60].

Известие о победе ученика Дзигоро Кано над мастером джиу-джитсу разнеслось с быстротой молнии по всему городу, а имя Сиро Сайго стало известно далеко за пределами Токио. Именно он послужил прототипом известного литературного, а затем и киногероя Сугато Сенсиро, знакомого нам по фильму Акиро Куросавы «Гений дзюдо» [65].

В 1887 г. Дзигоро Кано сделал последние записи о технике дзюдо. Тогда ему было 27 лет, но только в возрасте 62 лет он счел возможным обобщить накопленный опыт и написать книгу о дзюдо [66].

В 1889 г. Дзигоро Кано решил совершить турне по Европе. Он хотел ознакомиться с европейской системой воспитания и одновременно поставил перед собой задачу - пропагандировать дзюдо. В тот период борьба дзюдо как обязательный предмет входила в Японии в школьные программы [67].

* * *

Завершая параграф «История появления дзюдо» можно сделать следующие выводы:

1. Борьба дзюдо берет свое начало из китайского вида единоборств джиу-джитсу.
2. Основателем борьбы Дзюдо стал Дзигоро Кано, в последствии он открыл школу Кодокан.
3. Последние годы XIX дзюдо, стало неотъемлемым элементом культуры Страны восходящего солнца.

1.2. История появления греко-римской борьбы

Подлинного развития борьба достигла в Древней Греции. Она нашла широкое отображение в греческой литературе и в произведениях изобразительного искусства. О значимости и популярности борьбы в Греции говорит и то, что вслед за бегом она была включена в программу одних из первых (вскоре после 776г. до н. э.) олимпийских игр [59].

В классическом греческом пятиборье - пентатлоне (бег, метание копья, метание диска, прыжки, борьба) оригинальным номером программы всего состязания стала именно борьба. Позже борьба вошла в панкратион - соединение борьбы с кулачным боем - уже как третья ее разновидность на древних олимпийских играх [10].

Всенародная любовь к состязаниям в Древней Греции породила массовые зрелища. Появились профессионалы по отдельным видам состязаний (бег, прыжки, борьба, кулачный бой). Особенно ярко профессионализм проявился в борьбе, так как именно борьба была самым популярным зрелищем, и борцов - профессионалов готовили в специальных школах.

Завоевав Грецию, Рим освоил греческую культуру. Борьба у римлян стала также одним из популярнейших цирковых зрелищ, а победители

становились кумирами толпы. Борьба в Риме демонстрировалась также в сочетании с кулачным, а в боях гладиаторов - с вооруженным боем [9].

С появлением христианства постепенно такие виды борьбы приходят в упадок, в конце IV века нашей эры были закрыты все государственные школы гладиаторов и прекратили свое существование олимпийские игры. Борьба остается, правда, любимым народным развлечением и в мрачные годы средневековья [53].

В конце XVIII начале XIX века в Европе начала формироваться современная греко-римская борьба. Основные ее положения были заложены во Франции, где борьбой в то время особенно увлекались и в сельской местности, и в городах. Так как состязания борцов вызывали огромный интерес, силачи из народа стали выступать в бродячих цирках, летних садах, местах гуляний и увеселений. Позже начинают разыгрываться первенства городов, Франции, а потом организуются и чемпионаты мира. Хорошая организация чемпионатов, широкая реклама создали профессиональной борьбе необычайный успех.

В 1848г. в Париже появились первые арены, на которых выступали борцы - профессионалы. Во Францию начинают приезжать борцы из других стран (немцы, итальянцы, турки, русские...), чтобы принять участие в этих чемпионатах, познакомиться с их организацией, правилами соревнований. Впоследствии они начинают организовывать такого рода состязания в своих странах [59].

В результате французская борьба получила международное признание, а в ее названии звучало имя страны, сделавшей этот вид борьбы поистине массовым видом спорта. Конечно, борьба развивалась в мире в различных направлениях. Это зависело от национальных традиций, от влияния культур соседних стран и т.д. В Европе получила распространение французская (греко-римская) борьба

С конца XVIII в. В Европе и в особенности во Франции стало возрождаться увлечение борьбой. Пробуждение интереса со стороны значительной части населения к борьбе как зрелищу вызвало появление атлетов [10].

Они колесили по Франции, все шире рекламируя борьбу сред всех слоев населения, в особенности среди простого народа [15].

Наиболее популярным стал вид борьбы, в котором не разрешались захваты ниже пояса, а с целью схватки было положить противника на лопатки. При таком стиле борьбы преимущество имели те борцы, которые могли подавлять своих соперников силой [15].

Первые атлетические арены борцов - профессионалов были открыты в 1843 г. Они стали центром сплочения и сборов любителей этого вида спорта.

Постепенно французская борьба стала проникать в другие европейские страны. Там тоже по французскому образцу стали функционировать профессиональные борцовские чемпионаты, получила жизнь невиданная доселе профессия – борец [15]

По мере того, как борьба завоевывала все большую популярность и получила географическое распространение, она обогащалась и в техническом отношении. Поединки грубых силачей не вызывали симпатий у публики, стали цениться техника, ловкость, красота [15].

Профессиональная французская борьба стала самым любимым видом спорта в Европе. Популярность ее была удивительной. Ни один другой вид спорта не вызывал такого всеобщего восхищения. Начинала развиваться любительская борьба, стали организовываться соревнования среди любителей [15].

* * *

Завершая параграф «История появления греко-римской борьбы» можно сделать следующие выводы:

1. Подлинного развития борьба достигла в Древней Греции.

2. В конце XVIII начале XIX века в Европе начала формироваться современная греко-римская борьба. Основные ее положения были заложены во Франции. В 1848г. в Париже появились первые арены, на которых выступали борцы - профессионалы.

3. С конца XVIII в. В Европе и в особенности во Франции стало возрождаться увлечение борьбой. Пробуждение интереса со стороны значительной части населения к борьбе как зрелищу вызвало появление атлетов.

1.3. История появления вольной борьбы

Уже XVIII в Англии существовал вариант борьбы, в котором борцам предоставлялось широкое поле деятельности в выборе атакующих средств. Разрешались захваты за ноги и приемы с действиями ногами [9].

XIX в. Стал веком бурного развития профессиональной борьбы в Европе. Профессионализм в спорте захватил и Америку. Борьба стала прибыльным занятием [9].

Из всех вариантов борьбы, которые применяли профессиональные борцы, наибольшую популярность приобрел английский. Постепенно он вытеснил все остальные [10].

В Северной Америке стали возникать молодежные спортивные кружки, популяризирующие борьбу. На нее уже смотрели не только как на средство развлечения и профессию для добывания денег, но и как на интересный и полезный вид спорта [10].

Борьба кэтч (английский вариант борьбы) получил два направления. У студентов и любителей среди молодежи она стала спортом, прекрасно и гармонично развивающим спортсмена, зрелищно интересным. У профессионалов она превратилась в отвратительное зрелище рассчитанное на пробуждение животных чувств у борцов и зрителей. Профессиональный кэтч представляет собой побоище, в котором разрешены и удары, и удушающие захваты, и болевые приемы [10].

В 1904 г. Третьи по счету Олимпийские игры проводились в США в Сент - Луисе. Американцы, используя свое право хозяев, впервые в олимпийскую программу включили борьбу кэтч (студенческий, любительский вариант). Олимпийский комитет принял ее и назвал борьбой свободного стиля (Free stile) [10].

Европейцы в то время не были знакомы с этим видом борьбы, поэтому никто из них не дерзнул принять участие в соревнованиях. Олимпийский турнир оказался под угрозой срыва. Тогда предприимчивые американцы решили приурочить свой очередной чемпионат по борьбе вольного стиля ко времени проведения Олимпиады и организовать его под флагом олимпийского состязания [9].

Поэтому естественно, на первом олимпийском турнире по вольной борьбе все до единого участника были представителями одной страны – США [9].

Судейство осуществлялось по правилам, принятым в Америке. Борьба шла в семи весовых категориях [15].

IV Олимпийские игры проходили в Афинах в 1906 г. Греки отдали предпочтение греко-римской борьбе, убрав из программы вольную, для них не знакомую и не понятную [57].

Окончательно судьба вольной борьбы решилась на V Олимпийских играх 1908 г. в Лондоне. Англичане безоговорочно включили в программу свою борьбу, надеясь на успех в соревнованиях [57].

Теперь европейцы не только увидели новый вид борьбы, некоторые даже попробовали в ней свои силы. И не смотря на то, что победителями во всех весовых категориях стали английские и американские борцы, вольная борьба понравилась европейцам [59].

Вольная борьба стала олимпийским видом спорта, но олимпиада была единственным соревнованием, в котором могли тогда померяться силами

борцы вольного стиля из разных стран. Никаких других международных соревнований по вольной борьбе в то время не проводилось [59].

В 1912 г. Олимпийские игры состоялись в столице Швеции Стокгольме, где популярной была классическая борьба. Ее и включили в программу. Вот почему европейцы вновь увидели этот вид борьбы на Олимпиаде в Антверпене в 1920 г. На этот раз среди победителей преобладали уже европейские борцы. Лишь один американец сумел получить золотую медаль. Финские и шведские борцы были вне конкуренции [62].

Первые победы сразу изменили отношение европейцев к вольной борьбе. Многие борцы стали совершенствоваться в новом виде борьбы, изобретать приемы, учиться делать подножки и выполнять другие действия ногами [64].

* * *

Завершая параграф «История появления вольной борьбы» можно сделать следующие выводы:

1. Вольная борьба зародилась в Англии.
2. Борьба кэтч (английский вариант борьбы) получил два направления. У студентов и любителей среди молодежи она стала спортом, прекрасно и гармонично развивающим спортсмена, зрелищно интересным (современная вольная борьба). У профессионалов она превратилась в отвратительное зрелище рассчитанное на пробуждение животных чувств у борцов и зрителей.
3. Входит в программу Олимпийских игр с 1904 года.

