



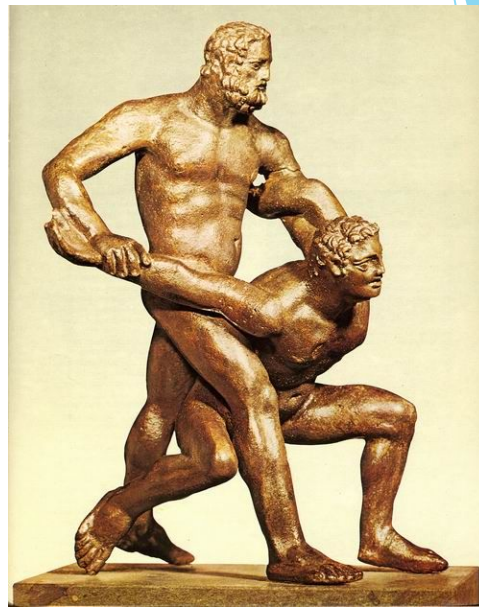
ВСЕРОССИЙСКИЙ
ДЕНЬ
САМБО

16 ноября

www.sambonsk.ru



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. 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.

САМБО (Самозащита Без Оружия) – это советское боевое искусство, возникшее в результате соединения техники японского Джиу-джитсу и Дзюдо с техникой национальных видов борьбы народов бывшего советского союза



Основатели САМБО

Официально основоположником борьбы является **Анатолий Аркадьевич Харлампиев**, чья книга «Борьба самбо» много раз издавалась в Советском Союзе. Он первым возглавил организованную в 1938 «Всесоюзную секцию борьбы вольного стиля» (будущую федерацию самбо).



Харлампиев А. А.



Основатели САМБО

Фундамент был заложен Василием Сергеевичем Ощепковым (чьим учеником был Харлампиев) и Виктором Афанасьевичем Спиридоновым. Ощепков был великолепным дзюдоистом, учеником Дзигоро Кано, третьим из европейцев, получившим второй дан по дзюдо в Кодокане (лично от Дзигоро Кано).



Ощепков В. С.



Основатели САМБО

Спиридонов был офицером русской императорской армии, позже работал в системе НКВД. Изучал дзюдзюцу ещё до революции 1917 года. Возглавлял в обществе «Динамо» работу в области спортивно-прикладной дисциплины «самозащита без оружия»



Спиридонов В. А.



Становление САМБО

16 ноября 1938 года, вышел Приказ по Всесоюзному комитету по делам физкультуры и спорта при СНК СССР № 633 «О развитии борьбы вольного стиля», фактически положивший начало развитию самбо как массового вида спорта.

Самбо считался оборонным видом спорта, боевой разновидностью самбо обучаются сотрудники силовых структур.



Виды САМБО

Вид спорта самбо включает две дисциплины — **спортивное самбо (борьба)** и **боевое самбо**.



Спортивное самбо

Спортивное самбо — вид борьбы с большим арсеналом болевых приёмов, а также бросков, применяемых в стойке и в партере. Самбо распространено в Китае, Японии а так же на Кубе.



