Бокс и борьба как основные виды силовых состязаний

Презентацию подготовил:
Студент группы 1ПСО12
Коновалов Денис

Борьба - единоборство,
рукопашная схватка двоих людей
в которой каждый старается
осилить другого, свалив его с ног.

Борцовская схватка может состояться как с практической целью (боевые действия, самооборона и т. п.) так и с состязательной целью, в рамках спортивной борьбы, и в последнем случае проводится по определённым для каждого вида борьбы правилам и с использованием определённых приёмов борьбы. Борьба характеризуется взаимным преодолением сопротивления с помощью применения разрешенных правилами соревнования специальных технических и тактических действий.

Целью схватки борцов является победа одного из соперников, выражающаяся в установлении контроля над другим соперником, пресечении его возможных дальнейших действий, подготовки своих дальнейших действий.
Борцы используют приёмы борьбы, позволяющие сбить соперника с ног и повалить его на землю , обездвижить соперника (удержания), травмировать соперника (болевые приёмы), задушить соперника (удушающие приёмы).
Арсенал возможных приёмов в спортивной борьбе ограничен её правилами. Кроме того, в некоторых видах борьбы оцениваются также действия борцов, которые почти полностью связаны с состязательным элементом: так, в сумо целая группа приёмов посвящена вытеснению противника за границы площадки для борьбы, что влечёт за собой победу оставшегося на площадке.

На сегодняшний день, виды борьбы в мире подразделяются на международные и национальные виды, или по более точной классификации на международные, национальные, народные и субэтнические виды.
Международные виды борьбы - это те виды, что получили распространение во многих странах мира, имеют международную федерацию и установленные общие для всех правила борьбы, по которым проводятся чемпионаты мира и континентов. К международным видам борьбы прежде всего относятся олимпийские виды борьбы: греко-римская борьба, вольная борьба и дзюдо.
К национальным видам борьбы относятся те виды, которые получили широкое распространение в рамках одного государства. К ним относятся такие виды, как например сумо в Японии, кошти в Иране, кох в Армении, и т. п. К национальным видам борьбы относится и самбо, искусственно созданная система из различных видов единоборств.
Самое большое количество видов борьбы среди народных видов. Если страна многонациональная, то народный вид в основном культивируется среди одного этноса. Примерами тому служат народная борьба якутов хапсагай, татарский куреш, бретонская борьба гурен, различные региональные виды борьбы в Британии.
Имеются и субэтнические виды борьбы, иногда значительно отличающиеся от народного вида. Так, например, среди народностей населяющих Грузию, культивируются собственные виды чидаобы, разные у хевсуров, сванов, мтиулов и т. д.; национальная борьба нанайцев вачамачи имеет очень большое количество локальных разновидностей. Часто субэтнический вид борьбы отличается правилами определения победителя (например касанием земли чем-либо, кроме коленей или касанием спиной), реже борьба принципиально иная (например на поясах или в одежде).

Бокс - контактный вид спорта, единоборство, в котором спортсмены наносят друг другу удары кулаками в специальных перчатках. Рефери контролирует бой, который длится от 3 до 12 раундов.

Боксерский поединок разделен на раунды, каждый из которых длится от 3 до 5 минут, в зависимости от уровня поединка (любительский или профессиональный). Между раундами у боксеров есть 1 минута для отдыха.
Боксерский поединок заканчивается в следующих случаях:

- один из спортсменов сбит с ног и не сможет подняться в течение 10 секунд; п
- осле третьего нокдауна (правило действует в титульных боях под эгидой WBA);
- один из спортсменов получил травму и не может защищаться (технический нокаут).

Если оба соперника отстояли все раунды и нокаута не произошло, то победитель определяется по очкам. Если же и по очкам счет одинаковый, то победителем становится спортсмен, выигравший по очкам большее число раундов. Иногда случаются ничейные результаты.

Список запрещенных приёмов:

- удар ниже пояса;
- удар (или опасное движение) головой;
- удар по затылку;
- удар по почкам;
- удар в спину;
- удар открытой перчаткой (ребром или тыльной стороной, особенно шнуровкой);
- захват (головы, руки, перчатки, туловища);
- захват с нанесением удара;
- низкие наклоны;
- нажим рукой на лицо соперника;
- повороты спиной к противнику;
- толкание противника;
- использование канатов для нанесения удара;
- хватание канатов.

Спасибо за внимание.