

# «Самбо» вид спортивного единоборства

Педагог дополнительного образования : Слесарева Е.Г.

# Самбо- история спортивных единоборств



Борьба на заре человечества помогала сохранить людям жизнь и обеспечить себя питанием. Накопленный опыт передавался из поколения в поколение, и со временем борьба была осознана как средство физического развития и воспитания ценных прикладных навыков.

Первобытные бои стали спортом после возникновения правил их проведения. Первым сведениям о спортивных боях около пяти тысяч лет: они упоминаются в вавилонском и индийском эпосах, китайских летописях, их изображения есть на древнеегипетских барельефах.

У каждого народа есть свои национальные виды борьбы. И на территории бывшего СССР их практически столько, сколько народов. Опыт этих народов а также европейской и азиатской культуры, стали основой для САМБО.

# Понятие самбо



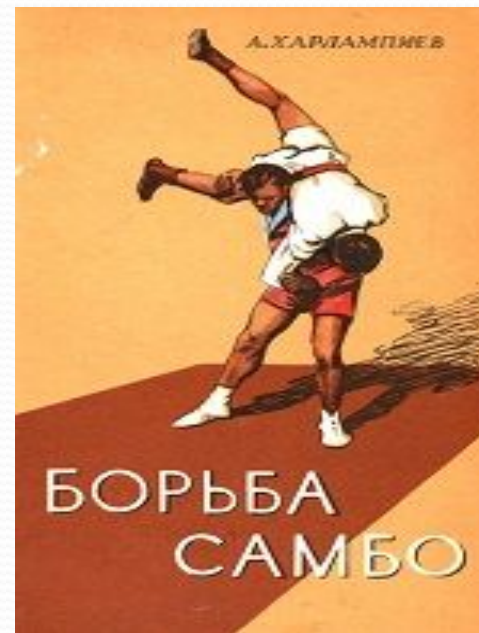
**САМБО** - (аббревиатура, образованная от словосочетания «САМ~~о~~оборона Без ~~О~~ружия») – вид спортивного единоборства и комплексная система самообороны, разработанная в СССР. Основателями САМБО стали: Анатолий Харлампиев, Василий Ощепков, Виктор Спиридонов.

# Философия самбо

- Самбо — относительно молодой, но довольно популярный и интенсивно развивающийся вид спортивного единоборства. Основанием технического арсенала самбо служит комплекс наиболее эффективных приёмов защиты и нападения, отобранных из различных видов боевых искусств и национальной борьбы многих народов мира. Число приёмов в арсенале самбо непрерывно прирастает по мере развития этого вида спортивного единоборства.
- Самбо — не только вид спортивного единоборства и система противодействия противнику без применения оружия, но и система воспитания, способствующая развитию морально-волевых качеств, патриотизма и гражданственности. Занятия самбо формируют твёрдый характер, стойкость и выносливость, способствуют выработке самодисциплины и развитию качеств, необходимых для достижения жизненных целей. Самбо формирует людей, способных постоять за себя, за свою семью, за Родину.
- Самбо включает наиболее эффективные приёмы и тактики различных видов спортивных единоборств, боевых искусств и народных видов борьбы: кулачного боя, русской, грузинской (чидаоба), казахской (казакша курес), татарской (татарча корэш), бурятской борьбы; финско-французской, вольно-американской, английской борьбы ланкаширского и кемберлендского стилей, швейцарской, японского дзюдо и сумо и других видов единоборств. Такая система, направленная на поиск всего передового и целесообразного, легла в основу философии самбо — философии постоянного развития, обновления, открытости ко всему лучшему. Вместе с приемами борьбы самбо впитало в себя и нравственные принципы народов, передавших самбо часть своей культуры. Эти ценности дали самбо силу пройти через суровые испытания временем, выстоять и закалиться в них. И сегодня дети, занимаясь самбо, не только учатся защищать себя, но и получают опыт достойного поведения, основанного на ценностях патриотизма и гражданственности.
- История самбо тесно связана с историей страны, историей её побед. Самбо - мощное средство осуществления идеи преемственности поколений.

