Вестник ринго

Спорт
Образование
Тренировки
Инвентарь
Соревнования

Всё о ринго в
Сыктывкаре,
Республике Коми,
России,
мире

Факты о ринго

- Ринго – техничный командный вид спорта
- Появился в Польше в 1959 году
- Автор – Влодзимеж Стжижевски
- Играют в ринго на стандартной волейбольной площадке
- Инвентарь – два специальных резиновых кольца

Игровое кольцо для ринго, вес—165 г, диаметр— 17 см.

Влодзимеж Стжижевски (1931-2001), автор игры ринго, известный польский фехтовальщик.

- В ходе игры необходимо поймать одно или оба кольца и забросить на поле противника через сетку
- Партия идёт до 15-17 очков в зависимости от разницы в счёте
- Ринго – симметричный спорт – в двигательный процесс включены все части тела. Обе руки работают независимо: какой рукой кольцо поймал, той и кидаешь
- С кольцом передвигаться нельзя
- Основными правилами можно овладеть за 5 минут

- Ринго можно заниматься от 7 до 70 лет
- Это семейный вид спорта
- Ринго распространено в странах центральной и восточной Европы
- В России играют в Сыктывкаре и Тюмени

В ринго играют в командах по 2 или 3 человека. Но также играют 1 на 1.

Ринго предназначено также и для реабилитации людей с ограниченными возможностями.

- В Сыктывкаре работает 4 секции – три детских и взрослая
- Ринго – массовый доступный спорт для всех
- Максимум движения и минимум травмоопасности
- Ринго можно использовать в реабилитации людей с ограниченными возможностями

- Ринго благоприятно сказывается на развитие координации движения ребенка
- В процессе взаимодействия с кольцом развивается мелкая моторика рук
- Мы В Контакте – Сыктывкарская ассоциация ринго
- Лови своё кольцо удачи!

Логотипы Международной федерации ринго (слева) и Сыктывкарской ассоциации ринго(справа)

Ринго в СССР

Возрождающийся спорт ринго в России не новшество. Эта спортивная игра, возникшая на закате СССР, была погребена под его обломками в нескольких республиках. Кто играл и откуда ринго была занесено в советский союз.

В 1990 году кафедра физической культуры Института молодежи и ее старейший работник – доцент Л.Е Аргун выступили инициаторами создания новой, нетрадиционной игры « Ринго», которая быстро завоевала популярность среди студентов, сотрудников института, детей и молодежи не только города Москвы, но и ряда регионов России. Учитывая большой интерес к этой игре со стороны организаторов массовой физкультуры, в Институте молодежи в мае 1990 г. Состоялся первый международный семинар по развитию и пропаганде нетрадиционных видов спорта – в том числе и Ринго, в котором приняли участие представители из Узбекистана, Казахстана, Белоруссии, Украины, Башкирии, других регионов страны.

Л.Е. Аргун, инициатор игры ринго на базе института молодежи в Москве.

В рамках семинара состоялся 1 Московский международный турнир по Ринго, победителем которого стали спортсмены из Польши, 2-е и 3-е места заняли сборные команды Института молодежи (тренер – мастер спорта СССР, заслуженный работник физической культуры РСФСР, доцент кафедры физической культуры Л. Е. Аргун). В эти же дни состоялась учредительная конференция по созданию Ассоциации клубов Ринго СССР. Первым президентом Ассоциации был избран А. А. Чванов. Созданию Ассоциации предшествовала большая организаторская и пропагандистская работа. Оргкомитетом, клубом любителей Ринго, кафедрой физической культуры было проведено несколько методических семинаров по Ринго а Москве и Московской области с работниками системы народного образования, организаторами массовой физической культуры по месту жительства, подготовлены и изданы методические рекомендации с правилами игры в Ринго. На базе Института молодежи прошел первый турнир по Ринго среди школьников Перовского района г. Москвы, в котором приняли участие школьники из Ступинского района Московской области. Победители были удостоены права участвовать в 1 Всесоюзном детском фестивале культуры и спорта, который прошел во Всесоюзном пионерском лагере «Артек» в сентябре 1990 года. Придавая важное значение данному эксперименту, Комитет физической культуры и спорта СССР 9 октября 1991 года принял постановление «О признании Ринго видом спорта в системе физической культуры и спорта СССР». Данный прецедент не имеет аналогов и сегодня не только в отечественной вузовской системе воспитания, но и зарубежной практике.

Светлана Максимова, Москва

История одной секции

С игрой ринго я знаком уже 15 лет. Впервые я увидел её в летнем лагере в конце 1990х, да и то, не просто увидел, как летят кольца, а как вкапываются столбы-стойки для сетки и размечается поле. С этого символичного знакомства эта игра или вид спорта ассоциируются у меня с постоянным созданием, установлением новых форм и практик – секций, турниров, творческих занятий, программ и проектов и всей массы мероприятий и документов, которые сопровождают становление нового вида спорта. Моя тренерская деятельность как

Победители городского турнира «в мужских двойках», 2013 год.

руководителя секции ринго стартовала в начале 2004 года на базе МОУ «Русская гимназия» в Сыктывкаре. Эту спортивную секцию я подхватил у молодого педагога, мне достался уже готовый коллектив, сплочённый узами 9 или 10 класса. Я был тогда студентом второго курса университета и устройство на официальное место работы с трудовой книжкой потребовало от меня изначально серьёзного отношения к данной деятельности. Мною сразу был выбран очень плотный график тренировок – мы занимались три раза в неделю по 2,5-3 часа. Тогда и для меня и для старшеклассников это было просто занимательным активным отдыхом, развлечением. Однако месяца через два я заметил, что участников моих занятий становилось меньше. Порой приходило и вовсе два-три человека. В таком случае приходилось придумывать всевозможные упражнения, задания с кольцом, чтоб пришедшим было интересно заниматься. Тогда я понял, что постоянный состав секции очень важен, соответственно, необходимо планировать занятия. То, что ребят стало меньше, частично было связано с тем, что прежний руководитель секции ушёл, и не все приняли мой стиль ведения занятий.

