

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Центр образования села Мейныпильгыно»

САМБО



Подготовил:
учитель физической культуры
Федоров Вячеслав Анатольевич

с. Мейныпильгыно

Содержание:

- Что такое САМБО?
- Основатели САМБО
- Всероссийский день САМБО
- Виды САМБО
- Секреты САМБО
- Правила САМБО
- Экипировка САМБИСТА
- Легенды САМБО
- Главный САМБИСТ

Что такое САМБО?

САМБО – это аббревиатура, образованная от словосочетания «**САМ**ооборона **Без Оружия**»

САМБО – вид спортивного единоборства и комплексная система самообороны, разработанная в СССР.

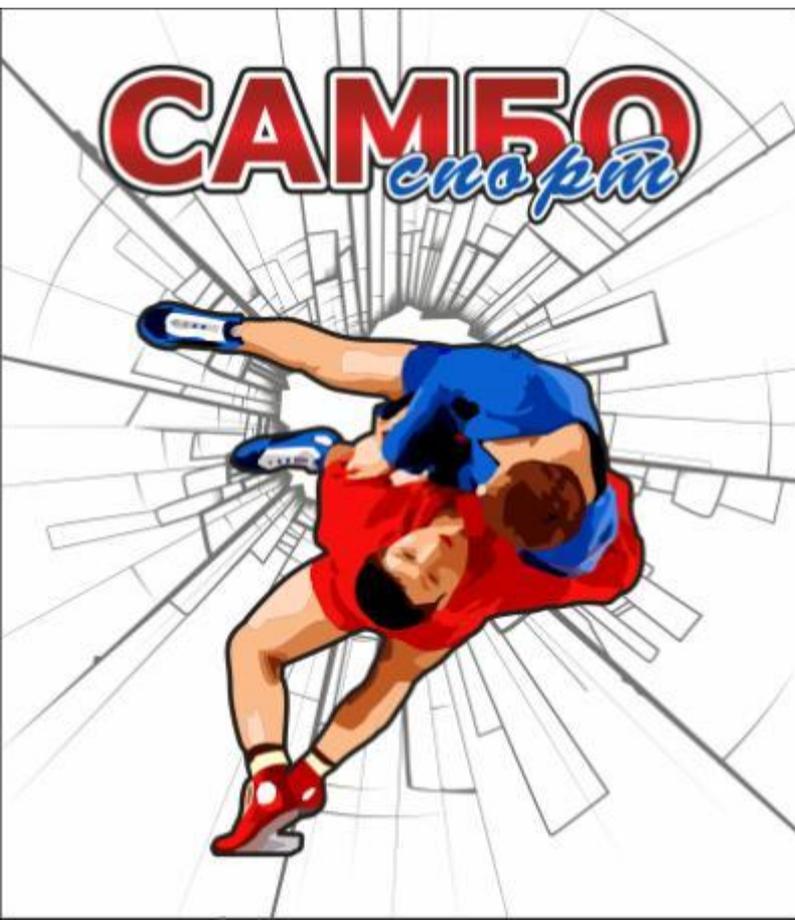
Что такое САМБО?

Самбо - это сила и ловкость.

Самбо - великий почин.

Самбо - упорство и верткость.

Самбо - это спорт для мужчин.



Основатели САМБО

- Анатолий Харлампиев,
- Василий Ощепков,
- Виктор Спиридонов.



Основатели САМБО



*(29 октября 1906, Смоленск, Россия -
16 апреля 1979, Москва, СССР)*

Анатолий Аркадьевич Харлампиев

Исследователь боевых искусств и национальных видов борьбы народов СССР.

Один из основоположников борьбы самбо.

Заслуженный мастер спорта СССР. Заслуженный тренер СССР.

Первым в 1938 году возглавил «Всесоюзную секцию борьбы вольного стиля» (будущую федерацию самбо).

Основатели САМБО



Василий Сергеевич Ощепков

Родоначальник советского дзюдо, один из основателей САМБО.

Окончил институт дзюдо Кодокан в Токио. Был учеником Дзигоро Кано, третьим из европейцев, получившим второй дан по дзюдо в Кодокане (лично от Дзигоро Кано).