# Философия самбо

- Самбо — не только вид спортивного единоборства и система противодействия противнику без применения оружия, но и система воспитания, способствующая развитию морально-волевых качеств, патриотизма и гражданственности. Занятия самбо формируют твёрдый характер, стойкость и выносливость, способствуют выработке самодисциплины и развитию качеств, необходимых для достижения жизненных целей. Самбо формирует людей, способных постоять за себя, за свою семью, за Родину.





# философия самбо

- С самого начала самбо развивалось в двух направлениях: как массовый вид спорта и как эффективное средство подготовки кадров для органов охраны правопорядка. С 1923 года в Московском спортивном обществе «Динамо» В. А. Спиридонов культивирует специфическую прикладную дисциплину — самозащита (сокр. САМОЗ). На базе «Динамо» происходило изучение различных единоборств, в том числе национальных видов борьбы народов мира, бокса и других ударных техник. Данное направление было закрытым и предназначалось исключительно для подготовки спецподразделений.

*В. Ощепков и его ученики*



ВАСИЛИИ ОШЕПКОВ И ЕГО УЧЕНИКИ

# История самбо

- Выпускник института дзюдо «Кодокан», обладатель второго дана В. С. Ощепков начинает преподавать дзюдо в качестве учебной дисциплины в Московском институте физкультуры, однако постепенно отходит от канонов дзюдо в поисках наиболее эффективных приемов, занимается обогащением и совершенствованием техники самозащиты, формируя основы нового вида единоборства. Боевое направление этого единоборства, подобное джиу-джитсу в дзю-до, преподаётся им на созданном в 1932 году военном факультете Московского института физкультуры. Со временем система самозащиты Спиридонова слилась с системой Ощепкова. Огромный вклад в становление, развитие и распространение системы самозащиты без оружия внёс А. А. Харлампиев (один из учеников В. С. Ощепкова), который и самостоятельно изучал национальные виды борьбы разных народов. Неоценимый вклад в развитие самбо внёс Е. М. Чумаков (ученик А. А. Харлампиева). В наши дни борьба самбо представлена двумя направлениями: спортивным и боевым.
- С момента своего основания самбо рассматривалось как эффективное средство морально-волевого и всестороннего физического развития, повышения ловкости, силы, выносливости, воспитания тактического мышления, формирования гражданско-патриотических качеств. Уже в 1930-х гг. самбо входит в нормативы комплекса ГТО, разработанного при активном участии В. С. Ощепкова. Миллионы советских граждан с раннего возраста приобщались к основам самозащиты без оружия, укрепляли здоровье, воспитывали характер.
- **Официальной датой рождения самбо принято считать 16 ноября 1938 года**, когда Спорткомитет СССР включил самбо в число видов спорта, культивируемых в СССР. (Приказ № 633 «О развитии борьбы вольного стиля (самбо)).

# История самбо

Было принято решение об организации во всех республиках СССР системы подготовки самбистов, а также создана Всесоюзная секция борьбы вольного стиля (самбо), *позднее ставшая Федерацией самбо*. В следующем году прошёл первый чемпионат страны по новому виду спорта.

**1941-45г.** Начало Великой Отечественной войны прервало проведение чемпионатов СССР. Но война же стала жёсткой проверкой жизнеспособности самбо в боевых условиях. Спортсмены и тренеры, воспитанные самбо, с честью защищали Родину, участвовали в подготовке бойцов и командиров, сражались в рядах действующей армии. Самбисты награждены боевыми орденами и медалями, многие из них стали Героями Советского Союза. **В 1950-е годы** самбо выходит на международную арену и неоднократно доказывает свою эффективность. В 1957 году, борясь с венгерскими дзюдоистами, советские самбисты в двух товарищеских встречах одерживают убедительную победу с общим счетом 47:1. Через два года самбисты повторили свой успех, уже во встречах с дзюдоистами ГДР. В преддверии олимпийских игр в Токио советские самбисты, борясь по правилам дзюдо, разгромили сборную Чехословакии, а затем победили чемпионов Европы по дзюдо, сборную Франции. В 1964 году советские самбисты представляют страну на Олимпийских играх в Токио, где дебютирует дзюдо. В результате триумфального выступления сборной СССР, занявшей второе место в общекомандном зачете, в Японии уже на следующий год создаётся собственная федерация самбо. Организуется обмен тренерами и спортсменами, переводится на японский язык методическая литература по самбо. Начинается процесс активного использования методик подготовки самбистов и способов ведения поединка в самбо для совершенствования дзюдо.



