

«СОГЛАСОВАНО»

Президент
Общероссийской
физкультурно - спортивной
общественной организации
«Всероссийская федерация самбо»

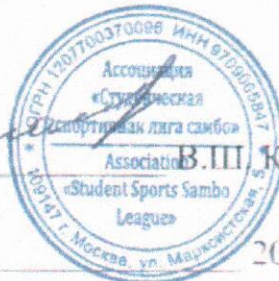


С.В. Елисеев

2022 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Президент Ассоциации
«Студенческая спортивная лига
самбо»



В.Ш. Каганов

2022 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Президент
НРФСО «НРФС»



С. О. Колесников

2022 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Директор
ГАОУ НСО «СШ самбо»



В. Туров

2022 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

об открытых соревнованиях по самбо
среди школьников, кадетов и студентов

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Открытые соревнования по самбо среди школьников, кадетов и студентов (далее – Соревнования) проводятся во исполнение распоряжения Президента Российской Федерации «О мерах по поддержке и развитию самбо в Российской Федерации» от 16 ноября 2018 года №338-рп в рамках реализации Всероссийского конгресса «За самбо будущее» в целях развития самбо в Российской Федерации.

Основными задачами проведения Соревнований являются:

- популяризация самбо в Российской Федерации;
- расширение спортивных связей среди школьников, кадетов и студентов;
- развитие спортивного движения среди школьных и студенческих клубов, развивающих самбо;
- привлечение школьников, кадетов и студентов к здоровому и безопасному образу жизни;
- повышение физической подготовленности и спортивного мастерства обучающихся, кадетов и студентов.

II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Соревнования проводятся в г. Новосибирске в период с 10 по 12 ноября 2022 года, в том числе день приезда – 10 ноября, день отъезда – 12 ноября.

Место проведения: г. Новосибирск, ул. Фабричная, д. 17/4, спортивный комплекс ГАУ НСО «СШ самбо».

III. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Общее руководство организацией Соревнований осуществляют Ассоциация «Студенческая спортивная лига самбо» (далее – Лига), Общероссийская физкультурно-спортивная общественной организации «Всероссийская федерация самбо» (далее – Федерация), НРФСО «НРФС» при поддержке Минобрнауки России и ГАУ НСО «СШ самбо».

Непосредственное проведение Соревнований возлагается на Лигу и главную судейскую коллегию (далее – ГСК), утверждаемую Федерацией.

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

Соревнования проводятся по трем возрастным категориям:

- 1 категория – школьники: 10 – 12 лет;
- 2 категория – кадеты: 12 – 14 лет;
- 3 категория – студенты: 18 – 25 лет.

К участию в соревнованиях среди школьников (1 категория участников) допускаются обучающиеся возрастной категории от 10 до 12 лет

одной общеобразовательной организации, являющейся участником Всероссийского проекта «Самбо в школу». Состав команды: 8 человек (4 мальчика и 4 девочки). Общий состав делегации – 9 человек.

К участию в соревнованиях среди **кадетов (2 категория участников)** допускаются юноши возрастной категории от 12 до 14 лет (2008-2010 годов рождения), обучающиеся кадетских образовательных организаций. Состав команды: 5 спортсменов (по одному участнику в каждой весовой категории 42, 46, 50, 54, 59 кг.). Общий состав делегации: 8 человек (5 участников, 1 представитель, 1 тренер и 1 судья).

К участию в соревнованиях среди **студентов (3 категория участников)** допускаются студенты дневной формы обучения ВУЗов; выпускники ВУЗов, получившие диплом об образовании государственного образца в год, предшествующий проведению соревнований; возраст участников от 18 до 25 лет. Состав участников команды: 9 человек (юниорки 54, 59, 65, 72 и юниоры весовой категории: 64, 71, 79, 88, 98). Общий состав делегации – 11 человек, из них 9 спортсменов (4 юниорки, 5 юниоров), 1 тренер, 1 судья.

К участию в Соревнованиях могут допускаться иностранные команды дружественных Российской Федерации стран по отдельному приглашению организаторов.

V. ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ

Соревнования проводятся по следующим видам программ:

- школьники 1 категории – «демо самбо» (приложение 2);
- кадеты 2 категории:
 - * «спортивное самбо» (лично-командный характер соревнований, проводится в соответствии с правилами вида спорта «самбо», утвержденными приказом Минспорта России №892 от 4 декабря 2020 года,
 - * «прикладное самбо» (приложение 3);
- студенты 3 категории – «спортивное самбо» в соответствии с правилами вида спорта «самбо», утвержденными приказом Минспорта России №892 от 4 декабря 2020 года.

Дата	Программа
10 ноября 2022 года	
14.00	День приезда участников Соревнований
15.00	Официальная тренировка
16.00	Комиссия по допуску участников Соревнований
17.00	Взвешивание участников всех категорий:
18.00	Совещание ГСК, тренеров, представителей команд
19.00	Жеребьевка участников Соревнований
11 ноября 2022 года	
9.00	Общая тренировка спортсменов
9.45	Построение участников

10.00	Начало соревнований, предварительные встречи
16.00	Финальные встречи
17.00	Торжественная церемония награждения победителей и призеров соревнований

12 ноября 2022 года

10.00	День отъезда участников Соревнований
-------	--------------------------------------

Соревнования проводятся в соответствии с правилами вида спорта «самбо», утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 04.12.2020 №892, с изменениями, внесенными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 05.02.2021 №52, от 05.04.2022 №288.

VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Подведение итогов соревнований **1 категории «школьники»** по виду программы «Демо Самбо» проводится по результатам командного зачета.

Победитель и призеры в командном зачете по виду программы: «Демо Самбо» определяется по наибольшей сумме баллов. В случае равенства баллов, лучший результат определяется по наибольшему количеству баллов набранных в разделе «Борьба в стойке».

Подведение итогов соревнований **2 категории «кадеты»** по виду программы «прикладное самбо» проводится в виде зачёта и допуска до соревнований по виду программы «Спортивное самбо».

Спортивное самбо проводится по системе лично – командного зачета.

В личных видах программы Соревнований победители определяются в финальной встрече. В каждой весовой категории разыгрываются первое, второе и два третьих места, отдельно среди юниоров и юниорок.

Командный зачет определяется по наибольшей сумме набранных очков всеми участниками команды, отдельно, среди юниоров и юниорок.

Подсчет очков производится по большей сумме очков, начисляемых зачетным участникам по принципу: 1 место - 7 очков, 2 место - 5 очков, 3 место - 3 очка, 5-6 место - 1 очко;

При равенстве очков у двух или нескольких команд преимущество получает команда, зачетные участники которой имеют последовательно:

- большее количество первых, вторых и т.д. мест;
- большее число участников в тех весовых категориях, в которых зачетными участниками заняты первые места;
- большее число побед этих зачетных участников; лучшее качество этих побед и поражений;

– большее число участников в тех весовых категориях, в которых зачетные участники заняли вторые места и т.д..

Подведение итогов соревнований **3 категории «студенты»** по виду программы **«Спортивное самбо»** проводится по системе лично – командного зачета, в соответствии с правилами вида спорта «самбо», утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 04.12.2020 №892, с изменениями, внесенными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 05.02.2021 №52, от 05.04.2022 №288.

В личных видах программы Соревнований победители определяются в финальной встрече. В каждой весовой категории разыгрываются первое, второе и два третьих места, отдельно среди юниоров и юниорок.

Командный зачет определяется по наибольшей сумме набранных очков всеми участниками команды, отдельно, среди юниоров и юниорок.

Подсчет очков производится по большей сумме очков, начисляемых зачетным участникам по принципу: 1 место - 7 очков, 2 место - 5 очков, 3 место - 3 очка, 5-6 место - 1 очко;

VII. НАГРАЖДЕНИЕ

Победители и призеры Соревнований (1,2,3 места) в командных видах программы (Демо самбо) награждаются командным кубком, медалями и дипломами Лиги самбо.

Победители и призеры Соревнований (1,2,3 места) в личных видах программы награждаются медалями и дипломами Лиги самбо.

