

Как видно из статистики государство планирует увеличивать финансирование в области спорта и физической культуры, что приведет к улучшению качества вышеперечисленных аспектов, что в свою очередь положительно скажется на здоровье нации и увеличению позиций в области спорта на мировой арене, что повысит привлекательность и престиж страны.

*Итог.* Однако в настоящее время большая часть населения остается не интересующийся и не вовлеченной в спорт. Также малое количество людей занимается как профессионально, так и для укрепления здоровья. Еще меньше людей имеют минимальные знания о спортивной культуре. В такой большой стране как Россия находится малое количество профессиональных спортсменов, спортсменов - любителей. Также наблюдается утечка спортсменов за рубеж в более развитые страны. Все это связано с недостаточным финансированием и профессиональной работе в данной области. Но Россия проводит политику улучшения ситуации в мире российского спорта и здоровья нации, что доказывает вышеприведенная статистика по объемам финансирования в сфере спорта и физической культуры. Как видно из статистики объемы финансирования будут увеличиваться, а значит, перспектива развития спорта будет иметь существенный рост, так как деньги будут вложены в те самые аспекты, которые были перечислены в статье. Следовательно, увеличится качество спорта, ведь правильно направленные силы на улучшение спортивной инфраструктуры и развития спорта в целом, приводит только к положительным результатам.

#### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Концепция федеральной целевой программы «развитие физической культуры и спорта в российской федерации на 2016-2020 годы»/ Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации/2015
2. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (<http://rospotrebnadzor.ru/>)

#### **THE LITERATURE**

1. The concept of the federal target program "Development of physical culture and sports in the Russian Federation 2016-2020" / Approved Decree of the Russian Federation / 2015 Government
2. The Federal Service for Supervision of Consumer Rights Protection and Human Welfare (<http://rospotrebnadzor.ru/>)

### **INFLUENCE OF DEVELOPMENT OF PHYSICAL TRAINING AND SPORTS ON NATION HEALTH IN RUSSIA.**

*Burial grounds Jury Valerevich, the assistant  
Malygin Evgenie Aleksandrovich the student,  
The Ural state university of means of communication,  
Ekaterinburg, Russia*

**УДК- 796.817**

### **ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ КУРЭШ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

*Марданова Ляйсан Шамилевна  
студентка экономического факультета  
Стерлитамакский филиал  
Башкирский Государственный Университет  
г. Стерлитамак, Россия*

*Аннотация:* статья содержит историю развития борьбы курэш в Российской Федерации, правила данного вида спорта и продолжительность схватки по разным категориям.

*Ключевые слова:* спорт, история развития, курэш, правила, продолжительность, чемпионаты мира

*Abstract:* article includes the history of the struggle kuresh in the Russian Federation, the rules of the sport and the bout duration in different categories.

*Index terms:* sport, history of development, Qureshi rule, the duration of the world championships

Курэш - это классический тип спорта у тюрских народов, что ведется равно как соперничество в поясах. У башкир, татар и чувашей возлюбленная предполагает собою равно как войну в чистых полотенцах закидываемых в бандаж соперника и считается значимым компонентом государственных праздничных дней.

Прежде весьма известная соперничество курэш несправедливо позабыта и изъята с списка развивающихся и возделываемых типов спорта. С незапамятных пор курэш предназначается материальному обучению мощных, стойких представителей сильного пола и смелых бойцов. Приличность, смелость, смелость, сострадание согласно взаимоотношению к конкуренту, достоверность, порядочность и человечность – данное эти свойства, какие развивает данный тип спорта. Такие требования и аспекты соревнований согласно войне курэш. Данный тип спорта обладает все без исключения возможности отыскать помощь и расположение в абсолютно всем обществе. Хроника формирования войн курэш содержит никак не один миллениум.

Соперничество курэш считалась один с наилучших методов помощи самочувствия туловища и атмосферы. Миновав большой общеисторический курс формирования, равно как модель развлечения, забавы, проявления мощи и на сегодняшний день использует огромной известностью в Румынии, Турции из числа населения крымских татар, покинувших Полуостров в XVIII–XIX взрывчатка. Соперничество курэш, оставаясь сердцевиной всенародных праздничных дней, считается сложной составляющей государственной культуры.

