

Союз общественных объединений  
**МЕЖДУНАРОДНАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
РУКОПАШНОГО БОЯ**



**Правила международных  
соревнований и турниров**

Москва 2020 г.

В Правилах освещаются вопросы судейства, организации соревнований и работы судейских коллегий в соответствии с требованиями Международной федерации рукопашного боя.

Правила предназначены для обязательного руководства при организации и проведении международных соревнований по рукопашному бою.

Правила одобрены решением Конференции Международной Федерации рукопашного боя 24 октября 2006 года в г. Москве. Дополнения к правилам одобрены решением Конференции Международной Федерации рукопашного боя 16 сентября 2011 года в г. Филадельфия (США), решением Конференции Международной Федерации рукопашного боя 23 апреля 2017 года г. Москва (Россия), решением Конференции Международной Федерации рукопашного боя 14 ноября 2020 года г. Минск (Беларусь).

## **ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Настоящие Правила являются обязательными при проведении соревнований по виду спорта рукопашный бой в мире. В дополнение к настоящим Правилам могут разрабатываться Регламенты (Положения) проведения соревнований, детализирующие, разъясняющие, дополняющие положения настоящих Правил, и учитывающие специфику различных категорий участвующих. Регламенты не могут противоречить настоящим Правилам и согласуются с судейской коллегией МФРБ.

## **Раздел I. ХАРАКТЕР И СПОСОБЫ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ**

### **Статья 1. Характер соревнований**

Соревнования по рукопашному бою проводятся в двух дисциплинах:

1. Самооборона;
2. Поединок.

В дисциплине «Самооборона» бойцы демонстрируют приемы рукопашного боя при самообороне от вооружённого и невооруженного противника.

В дисциплине «Поединок» бойцы проводят бой, используя технические действия, описанные настоящими правилами.

Личные места, занятые бойцами в соревнованиях по рукопашному бою, определяются в соответствии с порядком проведения соревнований, определённым Положением.

### **Статья 2. Системы и способы проведения соревнований.**

Состав пар и порядок встреч между участниками (командами) определяется системой проведения соревнований и результатами жеребьевки. Системы проведения соревнований рассмотрены в Приложении 1, Приложении 2., и дополнительно могут оговариваться Регламентом (Положением).

## **Раздел II. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ**

### **Статья 3. Возрастные группы участников**

1. Участники соревнований делятся на возрастные группы:

- а) младший возраст - юноши и девушки 12-13 лет;
- б) средний возраст - юноши и девушки 14-15 лет;
- в) старший возраст - юноши и девушки 16-17 лет;
- г) юниоры и юниорки 18-21 лет;
- д) мужчины и женщины 18 лет и старше.

Возраст определяется на первый день соревнований.

2. Продолжительность боёв у мужчин и женщин - 5 минут чистого времени, юниоров и юниорок – 4 минуты чистого времени, юношей и девушек - 3 минуты чистого времени.

Среди мужчин и женщин возможно проведение боёв по формуле: 3 раунда по 3 минуты или 5 раундов по 3 минуты с перерывом между раундами 1 минута (оговаривается Положением о соревнованиях).

## Статья 4. Весовые категории

1. Участники соревнований в соответствии с возрастом и полом делятся на весовые категории согласно Таблице 1.

**Таблица № 1**

| <b>Девушки<br/>12-13 лет</b> | <b>Девушки<br/>14-15 лет</b> | <b>Девушки<br/>16-17 лет</b> | <b>Женщины,<br/>юниорки</b> |
|------------------------------|------------------------------|------------------------------|-----------------------------|
| 37 кг                        | 40 кг                        | 44 кг                        | 48 кг                       |
| 40 кг                        | 44 кг                        | 48 кг                        | 53 кг                       |
| 44 кг                        | 48 кг                        | 53 кг                        | 58 кг                       |
| 48 кг                        | 53 кг                        | 58 кг                        | 64 кг                       |
| 53 кг                        | 58 кг                        | 64 кг                        | 70 кг                       |
| 53+ кг                       | 58+ кг                       | 64+ кг                       | 70+кг                       |
| Абсолютная                   |                              |                              | свыше 58 кг                 |

