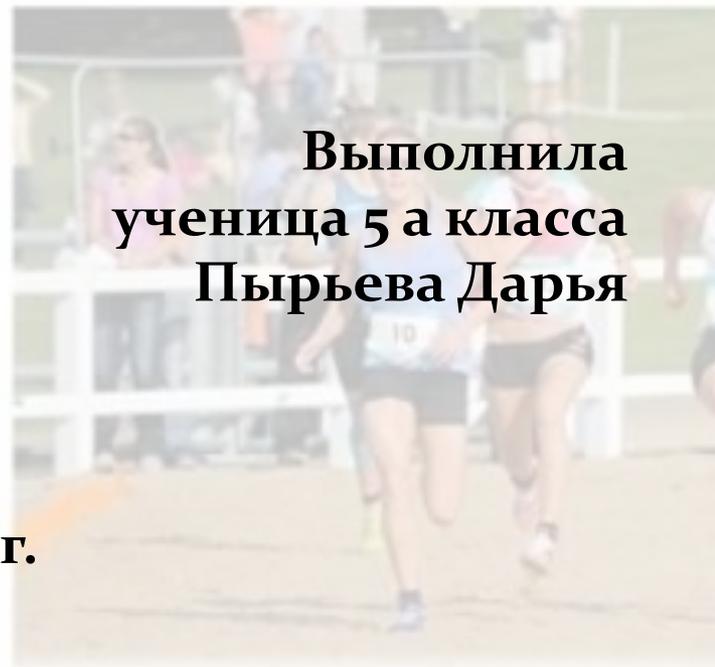
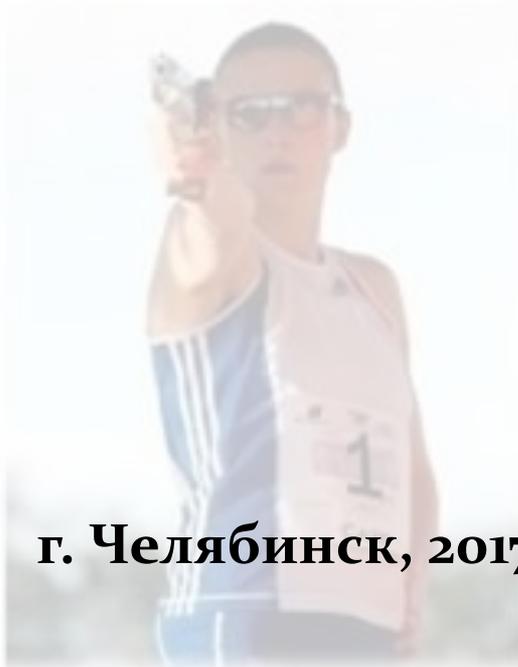


