"Алыш" бел боо күрөш мелдешин өткөрүү тартиби тууралуу эреже.

I. Жалпы тартип.

“Алыш" бел боо күрөшү - кыргыз элининин кур менен күрөшкөн улуттук бел боо күрөшү. Бул күрөшкө эркектер да, аялдар да катышат. Алыш, эркин (бут менен техникалык кыймылдары колдонулчу) жана классикалык (бут менен техникалык кыймылдарга тыюу салынуучу) түргө бөлүнөт.

Алыш күрөшүнүн тарыхы өзүнө байыркы замандарды камтып келет. Күрөштүн бул түрү кыргыздардын байыркы спорт оюндарынын бири болуп саналат.

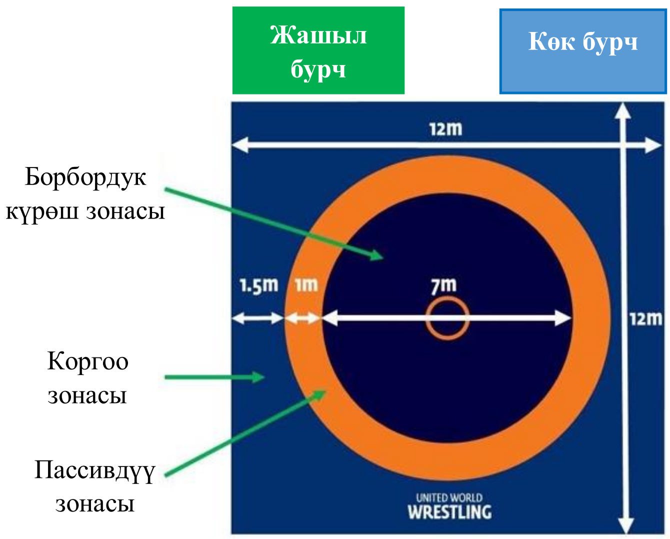
Балбандар, көк жана жашыл түстөгү атайын кийим жана ак түстөгү шым кийишет, ал эми кур болсо кызыл түстө болот. Балбандын баштапкы позициясы: спортчунун башы өзүнүн атаандашынын ийин жагында болуп, анын буттарынын кыймылын өзүнүн колдорунун астынан байкап турат. Балбандар өзүнүн бел жагында алдыга ийилүү менен атаандашынын оң колун өткөрөт дагы сол колун болсо оң колунун үстүнө алып келип бири-биринин курларын кармашат. Күрөш бутка турган абалда гана уланат. Ар бир балбандын негизги милдети атаандашынын курун коё бербестен далга кулатуу болуп эсептелет.

II. Таймаштын өтө турчу жери.

Таймаш Бириккен күрөштүн дүйнө (UWW) тарабынан кабыл алынган 12х12 метр түзгөн стандарттуу килемде өтөт. Килем 4 бөлүккө бөлүнгөн:

-борбордук тегеректченин ортосу 1 метр диаметрди түзүп, туурасы 10 см түзгөн кызгылт сары түс менен тегеректеп турат;

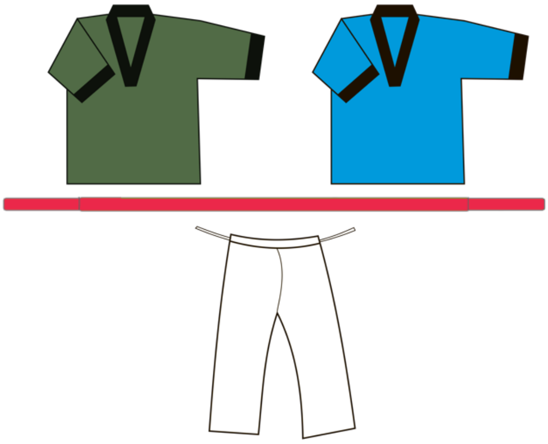
- борбордук күрөш зонасы;
- килемдин ички бөлүгү 7 метр диаметрин түзөт;
- пассивдүү зона - туурасы 1 метр болгон аянтча;
- коргоо зонасынын туурасы 1,5 метрди түзөт.



III. Кийимдин формасы.

Катышуучулардын формасы: атайын спорттук көк, жашыл түстөгү күрмө, ак түстөгү шым, кызыл түстөгү кур. Мелдешке биринчи чакырылган балбан, жашыл түстөгү кийимди, ал эми экинчиси, көк түстөгү кийимди киет. Мелдеш бут кийимсиз өтөт.

