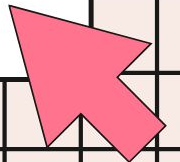


# ПРИКЛАДНЫЕ ВИДЫ СПОРТА

Юренская Софья 10 класс





Содержательную основу прикладных видов спорта определяют военные, хозяйственные и прочие прикладные навыки, по владению которыми и проводятся состязания.

Основная направленность занятий заключается в том, чтобы увеличить диапазон функциональных возможностей организма человека, расширить арсенал его двигательной координации, а также обеспечить эффективную адаптацию организма к различным факторам трудовой деятельности.

## Морское многоборье



- вид спорта, который включает в себя соревнования в пяти дисциплинах: плавание, парусные гонки, стрельба из пневматического пистолета, гребля на ялах, бег. Соревнования проводятся в течение 5 дней, по одному виду в день



### Возрастная классификация:

Существуют следующие возрастные группы:

- юные матросы (мальчики и девочки не старше 15 лет),
  - моряки-спортсмены (юноши 15-17 лет),
- моряки-спортсмены (взрослые мужчины, начиная с 18 лет),
  - моряки-спортсмены (девушки, начиная с 15 лет).

### Дисциплины:

В программу чемпионатов включают следующие дисциплины:

#### мальчики:

- парусные соревнования (4 гонки),
  - плавание на 100 м,
  - кросс на 1000 м,
  - вязание узлов,
- стрельба из пневматического ружья (10 выстрелов),  
соревнования на гребных судах на дистанциях 1000 м и 5000 м;

#### девочки:

- парусные соревнования (4 гонки),
  - плавание на 100 м,
  - кросс на 600 м,
  - вязание узлов,
- стрельба из пневматического ружья (10 выстрелов);  
юниоры и сениоры (мужчины):

- парусные соревнования (4 гонки),
  - плавание на 100 м,
- эстафета с препятствиями 10 × 50 м,
  - кросс на 1500 м,

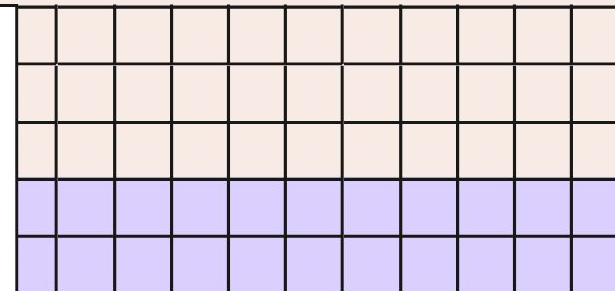
- стрельба из малокалиберной винтовки (10 выстрелов),
  - вязание узлов,
  - плавание на 1000 м,
- плавание с препятствиями 8 × 50 м,
  - кросс на 800 м,
  - вязание узлов



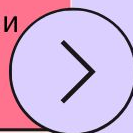
разнообразный и интересный вид занятий, который, в частности, служит для подготовки к военной службе и для поддержания готовности к обороне у молодежи и резервистов.

Морское многоборье культивируется в кружках юных матросов системы народного образования и в первичных организациях или секциях Общества спорта и техники

# Спортивное ориентирование



вид спорта, в котором участники при помощи спортивной карты и компаса должны пройти неизвестную им трассу через контрольные пункты, расположенные на местности. Результаты определяются по времени прохождения дистанции или по количеству набранных очков



# История

Термин ориентирование появился в 1886 году у скандинавских военных. Он обозначает передвижение с помощью карты по незнакомой местности. Ориентирование среди мирных граждан началось в 1918 году. В то время интерес к легкой атлетике падал, а ориентирование своей увлекательностью вернуло молодежь в спорт. С тех пор популярность этого вида спорта растет.

В СССР ориентирование появилось в 1957 году, как вид туризма. Поначалу, это был спорт для взрослых. Но с начала 90-х годов стали появляться юношеские и детские старты.

Сегодня крупные старты, например «Российский Азимут», собирают до 200 000 участников ежегодно



Является соревновательным видом спорта, в котором участники, используя карту и компас, стараются как можно быстрее найти заранее отмеченные посты.

Спортивное ориентирование как «лесной» вид спорта является одним из самых полезных и интересных. Этот вид спорта включает в себе важные воспитательные возможности, способствующие развитию таких моральных качеств, как готовность прийти на помощь товарищу, чувство ответственности, уверенность в своих силах, решительность, мужество, честность и дисциплина.

Многообразие форм и видов этого вида спорта позволяет делать выбор в зависимости от местности, погодных условий, интересов и возрастных особенностей участников.





# История

Рождением АРБ принято считать 1979-й. В том году он оформился в качестве военно-прикладного вида спорта, что официально подтвердил первый чемпионат Воздушно-десантных войск. Всесоюзное соревнование, как говорится, прошло на ура: в результате их проводили ежегодно, а ещё АРБ стал основой физподготовки начинающих воинов, и его удачно внедрили в программу их обучения. Вскорости армию Советского Союза трудно было представить без армейского рукопашного боя. Он привлекал молодых бойцом тем, что был доступным, а в своём арсенале объединял элементы сразу нескольких боевых искусств – бокса, дзюдо, самбо, борьба и других.

