

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 использованных источников

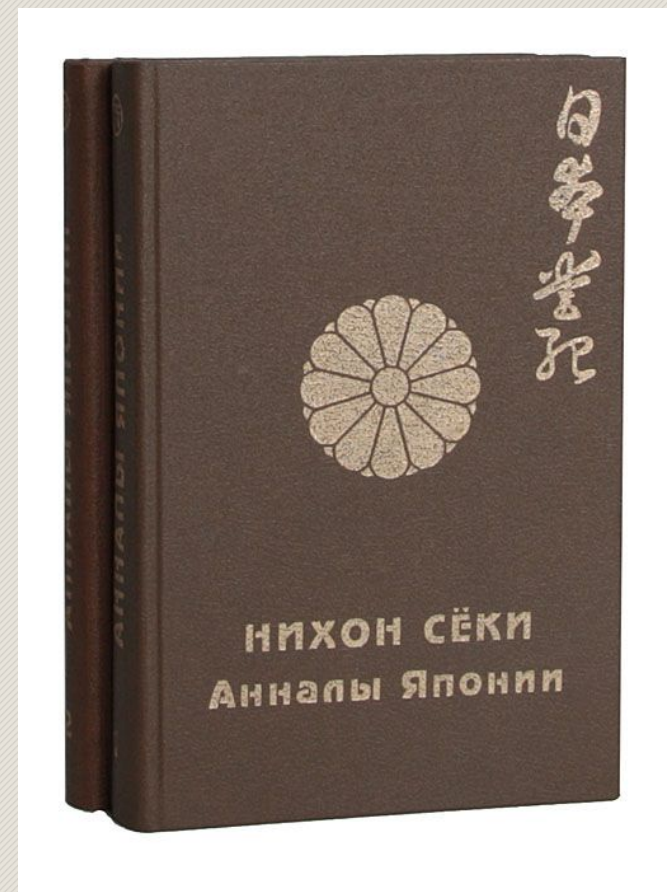
Введение

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

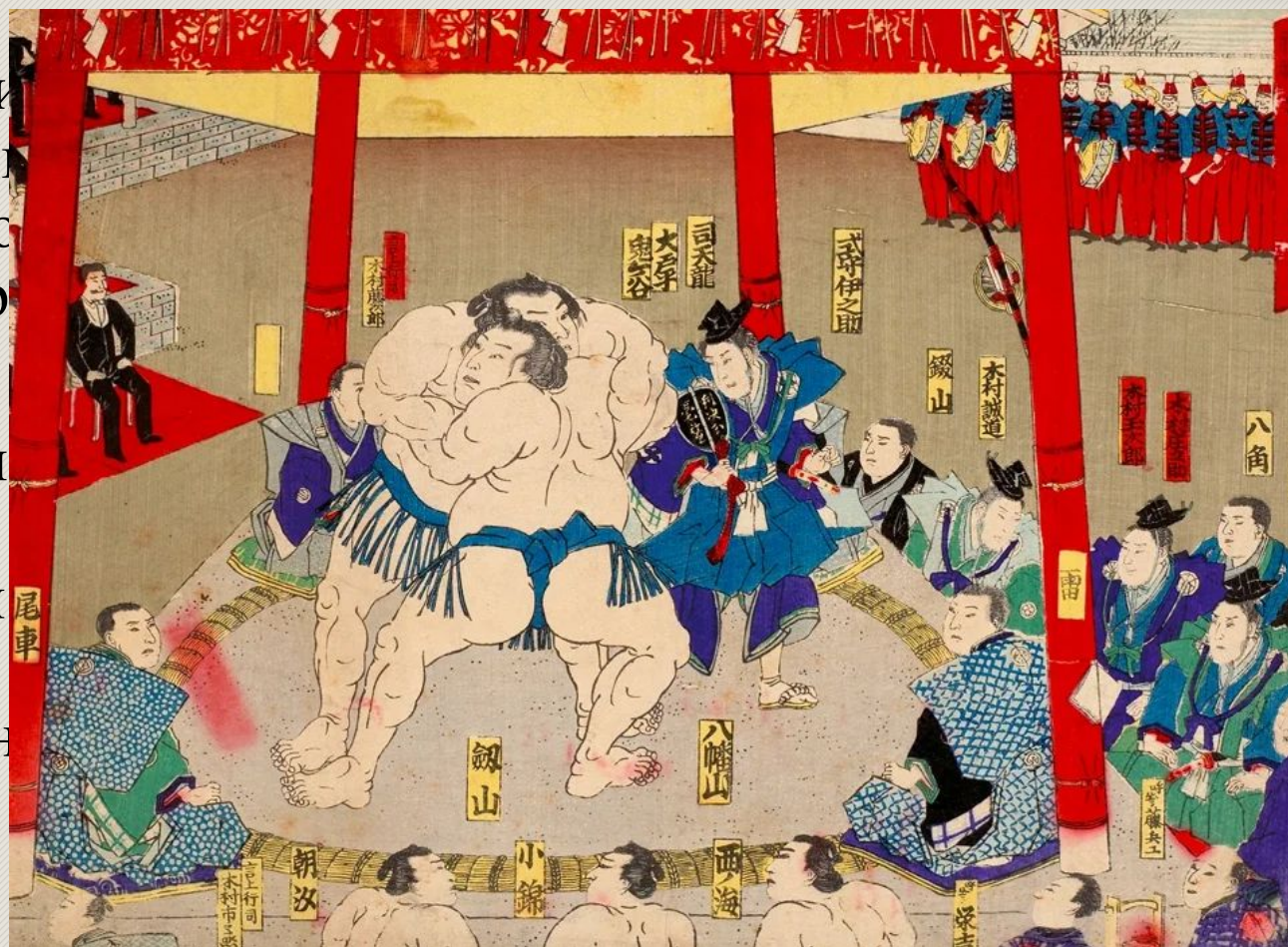
В летописи «Нихон сёки» упоминается поединок, состоявшийся в присутствии Императора в 23-м году до нашей эры по европейскому стилю. Номино Сукунэ из провинции Идзумо сокрушил своего противника ударом ногой по ребрам – приемом, который категорически запрещен в современном сумо.



