

SISTEMA DI GRADUAZIONE NEL SAMBO – Livelli e Qualifiche

Il sistema di graduazione adottato in Italia, si basa sulla classificazione e nomenclatura utilizzata in Russia dall'epoca della nascita del SAMBO ad oggi e sulle linee guida fornite dall'attuale sistema di graduazione indicato dalla FIAS.

Tutto in conformità con le indicazioni del CONI per i sistemi di classificazione degli sport da combattimento relativamente all'attività pre-agonistica, agonistica od amatoriale, nonché alla formazione e qualificazione degli insegnanti tecnici.

Nei livelli di graduazione si trova la dicitura "MASTER" utilizzata per le qualifiche MASTER SPORT. Questa dicitura viene utilizzata in Russia per indicare il grado di "ESPERTO" e non per la classe di età Master, in Russia chiamata "VETERANS".

LIVELLI DI GRADUAZIONE

- **Principiante:** neofita senza alcuna conoscenza tecnica, informato sulle regole di comportamento da tenere in palestra nel rispetto dell'insegnante e dei compagni di allenamento.
- **Studente 1° livello:** livello assegnato dal tecnico di società. Conoscenza delle posizioni e dei movimenti di base in materassina, esercizi propedeutici al coordinamento psicomotorio. Cadute indietro, di fianco ed in rotolamento. Esercizi di spostamento in posizione di guardia. Prese alla giacca: bavero- bavero, manica – manica, bavero – manica. Esercizi di base sulla rottura della posizione e squilibrio. Esercizi con le prese alla giacca in movimento: avanti indietro, laterale destra sinistra ed in rotazione. Esercizi propedeutici di pre-acrobatica finalizzati ad un maggior controllo dell'equilibrio. Capovolte avanti ed indietro. Esercizi propedeutici di avviamento al gesto tecnico, partendo da in ginocchio. Esercizi di base sulle tecniche di immobilizzazione. Giochi di lotta in piedi ed a terra. Conoscenza delle origini del SAMBO.
- **Studente 2° livello:** livello assegnato dal tecnico di società. Ripetizione del programma di 1° livello. Cadute in movimento e con ostacolo. Studio delle tecniche di proiezione, con particolare attenzione alle 4 fasi della proiezione: prese, rottura della posizione, squilibrio e proiezione. Studio delle tecniche di immobilizzazione, di leva (braccia e gambe), di ribaltamento. Esercizi di avviamento alla lotta a terra con tecniche in combinazione. Pratica di lotta a terra solo sulle immobilizzazioni.
- **Studente 3° livello:** livello assegnato dal tecnico di società. Conoscenza di almeno 20 tecniche in piedi e 20 tecniche a terra. Esecuzione delle tecniche in piedi anche in movimento. Studio ed applicazione delle 3 forme di difesa fondamentali in piedi. Difesa da immobilizzazioni e leve. Studio del combattimento in piedi alternando attacco e difesa. Lotta a terra completa anche applicata dopo una proiezione. Conoscenza del regolamento internazionale FIAS. Possibile avviamento all'attività agonistica.
- **Studente 4° livello:** livello assegnato dal tecnico di società. Conoscenza di almeno 30 tecniche in piedi e 30 tecniche a terra. Esecuzione delle tecniche in piedi combinate fra loro (minimo 2 per volta in tutte le direzioni). Studio dei 3 tipi di contrattacco da eseguire dopo la difesa. Combinazioni e finalizzazioni a terra da eseguire combinate con tecniche di ribaltamento. Esercizi specifici di lotta sulle prese. Studio ed applicazione della lotta sulle prese. Lotta in piedi e lotta a terra complete.