| <b>Юноши<br/>12-13 лет</b> | <b>Юноши<br/>14-15 лет</b> | <b>Юноши<br/>16-17 лет</b> | <b>Мужчины,<br/>юниоры</b> |
|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| 35 кг                      | 41 кг                      | 48 кг                      | 57 кг                      |
| 38 кг                      | 44 кг                      | 52 кг                      | 62 кг                      |
| 41 кг                      | 48 кг                      | 57 кг                      | 67 кг                      |
| 44 кг                      | 52 кг                      | 62 кг                      | 73 кг                      |
| 48 кг                      | 57 кг                      | 67 кг                      | 80 кг                      |
| 52 кг                      | 62 кг                      | 73 кг                      | 88 кг                      |
| 57 кг                      | 67 кг                      | 80 кг                      | 97 кг                      |
| 62 кг                      | 73 кг                      | 80+ кг                     | 97+ кг                     |
| 67 кг                      | 73+ кг                     |                            |                            |
| 67+ кг                     |                            |                            |                            |
| Абсолютная                 |                            |                            | свыше 73 кг                |

2. Абсолютное первенство проводится только среди мужчин в весовых категориях (80, 88, 97, 97+кг) и женщин в весовых категориях (64, 70, 70+ кг).

## Статья 5. Допуск участников к соревнованиям

1. Условия допуска участников к соревнованиям, их спортивная принадлежность, квалификация, возраст, а также перечень представляемых в комиссию по допуску документов оговариваются Положением или Регламентом о соревновании.

2. К соревнованиям допускаются спортсмены, предоставившие заявку (Приложение 3), полный комплект документов, прошедшие взвешивание и медицинский осмотр.

3. В командных соревнованиях среди мужчин и женщин спортсмен имеет право участвовать в весовой категории, установленной для него при взвешивании или в следующей – более тяжелой.

#### **Статья 6. Взвешивание, медицинский контроль и жеребьёвка участников**

1. Порядок и время взвешивания, медицинского контроля и жеребьёвки участников соревнований указывается в Положении о соревнованиях.

2. Взвешивание проводится один раз в первый день соревнований или накануне и длится 1 час. Результат заносится в протокол (Приложение 4).

3. Все члены бригады судей на взвешивании должны быть одного пола со спортсменами.

#### **Статья 7. Обязанности и права участников**

1. Участник обязан:

- а) строго соблюдать Правила, Положение, программу соревнований;
- б) выполнять требования судей;
- в) быть корректным по отношению к спортсменам, судьям, зрителям, организаторам и техническому персоналу соревнований;
- г) обмениваться с соперниками рукопожатием до и после поединка;
- д) соблюдать антидопинговые правила, утверждённые международными антидопинговыми организациями.

2. Участник имеет право:

- а) обращаться к судьям через представителя своей команды;
- б) своевременно получать информацию о ходе соревнований;
- в) на получение медицинской помощи;
- г) отказаться от продолжения боя на любой его стадии, за исключением ситуации, когда рефери ведёт отсчёт нокаута;

3. Участнику запрещается иметь на себе кольца, браслеты, серьги, цепочки и другие предметы, а также длинные причёску, бороду и усы.

#### **Статья 8. Экипировка участника.**

1. Экипировка участника включает: костюм рукопашного боя зеленого и белого цвета, перчатки для рукопашного боя, защитный шлем, защитные накладки на ноги типа «чулок», защитную паховую раковину (защитный бандаж женский), капу, для женщин – протектор на грудь. При этом шлем, пояс и перчатки должны быть красного/черного цвета, а костюм рукопашного боя - зеленого, если боец указан в паре первым, если боец указан в паре вторым, то костюм рукопашного боя – белого цвета, а шлем, пояс и перчатки должны быть – синего/черного цвета. Защитные накладки на ноги должны быть черного/белого цвета.

2. Вес перчаток:

а) для юношей, юниоров и мужчин в весовых категориях до 52 кг. - 8 унций; от 57 до 73 кг.- 10 унций, свыше 73 кг. – 12 унций.