1.4. История появления борьбы самбо

Прежде чем начать экскурсию в сложный лабиринт истоков рождения самбо, окинем взглядом и то, как исторически складывалось искусство самозащиты, что представлял собой его международный уровень к концу XIX началу XX века, то есть ко времени начала биографии самбо [16].

1539 г увидела свет книга немецкого мастера борьбы и самозащиты Фабиана фон Ауэрсвальда «Искусство борьбы. Восемьдесят пять приемов.» Согласитесь, что в это время старушка Европа не знала не только о джиу-джитсу, но и вряд ли подозревала о существовании самой Японии. А первая спортивная книга вышла на 28 лет раньше работы Фабиана (1511 г.) под авторством Ганса Вурма (Нижняя Бовария). Затем и последовали и другие издания (М. Н. Лукашев) [16].

Не остались без внимания новые приемы самозащиты и в царской России, хотя прививались они на русской земле не всегда удачно. Навыки ее, если не считать тех, которые порождались излюбленными видами народного спорта (борьбой, кулачным и палочным боем) распространялись в России довольно слабо. Первые сведения об обучении самозащите относятся к 1898 г., когда чемпион мира по борьбе Владислав Пытлясинский начал ее преподавание в полиции Таллина, скорее всего по книге Ауэрсвальда, приобретенной во время пребывания за границей [16].

В России, в бывшем Советском Союзе борьбу в одежде начали изучать в Москве, на базе государственного Центрального института физической культуре под руководством преподавателя В.С Ощепкова, который внес неоценимый вклад в развитие будущей борьбы самбо. Он основательно изучил дзюдо в токийском институте Кодокан и подготовил своих многочисленных учеников по канонам этого восточного единоборства, сосредоточив внимание на прикладной его части. Он предпринял попытки обогатить и расширить дзюдо, создать новую систему самозащиты. Педагогическая деятельность Ощепкова позволила воспитать множество энтузиастов, ставших в последствии известными тренерами, наставниками в области спортивной борьбы «самозащиты», горячими ее пропагандистами [36].

Дальнейшее развитие самбо связано с именами А.Харлампиева, К.Хованского, А.Будзинского, В.Сальмина, Ф.Жамкова, А. Рубанчика,

А.Неведомского, Б.Васюкова, братьев Латышевых, Е.Чумакова и многих других. В 1932 году было проведено первенство физической культуры среди студентов. Первая проверка сил показала, что спортсмены боролись очень азартно, успешно выполняли сложные приемы, демонстрировали оригинальные комбинации. Постоянно систематизировался новый стиль борьбы на основе существующих видов единоборств многих народов нашей страны [36].

Особый, исключительный вклад в создание этой системы единоборства внес заслуженный мастер спорта СССР, заслуженный тренер Советского Союза Анатолий Аркадьевич Харлампиев. В июне- июле 1938 года прошел Всесоюзный тренерский сбор. Старшим тренером был назначен А.А. Харлампиев. Вскоре, в том же году, была проведена Всесоюзная научно-методическая конференция по борьбе самбо. А.А. Харлампиев выступил на этой конференции с главными докладами - об основах советской борьбы вольного стиля. Как уже сказано, одобрила правила нового вида борьбы и рекомендовала ее к широкому распространению и развитию [27].

Вскоре самбо начали культивировать в спортобществе «Динамо», ДСО «Крылья Совета» и некоторых других спортивных организациях. Расширилась география этого привлекательного вида борьбы. Например, занятия ею были организованы в Ташкенте под руководством Л.Б.Турина [27].

Комитет по делам физической культуры и спорта при Совете Народных Комиссаров в августе 1938 года издал приказ № 633 о массовом развитии в стране нового вида борьбы. В этом документе борьба самбо характеризовалась, как « чрезвычайно ценный по своему многообразию техники и оборонному значению вид спорта». И новая борьба действительно отвечала такой характеристике, ибо самбо- это движение, техника, молниеносная реакция, умение мгновенно оценить сложившуюся ситуацию и сориентироваться в ней [47].

В 1939 году проводится первый чемпионат СССР по новому единоборству. Через год выходят первые пособия по самбо. Н. Галковского и Р. Школьников. В 1946 году, после окончания Великой Отечественной войны, создается Всесоюзная секция, возобновляются чемпионаты СССР, Москвы, проводятся тренерские сборы по примечательной отечественной борьбе, которая теперь получила свое современное название «самбо» [47].

В 60-е годы интерес к самбо появился и за рубежом. Новой борьбой заинтересовались в Японии, Франции, Испании, Болгарии, МНР, США и многих других странах. Здесь также начали возникать национальные Федерации самбо. Многие спортсмены мира по достоинству оценили привлекательность этого вида борьбы, заключающуюся в многообразии применяемых приемов и их зрелищности [31].

Самбо стало одним из элементов национальной культуры нашего государства, прочно вошло в наш спорт и быт. Самбисты Советского Союза в это время уже успешно выступали за пределами Родины. Сменив куртку самбо на японское кимоно, наши самбисты побеждали даже самих родоначальников дзюдо [9].

* * *

Завершая параграф «История появления борьбы самбо» можно сделать следующие выводы:

1. В СССР борьбу в одежде начали изучать в Москве, на базе государственного Центрального института физической культуры под руководством преподавателя В.С Ощепкова.

2. Дальнейшее развитие самбо связано с именами А.Харлампиева, К.Хованского, А.Будзинского, В.Сальмина, Ф.Жамкова, А. Рубанчика, А.Неведомского, Б.Васюкова, братьев Латышевых, Е.Чумакова и многих других.

3. Особый, исключительный вклад в создание этой системы единоборства внес заслуженный мастер спорта СССР, заслуженный тренер Советского Союза Анатолий Аркадьевич Харлампиев.

1.5. Появление борьбы в России

Древние народы Руси - скифы, славяне - также занимались простейшими формами физической культуры. В основе их физической подготовки лежали стрельба из лука, борьба, метание дротиков, плавание. О раннем появлении у славянских племен борьбы свидетельствуют многочисленные летописные сказания и памятники народного эпоса X-XIV веков. Былинное творчество содержит достаточно подробное описание искусства ведения борьбы, рассказывает о подвигах народных богатырей, прославляет искусных воинов- победителей. Сильнейшие борцы всегда считались лучшими воинами, поэтому всегда стояли во главе войска, являясь его надежной опорой. Нередко в битвах оружие ломалось или выбивалось из рук противника, и тогда воины вступали в непосредственное единоборство, где ценились и реализовывалась физическая сила, ловкость, выносливость и волевые качества [3].

Однако единоборства были уделом не только военной опоры. На протяжении всей истории борьба на Руси, как и в других странах оставалась самым распространенным и любимым видом народных развлечений. Люди собирались на городских площадях и лужайках, где борцы мерились силой и ловкостью. Знание технических приемов копилось народом по крупицам и передавалось из поколения в поколение. При этом бережно сохранялись национальные традиции единоборств [1].

Первым письменным упоминанием о борьбе на Руси является описание поединка Яна Усмаря с печенегом, приводимое в списках Лаврентьевской летописи. Оно относится к 992 году. С помощью единоборств на Руси было принято решать спорные вопросы. А поскольку в борьбе побеждал более

техничный и сильный, это способствовало дальнейшему ее ему распространению и совершенствованию. Недаром в древнерусских пословицах подчеркивается высокая значимость единоборства: « Без борца да бойца, нет венца», « Тот не боец, кто не вывернулся», «Силач силачом, а ловкость и сноровка свое возьмут» и многие другие. Героическое прошлое русского народа нашло свое яркое выражение в Формировании самобытной народной борьбы. С веками цели и задачи борьбы менялись, это отражалось на ее техническом содержании и правилах проведения поединков [14].

Древнейшим видом единоборства была борьба на поясах (кушаках). В первую очередь в ней требовалось строгое соблюдение стандартного захвата за пояс, служившего сигналом для начала поединка. Здесь исключалось воздействие ногами на ноги противника, а победитель определялся после броска соперника на спину. Не менее распространенным была «борьба в схватку», когда борцы захватывали друг друга крест-накрест и старались силой подавить сопротивление противоборствующего. В «московской» борьбе разрешалось, захватив соперника наклонить его в сторону (влево) и выбить носком (левой) ноги (левую) ногу соперника, тем самым повергнув его на землю. Свое название эта разновидность национальной русской борьбы получило в связи с тем, что по таким правилам наиболее часто боролись в регионе Москвы [9].

В XVI-XVII веках были уже известны такие приемы, как передний пояс, броски через спину и через себя (прогибом). В отдельных районах страны разрешалось проводить приемы с помощью ног. Вначале поединок изобиловал силовыми приемами, когда же соперник уставал, следовал бросок, вследствие которого он оказывался поверженным на землю [9].

Социальные преобразования, проведенные Петром I, не замедлили положительно сказаться и на совершенствовании физического воспитания. В конце XVII- начале XVIII века в России начинают закладываться основы государственной системы. Однако все эти преобразования касались жизни

только господствующих классов и в первую очередь дворянства. Так в кадетских корпусах, где учились представители привилегированных сословий, средствами физического воспитания служил верховая езда, танцы, фехтование, борьба, гребля, и парусный спорт [9].

