**ПРОГРАММА**

**методического семинара «Базовые методики подготовки спортивного резерва сборных команд России по дзюдо в возрастных группах 13-15 и 15-17 лет»**

11-13 марта 2019 г., г. Екатеринбург

**Место проведения**: г. Екатеринбург, ул. Ильича, д. 67А Спортивный комплекс «Родина»

**Регистрация участников**: Регистрационные заявки на участие в семинаре необходимо направить *до 4 марта (включительно*), на e-mail: [kzaretskiy@judo.ru](mailto:kzaretskiy@judo.ru). Регистрация строго обязательна. *Не зарегистрировавшимся тренерам свидетельства о прохождении семинара выдаваться не будут.*

**Размещение**: самостоятельное, рекомендуемые гостиницы: Отель «РИНГС» г. Екатеринбург, ул. Ильича, д. 67А

Ответственный за размещение:

Ившина Мария  [booking@ringshotel.ru](mailto:booking@ringshotel.ru) +7-908-919-06-03,

Киселёва Марина  [event@rodina-sk.ru](mailto:event@rodina-sk.ru) +7-962-310-51-50

Форма регистрационной заявки:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | ФИО (полностью) | Федеральный округ | Область | Город | Место  работы | Контактный телефон | Адрес эл. почты | Какие семинары посетил\* |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |

\* - место проведения, год участия

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

**Преподаватели семинара:**

1. **Э. Гамба** – генеральный менеджер спортивных сборных команд России по дзюдо, олимпийский чемпион
2. **П. Ру** (Франция) – тренер сборной команды России по дзюдо, эксперт Европейского Союза Дзюдо, призер Чемпионата Мира
3. **Е. Кулдин** – старший тренер сборной команды России по дзюдо, эксперт Европейского Союза Дзюдо,
4. **В. Макаров**– старший тренер сборной команды России по дзюдо, эксперт Европейского Союза Дзюдо, чемпион Мира
5. **С. Космынин** – старший тренер сборной команды России по дзюдо, призер Чемпионата Мира
6. **В. Тимофеев** – руководитель комплексной научной группы сборной команды России по дзюдо, кандидат педагогических наук
7. **В**. Дегтярев - старший тренер сборной команды России по дзюдо, призер Чемпионата Мира
8. **И**. **Жучков -** старший тренер сборной команды России по дзюдо, мастер спорта международного класса, призер Игр Доброй Воли
9. **Г. Сулемин -** тренер сборной команды России по дзюдо, мастер спорта международного класса, победитель и призер международных турниров
10. – **С. Фрассинелли** тренер по ОФП и реабилитации сборной команды России

**Содержание занятий**

**День 1: 11/03/2019**

15:30-16:00 Регистрация

16:00 Открытие семинара, введение, обзор тем занятий

16:30-17:15 Техника борьбы в стойке (Tachi Waza): концепция системы атака/защита - **П. Ру**

17:15-18:00 Совершенствование физической подготовленности дзюдоистов – кадетов и юниоров: **С. Фрассинелли**

**День 2: 12/03/2019**

10:00-11:00 Техника борьбы в стойке (Tachi Waza): концепция системы атака/защита -**Е. Кулдин**

11:00-12:00 Техника борьбы в стойке (*Tachi-Waza*): от базы к специализации – **В. Дегтярев и И. Жучков**

12:00-13:00 Совершенствование физической подготовленности дзюдоистов – кадетов и юниоров: **С. Фрассинелли**

15:00-16:00 Техника борьбы в стойке (*Tachi-Waza*): от базы к специализации: O uchi gari, Uchi mata, O soto, Ko soto, Sasae, Kumi Kata и подготовка: **В. Макаров**

16:00-17:00 Техника борьбы в стойке (*Tachi-Waza*): от базы к специализации: Ashi Waza and combinations, Kumi Kata и подготовка - **С. Космынин**

17:00-18:00 Современная периодизация спортивной тренировки и планирование подготовки дзюдоистов 11-17 лет **В. Тимофеев**

**День 3: 13/03/2019**

10:00-11:00 Техника борьбы в партере (Ne*-Waza*): от базы к специализации: **П. Ру**

11:00-12:00 Техника борьбы в стойке (*Tachi-Waza*): от базы к специализации: **Г. Сулемин**

12:00-13:00 Теория и философия дзюдо, подведение итогов семинара: **Э. Гамба**

**Подведение итогов семинара**

**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.**