

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГАУ ДО РО «СШОР  
«Родной край – Спорт»  
А.А. Черносивтов  
2023 г.



## ПОЛОЖЕНИЕ

### о приеме контрольно-переводных нормативов по техническому мастерству среди спортсменов, прошедших этап НП-1, НП-2.

#### 1. Цели и задачи

Прием контрольно-переводных нормативов по техническому мастерству среди спортсменов, прошедших этап НП-1, НП-2. (далее – Экзамен) проводится с целью:

- выявления уровня технической подготовки спортсмена;
- перевода на следующий этап обучения;
- формирования личностно-важных качеств: силы воли, настойчивости, стремления к победе.

#### 2. Время и место проведения

Экзамен проводится 13 мая 2023 г. на базе ГАУ ДО РО «СШОР «Родной край – Спорт» по адресу: ул. Трудовая, д.3.

08:45 – разминка;

09:00 – начало сдачи КПН.

#### 3. Руководство проведением

Общее руководство подготовкой и проведением осуществляет ГАУ ДО РО «СШОР «Родной край – Спорт». Непосредственное проведение Экзамена возлагается на главную судейскую коллегию, утвержденную ГАУ ДО РО «СШОР «Родной край – Спорт».

#### 4. Участники

К участию в Экзамене допускаются спортсмены ГАУ ДО РО «СШОР «Родной край – спорт», прошедшие программу этапа начальной подготовки первого и второго года обучения по самбо.

**Участники выходят на ковер в соответствующей форме согласно регламенту проведения соревнований по самбо: спортсмен под №1 – красная форма, спортсмен под №2 – синяя форма.**

#### 5. Заявки

Именные заявки, заверенные врачом, подаются секретарю до **10 мая 2023 года**.

#### 6. Регламент проведения и оценки технических действий

В заявках на участие указываются составленные пары спортсменов, согласно которым они будут вызываться на ковер для выполнения технических действий.

Непосредственный выход, приветствие и уход с ковра, осуществляется согласно действующим правилам самбо. Судья объявляет техническое действие, которое выполняет сначала участник в красной куртке (все попытки сразу), затем участник в синей куртке.

Каждое техническое действие выполняется по 2 раза в стойке и по 2 раза в партере (оценивается лучшая попытка). Технические действия в партере выполняются в комбинации с переворотом.

По итогам выполнения выставляется общий средний балл за технические действия, согласно которому определяется лучший результат на каждом этапе подготовки.

Командный зачет подводится по наибольшему среднему баллу, набранному всеми участниками, выступающими за одну команду.

Система распределения участников и тренеров по коврам указаны в Приложении 1.

## 7. Порядок проведения

1. Родители, зрители и лица, не указанные в заявке, в здание ГАУ ДО РО «СШОР «Родной край – Спорт» не допускаются на основании поручения Национального антитеррористического комитета от 19.04.2022 года «О дополнительных антитеррористических мерах в условиях проведения специальной военной операции», а также в целях совершенствования деятельности по обеспечению антитеррористической защищенности социально значимых объектов.

## 8. Программа технических элементов

### НП-1

| <b>ТЕХНИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В СТОЙКЕ</b>       |  |
|--|--|
| 1  | Бросок через бедро.  |
| 2  | Отхват.  |
| 3  | Бросок через спину с односторонним захватом отворота и руки на плечо.                                      |
| 4  | Посадка.   |
| 5  | Контрприем от "отхвата" - "отхват".  |
| <b>ТЕХНИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В ПАРТЕРЕ</b>      |  |
| 6  | Переворот с захватом рук сбоку (переход на удержание сбоку).   |
| 7  | Рычаг локтя через бедро от удержания сбоку (выполнить любой переворот).                                    |
| 8  | Рычаг локтя с захватом между ног.  |
| 9  | Уход с удержания сбоку - мостом, переворотом через себя.   |
| 10   | Комбинация: боковая подсечка под выставленную ногу - удержание со стороны головы с захватом руки и головы. |
| <b>Оценка работы 2-ым номером в стойке</b> |  |
| 11   | Захват.  |
| 12   | Самостраховка.   |

### НП-2

| <b>ТЕХНИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В СТОЙКЕ*</b>      |   |
|--|---|
| 1  | Боковая подсечка в темп шагов.  |
| 2  | Бросок через голову.  |
| 3  | Передняя подножка.  |
| 4  | Бросок через плечи "мельница"   |
| 5  | Зацеп изнутри разноименной ногой.   |
| <b>ТЕХНИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В ПАРТЕРЕ</b>      |   |
| 6  | Удержание сверху (выполнить любой переворот).   |
| 7  | Узел предплечья вниз (обратный узел) от удержания поперек (выполнить любой переворот) |
| 8  | Переход с удержания сбоку на рычаг локтя.   |
| 9  | Уход с рычага локтя - забегание мостом в сторону соперника.                           |
| 10   | Комбинация: переход на болевой прием после броска (на выбор экзаменатора)             |
| <b>Оценка работы 2-ым номером в стойке</b> |   |
| 11   | Захват.   |
| 12   | Передвижение.   |
| 13   | Самостраховка.  |

\*Все технические действия в стойке выполняются в движении.