О широком бытовании борьбы среди русского народа говорит ряд ярких примеров из литературы. Так, великий ученый, М. В. Ломоносов (1711-1765) рассказывал: « Я, будучи 14 лет, побарывал и перетягивал тридцатилетних сильных лопарей». Герой Чесменской битвы Алексей Орлов (1737-1808), отличавшийся необыкновенной силой, устраивал в Москве народные соревнования и сам принимал в них участие. При этом никто не мог одолеть его ни в борьбе, ни в кулачном бою[32].

В XVIII-XIX выступление профессиональных борцов получило особую популярность в балаганах, народных гуляниях и ярмарках. В конце восемнадцатого века в Петербурге открылись первые общественные увеселительные сады. Выступление атлетов в обязательном порядке входило в рабочую программу этих садов [32].

К 1860 году борьба получила прочное гражданство в цирках России, где ее стали называть русско- швейцарской (в Швеции тоже боролись на поясах). Начиная с 60-70 годов девятнадцатого века цирковые атлеты боролись по-русски, «в обхват», то есть, обхватив друг друга руками крест-накрест, или по-швейцарски, надев специальные широкие пояса с ручками, за которые соперники держались, стремясь оторвать друг друга от земли, и бросив так, чтобы, приземлившись, соперник коснулся лопатками ковра. В цирке борьба стала одним из жанров искусства, который демонстрировал физическую силу в художественной форме. Спортивное направление борьбы значительно сказалось на ее зрелищности. Борьба на поясах по- прежнему оставалась самым распространенным видом народных развлечений, но в это же время в Россию заезжали все чаще иностранные цирковые труппы, которые

знакомили зрителей с другими видами борьбы и прежде всего французской [52].

Первый этап развития борьбы характеризовался сочетанием профессионального и любительского направления. Хронологически он ограничен 1896-м, годом проведения первых Олимпийских игр современности в Афинах, и 1916 годом, когда должны были пройти игры VI Олимпиады. Они были отменены из-за первой мировой войны. Именно в этот временной отрезок правила борцовских поединков и проведения любительских соревнований оформляются в систему, в рамках которой действовали борцы стран- участниц олимпийского движения. К ним можно причислить и Россию, борцы которые впервые выступили на Играх III Олимпиады в Лондоне в 1904 г., а в чемпионатах мира и Европы участвовали еще раньше. На этом этапе развития борьбы российские атлеты начали довольно активно интегрироваться в мировое борцовское сообщество, а правила соревнований внутри России в конце этого этапа были приведены в соответствии с международными нормами [68].

В истории борьбы России оба направления- и профессиональное и любительское- были тесно связаны с именами В. Ф. Краевского- создателя первого «Кружка любителей атлетики» (1885) и В. А. Пытлясинского- первого тренера, который профессионально начал учить русских атлетов борьбе. Богатый опыт личных выступлений в соревнованиях и глубокие теоретические знания Пытлясинского позволяли ему создать в 1896 году первое руководство по французской борьбе [14].

Официальной датой возникновения любительской спортивной борьбы в России принято считать 1895 год когда ею впервые начали заниматься в Петербурге кружке любителей атлетики. Но первое десятилетие в кружке занимались только гиревым спортом. В 1896 году в Петербурге был утвержден устав второй в России спортивной организации, в программу

занятий которой преимущественно входила борьба,- Петербургского атлетического общества [14].

В Москве намечалось открытие атлетического общества- «джентльменского атлетического клуба», доступ в который был открыт «только лицам , общественное положение которых будет строго соответствовать названию клуба» (Журнал «Спорт», 1902 № 26) [14].

Подлинными инициаторами развития спортивной борьбы в дореволюционной России являлись организаторы- энтузиасты: Е.Ф. Гарничко (Киев), А. Тушев (Екатеринославль), А.И. Андрушкевич (Ревель) и многие другие, они вложили особенно много труда в организацию и распространение борьбы [34].

Материальная необеспеченность – характерная черта для дореволюционного спорта – сказывалась и в борьбе. На первенствах России представителей периферии почти не было, хотя там имелись хорошие борцы. Даже в 1913 году, когда уже был организован российский олимпийский комитет, для посылки русских борцов на первенство мира в Бреславль собирались пожертвования от частных лиц. Отсутствие материальной поддержки было основной причиной того, что почти все лучшие борцы-любители вынуждены были уходить в профессионалы, находя в этом источник существования. Так, в 1913 году из-за « крайне тяжелых материальных условий» ушел в цирк М. Клейн, только что занявший второе место на Играх V Олимпиады; профессионалами стали чемпион мира 1913 года Г. Бауман, выдающиеся борцы К. Пожелло, С. Пафнутьев, Б. Свешников, Я. Спуль и многие другие. До этого в 1902 году, стал профессионалом воспитанник петербургского кружка Г. Гаккеншмидт, сильнейший мировой борец и атлет того времени, получивший на цирковой арене за свою манеру борьбы прозвище « Русский лев» (Журнал «Спорт».1913,№8) [70].

Следует отметить, что Россия могла познакомиться со многими приемами раньше. Еще в 1882 году в Москву приезжал француз Дублите,

который познакомил русских силачей с основами французской спортивной борьбы [70].

* * *

Завершая параграф «Появление борьбы в России» можно сделать следующие выводы:

1. О раннем появлении у славянских племен борьбы свидетельствуют многочисленные летописные сказания и памятники народного эпоса X-XIV веков.

2. В 1860 году борьба получила прочное гражданство в цирках России первый этап развития борьбы. Хронологически он ограничен 1896-м, годом проведения первых Олимпийских игр современности в Афинах, и 1916 годом, когда должны были пройти игры VI Олимпиады. Они были отменены из-за первой мировой войны.

3. В истории борьбы России оба направления- и профессиональное и любительское- были тесно связаны с именами В. Ф. Краевского- создателя первого «Кружка любителей атлетики» (1885) и В. А. Пытлясинского- первого тренера.

1.6. Выдающиеся спортсмены и их технические действия

В 1947 г. Федерация борьбы СССР была принята в ФИЛА. В этом же году наша команда по классической борьбе выехала на свой первый чемпионат Европы. Предстояло встретиться со всеми сильнейшими борцами мира, ибо лучшие мастера классической борьбы были сосредоточены в Европе [3].

В составе нашей команды в Прагу выехали А. Карапетян, И. Кауби, А. Соловов, А. Ялтырян, В. Кожарский, Н. Белов, К. Коберидзе, И. Коткас. Тренерами были А. Катулин и В. Соколов, судьями – Г. Курдов, Б. Чесноков. Н. Раков [3].

Можно представить себе психологическое напряжение наших борцов. Ведь их противниками были в основном многоопытные скандинавы, о громких победах которых советские спортсмены были наслышаны. И все же дебютанты показали блестящий результат: три золотые медали (Н. Белов, К. Коберидзе, И. Коткас), одна серебряная (А. Ялтырян) и одна бронзовая (В. Кожарский [3].

После успеха на чемпионате Европы в 1947 г. последовал довольно длительный перерыв, в течение которого у наших борцов-классиков было очень немного международных встреч, да и то с борцами невысокого спортивного класса [3].

Результаты на Олимпиаде были показаны высокие: четыре золотые медали (Б. Гуревич, Я. Пункин, Ш. Сафин, И. Коткас), одна серебряная (Ш. Чихладзе), две бронзовые (А. Терян, Н. Белов) и первое общекомандное место [3].

Славу советских борцов классического стиля на последующих Олимпийских играх преумножили: Н. Соловьев, К. Вырупаев, Г. Картозия, В. Николаев, А. Парфенов (1956); О. Караваев, А. Коридзе, И. Богдан (1960); А. Колесов (1964); Р. Руруа (1968) [3].

Особый успех был достигнут на XXI Олимпийских играх в 1976 г., где было завоевано 7 золотых, 2 серебряные и 1 бронзовая медаль [11].

В 1980 г. на Олимпийских играх в Москве наши борцы завоевали 4 золотых медали. На этой Олимпиаде в связи с политическими разногласиями команда США и Южной Кореи не участвовали. В 1984 г. наша команда в связи с этими же событиями в Олимпийских играх в Лос-Анджелесе не участвовала. В 1988 и 1992 гг. в наши борцы завоевали по 3 Олимпийских золотых медали. В 1996 г. России досталась только одна золотая медаль, а в 2000 г. – 2 золотых медали. Следует отметить «долгожителей» Чемпионатов Мира и Олимпийских игр, поскольку этот факт свидетельствует не столько о

функциональной одаренности, сколько о системности личности. К таким борцам-специалистам можно отнести [11]:

- трехкратного Чемпиона Мира и Чемпиона Олимпийских игр Анатолия Колесова;
- двукратного Чемпиона Мира Геннадия Сапунова;
- трехкратного Чемпиона Мира и Чемпиона Олимпийских игр Романа Руруа;
- пятикратного Чемпиона Мира Виктора Игуменова;
- двукратного Чемпиона Мира и Чемпиона Олимпийских игр Шамиля Хисамутдинова;
- пятикратного Чемпиона Мира и двукратного Чемпиона Олимпийских игр Валерия Рязанцева;
- четырехкратного Чемпиона Мира Владимира Зубкова;
- Чемпиона Мира и двукратного Чемпиона Олимпийских игр Александра Колчинского;
- трехкратного Чемпиона Мира Михаила Мамиашвили [11].

