

Национальная борьба «Корэш»



Стерлибашевские батыры

Подготовила: воспитатель
Загидуллина Г.Н.



**Корэш (куреш,
куряш, кореш) -
традиционный вид
спорта у тюркских
народов,
национальная
борьба на поясах.**



**Перед борцом стоит
цель положить
соперника на спину
применением какого-
либо разрешённых
приёмов после
принятия положения
стойки**



История борьбы

Историки утверждают, что борьбе на поясах не меньше трех тысяч лет! Специалисты находили наскальные рисунки с изображением борьбы на поясах в самых различных уголках Земли — в Центральной Америке, Африке, Европе, Азии. Возле Багдада в 1938 году была найдена бронзовая статуэтка двух борцов на поясах, которой примерно шесть тысяч лет. В Музее МОК находится глиняное изображение борцов в захвате за пояс, датированное 2000-1700 годами до нашей эры. В одиннадцатом веке об этой борьбе рассказывал ученый и философ Авиценна.



По мнению венгерского историка Куна, в средневековье борьба на поясах, как и верховая езда, владение холодным оружием, стрельба из лука, входила в военно-физическую подготовку кочевников. Как отмечал Кун, «в ходе состязаний в поясной борьбе они учились тому, чтобы в случае необходимости твердой рукой стащить с седла спасающегося бегством противника».



В этих условиях происходило становление и развитие традиционной башкирской культуры, в том числе традиционной национальной поясной борьбы башкирского народа, которая является составной частью духовной и физической культуры народа.





В старину большинство башкирских мальчишек первые уроки по борьбе корэш получали от своих близких родственников: отца, старших братьев. Знаменитые в округе борцы по борьбе корэш обучали местных ребяташек тактике ведения борьбы.



Обучение башкирских детей борьбе корэш отобразено в башкирском устном народном творчестве. В башкирском повесте «Куз-Курпяч» (повесть начала XIX) Карабай обучал своего сына Куз-Курпяча борьбе тем, что заставлял его бороться со сверстниками. Куз-Курпяч был их проворнее и ухватливее и каждого легко борол. Если он чувствовал соперника сильнее себя, тогда брал на уловку, иногда, подворачивая бедро или подставляя колено, ронял его, падая навзничь, через себя перекидывал. Но когда находил соперника с равной силой и не мог одолеть его, то, упав, на одно колено и поворачиваясь под него плечами, через голову свою клал пластом; но кто хоть немного был слабее, того поднимал на воздух и несколько раз поворачивал вокруг головы своей и бросал на землю.



Корэш – это национальный вид борьбы и главное спортивное направление в Республике Башкортостан. Здесь ею занимаются примерно 20 тыс. человек, имеется более 70 кандидатов и около 30 мастеров спорта.



Борьба на поясах официально включена в мировую сеть неолимпийских видов, успешно действует и международная Федерация. Периодически по борьбе на поясах проходят чемпионаты Европы, мира и национальные первенства.

- С 1948 года проводятся чемпионаты Башкирской АССР по борьбе корэш.

В 1999 году в Ташкенте был чемпионат мира по корэшу.

- В 2003 году корэш признан официальным видом спорта и включен в программу Азиатских игр – континентальные модели Олимпийских Игр.
- В 2007 году в Уфе проводился 4 чемпионат мира по борьбе корэш.