Хроника свободной войн содержит немного наиболее 100 возраста, дзюдо и спорт ещё младше – приблизительно 100 с незначительным дзюдо и семидесяти спорт, и только лишь этнические типы войн, из числа каких и курэш, переступили тысячелетние этапы. Многознаменательные бумаги подтверждают, то что войне курэш, равно как государственному типу войн тюркоязычных люди, 3 тыс. возраста. Почти столь, какое количество данные люди проживают и не забывают себе. Вплоть до IX в. н.э. общество, населявшие Крым, Кавказ, Среднюю Азию, использовали курэш в свойстве типа развлечения и досуга в период больших социальных событий, подобных, равно как классические праздничные дни, ритуалы, свадьбы.

Позднее курэш с обычного развлечения перевоплотился в метод физиологической подготовки. Фамилии мощнейших бойцов делались знаменитый из числа люди. В Крыму вплоть до депортации у основных населения существовало ряд зон захоронения знаменитых бойцов-пельванов, данные участка явля-

лись непорочными и завлекали большое число странников. О их соединяли легенды.

Борьба курэш известна в Узбекистане около 3 500 лет. В основном она была забавой для жителей этой страны. Состязания устраивались по праздникам, во время свадеб, больших торгов. Позже курэш из простого развлечения превратился в самостоятельный вид спорта и способ физической подготовки. В разных районах Узбекистана были свои правила.

В начале 1980-х годов, Комил Юсупов, известный борец курэша, дзюдо и самбо, и один из самых рьяных активистов возрождения курэша, начал исследования по изучению наследия узбекской борьбы, цель которых заключалась в разработке новых универсальных правил курэша, которые бы отвечали международным стандартам. В начале 1990-х, в Узбекистане начали активное возрождение этой борьбы.

6 сентября 1998 года в Ташкенте с участием представителей 28 стран Азии, Африки и Европы была создана Международная Ассоциация Курэш.

В апреле 1999 года в Ташкенте был проведён I чемпионат мира по курэшу.

К началу 2008 года членами Международной Ассоциации Курэш являются национальные федерации из 102 стран Азии, Африки, Европы, Пан Америки и Океании. На 9-ом Заседании Конгресса ИКА, прошедшего перед Пятым Чемпионатом мира по Курэш среди молодежи в Стамбуле, Турция ещё 12 стран присоединились к мировому движению ИКА. В конце 2008 года количество стран-членов ИКА составляет 114 стран.

В 2003 году Курэш был признан в качестве официального вида спорта Олимпийским Советом Азии - азиатским подразделением МОК.

В 2007 году в г. Уфа республики Башкортостан проводился VI чемпионат мира по борьбе курэш.

#### Правила

1. В Спорт ведут борьбу в стойке на ногах и в соответствии с установленным законам. Броски, проведенные в стойке, оцениваются судьями.

2. При одинаковых оценках победа присуждается согласно заключительной балле.

3. В случае, если участник (участница) обладает оценку и наказание, достоинство обладает оценка

4. Состязания ведутся согласно олимпийской концепции в отсутствии успокоительных схваток.

5. В Курэше расценивается приём, возбужденный изнутри не опасной области гилам (татами) и законченный из-за границами небезопасной направления гилам (циновка).

#### *Продолжительность схватки*

1. Представители сильного пола - 4 мин. чистейшего периода

2. Школьники и спортсмены постарше 35 возраста - 3 минуты чистейшего периода

3. Ребята, девушки и спортсмены постарше 56 возраста - 3 минуты чистейшего периода.

Государственная соперничество Курэш в Башкортостане знакома и любима издавна. Очень интересные схватки батыров постоянно различались собственной привлекательностью и борцовским не переводя дыхания. Корни возникновения курэша либо войн в поясах, равно как данное установлено сказать в интернациональном месте, покидают в глубину столетий. В старину почти все тюркские люди в период гуляний и праздничных дней проводжали аналогичные соревнования. С тюрков данная обычай перевелась к восточным славянам.

В средние века соперничество в кушаках считалась обычным компонентом военно-физиологической подготовки номадов. В процессе занятий бойцы осваивали способы, с поддержкой каких возможно с легкостью стащить с седла удирающего соперника. С незапамятных времен способы войн регулярно улучшались: бойцы выдумывали собственные ухватки и хитрости, пытались сохранять их в тайне.

Теперь борьба на поясах переживает новое рождение - уже как вид спорта. И, нужно сказать, весьма перспективный. Борьба на поясах официально включена в мировую сеть неолимпийских видов, успешно действует и международная Федерация. Периодически по борьбе на поясах проходят чемпионаты Европы, мира и национальные первенства.

Главное отличие борьбы на поясах от других видов борьбы - спортсмены борются, держа друг друга за пояс крестным захватом. В схватках, по правилам международной Федерации, разрешены все действия, способные перевести противника из положения стоя в положение лежа.