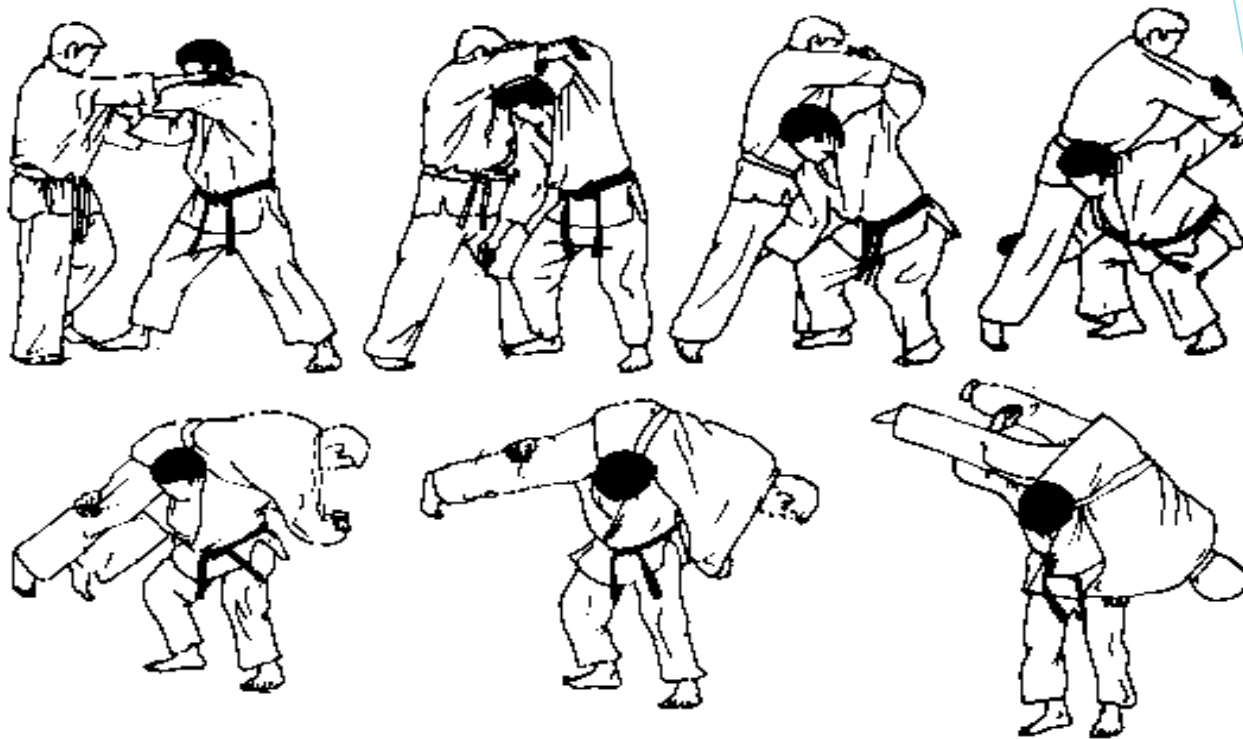
Боевое самбо

Боевое самбо — единоборство, созданное в 1930-ых годах в СССР для обучения членов силовых структур. Тогда боевое самбо не считалось спортивной дисциплиной и являлось запрещенным к обучению гражданских лиц. Лишь в 1991 году боевое самбо было «рассекречено» и стало отдельным видом спорта (В 1994 году в Москве состоялся 1-ый чемпионат России по боевому самбо).



Рис. 76. Боевой прием "Завил руки за спину".

Правила САМБО



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. Самбист может победить досрочно, если выполнит бросок соперника на спину, оставаясь в стойке, проведет болевой прием, наберет на 12 баллов больше соперника.

Форма одежды

Современные правила предусматривают следующий костюм участника: специальные куртки красного или синего цветов (самбовки), пояс и короткие шорты, а также специальную обувь (борцовки).





На официальных соревнованиях участники выступают в шортах и куртке одного цвета. Спортсмен, которого объявили первым, должен занять «красный» угол и надеть форму соответствующего цвета.

Секреты борьбы самбо

Прежде чем изучать приемы самбо, нужно многому научиться: правильно падать, передвигаться, устойчиво стоять на ногах, а самое главное – обладать могучей выдержкой.

Достичь вышеуказанные навыки помогут:

✓ Развитие силы

✓ Развитие ловкости и гибкости

✓ Развитие выносливости

✓ Развитие скоростно-силовых качеств

✓ Психологическая подготовка



Легендарные самбисты



Сборная команда России по самбо поддерживает престиж Отечества на международной спортивной арене, уверенно одерживая победы в общекомандном зачете. Россияне регулярно становятся призерами чемпионатов и первенств Европы и мира, и во многих весовых категориях российские спортсмены являются сильнейшими на спортивной международной арене.

Легендарные самбисты



Прославили свой вид единоборств Заслуженные мастера спорта
— одиннадцатикратные чемпионы мира
Мурат Хасанов и Ирина Родина

Легендарные самбисты



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

Самбо — наука побеждать!



Путин Владимир Владимирович – президент России, в 1973 году получил звание мастера спорта по самбо.

Самбо – уникальное отечественное единоборство, популярное во всем мире.

Самбо – это интернациональный вид спорта, достойный стать олимпийским.

Самбо – единственный в мире вид спорта, где русский язык признан официальным языком международного общения.

Самбо — наука побеждать!



Владимир Юрьевич Балыков
Заслуженный мастер спорта
России в категории до 68 кг (при
этом все поединки он провел с
перевязанной головой)



Альсिम Черноскулов
Обладатель Кубка мира в
категории до 100 кг.

Самбо — наука побеждать!



Илья Евгеньевич Хлыбов

Заслуженный мастер спорта России, Чемпион Мира-2007, 2008, 2012, 2013, 2016. Чемпион Европы-2006, 2015, победитель Всемирной Универсиады-2013, Чемпион России-2007, 2008, 2012, 2013, 2014, 2016 гг.

Лучшие самбисты школы №4



Баймурзин Сергей 3А



Кияшко Артем 3А



Тимофеев Тимофей 3А

Лучшие самбисты школы №4



Сергеев Степан 4В



Хромых Антон 4Б



Трефилов Матвей 4Б

Лучшие самбисты школы №4



Кристина Веретенникова 5А



Сарибекян Енок 5А



Именных Егор 5Б

Открытое первенство г. Сухой Лог



Открытое первенство по самбо «Весенние лучики»



V традиционный турнир «АРПОиС» по борьбе самбо





Жуйков Андрей



Екатерина Ченуша

VI Всероссийский турнир по самбо в г.Пенза





Череватый Дмитрий



САМБО

наука побеждать