

**СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ТЕХНИКИ И УРОВНЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ДЗЮДО И САМБО****Гулиев Михаил Георгиевич**

курсант, Московского университета МВД России имени В. Я. Кикотя, РФ, г. Москва

Аннотация. В данной статье будет проведён сравнительный анализ между видами спорта самбо и дзюдо. Разобраны и выявлены отличительные признаки между техникой спортсменов при проведении бросков, их физической подготовкой и правилами проведения соревнований. Будет разобран вопрос популяризации данных видов спорта как в России, так и за рубежом.

Ключевые слова: дзюдо, самбо, самозащита без оружия, боевое самбо, бросок, техническое действие, соревнование, дзюдога, самбовка, International Judo Federation, IJF, партер, болевой, удушающий, захват.

Дзюдо - это одно из направлений и разновидностей видов борьбы созданное ещё в 19 веке мастером боевых искусств Дзигоро Кано. Отличительной чертой от таких видов спорта, как вольная и греко-римская борьба отличается наличием специальной экипировки позволяющей при проведении различных приёмов брать плотные захваты за одежду и за пояс своего партнёра (противника), а также широчайшим спектром технических действий. Дзюдо является олимпийским видом спорта где на данный момент принимает участие 197 государств мира. Экипировка дзюдоистов состоит из двух дзюдог белого и синего цвета, и пояса разных цветов, указывающие на уровень мастерства самого спортсмена. Дополнительное время в дзюдо называют "Golden Score" что в переводе на русский язык означает «золотое время». Golden Score по времени не имеет ограничений, всё зависит от того, кто же из спортсменов первым выполнит техническое действие на оценку или кто же первым наберёт предельно разрешённое количество замечаний (замечание в дзюдо называется "shido"), в дзюдо их всего три. Международная Федерация Дзюдо IJF (International Judo Federation) ужесточила правила современного дзюдо определёнными ограничениями, что усложняет задачу дзюдоистам бороться из последних сил.

Самбо - это одно из разновидностей борьбы созданное в СССР на основе такого вида спорта как дзюдо. «Самбо» - это аббревиатура, расшифровываемая как «самозащита без оружия». На данный момент в Российской Федерации самбо является одним из самых популярных видов борьбы (уступая в популярности дзюдо), хоть пока ещё и не является олимпийским видом спорта. В самбо предусмотрена курточка, пояс, шорты и самбовки двух цветов (красного и синего цвета). Курточка по материалу и конструкции схожа с дзюдогой, но имеет определённые вырезы для пояса, что решает проблемы часто развязывающегося пояса (относительно дзюдо). Самбовки - это спортивная обувь, основная функция которой придать скольжение во время борьбы для более эффективного выполнения броска или иного технического действия. При проведении таких бросков, как «подсечка в темп шага» это совершенно неприемлемо и малоэффективно, поэтому и были придуманы самбовки, сделанные из мягкого материала. Однако сама тактика ведения схватки, броски, технические действия в стойке, партере, всё очень сильно схоже с дзюдо. Отличием лишь является это возможность проводить в самбо технические действия в стойке с захватом ног, что запрещено в дзюдо.

Резюмируя всё вышесказанное, хотелось бы сказать, что самбо и дзюдо это два очень похожих видов спорта, со своими ценностями и особенностями. В нынешнее время нельзя разделять два этих вида спорта отдельно. Эти два вида спорта дополняют друг друга перекрывая в каждом из них какие либо минусы и нюансы. В жизни занятие такими видами спорта позволяет отличать спортсмена от обычных людей своим, характером, уверенностью в себе, дисциплиной, духовным и моральным воспитанием, силой духа и развитым мышлением. Ведь для того чтоб победить своего соперника, борец должен продумать каждый шаг наперёд (как в шахматах). Не спроста самое основное правило дзюдо «поддайся, чтобы победить».

Список литературы:

1. Погребной А. И., Комлеев И. О. Современные мировые тенденции в спортивной подготовке дзюдоистов (обзор зарубежной литературы)// физическая культура и спорт – наука и практика. 2018. No 8 С. 107-113
2. Пасмурова А. Г., Пасмурова Л. Э. Генезис дзюдо в контексте эстетических традиций // Педагогика-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2010. N 3. С. 88-91.
3. Самбо для курсант образовательных организаций МВД России / В. Г. Тюркин [и др.]: учеб. Пособие. Барнаул: БЮИ МВД России, 2019. 143 с.