История возникновения и развития сумо

Первые истории датируются 7 веком. В 642-м году в честь корейского посольства устраивались соревнования полевых работ.

Первые поединки сопровождались представлениями с элементами утонченности: бокса, а запрещен



к середине 19 века состоялся турнир в честь ежегодной церемонии осенних

сборов. Они стали центральными элементами и отличалась от других элементов

История возникновения и развития сумо

В эпоху Хэйан
Представители
при дворе.
военачальники
запрещенных
спорный воп
могли приня
соревнований
призы.



двора.
овании
едили
ечение
вникал
те не
ителю
енные

История возникновения и развития сумо

Современное сумо появилось в начале 17 века, когда, после войнами, усилился интерес к развлечениям, в том числе к сумо.

Заводил сумо лучшие бои, а окончательный вид сумо, с подножки, усовершенствован, и неизменно.



В ми пи, ых ба

на до ки, л, в

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

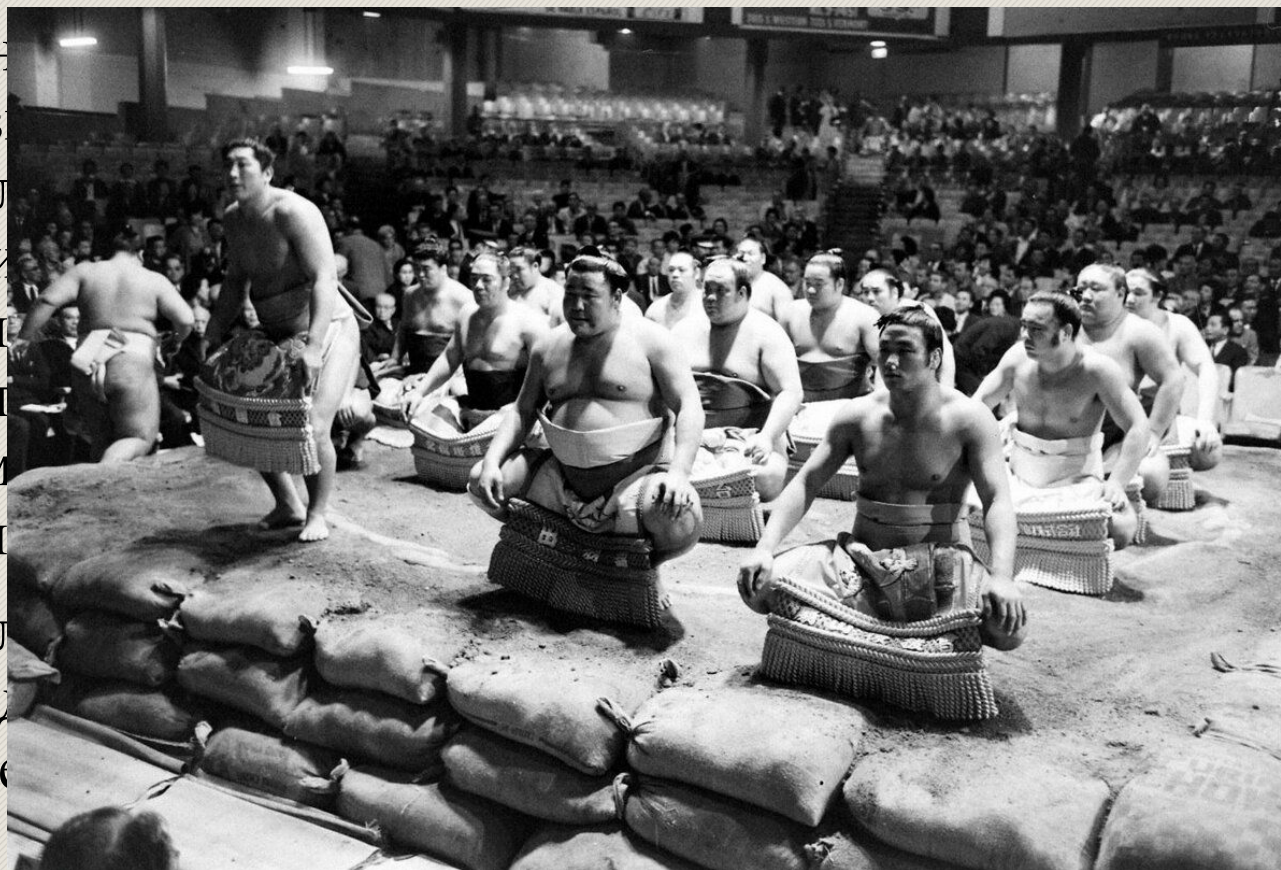
В эпоху Эдо оформляется нынешняя борцовская иерархия, вводится звание великого чемпиона – йокодзуна. Первым к лику бессмертных причисляется Акаси Сиганосукэ.



