**ПРОГРАММА**

**методического семинара «Базовые методики подготовки спортивного резерва в дзюдо» (Третья сессия)**

**31 октября - 2 ноября 2016 года г. Ижевск**

**Место проведения**: 31 октября-1 ноября, г. Ижевск, в мед. академии,  ул. Коммунаров, 281, спортивный зал Родники .

2 ноября, г. Ижевск, ул. Удмуртская, 222 а, ЛД "Олимпиец".

**Регистрация участников**: Регистрационные заявки на участие в семинаре необходимо направить до 20 октября (включительно), на e-mail: kzaretskiy@judo.ru. Регистрация строго обязательна.

**Размещение**: самостоятельное, рекомендуемая гостиница: «АМАКС -Центральная», ул. Пушкинская, д.223.

**Форма регистрационной заявки:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | ФИО (полностью) | Регион, город | Местоработы | Контактный телефон | Адресэл. почты |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |

**Преподаватели семинара:**

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

2. Д. Морозов - главный тренер спортивной сборной команды России по дзюдо

3. П. Ру (Франция) - тренер сборной команды России по дзюдо, эксперт Европейского Союза Дзюдо

4. Ж.П. Жиберт (Франция) - тренер сборной команды России по дзюдо, эксперт Европейского Союза Дзюдо

5. Е. Кулдин - старший тренер сборной команды России

6. Ф. Маротто (Италия), тренер по ОФП и реабилитации сборной команды России по дзюдо

 7. В. Тимофеев – руководитель комплексной научной группы сборных команд России по дзюдо

| № | Название мероприятия и тема | Время | Место проведения | Ответственные лица |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **31 октября 2016 года** |
| 1.1. | Прибытие и размещение лекторов и участников | первая половина дня |   |   |
| 1.2 | Обед | индивидуально | индивидуально |   |
| 1.3 | Регистрация участников.  | 16:00-16:30 | Зал для дзюдо спортивного комплекса  | Начальники команд |
| 1.4. | Базовые комплексы упражнений для развития координации движений для детей 8-12 лет, занимающихся дзюдо. Часть 1 | 16:30-17:15 | Зал для дзюдо спортивного комплекса  | Ф. Маротто (Италия) |
|
| 1.5. | Ne waza: Базовые комплексы uchi komi для детей 10-12 лет, занимающихся дзюдо | 17:15-18:00 | Зал для дзюдо спортивного комплекса  | П. Ру (Франция) |
| 1.6. | Ne waza: Базовые комплексы  | 17:15-18:00 | Зал для дзюдо спортивного комплекса  | Ж.П. Жиберт (Франция) |
| **1 ноября 2016 года** |
| 2.1. | Подготовка к броску | 10:00-11:00 | Зал для дзюдо спортивного комплекса  | П. Ру (Франция) |
| 2.2. | Техника в стойке. Подхват | 11:00-12:00 | Зал для дзюдо спортивного комплекса  | Д. Морозов |
| 2.3. | Базовые комплексы упражнений для развития координации движений для детей 8-12 лет, занимающихся дзюдо. Ч 2 | 12:00-13:00 | Зал для дзюдо спортивного комплекса  | Ф. Маротто (Италия) |
| 2.4. | Базовые направления атак в стойке | 15:00-16:00 | Зал для дзюдо спортивного комплекса  | Е. Кулдин |
| 2.5. | Атаки в стойке | 15:00-16:00 | Зал для дзюдо спортивного комплекса  | Ж.П. Жиберт |
| 2.6. | Позиции при выполнении техники подхват, отхват, задняя подножка. | 16:00-17:00 | Зал для дзюдо спортивного комплекса  | Е. Кулдин |
| 2.7. | Соревновательная подготовка в клубах для детей | 16:00-17:00 | Зал для дзюдо спортивного комплекса  | Э. Гамба |
|
|
| 2.8. | Ката для детей | 17:00-18:00 | Зал для дзюдо спортивного комплекса  | П. Ру |
|
|
| **2 ноября 2016 года** |
| 3.1. | Защита в партере | 10:00-11:00 | Зал для дзюдо спортивного комплекса  | Ж.П. Жиберт |
| 3.2. | Захваты | 11:00-12:00 | Зал для дзюдо спортивного комплекса  | Д. Морозов |
| 3.3. | Переход из стойки в партер | 11:00-12:00 | Зал для дзюдо спортивного комплекса  | Е. Кулдин |
| 3.4.  | Концепция борьбы рандори  | 12:00 13:00 | Зал для дзюдо спортивного комплекса  | П. Ру |
| **Перерыв** |
| 3.5. | Круглый стол. Подведение итогов семинара | 15:00 17:00 | Зал для дзюдо спортивного комплекса  | В. Тимофеев |

Участникам семинара необходимо быть в дзюдоги белого цвета во время практических занятий. на татами, а также желательно иметь с собой портативный компьютер или планшет для работы с видеоматериалами.