Команды-победители и призеры (1-3 места), отдельно среди юниоров (спортивное самбо), юниорок (спортивное самбо) награждаются кубками и дипломами Лиги самбо.

Тренеры победителей Соревнований в личных видах программы и тренеры команд-победителей награждаются дипломами Лиги самбо.

Все участники награждаются сувенирной продукцией.

VIII. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Лига самбо совместно с НРФСОО «НРФС» обеспечивают доленое участие в финансировании Соревнований по согласованию.

Расходы, связанные с проживанием и питанием участников Соревнований в период проведения соревнований, осуществляются за счет средств Организатора.

Расходы, связанные с командированием делегации для участия в Соревнованиях (проезд в оба конца, суточные в пути, страхование) осуществляются за счет средств командующих организаций.

Страхование участников Соревнований производится за счет средств бюджетов субъектов Российской Федерации и внебюджетных средств, в соответствии с законодательством Российской Федерации.

IX. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляются согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. № 353, а также требованиям правил по виду спорта «самбо».

Соревнования проводятся на спортивных сооружениях, включенных во Всероссийский реестр объектов спорта в соответствии с федеральным законом от 04 декабря 2007 года №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», и актом готовности спортивного сооружения к проведению мероприятий, утвержденным в установленном порядке. Медицинское обеспечение Соревнований осуществляется в соответствии с Приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 г. № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях».

Соревнования проводятся в соответствии с Регламентом по организации и проведению официальных физкультурных и спортивных мероприятий на территории Российской Федерации в условиях сохранения рисков распространения COVID-19, утвержденного Минспортом России и Роспотребнадзором от 31 июля 2020 года (с дополнениями и изменениями).

X. СТРАХОВАНИЕ УЧАСТНИКОВ

Участие в Соревнованиях осуществляется только при наличии полиса (оригинала) страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, который представляется в комиссию по допуску участников в день приезда на Соревнования.

XI. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Предварительные заявки на участие в Соревнованиях направляются в адрес Лиги по электронной почте university@ligasambo.ru в печатном виде не

позднее 10-ти дней до начала мероприятия, указав в теме письма «название ВУЗа _заявка на Соревнования».

В день приезда в комиссию по допуску участников Соревнований предоставляются следующие документы:

- заявка от образовательной организации (в 2-х экземплярах) по форме согласно Приложению №1;

- оригинал документа, удостоверяющего личность (паспорт или свидетельство о рождении);

- оригинал договора о страховании от несчастных случаев;

- справка школьника с фотографией или студенческий билет и зачетная книжка (с отметкой дневного отделения), или заверенная копия диплома об окончании вуза в 2021-2022 г.г.;

- оригинал полиса страхования жизни и здоровья от несчастных случаев.

Каждый участник до прохождения комиссии по допуску на Соревнования должен пройти электронную регистрацию на сайте:

<https://forms.yandex.ru/admin/62fa0ddc4893be0198f3a1f4/edit>

ЗАЯВКА
на участие в открытых соревнованиях по самбо
среди школьников, кадетов и студентов

Страна _____
 Субъект Российской Федерации _____
 Наименование организации (полное по Уставу) _____

 Наименование организации (кратко) _____
 Наименование спортивного клуба организации (при наличии) _____

№ п/п	Вес. кат.	Ф.И.О.	Дата рождения (число, месяц, год)	Спорт. звание, разряд	Ф.И.О. тренера\педаг ога	Виза врача Печать
Девочки (девушки)						
1						
2						
....						
Мальчики (юноши)						
1						
2						
...						

Всего допущено к участию в Соревнованиях _____ участников.

Ф.И.О врача (полностью) _____

Печать медицинского учреждения, в котором участник проходили диспансеризацию

Руководитель образовательной
 организации _____ / _____ /
МПподписьрасшифровка подписи

Тренер (руководитель команды) _____ / _____ /
подписьрасшифровка подписи

Контактные данные сопровождающего команды (телефон, e-mail): _____

Демо самбо
(демонстрационное самбо)

Демо самбо (демонстрационное самбо) - это спортивные соревнования, в которых команды представляют групповую композицию, выполняя интенсивный и непрерывный комплекс упражнений, включающий технические элементы самбо, сложную координацию, иные элементы различной сложности исполнения под музыкальное сопровождение (фонограмму).