История возникновения и развития сумо

Нелегкие времена Реставрации Мэйдзи на протяжении тысячелетий товарами, проникли пережитком феодальной поддержки меценатства занятиями, далеким набранная из 50 сумо

Спасти национальный народ и личная под соревнования уже не



в период
ванной на
морскими
ила сумо
шившись
на рис
команда,
простого
вились, и

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

Продолжительности боя в зависимости от группы 13-15 лет после отведенного времени повторная схватка

Поединок в сумо сопровождается необходимыми ритуалами несколько раз из-за одной или другой причине заканчивается, когда один из борцов кричит "Себу-атта!" — и указывает на землю, с которой начинал схватку



возрастной группы. Если один из борцов кричит "Себу-атта!" — и указывает на землю, с которой начинал схватку

полнения боя. Если один из борцов кричит "Себу-атта!" — и указывает на землю, с которой начинал схватку

Ритуалы и правила сумо

Перед началом боя борцы с силой ударяют импровизированным колом об землю, обтирают тело о землю. Борцы перед началом боя прикрепляются са



ая высоко ноги, с
же полощут рот и
которые суеверные
вой женщины. На
80 см х 9 м)

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
стороной 7

1. мор

2. хир
соревнова

Сама ар
собой кру
друг от дру



площадке со
площадок:

ВОК И ДЛЯ

едставляет
нтиметров

Экипировка и площадка для сумо

Экипировка сумо
десятки веков на
«маваси», обматы
подвязываются с
надевать пояс свер
напоминающем ф
действиях.



т той, что была в ходу
поясом под названием
у ног. К нему обычно
исты-любители могут
полнительным поясом,
участие в ритуальных

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 команду входят главный судья, главный секундант, главный секундант, главный секундант, главный секундант.

Главный судья отвечает за соблюдение общих правил и правил поведения в зале.

Судейская бригада состоит из симпантё, рефериса, рефериса, рефериса, рефериса.



ититель главного
ий персонал.

й, относящихся

судей на дохё-

Жизнь борца сумо

Молодые риги
тренировка. Ст
дедовщина: но
коллег).

На трениров
гибкость и си
приседаний сп
(сико), поднима



инается первая
умо почитается
более опытных

оить на ногах,
отжиманий и
ие на растяжку
оту.

Жизнь борца сумо

Следующий этап тренировки выполняется следующим образом: сумоиста, а именно его ноги, выталкивают вперед и стараются удержать. Это отработывает технику «сумо-ири» и развивает силу. В этот момент борца лупит голым



«вари» и
спину
оняется
техника
у борец

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

Доступно
успехами. От
носить, мож
палате или с
обязанностей
борцы.

Борцам
Нарушившег
был дисквал
ранге.



деляется его
обувь можно
тать в общей
звйственных
е по званию
автомобиль.
у Кёкутэнхо
ю потерю в

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>