Вольная борьба

Работы выполнила Шувалова Анастасия, УФК-301.

Содержание:

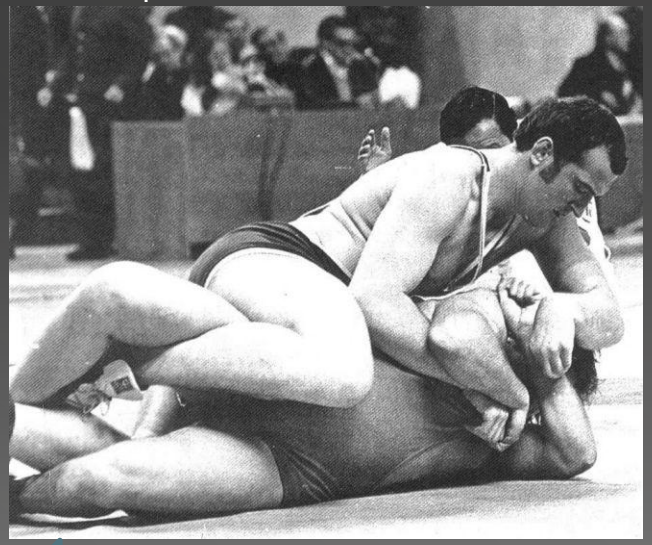
- История возникновения спорта
- Выдающиеся спортсмены
- Соревнования
- Олимпийские достижения
- Судейство
- Присвоение разрядов
- Экипировка, оборудование, средства защиты
- Техника обучения основным элементам

Истрия возникновения:

Вольная борьба - это наиболее большой и широкий выбор технических приемов, это различного рода подсечки, захваты Зародилась современная вольная борьба в 19 веке в Англии. В 1992 году в Международной любительской федерации борьбы уже насчитывалось около 112 стран мира. В программе Олимпийских игр вольная борьба появилась с 1904 года, в чемпионате мира – с 1981, Европы – с 1928.

Вольная борьба подразумевает собой состязание двух спортсменов, которые могут использовать различные технические приемы: броски, захваты, подножки, подсечки, перевороты и др., основная цель которых положить противника на лопатки и таким образом победить. По новым правилам схватка длится, как в теннисе, до победы одного из соперников в двух раундах.

История возникновения вольной борьбы



содержание

Далее

История возникновения:

- Вольная борьба на международной арене появилась немного позже греко-римской. В США начали культивировать борьбу, в основном в университетах и колледжах, у нас же она называлась «вольная американская любительская борьба». Именно с этим видом борьбы сходны правила международной вольной борьбы.
Очень популярна вольная борьба в Америке. Первые соревнования по вольной борьбе на Олимпийских играх состоялись в 1904 году в США. Участвовали в соревнованиях только американские борцы – 38 человек. С тех пор в борьбе вольного стиля с 1904 по 1996 на Олимпийских играх традиционно хорошо выступают Соединенные Штаты Америки, свидетельством этого есть наибольшее количество медалей – 99. С сильными борцами США, уже много лет соперничают спортсмены СССР, а теперь России. Иран и Турция также есть ведущими странами по этому виду борьбы. Одно время из-за огромной популярности вольной борьбы в мире, несколько спортивных обозревателей позволили себе предположить возможность исключение греко-римской борьбы Международным олимпийским комитетом (МОК) из программы Оли

Выдающиеся спортсмены (мужчины):

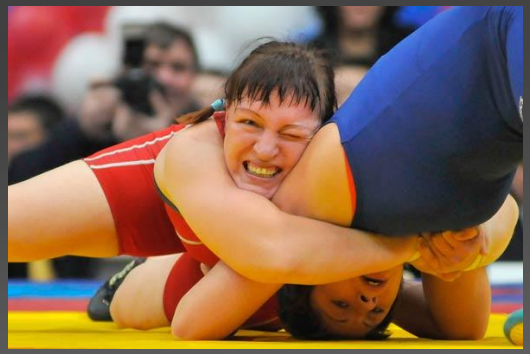
- **Российскую школу борьбы прославили такие выдающиеся мастера, как трехкратный олимпийский чемпион Александр Карелин и Бувайсар Сайтиев, двукратные олимпийские чемпионы: Иван Ярыгин, Сергей и Анатолий Белоглазовы, Арсен Фадзаев, Махарбек Хадарцев, Валерий Резанцев, Мавлет Батиров, олимпийские чемпионы , Алексей Мишин, Хаджимурад Гацалов, Хасан Бароев, Адам Сайтиев, Хаджимурад Магомедов, Вадим Богиев, Сагид Муртазалиев, Мурад Умаханов, Вартерес Самургашев, Мурат Карданов, Давид Мусульбес и др.**

