ИСКИТИМСКИЙ ФИЛИАЛ ГОСУДАРСТВЕННОГО АВТОНОМНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ «НОВОСИБИРСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

Презентация на тему: «Сумо»

Выполнила студентка
Кругликова Дарья Дмитриевна
Специальность 34.01.02 Сестринское дело
227 группы
Проверил:
Мальцев Виктор Владимирович

Искитим
2020 г.

Оглавление

- Введение;
- История возникновения и развития сумо;
- Ритуалы и правила сумо;
- Экипировка и площадка для сумо;
- Судейство в сумо;
- Жизнь борца сумо;
- Заключение;
- Список использованнах источниковю

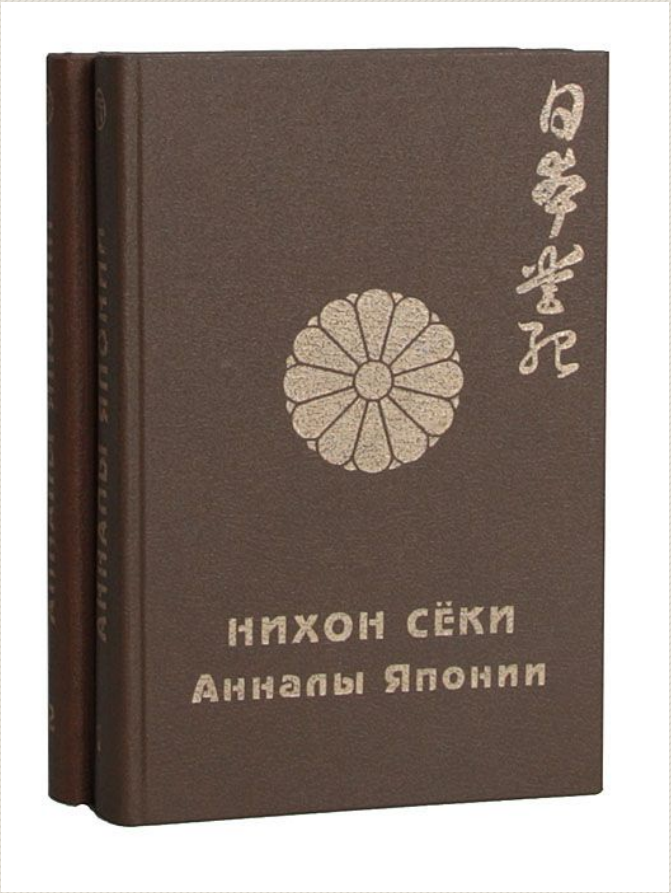
Введение

Сумо – традиционный японский вид спорта, в котором два спортсмена пытаются вытолкнуть друг друга за пределы круга или заставить коснуться земли любой частью тела, кроме стоп. Кроме боевой составляющей, сумо сочетает в себе элементы шоу и традиций.

Согласно японской легенде само происхождение японской расы обязано исходу поединка сумо. Верховенство японской нации на островах было установлено в тот момент, когда бог Таке-микадзуси выиграл турнир сумо у лидера соперничающего племени. Однако если отбросить легенды в сторону, история этого вида спорта берет начало около 1500 лет назад, когда поединок сумо был религиозным обрядом.

История возникновения и развития сумо

В летописи «Нихон сёки» упоминается поединок, состоявшийся в присутствии Императора в 23-м году до нашей эры по европейскому стилю. Номино Сукунэ из провинции Идзумо сокрушил своего противника ударом ногой по ребрам – приемом, который категорически запрещен в современном сумо.



История возникновения и развития сумо

Первые истори к середине 7 века. В 642-м я турнир в честь корейского а ежегодно устраивались сор ия осенних полевых работ.

Первые поеди чение. Они сопровождались атральными представлениями отличалась утонченностью: элементами бокса, а запрещен

История возникновения и развития сумо

В эпоху Х двора. Представител вании при дворе. едили военачальник ечение запрещенных зникал спорный воп те не могли принят ителю соревнований енные призы.

История возникновения и развития сумо

Совреме В начале 17 ми войнами, у ли, усилился ых развлечени ба сумо.

Заводил на лучших бо до окончатель ки, подножки, л, усовершен в неизменно

История возникновения и развития сумо

По мере усиления воинского сословия и ослабления власти Императора роль сумо серьезно изменяется. Турниры утрачивают религиозное значение и проводятся все реже. В эпохи Камакура и Муромати (1192-1573 гг.), когда Японию раздирают междоусобицы, приемы сумо отрабатываются для воспитания воина и применения в бою. О тех временах сегодня нам напоминают роскошные одеяния судей («гёдзи»).