Но существует одно обязательное для всех условие - борцы не должны отпускать захват. Победу одерживает тот спортсмен, который бросает своего соперника на спину.

Государственная спорт соперничество курэш в Республике Башкирия считается распространенным и многочисленным типом спорта, каким в наше время период увлекается наиболее 20 тыс. индивид. С 2001 годы и согласно настоящий период в данном варианте спорта подготовлено 70 претендентов в мастера спорта, 22 мастера спорта и 2 мастера спорта интернационального класса.

Ринат Еникеев из города Октябрьский также вписал свое имя в мировую историю борьбы на поясах. В 2005-м он стал чемпионом мира и Европы.

Главными центрами формирования глобальной государственной войн в наше время период считаются Уфа, Стерлитамак, Октябрьский, Сибай, Янаульский, Чекмагушевский, Учалинский, Федоровский, Салаватский и прочие регионы республики. Из-за минувшие 5 возраста обойдено больше 1300 состязаний разного масштаба, в каких принимали участие больше 80 тыс. батыров.

Гостеприимная татарстан брала на себя в собственной нашей планете соучастников чемпионатов и главенств Российской федерации (2002 и 2005 г.г.), всероссийских турниров, приуроченных к 250-летию и юбилеям с дня появления на свет общенародного героя Салавата Юлаева, 75-летию и юбилеям с дня появления на свет достойного тренера Российской федерации и СССР Хариса Юсупова, и многочисленных иных. Уфа выдержала еще один экзамен. Впервые нашей республике было доверено провести чемпионат мира по борьбе на поя-

сах. Он исполнялся в время торжества 450-летия добротного вхождения Башкирии в структура Российской Федерации.

В рамках чемпионата работала конференция ЮНЕСКО «Проблемы развития традиционных народных видов спорта» и Конгресс Международной федерации борьбы на поясах.

Во время выполнения чемпионата общества в рамках стараний согласно предупреждению всемирного перемены атмосферного климата Проект ООН согласно находящейся вокруг сфере (Интернационального плана ЮНЕП) ещё один раз публично обратилась с обращением к абсолютно всем населением территории привнести собственный вложение в зеленое строительство земли. Произшла посадка 450 саженцев деревьев.

В состязаниях приняли участие наиболее 400 сильнейших спортсменов с 69 государств общества. Наша республика обладает хороший навык выполнения интернациональных состязаний, всё общество прославляется подобными спортсменами Юрий Сабанов, Алик Якупов, Венер Хайбуллин. Конкурентную борьбу им собрали наилучшие бойцы Узбекистана, Туркменистана, Ирана, Казахстана и иных государств.

#### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Полько Геннадий Михайлович. Обоснование методики обучения техническим действиям в борьбе курэш : Дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 : Челябинск, 2004 172 с. РГБ ОД, 61:05-13/367.

2. Библиографическое описание: Абдулкимов Н. А., Ягьяев С. А. Национальная борьба курэш как элемент физической культуры // Молодой ученый. — 2015. — №9. — С. 793-796.

3. Хабибуллин Ильгам Зульфарович. Национальная борьба курэш как элемент традиционной физической культуры башкирского народа : диссертация ... кандидата исторических наук : 07.00.07 / Хабибуллин Ильгам Зульфарович; Уфа, 2008.- 227 с.: ил. РГБ ОД, 61 08-7/483

#### **THE LITERATURE**

1. Polko Gennady Mikhailovich. Substantiation of methods of teaching technical actions in the fight kuresh: Dis. ... Cand. ped. Sciences: 13.00.04: Chelyabinsk 2004 172 c. RSL OD, 61: 05-13 / 367.

2. Bibliographic Description: Abdulkirimov NA, Yagya SA National kuresh struggle as an element of physical training // Young scientist. - 2015. - №9. - S. 793-796.

3. Habibullin Ilham Zulfarovich. National struggle kuresh as an element of traditional physical culture of the Bashkir people: the dissertation ... The candidate of historical sciences: 07.00.07 / Habibullin Ilham Zulfarovich; Ufa, 2008.- 227 p. : silt. RSL OD, 61 08-7 / 483

### **QURESHI HISTORY OF THE RUSSIAN FEDERATION**

*Mardanova Laysan Shamilevna*

*Economics Sterlitamak branch Bashkir State University*

*Sterlitamak, Russia*

**УДК 378.172**

### **МЕТОДИКА ОПТИМИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОК**

*Марчук Светлана Азатовна,*