Содержание

Далее

Выдающиеся спортсмены (женщины):

- Наталья Гольц, Алена Карташова, Гузель Манюрова, Наталья Воробьева, Валерия Чепсароакова, Яна Стадник, Жаклин Шеллин.



Соревнования:

Соревнования проводятся по системе прямого выбывания с приведением к идеальному числу, т.е. 4, 8, 16, 32, 64 и т.д. Если не получается в весовой категории прийти к идеальному числу борцов, проводятся квалификационные поединки. Разбивка на пары проводится в соответствии с номером, вытянутым при жеребьевке. Все борцы, проигравшие обоим финалистам, участвуют в утешительных поединках. Утешительные поединки проводятся в двух отдельных группах: одна группа борцов, проигравших первому финалисту, и вторая группа борцов, проигравших другому финалисту. Утешительные поединки начинают борцы, которые проиграли в первом круге, включая схватки для приведения к идеальному числу, против одного из двух финалистов, и заканчивают проигравшие в полуфинале по системе прямого выбывания. Победители двух утешительных групп получают каждый бронзовую медаль.

Все схватки в каждой весовой категории начинаются и заканчиваются в тот же день. Взвешивание для каждой весовой категории проводится в день накануне соревнований в данной категории.

Соревнования строятся следующим образом:

- квалификационные поединки;
- поединки на выбывание;
- утешительные схватки;
- финальные схватки.

Если в весовой категории менее 6 борцов, следует применять "нордическую" систему (каждый против каждого).

Пример соревнования с прямым выбыванием

содержание далее

Продолжительность схватки:

Для школьников, кадетов, юниоров и взрослых: три периода по 2 минуты с 30-секундным перерывом. Для всех соревнований на хронометражном табло счет идет от 0 до 2 минут. Лампочка цвета борца должна показывать победителя каждого периода, а также результат каждого периода должен высвечиваться на табло.

- В конце каждого периода обязательно объявляется победитель. Борец, выигравший 2 периода, объявляется победителем схватки. Если победа может быть присуждена после двух периодов, третий период отменяется. "Туше" автоматически останавливает схватку, несмотря на период поединка.
- Период схватки длится 2 минуты без дополнительного времени.

содержание

далее

Типы побед:

Схватка может быть выиграна следующим образом:

- на "туше";
- при травме, снятии с соревнования, неявке, дисквалификации соперника;
- по техническому превосходству;
- по баллам (выиграв в обоих периодах с разницей от 1 до 6 баллов).

Если борец проводит бросок с большой амплитудой в 5 баллов, он объявляется победителем периода, невзирая на счет.

При равенстве очков победитель определяется по количеству полученных предупреждений, сложности приемов и по последнему техническому баллу(ам)

Олимпийские достижения:

- Батиров Мавлет(2004 Афины до 55 кг 2008 Пекин до 60 кг)
- Богиев Вадим(1996 Атланта до 68 кг)
- Воробьёва Наталья (2012 Лондон до 72 кг)
- Гацалов Хаджимурат(2004 Афины до 96 кг)
- Магомедов Хаджимурад(1996 Атланта до 82 кг)
- Мурадов Ширвани(2008 Пекин до 96 кг)
- Муртазалиев Сагид(2000 Сидней до 97 кг)
- Мусульбес Давид(2000 Сидней свыше 130 кг)
- Отарсултанов Джамал(2012 Лондон до 55 кг)
- Сайтиев Адам(2000 Сидней до 85 кг)
- Сайтиев Бувайсар(1996 Атланта до 74 кг 2004 Афины до 74 кг 2008 Пекин до 74кг)
- Умаханов Мурад(2000 Сидней до 63 кг)
- Бахтияр(2008 Пекин до 120 кг)
- Гитинов Арсен(2000 Сидней до 69 кг)
- Карташова Алёна(2008 Пекин до 63 кг)
- Кудухов Бесик(2012 Лондон до 60 кг 2008 Пекин до 55 кг)
- Манюрова Гюзель(2004 Афины до 72 кг)
- Хадарцев Махарбек(1996 Атланта до 90 кг)
- Волосова Любовь(2012 Лондон до 63 кг)
- Кетоев Георгий(2008 Пекин до 84 кг)
- Махов Билял(2012 Лондон до 120 кг)
- Муртазалиев Махач(2004 Афины до 66 кг)
- Сажидов Сажид(2004 Афины до 84 кг)
- Царгуш Денис(2012 Лондон до 74 кг)

