

# БАРС

Борцы за Активное Развитие  
Спорта



БАРС

8В



# История рукопашного боя

Рукопашный бой в российской армии и полиции развивался, в основном, по трем направлениям:

В армии нижними чинами изучалась в основном техника штыкового боя. Безоружный бой (удары руками и ногами, броски, болевые приёмы) считался частью штыкового боя и имел меньшее значение в сравнение с изучением штыковых приёмов.

Накануне войны рукопашный бой преподавался на основе наставлений и руководств. При этом были разработаны ведомственные системы рукопашного боя. В основе обучения было положено искусство штыкового боя. Отдельно изучались приёмы боя против невооруженного противника, и противника вооружённого огнестрельным и холодным оружием. Отдельно, для выполнения спец. заданий, преподавалось искусство ножевого боя. С начала 1930-х гг. рукопашный бой включён в программу подготовки войск НКВД. С открытием секции, в середине 1940-х гг. XX в. при ДСО «Динамо», рукопашный бой приобретает и спортивную направленность.

В период запрета на карате в СССР с 1983 года многие тренеры по каратэ стали тренерами по р. б. , особенно это легко было сделать секциям при обществе «Динамо», в милиции и армии. С конца 1980-х в России проводятся внутриведомственные и вневедомственные соревнования по спортивному р.б. различного уровня. С 1986 года в России действует Общероссийская федерация рукопашного боя. В настоящее время в России также действуют Федерация армейского рукопашного боя России, Международная Федерация полноконтактного рукопашного боя, Всероссийская федерация спортивного рукопашного боя, а также несколько федераций русского рукопашного боя.

Рукопашным боем свою технику называть стали также те, кого не прельщала восточная экзотика, и в боевых искусствах они искали прикладной аспект. Существует также ряд стилей, которые позиционируют себя как преемников неких древнерусских и древнеславянских традиций, однако их отношение к техникам и методикам обучения в военных формированиях тех исторических периодов, на которые они ссылаются, спорно и, чаще всего, ничем не подтверждено. Таким образом, эти системы можно с уверенностью назвать авторскими. Рукопашный бой активно развивают организации ветеранов афганской войны. В 2003 году в Кисловодске создана Международная Федерация полноконтактного рукопашного боя

Рукопашный бой в ЕВСК рассматривается как часть системы подготовки бойцов различных ведомств, в том числе армии. Комплексные соревнования проводятся в два тура. В первом туре (показательные соревнования) демонстрируется техника защиты от вооружённого (пистолет, нож, палка) соперника, во втором (зачётно-квалификационном) — проводятся поединки в амуниции (перчатки, шлем, футы, кимоно).

Существуют и менее жёсткие спортивные направления рукопашного боя. Многие относят к ним также различные не относящиеся к силовым структурам направления и восточные единоборства, что, по мнению некоторых экспертов, некорректно.

•

•

## Общие правила

- Схватки бойцов АРБ проходят на квадратном ковре (татами) размером минимум 14×14 метров Схватка происходит внутри квадрата размером 8×8 м или 10×10 м. Внешняя зона татами шириной не менее 3 метров служит для обеспечения безопасности спортсменов При выходе бойца за пределы татами схватка останавливается командой «Стоп» и спортсмены возвращаются по команде судьи «Бойцы на середину» в центр (середину) татами. При этом, если выполнение приема (броска) началось на территории татами (в том числе в зоне безопасности), а его окончание произошло за пределами квадрата, то такой прием оценивается, а схватка останавливается по общим правилам.
- Бойцы разбиваются на возрастные (касательно бойцов до 18 лет и деление на возрастные категории зависит от Положения о соревнованиях) и весовые категории начиная от веса до 60 кг и до веса свыше 90 кг с шагом 5 кг. Иногда, по предварительному согласованию, может быть всего две весовые категории — до 75 кг и свыше 75 кг (только у взрослых на локальных турнирах).
- Бойцы разделяются на бойца с красным и синим поясом, а в некоторых случаях — бойца в черном или белом кимоно. Боец, чья фамилия указана первой в сводной таблице — надевает красный пояс (черное кимоно).
- Бойцу полагается секундант, который отвечает за амуницию спортсмена во время поединка, так как боец не в состоянии самостоятельно решить эти проблемы в отведенное на поправку амуниции время. Во время поединка секундант располагается на стуле позади места бойца. При этом секунданту во время поединка запрещено подавать бойцу какие-либо команды или советы. За разговоры с секундантом бойцу может быть сделано замечание, а при повторном нарушении — предупреждение.
- На соревнованиях используется следующая экипировка: кимоно, борцовки-футы с защитой пятки и подъема стопы, накладки на голень, раковина на пах, защитный жилет, перчатки-краги, защита колена, защита предплечья и локтя, шлем с металлической решеткой. Внутри шлема устанавливаются накладки из пеноплена, чтобы края решетки при сильных ударах не травмировали лицо. Защитное обмундирование (кроме перчаток, жилета и шлема) надевается под кимоно.
- Бой состоит из одного раунда и длится: у подростков, юношей и юниоров — 2 минуты чистого времени, у мужчин (и все финальные бои) — 3 минуты чистого времени.
- Оцениваются такие технические действия, как: удары руками, удары ногами, броски и болевые приемы. Удары и борьба в «партере» не оцениваются, но негласно учитывается при равенстве очков.
- К запрещенным приемам относятся: нанесение ударов пальцами в глаза; проведение удушающих захватов и болевых приемов на шею, позвоночник, кисть, стопу; прыжки ногами и топающие удары по лежащему сопернику; удары в пах, шею, по суставам ног и рук, затылку и позвоночнику; болевые приемы в стойке; захват за шлем или решетку шлема.
-

# Виталий Дериглазов.