Каждый последующий год в нашей секции обновлялись составы более чем на 50%. И продолжалось это до 2006 года, пока мне не удалось организовать занятия с целым пятым классом, многие из него до сих пор занимаются ринго.

Победители новогоднего турнира 2012 года.

Каким образом строились тренировки на этом «первоначальном» этапе – 9/10 времени занимал собственно игровой процесс. Инвентарём служили кольца оранжевого цвета фирмы «Медик», более прочные и упругие, нежели польский инвентарь. Счёт партий вёлся устно, счётным табло не пользовались. Больше всего тормозило развитие секции то, что она находилась в полном информационном и игровом вакууме – мы даже не задавались вопросом, кто ещё кроме нас занимается ринго, задавались, конечно, но ответа не было. По сути, в таком клубовом состоянии ринго в Сыктывкаре просуществовало до 2011 года.

Семейный турнир по ринго в ДТДиУМ (на базе СОШ №7), 2013 год.

Был, правда, период, когда одновременно существовало две секции в Русской и Пушкинской гимназиях, но для руководителей этих секций данная деятельность не была профильной и турнирная практика быстро сошла на нет. В 2011 году я уже сомневался в целесообразности своих занятий с детьми никому не известной игрой, как вдруг через социальные сети к нам не пришло приглашение принять участие в турнире по ринго в Минске, который носил международный характер.

Ехать за тридевять земель только для того, чтоб удостовериться воочию в том, что не мы одни на земле увлечены ринго. Это стоило того. Я решил во что бы то ни стало попасть на этот турнир, так как любая деятельность должна иметь цель и смысл, а как раз эти две важные вещи всё больше ускользали от меня по отношению к игре ринго к этому времени. К тому же в моей секции в данный период появились ребята, буквально горящие этой игрой. Мы посовещались и даже выяснилось, что дома в семьях этот вопрос уже обсуждался и предварительно несколько человек были готовы к поездке.

Слева на право: А. Панев, А. Теклак, М. Власов. После игры с чемпионом мира по ринго А. Теклаком, Минск 2011 год.

В 2011 году, стоит сказать, спортивная секция в МАОУ «Русская гимназия» переживала своего рода расцвет, на тренировках всегда было людно, к этому времени я наконец добился, прежде всего от себя, чтоб на занятиях был порядок и дисциплина и дети занимались тем, чего хочу прежде всего я – тренировочного процесса и хорошей игры, и это, очевидно, доставляло всем радость от движения и общения, от таинственной игры, о которой никто больше не знает.

Наша поездка в Минск – ездила небольшая группа в составе четырёх человек – в прямом смысле раздвинула границы нашего знания о спорте ринго – мы получили хоть и очень далёких, но реальных и сильных соперников, которых, кстати, не можем превзойти до сих пор. Кратко – мы участвовали в X международном турнире по ринго в Минске, который был достаточно презентативным, в нём приняли участие 7 команд - из Польши, Белоруссии, Словакии, Германии, ЮАР, Кении и России. К нашей нескромности упомянем, что мы представляли Россию, иных команд из нашей страны не было. Соревнования проходили в личной категории и в двойках. Кроме того, следует сказать, что помимо ринго на данном турнире был представлен иной вид спорта – рингтеннис – игра, внешне похожая на ринго, которая ведётся цельным кольцом из каучука, напоминающим ринго, но игра отличается рядом правил, к примеру, ведётся на время – партия составляет 10 минут, атакующие броски в рингтеннисе невозможны, сетка висит значительно ниже. Я это к тому говорю, что международные федерации ринго и рингтенниса не достаточно раскручены и масштабны и решили объединили свои усилия, чтоб пропагандировать оба вида спорта на мировой арене.

Матч с польскими спортсменами в категории «двойки» на X международном турнире по ринго в Минске, 2011 год.

На этом знаменательном турнире нам открылось, что мы не одни в мире ринго и теперь имеем свои ориентиры, можем хоть и раз в год, но приезжать на соревнования и черпать из турниров вдохновения для наших занятий. Мы в живую познакомились с тренерами ведущих сборных Белоруссии и Польши, пообщались с сооснователем самой игры ринго Владимижем Старостой. Само собой, поездка наложила сильный отпечаток и на наши последующие тренировки. Мы привезли с собой оригинальные кольца, которыми ведётся борьба сейчас в ринго, мы стали руководствоваться правилами, которые в ходу у поляков и белорусов. Если раньше основной формой игры у нас была игра в «тройках», то есть партия троих спортсменов против троих, то теперь сами поняли, что троим взрослым спортсменам на площадке слишком тесно, больше времени стали уделять игре «пара-пара». Изменилось после турнира и само понятие ринго – мы постепенно стали смещаться к пониманию ринго как спорта, это касалось, прежде всего, старшеклассников и меня. Ребята среднего школьного звена в эти тонкости не вникали, но понимали, что мы говорим уже не просто об игре, а обсуждаем спорт. После поездки было выступление на телевидении, статьи в газетах, у нас была возможность переживать свою собственную секцию со стороны, очень необычно.

Я ничего не сказал о том, какие дети у меня занимались. Разные. Бывало, что секцию посещало много девочек. Не сказать, что мне это нравилось, было мало движения. Бывало, что приходило много мальчишек, тогда всё становилось неуправляемым. Опять же опытным путём я понял, что лучше всего баланс.