Иван Сергеевич Ярыгин (7 ноября 1948 — 11 октября 1997) — советский борец вольного стиля. Заслуженный мастер спорта СССР (1972). Родился 7 ноября 1948 года в селе Усть-Камзас Кемеровской области. Затем его семья переехала в посёлок Сизая Красноярского края. После школы поехал в Абакан учиться на шофёра. Пришёл в секцию вольной борьбы тренера В. И. Чаркова. В 1966 году начал тренироваться в Красноярске у Д. Г. Миндиашвили. В 1968 году выиграл молодёжные первенства России, а потом и СССР. При подготовке к чемпионат СССР 1970 года тренировался под руководством Владимира Гусева и Александра Охапкина. В 1970 году стал призёром чемпионата РСФСР и в этот же году стал чемпионом СССР. В 1971 году на Спартакиаде народов СССР — проиграл киевлянину Владимиру Гулюткину. На олимпийских играх в Мюнхене в 1972 году установил рекорд: затратил на все свои победные схватки всего 7 минут и 20 секунд, уложив

всех соперников на лопатки. В июле 1976 года на олимпийских играх в Монреале завоевал свою вторую золотую олимпийскую медаль. Ему была доверена высокая честь нести флаг сборной команды СССР на закрытии Олимпиады. Выиграл международный турнир по вольной борьбе в Тбилиси, Кубок мира. В 33 года стал главным тренером сборной команды СССР по вольной борьбе. Был главным тренером с 1982 по 1992 год. С 1993 по 1997 год — президент федерации спортивной борьбы России, член бюро международной федерации объединённых стилей борьбы. Ярыгин погиб 11 октября 1997 года в автомобильной катастрофе на автостраде Махачкала—Кисловодск в Ставропольском крае, недалеко от города Нефтекумск. Похоронен в Москве на Троекуровском кладбище [22].

Медведь Александр Васильевич (род. 16 сентября 1937, Белая Церковь, Киевская область) — выдающийся советский борец вольного стиля, трёхкратный олимпийский чемпион, многократный чемпион мира, Европы и СССР. Заслуженный мастер спорта СССР (1962), автор двух книг по борьбе. Обыгрывал одного и того же спортсмена (Османа Дуралиева) в финалах престижных соревнований 8 раз. Александр Медведь три раза становился олимпийским чемпионом по вольной борьбе (1964, 1968, 1972), причём в трёх разных весовых категориях (полутяжелой, тяжелой и абсолютной), 7 раз (1962—1963, 1966—1967, 1969—1971) становился чемпионом мира, 4 раза (1966, 1968, 1971 и 1972) — чемпионом Европы. В 1961—1970 годах 9 раз становился чемпионом СССР. В 1962 году после своего первого чемпионства стал заслуженным мастером спорта, в 1964 году после победы на Олимпиаде награждён Орденом Ленина, с 1965 года стал членом КПСС. В 1972 году нёс флаг СССР на церемонии открытия Олимпиады в Мюнхене. После окончания спортивной карьеры работал доцентом в Минском радиотехническом институте и тренером по борьбе. В 1970 году с Федерацией борьбы республики Беларусь совместно с Комитетом по физической культуре и спорту при Совете Министров БССР учредил международный турнир по

вольной борьбе на призы А В Медведя. С 1994 года турниру присвоена престижная высшая категория международных турниров- Гран-при. В 1980 году на открытии Олимпийских игр в Москве был удостоен чести прочитать Олимпийскую клятву от имени судей. После распада СССР стал вице-президентом НОК Белоруссии и тренером олимпийской сборной Белоруссии по вольной борьбе. В 2001 году признан лучшим спортсменом Белоруссии XX века. В 2004 году на церемонии открытия Олимпийских игр в Афинах нёс флаг Белоруссии. В 2005 году был признан лучшим борцом вольного стиля в истории спорта и введен в Зал спортивной славы борьбы. По словам Медведя, его дедушка с бабушкой приехали на Украину из России. Бабушку звали Медведихой (прозвище получено ещё в России), ее рост был 192 см. Дед был ещё выше. Женат, двое детей — дочь и сын Алексей (борец, обладатель Кубка мира), три внука, две правнучки [55].

Награды: Орден Ленина (1964), Орден Трудового Красного Знамени (1970), Орден «Знак Почета» (1964, 1969, 1985), Орден МОК и приз «Заблагодородство в спорте», (1975) Заслуженный мастер спорта (1962), Заслуженный тренер БССР (1979), Заслуженный тренер СССР (1984), Почетный гражданин Минска (1975), Почетным знак ЦК ВЛКСМ (1975) [55].

Карелин Александр Александрович (род. в 1967) - российский спортсмен (греко-римская борьба), заслуженный мастер спорта (1988). Трехкратный чемпион Олимпийских игр (1988,1992,1996), чемпион мира (1989-1991, 1993-1995,1997-1999) и Европы (1988-1990, 1998-2000). С 1988 г. является бессменным (тринадцатикратным) чемпионом страны. Александр Карелин родился под Новосибирском. Греко-римской (классической) борьбой начал заниматься в секции Новосибирского электротехнического института с 1981 г. Однако на этом его спортивные интересы не закончились. Мальчик любил охотиться, бегать на лыжах и плавать. Его первым и единственным наставником был и остается до настоящего времени

заслуженный тренер СССР В. М. Кузнецов. В 1986 г. Карелин потерпел единственное поражение - уступил чемпиону мира Игорю Растороцкому. Но уже через год спортсмен стал чемпионом мира среди юношей и попал в состав главной сборной страны. На Олимпиаду в Сеул (1988) Карелин поехал благодаря тому, что выиграл схватку с двукратным чемпионом мира Игорем Растороцким. Дебютант выступил блестяще, завоевав золотую медаль. Через четыре года в олимпийской Барселоне спортсмен вновь доказал свою непобедимость в греко-римской борьбе. Четыре из пяти поединков он завершил досрочно: за 1,5 минуты одержал верх над канадцем Эндрю Бордоу, за 2 минуты одолел кубинца Россела Меса, за 15 секунд - румына Иона Григораша. В финале Карелин продемонстрировал свой высокий профессионализм и несокрушимую силу чемпиону мира, двадцатикратному чемпиону Швеции Томасу Юханссону. Зарубежный спортсмен продержался не более 2 минут. В 1989 г. Александр пятый раз подряд завоевал титул чемпиона мира. Позднее журналисты выяснили, что практически на протяжении всего чемпионата спортсмен выходил на ковер со сломанным ребром. В 1996 г. в Будапеште на чемпионате Европы он также выступал с травмой (в поединке с белорусским борцом оторвалась грудная мышца), но у него и мысли не возникло снять свою кандидатуру с соревнований. Здоровье Карелина было подорвано; врачи настойчиво рекомендовали ему не принимать участия в Олимпиаде в Атланте. Но переубедить кому-либо самого сильного борца планеты оказалось не под силу. Остаться в стороне от бурной олимпийской жизни и подвести свою команду Александр не мог. Наградой за силу воли спортсмену стал победный гимн, прозвучавший в его честь в олимпийской Атланте (1996). В этом же году Александру Карелину вручили "Золотую Звезду" Героя России. После Олимпийских игр в Сиднее (2000), где спортсмен стал серебряным призером, он принял решение уйти из большого спорта [44].

Поддубный Иван Максимович - (26 сентября (8 октября) 1871, село Красенка, Золотоношский район, Полтавская губерния — 8 августа 1949, Ейск) — украинский советский профессиональный борец и атлет. Его называли Иван Железный и «Чемпион Чемпионов». Иван Поддубный родился в Полтавской губернии в 1871 году в бедной украинской семье. С детства был приучен к тяжелой крестьянской работе. Отец Ивана Максим Иванович сам был богатырского роста и силы геркулесовой. Через много лет Поддубный скажет, что человек сильнее его — только отец. В 1893—1896 годах — портовый грузчик в Севастополе и Феодосии. В 1896 году в Феодосийском цирке Бескаравайного Поддубный победил очень известных в ту пору атлетов — Луриха, Бороданова, Разумова, итальянца Паппи. С того момента и началась его карьера борца. С 1897 года выступал на аренах цирков как атлет-гиревик и борец (начал с русской борьбы на поясах, в 1903 году переключился на классическую (французскую) борьбу). Неоднократно выступал с гастролями в российских городах и за рубежом, посетив около 50 городов в 14 странах. Хотя и проигрывал отдельные схватки, не проиграл ни одного турнира. Неоднократно выигрывал «чемпионаты мира» по классической борьбе среди профессионалов, включая самый авторитетный из них — в Париже (1905—1908). В начале мая 1915 года в Екатеринославе (в здании старого цирка у «Озерки») одержал победу над чемпионом Александром Гаркавенко («черной маской»), а через два дня — еще над одним чемпионом Иваном Заикиным. В 1927 в Архангельске победил известного вологодского борца Михаила Куликова. В ноябре 1939 года в Кремле ему за действительно выдающиеся заслуги «в деле развития советского спорта» был вручен орден Трудового Красного Знамени и присвоено звание заслуженного артиста РСФСР. Ковёр покинул в 1941 году в 70-летнем возрасте. Послевоенные годы проживал в жуткой нищете, ради еды пришлось продать все завоёванные награды. Умер Иван Максимович 8 августа 1949 года в Ейске — небольшом курортном городке

на берегу Азовского моря, от инфаркта. Похоронен там же, в Ейске, в городском парке, ныне носящем его имя. Здесь же установлен памятник ему, а неподалеку расположены музей И. М. Поддубного и спортивная школа его имени. Помимо этого его именем назван ледокольный теплоход [52].

* * *

Завершая параграф «Выдающиеся спортсмены и их технические действия» можно сделать следующие выводы:

1. Следует отметить «долгожителей» Чемпионатов Мира и Олимпийских игр, поскольку этот факт свидетельствует не столько о функциональной одаренности, сколько о системности личности. К таким борцам-специалистам можно отнести:

– трехкратного Чемпиона Мира и Чемпиона Олимпийских игр Анатолия Колесова;

– двукратного Чемпиона Мира Геннадия Сапунова;

– трехкратного Чемпиона Мира и Чемпиона Олимпийских игр Романа Руруа...