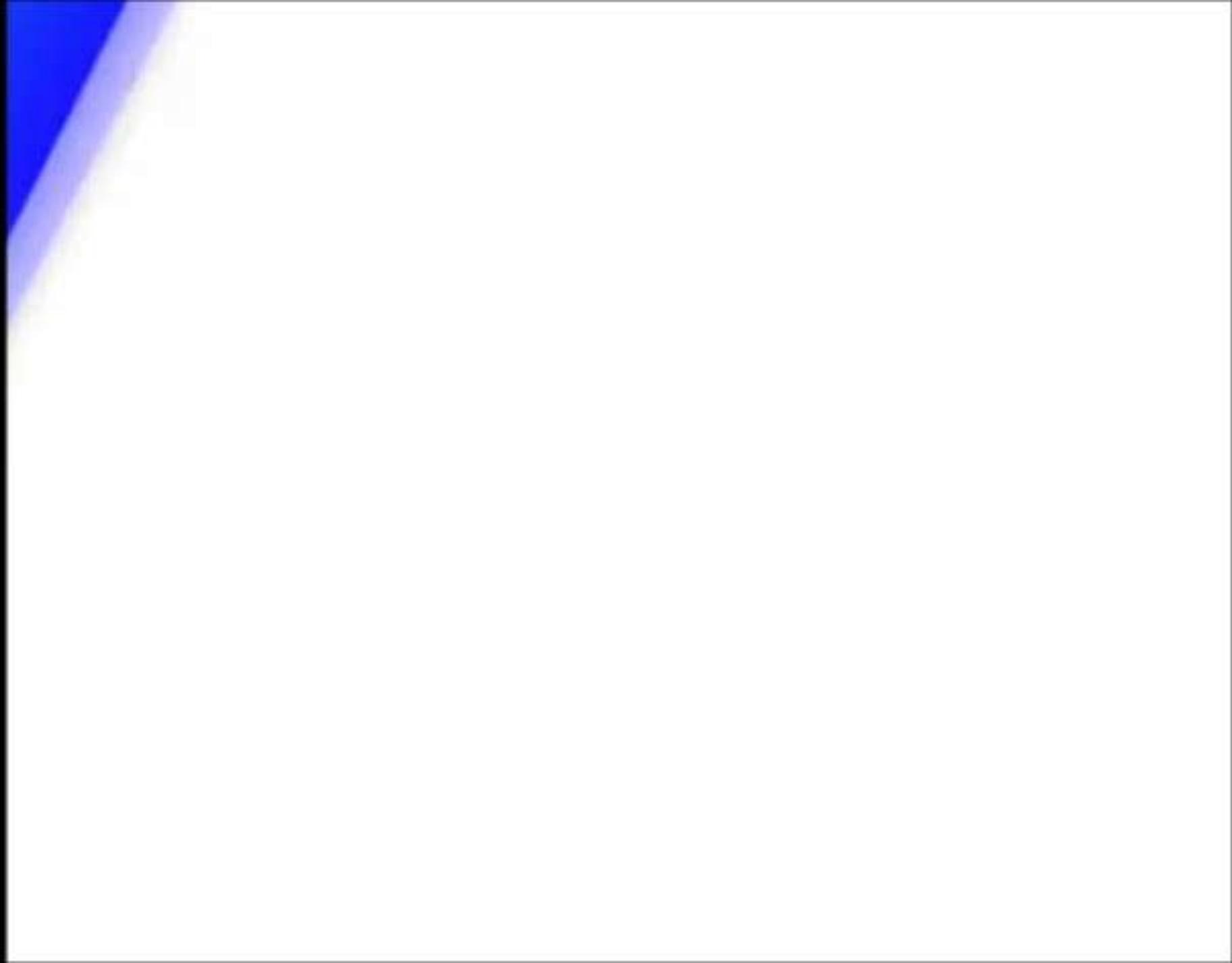
Тема проекта:

«Современное пятиборье – больше, чем спорт»



**Выполнила
ученица 5 а класса
Пырьева Дарья**

г. Челябинск, 2017 г.



Цели и задачи исследования

Цель: выявить особенности и социальную значимость Современного пятиборья как отдельной спортивной дисциплины

Задачи:

1. Выявить особенности исторического развития СП
2. Определить структуру и технические особенности СП
3. Определить уровень развития СП как вида спорта в Чел. Области
4. Определить особенности подготовки спортсмена – пятиборца (этапы подготовки)
5. Определить особенности влияния занятий СП на развитие физических и личностных качеств спортсмена



Современное пятиборье

«Подобное испытание, как никакое другое, станет достойной проверкой моральных качеств человека, его физических возможностей и навыков, и таким образом даст нам идеального, разностороннего атлета»



Пьер де Кубертен,
Президент Международного
олимпийского комитета
(1896—1916, 1919-25),
Основатель
Современного пятиборья