# История самбо

**В 1966 году** на конгрессе Международной федерации любительской борьбы (ФИЛА) самбо официально признается *международным видом спорта*. Начался уверенный рост популярности самбо по всему миру. Уже на следующий год в Риге состоялся первый международный турнир по самбо, в котором приняли участие спортсмены Югославии, Японии, Монголии, Болгарии и СССР. В 1972 году проходит первый открытый чемпионат Европы, а в 1973 году — первый чемпионат мира, в котором приняли участие спортсмены из 11 стран. В последующие годы регулярно проводятся чемпионаты Европы, мира, международные турниры. Создаются федерации самбо в Испании, Греции, Израиле, США, Канаде, Франции и других странах. В 1977 году самбисты впервые выступают на Панамериканских играх; в этом же году впервые разыгрывается Кубок мира по самбо. В 1979 году проводится первый чемпионат мира среди молодёжи, а через два года — первый чемпионат мира среди женщин. Также в 1981 году самбо вошло в Боливарианские игры Южной Америки.

*Турнир по самбо в Риге 1967г.*



# История самбо

- При всем активном развитии и росте международной популярности *в 1970—1980-е годы* самбо не было включено в программу Олимпийских игр. Однако, в это время, продолжая традиции массового развития, самбо широко распространялось в вузах страны. Через секции самбо университетов и институтов Советского Союза, спортивное общество «Буревестник» прошло большое количество студентов, которые сейчас, став успешными государственными деятелями, спортсменами, военными, учеными, составляют активную часть всероссийского сообщества самбо. При этом велась активная работа по развитию самбо по месту жительства и в учреждениях дополнительного образования спортивной направленности, подготовке высококвалифицированных спортсменов.
- 
- *В 1985 году* было принято постановление Государственного комитета СССР по физической культуре и спорту «О состоянии и мерах по развитию борьбы самбо», способствовавшее значительному увеличению количества спортивных школ, культивирующих самбо, росту общей численности занимающихся, совершенствованию подготовки спортсменов высокой квалификации. Под эгидой Госкомспорта СССР проводились соревнования по самбо среди военно-патриотических клубов на призы Национального Олимпийского комитета СССР. Борьба самбо стала единственным видом спорта из не олимпийских, получившим широкую государственную поддержку.
- *На 1990-е годы* пришелся тяжёлый для самбо период. В условиях перестройки особую популярность приобрели различные виды восточных единоборств, чему в значительной мере способствовал западный кинематограф, пропагандировавший эффектные приемы карате, айкидо, ушу и т. д. Ранее находившиеся под запретом государства, эти боевые искусства стали особенно притягательными для населения.

## История самбо

- Но уже в конце **1990-х** — начале **2000-х годов** происходит становление новой дисциплины — *боевого самбо*. Во многом это было связано с растущей популярностью смешанных единоборств, где воспитанники школы самбо доказали свою эффективность.
- Формирование и развитие боевого самбо позволило объективно оценить эффективность самбо на фоне различных видов и стилей боевых искусств, стало мощным стимулом совершенствования самбо. В 2001 году состоялся первый чемпионат России по боевому самбо. В 2002 году Государственный комитет РФ по физической культуре и спорту издал постановление об утверждении новой дисциплины боевого самбо.
- **2000-е годы** стали временем активного развития самбо, в первую очередь за счёт укрепления региональных федераций самбо, повышения уровня государственной поддержки, роста финансирования, улучшения уровня подготовки спортсменов, развития системы спортивно-массовых мероприятий

# Дисциплины и правила самбо

- Самбо включает в себя две дисциплины: *спортивное самбо (борьба)* и *боевое самбо*.
- В *боевом самбо разрешены* к использованию приемы спортивного самбо, а также действия, дозволенные правилами соревнований всех существующих единоборств (в том числе и ударная техника).