Судейство(жеребьевка):

Участники соревнований разбиваются на пары для каждого тура соревнований согласно порядковому номеру, присвоенному каждому из них путем жеребьевки, проводимой перед началом соревнований во время взвешивания. Жеребьевка должна быть открытой.

После взвешивания борец, сойдя с весов, сам вытаскивает себе номер, соответственно которому он образует пару с другим борцом. Этот номер должен сразу же быть написан на информационной доске для публичного обзора, а также внесен в протокол взвешивания и в стартовый протокол.

Важное замечание: Если лицо, ответственное за взвешивание и жеребьевку, обнаружит ошибку в процедуре, изложенной выше, жеребьевка в данной весовой категории аннулируется. Жеребьевка для этой весовой категории должна быть повторена с согласия технического делегата.

содержание

далее

Судейство(запись баллов):

Судья записывает баллы, полученные борцами за каждое действие и прием во время поединка, в судейской записке.

Баллы за приемы, после которых следует "туше", в судейской записке обводятся кружком.

Предупреждение за уход с ковра, уход от приема, отказ от старта, запрещенный прием и грубость отмечаются значком (0). После каждого предупреждения (0) соперник автоматически получает 1 или 2 технических балла в зависимости от серьезности нарушения. В случае равенства баллов подчеркивается последнее техническое очко.

содержание

далее

Судейство(1,2 балла):

1 балл присуждается:

- борцу, поставившему в "партер" соперника, находящегося сзади него, удерживающему его и контролирующему его в этой позиции (3 точки в контакте: две руки и одно колено или два колена и одна рука или голова);
- борцу, выполняющему правильный прием в стойке или в "партере", в результате которого соперник не поставлен в опасное положение;
- борцу, который в приеме удерживает и контролирует соперника, находясь позади него;
- борцу, блокирующему или поставившему соперника на одну или две вытянутые руки спиной к ковру;
- борцу, которому соперник запрещенным действием мешает выполнить прием, но который несмотря на это заканчивает свой прием;
- атакующему борцу, чей соперник уходит за ковер или от приема, отказывается от старта, совершает запрещенные действия и допускает грубость;
- борцу, удерживающему соперника в опасном положении 5 секунд и более;
- борцу, соперник которого заступает одной ногой в защитную зону (в стойке);
- все остановки схватки из-за бескровной или какой-либо видимой травмы наказываются 1 баллом в пользу соперника;
- борцу, соперник которого оспорил ситуацию, в случае если подтверждается первоначальное решение.

содержание

далее

2 балла присуждаются:

- борцу, проводящему правильный прием в "партере", приводящий соперника в опасное положение или в "мгновенное туше";
- атакующему борцу, соперник которого перекатывается на лопатках;
- атакующему борцу, соперник которого, находясь в опасном положении, уходит от приема за пределы ковра;
- борцу, который в положении "партера" находится сверху, чей соперник уклоняется от правильного обязательного захвата после первого устного предупреждения;
- атакуемому борцу, если атакующий попадает в "мгновенное туше" или перекатывается на лопатках при выполнении приема;
- борцу, блокирующему соперника в опасном положении при выполнении им приема из стойки.

Судейство(3,5 баллов):

3 балла присуждаются:

- борцу, выполняющему прием из стойки, приводящий соперника в опасное положение прямым броском с малой амплитудой;
- за все приемы, выполняемые с отрывом соперника от ковра, с малой амплитудой, даже если атакующий борец находится одним или двумя коленями на ковре;
- борцу, проводящему бросок с большой амплитудой, не приводящему соперника немедленно в опасное положение.