*(6 января 1893 г., Александровский
пост, Сахалин —
10 октября 1937 г., Москва,
Бутырская тюрьма)*

Мемориальный комплекс



Основатели САМБО



*(20 декабря 1882, Вятская губерния -
07 сентября 1944, Москва, СССР)*

Виктор Афанасьевич Спиридонов

Один из основателей борьбы САМБО. Один из учредителей Пролетарского спортивного общества «Динамо» (1923 г., Москва).

В Русско-Японскую войну – подпоручик, в Первую мировую – офицер. С началом Великой Отечественной войны обучал рукопашному бою бойцов Отдельной мотострелковой бригады особого назначения НКВД на специальной учебной базе в подмосковных Мытищах.

Всероссийский день САМБО



Официальной датой
рождения САМБО
принято считать
16 ноября 1938 года,
когда вид спорта был
признан Спорткомитетом
СССР.

Виды САМБО

Спортивное

Вид борьбы с большим арсеналом болевых приёмов, а также бросков, применяемых в стойке и в партере.

Распространено в Китае, Японии а так же на Кубе.

Боевое

Единоборство, созданное в 1930-ых годах в СССР для обучения членов силовых структур. Тогда являлось запрещенным к обучению гражданских лиц.

В поединке важна эффективность технических действий по устранению физической агрессии противника.

Виды САМБО

Спортивное



Виды САМБО

Боевое



Секреты САМБО

Прежде чем начать изучать приемы САМБО, научись:



- правильно падать,
- передвигаться,
- устойчиво стоять на ногах,
- запасись терпением.

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.

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.

Правила САМБО

4 балла присуждается:

- ✓ за бросок соперника на спину с падением атакующего;
- ✓ за бросок соперника на бок без падения атакующего;
- ✓ за удержание в течение 20 секунд.

2 балла присуждается:

- ✓ 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.

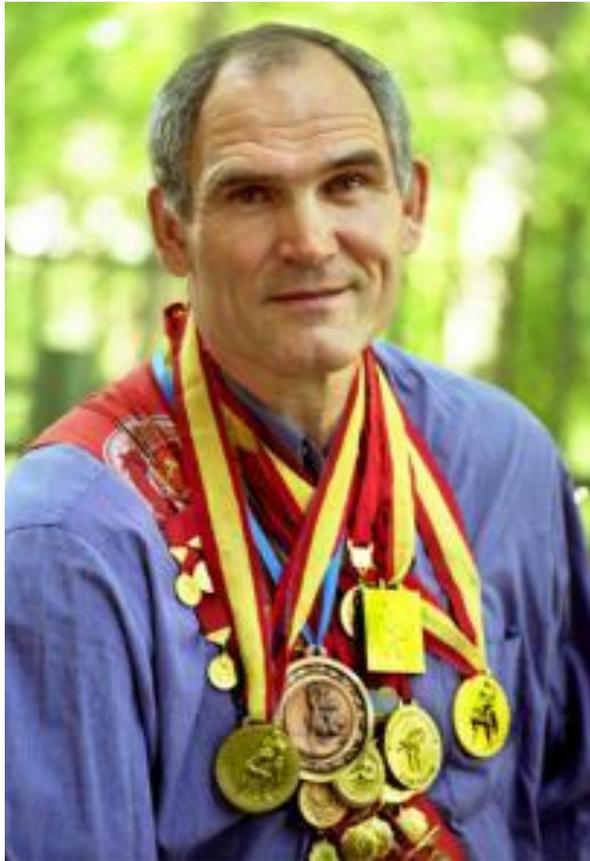
Экипировка САМБИСТА



- специальные куртки красного или синего цветов (самбовки),
- пояс,
- короткие шорты,
- специальная обувь (борцовки).