2. Пятикратный чемпион мира среди профессионалов богатырь земли Русской Иван Максимович Поддубный. (1871-1949).

3. Александр Васильевич Медведь. Неоднократный чемпион СССР, Европы и мира; трехкратный олимпийский чемпион. «Человеку с ним не справиться»

4. Иван Ярыгин (1948-1997) Неоднократный чемпион СССР, Европы и мира; двукратный олимпийский чемпион Сибирский богатырь.

1.7. Пути распространения дзюдо в мире

Добившись долгожданного официального признания у себя на родине, Кано Дзигоро приступил к осуществлению следующего грандиозного замысла- о дзюдо должен узнать мир [1].

В 1951 году создана международная федерация дзюдо. Регулярно проводятся чемпионаты и первенства мира. Дзюдо включено в программу Олимпийских игр [4].

Один из способнейших учеников Д. Кано в 1903 году был послан в Америку и открыл там школу, завоевавшую за короткий срок огромную популярность. Сам президент США Т.Рузвельт посещал эту школу, а в Кокодане и по сей день хранятся его благодарственные письма, адресованные Д. Кано. До 1909 года Кокодан существовал на средства его создателя. Но так долго продолжаться не могло. Учеников становилось все больше, и расходы естественно, росли. Поэтому Д. Кано пришлось брать с поступающих вступительный взнос и деньги за экзамен [14].

В этом же году Д. Кано создал культурное объединение Кокодан, основанное на принципах дзюдо. Тогда же Д. Кано стал членом Олимпийского комитета и оставался им вплоть до самой смерти[24].

Международная федерация дзюдо (ФИД) основана в 1957г. Она состоит из пяти континентальных союзов: Европейского, Азиатского, Панамериканского, Африканского, а также союза дзюдо Океании, Членами ФИД являются 122 национальной федерации [50].

Зрители приняли дзюдо с огромным энтузиазмом- они же стали первыми пропагандистами борьбы дзюдо в Европе. А в Японии уже начали функционировать филиалы Кокодана. Были также созданы школы для военнослужащих Так идеи Д. Кано получали все большее распространение [50].

Джиу-джитсу уступило позиции новой системы единоборств. Но противостояние продолжалось. Поменялась лишь цена, где разрывался этот спор. Европе, избалованной английским боксом и греко-римской борьбой, трансформированной в цирковое зрелище, Европе, имеющей в своем арсенале французский саван, уже знакомой с джиу-джитсу благодаря заезжим инструкторам, покинувшим Японию в поясах заработка, не было

дела до еще одной «физической забавы». Первоначально доктор Кано со своими спутниками натолкнулся на холодное равнодушие публики. Но показательные выступления проведенные в присутствии нескольких десятков официальных лиц, вызвали огромную заинтересованность. Многие из тех благодарных зрителей впоследствии стали активными пропагандистами дзюдо [3].

Европейский вояж Кано Дзигоро принес свои плоды. Начался обмен преподавателями и спортсменами, стали открываться филиалы Кодокана за рубежом и школы дзюдо в странах Старого Света, а позднее и в США. Уже после окончания Второй мировой войны дзюдо Занимались в 120 странах мира [50].

В 1938 году в Каире состоялся конгресс по подготовке к очередным Олимпийским играм. Заслугой доктора Кано можно считать то, что следующие Олимпийские игры проводились в стране восходящего солнца, а в программу были включены соревнования по дзюдо. Существует мнение что сам создатель возражал против в этого включения. С этим трудно согласится, так как, будучи серьезным аналитиком, профессор не мог не понимать, какую пользу развитию и распространению дзюдо принесет олимпийский статус его детища [12].

К сожалению, великий мастер не дожил до того времени, когда дзюдо превратилось в поистине массовый вид спорта, которым увлечены во всем мире дети и взрослые, юноши и девушки, мужчины и женщины. Возвращаясь на родину на судне «Хикава Мару», Кано Дзигоро умер от воспаления легких 4 мая 1938 года [12].

Расширение географии дзюдо привело в итоге к проведению мирового чемпионата в 1956 году, естественно, на родине этой популярной борьбы. Второй чемпионат мира (1958 г.) был проведен также в Токио. Соревнования проходили без деления участников по весовым категориям. Сильнейшими стали хозяева. Но после трех годичного перерыва в 1961 году в Париже

состоялся чемпионат мира, который закончился сенсацией. Золотую медаль завоевал Голландец Антон Хеесинк, выигравший в финале у Соне Кодзе, которому пришлось расстаться со званием чемпиона мира [32].

Начиная с 1955года, дзюдо постепенно уже под официальным названием дзюдо и чаще- борьба дзюдо, начинает распространяться в мире [69].

Из Японии разъезжались специалисты в разные страны преподавать дзюдо. Стало модным иметь тренера-японца, даже если его услуги стоят дорого [69].

Благодаря рекламе и кипучей деятельности профессоров дзюдо, японская борьба получила широкое распространение. В особенности большую популярность, приобрело дзюдо во Франции, Бельгии, Голландии, Испании, Англии. Вот почему спортсмены именно этих стран являются сильнейшими на проводимых в настоящее время чемпионатах Европы и мира [70].

Наступило время, когда соперничество европейских борцов стало настолько серьезным, что Японцы начали проигрывать не только в тяжелых весовых категориях [70].

* * *

Завершая параграф «Пути распространения дзюдо в мире» можно сделать следующие выводы:

1. Один из способнейших учеников Д. Кано в 1903 году был послан в Америку и открыл там школу, завоевавшую за короткий срок огромную популярность.

2. Дзигаро Кано стал членом Олимпийского комитета и оставался им вплоть до самой смерти.

3. Европейский вояж Кано Дзигоро принес свои плоды. Начался обмен преподавателями и спортсменами, стали открываться филиалы Кодокана за рубежом и школы дзюдо в странах Старого Света, а позднее и в США. Уже

после окончания Второй мировой войны дзюдо Занимались в 120 странах мира.

4. В 1938 году в Каире состоялся конгресс по подготовке к очередным Олимпийским играм. Заслугой доктора Кано можно считать то, что следующие Олимпийские игры проводились в стране восходящего солнца.

1.8. Появление видов борьбы в Красноярске

Специализированная детско-юношеская спортивная школа начала свою историю с 1987 году как СДЮСШОР по вольной борьбе ВДСО Профсоюзов, созданная на базе имеющихся ДЮСШ ДСО «Труд». В 1992 году она была реорганизована в СДЮШОР по вольной борьбе городского спорткомитета города Красноярска [3].

Первым директором СДЮШОР по вольной борьбе стал Геннадий Александрович Ринкевич, мастер спорта по вольной борьбе. С 1993 года по 1998 год должность директора занимал Николай Георгиевич Бархотов, прославленный альпинист («снежный барс»), мастер спорта СССР. В 1998 году школу возглавил Георгий Леванович Бахтуридзе, заслуженный тренер России, мастер спорта СССР по вольной борьбе [17].

Все это время шло активное развитие материально- спортивной базы, увеличение тренерского- преподавательского состава, организация борцовских секций и заключение договоров с руководителями общеобразовательных школ, профессиональных лицеев и других организации на безвозмездной основе о взаимно выгодном сотрудничестве [21].

При поддержке Администрации города Красноярска и активном участии Главы города П. И. Пимашкова и директора школы борьбы Г. Л. Бахтуридзе, борьба как вид спорта интенсивно развивается. Благодаря их поддержке в школе укрепляется материальная база, тренировки проводятся в двадцати трех спортивных залах, находящихся находящихся в различных

образовательных учреждениях города Красноярска. Открыт филиал школьно-детско-подростковый клуб «Каштак» [34].

В июне 2006 года СДЮШОР по видам борьбы была снова реорганизована и получила муниципального образовательного учреждения дополнительного образования детей «Специализированная детско-юношеская спортивная школа Олимпийского резерва по видам единоборств», с отделениями по вольной борьбе, греко-римской борьбе, дзюдо и самбо, которая была образована путем слияния СДЮШОР по видам борьбы с ДЮСШ по греко- римской борьбе отдела Отдела образования Железнодорожного района города Красноярска. ДЮСШ возглавлял Анатолий Алексеевич Солопов- первый мастер спорта в крае по греко-римской борьбе, почетный мастер спорта СССР, заслуженный тренер России. Анатолий Алексеевич- человек легенда, очень много сделавший для развития, становления и популяризации греко-римской борьбы в городе Красноярске. С 2006 года СДЮШОР по видам единоборств возглавляет Алексей Васильевич Шумаков, заслуженный мастер спорта СССР по греко-римской борьбе, чемпион Олимпийских игр, мира, Европы, СССР, почетный гражданин города Красноярска [28].

В настоящее время в школе работает двадцать три тренера-преподавателя в отделениях вольной, греко- римской борьбы, дзюдо и самбо. Тридцать тренеров имеют высшее образование, пять тренеров: С.М. Вялков, А.Г. Битаров, Г.Е. Знаменский, Г.Л. Бахтуридзе, В.П.Копылов- имеют высшую категорию и звание «Заслуженный тренер России». Семи работникам школы присвоено звание «Отличник физической культуры», Р.Н. Михеева-«Заслуженный работник физической культуры Российской Федерации» [28].