Необходимые элементы Композиции¹ - приветствие команды, музыкальное сопровождение, сюжетная линия, обязательная и вариативная часть программы, презентабельность (внешний вид).

Численный состав команды на Демо Самбо составляет 8 человек.

Обязательная часть программы:

Обязательная часть программы должна быть выполнена всеми участниками команды одновременно

1. Технические элементы самбо из раздела:

1.1. Борьба в стойке – 5 упражнений: бросок «задняя подножка», бросок «захватом ноги», бросок «передняя подножка», бросок «задняя подножка с захватом ноги».

1.2. Борьба в партере – 2 упражнения: переворот на рычаг локтя, переворот на удержание сбоку.

1.3. Служебно-прикладное самбо – 1 упражнение: освобождение участника от захвата руками сзади

2. Обще- и специально-подготовительные упражнения – 2 упражнения: кувырок назад и самостраховка при падении вперед на бок кувырком.

3. Смена позиций на площадке (позиционный рисунок) – не менее 2 смен.

Вариативная часть программы:

В исполнении вариативной части программы допускается дифференцированный подход к выполнению упражнений участниками команды.

1. Технические элементы из различных разделов самбо (свободный выбор), исключая запрещенные травмоопасные действия, установленные данными Правилами.

2. Обще- и специально-подготовительные упражнения - свободный выбор, но не более 20% от общего времени исполнения композиции.

¹ Композиция - это система внутренних связей, объединяющая все компоненты форм и содержаний в единое целое, взаимная согласованность всех частей между собой и целым.

3. Творческий компонент - отразить философию самбо² посредством различных видов искусства и иных средств самовыражения – не более 10 % общего времени.

Основным критерием включения в программу каких-либо сложных элементов и движений является их травмобезопасность и уместность.

Движения участников выполняются в темпе музыкального сопровождения, что обеспечивает определённую интенсивность и характер программы.

Не допускается солирование и простой участников, но возможно выполнение разных партий группами участников.

Запрещены травмоопасные действия (бросок «ножницы», приёмы (особенно недостаточно изученные) с приземлением оппонента головой в ковёр, удар в полном контакте, бросок прогибом, подсечки в колено, болевые и удушающие приемы с излишним воздействием и иные техники, приводящие к боли и травмам участников).

Площадка для выступлений.

Групповое упражнение «Демо - самбо» выполняется на ковре самбо, соответствующем требованиям ВФС.

Выход участника за пределы ковра не допускается.

Длительность программы.

Длительность программы составляет от 2`30 до 3`30 минут.

Выход команды на ковер осуществляется сразу после объявления судьёй – информатором.

После того, как выступление объявлено, команда должна приступить к выступлению, но не позднее чем через 2 минуты после объявления.

Через 2 минуты после повторного приглашения команды на ковер, если команда не начинает свое выступление, то она снимается с соревнований.

Команда кратко приветствует зрителей (пример – название команды и девиз) в любой период выступления (в начале или в середине, или в конце).

Отсчёт времени выступления начинается с первого звукового сигнала музыки (или первого движения участников) и завершается также концом музыкального сопровождения (или финальной точкой композиции).

По окончании выступления участники покидают ковер, только по команде судьи – комментатора.

Повторное выполнение упражнения.

Если команда не смогла начать выступление по независящим от неё причинам или же оно было прервано (к примеру, фонограмма), то разрешено повторное выполнение. Разрешено одно повторное выполнение программы (с начала), если произошёл сбой программы по вине участников, это влияет на оценку судей.

Музыкальное сопровождение.

² Философия Самбо -это философия созидания, философия победы, философия постоянного развития, обновления и открытости ко всему лучшему, основывается на нравственных принципах, многонациональной культуре разных народов и преемственности опыта предыдущих поколений.

Музыкальное сопровождение должно соответствовать всем нормам и требованиям Российского законодательства.

Команда должна представить в оргкомитет соревнований фонограмму выступления на флеш – карте до начала выступления и проверить ее качество.