Приходили дети из других школ, друзья друзей. Мы играли со всеми. Однако, я весьма рад, что в 2009-2011 годах у меня образовался постоянный состав и ребята, закончившие школу и поступившие в ВУЗы, не порвали связь с секцией, а продолжали заниматься
В 2012 году мы предприняли попытку дальше выходить из узкого круга секции, составили на год вперёд календарь спортивных мероприятий и наполнили его всевозможными формами: мужское первенство, женское, турниры в двойках, в смешанных командах, семейные турниры, показательные выступления. С нашими планами заявились в управление по физической культуре и спорту городской администрации, где нам сказали, что о ринго слышали и выделили медали и грамоты для наших турниров. Этот шаг, несомненно, утвердил в нас уверенность в том, что мы идём в верном направлении. Кроме того, мы решились поучаствовать в муниципальном грантовом конкурсе социальных инициатив, написали проект «Ринго – новый спорт для городской среды» и выиграли грант. Основным наименованием стал долгожданный спортивный инвентарь – кольца ринго, которых нам катастрофически не хватало. Не хватало потому, что в это время я работал (и работаю) в ДТДиУМ – Дворце творчества детей и учащейся молодёжи Сыктывкара в спортивно-техническом отделе, и мои коллеги по отделу проявили интерес к игре ринго, в частности, Пантелеева С.А. и Алиев Р.А., которые изъявили желание попробовать эту игру на своих занятиях. Естественно, мы делились кольцами, т.к. поняли уже, что распространение и популяризация игры выведут нас из того, состояния, что мы так долго варились в своём соку и не имели развития. Кольца, которые ребята привезли из Минска в 2012 году (это была уже вторая поездка) закончились.

Команда Сыктывкара, представлявшая Российскую Федерацию на турнире в Минске, с главным тренером польской сборной по ринго паном Мариушем Вингреном, 2011 год.

В 2012-2013 учебном году устойчивое развитие секции с проведением разнообразных турниров, написанием проекта и выигрышей гранта, сотрудничеством с управлением по спорту и физической культуре администрации привело меня к мысли о том, что необходимо делать качественно новый шаг в развитии ринго в Сыктывкаре. Мои ребята, спортсмены, которые были увлечены ринго, заканчивали первый курс, и по моим подсчётам были готовы на будущий год взять ведение секции в свои руки. Я же планировал открытие новой секции на базе ДТДиУМ, у которого не было собственного пригодного для игры ринго спортивного зала – нам предложили городскую школу №7. Однако у меня был страх, что ребята, окунувшись как в холодную воду в новую для них тренерскую деятельность, могут дать «ход назад». Очень удачно нам подвернулась летняя площадка на базе Русской гимназии. Есть такая обычная практика – в конце мая дети заканчивают учёбу и очень многие школы предлагают услуги летнего лагеря на неполный день – дети со своими же педагогами в стенах своей школы занимаются различными видами спорта, ходят в кино, отдыхают. Нам предложили для детей 1-4 классов вести несколько раз в неделю ринго. Двое студентов, на которых я рассчитывал по поводу ведения секции согласились и в целом достойно прозанимались с детьми три недели. Такая форма работы чрезвычайно полезна – она позволяет моментально на практике познакомить с новой игрой большое количество детей, которые становятся потенциальными участниками спортивной секции при школе на будущий год.

Во время матча, М. Власов.

У ринго в нашем городе и республике большие перспективы :

- потому что эта игра очень проста и нова;
- потому что спортсмены и любители ринго это активный и творческий коллектив;
- потому что мы любим спорт ринго!

Михаил Власов, Сыктывкар

Ринго в «Русской гимназии»

Все началось для меня лет 8-9 назад. В нашей школе открылась секция по ринго под руководством М. Власова. Сперва на новую секцию стали ходить несколько моих одноклассников. Потом позвали и меня. Сначала я ходил на ринго изредка. Это даже было не само ринго, мы больше баловались, развлекались, чем изучали игру. Затем я стал ходить чаще, у меня появился больший интерес, но все равно пока что секция была для меня тем, чем бы я мог заняться, когда мне нечего было делать. Но дальше уровень нашей секции вырос, качество игры улучшилось, мне стало интересней. Тогда я уже приходил почти на каждое занятие. Как вдруг наш тренер неожиданно заявил нам, что уезжает жить в Германию. Первое время ринго существовало после его уезда, но это было совсем не то, людей, посещающих занятия, было очень мало, поэтому наша секция ринго исчезла.

Через 2 год после этого, когда мы все, бывшие рингисты, уже почти совсем забыли о ринго, Михаил Александрович вернулся назад в Сыктывкар. Мы все очень обрадовались такому сюрпризу и, конечно, стали снова ходить на возобновившиеся занятия.

В центре семья Карповых, победители семейного турнира в «Русской гимназии», тренер Стефанов В.

Вскоре нам представилась возможность выехать на международный турнир. Мы естественно воспользовались случаем и выехали в Минск на соревнования в составе четырех человек. Этот турнир был очень хорошо организован, в нем было довольно большое количество стран-участниц: Белоруссия, Польша, Словакия, Германия, Кения, ЮАР и мы, соответственно, представляли Россию. Техника польских и белорусских рингистов нас очень удивила, мы увидели ринго с какой-то новой стороны.

Здесь мы приобрели новых знакомых в лице самих спортсменов, президентов различных федераций, познакомились в том числе с президентом и вице-президентами международной федерации ринго. Это был 2011 год…

В 2012 году мы снова съездили на минский турнир, так же в составе четырех человек. Здесь мы уже пытались играть на равных со своими соперниками, поборолись, но претендовать на что-то существенное у нас пока не получилось.

И вот недавно уже в третий раз мы посетили минский турнир. Получилось не все, что хотелось бы, но выступили мы вполне достойно. На следующий год планируем что-то большее. В этот раз мы представляли нашу секцию по ринго и Россию вообще, если можно так выразиться, двойкой юниоров и двойкой в открытой категории. Наша двойка юниоров претендовала на медали, но и в этот раз не получилось полностью преодолеть волнение и избежать ошибок.

Очень радует то, что мы в любом случае не стоим на месте, пытаемся развиваться во всех смыслах, потихоньку работаем над техникой, тактикой, совершенствуем обработку кольца.