б) для девушек, юниорок и женщин в весовых категориях до 58 кг. – 8 унций, свыше 58 кг.- 10 унций.

3. Вид костюма представлен в Приложении 7.1.

4. Образцы защитной экипировки представлены в Приложении 7.2.

## **Статья 9. Обязанности и права представителя команды и секунданта**

1. Представитель команды руководит командой и несет ответственность за поведение и дисциплину участников.

2. Представитель обязан:

- а) знать настоящие Правила и Положение о соревнованиях;
- б) своевременно подать в комиссию по допуску заявку на участие в соревнованиях и другие, оговоренные в Положении, документы;
- в) присутствовать на совместных заседаниях судейской коллегии с представителями команд;
- г) информировать участников своей команды о решениях судейской коллегии;
- д) обеспечивать своевременную явку участников на соревнования и назначать секундантов.

3. Представитель команды имеет право:

- а) присутствовать при взвешивании и жеребьевке;
- б) иметь информацию по всем вопросам проведения соревнований;
- в) высказывать замечания и участвовать в обсуждении вопросов на совместных совещаниях судей и представителей;
- г) подавать протесты обоснованные настоящими Правилами Ст.35;

4. Представителю команды запрещается:

- а) вмешиваться в работу судей, медицинского персонала и организаторов соревнований;
- б) быть одновременно судьей данного соревнования;
- в) во время поединка давать указания участникам, находясь вне зоны, отведённой для зрителей.

5. Представитель может быть отстранен от руководства командой и удалён с соревнований за нарушение Правил, невыполнение своих обязанностей и неэтичное поведение.

6. Секундант обязан:

- а) знать настоящие Правила и Положение о соревнованиях;
- б) во время выполнения своих обязанностей быть одетым в спортивную форму;
- в) во время боя находиться у зоны безопасности ковра со стороны своего бойца.
- г) иметь полотенце и коробку с раствором для капы.
- д) после остановки боя, при необходимости, по команде рефери секундант обязан привести в порядок экипировку своего бойца.

7. Секундант имеет право:

- а) во время боя давать советы своему бойцу, не мешая ведению поединка;
- б) подавать установленный сигнал руководителю ковра о признании своего бойца проигравшим
- в) подавать протесты согласно Ст.35.

8. В случае вмешательства секунданта в работу судейской бригады, предупреждение может быть объявлено бойцу.

**9.** Секундант может быть отстранен и удален с соревнований за грубое вмешательство в работу судейской бригады, невыполнение своих обязанностей и неэтичное поведение.

## **Раздел III. СОДЕРЖАНИЕ И ТЕХНИКА РУКОПАШНОГО БОЯ**

### **Статья 10. Техника рукопашного боя**

**1.** В соревнованиях по рукопашному бою разрешается проводить только контролируемые удары, броски, удержания, болевые и удушающие приемы в определенных положениях бойцов.

### **Статья 11. Положения бойцов**

**1.** Стоя - боец касается ковра только ступнями ног (стоит на ногах).

**2.** Лёжа - боец касается ковра какой-либо частью тела, кроме ступней ног.

**3.** Бой стоя (в стойке) - оба бойца в положении "стоя".

**4.** Бой лёжа – хотя бы один из бойцов в положении "лёжа".

**5.** Положение "вне ковра" считается, если:

а) в бою стоя один из бойцов полностью вышел ногами за границу зоны боя ковра (Ст.36, п.1);

б) в бою лёжа один из бойцов полностью оказался за границей зоны боя ковра;

в) при проведении одним из бойцов удержания (Ст.14), болевого (Ст.15) или удушающего (Ст.16) приема, они оба полностью оказались за границей зоны боя ковра.

**6.** В положении лёжа боец может оказаться:

а) на туловище - спина, бок, грудь, живот;

б) на ягодицах;

в) на коленях;

г) на руках.

### **Статья 12. Удары**

**1.** В бою разрешено наносить только контролируемые удары в любые части тела за исключением запрещённых (См. Ст.17 п.1).