На флеш-карте должно быть обозначено: 1) название команды и номер общеобразовательной организации.

Интенсивность программы.

Остановки, паузы и фиксации элементов должны составлять не более 3 секунд.

Одежда участников.

Все члены команды должны быть аккуратны и презентабельны, одеты в одинаковую экипировку. Допускается различная цветовая гамма разных групп в команде (к примеру, юноши и девушки). Допускается использование костюмов, соответствующих характеру композиции.

Не допускается использование пиротехнических устройств, хлопушек и других аксессуаров, после которых необходима дополнительная уборка площадки после выступления команды. В случае возникновения сомнений по поводу уместности использования тех или иных предметов, аксессуаров и костюмов необходимо обращаться в оргкомитет.

Оценка выступлений и определение победителей (судейство)

1. Судейская бригада «Т», оценивающая «Техническое мастерство» спортсменов состоит из 3-х судей и начисляет очки за технику (правильность, темп или непрерывность, амплитуда).

Судьи оценивают:

- технику самбо в стойке;
- технику самбо в партере;
- технику из раздела «самозащита без оружия»
- технику обще- и специально-подготовительных упражнений, и иных средств самовыражения.

Оценка технического мастерства (качества исполнения) - осуществляется из 10 баллов. В итоговый протокол включается средний балл.

2. Судейская бригада «И», оценивающая «Исполнительское мастерство» - спортсменов, состоит из 2-х судей и начисляет очки за качество исполнения композиции.

Судьи оценивают исполнительское мастерство команды – сложность композиции, соотношение музыкального сопровождения характеру композиции, эмоциональность выступления, смена позиций на площадке, остановки, паузы и фиксации.

Оценка исполнительского мастерства осуществляется из 10 баллов.

В итоговый протокол включается средний балл от двух судей.

3. Судья общего впечатления команды «О» - оценивает внешний вид, время исполнения, количество выступающих, качество презентации

команды.

Оценка общего впечатления производится из 5 баллов.

Сбавки нарушений техники с участников команды:

мелкие постоянные нарушения техники движений - 0,1 - 0,3 балла;

постоянные нарушения техники средней степени (явные нарушения) - 0,3 - 0,5 балла;

явные значительные искажения техники движений, в результате которых движения не соответствуют данному виду 1 балл;

выполнение элементов травмоопасным способом (пример: при выполнении самостраховки участник касается головой ковра) – 1 балл;

Сбавки общих нарушений с команды в целом:

регламент – каждые 30 секунд недобора или перебора временного регламента – 0,5 баллов;

явное несоответствие программы заявленному виду соревнований - 3 балла;

внешний вид – сбавки от 0,5 до 3 баллов;

смена позиций на площадке - сбавки от 0,5 до 2 баллов;

остановки, паузы и фиксации - сбавки от 0,5 до 2 баллов;

несоответствие программы с музыкальной композицией - сбавки от 0,5 до 2 баллов;

сложность композиции – каждый содержательный блок от 0 до 2 баллов

эмоциональность – надбавки от 0,5 до 3 баллов

отсутствие в составе команды одного участника – 1 балл.

Команда снимается с этапа «Демо самбо» и получает оценку «0» баллов:

за опоздание выхода на ковер, после второго объявления судьи – информатора;

за выполнение запрещенных травмоопасных действий;

за выступление с музыкальной композицией с использованием нецензурных выражений, призывов к употреблению алкоголя, асоциальному поведению и экстремистским действиям.

Итоговая оценка команды.

Итоговый результат складывается из суммы баллов начисленных судейской коллегией за «техническое мастерство» (средний бал) и средней оценки за «исполнительское мастерство» и оценки за общее впечатление команды.

Победившей считается та команда, которая имеет высшую оценку.

При равенстве суммы баллов победившей считается та команда, которая имеет высшую оценку за «техническое мастерство» (далее лучший балл в технике самбо в стойке, далее лучший балл в технике самбо в партере).

Прикладное самбо

Прикладное самбо – комплекс приемов самозащиты без оружия (боевых приемов) предназначенный для организации и обеспечения подготовки кадет с целью выполнения ими служебных задач, должностных обязанностей в соответствии с их предназначением.