В Красноярском крае основателем дзюдо является Виктор Александрович Хориков, продолжателем его дела стал ученик – Петр Владимирович Трутнев, создав клуб «Платина». В результате наш

Красноярский край прославился такими спортсменами как: Виктор Поддубный, Олег Мальцев, Марина Ковригина и другие. Первый зал в городе был образован в краевом совете «Динамо», расположенном в центре города по проспекту Мира, что тоже сыграло свою положительную роль. В нем «властвовал» Альберт Михайлович Астахов. Там же в свободное от работы в сельхозинституте время, вел секцию подростков и Рублевский. Практически параллельно появилась секция борьбы самбо и в ДСО «Труда», организовал которую Виктор Хориков. Сейчас, когда прошло столько лет, сложно выяснить, кому из этих людей принадлежит пальма первенства по развитию борьбы самбо в Красноярске. В 1960 году из армии демобилизовался Виктор Хориков, который сначала устроился инструктором физической культуры на шелковый комбинат. В свободное от работы время он начал преподавать, ведя секцию самбо. Затем его пригласили тренером в «Труд» в Красноярске началась эра самбо. Стали открываться филиалы в общеобразовательных школах, техникумах. Сегодня Владимир Щедрухин - заслуженный тренер России, сам создал школу самбо в Минусинске, которая считается сильнейшей на юге края. Сюда же можно отнести известных самбистов и дзюдоистов - В. Востриков, Ю. Русских, В. Назаров, В. Копылов, Э. Агофонов [28].

* * *

Завершая параграф «Появление видов борьбы в Красноярске» можно сделать следующие выводы:

1. Специализированная детско-юношеская спортивная школа начала свою историю с 1987 году как СДЮСШОР по вольной борьбе ВДСО Профсоюзов.

2. Первым директором СДЮШОР по вольной борьбе был Г.А. Ринкевич.

3. В июне 2006 года СДЮШОР по видам борьбы была снова реорганизована и получила муниципального образовательного учреждения

дополнительного образования детей «Специализированная детско-юношеская спортивная школа Олимпийского резерва по видам единоборств», с отделениями по вольной борьбе, греко-римской борьбе, дзюдо и самбо.

4. В Красноярском крае основателем дзюдо и самбо является Виктор Александрович Хориков, продолжателем его дела стал ученик – Петр Владимирович Трутнев, создав клуб «Платина».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ ПО ПЕРВОЙ ГЛАВЕ

Борьба дзюдо берет свое начало из китайского вида единоборств джиу-джитсу. Основателем борьбы Дзюдо стал Дзигоро Кано, в последствии он открыл школу Кодокан. Последние годы XIX дзюдо, стало неотъемлемым элементом культуры Страны восходящего солнца. Борьба дзюдо берет свое начало из китайского вида единоборств джиу-джитсу. Основателем борьбы Дзюдо стал Дзигоро Кано, в последствии он открыл школу Кодокан. Последние годы XIX дзюдо, стало неотъемлемым элементом культуры Страны восходящего солнца. Подлинного развития борьба достигла в древней Греции.

В конце XVIII начале XIX века в Европе начала формироваться современная греко-римская борьба. Основные ее положения были заложены во Франции. В 1848г. в Париже появились первые арены, на которых выступали борцы профессионалы. С конца XVIII в. В Европе и в особенности во Франции стало возрождаться увлечение борьбой. Пробуждение интереса со стороны значительной части населения к борьбе как зрелищу вызвало появление атлетов.

Вольная борьба зародилась в Англии. В Северной Америке стали возникать молодежные спортивные кружки, популяризирующие борьбу. Входит в Олимпийские игры.

В России, в бывшем Советском Союзе борьбу в одежде начали изучать в Москве, на базе государственного Центрального института физической культуре под руководством преподавателя В.С Ощепкова. Дальнейшее развитие самбо связано с именами А.Харлампиева, К.Хованского, А.Будзинского, В.Сальмина, Ф.Жамкова, А. Рубанчика, А.Неведомского, Б.Васюкова, братьев Латышевых, Е.Чумакова и многих других.

Особый, исключительный вклад в создание этой системы единоборства внес заслуженный мастер спорта СССР, заслуженный тренер Советского Союза Анатолий Аркадьевич Харлампиев. Один из способнейших учеников Д. Кано в 1903 году был послан в Америку и открыл там школу, завоевавшую за короткий срок огромную популярность.

Д. Кано стал членом Олимпийского комитета и оставался им вплоть до самой смерти. Европейский вояж Кано Дзигоро принес свои плоды. Начался обмен преподавателями и спортсменами, стали открываться филиалы Кодокана за рубежом и школы дзюдо в странах Старого Света, а позднее и в США. Уже после окончания Второй мировой войны дзюдо занимались в 120 странах мира. В 1938 году в Каире состоялся конгресс по подготовке к очередным Олимпийским играм. Заслугой доктора Кано можно считать то, что следующие Олимпийские игры проводились в стране восходящего солнца.

ГЛАВА.2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1. Организация исследования

1 этап – на протяжении всего процесса обучения мы осуществляли сбор и анализ литературных источников по теме «История появления приемов в спортивной борьбе». Данную тему мы разделили на параграфы:

1. История Дзюдо
2. История появления Греко-Римской борьбы
3. История появления Вольной борьбы
4. История появления Самбо
5. Появление Видов борьбы в России
6. Выдающиеся спортсмены и их технические действия
7. Пути распространения Дзюдо в мире
8. Появление видов борьбы в Красноярске (Основоположники)

3 этап – проведение педагогического наблюдения. Нами с февраля по май 2012 было проведено педагогическое наблюдение за группами совершенствования, в составе которых юноши и девушки 16-26 лет в спортивных залах «Локомотив», «Олимп» и с/зал Центрального стадиона. Целью педагогического наблюдения является определение основных технико-тактических действий ведущих красноярских спортсменов и сравнение их с победными технико-тактическими приемами лучших спортсменов мира. За техникой дзюдоистов мирового уровня мы наблюдали по видеозаписям (2006-2012г) таких крупных соревнований как: Чемпионата Мира, чемпионатов Европы, чемпионатов России.

4 этап – проведение педагогического эксперимента в период с октября 2012 года по декабрь 2013 года. На этом этапе наша работа была сосредоточена на анализе современного тренировочного процесса дзюдоистов и сравнении его с тренировочным процессом родоначальников этого вида спорта с целью выявления забытых приемов дзюдо для использования их в современном тренировочном процессе. Нами было

найден эксклюзивное видео тренировочного процесса ученика Дзигаро Кано (Мифуне), мы сделали план-конспект занятия и сравнили его с современным учебно-тренировочным процессом, который проходит в клубе «Олимп» в старшей возрастной группе. Затем внедрили в учебно-тренировочный процесс экспериментальной группы забытые приемы дзюдо, контрольная группа тренировалась по своему обычному плану.

5 этап – после завершения всех исследований мы приступили к анализу полученных результатов, установки достоверности полученных результатов, выявлению эффективности, разработанной нами методики.

2.2. Методы исследований

Анализ литературных источников – этот метод использовался нами с целью исследования особенностей речи педагога, профессионального тренера, спортсмена.

Анкетирование – наиболее распространенный метод сбора информации. Опрос предусматривает письменное обращение исследователя к определенной совокупности людей с вопросами, содержание которых представляет изучаемую проблему на уровне эмпирических индикаторов, их регистрацию и статистическую обработку полученных ответов, а также теоретическую интерпретацию. В анкетировании приняли участие 100 респондентов.

Педагогическое наблюдение – это планомерный процесс наблюдения и анализа тренировочного процесса без существенного вмешательства в его ход. Нами педагогическое наблюдение проводилось с целью выявления, наличия и особенности теоретической части занятия в учебно-тренировочном процессе по спортивным единоборствам.

Педагогический эксперимент – это научно поставленный опыт преобразования педагогического процесса в точно учитываемых условиях. В отличие от методов, лишь регистрирующих то, что уже существует,

эксперимент в педагогике имеет созидательный характер. Эксперимент – по сути, строго контролируемое педагогическое наблюдение, с той лишь разницей, что экспериментатор наблюдает процесс, который он сам целесообразно и планомерно осуществляет. Нами был проведен педагогический эксперимент с целью развития физических качеств спортсменов.

Статистическая обработка результатов – обработка полученных данных в ходе исследований при помощи методов математической статистики. Нами проводились вычисления достоверности, разности средних значений по t – критерию Стьюдента. Данный метод заключается в следующем:

Во-первых, мы вычисляли среднюю арифметическую величину. Чтобы её подсчитать, мы суммировали все значения ряда и разделили сумму на количество суммированных значений.

$$X = (X_1 + X_2 + X_3 + X_4) / n,$$

где X – значение отдельного измерения; n – количество человек.

Во-вторых, вычисляли среднее квадратическое отклонение (обозначаемое греческой буквой сигма) и называемое также стандартным отклонением. Для вычисления используется следующая формула:

$$\delta = (X_{\max} - X_{\min}) / K,$$

где X_{\max} – наибольшее значение варианты; X_{\min} – наименьшее значение варианты; K – табличный коэффициент, соответствующий определённой величине размаха.

В-третьих, вычисляли стандартную ошибку среднего арифметического значения (m) по формуле:

$$m = (\delta) / \sqrt{n - 1}$$

В-четвёртых, находили среднюю ошибку разности по формуле:

$$t = (X_{\alpha} - X_{\kappa}) / \sqrt{m_{\alpha}^2 + m_{\kappa}^2}$$

Затем по специальной таблице мы определяли достоверность различий. Для этого полученное (t) сравнивалось с граничным при 5%-ном уровне значимости ($t_{0,05} = 2,45$) при числе степеней свободы $f = n_{э} + n_{к} - 2$, где $n_{э}$ и $n_{к}$ – общее число индивидуальных результатов соответственно в контрольной и экспериментальной группах.

