

УТВЕРЖДАЮ

Директор института физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности
ФГУ им. И.А. Бунина



А.А. Шахов

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МБУ СШ «Спартак»



В.В. Меренков

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении международного онлайн турнира по демонстрации техники самбо и дзюдо среди юношей и девушек «КУБОК ДОБРЫНИ - 2020», посвященного памяти тренера, мастера спорта СССР по дзюдо Сергея Владимировича Макарова

1. Цели и задачи:

- увековечение памяти Сергея Владимировича Макарова (фильм С.В. Макарове можно посмотреть по следующей ссылке <https://yadi.sk/d/FkDqLL6sPf5Erg>);
- патриотическое воспитание подрастающего поколения;
- укрепление спортивных связей;
- пропаганда физической культуры, спорта и здорового образа жизни;
- совершенствование спортивного мастерства;
- популяризация самбо и дзюдо.

2. Ключевые даты:

- до 7 ноября необходимо выслать видеоматериал по демонстрации техники;
- 7–21 ноября – оценка присланного материала, подведение итогов;
- 21–25 ноября – рассылка наградной атрибутики.

3. Содержание соревновательной программы

Соревнования командные. Каждая команда состоит из двух человек (пары) – первого и второго номеров. Демонстрировать технику начинает первый номер, после выполнения всей программы (трех комбинаций технических действий) спортсмены меняются ролями.

Спортсмены, представляющие самбо, должны быть одеты в костюмы самбо красного (первый номер) и синего (второй номер) цветов, дзюдоисты – в дзюдоги белого (первый номер) и синего (второй номер) цветов.

Каждому спортсмену необходимо выполнить три комбинации технических действий:

1) подсечка изнутри в процессе движения атакуемого вперед + зацеп ноги разноименной голенью изнутри + удержание сбоку.

Возможные ошибки при выполнении:

- техническое действие выполняется с места (не в движении);
- при выполнении подсечки неправильное положение стопы. Стопа должна быть повернута подошвенной стороной к атакуемой ноге, высекание происходит средней частью стопы чуть выше пятки в направлении шага соперника;

- подсекание происходит в неправильной фазе шага противника. Подсечение должно происходить в момент, когда нога атакуемого начнет касаться татами (ковра), но вес тела еще не полностью перенесен на ногу;

- неправильно работают руки при выполнении подсечки. В момент подбива ноги атакуемого, рука атакующего, держащая рукав, выполняет тягу к себе вниз (примерно под 45 градусов от туловища соперника), а рука, держащая отворот, выполняет толчок назад;

- неправильное положение туловища атакующего при выполнении подсечки. В последней фазе приема туловище атакующего должно быть наклонено несколько вперед, без потери равновесия;

- неправильное положение голени при выполнении зацепа. Голень атакующего оплетает голень атакуемого и, не отрывая пальцев ноги от татами (ковра), воздействует на ногу соперника по круговой траектории;

- неправильно работают руки при выполнении зацепа. Рука атакующего, держащая отворот, загружает атакуемую ногу (тянет вниз), а другая рука толкает соперника по дуге назад – вниз;

- неправильное положение туловища и головы атакующего при выполнении зацепа. Туловище и голова атакующего должны одновременно поворачиваться за ходом движения рабочей ноги;

- неправильное приземление атакуемого в процессе падения. Отсутствует хлопок свободной рукой по татами (ковру), не прижат подбородок к туловищу;

- потеря атакующим контроля соперника. При полете атакуемого отсутствует изначальный захват со стороны атакующего;

- при выполнении удержания неправильное положение ног. Ноги атакующего должны быть разведены в сторону (примерно на 90 градусов). Ближняя к голове атакуемого нога должна быть прямой, другая – согнута в колене с отведением голени назад;

- при выполнении удержания неправильное положение головы. Голова должна быть прижата к татами (ковру);

- при выполнении удержания неправильный захват соперника. Должен быть выполнен захват шеи и ближней руки;

- отсутствие слаженности в работе.

2) задняя подножка в процессе движения атакуемого назад + передняя подножка + рычаг локтя;

Возможные ошибки при выполнении:

- техническое действие начинает выполняться с места (не в движении);

- при выполнении задней подножки неправильное выведение из равновесия или его отсутствие;
- при выполнении задней подножки неправильная постановка ноги. Опорная нога атакующего должна встать на линию ног атакуемого или за нее;
- при выполнении задней подножки неправильная работа рук;
- при выполнении задней подножки наблюдается расстояние между туловищами соперников;
- при выполнении передней подножки неправильное выведение из равновесия или его отсутствие;
- при выполнении передней подножки неправильная постановка ног;
- неправильное приземление атакуемого в процессе падения;
- потеря атакующим контроля соперника;
- при выполнении болевого приема неправильное положение ног атакующего. Между ног атакующего должны находиться обе руки атакуемого;
- при выполнении болевого приема неправильное положение локтя атакуемого;
- отсутствие слаженности в работе.

3) зацеп ноги разноименной голенью изнутри (на неподвижном сопернике) + бросок через голову с упором стопы в живот + удержание сверху.