Для проверки кадет назначается пять боевых приемов, предусмотренных программой обучения из разных групп: приемы самостраховки, болевые приемы, броски в стойке, боевые приемы без оружия, приемы освобождения от захватов и броски, приемы боя с оружием, специальные приемы.

Форма одежды: № 4(военная)

Общая оценка по боевым приемам для кадет определяется по пяти боевым приемам согласно разработанным билетам, при этом выполнение приема оценивается:

«**выполнено**» - если прием проведен согласно описанию, быстро, уверенно и доведен до завершения (связывание или конвоирование);

«**не выполнено**» - если прием проведен не в соответствии с описанием или не доведен до завершения.

Оценка кадетам по боевым приемам определяется:

«**отлично**» – если выполнено 5 приемов;

«**хорошо**» – если выполнено 4 приема;

«**удовлетворительно**» – если выполнено 3 приема;

«**неудовлетворительно**» – если не выполнены требования на оценку «удовлетворительно».

Кадеты, которые оценены по боевым приемам на оценку неудовлетворительно не допускаются к участию в спортивной части соревнований.

Перечень боевых приемов самбо, выносимых для проверки:

1. Приемы самостраховки:
 - самостраховка при падении на бок, на грудь, на спину.
2. Боевые приемы без оружия:
 - загиб руки за спину рывком;
 - рычаг руки наружу;
 - рычаг руки внутрь.
3. Приёмы боя с оружием:
 - изготовка к бою с оружием;
 - удар прикладом сбоку;
 - удар затыльником приклада;
 - удар магазином;
 - защита подставкой автомата;
 - обезоруживание противника при ударе ножом снизу;

- обезоруживание противника при ударе ножом прямо;
 - обезоруживание противника при ударе ножом сверху;
 - обезоруживание противника при угрозе пистолетом в упор сзади;
 - обезоруживание противника при угрозе пистолетом в упор спереди;
4. Специальные приемы:
- комплекс боевых приемов без оружия (на 8 счетов);
 - комплекс боевых приемов с автоматом (на 8 счетов);
 - Бросок «Задняя подножка»;
 - Бросок через Бедро;
 - Освобождение от захвата шеи сзади, спереди;
 - Освобождение от захвата туловища с руками сзади (спереди);
 - Освобождение от захвата туловища сзади.

БИЛЕТЫ ПРИКЛАДНОЕ САМБО

БИЛЕТ № 1

1. Приемы самостраховки.
2. Бросок «Задняя подножка»
3. Приём задержания способом "Загиб руки за спину рывком".
4. Обезоруживание противника при угрозе пистолетом в упор сзади.
5. Комплекс приёмов без оружия на 8 счетов.

БИЛЕТ № 2

1. Приемы самостраховки.
2. Освобождение от захвата шеи сзади.
3. Приём задержания способом "Загиб руки за спину рывком".
4. Обезоруживание противника при ударе ножом сверху.
5. Комплекс приёмов без оружия на 8 счетов.

БИЛЕТ № 3

1. Приемы самостраховки.
2. Бросок через бедро.
3. Освобождение от захвата туловища с руками сзади.
4. Обезоруживание противника при ударе ножом прямо.
5. Комплекс приёмов без оружия на 8 счетов.

БИЛЕТ № 4

1. Приемы самостраховки.
2. Освобождение от захвата шеи спереди
3. Приём задержания способом "Загиб руки за спину рывком".
4. Обезоруживание противника при угрозе пистолетом в упор спереди.
5. Комплекс приёмов без оружия на 8 счетов.

БИЛЕТ № 5

1. Приемы самостраховки.
2. Освобождение от захвата туловища сзади.
3. Боевой прием "Рычаг руки внутрь".

4. Обезоруживание противника при ударе ножом снизу.
5. Комплекс приёмов с оружием на 8 счетов.

БИЛЕТ № 6

1. Приемы самостраховки.
2. Бросок «С захватом двух ног спереди».
3. Приём задержания способом "Загиб руки за спину рывком".
4. Обезоруживание противника при ударе ножом снизу.
5. Комплекс приёмов с оружием на 8 счетов.