**ПРОГРАММА**

**совместного методического семинара для тренеров «Базовые методики подготовки спортивного резерва в дзюдо: подготовка дзюдоистов в возрасте 12-15 лет»**

**и судей «Анализ работы судейского корпуса ФДР. Изменения в правилах дзюдо в новом олимпийском цикле.**

16-18 мая, 2017 г., г. Екатеринбург ул. Олимпийская набережная, д.3

**Место проведения:** Дворец игровых видов спорта Блок Б.

Регистрация участников: регистрационные заявки на участие в семинаре необходимо направить до 10 мая с.г. (включительно), на e-mail: kzaretskiy@judo.ru

Регистрация строго обязательна. Невыполнение условий регистрации влечет за собой невозможность участия в семинаре. Форма регистрационной заявки:

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | ФИО (полностью) | Федеральный округ | Область | Город | Местоработы | Контактный телефон | Адрес эл. почты |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |

**Условия командирования на семинар:** Все расходы по командированию (проезд, питание, проживание) за счет командирующих организаций.

**Проживание:**бронирование и размещение в гостинице осуществляется самостоятельно.

**Регламент семинара для тренеров «Базовые методики подготовки спортивного резерва в дзюдо: подготовка дзюдоистов в возрасте 12-15 лет»**

**Преподаватели семинара:**

Э. Гамба - генеральный менеджер сборных команд России по дзюдо, председатель тренерской комиссии IJF, начальники сборных команд (руководитель проекта) и тренера сборной команды.

**1-й день: 16/05/2017**

15:15: регистрация участников (обязательно с паспортомРФ)
16:00: открытие и введение

16:30 - 17:15: НэВадза
17:15 - 18:00: физическое развитие дзюдоистов 12 - 15 лет

**2-й день: 17/05/2017**
10 - 11:00 ТачиВадза: совершенствование основной техники бросков (Токуивадза) и система тактических взаимодействий (Куми ката + подготовка / комбинации / переходы) для дзюдоистов 12/15 лет
11 - 12:00 ТачиВадза: совершенствование основной техники бросков (Токуивадза) и система тактических взаимодействий для дзюдоистов 12/15 лет
12 - 13:00: Физическое развитие дзюдоистов 12 - 15 лет

15 - 16:00: НэВадза
16 - 17:00: ТачиВадза: совершенствование основной техники бросков (Токуивадза) и система тактических взаимодействий для дзюдоистов 12/15 лет
17 - 18:00: ТачиВадза: совершенствование основной техники бросков (Токуивадза) и система тактических взаимодействий для дзюдоистов 12/15 лет

**3-й день: 18/05/2017**
10 - 11:00: НэВадза и преследование: санкаку и дзюдзигатамэ
11 - 12:00: ТачиВадза
12 - 13:00: ТачиВадза: прогрессивные упражнения учи коми / Прогрессивные упражнения для Рандори

15 - 16:00: Завершение семинара

Преследование и НэВадза:

УКЭ на четвереньках (позиция черепахи):
➢ Тори атакует сбоку,
➢сзади,
➢со стороны головы.

Различные варианты атаки (перевороты, дзюдзигатамэ, санкакугатамэ), а также контратака Укэ или изменение позиции Укэ (перехват инициативы):
➢ Тори в положении сидя / Уке между ног
➢ Примеры перехода в этой ситуации.
➢контроль УКЭ и освобождение ноги из захвата ногами
➢ Окури Эри дзимэ.

ТачиВадза:
совершенствование персональной системы подготовки (техника и тактика)
➢техника базовых бросков
➢базовые комбинации бросков
➢ Ситуации односторонней и разносторонней стойки (Айёцу /Кэнкаёцу)
➢Куми Ката и подготовка
➢Принцип Действие-Противодействие
➢ учи коми и нагэкоми
➢ Прогрессирующие упражнения, для обучения и совершенствования рандори.

**Регламент и план проведения семинара тренеров и судей по дзюдо**

Цель семинара – повысить уровень подготовленности специалистов дзюдо в области судейства с учетом изменений Правил в текущем Олимпийском цикле.

Участие в семинаре будет учитываться при рассмотрении представлений на повышение судейских категорий, заявок на участие в судействе всероссийских и международных соревнований.

По окончании семинара участники могут принять участие в работе СВП соревнований «Большой Шлем».

16.05.2017 г. - День приезда, размещение и регистрация участников семинара.

17.05.2017 г.

10:00-13:00

Проводят тренер сборной команды России В. Макаров, председатель Коллегии судей ФДР В.С. Востриков и члены судейской комиссии ФДР В.Смолин, О. Дмитриева, Р. Закиров.

1. Анализ работы Коллегии судей ФДР (результаты, проблемы и перспективы).
2. Уточнения и нововведения в правилах по буклету МФД.
3. Работа с видеоматериалами по правилам.

13.00-15.00 Перерыв на обед.

15.00-18.00

1. Просмотр видеоматериалов по правилам МФД.

2. Анализ работы судей на Первенствах РФ 2016 и 2017 годов, на Кубках Европы в Туле и С. Петербурге.

3. Вопросы и ответы.

18.05.2017 г.

11:00 -13:00

Проводят тренер сборной команды России В. Макаров, председатель Коллегии судей ФДР В.С. Востриков и члены судейской комиссии ФДР В.Смолин, О. Дмитриева, Р. Закиров.

1. Критерии для улучшение качества работы судей.
2. Учет и анализ работы судей на соревнованиях для дальнейшего совершенствования.

13.00-15.00 Перерыв на обед

15.00 – 17.00

Промежуточный анализ тестового периода действия новых правил МФД за прошедших 5 месяцев.

1. Свободная дискуссия.
2. Вопросы и ответы.

**Участникам семинара необходимо быть в белом дзюдоги и белой футболке (если используется), иметь с собой питьевую воду во время практических занятий на татами и сменную обувь.**