- **Studente 5° livello:** livello assegnato dal tecnico di società. Perfetta conoscenza dei livelli precedenti. Conoscenza di almeno 40 tecniche in piedi e 40 tecniche a terra. Combinazioni di tecniche in attacco e contrattacco in tutte le direzioni applicate alla lotta sulle prese. Combinazioni di tecniche da in piedi a terra.
- **Candidato Master Sport (abbreviato CMS):** livello proposto dal tecnico di società dopo 4 anni di tesseramento in FIKBMS od assegnato dal Dirigente di Settore, previa eventuale prova di verifica della Commissione Tecnica Nazionale. Conoscenza di tutte le tecniche del programma per Master Sport (50 tecniche in piedi e 50 tecniche a terra). Nonché conoscenza della metodologia di insegnamento per i livelli da 1 a 5. Il Candidato Master Sport, a domanda, può ottenere l'autorizzazione dal Direttore Tecnico Nazionale per partecipare al Corso di Allenatore ed anche l'eccezionalità all'insegnamento con supervisione di un Tecnico coordinatore, qualora nella sua Società non vi siano altri tecnici di grado superiore.
Nel caso di atleti agonisti detta qualifica può essere acquisita nei seguenti modi.
Per gli atleti minorenni: piazzandosi nei primi 5 posti al campionato europeo o mondiale. Vincendo 1 volta il titolo di campione italiano della propria classe di età, o vincendo una medaglia al campionato italiano assoluto.
Per gli atleti maggiorenni: piazzandosi nei primi 5 posti al campionato italiano assoluto, sempre dopo verifica della Commissione Tecnica Nazionale.
- **Master Sport (MS):** qualifica conferita dal Dirigente di Settore su richiesta dell'interessato dopo 2 anni nel grado di CMS, dopo esame nazionale sull'apposito programma. Al riguardo sono previsti degli stage formativi a tema, effettuati specificatamente per i CMS in preparazione all'esame.
Nel caso di atleti agonisti detta qualifica può essere acquisita nei seguenti modi.
Per gli atleti minorenni: piazzandosi nei primi 3 posti al campionato europeo o mondiale.
Per gli atleti maggiorenni: piazzandosi nei primi 7 posti al campionato europeo o mondiale. Piazzandosi nei primi 3 posti al campionato italiano assoluto oppure 3 volte nei primi 5 posti, sempre dopo verifica della Commissione Tecnica Nazionale.
- **Candidato Master Sport Classe Internazionale (CMSIC):** qualifica conferita dal Presidente FIKBMS, dopo un esame effettuato sulla base di una tesi sul SAMBO fatta dal MS interessato, dopo 8 anni di permanenza nella qualifica di MS, presentata unitamente alla richiesta d'esame alla Commissione Tecnica Nazionale, che ne valuterà l'ammissione considerando anche i risultati acquisiti nella carriera sia come atleta che come Insegnante Tecnico.
Nel caso di atleti ancora in attività agonistica facenti parte della Squadra Nazionale, la qualifica si acquisisce con un piazzamento nei primi 5 posti ad un campionato europeo, mondiale seniores od evento multi-sport.
- **Master Sport Classe Internazionale (MSIC):** qualifica conferita dal Presidente della FIKBMS su proposta del Dirigente di Settore e della Commissione Tecnica Nazionale, o ad un CMSIC con la qualifica da almeno 8 anni che ne faccia richiesta, dopo la verifica dei risultati acquisiti nella carriera sia come atleta che come Insegnante Tecnico, con particolare riferimento ai risultati ottenuti nell'attività internazionale svolta.
Nel caso di atleti ancora in attività agonistica facenti parte della Squadra Nazionale, la qualifica si acquisisce con una medaglia vinta ad un campionato europeo, mondiale seniores od evento multi-sport.

- **Candidato Master Sport Alto Livello (CHMS):** Qualifica conferita dal Presidente FIKBMS su proposta del Dirigente di Settore, sulla base dei risultati ottenuti in carriera a livello internazionale, sia da atleta che da insegnante tecnico.
- **Master Sport Alto Livello (HMS):** Qualifica Onorifica conferita dal Presidente FIKBMS per la carriera a livello internazionale, sia da atleta che da insegnante tecnico, sulla base dei riconoscimenti ottenuti dalla ESF e dalla FIAS.

QUALIFICHE INSEGNANTI TECNICI

- **Allenatore:** *possono accedere al corso i tesserati FIKBMS maggiori degli anni 18, con il grado di Candidato Master Sport, previa speciale deroga del Dirigente di Settore e tutti i tesserati con il grado di Master Sport o superiore. Il corso da Allenatore prevede 40 ore di lezione teorica da svolgere entro l'anno in corso secondo il programma del Comitato Regionale di appartenenza e 30 ore di lezione pratica da svolgere in un unico periodo con esame finale a cura della Commissione Tecnica di Settore. Può essere conferita la qualifica di Allenatore agli atleti della Squadra Nazionale che si sono particolarmente distinti nell'attività agonistica internazionale.*
- **Istruttore:** *possono accedere al corso tutti i tesserati FIKBMS con il grado di Master Sport ed in possesso della qualifica di Allenatore da almeno 3 anni, in particolari casi di benemerenzza specifica e su deroga del dirigente di Settore sono ammessi al corso gli allenatori con minore anzianità. Il corso da Istruttore prevede 60 ore di lezione teorica da svolgere entro l'anno in corso secondo il programma del Comitato Regionale di appartenenza e 30 ore di lezione pratica da svolgere in un unico periodo con esame finale a cura della Commissione Tecnica di Settore. Con la qualifica di Istruttore si acquisisce anche il 1° livello SNaQ CONI. Può essere conferita la qualifica di Istruttore agli atleti della Squadra Nazionale che si sono particolarmente distinti nell'attività agonistica internazionale, che sono già in possesso della qualifica di Allenatore.*
- **Maestro:** *possono accedere al corso tutti i tesserati FIKBMS in possesso della qualifica di Istruttore da almeno 6 anni. Il corso di Maestro prevede 80 ore di lezione teorica da svolgere entro l'anno in corso secondo il programma del Comitato Regionale di appartenenza e 40 ore di lezione pratica da svolgere in un unico periodo con esame finale a cura della Commissione Tecnica di Settore. Con la qualifica di Maestro si acquisisce anche il 2° livello SNaQ CONI. Può essere conferita la qualifica di Maestro agli atleti della Squadra Nazionale che hanno vinto una medaglia europea o mondiale seniores, che sono già in possesso della qualifica di Istruttore.*

Relativamente ai suddetti livelli e qualifiche, con particolare riferimento a quello per MS, esiste uno specifico programma dettagliato che viene dato dalla Commissione Tecnica Nazionale agli interessati.