Отдельную благодарность хочется выразить белорусским рингистам, которые в очередной раз организовали качественный турнир, сказать им спасибо за их гостеприимство и поддержку. Я надеюсь, что мы так же и в дальнейшем будем выезжать на различные турниры для развития ринго в Сыктывкаре, Республике Коми, России и естественно пытаться способствовать росту движения ринго в целом. Все в наших руках…

С начала 2013 учебного года я провожу занятия по ринго в Русской гимназии. К нам ходят ученики 5-10 классов. Я сразу же согласился вести эту секцию, потому что это необходимо для нас сейчас. Мы пытаемся познакомить и привить к ринго все больше людей, к сожалению, пока что только в рамках Сыктывкара. Со следующего года мы планируем открыть еще как минимум один «филиал» ринго, в другой школе. Надеемся на большее, но посмотрим, получится ли.

Кольцо поймать очень сложно, если использовать только «ведущую» руку.

Секция ринго для меня не просто секция. Сейчас это будущее нашей всеми любимой игры, это те, кто сейчас ходит и только пытается понять все тонкости этого спорта. На самом деле, это очень интересно, показывать ребятам что-то новое, учить их, корректировать свои броски, технику, открывать для них ринго с другой стороны, ведь это не такая простая и бессмысленная игра как может показаться новичку.

Поэтому хочется как-то увлечь ребят сразу, чтобы они втянулись в этот занимательный процесс.

Радует то, что многие действительно пытаются как-то проявить себя. Обычно с ребятами мы играем в смешанных командах. Это студенты вместе со школьниками. Если им и сложно ловить кольца более опытных товарищей, и, естественно и сложнее им забить очко, то для них это только плюсы. Их навыки быстрее повышаются.

Команда Сыктывкара на турнире в Минске в 2012 году: А. Кольм, И. Морохин, В. Стефанов.

Безусловно, не все кто начинал и кто начинают играть в ринго продолжают играть в дальнейшем, кто-то перестает ходить, на их смену приходят новые. Конечно, у каждого на это есть свои причины, но хотелось бы какого-то постоянства. Понятное дело, для того, чтобы хорошо оценить игру и понять, интересует ли она тебя, требуется не одно занятие. Но ринго это не просто банальное перекидывание резинового кольца через сетку, здесь нужна хорошая реакция, умение предугадать следующий ход соперника, т.е. логика, работает и голова, и тело. В командной игре необходима сплоченность партнеров, когда ты знаешь, что твой напарник не подведет, если потребуется - заменит на любой позиции где бы это не понадобилось. Если человек действительно заинтересован в игре, происходит неизбежный рост в его навыках, причем полученные на выходе результаты не ограничиваются одним лишь только ринго.

Стоит только понять что к чему, получить начальные навыки и игра приобретает иной смысл, она затягивает. . Секция на данный момент очень важна, ведь мы хотим развивать ринго, привлекать новых игроков, расширять круг тех кто вообще знал бы, что есть такая увлекательная спортивная игра. Ведь действительно, РИНГО - СПОРТ ДЛЯ КАЖДОГО!

Как и в других видах спорта, почти у каждого рингиста есть своя определённая техника, свой стиль игры, здесь проявляются даже черты характера, да и вообще каждый воспринимает ринго по-своему

Есть такие, кому ринго мгновенно западает в душу. Они стараются познать все азы и тонкости сразу.

Но это не так просто как кажется. Рассказать об этом, я думаю, не получится, это нужно самому ощутить на игре. В ринго не существует устоявшихся схем игры или тактик, здесь каждый может придумать что-то свое, так ринго и получает развитие, повышается качество игры.

Взрослая сборная команда по ринго занимается также на базе «Русской гимназии».

Виталий Стефанов, руководитель секции ринго в МАОУ «Русская гимназия».

Ринго в СОШ №6

В дополнительном образовании я работаю уже несколько лет. За это время я разработала свои программы и использовала составленные другими педагогами дополнительного образования. За время работы в этой системе я поняла, что важнейшим компонентом успешной реализации любой дополнительной образовательной программы является заинтересованность детей. Сложно заставить ребёнка несколько раз в неделю посещать скучное и не интересное для него занятие. Заинтересовать ребёнка на начало программы, развить и поддержать этот интерес в течение года – это очень важно.

На базе СОШ №6 в Лесозаводе занимаются 30 юных рингистов. Руководитель секции С. Панетелеева, педагог дополнительного образования ДТДиУМ.

В современном мире детей сложно удивить чем-либо. Именно поэтому я и обратила внимание на спортивную игру ринго, которая является новой для нашего города. Когда я, изучив правила и просмотрев интересные турниры, поделилась впечатлениями с ребятами одной из школ, они с интересом приняли моё предложение записаться на данную программу и сейчас с успехом её осваивают.

Как педагога, заботящегося в первую очередь о воспитании гармоничной личности и здоровье ребёнка, в этой игре меня привлекла возможность выработки таких качеств как: умение работать в команде, сотрудничество, умение строить отношения в коллективе, сопереживание, возможность проявить себя с помощью собственного старания, выработки быстроты реакции, развития мелкой моторики обеих рук, ловкости и всё это на фоне сведённой к нулю травматичности.

На данный момент в составе моих групп, занимающихся по данной программе 30 третьеклассников. Большинство ребят с интересом посещают занятия, не пропускают без уважительной причины. В группе постепенно установились доверительные дружеские отношения. Ребята учатся уважительно относиться к соперникам по игре и участникам своей команды. На каждом занятии мы обязательно занимаемся общей физической подготовкой, выполняем различные упражнения с кольцом, изучаем и совершенствуем технику подачи и приёма кольца. Проводим непосредственно игры в ринго. Ребята учатся сами вести счёт, следят за выполнением правил игры. В конце занятия дети играют в различные полюбившиеся им подвижные игры. Чтобы правила игры запоминались легче, я планирую вместе с ребятами составить небольшие памятки рингисту.