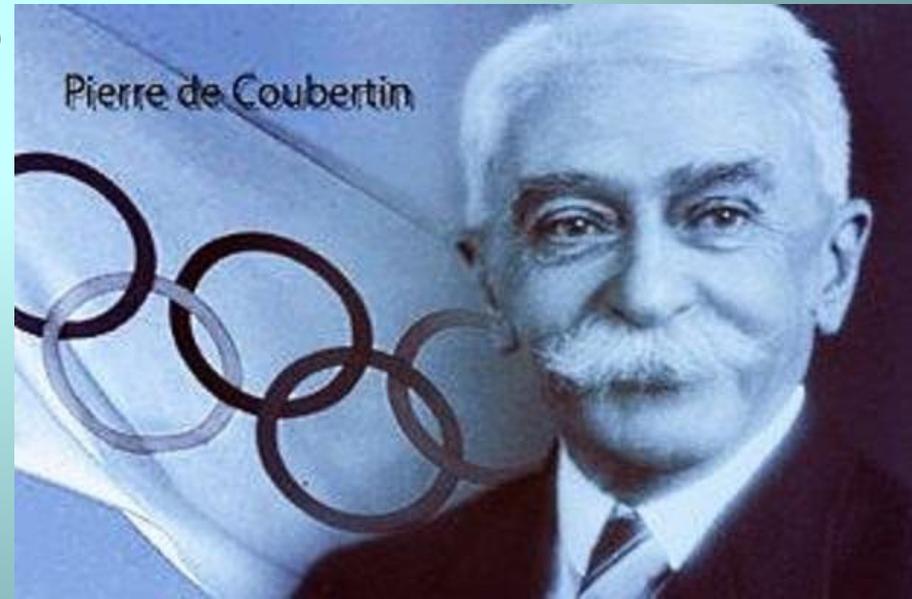
История развития современного пятиборья

Основатель современного олимпийского движения Барон Пьер де Кубертен во 2-ой половине 19 века разработал программу ОФИЦЕРСКОГО ПЯТИБОРЬЯ, используя как основу древнегреческое пятиборье. Программа офицерского пятиборья отражала сущность боевой подготовки офицера того времени.

Его целью было создать вид спорта, который покажет «гармонию ума, души и тела»

- ✓ С 1912 года по инициативе П. де Кубертена Офицерское пятиборье было включено в программу Олимпийских игр.

С тех пор по программе Современного (офицерского) пятиборья стали готовить атлетов во всем мире.



Античное и современное пятиборье

СОВРЕМЕННЫМ пятиборье называется с целью отличия от **АНТИЧНОГО**

Античное пятиборье, пентатлон (от др.греч. πέντα «пять» + αθλο «состязание») — главное состязание Олимпийских игр в Древней Греции, которое состояло из соревнований по пяти видам спорта.



В Древней Греции пятиборье считалось венцом Олимпиады, а его победитель объявлялся главным олимпийцем.

Современное пятиборье

Современное пятиборье — уникальный вид спорта, в котором участники соревнуются в пяти дисциплинах:

- плавание
- бег
- стрельба
- фехтование
- конкур



Современное пятиборье – это больше, чем спорт

Цель СП – гармоничное развитие человека, его
атлетических и интеллектуальных качеств:

- ✓ скорость и терпение
- ✓ выносливость и сила
- ✓ ловкость и точность
- ✓ интеллект и внимание
- ✓ смелость и
уверенность в себе

