

# ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ГОРЕШ

## I. Описание.

Туркменская национальная борьба «гореш» является одной из разновидностей спортивной борьбы на поясах, которая своими корнями восходит к глубокой древности. В исторических источниках встречаются сообщения о том, что у предков туркмен приёмами борьбы владели не только мужчины, но и женщины.

Прославленные борцы брали под свою опеку наиболее одарённых учеников и из них готовили мастеров борьбы – пальванов, которые со временем передавали накопленный опыт уже своим ученикам. Туркменская борьба «гореш», сквозь века бережно передаваемая из поколения в поколение, дошла до нас в своём первоначальном виде.

На протяжении тысячелетий все семейные и общественные праздники и торжества туркмен не обходились без состязания местных пальванов. О лучших борцах слагались легенды, поэмы и песни. Из уст в уста переходили рассказы о схватках, где порой призом становились не просто материальные награды, а бессмертие в памяти потомков.

## II. Форма одежды борцов.

Форма борцов: брюки белого цвета, спортивная рубашка зелёного и красного цвета, пояс синего цвета.

Первым на ковер вызывается борец в зелёной форме, а вторым – в красной.



## III. Судейские команды и жесты.

Представление первого борца: борец в зелёной форме выходит на свой угол и ждёт следующую команду.



Представление второго борца: борец в красной форме выходит на свой угол и ждёт следующую команду.



Принять исходное положение: соперники становятся в исходное положение – одной рукой под пояс, а вторая в свободном захвате.



“Борцы на середину: борцы проходят на середину ковра.”



“Короткий захват”: соперники становятся в исходное положение – обеими руками под пояс, при этом руки должны касаться друг друга.



По этому жесту борцы опускаются ниже и растягиваются.



“Начало схватки”: схватка начинается по свистку арбитра (по резкому короткому сигналу). Арбитр делает шаг назад.



“Конец схватки”: схватка останавливается по длинному свистку арбитра.



“Подъём”:

борцы должны подняться после выполнения какого-либо броска или действия.

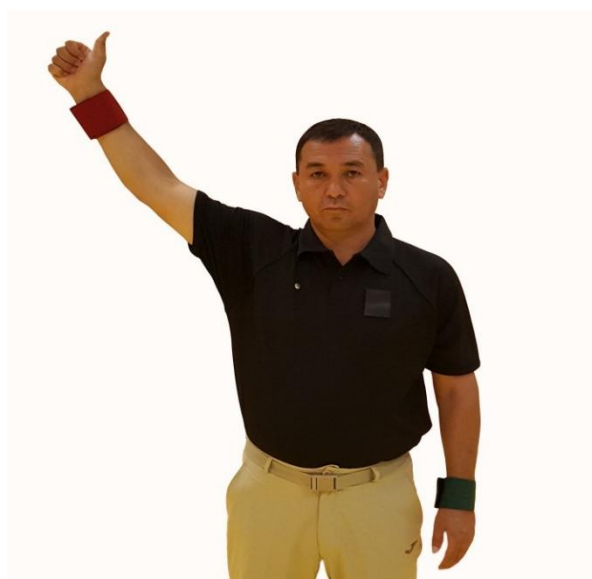


“Отмена ошибочной оценки”:

арбитр показывает ошибочную оценку, а другой рукой делает отмашку 2-3 раза над головой. Затем показывает правильную оценку.



“Один балл” присуждается за бросок, сваливание, скручивание соперника на живот, грудь, ягодицы, бедро, голову, плечо, колено (колени), бок; за собственное касание любой частью тела кроме ступней ног.



“Ничья” присуждается: за бросок, сваливание, скручивание одновременным касанием ковра обоим борцов.



“Чистая победа” присуждается:  
за бросок, сваливание,  
скручивание соперника в сторону  
спины (на лопатки), а также за  
касание поочередно лопатками  
без остановки.  
за контролируемое накрывание  
соперника на спину (на лопатки) с  
явной фиксацией.



“Блок”:  
в схватке один из борцов не дает  
бороться сопернику, упираясь  
кулаками в его ребро, бок или  
живот.



“Замечание” объявляется за:  
ведение пассивной борьбы;  
принятие низкой защитной  
стойки;  
умышленный выход за ковер;  
медленное принятие исходного  
положения;  
блокирование;  
упирание головой в лицо, плечо,  
или грудь соперника;  
препятствование взятия короткого  
броска.