Уже с начала года ребята стали более собраны, ответственны, у них появилась уверенность в себе и стремление достичь более высокого уровня, что пригодится им и в других сферах деятельности. Кроме того именно кольцо как инструмент игры очень привлекает ребят и им нравится выполнять заданные упражнения и даже придумывать новые.

Общая физическая подготовка для юных рингистов — важная составляющая тренировок.

В начале декабря (то есть по прошествии полугода освоения образовательной программы) дети уже смогли поучаствовать в своих первых соревнованиях. Конечно, не обошлось без волнений, переживаний, но я думаю, что мы вместе придём к общим выводам и отметим все положительные моменты как для победителей, так и для других участников. Соревнования эти первые, но не последние! Дети готовы дальше совершенствовать своё спортивное мастерство, личные качества и конечно стремиться к победе.

Об этом виде спорта можно рассказывать долго, он подходит для различных возрастных категорий и уровня спортивной подготовки, игра интересна, увлекательна. У этого спорта в нашей республике есть будущее и он имеет право на распространение и поддержку.

Светлана Пантелеева, Сыктывкар

Ринго в Тюменской области

В Тюменской области спортивную игру Ринго можно также назвать «лагерной» спортивной игрой. Впервые эту игру привез в Тюмень Аргун Леонид Езатович, было это в конце 90-х годов 20 века. На базе детского центра «Ребячья республика» тогда проходил семинар организаторов детского отдыха и оздоровления населения, на котором «Ринго» была представлена и как спортивная подвижная игра для детей и как средство реабилитации людей с ограниченными возможностями и детей-инвалидов.
С того времени игра «Ринго» появилась на вооружении у Тюменских вожатых и педагогов как очень подвижная, захватывающая интересная и легкая в организации игра, ведь в любом детском лагере есть волейбольная площадка, а в отсутствии колец для игры их можно изготовить из подручных материалов.

12 декабря 2003 года в Тюменской области была создана общественная организация - Ассоциация организаторов отдыха и оздоровления населения «Мы вместе».

Игра ринго включена в спартакиаду лагеря

В состав Ассоциации входит 24 организации - это загородные оздоровительные лагеря юга Тюменской области, центры, санатории, учреждения социального обслуживания населения, образования, культуры, спорта, трудоустройства детей и молодежи, туристические организации.

С 2007 года проходит Спартакиада детских оздоровительно-образовательных лагерей Тюменской области в двух возрастных категориях. Два раза за лето ребята, отдыхающие в разных лагерях съезжаются в лучший лагерь Тюменской области – «Ребячья республика» чтобы показать свое спортивное мастерство.

С 2010 года в программу Спартакиады входит спортивная игра «Ринго». Так как Ринго в нашем регионе играют лишь на любительском уровне, то и правила у нас немного отличаются от профессиональных:
- состав игроков одновременно находящихся на площадке – 5 человек;
- в наших правилах не бывает спорных моментов и за одну подачу мы всегда разыгрываем два очка;
- запрещены верхние броски, а разрешены только броски от плеча и от груди,
- касание сетки кольцом во время полета – нарушение правил;
- действуют нарушения правил «бабочка», «браслет»
- игра проводится до победы в двух партиях, партия до 15 набранных очков.

Взрослая сборная лагеря по ринго

Главный тренер по ринго в Тюмени, А.Бормотов

В среднем количество участвующих команд в Спартакиаде равно 10. Если совершить не сложные математические подсчеты, то за лето к нам приезжает около 160 девчонок и мальчишек, чтобы посоревноваться в игре «Ринго». С 2010 года проходит и Спартакиада работников детских оздоровительно-образовательных лагерей Тюменской области в программу которой входят и соревнования по игре «Ринго». Команда областного центра «Ребячья республика» является трехкратным победителем данных соревнований.

В данное время развитие игры в нашем регионе носит массовый характер, основная наша задача – популяризация этой игры среди активного населения.

В 2013 году открылась первая спортивная секция «Ринго» на базе одной из СОШ. Далее планируется организация общественного объединения, основной целью которого будет развитие этой замечательной игры.

Александр Бормотов, Тюмень

Ринго в республике Беларусь

Игра ринго в Беларусь пришла из республики Польша. Первым человеком, который познакомился с этой интересной игрой в Республике Беларусь, можно назвать учителя физической культуры Мядельского района Бернарда Покульницкого. Через коллег из соседней страны в 1995 году он узнал об игре Ринго и в этом же году попробовал внедрить ее на занятиях физической культуры среди своих учеников. Игра очень понравилась учащимся, что послужило поводом последующих тренировок и участию в 1995 году на соревнованиях в Польше. После нескольких лет занятий ринго в школе Бернард меняет свою профессиональную деятельность и к сожалению развитие ринго прекращается.

Второе знакомство с ринго в Беларуси произошло в 1997-1998 году. В этом году на научном семинаре в Минске профессор педагогических наук Скрипко А.Д. представляет Владимира Старосту, одного из первых любителей и распространителей игры ринго в мире. В 1998 году в международной научной конференции в Минске принимают участие основатель ринго Владимир Стрижевский и Владимир Староста, которые знакомят специалистов вузов республики с этой необычной, новой для них игрой.

Белорусская сборная по ринго

Благодаря этому игра стала развиваться в БНТУ, БГПУ, СШ №19, СШ №215, затем в Лицее БГУ, СШ №45, в Слуцке, Борисове, Минске и других городах.

В начале игра предлагалась для спортсменов других видов спорта (баскетбол, волейбол, гандбол, легкая атлетика, теннис, футбол, гимнастика). Отдельные тренеры стали использовать её для развития физической подготовки занимающихся. В 1998 году продолжилось выступление белорусских рингистов во главе со Скрипко А.Д., а с 1999 года во главе с Колтуном И.И. на международной арене. Со временем эти вступления стали постоянными не только в Польше, но и в Чехии, Литве. Соревнования показали, что при хорошей подготовке рингисты Беларуси стали составлять конкуренцию ведущим спортсменам мира.