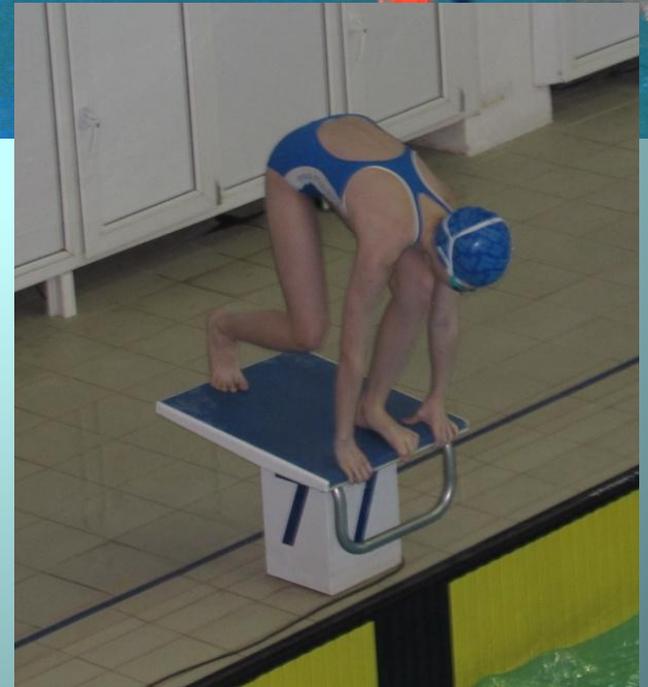
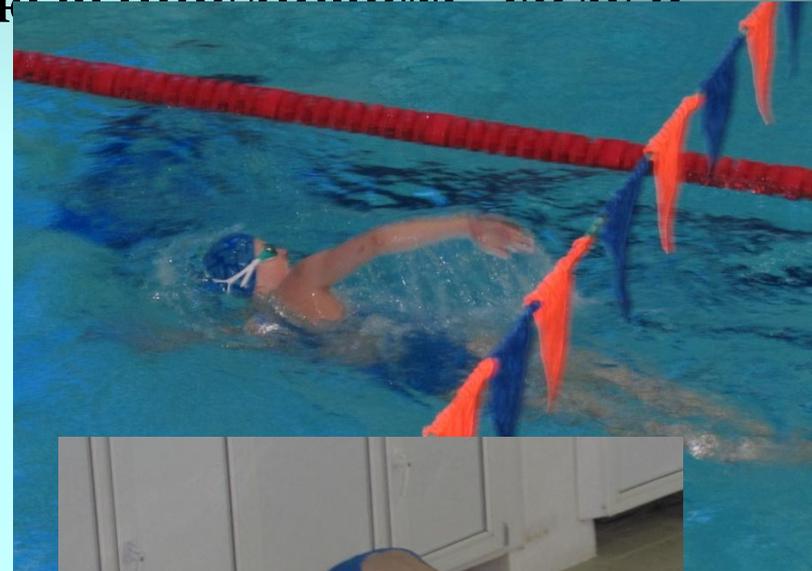
«РЫЦАРИ ПЯТИ КАЧЕСТВ»





Плавание

В СП плавание – это одна из основных дисциплин, с плавания начинаются соревнования по СП. Плавание развивает у спортсмена скоростные выносливость, силу и терпение



Бег

Одна из ключевых дисциплин в СП. Соревнования по бегу проводятся на закрытом стадионе или пересеченной местности. Бег развивает скорость, выносливость, силу и волю к победе