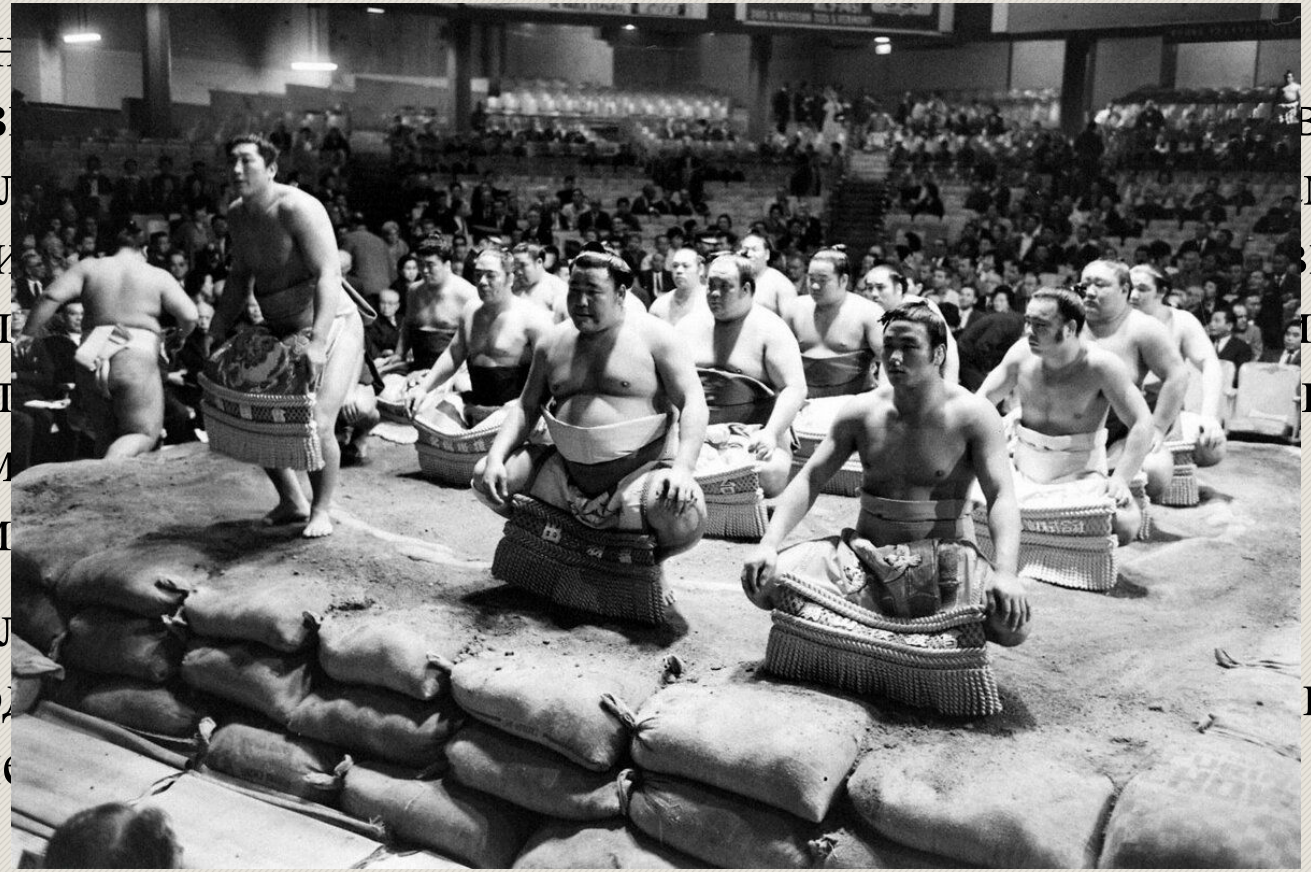
История возникновения и развития сумо

В эпоху Эдо оформляется нынешняя борцовская иерархия, вводится звание великого чемпиона – йокодзуна. Первым к лику бессмертных причисляется Акаси Сиганосукэ.

