



## Кодекс дзюдоиста

Кодекс чести дзюдоиста включает в себя такие качества, как:

- вежливость,
- скромность,
- смелость,
- самоконтроль,
- искренность,
- верность в дружбе,
- честность,
- уважение к окружающим.



*Моя спортивная Россия*

## Список имен чемпионов по дзюдо

### Олимпийские чемпионы

- Шота ЧОЧИШВИЛИ
- Владимир НЕВЗОРОВ
- Сергей НОВИКОВ
- Николай СОЛОДУХИН
- Шота ХАБАРЕЛИ
- Назим ГУСЕЙНОВ
- Давид ХАХАЛЕЙШВИЛИ
- Арсен ГАЛСТЯН
- Мансур ИСАЕВ
- Тагир ХАЙБУЛАЕВ
- Беслан МУДРАНОВ
- Хасан ХАЛМУРЗАЕВ

### Медалисты Олимпийских игр

- |                     |                      |
|---------------------|----------------------|
| • Олег СТЕПАНОВ     | • Юрий СТЕПКИН       |
| • Арон БОГОЛЮБОВ    | • Тамерлан ТМЕНОВ    |
| • Виталий КУЗНЕЦОВ  | • Виталий МАКАРОВ    |
| • Арамбий ЕМИЖ      | • Теа ДОНГУЗАШВИЛИ   |
| • Башир ВАРАЕВ      | • Дмитрий НОСОВ      |
| • Владимир ШЕСТАКОВ | • Хасанби ТАОВ       |
| • Григорий ВЕРИЧЕВ  | • Александр МИХАЙЛИН |
| • Елена ПЕТРОВА     | • Иван НИФОНТОВ      |
| • Дмитрий СЕРГЕЕВ   | • Наталья КУЗЮТИНА   |
| • Любовь БРУЛЕТОВА  |                      |

### Чемпионы мира

- Хазрет ТЛЕЦЕРИ
- Юрий СОКОЛОВ
- Сергей КОСОРОТОВ
- Николай ОЖЕГИН

### Медалисты чемпионатов мира

- |                     |                       |
|---------------------|-----------------------|
| • Сергей СУСЛИН     | • Дмитрий КАБАНОВ     |
| • Давид РУДМАН      | • Иван ПЕРШИН         |
| • Владимир ПОКАТАЕВ | • Елена ИВАЦЕНКО      |
| • Виктор БЕТАНОВ    | • Кирил ДЕНИСОВ       |
| • Валерий ДИВИСЕНКО | • Муса МОГУШКОВ       |
| • Хабиль БИКТАШЕВ   | • Михаил ПУЛЯЕВ       |
| • Сергей КОСМИНИН   | • Камал ХАН-МАГОМЕДОВ |
| • Виктория КАЗУНИНА | • Кирил ВОПРОСОВ      |
| • Олег МАЛЬЦЕВ      | • Ренат САИДОВ        |
| • Магомед ДЖАФАРОВ  |                       |

*Моя спортивная Россия*



А. Ф. Князева

**Дзюдо  
и мужество —  
содружество!**





Людей восхищает мужество и сила,  
 И волею подкреплены они.  
 Сопряжены со смыслом в жизни,  
 Как маяки, яркие огни!  
 Нас направляют к цели быстро:  
 Идти вперед, не поддаваться  
 На отговорки малодушных,  
 Пред трудностями не сдаваться!  
 Глаза у страха велики,  
 Но силы быть должно не меньше,  
 И мужества преодолеть сей страх  
 На этом месте, быстро, здесь же.  
 Из детства в юность, после в зрелость  
 Овладевают техникой борцы,  
 Удары и броски сильнейшие,  
 Ребята, девушки, вы молодцы!  
 Нет тут поблажек, пол неважен.  
 Есть база – ее нужно знать,  
 Спортивное формировать мышление,  
 И ловко быстро применять!  
 Выносливость важна по жизни,  
 А волю закаляет спорт  
 И каждый человек на свете  
 С проблемами ведет свой спор.



Выигрываем, терпим пораженья.  
 Вперед идем или стоим.  
 В борьбе мы силы закаляем  
 Из года в год живем, творим.  
 Мы все борцы по этой жизни:  
 Кто самоучка, а кто ас?!  
 Нас на лопатки или мы?!  
 У каждого есть звездный час.  
 Есть виды разные борьбы,  
 Как разновидность ситуаций:  
 Приемы, методы различны,  
 Немало тут инсинуаций.  
 Дзюдо тому в пример, друзья,  
 Активно закаляет тело, дух  
 В приеме ловкость так важна  
 И победит один из двух.  
 Родина дзюдо – Япония,  
 Но сквозь грядущие века  
 Известен в мире вид борьбы  
 Дорога в спорте нелегка.  
 Хоть «легкий путь» и переводится,  
 Но тут, товарищ, нелегко,  
 Класть на лопатки, побеждая,  
 Победа дороже всего.  
 Конечно, мужество, выносливость  
 Важны как никогда  
 И дружелюбие и скромность  
 Живут, борец, с тобой всегда!  
 О, благородный вид то спорта!  
 На Олимпийских играх он  
 Приносит множество медалей,  
 И жизни задает тон.

В здоровом теле дух сильнейший  
 Дающий силы победить,  
 А кимано скрывает плоть,  
 Через века спорт должен жить!  
 Для будущего поколений наших  
 Закладывать фундамент дел  
 Активных ярких замечательных,  
 Ведь современность – не предел!  
 А лишь пример для поколений,  
 Дети растут, что б побеждать,  
 И скованность свою бороть,  
 По жизни никогда не унывать!  
 Победы превозносят, закаляют,  
 Что б в спарринги вступать ни раз.  
 Всем доказать, что ты сильнейший,  
 Болельщик, смело веруй в нас!  
 Любимые, родные, неродные  
 Отстаиваем честь страны!  
 Наш президент – он дзюдоист.  
 Часть будущего – это мы!  
 Спорт к дисциплине приучает.  
 Доказывать все на делах,  
 Уверенность в людей вселяет,  
 Культ силы, формируя на глазах!



© Князева А. Ф., 2018; amina\_1985@list.ru