



Армейский рукопашный бой - самый рукопашный бой в мире!





АРМЕЙСКИЙ РУКОПАШНЫЙ БОЙ (АРБ) —  
УНИВЕРСАЛЬНАЯ СИСТЕМА ОБУЧЕНИЯ  
ПРИЕМАМ ЗАЩИТЫ И НАПАДЕНИЯ,  
СОЕДИНИВШАЯ В СЕБЕ МНОГИЕ  
ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ ИЗ АРСЕНАЛА  
МИРОВЫХ ВИДОВ ЕДИНОБОРСТВ,  
ОПРОБОВАННАЯ В РЕАЛЬНОЙ БОЕВОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ. СОВРЕМЕННЫЙ И БЫСТРО  
РАЗВИВАЮЩИЙСЯ ВИД БОЕВЫХ  
ЕДИНОБОРСТВ, ПОЛУЧИВШИЙ  
ПОПУЛЯРНОСТЬ ЗА ПОЛНОКОНТАКТНЫЕ  
ПОЕДИНКИ ПРИ МИНИМАЛЬНЫХ ТРАВМАХ  
СПОРТСМЕНОВ

# ИСТОРИЯ

Датой рождения АРБ как военно-прикладного вида спорта принято считать 1979 год, когда в городе Каунасе на спортивной базе ВДВ состоялся первый чемпионат Воздушно-десантных войск. С тех пор, чемпионаты ВДВ по армейскому рукопашному бою стали проводиться ежегодно.



## ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЯ ПОЕДИНКОВ И ОСОБЕННОСТИ АРБ

Отличительной частью спортивного АРБ перед другими полноконтактными единоборствами является возможность добивать лежащего на татами противника как руками, так и ногами<sup>1</sup> из положения стоя. Одновременно с этим, добивание лежащего на татами противника должно незамедлительно прерываться судьей командой «*Стоп*», так как несколько ударов ногой по голове, хоть и защищенной специальным шлемом, может привести к тяжелым повреждениям. Добивание противника ногой в голову является нокдауном и бойцу, пропустившему такой удар, «открывается счет». Иногда в раздел правил по добиванию вносились корректировки - следовало просто обозначить добивание, за что начислялись дополнительные очки



## НАЧАЛО ПОЕДИНКА

Бойцы обязаны прибыть на татами в течение одной минуты с момента объявления их фамилии. Перед началом поединка, бойцы обязаны заблаговременно быть экипированы и зайти на край татами для осмотра судьей. Судья обязан осмотреть экипировку бойца, а именно — наличие шлема, протектора, раковины, накладок на стопу и голени, перчаток. После осмотра судьей боец отходит за пределы квадрата и ожидает голосовой команды судьи «*Бойцы на середину*». После соответствующей команды Боец встает на обозначенное в центре татами место и руководствуясь указаниями судьи совершает приветствие (в виде поклона) зрителям, главному судье и противнику. После чего боец руководствуется указаниями судьи и правилами АРБ. В случае отсутствия у Бойца хотя бы одного элемента экипировки — он до поединка не допускается. Бойцу дается не более трех минут для приведения экипировки в соответствие, в противном случае Бойцу зачитывается техническое поражение



# ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

- Для выступлений по правилам АРБ спортсмен должен иметь хорошо тренированные мышцы шеи, поскольку во время поединка его голова облачена в специальный шлем, который при ударе по нему стремится «улететь» вместе с головой.
- Кисти бойца должны быть в обязательном порядке перевязаны боксерскими бинтами, так как перчатки (краги) не имеют достаточной прочности для защиты костей от соприкосновения с металлической маской.
- Шлем должен быть индивидуальным у каждого бойца. Он должен подгоняться под особенности строения головы, дабы избежать эффекта «болтания» во время ударов.
- В настоящее время используются шлемы с креплением на «липучке». Однако такие шлемы не обеспечивают должный обхват головы, и в случае «общего шлема на всю команду», он во время удара может съехать, закрыв бойцу обзор. Шлемы на веревочной основе позволяют совершать затягивание шлема «по размеру», что не приводит к «болтанию» шлема во время ударов.
- Решетка маски не должна прилегать или как-то соприкасаться с лицом бойца. Во время поединков были случаи, когда при акцентированном ударе в шлем, решетка буквально рассекала кожу и у бойца открывалось обильное кровотечение, срочно требовавшее хирургического вмешательства. При разборе возникшей ситуации судейской коллегией было установлено, что шлем и решетка были изготовлены кустарным способом без соблюдения требований безопасности бойца.
- Оба бойца могут быть дисквалифицированы в случае одновременного нанесения другу другу запрещенных ударов, повлекших невозможность продолжать поединок ни одним из бойцов. В таком случае — победа в поединке не присуждается ни кому (обоим бойцам засчитывается техническое поражение).
- В АРБ есть приемы, характерные лишь для этого вида единоборств (ввиду их запрета в других контактных единоборствах):



# A ~~.....~~













## ОЦЕНКИ ТЕХНИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ

- 1 балл — удар ногой по ноге, удар рукой в корпус, сваливание (бросок без отрыва обеих ног от ковра).
- 2 балла — удар ногой в корпус, удар рукой в голову, бросок с отрывом обеих ног от ковра.
- 3 балла — удар ногой по голове, нокдаун, резкий амплитудный бросок.
- Чистая победа — нокаут, два нокдауна болевой приём, отказ, неявка.