Главным двигателем развития ринго в Беларуси является Общественное объединение «Белорусская федерация ринго», которое было зарегистрировано 6 ноября 2010 года. Председателем федерации был избран заведующий кафедрой физического воспитания Лицея БГУ Колтун Иван Иванович. Своими задачами федерация ставит популяризацию спортивной игры ринго и здорового образа жизни в Республике Беларусь. Эти задачи реализуются путем организации секций в учебных заведениях: школах, лицеях, университетах.

Члены федерации являются сотрудниками Центров внешкольной работы, Центров Спорта и Туризма. Ринго презентуется на культурно-массовых мероприятиях, посвященных государственным праздникам Республики Беларусь.

Ежегодно проводятся около 10 крупных турниров разного уровня во всех возрастных категориях, которые освещаются многочисленный белорусскими СМИ. По итогам турниров формируется рейтинг спортсменов с последующим отбором лучших в сборную Беларуси.

ОО «Белорусская федерация ринго» имеет международные отношения с Польской, Литовской, Немецкой федерациями Ринго. С декабря 2009 года ОО «Белорусская федерация ринго» является членом Международной Федерации Рингтенниса .

Один из ведущих спортсменов сборной
П. Чудук в падении за кольцом

Ежегодно проходят 3 крупнейших международных турнира по ринго. В конце июня проходит Чемпионат Польши, в котором принимают участие не только польские спортсмены, но и представители других стран. В начале сентября в г. Варшава происходит турнир, посвященный памяти основателя ринго - Владимира Стрижевского. В начале ноября происходит Международный Турнир по ринго в Минске.

Традиционно участие в турнире принимают представители Беларуси и Польши. Начиная с 2006 года, участниками турнира стали литовские спортсмены . В 2009 впервые посетили Минский Турнир по ринго представители Германии и Армении. В 2011 году приняли участие спортсмены из России и Словакии.

Общественное объединение
«Белорусская Федерация Ринго»
Республика Беларусь, г. Минск

Ринго в Польше

Ринго – это спортивная игра, изобретенная знаменитым фехтовальщиком и журналистом Владзимижем Стжижевски. Она существует уже более 50 лет как польский вид спорта. С 1973 года стартовал первый Чемпионат Польши. Благодаря предприимчивости и настойчивости его основателя, а также большой группы активистов, Чемпионат проходит до сих пор и состоялся 39 раз, кроме того восемь раз состоялся чемпионат Европы и пять раз чемпионат мира, организованы сотни соревнований разного уровня. Они проходили в разных странах и на всех континентах.

Игра претерпела долгий путь эволюции. Сейчас ринго - это прекрасное развлечение и вид спорта, которым можно заниматься всем без исключения. В Польше ринго часто называют фрисби, в настоящее время фрисби - это спортивная игра с богатой техникой и тактикой. Эта игра как индивидуальная, так и командная. Она культивируется во многих странах Европы и во многих неевропейских странах.

Эта оригинальная польская спортивная идея имеет большое значение. В частности, в свете неуклонного снижения физической активности обществ многих стран и соответствующего уменьшения устойчивости к болезням, а также с увеличением числа людей с избыточным весом (почти 50% польского населения). По словам автора игры : «Ринго - подарок для поляков и мира» и «самый демократичный вид спорта». Активность, проявляемая во время игры фрисби, является оздоровительной для всех систем и органов человека.

Специфика игры. Универсальность движений во время игры.

Эта игра требует много универсальности, мобильности и, одновременно, способствует её формированию. Универсальность ринго состоит в сочетании двигательных навыков и психических особенностей.

Мариуш Вингрен, тренер сборной Польши по ринго.

Игра предоставляет следующий координационный потенциал: ориентация в пространстве и времени, оперативная и адекватная реакция на ситуацию, кинестетическая (двигательная) дифференциация, ритмизация движений, адаптация, сотрудничество, расслабление мышц и равновесие. Ринго также требует проявление всех возможностей фитнеса: скорость, силу, исключительную точность броска, выносливость.

Занятия ринго позволяют подобрать оптимальный состав двигательных и психических особенностей

Пан Влодзимеж Староста, президент международной федерации ринго

человека. Играя в ринго, нужно быстро передвигаться по полю, применяя свою скорость и динамическое проявление рационального движения, что бы поймать кольцо, брошенное противником. Победа требует способности предвидеть действия противника, "угадать его намерения". Умение ожидать способствует образовательному процессу в целом. Грамотное ожидание без лишних рывков и нервозности позволяет эффективно вести себя на поле, что приводит к успеху. В повседневном языке мы можем назвать это качество игровой хитростью. Она позволяет использовать более эффективную тактику игры в отношении конкретного противника. Проявление ожидания требует навыка «физической разведки» и тактических навыков мышления, без них невозможно достичь высокого уровня в игре, при этом развивается особое «чувство Ринго».

Один из основных элементов техники – бросок. Бросок должен быть сделан в место, недостижимое соперником в минимальное количество времени так, чтобы соперник был не в состоянии составить эффективный расчет, связанный с ловлей кольца. Точность и диапазон колебаний определяют решающее влияние на результат игры. Победа в конкурентной борьбе с большим числом участников требует высокого уровня выносливости, координации и психологического сопротивления.

Даже в Польше ринго не сравнится с футболом по своей популярности. Но у этого вида спорта, несомненно, большие перспективы.

Симметрия движения - искусство в спорте

Игра ринго требует симметрии движения от спортсмена, то есть равной эффективности обеих рук. Игрок, хорошо владеющий только правой или левой рукой, тоже может добиться успеха. Тем не менее, он не всегда может достичь тех же результатов, что и его оппоненты, так как они внимательно следят за слабыми сторонами противника. Спортсмен, не обладающий силовой и координационной симметрией тела и рук, не сможет показать хорошую технику игры. Рациональный противник может воспользоваться этой односторонностью и получить преимущество. Трудно эффективно покрывать все поле, используя только ведущую руку.