“Предупреждение” объявляется  
за:  
повторные замечания;  
умышленный роспуск захвата или  
лишение возможности взять в  
захват;  
разговоры во время схватки;  
приемы вне ковра;  
дожимание соперника после  
проведения броска;  
роспуск захвата во время схватки.



“Выход за ковёр”:  
объявляется за выход борца  
(борцов) за пределы ковра.



“Действие за ковром” объявляется за:  
выполнение приемов за пределами  
ковра;  
продолжение приема за пределами  
ковра.



“Взять время” объявляется за:  
получение травмы;  
необходимостью медицинской  
помощи;  
поправку внешнего вида формы.



«Не засчитываемый приём» - если приём выполнен за пределами ковра,  
до свистка арбитра о начале (продолжении) схватки, после свистка  
арбитра о засчитывании балла, то приём не засчитывается.



«Роспуск захвата» - атакуемый боец во избежание падения распускает хват, отпуская руку. В этом случае ему присуждается замечание/предупреждение.



#### IV. Ход схватки.

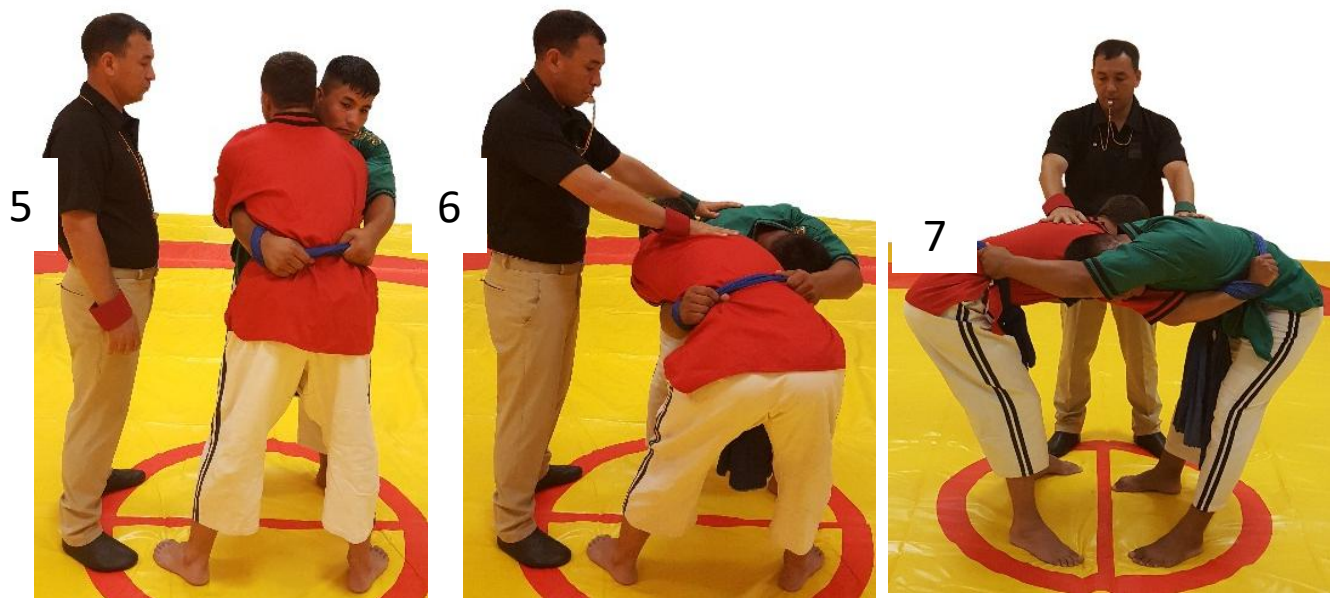
Завязывание пояса. При завязывании пояса одна рука борца должна быть между самим поясом и животом (рис. 1, 2).



Исходное положение. Борцы становятся в центре круга; обмениваются рукопожатиями (рис. 3). Арбитр проверяет форму борцов на наличие запрещенных предметов. По жесту арбитра борцы принимают исходное положение (рис. 4).



Руки борцов слегка согнуты в локтях, кисть одной руки просовывается под пояс, а вторая рука в свободном захвате, голова на плече или предплечье (рис. 5). По команде арбитра борцы опускаются ниже. (рис. 6, 7)



Короткий захват – это захват, при котором борцы должны просунуть кисти рук под пояс соперника так, чтобы они соприкасались (рис. 8, 9). После начала схватки борцы могут увеличить расстояние между кистями рук (рис. 10,11).



