

# Спорт

---

- Дзюдо
- Карате
- Самбо
- Плаванье
- Бокс

# Дзюдо

- Дзюдо – это один из видов боевого искусства или спортивной борьбы, в которой главное - ловкость, а не сила. Принципиально использование силы соперника. Своим возникновением современное дзюдо обязано японскому педагогу и тренеру, профессору Дзигоро Кано. Создание нового вида единоборств Будучи еще молодым, он думал о гармонии тела и духа. Дзигоро был обычным человеком, не отличающимся особыми физическими возможностями, однако сумевшим за короткое время в совершенстве освоить сложнейшую технику приемов джиу-джитсу, возникшую еще в пятнадцатом веке. Постигая данное искусство, он понял, что не все в нем идеально. С этого и началось возникновение нового вида борьбы.



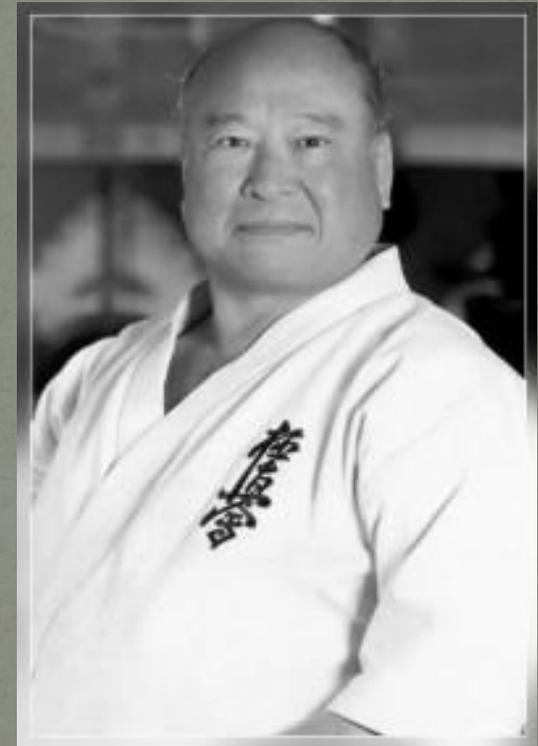
# Карате

- 
- Здравствуйте уважаемые читатели блога о боевых искусствах XtremeFight.ru

- В этой статье я хотел бы рассказать Вам, об одном из самых выдающихся каратистов всех времен, обладателе 10-го дана и основателе карате Киокушинкай - Масутацу Ояме.

- Масутацу Ояма родился 27-го июля 1923 года в Южной Корее. Настоящее его имя было Енг И Чой. На путь боевых искусств Ояма ступил в возрасте девяти лет, находясь в Маньчжурии. Там он изучал стиль китайского Кемпо под названием «Рука 18 архатов».

- В 1938 году, в возрасте 15 лет, он вернулся в Японию и поступил в летное училище. К слову сказать, корейцам очень трудно приходилось жить в Японии, так как в те времена Корея была японской колонией, и к ее жителям относились как к людям второго сорта. Но, несмотря на подобное отношение Ояма продолжает заниматься боевыми искусствами, в частности боксом и дзюдо. В это же время он становится учеником Фунакоши Гичина, и под его началом осваивает Окинава Карате, в наше время эта школа называется Шотокан карате. Всего за два года он получает 2 дан, а к моменту поступления на службу уже 4 дан по Окинава карате, так и по дзюдо, и это всего в двадцать лет.
- 



