



БОРЬБУ – В ШКОЛУ!





«БОРЬБА — ЭТО ТРАДИЦИОННЫЙ ВИД СПОРТА МНОГИХ НАРОДОВ РОССИИ», – ПОДЧЕРКНУЛ ПРЕЗИДЕНТ РОССИИ ВЛАДИМИР ПУТИН НА 10-М ВСЕРОССИЙСКОМ МОЛОДЁЖНОМ ФОРУМЕ «СЕЛИГЕР-2014» (29.08.2014)



Я ПРЕКРАСНО ПОМНЮ, КАК НЕСКОЛЬКО ЛЕТ НАЗАД УЧАСТВОВАЛ В ТРЕНИРОВКЕ БОРЦОВ, И КАКИЕ ЗАХВАТЫВАЮЩИЕ ПРИЁМЫ ВОЛЬНОГО И ГРЕКО-РИМСКОГО СТИЛЯ ОНИ ДЕМОНИСТРИРОВАЛИ. БОРЬБА – КРАСИВОЕ ЗРЕЛИЩЕ, НО ЕГО НЕОБХОДИМО ПРАВИЛЬНО ПРОДВИГАТЬ, ИСПОЛЬЗОВАТЬ СОВРЕМЕННЫЕ СРЕДСТВА ПОДАЧИ. ПОЗИЦИИ СПОРТИВНОЙ БОРЬБЫ НАДО УКРЕПЛЯТЬ, – ОТМЕТИЛ ВЛАДИМИР ПУТИН НА ВСТРЕЧЕС РУКОВОДСТВОМ ОБЪЕДИНЕННОГО МИРА БОРЬБЫ В СОЧИ (05.02.2014).







СПОРТИВНЫЕ КЛУБЫ ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА – ЭТО МИРОВОЙ ТРЕНД

Развитие массового спорта является одним из приоритетов государственной политики, – подчеркнул заместитель Председателя Правительства РФ **Виталий Мутко**. – По сравнению с 2008 годом количество россиян, вовлеченных в спорт, увеличилось почти в два раза и составляет 43,5 миллиона человек. Люди заинтересованы в занятиях спортом по месту жительства, работы, учёбы. За десять лет в России открылись около 20 000 спортивных сооружений. Создание объектов для массового спорта прописано отдельным разделом в новой ФЦП на 2016-2020 г. Но заказ на здоровый образ жизни, сформированный обществом, требует большего. Мировой

опыт показывает, что драйвером массового спорта стали спортивные клубы по месту жительства. Это мировой тренд. Данный формат в России успешно развивают борцы, подтвердившие статус золотодобытчиков на Олимпиаде-2016. Внедряя борьбу в качестве урока физкультуры, открывая секции во внеурочное время, создавая клубы борьбы в школах, они формируют основу для новых побед и оказывают весомую поддержку государству в решении задач в области спорта и молодежной политики.



БОРЬБА – ОДИН ИЗ САМЫХ УСПЕШНЫХ ДЛЯ РОССИИ ВИДОВ СПОРТА

Главный итог Олимпиады заключается в формировании у населения огромного интереса к спорту, здоровому образу жизни, – отметил президент Олимпийского комитета России (ОКР), член Международного олимпийского комитета (МОК) **Александр Жуков**. – На волне успешного выступления сборной России в Рио-де-Жанейро, многие мальчишки и девчонки впервые открыли двери спортивных секций. Больше всех медалей на Играх-2016 сборной России принесли борцы – 4 золотые, 3 серебряные и 2 бронзовые. Борьба для России – один из самых успешных и стабильных видов спорта. Борцов отличает максимализм, бережное отношение к победным традици-

ям и системный подход к подготовке резерва. Они уже приступили к апробации борьбы в качестве урока физкультуры, созданию клубов борьбы в школах. ОКР возьмет проект ФСБР в качестве одного из пилотных для продвижения массового спорта. К этому опыту стоит внимательно присмотреться регионам и другим видам спорта. Пролонгация эффекта Олимпийских игр в массовый спорт – одна из стратегических задач Повестки-2020, принятой МОК. И создание спортивных клубов по месту жительства считается перспективным форматом для её решения.

БОРЬБУ – В ШКОЛУ!



ЛЮБОЙ МАЛЬЧИШКА В ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ ХОЧЕТ НАУЧИТЬСЯ БОРОТЬСЯ

Уверен президент Федерации спортивной борьбы России (ФСБР), олимпийский чемпион по греко-римской борьбе **Михаил Мамиашивили**.

– Важно, что такие возможности у них теперь появляются в самом доступном варианте – в школе. Массовость создает фундамент успехов для любого вида спорта, и популяризация борьбы среди самой юной аудитории имеет для нас огромное значение. Но программа «Борьбу – в школу!» не ставит принципиальных задач по подготовке олимпийских чемпионов. Главное – увести детвору с улиц, открыть для неё спорт, который поможет сформировать правильное отношение к жизни. Открывая в школах залы борьбы, мы также привносим и элемент воспитания. Учим, как в своё время учили нас на примерах первых олимпийских чемпионов – выжившего в концлагере Якова Пункина, горевшего в танке, но дошедшего до Берлина Анатолия Парфенова – самых достойных ориентирах для современной молодежи, – подчеркнул Михаил Мамиашивили.



СБОРНЫЕ СССР, СНГ И РОССИИ ПО БОРЬБЕ ЗАВОЕВАЛИ СУММАРНО 97 ЗОЛОТЫХ МЕДАЛЕЙ НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ 1952-2016 гг.