История возникновения и развития сумо

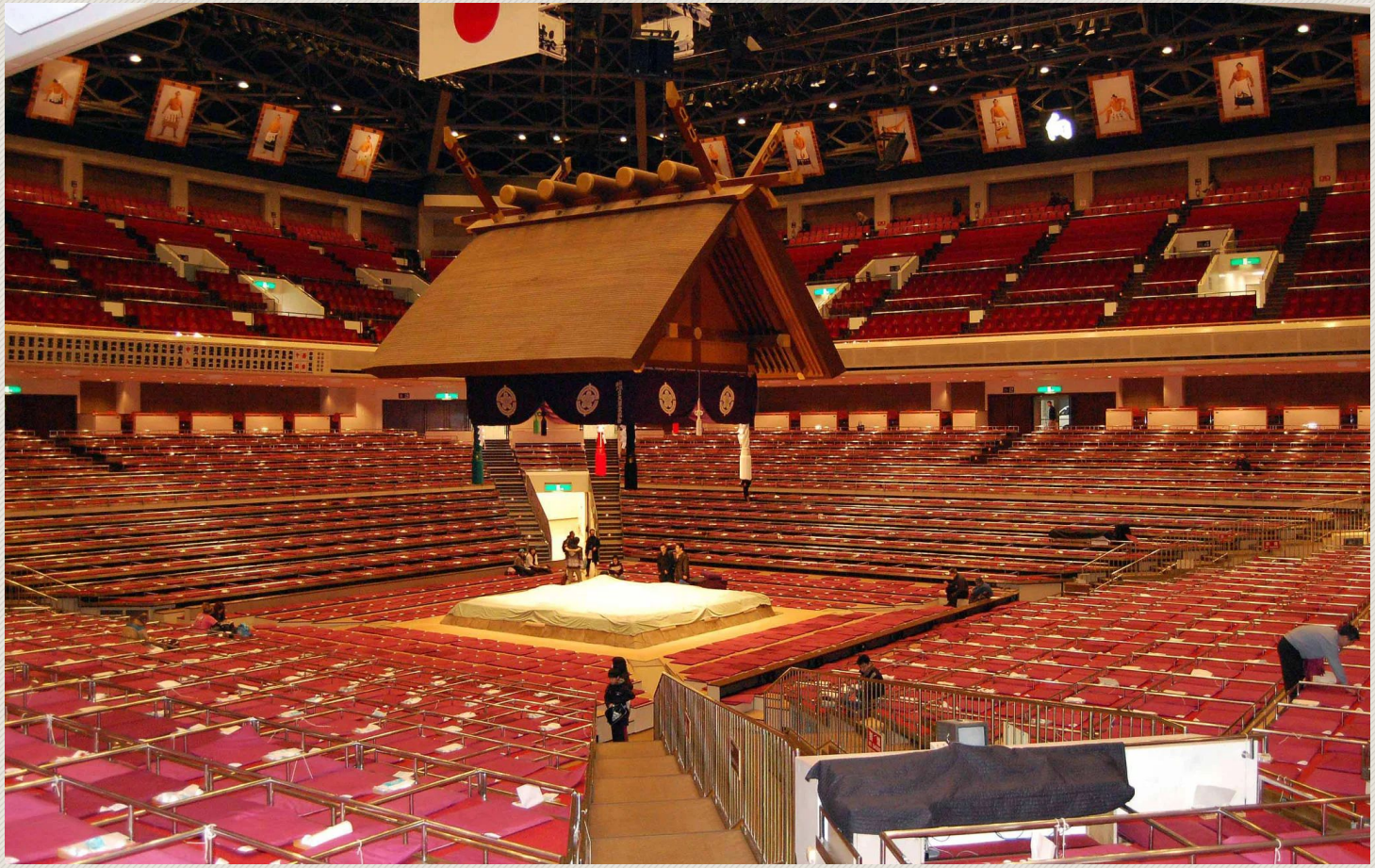
Нелегкие времен в период Реставрации Мэйдз ванной на протяжении тысячел морскими товарами, проникли вила сумо пережитком феодал шившись поддержки меценат ь на рис занятиями, далеким команда, набранная из 50 сум

Спасти национал простого народа и личная под вились, и соревнования уже не



История возникновения и развития сумо

В 1909 году был построен большой спортивный комплекс Кокугикан для проведения соревнований и турниров по борьбе сумо.



Ритуалы и правила сумо

Продолжительн озрастной группы 13-15 лет ьше. Если после отведенно значается повторная схватка

Поединок в сум полнения необходимых рит дин или несколько раз из-з кой-либо другой причине Схватка заканчивается, ко т: "Себу атта!" — и указыв с которой начинал схватку п

Ритуалы и правила сумо

Перед началом ая высоко ноги, с силой ударяют им же полощут рот и обтирают тело оч торые суеверные борцы перед нача вой женщины. На время поединка 80 см х 9 м) прикрепляются са

Ритуалы и правила сумо

Непосредственно перед схваткой оба борца синхронно выполняют ритуал «смывания грязи», затем встают в исходную позицию на стартовые линии. Широко расставив ноги и опустив руки, сжатые в кулаки, борцы сосредоточенно смотрят друг другу в глаза, пытаясь психологически победить противника еще до схватки. В прошлые века этот психологический поединок (сикири) мог длиться неограниченное время, и иногда случалось, что один из участников сдавался без боя. Эти «гляделки» повторяются 3—4 раза.