Легенды САМБО



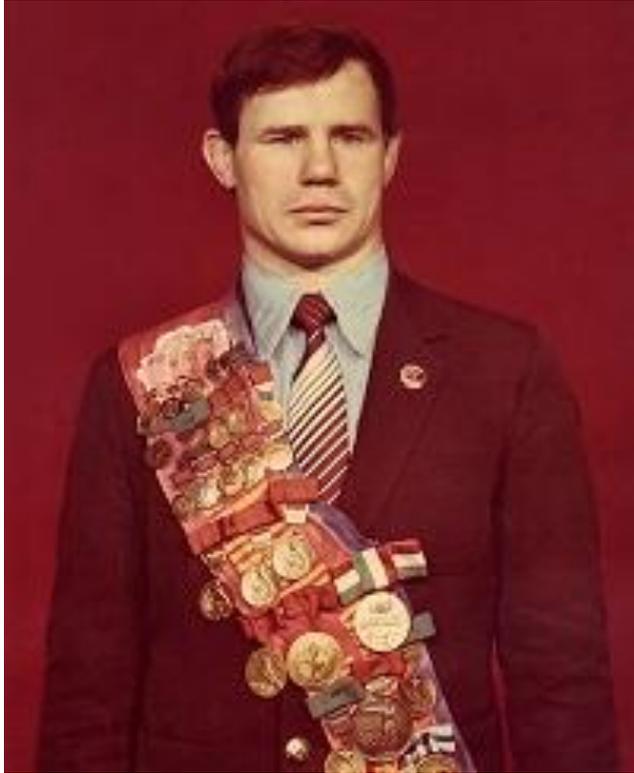
Родился 1 ноября 1949 года

**Пушница
Александр Михайлович**

**Самый титулованный
самбист в истории!**

Заслуженный мастер спорта СССР, Вице-президент Всемирной федерации САМБО и дзюдо, девятикратный чемпион СССР, двукратный чемпион Европы, трехкратный чемпион мира, трехкратный победитель Кубков мира, трехкратный чемпион Спартакиады народов СССР, семикратный чемпион России.

Легенды САМБО



14 ноября 1945 — 22 мая 2006 гг.

**Федоров
Александр Сергеевич**

Первый чемпион мира по
САМБО.

Не знал поражений 25
турниров подряд!

Пять раз становился
чемпионом СССР, побеждал
на европейском и мировом
первенствах.

За отменное выполнение
болевых приемов его
«наградили» прозвищем
«король партера».

Легенды САМБО



Емельяненко

Федор Владимирович

Заслуженный мастер спорта по самбо, мастер спорта международного класса по дзюдо, пятикратный чемпион России и четырехкратный чемпион мира по боевому самбо, четырехкратный чемпион мира по смешанным единоборствам в тяжелом весе по версии "Pride FC", двукратный - по версии "RINGS", трехкратный - по версии "WAMMA".

Главный САМБИСТ



Президент
Российской Федерации
Путин
Владимир Владимирович
в 1973 году
получил звание
мастера спорта по САМБО.

Интернет – ресурсы:

- <http://что-такое-lyubov.net/stikhi-o-lyubvi/kollektsii-stikhov/9984-stixi-pr-o-sambo>
- [https://ru.wikipedia.org/wiki/Харлампиев, Анатолий Аркадьевич](https://ru.wikipedia.org/wiki/Харлампиев,_Анатолий_Аркадьевич)
- http://www.mossambo.ru/media/i/import/foto_na_oborote_250.jpg
- https://cdn.rbth.com/web/en-rbth/images/2015-05/extra/RIAN_00056124_468.jpg
- [https://ru.wikipedia.org/wiki/Ощепков, Василий Сергеевич](https://ru.wikipedia.org/wiki/Ощепков,_Василий_Сергеевич)
- http://karelinform.ru/pic/68837_vk.jpg
- <https://www.newsvl.ru/vlad/2016/09/24/151956/#gallery26>
- <http://novosib-room.ru/uploads/novosib/2016/01/sambo.png>
- <https://www.vl.ru/afisha/uploads/events/473/62087.jpeg>
- https://rb7.ru/system/images/image_links/277392/mk6UsHnJPSs_1.jpg
- https://tverigrad.ru/wp-content/uploads/2016/01/news_09092013_2.jpg
- http://new.artans.ru/upload/iblock/647/6472087956ccadbc6004235f89e2a_ab9.png
- <http://zabort.ru/uploads/images/00/00/02/2010/12/24/e62356088d.jpg>
- http://самбонн.рф/content/legendy_sambo.html