

История развития **восточных единоборств** насчитывает не одно тысячелетие. Постоянные войны и конфликты всемерно способствовали развитию специфического искусства — искусства самозащиты.



Все восточные боевые искусства можно условно разделить на три группы:

- китайские;
- японские;
- тайские.



Русские национальные виды спорта и игры.

Самбо-вид спортивного единоборства, а также комплексная система



Кулачный бой — потеха, представляющая собой бой кулаками.



Буза-боевое искусство. Включает в себя боевой пляс, рукопашный бой, а также бой с оружием



Гиревой спорт как разновидность тяжёлой атлетики появился в России в конце XIX века.



Хоккей с мячом — зимняя спортивная командная игра, проводящаяся на ледяном поле с участием двух команд



Лапта — русская народная командная игра с мячом и битой.



Городки — русская народная спортивная игра.
Выбивание палками с определённых расстояний из квадрата, так называемые «города»



Вышибалы — динамичная игра с мячом.



Национальные виды спорта других стран

- Американский футбол
- Тайский бокс
- Таэквондо
- Ушу
- Рэндзю
- Го
- Крокет
- Гольф



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!