# Самбо

- Ощепков Василий Сергеевич (1892-1937) - родоначальник отечественного дзюдо и один из основателей борьбы самбо. Родился в конце декабря 1892 года (точная дата рождения неизвестна) в пос. Александровский пост на о.Сахалин. Незаконнорожденный сын каторжанки М.Ощепковой. После поражения России в русско-японской войне 1905 Южный Сахалин был отторгнут от России, и юный Ощепков невольно стал подданным Страны восходящего солнца.
  - Мать Ощепкова умерла, когда сыну исполнилось 11 лет. В судьбе мальчика принял участие архиепископ Японский отец Николай, человек широких взглядов, который сумел создать в Японии православную духовную миссию. В одно из учебных заведений этой миссии, семинарию в г.Киото, попал четырнадцатилетний сирота Вася Ощепков. Среди дисциплин, изучавшихся в семинарии, была борьба дзюдо. Раз в год в семинарии проводился отбор лучших учеников для обучения в знаменитом институте Кодокан-дзюдо, возглавляемом основателем дзюдо Дзигоро Каню. 29 октября 1911 Ощепков был принят в это учебное заведение, о чем в архивах Кодокана сохранилась соответствующая запись. Василий покинул семинарию в Киото и переселился в Токио, где находился институт Кодокан. 15 июня 1913 Ощепков получил первую мастерскую степень - седан (первый дан) - и подпоясал свое кимоно черным поясом. Вскоре он сдал экзамены на второй дан. Ощепков стал первым русским и четвертым иностранцем, заслужившим степень мастера по дзюдо Кодокан.
- Возвратившись в Россию в 1914, Ощепков работал военным переводчиком в штабе Приамурского военного округа во Владивостоке. Тогда же под эгидой Владивостокского общества 'Спорт' Ощепков организовал первый в России любительский кружок по изучению дзюдо. Кружок просуществовал до 1920 года.
- В 1918, в начале японской оккупации Дальнего Востока (1918-1925), Ощепков был призван в колчаковскую армию и откомандирован в японское Управление военно-полевых сообщений. Примерно в то же время началось его сотрудничество с большевистским подпольем. Работая на разведуправление Красной армии, с 1921 рекламировал и продавал советские фильмы в Манчжурии, где не упускал возможности познакомиться с китайскими системами самообороны.
  - По окончании японской оккупации Дальнего Востока Ощепков направился на о.Сахалин, а затем в Токио, где под прикрытием киносектора вел разведывательную деятельность. Поставлявшаяся им информация в основном оценивалась в СССР как 'ценная' и 'очень ценная'. Однако в служебной характеристике разведуправления его взгляды оценены как 'сменовеховские', и в 1926 Ощепков был отозван в Советский Союз.



# Плавание

- Плавание один из самых старых видов **спорта**. Спортивное плавание появилось в конце XV века. В 1515 г. в Венеции проводились состязания пловцов, это были одни из первых соревнований по плаванию. В 1538 г. вышло в свет первое руководство по плаванию датчанина П. Винмана. Первые школы плавания появились во второй половине XVIII - начале XIX века в Германии, Австрии, Чехословакии и Франции. В середине XIX века появились первые искусственных бассейны, и это было связано с резким ростом популярности этого вида **спорта** в конце XIX века.

В 1890 было проведено первое первенство Европы по плаванию. В 1896 г. плавание было включено в программу **Олимпийских игр**. В 1908 г. организована Международная любительская федерация плавания ФИНА, а в 1973 эта организация объединяла 96 национальных федераций. В России в начале XX века плавание не имело такого широкого распространения как в Европе. В этот период в России было только семь технически несовершенных закрытых бассейнов, и всё-таки спортивным плаванием занималось уже около полутора тысяч человек. Недостаточное число бассейнов определяло то, что тренировки приходилось проводить преимущественно на открытой воде в летний период. Результаты были невысокими. В 1913 году впервые было проведено первенство России по плаванию. В 1918 г. в Москве было проведено первое соревнование по плаванию СССР. В 1920 В.Н. Песков организовал спортивное общество плавания "Дельфин", располагавшее открытым бассейном. В 20-е годы в Москве открылось несколько школ плавания. В 1921 г на Москве-реке было разыграно первое первенство СССР. Соревнования по плаванию входили в программу спартакиады СССР в 1928 г. С тех пор соревнования по плаванию проводятся регулярно. Плавание состоит из четырех разделов, которые получили название спортивного, игрового, прикладного и фигурного (художественного) плавания.

