

Муниципальное казенное образовательное учреждение
«Чаган-Узунская СОШ им. П.И. Оськиной»

Проект на тему:

«Греко-римская борьба»

Выполнил: ученик 4 класса

Маралов Байыр Игоревич

Руководитель проекта:

учитель физической культуры

Ундулганов Ойгор Александрович

с. Чаган-Узун, 2023 г

Содержание

<i>Введение.....</i>	<i>3</i>
<i>1. История возникновения греко-римской борьбы.....</i>	<i>4</i>
<i>2. Великие борцы Республики Алтай.....</i>	<i>5</i>
<i>3. Мое хобби спорт - греко-римская борьба.....</i>	<i>7</i>
<i>Заключение.....</i>	<i>8</i>
<i>Список использованной литературы.....</i>	<i>9</i>

Введение

В современном мире уделяется большое внимание развитию спорта. Обратно вводятся нормативы ГТО. Люди следят за своим здоровьем.

Я выбрал эту тему, потому что сам занимаюсь греко-римской борьбой. Мои сверстники часто занимаются разными видами спорта и не знают историю их происхождения, а это очень интересно.

Актуальность

Актуальность данного исследования состоит в том, что своей работой я хочу привлечь детей к занятиям спортом, и познакомить с Олимпийским видом спорта греко-римской борьбой.

Для этого я поставил перед собой следующие цели и задачи:

Цель: Узнать историю греко-римской борьбы. Познакомиться с великими борцами Республики Алтай. Достичь такого же результата, как мои фавориты.

Задачи:

1. Узнать историю греко-римской борьбы.
2. Найти материал по теме.
3. Создать презентацию.
4. Ходить на тренировки.
5. Вырабатывать технику приемов.
6. Развивать физическую подготовку.

Необходимое оборудование: Интернет-ресурсы, справочники по теме.

*Борьба - занятие мужское.
Чуть оплошал, не жди добра.
Как поле боя, топчут двое
Квадрат борцовского ковра.*

История греко-римской борьбы

Греко-римская борьба возникла в период первобытнообщинного строя. Она зародилась как одно из основных средств единоборства первобытных людей за свое существование.

Подлинного расцвета борьба достигла в Древней Греции. Ее стали использовать для воспитания сильного, ловкого, выносливого и волевого человека. Борьба входила в систему физического воспитания детей, юношей и взрослых. Первые Олимпийские игры в Древней Греции состоялись в 776 году до нашей эры и проводились каждые четыре года без перерывов на протяжении 1170 лет.

Борьба на Олимпийских играх впервые была включена в 704 году до н.э. с 18 Олимпийских игр. Греческий атлет Тесеус создал первые правила по борьбе. Побеждал тот, кто три раза бросит соперника на землю. Официальной датой возникновения греко-римской борьбы в России принято считать 1895 год.

Первый чемпионат России по греко-римской борьбе был проведен в Петербурге в 1897 году. В нем участвовало восемь борцов. Семь - из Петербурга, один - из Риги. Первым чемпионом России стал Александр Шмелинг.

Основная задача греко-римской борьбы заключается в том, что спортсмен должен, с помощью определённого арсенала технических действий (приёмов), вывести соперника из равновесия и прижать лопатками к коврику.

Великие борцы России

На данном этапе проекта я хотел бы вас познакомить с Великими борцами тренерами по греко-римской борьбе из Республики Алтай на которых я хотел бы равняться и брать пример, это Мадий Каланакович Каланаков и Самтаев Иван Адучинович.

Начну немного с биографии Каланакова Мадия Каланаковича.

Мадий Каланакович родился 1 февраля 1946 г. в с. Чаган-Узун Кош-Агачского района. В 1962 г. окончил Кош-Агачскую среднюю школу, в 1967 г. Бийский техникум сельского хозяйства, Горно-Алтайский педагогический институт. Служил в рядах Советской армии, во время учебы и службы активно занимался спортом. Является первым мастером спорта СССР по классической борьбе в Горном Алтае. Звание завоевал в 1972 г. выиграв Всесоюзный турнир на призы генерала Рахимова в г. Ташкент.

Спортивная карьера.