Возможные ошибки при выполнении:

- при выполнении зацепа неправильное положение голени. В данном варианте зацепа голень атакующего располагается перпендикулярно ноге атакуемого, коленный сгиб – в коленном сгибе;
- при выполнении зацепа неправильная работа рук. В первой фазе приема работа рук атакующего должна быть направлена на загрузку обеих ног атакуемого. Во второй фазе приема руки атакующего должны работать от себя вниз;
- при выполнении броска через голову неправильное выведение из равновесия или его отсутствие;
- при выполнении броска через голову неправильная работа рук. Руки атакующего должны тянуть в направлении к себе вверх;
- при выполнении броска через голову неправильная работа ноги. Нога атакующего должна быть прямой, стопа – развернута наружу и упираться в районе живота соперника;
- неправильное приземление атакуемого в процессе падения;
- потеря атакующим контроля соперника;
- при выполнении удержания неправильное положение ног. Ноги атакуемого должны находиться внутри ног соперника. Ноги атакующего разведены в сторону, стопы фиксируют ноги атакуемого;
- при выполнении удержания неправильное положение головы. Голова должна быть прижата к татами (ковру);
- при выполнении удержания неправильный захват соперника. Должен быть выполнен захват шеи и одной из рук;
- отсутствие слаженности в работе.

При выполнении комбинаций атакуемый борец должен находиться во фронтальной стойке, атакующий борец вправе самостоятельно выбирать стойку (левую или правую). Любая комбинация должна начинаться с разноименного захвата (отворот на уровне груди и рукав) как для атакующего, так и для атакуемого.

При определении степени освоенности техники борьбы будут учитываться качество и скорость исполнения, при главенствующей роли первого критерия (качества). За каждую ошибку при выполнении технических действий будет выставляться штрафной балл, т.е. при идеальном исполнении всей программы спортсмены получают 0 баллов. Каждую пару будут оценивать три судьи, выставляющие свои штрафные баллы, которые впоследствии будут суммироваться. При одинаковых качественных показателях при определении лучшей пары будет приниматься во внимание время выполнения парой всех комбинаций.

Примерный вариант выполнения соревновательной программы представлен в следующем видеоролике <https://yadi.sk/d/oSAzvP5U4glFqw>

4. Руководство проведением соревнований

Общее руководство по организации турнира осуществляют институт физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности ЕГУ им. И.А. Бунина и Спортивная школа «Спартак» (Россия, г. Елец).

Главный судья соревнований – Ильин Артём Владимирович, судья международной категории по дзюдо, член судейской комиссии ФДР, тренер высшей категории (Россия, г. Санкт-Петербург).

Судьи:

- Югай Константин Владимирович, мастер спорта России по самбо и дзюдо, кандидат педагогических наук (Россия, г. Самара);

- Леу Юрий, мастер спорта международного класса по самбо (Германия, г. Хайденхайм).

Секретарь – Бирюков Дмитрий Сергеевич, мастер спорта России по дзюдо, 1 дан, судья первой категории (Россия, г. Липецк).

5. Участники соревнований

К участию в соревновании допускаются юноши и девушки, прошедшие медосмотр и имеющие допуск врача в следующих возрастных группах: **2004-2005 г.р. и 2006-2007 г.р.**

Пары (команда) как правило должны быть одного пола и весовой категории.

Заявки на участие (приложение) и видеоматериалы должны быть высланы одним письмом на электронную почту: DobrynyaCup2020@yandex.ru

За достоверность информации, представленной в заявке, ответственность несет представитель команды. При необходимости организаторы турнира могут затребовать дополнительную информацию о возрасте участника.

По всем возникающим вопросам можно обращаться по телефону +79205172571 (Шахов Артём Александрович).

6. Требования к видеоматериалам

Видеоматериалы должны удовлетворять следующим требованиям:

- быть записаны в формате MP4;
- изображение должно быть в высоком качестве (HD или 4K);
- ракурс съемки должен быть фронтальным и предоставлять возможность судьям видеть основные фазы выполнения технических действий.

Видеозапись должна содержать следующие действия в следующей последовательности: озвучивание каждым участником своего имени, фамилии, возраста и организации, которую он представляет; приветствия спортсменов друг друга рукопожатием (поклоном); демонстрация техники первым номером; демонстрация техники вторым номером; завершение выступления, рукопожатие (поклон).

7. Финансовые расходы

Финансовые расходы по оплате работы судейского аппарата, приобретению наградного материала и другие расходы, связанные с организацией и проведением турнира, несут партнеры: База строительных материалов (Россия, г. Елец, ул. Ани Гайтеровой 42), Гайнутдинов Марат Михайлович (Россия, г. Воронеж).

8. Награждение

Пары (команды), занявшие 1, 2 и 3 места в своих возрастных группах, награждаются медалями, грамотами и ценными призами.

**ДАННОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ОФИЦАЛЬНЫМ
ВЫЗОВОМ НА СОРЕВНОВАНИЯ**

Приложение

Заявка

на участие в международном онлайн турнире по демонстрации техники самбо и дзюдо среди юношей и девушек «КУБОК ДОБРЫНИ – 2020», посвященном памяти тренера, мастера спорта СССР по дзюдо Сергея Владимировича Макарова

от команды _____

№ п/п	Ф.И.О., участников команды (пары)	Дата рождения	Спортивная школа, страна, населенный пункт	Тренер	Адрес проживания (индекс, страна, город, улица, дом)	Фото спортсмена
1						
2						

Представитель команды

Ф.И.О.

подпись

М П