Одежда участников



Брюки, рубашка (футболка),
борцовки

Основной атрибут борьбы корэш



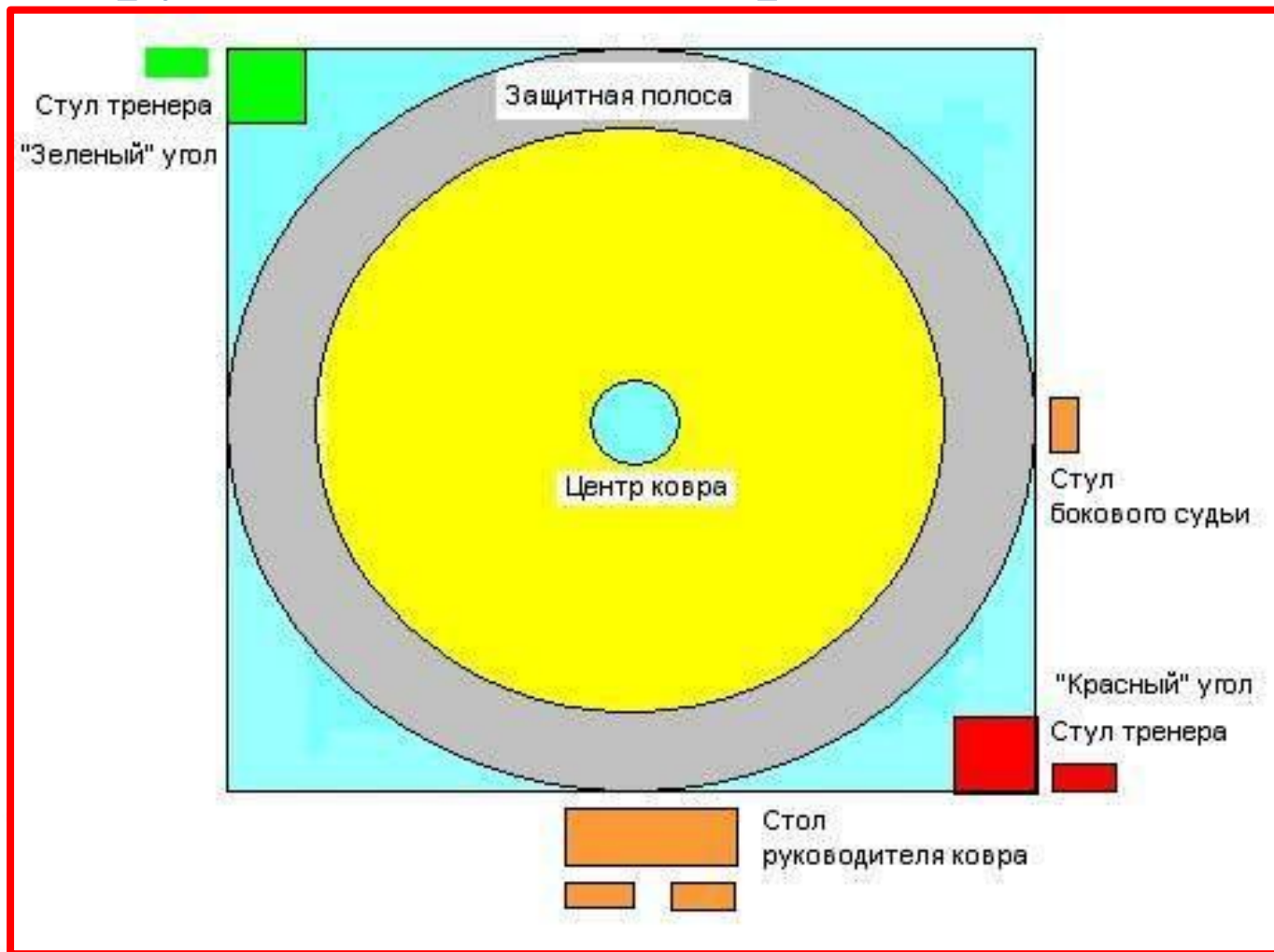
На ковре в красном углу находится красный кушак, в зелёном – зелёный кушак. Длина кушака 110-150 см для подростков и юношей, 150-180 см -для взрослых. Ширина кушака – 40-70см

Борцы соревнуются на ровном полу, устланном ковром (татами) толщиной в 5 см. Ковер имеет особую разметку и цветовые обозначения. Центральный круг 6-9 м в диаметре называется **рабочей зоной**. За ним находится защитная зона шириной от 1,5 до 2 м. Красная полоса метровой ширины между этими зонами имеет название **«зона пассивности»**.

Один угол ковра выделяется **зеленым**, а другой — **синим** цветом.



Оборудование места соревнований



ТЕРМИНЫ БОРЬБЫ КОРЭШ



Приём

Целенаправленное атакующее действие борца из исходного положения (стойка), при проведении которого соперник отрывается от ковра и оказывается на ковре

Захват



Соперники стоят лицом друг к другу с намотанными на кисть правой руки кушаками таким образом, что короткая часть кушака остаётся под длинной. Длинная часть набрасывается на поясницу соперника под его левой рукой и захватывается левой рукой борца, накладываемой сверху на правую руку соперника. Расстояние между кулаками должно быть таким, чтобы кулаки находились на спине соперника



Захват с завязанными кушаками

Соперники стоят лицом друг к другу с завязанными на поясе кушаками. После захвата кушака руками расстояние между кулаками должно быть таким, чтобы кулаки находились на спине соперника



Стойка

Соперники, стоя на ногах после захвата, наклоняются вперёд, положив головы на правые плечи друг друга



Зацеп

**Запрещённое действие,
проводимое борцом после
отрыва его от ковра, при
котором он ногой (ногами)
зацепляет ногу (ноги)
атакующего борца, срывая
начатый приём**



Результаты схватки

Схватка завершается победой одного борца и поражением другого.