РОССИЙСКИЕ БОРЦЫ ЗАВОЕВАЛИ НА ОЛИМПИАДЕ-2016 ЧЕТЫРЕ ЗОЛОТЫЕ, ТРИ СЕРЕБРЯНЫЕ И ДВЕ БРОНЗОВЫЕ МЕДАЛИ – ЭТО ЛУЧШИЙ РЕЗУЛЬТАТ СРЕДИ СБОРНЫХ РОССИИ ПО ВСЕМ ВИДАМ СПОРТА



СБОРНАЯ РОССИИ ПО БОРЬБЕ ПОБЕЖДАЛА В КОМАНДНОМ ЗАЧЁТЕ НА ВСЕХ ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ С 1996 г.



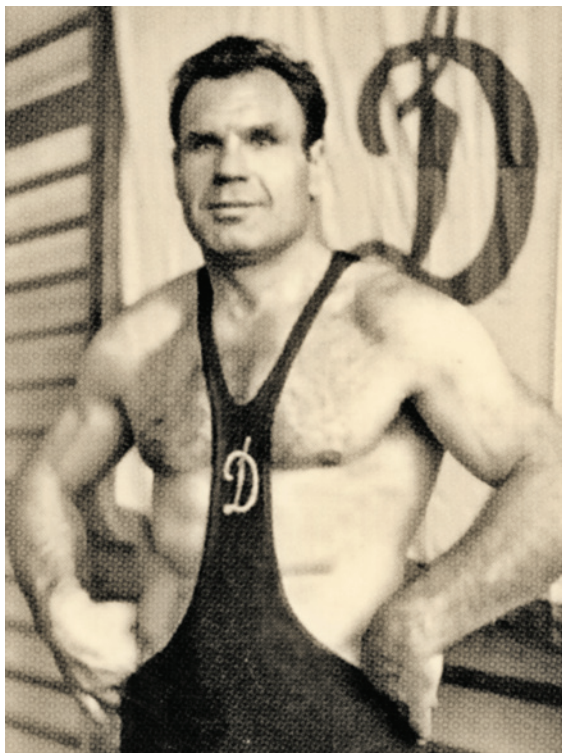
Иван Поддубный

ЧЕМПИОН ЧЕМПИОНОВ

Иван Максимович Поддубный – предтеча олимпийских побед отечественной борьбы. В начале XX века он стал олицетворением силы и мощи России. Во многом благодаря ему классическая борьба за короткий срок превратилась из интереснейшего циркового зрелища в популярный во всем мире вид спорта.

Судьба Ивана Поддубного – просто-го портового грузчика, не побоявшегося принять вызов от циркового борца – это первый случай социального лифта в отечественном спорте. «Чемпион Чемпионов» – так прозвали конкуренты русского борца, доминировавшего на всех турнирах с 1904 по 1910 гг. Затем были неудачные женитьбы и попытки заняться сельским хозяйством, вынудившие борца вернуться в цирк. В 1925-м в возрасте 54-лет он прибыл в США и полтора года успешно выступал в неизвестной ему до этого вольной борьбе. Американцы предлагали новый контракт, но Поддубный решил вернуться на Родину.

Великая Отечественная Война застала его в Ейске – небольшом городке на берегу Азовского моря. Во время оккупации открыто носил орден Трудового Красного Знамени – немцы его не тронули. «Здесь русский богатырь лежит», – высечено на памятнике над его могилой. Богатырь – любимое звание Поддубного, которым он подписывал письма.



Анатолий Парфёнов

АНАТОЛИЙ ПАРФЁНОВ – БОЕЦ, БОРЕЦ, ЛЕГЕНДА

16-летний Парфенов приписал себе один год, чтобы уйти на фронт в первые дни Великой Отечественной Войны. При переправе Днепра попал под обстрел. На уцелевших немцы направили танки. Парфенова контузило, засыпало землей, он был буквально похоронен заживо, но все-таки сумел докричаться до санитаров.

После госпиталя Парфенов закончил танковое училище, и вернулся на фронт командиром танка Т-34. В составе танковой части прошел Польшу, участвовал в освобождении Варшавы. В окрестностях Калиша танковый отряд Парфенова попал в засаду. Прямое попадание вражеского «тигра» обернулось тяжелой контузией и тремя осколками в голове. Один осколок военные врачи сумели вытащить, а два других вошли в голову очень глубоко и остались на всю жизнь.

Несмотря на все ранения Парфенов вернулся на фронт и закончил войну в Берлине, оставив автограф на стенах Рейхстага. После войны слесарил на ткацкой фабрике в родном поселке Дворниково. В одно из воскресений поехал в Москву на футбол и впервые в жизни, из любопытства, заглянул в секцию греко-римской борьбы. Парфенову было тогда 25 лет. Уже через три года, в 1954-м, он стал чемпионом СССР в супертяжелом весе, опередив олимпийского чемпиона Йоханесса Коткаса и чемпиона мира Александра Мазура. А в 1956-м выиграл Олимпиаду в Мельбурне, победив в финале немца Вильфрида Дитриха. Фронтовик Парфенов не мог проиграть в этой схватке.



Александр Иваницкий

НЕПОБЕДИМЫЙ ИВАНИЦКИЙ

Олимпийский чемпион, четырёхкратный чемпион мира Александр Иваницкий – единственный отечественный борец, не проигравший ни одного балла зарубежному борцу.