Кийим, калың материалдан даярдалат. Кийимдин узундугу жамбашка чейин болуусу керек. Курдун туурасы 4-7 см, узуну 150-180 см болусу керек.



IV. Мелдешти өткөрүү процедурасы.

Мелдеш түзмө түз жеңилүү системасы менен өтөт. Эгерде катышуучулардын салмак категориясы бирдей эмес болсо (4, 8, 16, 32, 64 ж.б.), квалификациялык мелдештер өткөрүлөт.

Полуфиналда жеңилип калган балбандар өз-ара 3-4 орунга мелдешет. Мелдештер төмөнкү сиситемада өтөт:

- квалификациалык раунддар,
- тандоо раунду,
- финал.

Эгерде бир салмакта 6 балбан болсо, норд системасы колдонулат (бири бирине каршылаш).

V. Салмак категориялары.

Төмөнкү салмак категориялар мелдеште (эркектерде жана аялдарда) колдонулат:

Эркин түр:

Эркектер (18 жаш жана андан жогору): -60 кг, -70кг, -80 кг, -90 кг, -100 кг, +100 кг.

Аялдар (18 жаш жана андан жогору): -55 кг, -60 кг, -65 кг, -70 кг, -75 кг, +75 кг.

Классикалык түр:

Эркектер (18 жаш жана андан жогору): -60 кг, -70кг, -80 кг, -90 кг, -100 кг, +100 кг.

Аялдар (18 жаш жана андан жогору): -55 кг, -60 кг, -65 кг, -70 кг, -75 кг, +75 кг.

VI. Мелдеш.

Чоңдор арасындагы мелдеште (эркектерде жана аялдарда) 1 период 3 мүнөттү түзөт. Күрөш бутка турган абалда гана өтөт.

Мелдешти тейлөөчү калыстар бригадасы, килемдеги башкы калыстан, арбитрден (килемдеги калыс) жана калыстардан турат (капталдагы калыстар).

Мелдештин башталышында арбитр килемдин борбордук бөлүгүндө туруп балбандарды чакырат. Арбитр, балбандар менен кол алып учурашып кийимдерин текшерет.

Балбандар бири бири менен кол алып учурашып, каршылашынын курунан кармап баштапкы позициясына турушат. Калыс “АЛЫШ” деп жарыялаганда күрөшүп башташат.

Кур төштүн деңгээлинде байланат. Кур менен төштүн ортосунда бир муштумдай аралык калат. Жашыл күрмөдөгү балбан каршылашынын курун биринчи кармайт. Ошондой эле кыймыл менен көк кийимчен балбан кыймыл аракеттерди жасайт.

Каршылашышыш курунун ички тарабына сырткы тарабынан колун киргизип/, спортчу курун колуна ороп кармайт.

Мелдеш бүткөн соң килемдеги жетекчи жеңүүчүүнү жарыялайт, ал эми арбитр жеңүүчүүнүн колун көтөрөт. Андан соң катышуучулар кол алышкан соң килемден кетишет.

Классикалык стильде каршылаштын кунуан ылдый кармаганга тыюу салынат. Бут менен активдүү кыймыл аракет жасоого тыюу салынат, каршылашты абага көтөрүүдөн башкасына тыюу салынат.

VII. Мелдештин аягы

Мелдеш таза чапкан учурда, каршылашын трамвасынан улам же убакыт бүтүп калганда бүтөт.

Мелдеш техникалык өзгөчө айырмадан бүтөт (6 баллга айырма болсо). Килемдин жетекчиси арбитрге 6 балл айырмачылык болгондо сигнал берет. Калыс, калыстар мүчөлөрү менен мелдеш тууралуу кеңешкен соң жеңүүчүүнү жарыялайт.

Эгерде арбитр сигналды укпай калган болсо, арбитрдин көңүлүн бурдуруу үчүн килемдеги жетекчи күрөшкө аралашып токтушу керек. Гонгдун үнү чыккан соң эч бир кыймыл аракет эсептелинбейт.

Мелдеш бүтөөрдө арбитр килемдин ортосуна туруп, килемдин жетекчисине карай карайт. Балбандар курдун бир башын ийинине коюп, арбитрдин колун кармап, эки тарапка жайгашышып чечимди күтүшөт. Аларга униформаны залдан чыкмайынча чечкенге болбойт. Жыйынтыкты жарыялагандан кийин, балбандар кол алышат. Андан соң ар бир балбан машыктыруучу жана каршылашы менен кол алышы керек.

Эгерде көрстүлгөн эрежелер сакталбаса, балбан дисциплинарлык тартипке тартылат.