Победа может быть **чистой** или **по баллам**



**Сегодня
борьба корэш
всегда
является
гвоздем
программы
на сабантуях.**



Стерлибашевский район
уделяет особенное место
развитию спорта и здоровому
образу жизни.

Одним из главных достоинств
среди видов спорта нашего
района является башкирская
национальная борьба «Корэш».

Ежегодно ребята из нашего района
становятся чемпионами Республики
Башкортостан, чемпионами России и
мира.



«Стерлибашевские батыры»



Хасанов Рустям Равилович

Тренер по борьбе «Корэш». За время тренерской деятельности он воспитал лучших спортсменов, которые занимали почетные места на районных и республиканских соревнованиях. Рустям Равилович был награжден знаком «Лучший работник физической культуры и спорта Башкортостана»

**Ветеран борьбы «Корэш»
Стерлибашевского района**



Муратов Ильдар Ильдусович

**Мастер спорта России
Главный тренер по борьбе
«Корэш» Стерлибашевского
района, старший тренер
Республики Башкортостан по
борьбе «Корэш», старший
тренер молодёжи сборной
России по борьбе «Корэш»,
многократный чемпион
Республики Башкортостан и
России**

Наши чемпионы





Загидуллин
Ринат Ильдусович



Рафикова
Камила Халитовна



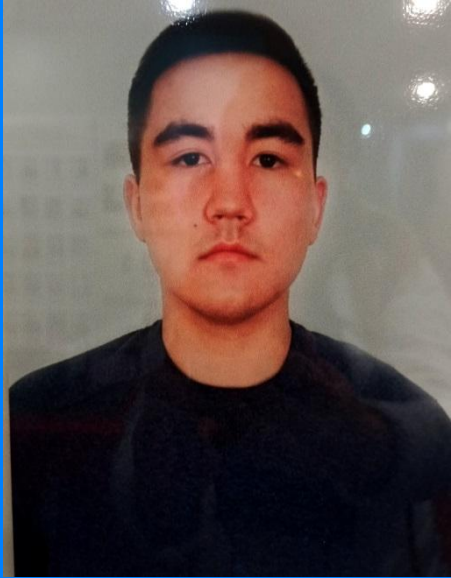
Отабоев
Аслидин Фуркатович



Субхангулов
Ирандек Джамилевич



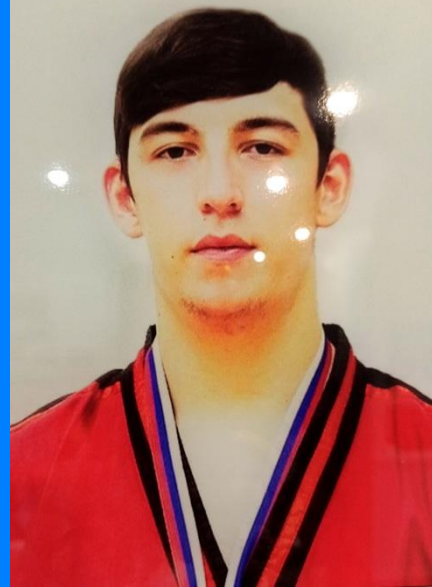
**Кандидаты в мастера спорта России по борьбе «Корэш»
Чемпионы Республики Башкортостан,
России и Мира**



Муратов
Райман Ильдусович



Ишембитов
Дим Фанзилевич



Субхангулов
Азамат Нурисламович



Хужин
Айнур Салаватович

**Кандидаты в мастера спорта России по борьбе «Корэш»
Чемпионы Республики Башкортостан,
России и Мира**

Экскурсия в Стерлибашевский оздоровительный комплекс «Стерля»



Мастер спорта, главный тренер по борьбе «Корэш» Стерлибашевского района, старший тренер Республики Башкортостан по борьбе «Корэш», старший тренер молодежи сборной России по борьбе «Корэш», многократный чемпион Республики Башкортостан и России Муратов Ильдар Ильдусович провёл для детей экскурсию.



С ребятами мы посмотрели занятие по борьбе «Корэш», а наши мальчики попробовали свои силы в этом виде спорта.



**Борьба корэш формирует
сильный характер, укрепляет
волю, развивает силу и
выносливость.**





Спасибо за внимание!