В 4-летнем возрасте будущий чемпион пережил Ленинградскую блокаду. Его и брата Юрия, опухших от голода, спасла Дорога жизни, проложенная по льду Ладожского озера. Затем было возвращение в освобожденный от блокады город, школа, радиотехникум, попытки играть на контрабасе и саксофоне. В 17 лет один из приятелей Александра затащил его в секцию самбо. Он тогда ни разу не мог даже подтянуться на турнике, но уже через месяц тренировок завоевал первый титул – стал чемпионом Ленинграда среди юношей. В этом же 1955-м Александр Иваницкий встретил своего учителя – Сергея Андреевича Преображенского, который был старшим тренером Ленинграда по вольной борьбе. Через несколько лет он ворвался в сборную СССР, и с 1962 по 1966 г. доминировал в мире в супертяжелом весе. В 1967 году Александр Иваницкий завершил спортивную карьеру, находясь в расцвете лет. «Я выиграл все турниры и в десятый раз по одному кругу мне было уже не интересно», – объяснил он причину ухода.

В 1973 году Александр Иваницкий был назначен главным редактором спортивных программ Гостелерадио СССР. Готовясь транслировать Олимпиаду-80, он закрепил за каждым видом спорта своих постоянных режиссёров и ввёл на телевидении ноу-хау – «крупный план». Гостелерадио СССР в ту пору стало лидером спортивного вещания в мире.



Иван Ярыгин

РУССКИЙ БОГАТЫРЬ ИВАН ЯРЫГИН

Двукратный олимпийский чемпион по вольной борьбе Иван Ярыгин – это воплощение могучего и доброго русского богатыря из былин. На Играх-1972 он установил уникальный рекорд: одержал чистые победы во всех семи схватках. Более того, суммарно он потратил для победы времени меньше, чем длится одна схватка. Великий боец в 1980-ые стал выдающимся тренером. А в 1993-м, когда в одночасье рухнула советская спортивная система, Иван Ярыгин взял на себя ответственность за родной вид спорта, стал первым президентом ФСБР. 11 октября 1997 года Иван Ярыгин погиб в автокатастрофе. Но дело его живет.

– У Ивана была удивительная, мощная энергетика. Даже короткий разговор с ним заставлял поверить в собственные возможности. Он грел сердца людей. Доброта выражалась во всём — это был стиль его жизни. При этом дисциплина в команде была железная. С ним все себя сразу ощущали как за каменной стеной. Это чувство стопроцентной защищённости и уверенности было и у меня, – вспоминала его супруга, вице-президент UWW Наталья Ярыгина.

– Иван Ярыгин – это явление в мировом спорте, но никакие титулы не могут раскрыть масштаб и глубину его личности. Он – 10-кратный олимпийский чемпион по человеческим качествам, – подчеркнул его учитель, легендарный тренер Дмитрий Миндиашвили.

БОРЬБУ – В ШКОЛУ!





ЧЕЛОВЕК РОЖДАЕТСЯ В БОРЬБЕ

Убежден трехкратный олимпийский чемпион по греко-римской борьбе в супертяжелом весе, Герой России, депутат Госдумы **Александр Карелин**, ставший послом программы «Борьбу – в школу!».

– Борьба развивает базовые спортивные навыки, личную ответственность, дисциплину и психологическую устойчивость, учит умению концентрироваться, правильному питанию и работе с весом, объединяет разные культуры и национальности, развивает прочность товарищества, а также создает возможности для дальнейшего образования. И, наконец, борьба – это весело! «Чувство победы – очень сильное. Приятно осознавать, что ты умеешь совершенствоваться, улучшать навыки, преодолевать трудности. Ты уже знаешь, что можешь взять себя в руки и побороть все невзгоды, как бы ни поступила с тобой жизнь», – сформулировал он для родителей набор причин отдать ребенка в борьбу.

– Мой личный опыт – начав регулярно тренироваться, понял, что учиться легче, а приходит понимание – начинаешь ценить то, к чему раньше относился как к должному, – рассказал Александр Карелин.

БОРЬБУ – В ШКОЛУ!



ГЕОРГИЙ БРЮСОВ: ИДЁМ В ШКОЛУ!