Спортсмены в ринго должны в равной мере овладеть грубой и мелкой моторикой, силовым механизмом

Медаль, выручавшаяся победителям XXI международных соревнований по ринго в 1993 г.

броска и лова кольца. Это дает им не только более техническую гибкость, но и значительно расширяет сферу тактических действий. Помимо этого симметричное владение обеими руками ведёт к функциональному развитию обоих полушарий головного мозга, увеличивая эффективность менее развитой стороны. Об этом свидетельствует результаты многочисленных исследований и педагогических экспериментов, проведенных на спортсменах различных видов спорта, в том числе практикующих фрисби. Симметризационные упражнения и методы подготовки оказывают положительное влияние на эффективность игроков независимо от их возраста, квалификации, пола, технической подготовки. Упорные тренировки по ринго приводят спортсмена к конкретным кинестетическим ощущениям, которые проявляются в так называемом "чувстве кольца" и "чувстве поля", без которых трудно представить себе высокий уровень технического мастерства.

Ринго развивает универсальность физической способности выполнять основные технические элементы (бросок и лов) левой и правой рукой в равной мере. Это необходимо в игре, когда нужно "защищать" квадрат размером 81м^2 . Во время встречи спортсменов «двуручный» игрок одерживает победу. Более высокий уровень симметрии движения позволяет выполнять основные технические элементы с равным успехом правой и левой рукой. В. Стжижевски считал, что симметрия движений позволяет увеличить тактические возможности игры.

Ринго для каждого

Основные элементы техники в ринго: бег, прыжок, бросок, лов. Всех их человек встречает в повседневной жизни и во время уроков физкультуры в школе. При среднем уровне мобильности элементарная методика игры позволяет освоиться с правилами за 15-20 минут. Простые и легкие правила, незамысловатые технические элементы игры привлекают к ней людей разных возрастов. Турниры по ринго носят, как правило, открытый характер. Чаще всего практикуется категория 19-30 лет, но есть категории начиная с 8-летнего возраста и заканчивая 65 летним. Аналогичная возможность не представляется ни в каком другом виде спорта.

«Чувство кольца» и его значение в игре

Спортсмен достигает высокого уровня техники тогда, когда у него появляется понятие «чувство кольца» и «чувство поля». Это зависит от способности игрока приложить оптимальные усилия для чёткого броска, подразумевающего моментальный расчет скорости полёта и падения кольца. Данные виды чувств увеличивают точность технических элементов и возникают после длительного периода систематического обучения. После перерыва в тренировках всегда требуется

Логотип польской ассоциации ринго.

обновлять кинестетические ощущения. Уровень этих ощущений также уменьшается под влиянием усталости.

«Чувство поля» является дополнением к «чувству кольца». Оно включает в себя высокий уровень пространственно-временной ориентации, позволяет сделать экспресс-оценку полета кольца (в какой части игрового поля оно может упасть). Поэтому это чувство основано на объективной оценке размера и формы игрового поля. Важнейшим компонентом «чувства поля» является зрительный экспресс-анализ. Благодаря тренированности зрительного аппарата, спортсмен, имеющий многолетний опыт занятий, получает возможность сразу оценить скорость и траекторию полёта кольца и сэкономить время для достижения места падения.

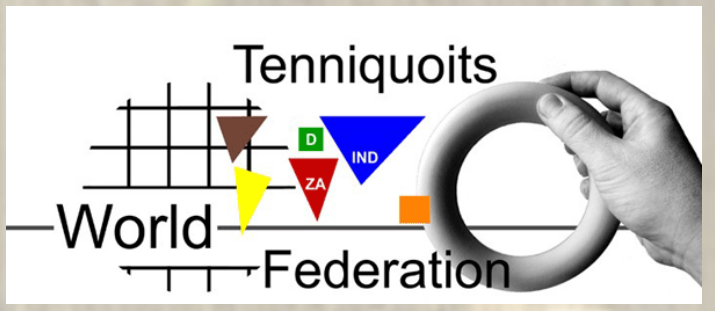
«Чувство поля» является частью координационных способностей человека, среди которых также: способность к пространственному сотрудничеству, напряжение и расслаблении мышц, сочетание движений и их точности. Значение этого чувства огромно, но оно плохо изучено. Его уровень является одним из основных компонентов технического мастерства, от которых зависит успех в спорте.

Материал заимствован с сайта польской ассоциации ринго.

Рингтеннис

Начиная с 2008 года в Беларуси развивается новый вид спорта – рингтеннис. Это также одна из разновидностей спортивной игры с кольцом. Отличается рингтеннис от ринго размерами площадки и сетки, а также свойствами кольца. Цель же игры остаётся неизменной - направить одно кольцо над сеткой, чтобы оно коснулось площадки соперника, и предотвратить такую же попытку с его стороны. Размер площадки и высота сетки для рингтенниса меньше чем в ринго, поэтому на броски спортсменов накладываются определённые ограничения. В рингтеннисе запрещены броски, при которых кольцо имеет только снисходящую траекторию. Это правило введено для того, чтобы уменьшить травматизм игроков.

Кольцо для рингтенниса более массивное, и в этой игре запрещены атакующие броски



Эмблема международной федерации рингтенниса

Международные федерации ринго и рингтенниса объединили свои усилия для популяризации обоих видов спорта.

История рингтенниса насчитывает около 100 лет. Основателями этой спортивной игры считаются английские моряки, которые любили играть в теннис на палубе корабля, но мяч часто вылетал за борт, что несомненно не позволяло полноценно заниматься спортом. А так как морякам необходимо было занятие спортом во время долгих плаваний, то игра рингтеннис с небольшим размером площадки и отсутствием силовых бросков, оказалась весьма приемлемой.

