



Регламент

Практический семинар по подготовке тренеров и специалистов дзюдо «Методика обучения технике дзюдо на учебно-тренировочном этапе». Модуль 1.

Дата: с 18 по 19 мая 2024 г.

Место проведения: г. Челябинск, ул. Университетская набережная д. 22 «В» «Региональный центр спортивной подготовки по дзюдо челябинской области имени Заслуженного тренера России А.Е. Миллера» (ОБУ «РЦСП по дзюдо Челябинской области имени А.Е. Миллера»)

Организаторы:

- **(Организатор 1)** Общероссийская общественная организация «Федерация дзюдо России»
- **(Организатор 2)** ОБУ «РЦСП по дзюдо Челябинской области имени А.Е. Миллера».

Семинар проводят:

От Организатора 1 - Эксперт ФДР – Кулдин Евгений Львович

Техническая поддержка – Смирнов Дмитрий Анатольевич, контакты:

dsmirnov@judo.ru, +7(903)964-2761.

От Организатора 2- Заместитель директора по спортивной подготовке ОБУ «РЦСП по дзюдо Челябинской области имени А.Е. Миллера», исполнительный директор ЧООО «Федерация дзюдо» — Шестаков Евгений Михайлович, zhenya_judo@mail.ru

Программа:

18 мая 2024 г. (суббота) День приезда участников		
09:30 - 10:00	Регистрация участников	ОБУ «РЦСП по дзюдо Челябинской области имени А.Е. Миллера»
Тренировка 1		

10:00 - 11:00	Открытие семинара. Разминка. Базовая работа по передвижениям и взаимодействиям в позициях Ай и Кэнка Ёцу. Работа в захватах - Куми ката.	ОБУ «РЦСП по дзюдо Челябинской области имени А.Е. Миллера»
11:00 - 12:00	Тачи ваза. Методика обучения Сасаэ цурикоми аши. Комбинации.	
12:00-13:00	Нэ ваза. Методика обучения Санкаку гатамэ	
13:00 - 15:00	<i>Перерыв</i>	
Тренировка 2		
15:00-16:00	Нэ ваза. Обучение Удэ хишиги дзюдзи гатамэ. Переход к Уки гатамэ. Удэ хишиги удэ гатамэ.	ОБУ «РЦСП по дзюдо Челябинской области имени А.Е. Миллера»
16:00 - 17:00	Тачи ваза. Методика обучения Коши гурума. Комбинации.	
17:00-18:00	Тачи ваза. Методика обучения Косото гакэ и Тани отоши. Комбинации.	
19 мая 2024г. (воскресенье)		
Тренировка 3		
10:00 - 11:00	Разминка. Нэ ваза. Обучение Дзюдзи джимэ (Нами, Ката, Гяку).	ОБУ «РЦСП по дзюдо Челябинской области имени А.Е. Миллера»
11:00 - 12:00	Тачи ваза. Методика обучения Хараи гоши. Комбинации.	
12:00-13:00	Тачи ваза. Методика обучения Учи мата. Комбинации.	
13:00 - 15:00	<i>Перерыв</i>	
Тренировка 4		
15:00 - 16:00	Нэ ваза. Обучение Окури эри и Катаха джимэ.	ОБУ «РЦСП по дзюдо Челябинской области имени А.Е. Миллера»
16:00 - 17:00	Тачи ваза. Методика обучения Сэой отоши. Комбинации.	
17:00-18:00	Тачи ваза. Методика обучения Томоэ нагэ. Комбинации. Подведение итогов семинара, ответы на вопросы	

Настоящий регламент является основанием для командирования тренеров для участия в семинаре.

Форма одежды:

Дзюдоги белого цвета, сменная обувь.

Проживание:

Контактное лицо для бронирования проживания: Бабина Елена Николаевна, Васильева Надежда Ивановна, тел. 8(351)244-01-53.

Наименование Отеля	Адрес/телефон отеля в Челябинске	Время следования до места проведения семинара, в мин.
Планета	Ул. Молодогвардейцев, д. 37Б, 8(351)-792-98-76 Екатерина	2 остановки на транспорте
Холидей Инн (Holiday Inn) (4+ звезды)	Ул. Университетская Набережная, д. 18, 8-982-325-28-98 Юлия	100 метров от ЦОПа
Северокрымская	Ул. 1-й Северокрымский переулок, д. 14 тел. 8(351)-734-77-04	10 минут пешком до ЦОПа
Солнечная	ул. Худякова, д. 18, 8(351)230-03-05	ул. Худякова, д. 18, 8(351)230-03-05
Алмаз	ул. Лесопарковая, д. 15, 8-951-451-33-49, Евгения	такси 25минут
SMART HOTEL	территория ЖД вокзала, ул. Привокзальная, д. 1 тел. 8(915) 325-17-77, Виктория	25-30 минут маршрутное такси.

Информация о семинаре на сайте Федерации дзюдо России:

<https://lsport.net/Calendar/Event/2abf8f0c-c330-4058-aeafa-4504e57b25a9?typeID=470&orgID=65f28fb3-ccf6-43ae-a14c-1b830d42c732&blank=true>

Регистрация в автоматизированной информационной системе LSport для участия в семинаре **обязательна до 12.00 часов 16 мая с.г.**

В случае невозможности участия по каким-либо причинам зарегистрированному участнику необходимо уведомить секретаря **не позднее, чем за два дня до проведения семинара:** Смирнов Дмитрий Анатольевич, контакты: dsmirnov@judo.ru, +7(903)964-2761.