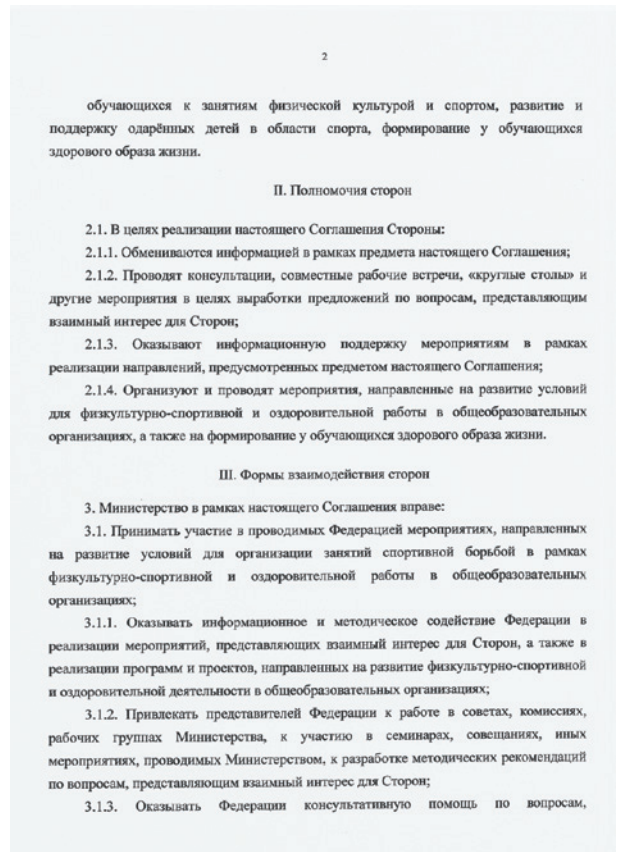
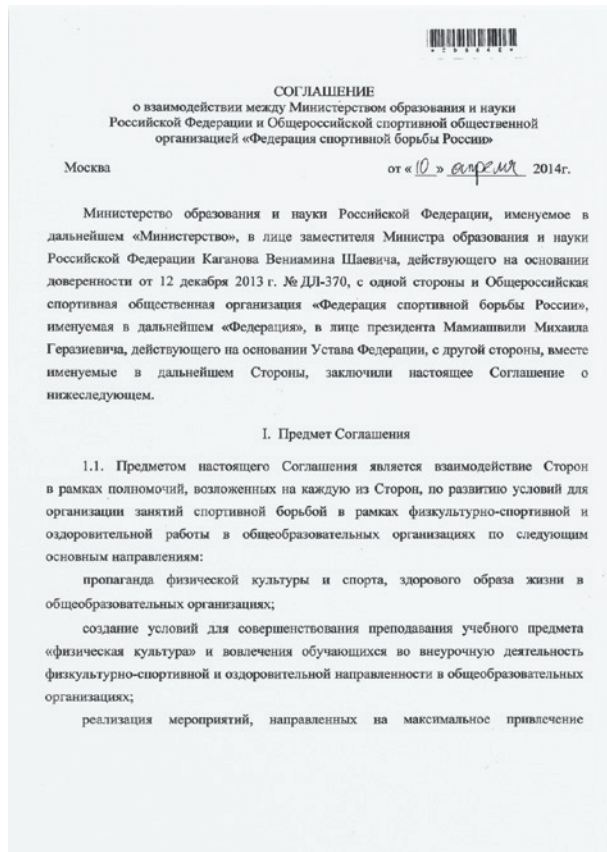
Спорт, образование и культура – есть три составляющие гармоничного воспитания личности», – сказано в Хартии Международного олимпийского комитета. На фоне коммерциализации и извращения фундаментальных принципов цивилизации западным миром, России необходимо вернуться к исходным принципам олимпизма, как средству формирования подрастающего поколения, – убежден глава комиссии UWW «Спорт для всех» **Георгий Брюсов**.

Объединение на одной площадке спортивных, образовательных и культурных возможностей позволит унифицировать подходы в обучении в трех выше-названных сферах. Помимо гармоничного развития новой генерации, данная инновация будет способствовать укреплению семьи и повышению занятости, особенно это касается женского населения. Молодые семьи получают возможность для работы, осознавая, что их дети с утра до вечера всесторонне развиваются под присмотром опытных педагогов.

Реализация программы «Борьбу – в школу!» – это спортивный кирпичик в создание человеческих лабораторий, позво-

ливших Древней Греции задать классические стандарты цивилизации. В 2014-м году ФСБР и Министерство образования и науки РФ подписали соглашение о взаимодействии. За два года к апробации борьбы в качестве третьего урока физкультуры приступили 220 школ из 32 регионов. Сертифицированы учебные планы, оснащение спортзала, методика переподготовки учителей физкультуры. Послами программы стали олимпийские чемпионы во главе с Героем России Александром Карелиным. В Московской и Калининградской областях уже заработали клубы борьбы на базе школьных спортзалов. Следующим шагом станет создание школьной лиги борьбы. Для ФСБР это возможность адресного обращения к аудитории, продвижения борьбы на массовом уровне, а для школ – инструмент воспитания детворы и эффективной загрузки объектов во внеурочное время.

МИНОБРНАУКИ РФ И ФСБР ПОДПИСАЛИ СОГЛАШЕНИЕ О ВЗАИМОДЕЙСТВИИ



3

представляющим взаимный интерес для Сторон;

3.1.4. Информировать Федерацию о деятельности Министерства, связанной с исполнением настоящего Соглашения.

3.2. Федерация в рамках настоящего Соглашения вправе:

3.2.1. Представлять предложения по привлечению представителей Министерства к работе в консультативно - совещательных органах, рабочих группах, создаваемых Федерацией, по вопросам, касающимся развития условий для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы в общеобразовательных организациях;

3.2.2. Информировать Министерство о мероприятиях, проводимых Федерацией, по вопросам, представляющим взаимный интерес для Сторон;

3.2.3. Участвовать в мероприятиях Министерства, направленных на развитие условий для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы общеобразовательных организациях;

3.2.4. Вносить в Министерство предложения по развитию условий для организации занятий спортивной борьбой в рамках физкультурно-спортивной и оздоровительной работы в общеобразовательных организациях;

3.2.5. Информировать Министерство о результатах изучения общественного мнения по вопросам, представляющим взаимный интерес для Сторон.

IV. Заключительные положения

4.1. По мере необходимости в настоящее Соглашение могут быть внесены изменения и дополнения по взаимному письменному соглашению Сторон.

4.2. Настоящее Соглашение не налагает на подписавшие его Стороны финансовых обязательств.