Важное замечание: Если при выполнении приема атакуемый борец касается ковра одной рукой, но сразу же переходит в опасное положение, атакующий борец также получает 3 балла.

5 баллов присуждаются:

- за все приемы с большой амплитудой, выполняемые из стойки, приводящие атакуемого борца в опасное положение;
- за прием, выполненный борцом из "партера", с отрывом соперника от ковра, приводящий соперника в опасное положение броском с большой амплитудой.

Присвоение разрядов:

Разрядные требования
I разряд - одержать в течение года 10 побед над разными спортсменами I разряда или 20 побед над разными спортсменами II разряда на соревнованиях не ниже городского масштаба.
II разряд - одержать в течение года 8 побед над разными спортсменами II разряда или 16 побед над разными спортсменами III разряда на соревнованиях любого масштаба.
III разряд - одержать в течение года 7 побед над разными спортсменами III разряда или 14 побед над разными спортсменами без
разряда или I юношеского разряда на соревнованиях любого масштаба.
I юношеский разряд - одержать в течение года 8 побед над разными спортсменами I юношеского разряда или 16 побед над спортсменами II юношеского разряда на соревнованиях любого масштаба.
II юношеский разряд - одержать в течение года 6 побед над разными спортсменами II юношеского разряда или 12 побед над юношами без разряда на соревнованиях любого масштаба.

содержание

далее

Присвоение высших разрядов:

Мастер спорта России – *занять*:

1-6 место на чемпионате России;

1-4 место на первенстве России среди юниоров;

1-2 место на зональных первенствах и чемпионатах (юниоры, взрослые);

1 место на традиционных всероссийских турнирах среди мужчин, при условии участия в весовой категории не менее 10 спортсменов, из них 2 МС и 8 КМС, не менее чем из 5 регионов России;

1-2 место на чемпионатах республик, областей, краев, гг. Москвы и Санкт-Петербурга, занявших 1-3 место в рейтинге, определяемом Федерацией спортивной борьбы России, при условии участия в весовой категории не менее 10 спортсменов, из них 2 МС и 8 КМС;1 место на студенческих чемпионатах России, ДСО «Юность России» и МГФСО, при условии участия в весовой категории не менее 10 спортсменов, из них 2 МС и 8 КМС.

Кандидат в мастера спорта – *занять*:

5-10 место на первенствах России среди юниоров;

1-5 место на первенствах России среди старших юношей;

1-4 место на зональных первенствах России среди юниоров и старших юношей, при условии участия в весовой категории 2 КМС и 8 спортсменов I разряда;

1-4 место на финальных соревнованиях всероссийских игр учащихся (юноши 15-16 лет);

1-3 место на финальных соревнованиях первенства Минобразования России (юноши 15-16 лет);

1-6 место на первенствах республик, областей, краев, гг. Москвы и Санкт-Петербурга, занявших 1-10 место в рейтинге, определяемом Федерацией спортивной борьбы России, при условии участия не менее 10 спортсменов, из них 3 КМС;

1-3 место на первенствах республик, областей, краев, гг. Москвы и Санкт-Петербурга, занявших 11-20 место в рейтинге, определяемом Федерацией спортивной борьбы России, при условии участия не менее 10 спортсменов, из них 2 КМС;

1 место на первенствах республик, областей, краев, гг. Москвы и Санкт-Петербурга, занявших 21-30 место в рейтинге, определяемом Федерацией спортивной борьбы России, при условии участия не менее 10 спортсменов I разряда;

Экипировка, оборудование, средства защиты:

На соревнованиях каждый спортсмен иметь борцовки, трико(красное и синее) и спортивный костюм. На тренировки он может ходить в любой спортивной одежде. Девушки надевают специальные спортивные топы, так же им запрещается выступать на соревнованиях в мужском трико.

Техника обучения основным приемам:

Вольная борьба-приемы:

- http://fightring.ru/video/volnaja-borba/volnaja-borba-priemy.html

Вольная борьба-приемы в захвате:

- http://videopooms.ru/watch?v=7oZHkBiHKE4