ВЫВОДЫ

1. Борьба дзюдо берет свое начало из китайского вида единоборств джиу-джитсу. Основателем борьбы Дзюдо стал Дзигоро Кано, в последствии он открыл школу Кодокан. Последние годы XIX дзюдо, стало неотъемлемым элементом культуры Страны восходящего солнца. Борьба дзюдо берет свое начало из китайского вида единоборств джиу-джитсу. Основателем борьбы Дзюдо стал Дзигоро Кано, в последствии он открыл школу Кодокан. Последние годы XIX дзюдо, стало неотъемлемым элементом культуры Страны восходящего солнца. Подлинного развития борьба достигла в древней Греции.

2. Особый, исключительный вклад в становление системы дзюдо внес заслуженный мастер спорта СССР, заслуженный тренер Советского Союза Анатолий Аркадьевич Харлампиев. Один из способнейших учеников Д. Кано в 1903 году был послан в Америку и открыл там школу, завоевавшую за короткий срок огромную популярность.

3. Д. Кано стал членом Олимпийского комитета и оставался им вплоть до самой смерти. Европейский вояж Кано Дзигоро принес свои плоды. Начался обмен преподавателями и спортсменами, стали открываться филиалы Кодокана за рубежом и школы дзюдо в странах Старого Света, а позднее и в США. Уже после окончания Второй мировой войны дзюдо занимались в 120 странах мира. В 1938 году в Каире состоялся конгресс по подготовке к очередным Олимпийским играм. Заслугой доктора Кано можно считать то, что следующие Олимпийские игры проводились в стране восходящего солнца.

4. Дзюдоисты Японии и России выполняют такие приемы как переворот ключом захватом пояса и захвата руки из-под плеча, удушение спереди скрещивая руки (одна ладонь в верх, другая вниз), боковая подножка на пятке (седом), подхват бедром в падении захватом руки под плечо, подсечка в колено под отставленную ногу, бросок через грудь вращением

обхватом туловища сзади, бросок через бедро с захватом отворота, бросок через грудь вращением обхватом туловища сзади, бросок через бедро подбивом.

5. Проанализировав редчайшее видео Кюдзо Мифуне (ученика Дзигоро Кано), мы сделали вывод, что в тренировке прошлых лет есть забытые приемы, которые в наше время, могут быть актуальными и не противоречат современным правилам. Для внедрения в современный учебно-тренировочный процесс мы выбрали такие броски как: бросок выведением руками через колено (укиотоси), передняя подножка (таиотоси) захват за пояс спереди (корпусные броски).

6. Внедрение в учебно-тренировочный процесс забытых приемов дзюдо позволяет обучать борцов более вариативным стилем борьбы, умению быстро принимать решения в постоянно изменяющихся ситуациях в схватке и повысить уровень физического развития дзюдоистов.

7. В контрольной группе прирост результатов во всех контрольных испытаниях не достоверен. В экспериментальной группе прирост результатов достоверен во всех контрольных испытаниях. Полученные результаты говорят об эффективности, разработанной нами методики, которая повышает у борцов дзюдо уровень развития физической и технико-тактической подготовленности.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМИНДАЦИИ

1. На учебно-тренировочных занятиях тренерам необходимо осведомлять спортсменов об истории вида спорта, об исторически сложившихся традициях, этики, правильных терминов, кодексов. Для этого могут послужить информационные стенды, книги, брошюры, методички, видео фильмы.

2. Желательно, чтобы тренер объяснял историческое происхождение тех или иных действий на татами, традиций и традиционных эффективных приемов.

3. Для повышения уровня технико-тактической подготовленности борцов, тренеру необходимо постоянно следить за изменениями правил соревнований и делать акцент на учебно-тренировочных занятиях на наиболее эффективных приемах дзюдо.

4. В спортивной тренировке очень важно следовать историческим традициям и ритуалам выработанным в процессе развития данного вида спорта опираясь на их философские основы.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Шулика, Ю.А. Дзюдо система и борьба. / Ю.А. Шулика. - Ростов н /Д: Феникс, 2006. - 800 с.
2. Миндиашвили, Д.Г., Подливаев, Б.А. Вольная борьба: история, события, люди: монография / Д.Г. Миндиашвили, Б.А. Подливаев ; Федерация спортивной борьбы России ; ГНУ «Сибирский научный центр Российской академии образования». - М.: Советский спорт, 2007. - 360 с.: ил.
3. Агофонов, Э.В. Один на один: Справочное пособие. / Э.В. Агофонов. - Красноярск: Краевая федерация борьбы Самбо, 1999 - 164с.
4. Козлов, Г.А., Трутнев, П.В. Основы теоретической подготовки дзюдоиста: Учебное пособие. / Г.А.Козлов., П.В. Трутнев.- Красноярск: ИЦ «Платина», 2004 - 240с.
5. Шулики, В.А., Иванов, И.И., Кузнецов, А.С., Самургашев, Р.В., Шулика, Ю.А. Греко-римская борьба: Учебник для СДЮШОР, спортивных факультетов пед. инст-тов, техникумов физической культуры и училищ Олимпийского резерва. / В.А. Шулики., И.И. Иванов., А.С. Кузнецов., Р.В. Самургашев., Ю.А Шулика. - Ростов н/Д: «Феникс», 2004 - 800с.
6. Миндиашвили, Д.Г., Ринкевич, Г., Нелбин, В., Подливаев, Б., Савчук, А., Владимирова, И., Кудрякова, Н. Антология вольной борьбы. Даты, события, имена. Вып.2 / авт.; науч.рук. Д.Г. Миндиашвили; Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева./ Д.Г. Миндиашвили., Г. Ринкевич., В. Нелбин., Б. Подливаев., А. Савчук., И. Владимирова., Н. Кудрякова. - Красноярск, 2010.- 368с.
7. Миндиашвили, Д.Г., Завьялов, А.И., Ринкевич, Г.А. Вольная борьба в Красноярском крае (справочник). / Д.Г. Миндиашвили, А.И. Завьялов., Г.А. Ринкевич. - Красноярск: Институт спортивных единоборств имени И.Ярыгина КГПУ, 1998 - 180 с.
8. Анохин П.К. Философские аспекты теории функциональных систем /Философские аспекты теории функциональных систем: Избранные труды. – М.: Наука, 1978. – 27–48 с.
9. Бальсевич В.К. Физическая культура для всех и для каждого. – М.: Физкультура и спорт, 1988.
10. Бальсевич В.К. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. М.: «Физкультура, образование, наука. – 1996., № 1. – 3–53 с.
11. Бернштейн Н.А. О ловкости и её развитии. М.: Физкультура и спорт, 1991. – 287 с.
12. Болтиков Ю. В. Повышение мотивационных факторов в целях обеспечения массовости и результативности учебно-тренировочной работы в секциях спортивной борьбы: Автореф. дис. канд. пед наук. – М.: МОГИФК, 2002. – 23 с.
13. Бриль М.С., Прозоров В.Н. Прибор для исследования психомоторных особенностей футболистов//Теория и практика ФК. – 1987, № 9. – 53–54 с.

14. Верхошанский Ю.В. На пути к научной теории и методологии спортивной тренировки. – М.: Теор. и пр. ФК. 1997, № 2. – 21–26 с., 39–42 с.
15. Военно-спортивная классификация и правила соревнований по армейскому рукопашному бою. – М.: Принт Центр, 1997. – 28 с.
16. Волков В.П. Самозащита без оружия. М.: НКВД СССР. 1940. – 540 с.
17. Волков В.П., Чумаков Е.М., Роднов В.С. Анализ технического мастерства самбистов // Спортивная борьба: Ежегодник. – М., 1971. – 45–53 с.
18. Воронин Ю.А и др. О математизации исследований в спорте на примере борьбы САМБО /Ю.А. Воронин, С.В. Магеровский, О.М. Сердюк, А.Б. Калядин, Ю.Я. Киселев, М.Т. Данилин // Вопросы физического воспитания студентов. – Л.: ЛГУ, 1964. – 61–105 с.
19. Горская Г.Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов. Краснодар, 1995. – 184 с.
20. Гужаловский А.А. Физическое воспитание школьников и критические периоды развития. // Теория и практика ФК, 1977, № 7. – 37–39 с.
21. Гужаловский А.А. Этапность развития физических (двигательных) качеств и проблема оптимизации физической подготовки детей школьного возраста. // А./реф. докт. дисс. – М., 1979. – 23 с.
22. Дёмин В.А., Пилоян Р.А., Седлов В.С. Деятельностный анализ борцовского поединка. // Спортивная борьба: Ежегодник. – М., 1979. – 60–65 с.
23. Джамгаров Т.Т. Психологическая характеристика видов спорта и соревновательных упражнений: В кн. Психология физического воспитания и спорта. – М.: ФИС, 1979. – с. 34–41.
24. Джиу-Джитсу. Методическое пособие. – М., 1970. – 316 с.
25. Дойль В. Психологические проблемы развития психических качеств спортсмена. В кн.: Психология и современный спорт. М.: ФИС. 1973. – 121–143 с.
26. Доничев С. Пионерские паруса. – Журн.: «Катера и яхты». – М., 1985, № 3. – 26–29 с.
27. Донской Д. Д. Биомеханика. – М.: Просвещение, 1977. – 238 с.
28. Дякин А.М., Невретдинов Ш.Т. Методика отбора борцов // Спортивная борьба: Ежегодник. – М., 1980. – 13–16 с.
29. Еганов А.В. и др. Структура показателей спортивного мастерства дзюдоистов/ А.В. Еганов, О.А. Сиротин, В.Н. Коплин, А.И. Курашкин // Спортивная борьба: Ежегодник. М., 1982. – 12–15 с.
30. Жизнь животных /Под общей ред. Л.А. Зенкевича. – М.: Просвещение, 1968, т. 1. – 8–14 с.
31. Запорожец А.В. Развитие произвольных движений. – М.: ФИС, 1969. – 296 с.
32. Иванов И.И. Повышение надежности соревновательной деятельности высококвали – фицированных борцов греко-римского стиля. // Дис... канд. пед. наук. – Краснодар, 2002. – 173 с.