Популяризация этого вида спорта продолжилась и позднее. Так, в 1991 году Ленинград стал местом проведения первого чемпионата Вооружённых Сил, а год спустя в России появились и руководящий орган – Федерация армейского рукопашного боя под эгидой Армейской ассоциации контактных видов единоборств. И дальше АРБ продолжал выходить за рамки чисто военного вида спорта, культивируемого в армейских соединениях. Сегодня армейский рукопашный бой распространён в секциях и залах, его предпочитают спортсмены-единоборцы, им интересуется молодёжь.

# Основные правила

Спортивный АРБ, если сравнивать его с прочими боевыми искусствами, отличается тем, что разрешает добивать лежащего противника: и руками, и ногами, и стоя, и головой в голову.

Правила АРБ в чём-то схожи с дзюдо. Поединок, состоящий из одного раунда (3 минуты), проводится при участии судьи на татами (квадратный ковёр) размером минимум 14×14 метров в квадрате 8×8 м или 10×10 метров.

Задача бойца – отправить соперника в нокдаун или нокаут и завершить схватку досрочно. За удары начисляются очки. Причём: нога – по ноге, рука – по корпусу (1 балл), 2 балла боец получает за удар ногой в корпус, удар рукой в голову или бросок с отрывом обеих ног от ковра. Наибольшее количество баллов – 3 судья даёт за удар ногой по голове, нокдаун или резкий амплитудный бросок. АРБ, как и в другие единоборства, проводит состязания в различных возрастных и весовых категориях, а также имеет собственный «табель о рангах». Самый первый разряд – 3-й юношеский, самое почётное звание – мастера спорта международного класса.

# Инвентарь, используемое оружие

Чтобы обезопасить бойцов, на состязаниях они надевают определённую экипировку. Это кимоно (тобок и доги), борцовки-футы (с защитой пятки и подъёма стопы), накладки на голень, раковина на пах, защитный жилет, перчатки-краги, защита колен, предплечий и локтей. Не выпустят на поединок бойца без шлема с металлической решёткой, причём прутья должны быть обязательно соединены между собой именно аргоновой сваркой, в противном случае спортсмен может серьёзно травмироваться. Защитное обмундирование за исключением перчаток и шлема надевают под кимоно.

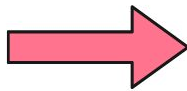


# Военно-спортивное многоборье

Входят дисциплины:

- военно-морское пятиборье
- военное пятиборье
- военное троеборье
- зимнее офицерское троеборье
- летнее офицерское троеборье

*Посмотрите на это*



# Пожарно-прикладной спорт

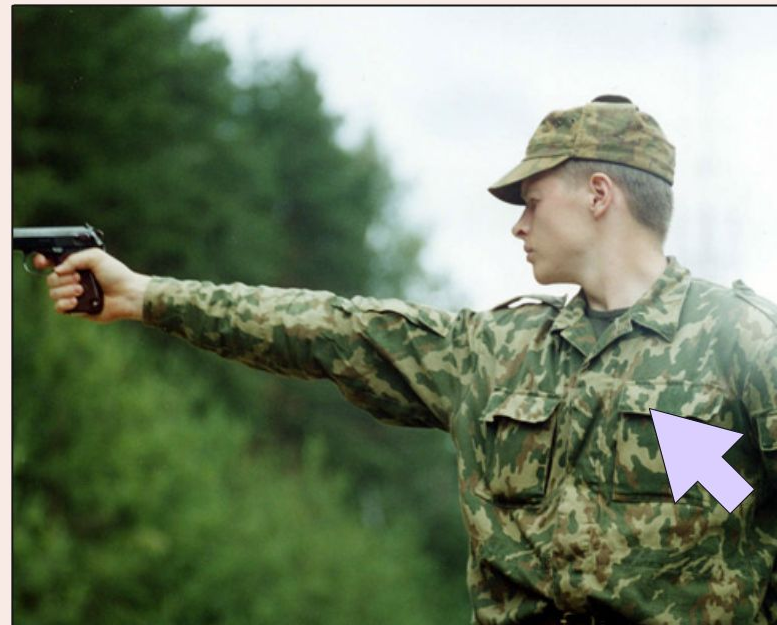
служебно-прикладной вид спорта, заключающийся в выполнении комплексов разнообразных приёмов, применяемых в практике тушения пожаров, как в индивидуальном, так и в групповом зачёте



# Стрельба из штатного или табельного оружия

Правила стрельбы из пистолета  
Упражнения ПМ-1 и ПМ-3 выполняются из  
пистолета Макарова.

Форма одежды – повседневная или полевая;  
для военнослужащих срочной службы и  
курсантов – парадно-выходная или полевая.  
При выполнении упражнений стрелки должны  
стоять на отведенных им участках (огневых  
позициях) без опоры на посторонние  
предметы. Пистолет при этом удерживается, и  
выстрелы из него производятся одной и той  
же рукой. На подготовку смены к выполнению  
упражнений после занятия огневых позиций  
отводится 3 минуты.



Проводятся соревнования (например, Спартакиада Общества «Динамо» — стрельба из штатного (табельного) оружия (мужчины, женщины). Спорт курируют ФСБ России ФСКН России, Минюст России, ФССП России, ФСИН России, ФСО России, ГФС России, Федеральная таможенная служба, МВД России, СВР России, ГУСП.

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!!**