Ареал распространения рингтенниса ограничен в основном Германией, ЮАР и Индией

Долгие путешествия из Старого света в Индию непременно проходили через порты Африки, расположенные на южном побережье. Всё это привело к тому, что рингтеннис, начиная с конца XIX столетия, и по сей день активно развивается в Германии, Южной Африке и Индии. Эти 3 страны и стали основателями Международной Федерации Рингтенниса в апреле 2004 года. Позже к ним присоединились Бангладеш, Пакистан, Бразилия, Польша и Беларусь.

Благодаря тесному международному сотрудничеству в 2006 и 2010 годах были проведены Чемпионаты Мира по Рингтеннису. Также, начиная с 2008 года, Польша и Германия проводят турнир под названием «Challenge Cup», в котором спортсмены одновременно соревнуются как в ринго, так и в рингтеннисе. В 2011 году Республика Беларусь собирается присоединиться к участию в «Challenge Cup».

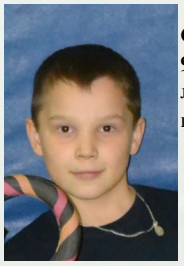
Партия в рингтеннисе ведется на время

В начале 2010 года ОО «Белорусская федерация ринго» получило приглашение от Международной Федерации Рингтенниса участвовать во II Чемпионате Мира по Рингтеннису, который состоялся с 1 по 7 августа 2010 года в г. Кобленц, Германия. Соревнования проводились в дисциплинах: личные, смешанные двойки, международные двойки, немецкие двойки, а также командные соревнования. Участие в Чемпионате Мира приняли спортсмены из 7 стран: Германия, Индия, Южная Африка, Польша, Беларусь, Бразилия, Бангладеш. По результатам соревнований Республика Беларусь заняла 5 общекомандное место, а белорусский судья был признан лучшим рефери Чемпионата Мира.

Материал предоставлен ОО «Белорусская федерация ринго».

Почему мне нравится ринго?

Ветошкина Мария, 13 лет. Мне нравится ринго, потому что это хороший способ развить реакцию. Я хочу быть актёром, а для них реакция и хорошие физические данные очень важны.



Симеон Параничев, 9 лет. Я очень люблю кидать кольца и попадать ими в цель.

Морохин Даниил, 15 лет. Ринго мне нравится тем, что этот спорт не очень развит и в нём я могу проявить себя с хорошей стороны. К примеру, я уже участвовал в международных соревнованиях, чего не произошло бы, если б я занимался массовыми видами спорта.

Олег Дроздов, 11 лет. Мне нравится ринго потому что в этой игре прикольные правила ,интересная сама по себе. Хороший тренер ,много друзей. Игра клёвая!!!!!

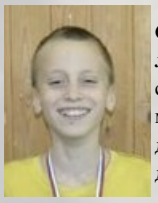
Леттиева Екатерина, 11 лет. На занятиях всегда весело!. Мне нравится, что нужно кидать не мяч, а резиновые кольца.

Бобков Виталий, 9 лет. Ринго - это настоящий спорт.

Коломиец Дмитрий , 14 лет. "Ринго" мне нравится потому что она интересная, несложная.

Карпова Анастасия, 12 лет. В этой игре усиливается реакция. Это очень интересный и оригинальный вид спорта.

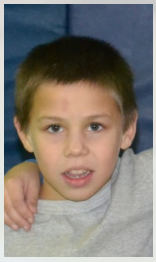
Анастасия Игнатова, 9 лет. Это очень подвижная игра.



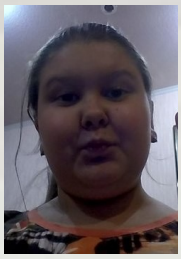
Сергеев Андрей, 11 лет. Мне игра нравится тем, что в ней очень много разнообразных движений. И очень добрый тренер.

Шишкина Виктория, 16 лет. Это очень оригинальный вид спорта, который развивает скорость, реакцию и все группы мышц.

Григорян Владимир, 9 лет. Можно просто поиграть.



Архипович Александр, 9 лет. Мы учимся кидать кольца. А ещё у нас очень хороший учитель!

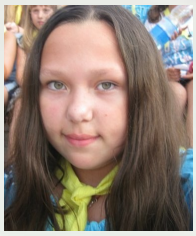


Одинцова Евгения, 11 лет. В этой игре нужно быть очень ловким, чтоб словить кольцо в любую трудную минуту .

Сотникова Лиза, 11 лет. На ринго часто соревнования и дают медали. Кольца ловить легко и интересно.

Хвастунова Ирина, 12 лет. Игра развивает внимание и быстроту реакции, умение играть в коллективе.

Сивков Роман, 9 лет. Это не просто игра, а спорт, мы учимся быть ловкими и точными.



Червинская Влада, 11 лет. Ринго очень занимательная игра. И мне просто необходимо побеждать и получать первые места

Столбов Роман , 9 лет. Тут постоянно нужно кидать и ловить кольцо. Я не стою на месте.

Шулепов Георгий, 9 лет. На секции по ринго всегда весело и интересно!

Пименов Андрей, 9 лет. В ринго играют до полной победы.

Холопов Георгий, 9 лет. Кольца не опасные, их можно сильно кидать.

Цветкова Элеонора, 9 лет. Ринго очень занимательная и увлекательная игра.

Сыктывкарская ассоциация ринго

Контакты

Руководитель ассоциации—
Михаил Власов, 89505657527

E-mail komimort@list.ru

Наша страница ВКонтакте—Сыктывкарская ассоциация ринго

Подборка материала, дизайн - Власов Михаил Александрович

Верстка - Панев Александр Сергеевич

Тираж 150 экз. Заказ 650/2013

Отпечатано в ООО «Типография «Полиграф-Сервис»

г.Сыктывкар, ул.Ленина, 4, тел 21-48-36