33. Иванов С., Касьянов Т. Рукопашный бой. М.: Фаир – пресс, 2003. – 560 с.
34. Игуменов В.М. Значение психологической подготовки борцов высокого класса // Спортивная борьба: Ежегодник. М., 1971. – 22–27 с.
35. Игуменов В.М., Пилюян Р.А., Туманян Г.С. Понятие «Модель» спортивного противоборства, его научный и практический смысл // Теор. и практ. физич. культ., – 1986, № 9, – 24–26 с.
36. Игуменов В.М., Подливаев Б.А. Спортивная борьба. Учебное пособие для педагогических институтов и училищ. – М.: Просвещение, 1993. – 240 с.
37. Ионов С.Ф. Рекомендации по физической подготовке борцов. (Резиновый самбист). // Спортивная борьба: Ежегодник. – М., 1978. – 21–26 с.
38. Исаев А.И., Чепцов А.А., Астахов А.М., Тюремских И.С., Баймеев Г.Б. Моделирование как метод исследования подготовки спортсменов. // Спортивная борьба: Ежегодник. – М., 1981. – 60–62 с.
39. Ким В.А. Тренажёр для повышения технического мастерства борцов – самбистов. // Актуальные проблемы физ. культ. и спорта. Тезисы докл. Всесоюзн. конф. Молодых учёных институтов ФК. – М., 1974, вып. 2 – й. – 35–36 с.
40. Китаев – Смык Л.А. Психология стресса. М.: Наука, 1983. – 367 с.
41. Классическая борьба. Программа для детско – юношеских спортивных школ (комплексных и специализированных). М.: Комитет по ФК и спорту СССР, 1977. – 71 с.
42. Коблев Я.К. Система многолетней подготовки спортсменов международного класса в борьбе дзюдо. Дисс. на соиск. уч. степ. доктора пед. наук. – М.: ГЦОЛИФК, 1990. – 328 с.
43. Коблев Я. К., Чермит К.Д., Рубанов М.Н. Подвижные игры как средство подготовки юных дзюдоистов // Спортивная борьба: Ежегодник, 1985. – 25–27 с.
44. Колебательные процессы в биологических и химических системах / Труды Всесоюзного симпозиума по колебательным процессам в биологических и химических системах. – М.: Наука, 1967. – 439 с.
45. Колесов А.И. и др. Тенденция использования системного подхода в теории физического воспитания и спорта. / А.И. Колесов, В.В. Кузнецов, А.А. Новиков, В.А. Орлов, И.П. Ратов // Теор. и практ. ФК., 1977, №11. – с. 25–29.
46. Колмановский А.А. Некоторые вопросы подготовки юношей // Пути совершенствования в спортивной борьбе. – М.: Физкультура и спорт, 1963. – 66–75 с.
47. Кондрацкий И.А., Игуменов В.М., Грузных Г.М. Формирование основ ведения единоборства. // Спортивная борьба: Ежегодник, 1985. – 66–81 с.
48. Коссов Б.Б. Психомоторное развитие школьников младшего возраста. М., 1989. – 109 с.

49. Кузнецов А.С. Оптимизация базовой технической подготовки борцов греко-римского стиля: Дисс... канд. пед. наук. – Краснодар. КГАФК. 1995. – 131 с.
50. Кузнецов А.С. Организационно – методические основы многолетней технико – тактической подготовки борцов греко-римского стиля: Дисс... докт. пед. наук. – Краснодар. КГАФК. 2002. – 471 с.
51. Кун Л. Всеобщая история физической культуры. – М.: Радуга, 1982. – 398 с.
52. Купцов А.П. Эволюция и применение классификации, систематики и терминологии спортивной борьбы: Метод. рекомендации для студ. ГЦОЛИФК. – М., 1980. – 70 с.
53. Курников С.Н. Конфликтное взаимодействие борцов в схватке при различных стратегиях в греко – римской борьбе./Теория и практ. Ф.К.. – М., 1999, № 9. – 22–26 с.
54. Кутепов М.Е. Структура потребностей интересов школьников и трудящихся в занятиях физическими упражнениями и спортом: Автореф. дисс... канд. пед. наук. – М., 1980. – 24 с.
55. Лебедев В.Н. Теоретическое и прикладное значение феномена двигательной асимметрии в спорте //Теория и практика физической культуры, 1976, № 4. – 28–30 с.
56. Лейтес Н.С. К проблеме сенситивности пери – одов психического развития человека //Принципы развития в психологии. М. 1978. 196–211 с.
57. Ленц А.Н. Основы построения комбинаций в спортивной борьбе и их разновидности //Пути совершенствования в спортивной борьбе. – М., 1963. – 149–161 с.
58. Ленц А.Н. Тактика в спортивной борьбе. – М.: Физкультура и спорт, 1967. – 152 с.
59. Ленц А.Н. Повышение эффективности учебно – тренировочного процесса в спортивной борьбе // Теор. и практ. физич. культуры, 1972, № 12. – 21 с.
60. Лефевр В.А., Смолян Г.Л. Алгебра конфликта. – М.: Знание, 1968. – 63 с.
61. Линдер И.Б., Оранский И.В. Боевые искусства Востока. М.: Каисса. 1992. – 224 с.
62. Лубышева Л.И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью //Теория и практика физической культуры, 1997, № 6. – 10–15 с.
63. Лубышева Л.И. Социальная роль спорта в развитии общества и социализации личности //Теория и практика физической культуры, 2001, № 4. – 11–16 с.
64. Лях В.И. Факторная структура ловкости с позиций многоуровневой системы управления произвольными движениями // Теория и пр. физ. культ. 1975, №5. – 51–54.

65. Лях В.И. Понятие «координационные способности» и ловкость. //Теория и практика ФК, 1984, № 1. – 48–50 с.
66. Лях В.И. О классификации координационных способностей. //Теория и практика ФК, 1987, № 7. – 28–30 с.
67. Лях В.И. Сензитивные периоды развития координационных способностей детей в школьном возрасте. // Теория и пр. физ. культ., 1990, № 3. – 15–18.
68. Малиновский С.В. Моделирование тактического мышления в спорте. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 189 с.
69. Малков О.Б. Основы тактики борьбы с позиций теории конфликтной деятельности. //Теория и практ. Ф.К. – М., 1999, № 9. – 45–50 с.
70. Мартиросов Э.Г., Новиков А.А. Зависимость атакующих действий от анатомо – морфологических особенностей борцов. // Спортивная борьба: Ежегодник, – М., 1972. – 51–53 с.
71. Матвеев Л.П. О проблемах теории и методики спортивной тренировки // Теория и практ. физич..культуры, 1969, № 4. – 49–53 с.
72. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Учебник для ИФК. М.: ФИС, 1991. – 542 с.
73. Миронов В.Д. Реализация действий атакующего борца на основе исследования признаков, характеризующих позу противника: Автореф... канд. дис. – М., 1975. – 22 с.
74. Моргунов Ю.А. Экспериментальное обоснование выбора атакующих действий, средств и методов их совершенствования в борьбе дзюдо в зависимости от пропорции тела спортсмена: Автореф. дис... канд. пед наук. – М., 1974. – 20 с.
75. Моргунов Ю.А. Влияние длины тела противника на двигательную структуру атакующих действий в борьбе дзюдо //Теор. и практ. физ. культ., 1980, № 9. – 24–29 с.
76. Моргунов. Ю.А., Харламов В.И., Юсупов Х.И. Совершенствование спортивного мастерства в борьбе дзюдо с учетом пропорций тела спортсменов. // Спортивная борьба: Ежегодник, – М., 1975. – 46–48 с

АНКЕТА

Возраст _____ Пол м ж

Вид спорта: дзюдо, самбо, вольная борьба, греко-римская борьба.

Стаж занятия спорта _____

Социальный статус: Тренер, спортсмен (МСМК, МС, КМС, I разряд, другое _____)

(нужное подчеркнуть)

1. Страна-родина Вашего вида спорта?

- США
- Япония
- Греция
- Россия
- свой вариант _____

2. Основатель вашего вида спорта в Красноярском крае:

- В. Рублевский
- В. Хориков
- А. Астахов
- И. Малахов
- свой вариант _____

3. Какой у вас коронный прием?

4. Кто из борцов высокого класса выполняет такой же прием?

5. Какой бросок, на ваш взгляд наиболее популярен в вашем виде спорта и почему?

6. Проводит ли тренер беседу на тренировке об истории вашего вида спорта?

- Да. Как часто? (раз 1-2 в месяц, 1 раз в пол года, другой ответ _____)
- Нет.

7. По вашему мнению, необходимо усовершенствовать технику борьбы вашего вида спорта?

- Да, как?-

- Нет, почему?

8. Как вы помимо тренировок совершенствуете свою технику борьбы?

- Смотрите видеозаписи борьбы
- Читаете дополнительную литературу по борьбе.
- Занимаетесь индивидуально с тренером.
- Все вышеперечисленное.
- Ничего.
- Свой вариант

9. Хотели бы вы больше (глубже) изучать историю вида спорта?

- Да, что?-

Нет,

почему?

10. Зачем борец должен знать историю своего вида спорта?

- Популяризовать свой вид спорта.
- Перенять опыт великих спортсменов.
- Быть (стать) грамотным тренером.
- Знать лучших спортсменов (Олимпийских чемпионов).
- Попробовать забытый прием

Спасибо за ответы!