- Спортивное плавание включает в себя различного характера соревнования по видам и дистанциям, определяемым специальными правилами. Соревнования проводятся в бассейнах стандартных размеров (25 и 50 м) на дистанциях от 50 до 1500 м, а также на открытых водоемах в виде проплывов на разные расстояния.
- В соревнованиях применяются спортивные (правильные) способы плавания, которые по сравнению с самобытными способами имеют большое преимущество в скорости. *Игровое* плавание содержит разнообразные подвижные игры - развлечения в воде. Такое плавание используется, главным образом, при обучении и тренировке юных пловцов. Игры вызывают большие эмоции, повышают активность детей, способствуют появлению инициативы, воспитанию чувства товарищества и т. д.
- *Прикладное* плавание включает приемы спасания утопающего, ныряние в длину и в глубину, а также преодоление водных преград.



# Бокс

**Бокс** (от англ. box, буквально — удар), вид спорта, кулачный бой по особым правилам между двумя спортсменами. Б. развился из кулачного боя, существовавшего как спортивное единоборство более 5000 лет тому назад в Египте и Вавилоне. Кулачные бои входили в программу Олимпийских игр Древней Греции. Впервые правила Б. в перчатках. Возникновение Б. в России относится к 90-м гг. 19 в. С 1904 Б. входит в программу современных Олимпийских игр, с 20-х гг. разыгрывается чемпионат Европы. Соревнования по Б. проводятся в мягких перчатках (масса 250—300 г) на ринге — квадратной площадке размером 6 X 6 м, ограниченной канатами. Бой ведётся в 3 раунда по 3 мин с перерывом в 1 мин. **ПОБЕДА** присуждается боксёру, набравшему большее число очков за успешные атаки, выигравшему бойнокаутом, а также при неспособности противника продолжать бой, его дисквалификации или отказе от боя. ВБ. запрещается наносить удары ниже пояса, по затылку, в спину, головой, а также противнику, сбитому с ног. Бой судят рефери — судья, находящийся на ринге, и 3—5 судей вне ринга.

По правилам, принятым в СССР, соревнования по Б. проводятся для следующих возрастных групп: юноши 14—15 лет, юноши 16—17 лет, молодёжь (юниоры) 18—20 лет и взрослые (старше 21 года). Возрастные группы взрослых и юниоров, в свою очередь, делят на 11 весовых категорий: первую наилегчайшую — до 48 кг, наилегчайшую — до 51 кг, легчайшую — до 54 кг, полулёгкую — до 57 кг, лёгкую — до 60 кг, 1-ю полусреднюю — до 63,5 кг, 2-ю полусреднюю — до 67 кг, 1-ю среднюю — до 71 кг, 2-ю среднюю — до 75 кг, полутяжёлую — до 81 кг и тяжёлую — свыше 81 кг.

Советские боксёры начали участвовать в Олимпийских играх с 1952 (звание чемпионов завоевали 9 боксёров СССР), в первенствах Европы — с 1953 (звание чемпионов имеют 34 боксёра).

Среди выдающихся советских боксёров: неоднократные чемпионы СССР В. П. Михайлов, Е. И. Огуренков, Н. Ф. Королёв, С. С. Шербаков, чемпионы Европы и Олимпийских игр А. С. Шоцикас, В. Н. Енгибарян, Г. И. Шатков, О. Г. Григорьев, Б. Н. Лагутин, В. В. Попенченко, Д. И. Позняк, С. И. Степашкин, олимпийский чемпион В. С. Соколов, чемпион Европы В. П. Фролов и др. Среди зарубежных боксёров, выступавших на любительском ринге в 40—60-е гг., широко известны Л. Папп (Венгрия), Ю. Торма (Чехословакия), З. Петчиковский и К. Кулей (Польша), Д. Бенвенути (Италия), К. Клей (Мохаммед Али), Д. Фрэйзер, Д. Формэн (США) и др. В СССР боксёры объединены Федерацией бокса СССР, входящей в Международную ассоциацию любительского бокса (АИБА), созданную в 1947, и Европейскую ассоциацию боксёров-любителей (основана в 1970, штаб-квартира в Москве).

В капиталистических странах распространён и профессиональный Б. Его правила допускают грубое ведение боя, опасное для здоровья спортсменов, предусматривают меньшее количество весовых категорий, применение более лёгких боевых перчаток, большее количество раундов.