Во время схватки борцам разрешается держать одну руку другой (рис. 12). Если борец (борцы) вышел (вышли) за пределы ковра, арбитр объявляет «выход за ковёр» и присуждает замечание или предупреждение (рис. 13). Если борец (борцы) выполнил (выполнили) действие за пределами ковра, арбитр объявляет «действие за ковром» и присуждает замечание или предупреждение (рис. 14).

12



«Один балл» присуждается за:

- бросок, сваливание, скручивание соперника на живот, грудь, ягодицы, бедро, голову, плечо, колено (колени), бок (рис. 15, 16, 17, 18);
- собственное касание любой части тела кроме ступней ног (рис. 17, 19, 20).

17

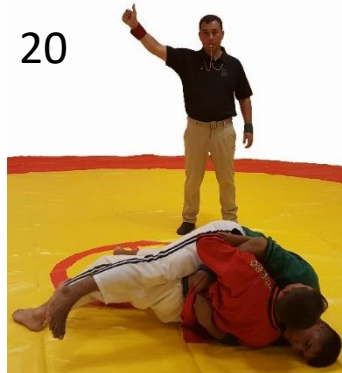


Атакующий или атакуемый борец должен всячески избегать собственного касания любой части тела о ковёр (рис.17, 19, 20). Технические действия, начатые на ковре и законченные за его пределами, оцениваются в один балл, если какая-либо часть тела любого из борцов находится в его пределах (рис.21).

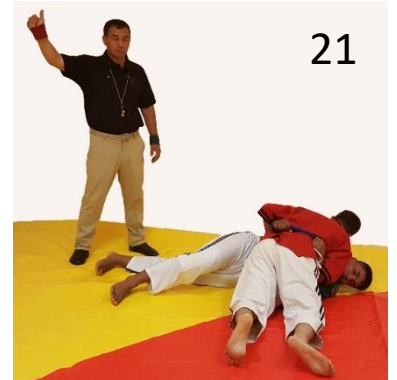
19



20



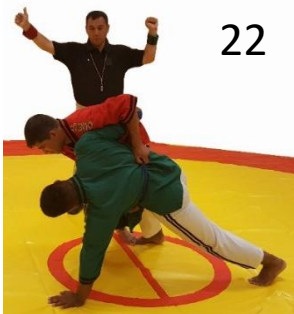
21



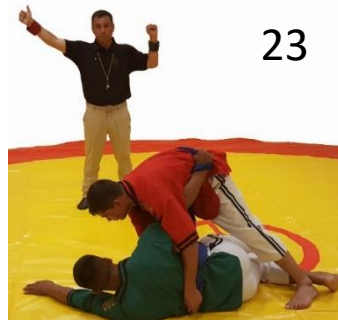
Предупреждение и балл. Если атакуемый борец во избежание падения опирается на руку или срывает атаку, падая, то он получает предупреждение, а его соперник получает балл (рис. 22, 23).

Чистая победа. Оценка «Чистая победа» присуждается за бросок, сваливание, скручивание соперника в сторону спины (на лопатки), а также за касание ковра поочерёдно лопатками без остановки; за контролируемое накрывание соперника на спину (на лопатки) с явной фиксацией (рис.24).

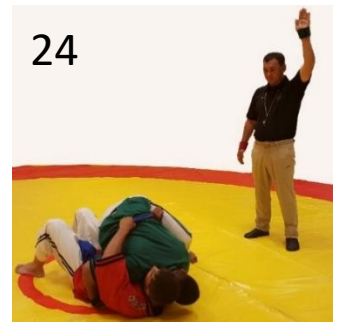
22



23



24



За бросок, сваливание, скручивание одновременным касанием ковра обоих борцов присуждается «ничья» (рис. 25). Если атакуемый борец во избежание падения, распускает хват и этим срывает атаку, то ему присуждается замечание/предупреждение (рис. 26). Если атакуемый борец мешает атакующему, блокируя его действия руками, то атакуемый получает замечание/предупреждение (рис. 27, 28).



Если во время схватки один из борцов умышленно выходит за пределы ковра, то ему присуждается замечание/предупреждение (рис. 29, 30).