# ПРАВИЛА САМБО

- В соревнованиях по самбо предусмотрено семь возрастных групп, представленных в таблице:

● <b>Группа</b>	<b>Возраст</b>
● Младший возраст	11—12 лет
● Подростки	15 лет
● Средний возраст	15—16 лет
● Старший возраст	7—18 лет
● Юниоры	19—20 лет
● Взрослые	20 лет и старше
● Ветераны	35—39, 40—44, 45—49, 50—54, 55—59 лет, старше 60 лет

- В самбо предусмотрено деление по весовым категориям в зависимости от возраста и пола.
- **В спортивном самбо** разрешается применять броски, удержания и болевые приёмы на руки и ноги. В самбо броски можно проводить с помощью рук, ног и туловища. Баллы присуждаются за броски и удержания. Бросок — это приём, с помощью которого самбист выводит соперника из равновесия и бросает на ковёр на какую-либо часть туловища или колени. При удержании самбист, прижимаясь к сопернику головой или грудью, удерживает его в этом положении в течение 20 секунд.

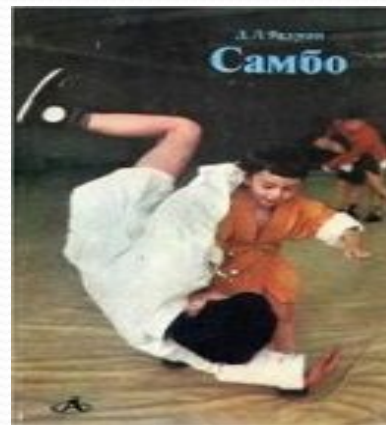


# Правила самбо

- Самбист может победить досрочно, если выполнит бросок соперника на спину, оставаясь в стойке, проведёт болевой прием, наберёт на 8 (с 2015 года, до этого было 12 баллов) больше соперника.
- **4 балла присуждаются:**
  - -за бросок соперника на спину с падением атакующего;
  - -за бросок соперника на бок без падения атакующего;
  - -за удержание в течение 20 секунд.
- **2 балла присуждаются:**
  - -за бросок соперника на бок с падением атакующего;
  - -за бросок на грудь, плечо, живот, таз без падения атакующего;
  - -за удержание в течение более 10, но менее 20 секунд.
- **1 балл присуждается:**
  - -за бросок соперника на грудь, плечо, живот, таз с падением атакующего.
- **Болевым приёмом** является техническое действие в борьбе лёжа, вынуждающее соперника сдаться. В самбо разрешается проводить рычаги, узлы, ущемления суставов и мышц на руках и ногах соперника. Время схватки — 3—5 минут чистого времени.

# ФОРМА ОДЕЖДЫ

- Современные правила предусматривают следующий костюм участника: специальные куртки красного или синего цветов (**самбовки**), пояс и короткие шорты, а также специальную обувь (**борцовки**).
- Куртки и пояса для самбо изготавливают из хлопчатобумажной ткани. Рукав куртки длиной до кисти, и шириной, оставляющей просвет до руки не менее 10 см. Полы куртки — не длинные, 15 см ниже пояса.
- **Борцовки**, представляют из себя, изготовленные из мягкой кожи ботинки с мягкой подошвой, без выступающих твёрдых частей (для чего все швы должны быть заделаны внутрь). Щиколотки и стопа в области сустава большого пальца защищены покрытыми кожей войлочными прокладками.
- **Шорты** изготавливаются из шерстяного, полушерстяного или синтетического трикотажа, должны быть одноцветными и прикрывать верхнюю треть ноги. Исключаются застёжки, карманы и другие жёсткие декоративные элементы.
- На официальных соревнованиях участники выступают в шортах и куртке одного цвета. **Спортсмен, которого объявили первым, должен занять красный угол и надеть форму соответствующего цвета.**



# МЕЖДУНАРОДНЫЕ ТУРНИРЫ

Крупнейшими международными соревнованиями по самбо являются: **чемпионаты мира, чемпионаты Европы, чемпионаты Азии, серия этапов Кубка мира, турниры категорий «А» и «Б».**

## ***Этапы Кубка мира:***

- на призы президента Республики Казахстан,
- мемориал Харлампиева,
- памяти Астахова (Венесуэла),
- Кубок мира (Марокко, Касабланка).

## ***Турниры категории «А»:***

- на призы президента Республики Беларусь,
- открытый чемпионат США,
- открытый чемпионат Африки (Касабланка),
- мемориал Потапова (Владивосток),
- международный турнир на призы А. Аслаханова.