Мадий Каланакович с 1972 г. на тренерской работе - тренер-преподаватель в облсовете ДСО «Спартак», директор, завуч, тренер. Воспитал много мастеров спорта по классической (греко-римской борьбе), победителей международных, всесоюзных и всероссийских турниров, в том числе двукратного чемпиона СССР и Европы И.А. Самтаева. Мадий Каланакович - создатель школы греко-римской борьбы в Горном Алтае, основал алтайскую национальную борьбу «Куреш», впервые разработал и издал правила соревнований. Является одним из основателей национального праздника «Эл-Ойын». Был факелоносцем эстафеты олимпийского огня «Сочи - 2014» по территории Республики Алтай.

Он был в числе инициаторов открытия в городе специализированной спортшколы, вместе с другими тренерами и воспитанниками своими руками реконструировали бывшее здание кочегарки под спортивный зал борьбы «Баатыр».

За заслуги в развитии классической борьбы, подготовку спортсменов - борцов высокого класса, воспитание двукратного чемпиона СССР и Европы, обладателя кубка мира по классической борьбе И. А. Самтаева ему присвоены почетные звания «Заслуженного тренера РСФСР», «Почетного гражданина Республики Алтай».

Самтаев Иван Адучинович-советский и российский борец. Заслуженный мастер спорта по греко-римской борьбе. Чемпион СССР (1986), чемпион Европы (1986), обладатель Кубка мира (1986), победитель Спартакиады народов СССР (1986). Родился 10 января 1964 года в селе Мухор-Тархата Кош-Агачского района Горно-Алтайской автономной области. С детства увлекался борьбой. Его тренерами были К. А. Таркрашев, М. К. Каланаков, А. П. Манзыров. В 1984 году окончил Горно-Алтайский государственный педагогический институт. В 1984—1986 годах служил в ЦСКА-18 (Новосибирск). В 1986—1988 годах работал в Горно-Алтайске инструктором по спорту детско-спортивного общества "Спартак". С 1989 года возглавляет детско-юношескую спортивную школу олимпийского резерва в Горно-Алтайске.

Таким образом, можно сказать, что Мадий Каланакович и Иван Адучинович удивительный пример трудолюбия и упорства, они великие борцы и тренеры, которые внесли неоценимый вклад в спорт и жизнь Республики Алтай.

Мое хобби спорт- греко-римская борьба

Заниматься греко-римской борьбой я начал два года назад. В 2019 году я записался на секцию по греко-римской борьбе. Мне было 8 лет. На секции я познакомился со своим тренером Каварлином Мергеном Валерьевичем. Помимо меня на тренировках присутствовали мальчики разных возрастов от 7 до 10 лет.

После длительных тренировок я начал участвовать в турнире среди учащихся. Занял в открытом турнире Улаганского района второе место в весовой категории 38 кг.

После первой победы я продолжал усиленно тренироваться. Затем принял участие в следующем открытом турнире Кош-Агачского района по греко-римской борьбе среди обучающихся в весовой категории до 42кг. Заняв почетное первое место.

Еще несколько медалей получил за призовые место в районных соревнованиях. Естественно, чтобы добиться еще большего результата, нужно регулярно посещать тренировки и заниматься физической подготовкой, а также вырабатывать технику приемов.

Заключение.

Подводя итоги, я хотел бы сказать, что греко-римская борьба- это спорт для настоящих мужчин, борьба формирует в любом человеке такие качества как: смелость, выносливость, сообразительность и дисциплинированность.

Я считаю, что это начальный этап в моей небольшой спортивной жизни, и я не буду останавливаться на достигнутом, буду продолжать усиленно тренироваться и достигать вершин в этом не простом, но очень увлекательном спорте.

Список использованной литературы

1. Yandex.ru
2. ru.wikipedia.org
3. mail.ru

Приложение «Тест»

«Что я знаю о греко-римской борьбе?»

1. Где греко-римская борьба достигла расцвета?

А) Древний Рим

Б) Древняя Греция

В) Афины

2. В каком году впервые были включены Олимпийские игры?

А) В 651г. До н. э.

Б) В 704г. До н. э.

В) В 907г. до н. э.

3. В каком году состоялись первые Олимпийские игры?

А) В 1010г. До н. э.

Б) В 886г. До н. э.

В) В 776г. До н. э.

4. В каком году проходил первый чемпионат по греко-римской борьбе?

А) В 1890 г.

Б) В 1976 г.

В) В 1897г.

5. Кто стал первым чемпионом России?

А) Александр Шмелинг

Б) Анатолий Попов

В) Иван Поддубный