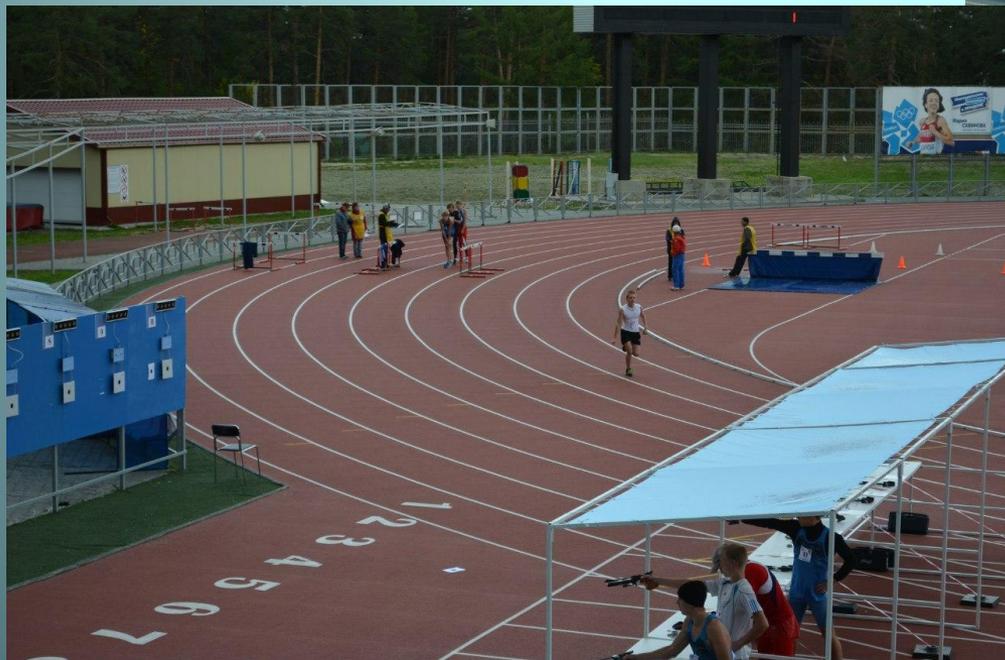
Стрельба

из пневматических либо лазерных пистолетов.
Стрельба развивает у пятиборца точность,
внимание, интеллект и уверенность в себе



Комбайн – комбинированный бег

С 1 января 2009 г. в соревнованиях по 4-х и 5-и/борью бег совмещен со стрельбой. Атлет должен закрыть 5 мишеней на 4-х огневых рубежах на дистанции 3200 метров. Нужно закрыть мишени, когда сердце атлета совершает более 140 ударов в минуту. Это развивает невероятную выносливость и точность.



Фехтование на шпагах

В отличие от общих правил фехтования, по правилам СП бои проводятся по кругу *только до первого укола*. Фехтование формирует у спортсмена ловкость, смелость, интуицию и интеллект, т.к. от спортсмена требуется внимание и быстрота принятия решения



Конкур

Верховая езда — это особый вид соревнований, в котором спортсмен должен преодолеть 12 препятствий на незнакомой лошади за минимальное время. Конкур развивает ловкость, смелость, интеллект и умение контролировать эмоции





Этапы ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ

**Примерная периодизация начала занятий
видами современного пятиборья:**

- ✓ Группы СОГ и ГНП 1-2 (дети 6-9 лет): бег и плавание;
- ✓ Группы ГНП 3 и УТГ 1-3 (10-14 лет): + стрельба и фехтование;
- ✓ Группы УТГ 4-5 и ГСС (с 15-16 лет): + верховая езда

Правила проведения соревнований по СП

Соревнования в СП проводятся в соответствии с возрастом спортсменов и структуры отдельных видов СП:

- ✓ **Кадеты до 15 лет – ДВОЕБОРЬЕ** (плавание+бег)
- ✓ **Кадеты до 17 лет – ТРОЕБОРЬЕ** (плавание+комбайн)
- ✓ **Кадеты до 19 лет – ЧЕТЫРЕХБОРЬЕ** (плавание+комбайн+фехтование)
- ✓ **Юниоры до 22 лет и взрослые атлеты – ПЯТИБОРЬЕ** (в т.ч. конкур)



Правила проведения соревнований по СП

В СП соревнования проводятся в течение **1 ИЛИ 2-Х** дней:

- ✓ **1-ый ДЕНЬ:** 2 дисциплины – плавание и фехтование
- ✓ **2-ой ДЕНЬ:** конкур и завершаются соревнования комбайном по системе гандикапа.

НО!!! В последнее время и особенно на крупных соревнованиях (например, на Первенствах, Чемпионатах и Олимпийских играх) все 5 дисциплин проводятся в один день

Поэтому современный пятиборец должен обладать невероятной выносливостью и волей к победе.