4.3. Настоящее Соглашение вступает в силу с даты его подписания, действует в течение пяти лет и автоматически продлевается на последующие пятилетние периоды, если ни одна из Сторон не позднее трех месяцев до истечения соответствующего периода не уведомит в письменной форме другую Сторону о своем намерении прекратить его действие.

4.4. Настоящее Соглашение может быть расторгнуто по соглашению Сторон, либо по инициативе одной из сторон при условии письменного уведомления другой

4

стороны не менее чем за три месяца до момента расторжения соглашения в одностороннем порядке.

В случае расторжения настоящего Соглашения в одностороннем порядке Соглашение считается расторгнутым с момента получения одной стороной уведомления другой стороны о расторжении соглашения.

4.5. Настоящее Соглашение составлено и подписано в двух экземплярах, имеющих одинаковую юридическую силу, по одному для каждой из Сторон.

IV. Адреса и подписи Сторон

Министерство образования
и науки Российской
Федерации

125993, Москва,
Тверская ул., д. 11
Тел.: (495) 629-70-62
Факс: (495)629-08-91

Общероссийская спортивная
общественная организация
«Федерация спортивной борьбы
России»

119991, Москва, Лужнецкая наб.,
д. 8, офис 400
Тел.: (495)725-47-12, 725-47-35
Факс: (495)255-21-01
e-mail: rus@fila-wrestling.com

Заместитель Министра
образования и науки
Российской Федерации



Н. Каганов

Президент Общероссийской
спортивной общественной
организации «Федерация
спортивной борьбы России»



М. Машвили

№ СОГ-4/09

№ 23/153

КАРТА АПРОБАЦИИ БОРЬБЫ В КАЧЕСТВЕ ТРЕТЬЕГО УРОКА ФИЗКУЛЬТУРЫ





5 КЕМЕРОВСКАЯ
ОБЛАСТЬ

5 РОСТОВСКАЯ
ОБЛАСТЬ

4 ОМСКАЯ
ОБЛАСТЬ

4 ИРКУТСКАЯ
ОБЛАСТЬ

4 САРАТОВСКАЯ
ОБЛАСТЬ

5 ЧЕЧЕНСКАЯ
РЕСПУБЛИКА

ИТОГО:

32 РЕГИОНА

220 ШКОЛ



ШКОЛА ДОЛЖНА РАБОТАТЬ НЕ ТОЛЬКО ДО 15-16 ЧАСОВ, НО И ПОСЛЕ

Наша общая цель – развитие массового спорта, – подчеркнул губернатор Московской области **Андрей Воробьев**. – Сейчас на уроках физкультуры у детей появилась возможность выбрать для себя лучшую дисциплину, чтобы в дальнейшем заниматься ей профессионально. Федерация борьбы – одна из тех, кто наиболее активно взаимодействует с общеобразовательными учреждениями. В школах Московской области за неполных два года было открыто 8 залов борьбы. Здорово, что директора школ осознают значимость этой работы. В таких школах ребята уже имеют возможность проверить себя в борьбе, тренировать свой характер. Заинтересованность среди детворы очевидна. Очень важный момент, что тренер по борьбе может работать преподавателем физкультуры. Особые слова благодарности я хо-

тел бы выразить руководству Федерации спортивной борьбы России и легендарному Сан Санычу Карелину. На открытии зала в Люберцах он преподавал хороший урок молодым ребятам, дал возможность получить ответы на все вопросы. Все мы помним, как выступал Карелин – самый сильный человек планеты. Получить совет от него – дорогого стоит. Два спортивных зала в одной школе позволят делать специализацию – борьба, бокс силовые виды. Все это вполне реально. Школа должна работать не только до 15-16 часов, но и после. Двери наших школ открыты для дополнительных занятий.



КЛУБЫ БОРЬБЫ ПОЯВЯТСЯ ВО ВСЕХ 29 ШКОЛАХ СОЛНЕЧНОГОРСКОГО РАЙОНА

Договор об этом между Федерацией спортивной борьбы России и Солнечногорским районом Московской области был подписан в октябре 2016 г., хотя фактическая его реализация началась задолго до этого.

При поддержке ФСБР и Подмосквонной федерации залы борьбы открыты уже в 7 школах Солнечногорского района. Планируется, что до конца 2017 года клубы спортивной борьбы заработают во всех 29 школах района. Занятия в секциях борьбы для детей бесплатные. Родители довольны, а детвора и вовсе в восторге. Учебные семинары для преподавателей физкультуры проходят на системной основе в рамках заседаний методических объединений. Уроки борьбы для школьников в новых залах уже провели трехкратный олимпийский чемпион, Герой России Александр Карелин, президент ФСБР, олимпийский чем-

пион Михаил Мамияшвили и серебряный призер Олимпиады-2016 Валерия Коблова. Такие встречи для детворы бесценны.

В ноябре 2016 г. в Чашниковской СОШ, которая одной из первых взялась за апробацию борьбы в качестве урока физкультуры, прошёл дебютный турнир по спортивной борьбе между клубами, созданными в системе образования. Это первый шаг к созданию региональных и всероссийской школьной лиги спортивной борьбы.

БОРЬБУ – В ШКОЛУ!



Председатель Калининградской областной Думы Марина Орgeeва
и президент областной федерации спортивной борьбы Евгений Абарюс
на открытии школьного зала борьбы

ШКОЛЬНИКОВ НАУЧАТ БОРОТЬСЯ!