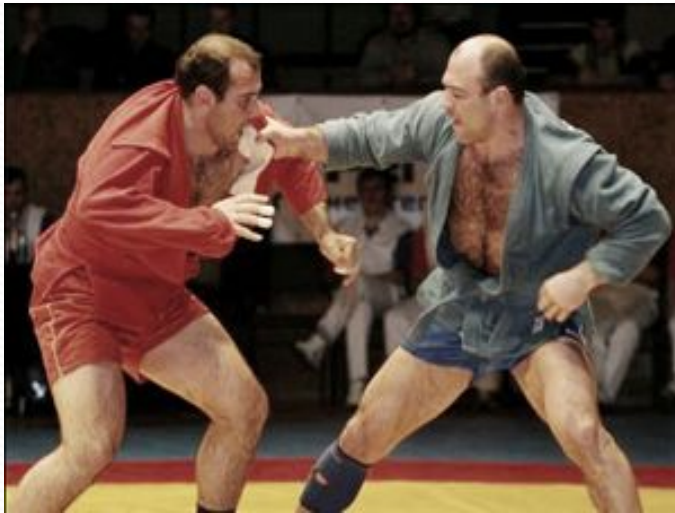
## ***Турниры категории «Б»:***

- мемориал Гордеева (Киргизия),
- чемпионат Голландии,
- чемпионат Великобритании,
- Гран-при Парижа,
- мемориал Рахимова (Таджикистан),
- открытый чемпионат Братиславы (Словакия),
- мемориал Доги (Молдавия),

# МЕЖДУНАРОДНЫЕ ТУРНИРЫ

- - Кубок стран Евросоюза,
- - мемориал Сантьяго Моралеса (Испания),
- - «Германиада» (Германия),
- - Кубок балканских стран,
- - мемориал Михайловича (Сербия),
- - мемориал Эйгиминаса (Литва),
- - на призы Маркарьяна (Армавир, Россия).

*Захват.*



*Боевое самбо*



# Международные турниры

## *Бросок.*





## Известные самбисты

- **Антипов Максим Леонидович** — трёхкратный чемпион России, чемпион мира по самбо.
- **Балачинский Сурен Романович** — заслуженный мастер спорта, двукратный чемпион мира по самбо.
- **Борисенко Ростислав Юрьевич** — заслуженный мастер спорта, двукратный чемпион мира по самбо.
- **Василевский Вячеслав Николаевич** — мастер спорта международного класса, трёхкратный чемпион мира по боевому самбо.
- **Галиев Венер Зайнуллович** — двукратный чемпион мира (2008, 2009) по боевому самбо в весовой категории до 74 кг.
- **Глориозов Евгений Леонидович** — заслуженный мастер спорта по самбо, пятикратный чемпион СССР по самбо в полусреднем весе; доктор технических наук, профессор.
- **Емельяненко Александр Владимирович** — брат Федора Емельяненко, профессиональный спортсмен, выступающий в ММА.
- **Емельяненко Фёдор Владимирович** — на сегодняшний день самый известный российский самбист в мире, многократный чемпион мира по смешанным единоборствам, считавшийся в период с 2003-го по 2010-й гг. сильнейшим в этом виде единоборств.
- **Камило Сергей Сергеевич** (род. 1979) — чемпион России, чемпион Европы и чемпион мира по боевому самбо, мастер спорта России международного класса.

## Известные самбисты

- **Карацук Альфред Фёдорович** — заслуженный мастер спорта по дзюдо, мастер спорта СССР по самбо, двукратный чемпион Европы по дзюдо в составе команды СССР, трёхкратный чемпион СССР по самбо в среднем весе; кандидат технических наук.
- **Куринной Игорь Игоревич** — советский и российский самбист, трёхкратный чемпион мира, чемпион Европы, четырёхкратный обладатель Кубка мира по самбо.
- **Минаков Виталий Викторович** — четырёхкратный чемпион мира по спортивному самбо, заслуженный мастер спорта по самбо.
- **Орловский Андрей Валерьевич** — белорусский спортсмен, выступающий в смешанных единоборствах, одиннадцатый чемпион Ultimate Fighting Championship в тяжёлом весе (2005—2006). В мире ММА долгое время считался одним из ведущих бойцов. Получил прозвище «Питбуль» за свою хватку, поэтому носит капу с двумя торчащими клыками.
- **Путин Владимир Владимирович** — Президент России. В 1973 году получил звание мастера спорта по самбо.
- **Пушница Александр Михайлович** — трёхкратный чемпион мира по самбо, двукратный чемпион Европы, девятикратный чемпион СССР, трёхкратный победитель Спартакиад народов СССР. Заслуженный мастер спорта СССР (1980). Почётный гражданин города Омска, где ежегодно проводятся международные соревнования по самбо на призы заслуженного мастера спорта СССР Александра Пушницы. Самый титулованный советский самбист.
- **Рахматуллин Раис Халитович** — семикратный чемпион мира по самбо.
- **Родина Ирина Викторовна** — одиннадцатикратная чемпионка мира по самбо.

