

Армейский рукопашный Бой





Армейский рукопашный бой — рациональное применение грубой физической силы с использованием специальных приёмов борьбы, ударной техники.



- Датой рождения АРБ как военно-прикладного вида спорта принято считать 1979 год, когда в городе Каунасе (посёлок Гайжюнай, в/ч 42235, или 242-й учебный центр ВДВ), на спортивной базе 7-й гвардейской воздушно-десантной дивизии ВДВ состоялся первый чемпионат Воздушно-



В 1991 году в городе Ленинграде был проведен первый чемпионат Вооруженных Сил, определивший пути и направления развития АРБ.

Правила армейский рукопашный бой



- К запрещённым приёмам относятся: нанесение ударов пальцами в глаза; проведение удушающих захватов и болевых приёмов на шею, позвоночник, кисть; прыжки ногами и топающие удары по лежащему сопернику; удары в пах, шею, по суставам ног и рук, затылку и позвоночнику, по внутренней стороне бедра; болевые приёмы в стойке



- Официально, проводить соревнования с участием детей по армейскому рукопашному бою запрещено! Основой, направлением и развитием для участия по достижению 18 лет в армейском рукопашном бое является [абсолютно свободный бой](#)



- Основным центром развития и обучения 18+ АРБ в России считается Рязанское училище ВДВ, Военный Институт Физической культуры (ВИФК).



- Главную идеологию армейского рукопашного боя выражает фраза основоположника этого вида спорта, генерала ВДВ, Василия Филипповича Маргелова: **«Сбит с ног — сражайся на коленях, идти не можешь — лежа наступай!»**.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