VIII. Жеңиштин түрлөрү

Мелдештеги жеңиш төмөндөгүчө кырдаалда аныкталат:

- таза чабуу,
- каршылашы жаракат болсо,
- каршылашына мелдештин учурунда 3 жолу эскертүү айтылса,
- техникалык өзгөчөлүктөр болсо (6 баллга айырма болсо),
- мелдештен алып салуу,
- дисквалификациядан улам,
- баллдын айырмачылыгынан.

Бирдей убакытта бирдей балл алган учурда, жеңүүчү төмөнкү принциптер менен жарыяланат.

1. ыкмаларды жогорку баада аткаргандыгы (сапатына жараша)
2. эскертүүлөрдү аз алгандыгы үчүн.
3. акыркы бааланган кыймыл аракетке жараша.

Жеңүүчү, мелдеш учурунда көбүрөөк алган баллга жараша аныкталат.

Эгерде балбан каршылашын далы менен таза чапса, арбитр мелдешти токтотуп, «ТАЗА» деп команда берип, таза жеңиш жарыяланып, убакытка карасбатан жеңиш ыйгарылат.

Эгерде балбан 6 балл топтосо, техникалык өзгөчөлүктөрү үчүн жеңиш ыйгарылат. Мелдеш убагында 3 жолу эскерүү алган балбан, мелдештен жеңилет. Үчүнү эскертүү, калыстар бригадасы тарабынан бирдей чечим менен берилет.

IX. Ыкмалардын/прием жана кыймыл аракеттин баасы.

Таза жеңиш («ТАЗА» деп айтылып, протоколдо «5» деген баа жазылат) төмөнкү учурларда бааланат:

- каршылашын арты (далы) менен чапканда;
- контрприем үчүн, каршылаш бели менен кулаганда.

2 балл (протоколдо «2» деген баа менен жазылат) төмөнкү учурларда бааланат:

- балбан каршылашын капталы менен ыргытып, коопту абалга койсо.
- атака кылып жаткан балбан атака кылып жаткан учурда килемге бирже эки тизеси менен түшүп, ал эми ошол эле учурда экинчи балбан токтобостон жыгылып жатса.
- каршылашын килемге капталынан, 90* бурчта тийгизсе (курсак же жамбашы тийсе

1 балл (протоколдо «2» деген баа деп жазылат) төмөнкү учурларда бааланат:

- килемге эки тизеси менен тийгенде.

Баасыз кыймыл аракеттер

- ыкманы аткарууда, атака кылып жаткан балбан өзүнүн далысы менен ргып же килемде тоголонсо, атака кылган соң балбан ыргыса.
- «ТАЗА» килемден сырткары сналбайт
- эгерде жки балбан тең бирдей бирдей убагында капталынан куласа, техникалы кыймыл аракеттер саналбайт.

Ооз эки эскертүү (протоколо «V» деп жазылат)

- классикалык стилде ката деп жарыяланат, балбан буту менен биринчи жолу техникалы кыймыл аракеттердиколдонсо.

Классикалык түрдө бутту колдонуу тууралуу express тактоо:

Атака кылып жаткан каршылашын асманга так көтөргөндө буттарын колдонгонго болот. Ал үчүн каршылашын жерден толук так көтөрүшү керек, ошондо гана атака кылып жаткан балбан буттарын колдоно алат (ыкма «КАЙТАРМА» деп аталат)

Эскертүү (протоколдо «О» тамгасы менен жазылат)

- эгерде балбан арбитр тарабынан эскертүү уккандан кийин да пассивдуу күрөшсө.
-эгерде балбан бирнече жолу тартипти бузуп курду кое берип жиберсе
-эгерде балбан бирнече жолу килемден чыгып кетсе
-эгерде классикалык түрдө атака кылып жаткан балбан буттары менен бир нече жолу ыкмаларды колдонсо (жерде туруп алып)

Ар бир эскертүүдөн соң каршылашка 1 балл автоматтык түрдө кошулат

X. Тыюу салынган кыймыл аракеттер.

«Алыш» белбоо күрөшүндө, төмөнкү кыймыл аракеттерге тыюу салынат:

- эгерде балбан таймаш учурунда курду кое бергенде;
- эгерде балбан таймаш башталаарда курдан карматпаса;
- эгерде балбан приемду бир колун түшүрүп кылганда;
- эгерде балбан башы менен каршылашына вкма колдонуусуна каршылык көрсөтсө;
- эгерде балбан колу менен ичине таянса;

Пассивдүүлүк - балбанга каршылашына техникалык кыймыл аракет кылуудан качып активсиз таймаш көрсөтүү.