Схватка заканчивается:

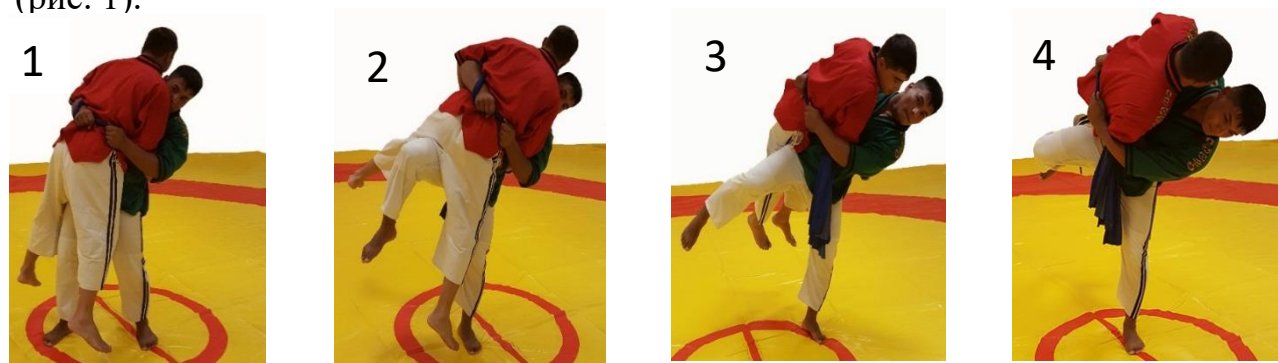
- при присуждении чистой победы одному из борцов;
- при явном техническом преимуществе (борец набирает 2 балла);
- снятии или дисквалификации одного или обоих борцов;
- при окончании установленного времени схватки.

Окончание установленного времени схватки извещается звуковым сигналом (гонгом), после чего арбитр останавливает схватку свистком (резкий продолжительный сигнал). После окончания схватки оба борца подходят к арбитру со своей стороны, и при оглашении результатов арбитр поднимает руку победителя (рис. 31).



## V. Классический стиль.

В классическом стиле атакующий борец может совершить атаку с поднятием колена изнутри (рис. 2) или снаружи (рис. 3, 4) только после того, как он поднимет соперника (соперник не должен касаться ковра ни одной ступнёй) (рис. 1).



Запрещается использовать приёмы атаки, не поднимая при этом соперника (рис. 5, 6, 7, 8); если же приём был совершён, борцу присуждается замечание/предупреждение.



## **VII. Продолжительность схватки.**

Время схватки: 3 минуты.

В случае ничьи (1:1 или 0:0) даётся 1 минута борьбы с коротким захватом, и схватка продолжается до первого оценённого технического действия. в случае ничьи после короткого захвата происходит повторное взвешивание борцов, и побеждает борец, вес которого меньше, чем у его соперника (3:1).

## **VIII. Типы побед.**

«Чистая победа» присуждается:

- За бросок, сваливание, скручивание соперника в сторону спины (на лопатки), а также за касание поочередно лопатками без остановки.

- За контролируемое накрывание соперника на спину (на лопатки) с явной фиксацией (5:0). Оценка пишется в протокол хода соревнований большой буквой «А» ('Arassa ýeňiş'), а на табло - цифра «2».

К чистой победе приравнивается:

- победа при снятии или дисквалификации соперника (5:0);

- победа ввиду неявки соперника на ковёр (5:0);

- победа ввиду отказа, болезни или травмы соперника (5:0).

Победа с явным техническим преимуществом – борец набирает 2 балла (4:0), если у проигравшего есть технические баллы 2:1 (4:1).

Победа по баллам – схватка заканчивается 1:0 (3:0).

Обоюдная дисквалификация (0:0).

## **IX. Система проведения соревнований.**

Соревнования по туркменской национальной борьбе «Гореш» могут проводиться по:

Олимпийской системе с прямым выбыванием. Борцы, проигравшие в полуфиналах, получают третьи места.

По круговой системе, когда в весовой категории не более пяти участников. В этом случае определяется только одно третье место.

## **X. Протесты.**

Секунданты имеют в наличии зелёные и красные кубики из поролона («челенж») для экстренной остановки схватки в спорной ситуации в случае, если какое-либо техническое действие было неверно по их мнению оценено. Если после обсуждения судейской бригадой оценка технического действия осталась без изменения, то подопечный секунданта автоматически получает предупреждение и «челенж» забирается.