Программа соревнований по СП в РИО 2016:

► 19 августа, пятница

Местн	Мск	Дисциплина	
12:00	18:00	Ж женщины, индивидуальное перв-во	Плавание
14:00	20:00	Ж женщины, индивидуальное перв-во	Фехтование (бонус-раунд)
15:00	21:00	Ж женщины, индивидуальное перв-во	Конкур
18:00	00:00	Ж  женщины, индивидуальное перв-во	Комбинация (стрельба + бег)

Подвиды современного пятиборья

Соревнования по укороченным видам СП:

- ✓ БИАТЛ
- ✓ ТРИАТЛ
- ✓ ЛАЗЕР – РАН



БИАТЛ

- ✓ Совмещает бег и плавание в основном на открытой воде – два ключевых вида спорта современного пятиборья
- ✓ БИАТЛ проводится по непрерывной схеме «бег – плавание – бег»



БЕГ (СТАРТ)



ПЛАВАНИЕ



БЕГ (ФИНИШ)

ТРИАТЛ

- ✓ Совмещает стрельбу, плавание и бег.
- ✓ ТРИАТЛ проводится по схеме «стрельба – плавание – бег»



ЛАЗЕР - РАН

- ✓ Комбинированный бег со стрельбой из лазерного пистолета.
- ✓ Новая спортивная дисциплина, с октября 2016 года проводятся отдельные соревнования по данной дисциплине.



Гордость российского современного пятиборья

Александр Лесун, олимпийский
чемпион, многократный чемпион
мира и Европы



Андрей Моисеев,
двукратный
олимпийский чемпион,
чемпион мира

Доната Римшайте,
Чемпионка мира и Европы,
трёхкратная чемпионка России



Современное пятиборье в Челябинске

ДЮСШОР «ФАВОРИТ»

Основана 1 июня 2011 г.

В декабре 2016 года присвоен статус Спортивной Школы Олимпийского резерва

ДЮСШОР создана и осуществляет деятельность при поддержке РЕГИОНАЛЬНОЙ ОБЩЕСТВЕННОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

«ФЕДЕРАЦИЯ СОВРЕМЕННОГО ПЯТИБОРЬЯ ЧЕЛЯБИНСКОЙ ОБЛАСТИ»



СШОР «ФАВОРИТ»

Сегодня в нашей школе занимается **215** воспитанников, среди которых выполнили спортивные разряды по современному пятиборью:

✓ **Кандидаты в мастера спорта**
- **10 чел.**

✓ I взрослый разряд - **20 чел.**

✓ II взрослый разряд - **35 чел.**

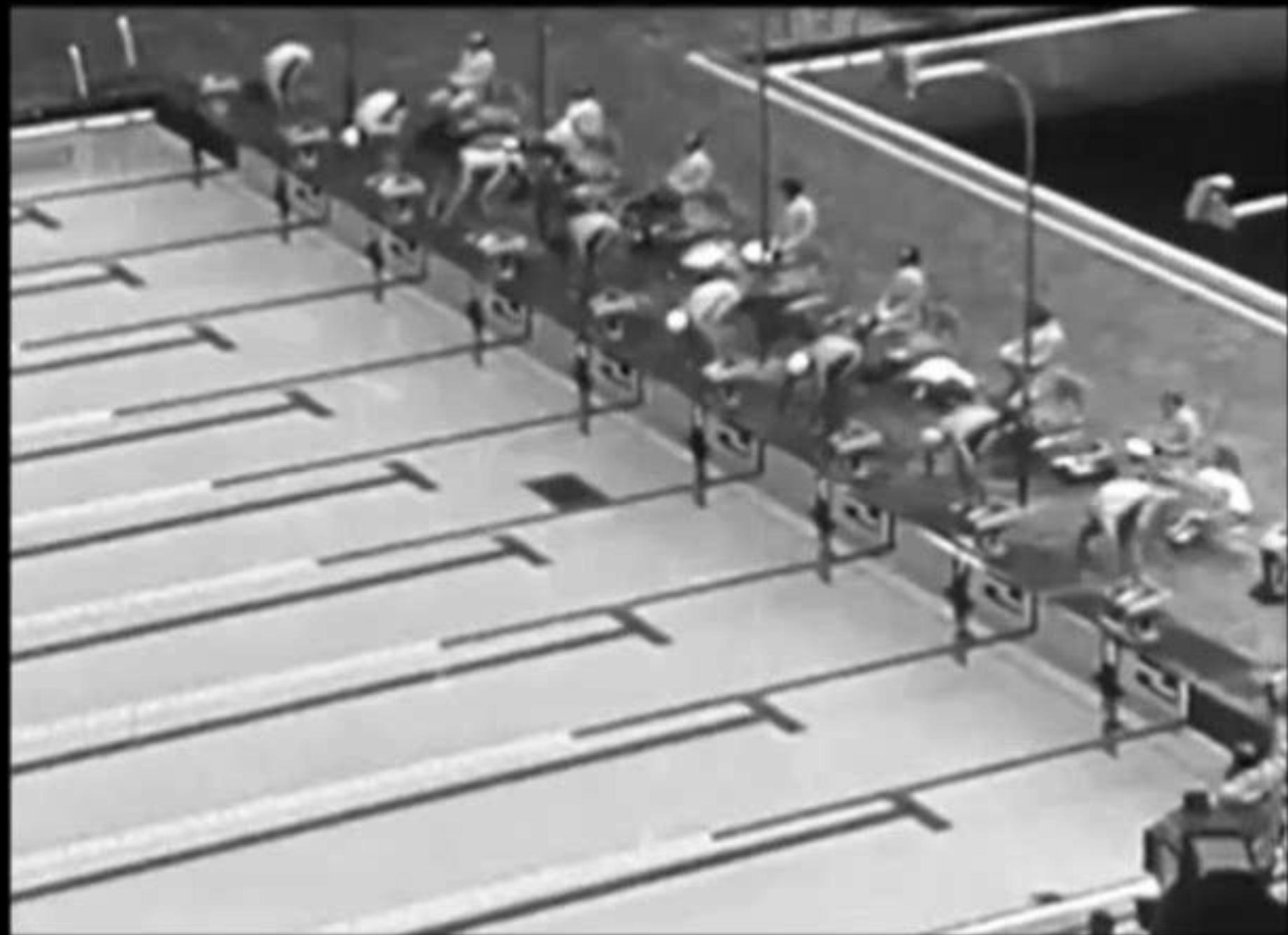
✓ III взрослый разряд - **22 чел.**

✓ 1 юношеский разряд - **36 чел.**



Воспитанники «ФАВОРИТ» входят в десятку лучших спортсменов страны в двоеборье, троеборье и 4-борье.





Выводы:

Таким образом, *СОВРЕМЕННОЕ ПЯТИБОРЬЕ* в наши дни продолжает жить идеями его создателя Пьера де Кубертена.

- ✓ СП – это не просто вид спорта, это исторически обусловленное гармоничное сочетание нескольких отдельных спортивных дисциплин.
- ✓ Грамотно разработанная и поэтапная программа подготовки спортсмена – пятиборца способствует гармоничному развитию личности, а именно атлетических, интеллектуальных и моральных качеств.
- ✓ В результате в обществе воспитываются разносторонне развитые, социально ответственные и социально активные личности.

СОВРЕМЕННОЕ ПЯТИБОРЬЕ

«СОВРЕМЕННОЕ ПЯТИБОРЬЕ – это комплекс спортивных дисциплин, обеспечивающих гармоничное физическое развитие, разностороннюю техническую подготовленность, а также воспитание дисциплинированных, волевых, обладающих высоким уровнем социальной активности личностей.

Современное пятиборье – это больше, чем спорт»

Клаус Шорманн,
Президент Международного союза
современного пятиборья





СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!!!