Президент Олимпийского совета Калининградской области **Андрей Шумилин** раздает автографы после урока борьбы

Борьба – это спорт не только физически сильных, но и сильных духом мужчин. Это здоровье наших детей, а значит, и здоровье нации, – подчеркнул президент Федерации спортивной борьбы Калининградской области, депутат областной Думы **Евгений Абарюс**. – Поэтому детский, школьный спорт, создание для него условий – приоритетное направление для развития борьбы в регионе. Четыре зала борьбы в школах и два в детских домах мы открыли в 2016 году в разных районах при поддержке Олимпийского совета Калининградской области во главе с выдающимся борцом Янтарного края Андреем Шумилиным и Федерации спортивной борьбы России. Конструктивное взаимодействие по внедрению программы «Борьбу – в школу!» выстроено с областным министерством образования. Уроки борьбы в новых залах провели легендарный Александр Карелин и лучшие борцы области. Мальчишки и девчонки должны расти на правильных примерах, и очень здорово, когда они могут увидеть реальных героев не только на экране. Вы бы видели, как горели глаза детворы после общения с Александром Карелиным в новом зале. Такие встречи бесценны. В новом олимпийском цикле мы усилим работу по открытию секций борьбы в детских домах. Они будут доступны и для детей из ближайших микрорайонов. Мы уже на собственном опыте убедились, что борьба является эффективным инструментом социальной адаптации молодёжи. Также продолжим работу по созданию клубов борьбы на базе открытых залов по месту жительства. А где клубы, там и соревнования. Поэтому в ближайшей перспективе рассчитываем дать старт школьной лиге борьбы.

БОРЬБУ – В ШКОЛУ!





МЕТОДИЧЕСКИЕ ПОСОБИЯ

На портале ФСБР – WRESTRUS.RU в разделе «Борьбу – в школу!» вы можете скачать базовый набор документов и методических пособий:

▮ Учебная программа «Спортивная борьба как третий час урока физической культуры в школе» и методическое обеспечение для учителей физической культуры;

▮ Физическая культура. Элементы спортивной борьбы – 1-4 классы. Рабочая программа (для учителей общеобразовательных учреждений);

▮ Физическая культура. Элементы спортивной борьбы – 5-11 классы. Рабочая программа (для учителей общеобразовательных учреждений);

▮ Материально-техническое обеспечение программы третьего урока – спортивная борьба. Варианты переоборудования спортивных залов для занятия на основе спортивной борьбы. Варианты оснащения спортивных залов и приспособленных помещений для реализации программы на основе спортивной борьбы;

▮ Памятка куратору от системы образования по организации апробации «Учебной программы по физической культуре для общеобразовательных школ на основе спортивной борьбы и методическое обеспечение по её реализации»;

▮ Памятка учителю физической культуры, тренеру участвующему в апробации «Учебной программы по физической культуре для общеобразовательных школ на основе спортивной борьбы и методическое обеспечение по её реализации»;

▮ Учебная программа «Спортивная борьба как третий час урока физической культуры в школе» и методическое обеспечение для учителей физической культуры. Элементы спортивной борьбы в 1-4 классах общеобразовательной школы» для слушателей ИПК и ППК.

ВАСИЛИЙ ЦАНДЫКОВ,
ВЕДУЩИЙ СПЕЦИАЛИСТ ПО РАЗВИТИЮ
СПОРТИВНОЙ БОРЬБЫ В ОБЩЕОБРАЗОВА-
ТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ РФ
+7 (915) 017-86-51,
BORBA-V-SCHKOLU@YANDEX.RU

МЕТОДИКА НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ В ШКОЛЕ

Обучение школьников технике спортивной борьбы начинается с освоения упражнений, которые нацеливают и приучают занимающегося к ведению единоборства. Это осуществление захватов, преодоление сопротивления соперника или спарринг-партнера, выведение из равновесия и преодоление устойчивости, проявление волевых усилий и т.д.

Большой объем начальной подготовки борцов составляют специальные упражнения необходимые в греко-римской и вольной борьбе – борцовский мост и его укрепление, страховка и само страховка.

Особое внимание также уделено упражнениям, которые необходимы для усвоения базовой техники борьбы – координационные упражнения, упражнения для развития определенных групп мышц, участвующих в том или ином двигательном действии и т.д.

По мере роста уровня физической подготовленности занимающегося и его спортивной квалификации данные упражнения не потеряют своего значения, но их удельный вес в занятиях будет значительно меньше. Одновременно с этим начинается обучение основным стойкам и положениям, различным передвижениям и захватам, а также способам освобождения от них.

При изучении техники сложных приемов в классической и вольной борьбе вначале рекомендуется пользоваться манекеном.





БОРЬБУ – В ШКОЛУ!



КАК ОСНАСТИТЬ ШКОЛЬНЫЙ ЗАЛ БОРЬБЫ

Материально-техническое обеспечение программы уроков физкультуры на основе спортивной борьбы

- ▮ один борцовский ковер при наполняемости класса (20-30 человек)
- ▮ два мата для отработки бросков;
- ▮ манекены (10, 15, 20 кг) для отработки бросков;
- ▮ амортизаторы резиновые – 15 штук;
- ▮ брусья, перекладина, шведская стенка, фитбольные мячи.

Средний срок выполнения капитального ремонта школьного спортзала в Московской и Калининградской областях, которые являются пилотными по внедрению программы «Борьбу – в школу!» составляет 15 дней для зала в 300 м² и 5 дней для зала в 60 м².