Ритуалы и правила сумо

Борцу могут объявить поражение по решению судей в следующих случаях, если он:

1. Не может продолжить схватку из-за травмы;
2. Проводит киндзи (запрещенные действия);
3. Самостоятельно заканчивает схватку;
4. Умышленно не поднялся из исходного положения;
5. Не выполняет команды гёдзи;
6. Не является на дохё-дамари (сектор ожидания) после второго официального вызова;
7. Если маэбукуро (гульфик) маваси развязывается и спадает во время схватки;
8. Если схватка длится дольше установленного времени, но победитель не определен, она останавливается и проводится повторная схватка.

Ритуалы и правила сумо

В сумо запрещается:

1. Удары кулаком или тычки пальцами.
2. Удары ногами в грудь и живот.
3. Захваты за волосы.
4. Захват за горло.
5. Захваты за вертикальные части маваси.
6. Заламывание пальцев противника.
7. Укусы противника.
8. Прямые удары в голову.
9. Удары по лицу рукой с замахом шире плеча.

Экипировка и площадка для сумо

Соревно ощадке со стороной 7 лощадок:

1. мор

2. хир вок и для соревнован

Сама ар едставляет собой кру нтиметров друг от дру

Экипировка и площадка для сумо

Экипировка сум т той, что была в ходу десятки веков на оясом под названием «маваси», обматы у ног. К нему обычно подвязываются с исты-любители могут надевать пояс свер полнительным поясом, напоминающем ф участие в ритуальных действах.

Экипировка и площадка для сумо

Ещё одной характерной особенностью сумо является причёска спортсменов. Называется она – такаяма и представляет собой волосы, собранные в узел на темени. Форма и расположение имеют две функции – эстетическую и защиту головы при падении.

Судейство в сумо

В судейскую к ...итель главного судьи, главный се...ий персонал.

Главный судья ...й, относящихся к общим правила...

Судейская бр... судей на дохё-симпантё, рефери...

Жизнь борца сумо

Молодые ри инается первая тренировка. Ст умо почитается дедовщина: но более опытных коллег).

На тренирово оять на ногах, гибкость и си отжиманий и приседаний спо ние на растяжку (сико), поднима оту.

Жизнь борца сумо

Следующ зари» и
выполняется спину
сумоиста, а оняется
вперед и ста техника
отрабатывае у борец
лупит голым

Жизнь борца сумо

После разминки спортсмены спаррингуются либо по системе мосяй-гэйко (победитель борется с новым партнером), либо буцукари-гэйко (спортсмен стоит в стойке, а его товарищи друг за другом врезаются в него с разбега, пытаясь вытолкнуть с арены).

Редкий день обходится без ушибов и синяков, ведь спарринги проходят в спартанских условиях — на глине с песком.

Жизнь борца сумо

Нагуляв отменный аппетит, едят спортсмены без ограничений.

После еды все рикиси наслаждаются послеобеденным сном, а затем отправляются на вечернюю тренировку.

Заканчивается день ужином, на котором, кстати, уставшие спортсмены не особо ограничивают себя в спиртном — пиве или саке.

Доля жира в массе среднего сумоиста практически та же, что у среднего обывателя того же возраста. При большом избыточном весе, мышечная масса тоже очень велика.

Жизнь борца сумо

Доступнос деляется его успехами. От обувь можно носить, можн лать в общей палате или с вяйственных обязанностей ие по званию борцы.

Борцам л автомобиль. Нарушившег у Кёкутэнхо был дисквал ую потерю в ранге.

Заключение

Сумо — единоборство, родом из Японии. Японцы сохранили традиции, как самого поединка, так и ритуал подготовки к нему. Для них, это не только спортивное единоборство, это боевое искусство, которое показывает мужество и силу.

Рассказы о высококалорийной пище, которой объедаются суматори — легенда. Их основная пища содержит 100–150 ккал, но просто едят её от пуза и после еды сразу спят. Набрать вес, необходимый для сумо, не так просто, для этого нужен особый тип метаболизма.

Кстати, при поступлении в обучение борцов заставляют сбросить жирок, а уже потом — набрать так называемый рабочий вес. Рабочий вес — это мышцы плюс жир. Дело в том, что выше какого-то предела «сухую» мышцу нарастить невозможно.

Список использованных источников

- Морачева Л.М., Праотцев С.В., Цвиров А.Е. Основы сумо: История, приёмы, правила
- http://www.japan-sumo.ru/?q=info_history
- http://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/sumo/
- https://rulaws.ru/acts/Pravila-vida-sporta-sumo/
- https://masterok.livejournal.com/545044.html