

Дзюдо

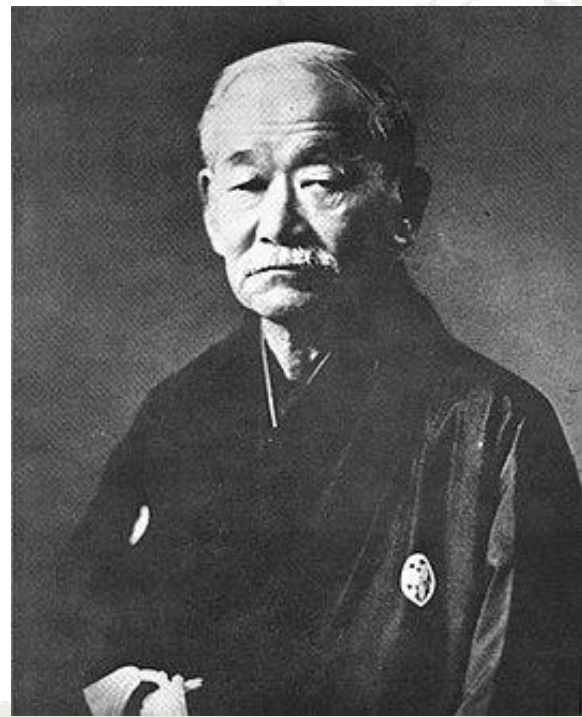
олимпийский вид спорта, в котором разрешены броски, болевые и удушающие приемы. Болевые приемы разрешено проводить только на руки противника. Удары изучаются только в форме ката. В дзюдо очень важна ловкость, а также принципиально использование силы соперника.



Дзюдо базируется на трёх главных принципах: взаимная помощь и понимание для достижения большего прогресса, наилучшее использование тела и духа, и поддаться, чтобы победить.



То принятой в Японии классификации, дзюдо относится к современным боевым искусствам. Борьба дзюдо была создана профессором Дзигоро Кано. В 1882 году Кано открыл в Токио первую школу дзюдо «Кодокан». Через год им была создана система разрядов, а в 1887 году была окончательно сформирована техника дзюдо. Первый чемпионат мирового уровня прошел в Токио 1956 году, после чего соревнования такого масштаба стали проводиться регулярно и не только в Японии.



На протяжении долгих лет в дзюдо не существовало весовых категорий. Как считали сами японцы, главное – это не сила, а искусство владения тайной техникой. Но после поражения японцев на четвертом чемпионате мира правила были изменены и появились весовые категории. Начиная с 1964 году дзюдо, было внесено в программу Олимпийских игр.



В 1980 году был проведён первый чемпионат мира среди женщин, а в 1992 году соревнования по дзюдо среди женщин были включены в официальную программу летних Олимпийских игр в Барселоне.