ЗАКАЗАТЬ БОРЦОВСКИЙ КОВЁР:
 ТЕЛ.: 8 (800) 555-14-65,
 САЙТ: WWW.SPORT-FEDERATION.RU



КАК ВЫВЕСТИ ШКОЛЬНЫЙ СПОРТ НА САМООКУПАЕМОСТЬ

Рассмотрим дорожную карту развития школьного спорта, который успешно функционирует в Солнечногорском районе Подмосковья, в которой региональная федерация выступает движущей силой.

| Региональная федерация и районный департамент образования подписывают соглашение о взаимодействии;

| Выбирается коммерческая структура, которая занимается организацией возмездного использования спортивных объектов образовательного учреждения во внеурочное время;

| Данная коммерческая структура гарантирует образовательному учреждению ремонт и переоснащение спортзала или других объектов в кратчайшие сроки согласно договоренностям.

В результате школа получает спортзал принципиально иного уровня, а также всё необходимое для проведения тематических уроков физкультуры, например, по борьбе.

Региональная федерация получает школьную площадку для открытия секции или клуба по месту жительства для работы которых будут выделены безвозмездные часы во внеурочное время. А также продвижение своего вида спорта в рамках урока физкультуры





РОМАН ВЛАСОВ. КАК ЗАКАЛЯЛАСЬ СТАЛЬ

Российский борец греко-римского Роман Власов одержал безоговорочную победу на Олимпиаде-2016. Соперники не смогли сломить его даже удушением в полуфинале при полном попустительстве судьи, после которого Роман на несколько секунд потерял сознание.

История жизни Романа – из серии о том, как закалялась сталь. Когда ему было два года, из семьи ушел отец. Мать трудилась на трех работах, но денег не хватало. В 6 лет он пришел в борцовский зал, где вскоре начал заниматься у Виктора Кузнецова – наставника великого Александра Карелина. «Верь в себя, будь жаден до тренировок, ищи знаний, никогда не останавливайся», – такие советы Карелина будущий чемпион освоил в детстве. Путевку в большой спорт дал юношеский «Приз Карелина», который Власов выиграл трижды. Затем был сложнейший перелом плеча, возвращение на ковер вопреки прогнозам врачей и убедительные победы уже на двух Олимпийских играх. Роман Власов – четвертый борец в отечественной истории греко-римской борьбы, которому удалось выиграть Игры более одного раза.





РУССКИЙ ТАНК

Именно так американцы прозвали дагестанского борца вольного стиля Абдулрашида Садулаева за невероятную мощь, с которой он крушит всех соперников. На пути к золоту Олимпиады-2016 20-летний Садулаев продемонстрировал тотальное превосходство на ковре, полностью оправдав своё прозвище. Накануне Игр по социальным сетям разлетелось видео, в котором он вспахивал плугом огород деда. Что ответчу деду, если опять попросит? Конечно, помогу, отвечал борец уже в статусе олимпийского чемпиона. Возможно, в этом и кроется секрет его фантастической силы.





ЦАРЬ ДАВИТ

Золотая медаль Олимпиады-2016 Давита Чакветадзе – это награда за честный труд и упорство. Будущий чемпион родился в 1992 году в грузинском городке Кутаиси. В лихие 90-е мальчик вместе с родителями перебрался в Подмосковье, где и начал делать свои первые шаги в большом спорте.

– В секцию меня привели родители, – вспоминает Давит. — Я тогда ещё маленький совсем был. Дело в том, что мой отец и дядя серьёзно занимались борьбой, вот и меня решили отдать в секцию, за что я им очень благодарен.

С этого момента в его жизни была только борьба – тренировки до седьмого пота, яркая победа на Евроиграх чередовалась с громкими неудачами. Чакветадзе не считался фаворитом Игр-2016. Но в Рио он сперва взял реванш у своих обидчиков за прошлые турниры, а в финале устроил день авиации для действующего чемпиона мира.