## Известные самбисты

- **Романовский Кирилл Андреевич** — трёхкратный чемпион СССР — 1969, 1970, 1972 гг., мастер спорта СССР международного класса, судья международной категории, тренер секции самбо на кафедре физвоспитания НИЯУ МИФИ, доцент.
- **Рудман Давид Львович** — заслуженный мастер спорта по самбо, чемпион мира по самбо, шестикратный чемпион СССР по самбо, заслуженный тренер СССР, основатель Центра Образования «Самбо-70», почётный президент Международной федерации самбо (FIAS).
- **Савинов Виктор Валерьевич** — шестикратный чемпион мира по самбо, Заслуженный мастер спорта. С 2007 года в Харькове проходит турнир его имени. Майор милиции.
- **Степанов Олег Сергеевич** — советский дзюдоист и самбист, заслуженный мастер спорта СССР (1965), заслуженный тренер СССР. Бронзовый призёр Олимпиады в Токио по дзюдо (1964), шестикратный чемпион Европы, восьмикратный чемпион СССР по самбо.
- **Тактаров Олег Николаевич** — русский самбист, участник профессиональных и любительских боев по смешанным единоборствам Pride и UFC, победитель турнира UFC 6.
- **Федоров Александр Сергеевич** - первый чемпион мира (Тегеран, 1973), многократный чемпион Европы и СССР, заслуженный мастер спорта СССР, заслуженный тренер СССР, "король болевых приемов".
- **Харитонов Сергей Валерьевич** — чемпион Евразии по боевому самбо. Один из сильнейших россиян, выступающих в боях по смешанным единоборствам (ММА).

# Известные самбисты

- **Харлампиев Анатолий Аркадьевич** — один из создателей борьбы самбо, заслуженный мастер спорта СССР, заслуженный тренер СССР
- **Хайбулаев Гусейн Асадулаевич** — пятикратный чемпион мира, четырёхкратный чемпион Европы по самбо, «мистер самбо»
- **Хасанов Мурат Русланович** — одиннадцатикратный чемпион мира по самбо, председатель Комитета по физической культуре и спорту Республики Адыгея.
- **Ципурский Илья Лазаревич** — двукратный чемпион СССР по самбо.
- **Чумаков Евгений Михайлович** — четырёхкратный чемпион СССР (1939, 1947, 1950, 1951) по самбо, ученик Анатолия Харлампиева, заслуженный тренер СССР. Подготовил плеяду ярких спортсменов на базе спортивного клуба Государственного центрального института физической культуры «СКИФ». Среди его учеников — Олег Степанов, восьмикратный чемпион СССР; Генрих Шульц; Евгений Глоризов — пятикратный чемпион СССР по самбо; Анатолий Юдин; Илья Ципурский; Виталий Дарашкевич — двукратный чемпион СССР по самбо; Александр Лукичев — двукратный чемпион СССР по самбо. Евгений Чумаков — автор более 200 пособий и публикаций по самбо.
- **Юдин Анатолий Егорович** — чемпион Европы, четырёхкратный чемпион СССР, заслуженный мастер спорта.
- **Бугынин Максим Алексеевич** — чемпион России и чемпион мира по боевому самбо;
- **Азалиш Олимов** — первый чемпион СССР и Европы по самбо из Средней Азии;
- **Храмов Сергей** — заслуженный мастер спорта пятикратный чемпион мира.
-

**Бросок.**





*Болевой прием.*



*Дальневосточный турнир по Самбо памяти С.Герасименко. 08.04.14г.*





Дальневосточный турнир по Самбо памяти С.Герасименко. 08.04.14г.



2015 году!

Открытка. Всем новых бросков в новом