РЕВАНШ ЗА ДРУГА

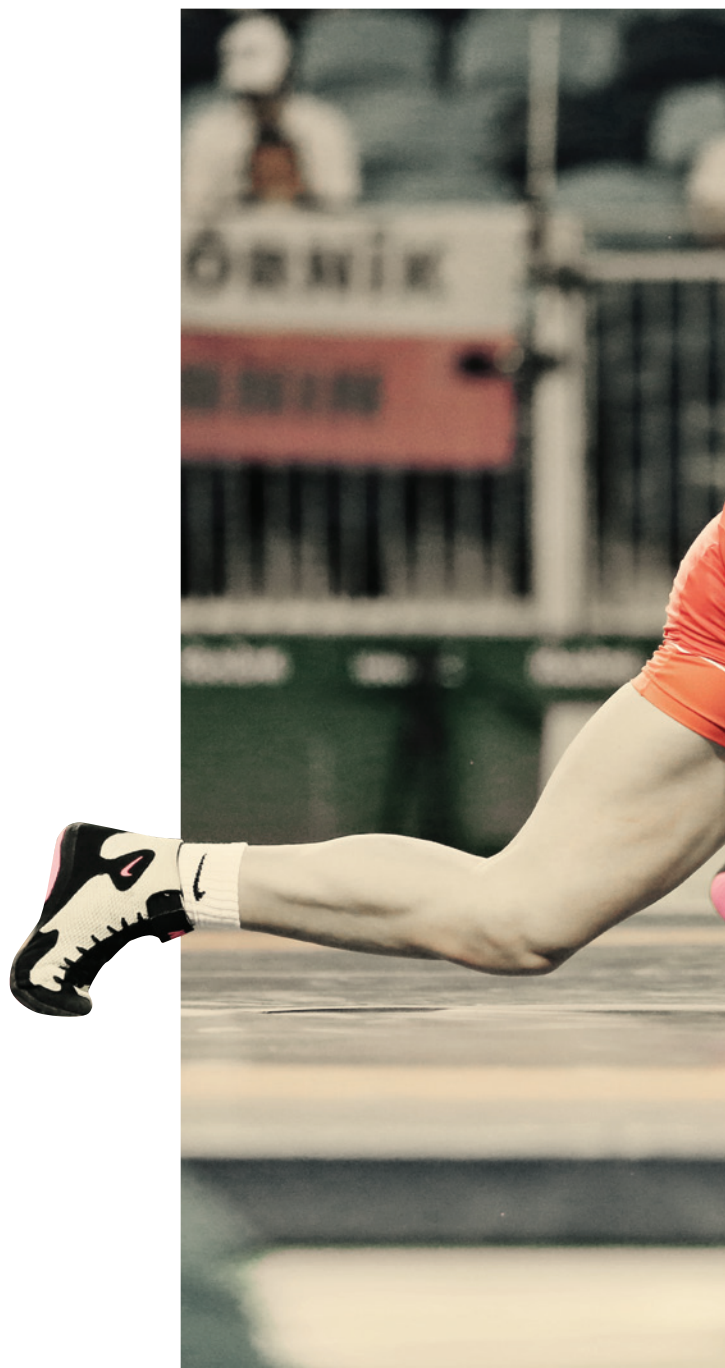
За неделю до старта Олимпиады-2016 Сослан Рамонов написал пост в инстаграм: “Сегодня день рождения нашего чемпиона”. К этим словам была прикреплена фотография его друга – четырехкратного чемпиона мира Бесика Кудухова, погибшего в автокатастрофе. Кудухову не суждено было выиграть Олимпиаду. В финале Игр-2012 у него выиграл азербайджанец Тогрул Аскеров. По какому-то сверхъестественному стечению обстоятельств, в финале Рио-2016 Рамонову достался именно Аскеров. В этой схватке россиянин был на три головы сильнее, затратив на победу меньше двух минут. Сослан Рамонов – олимпийский чемпион. Наверное, справедливо, что мечту трагически ушедшего Бесика Кудухова реализовал именно Рамонов, его земляк и друг.





ГАГАРИН ЖЕНСКОЙ БОРЬБЫ

Золотая медаль Натальи Воробьевой на Олимпиаде-2012 стала первой в истории российской женской борьбы. Её жизненный путь – наглядный пример того, как спорт становится социальным лифтом. Наталья выросла в маленьком городке Тулун в Иркутской области. Из любопытства зашла в секцию борьбы. Особых альтернатив в городе не было, да и борьба быстро увлекла будущую чемпионку. Вот только мама долгое время было против этого увлечения, и Наталье приходилось его скрывать. В 13 лет ей запретили бороться с мальчиками, поскольку они бросали борьбу после постоянных поражений от девчонки, а других девочек в секции не было. К счастью для российской борьбы, вскоре Воробьева получила приглашение из Санкт-Петербурга, который стал для неё вторым домом. В 2012 году она ворвалась в Олимпийский Лондон, выиграв на туше три из четырех схваток, включая «золотой» финал. Спустя четыре года, в Рио-2016 Наталья Воробьева стала серебряным призером.





БОЯРЫНЯ КОВРА

В 2015 году Валерия Коблова была главным фаворитом Европейских игр, но получила тяжелейшую травму колена. Многие врачи скептически оценивали её шансы вернуться в элиту, но Валерия – девушка с характером. Она прорвалась в финал Рио-2016. Не передать словами, насколько Коблова была близка в нём к самой громкой сенсации в истории мировой женской борьбы, но в итоге японка Каори Ичо всё же стала четырёхкратной олимпийской чемпионкой. Что ж, реванш в Токио-2020 не минует. А пока, Валерия Коблова получает заслуженные почести и популяризирует борьбу. 1 сентября она приняла участие в открытии школьного зала борьбы в деревне Кривцово Солнечногорского района.

– Благодаря таким вот залам, дети будут при деле. А здоровая нация – это залог процветания страны. Не надо из всех выращивать олимпийских чемпионов, пусть они будут просто гармонично развитыми личностями, что им сильно поможет в жизни, – отметила спортсменка.





ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГИМН РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Россия – священная наша держава,
Россия – любимая наша страна.
Могучая воля, великая слава —
Твоё достоянье на все времена!

Славься, Отечество наше свободное,
Братских народов союз вековой,
Предками данная мудрость народная!
Славься, страна! Мы гордимся тобой!

От южных морей до полярного края
Раскинулись наши леса и поля.
Одна ты на свете! Одна ты такая —
Хранимая Богом родная земля!

Славься, Отечество наше свободное,
Братских народов союз вековой,
Предками данная мудрость народная!
Славься, страна! Мы гордимся тобой!

Широкий простор для мечты и для жизни
Грядущие нам открывают года.
Нам силу даёт наша верность Отчизне.
Так было, так есть и так будет всегда!

Славься, Отечество наше свободное,
Братских народов союз вековой,
Предками данная мудрость народная!
Славься, страна! Мы гордимся тобой!

WWW.WRESTRUS.RU