**2.** Разрешенной считается техника нанесения удара пястно-фаланговой, боковой со стороны мизинца и тыльной частями кулака в перчатке, а также техника нанесения ударов стопой и голенью, не относящихся к числу запрещенных.

**3.** Оцениваются только удары, нанесённые с полным контактом.

**4.** Серия ударов - два и более оцениваемых удара в течение 1-2 секунд.

### **Статья 13. Броски**

**1.** Бросок - действие бойца, в результате которого противник теряет равновесие и падает, оказываясь в положении лёжа.

**2.** Бросок без падения - бросок, при проведении которого атакующий боец остаётся в положении стоя.

**3.** Бросок с падением - бросок, при проведении которого атакующий боец переходит в положение лёжа или опирается на лежащего противника сверху.

**4.** Выведение из равновесия – бросок без падения, при котором противник касается ковра рукой или коленом (3-й точкой).

## **Статья 14. Удержание**

1. Удержание - прием, которым боец в течение определенного времени вынуждает противника лежать спиной к коврику (угол между ковриком и спиной на уровне лопаток менее 90 градусов), а сам прижимается туловищем к туловищу противника (или к рукам противника, прижатым к туловищу).

2. Для начала удержания требуется, чтобы удерживаемый боец находился на спине, и часть его тела находилась на коврике.

3. Удержание не считается, если:

- а) туловище атакующего не прижато к туловищу противника;
- б) лопатки удерживаемого развернуты более, чем на 90 градусов к коврику;
- в) бойцы полностью вышли за границу зоны боя коврика;
- г) атакующий боец переходит к выполнению болевого или удушающего приема.

4. Если бой длится несколько раундов, технический приём «удержание» не применяется.

## **Статья 15. Болевые приемы**

1. Болевой прием - захват руки или ноги противника, который позволяет провести: перегибание (рычаг), вращение в суставе (узел), ущемление или растяжение сухожилий или мышц и вынуждает противника в результате болевого воздействия признать себя побежденным.

2. Сигнал о сдаче при проведении болевого приема подается громко голосом ("Есть!" или любой другой возглас), или многократным хлопком (ударом) рукой/ ногой по коврику или телу атакующего.

3. Болевые приемы разрешается начинать, когда атакуемый находится в положении лежа. Атакующий при этом, может находиться в стойке.

4. Проведение болевого приема должно быть прекращено если:

- а) бойцы оказались вне зоны боя коврика;
- б) боец подаёт сигнал о сдаче в соответствии с Ст.15 п.2;
- в) закончилось время проведения болевого приема.

## **Статья 16. Удушающие приемы**

1. Удушающий прием-захват, позволяющий провести сдавливание сонных артерий и горла противника используя отвороты куртки, предплечья, плечи, голени в различных комбинациях в результате чего противник сдаётся или теряет сознание.

2. Сигнал о сдаче при проведении удушающего приема подается громко голосом («Есть!» или любой другой возглас), или многократным хлопком (ударом) рукой (ногой) по коврику или телу атакующего.

3. Удушающие приемы разрешается начинать проводить, когда атакуемый находится в положении лежа. Атакующий при этом, может находиться в положении стоя.

4. Проведение удушающего приема должно быть прекращено, если:

- а) бойцы оказались вне зоны боя коврика;
- б) боец подаёт сигнал о сдаче в соответствии с Ст.16 п.2;
- в) закончилось время проведения удушающего приема;
- г) защищающийся боец потерял сознание.

5. Боец, потерявший сознание во время удушающего приема, снимается с соревнований.

## **Статья 17. Запрещенные приемы и технические действия**

1. В поединке запрещена ударная техника:

- а) удары в область паха;
- б) удары руками в голову в бою лёжа;
- в) удары ногами в бою лёжа;
- г) удары в шею, затылок, суставы рук и ног, область позвоночника;
- д) удары коленом и локтём (за исключением случаев, оговорённых

Положением о соревнованиях);

- е) прямые удары ногой в голову и по ногам;
- ж) удары пальцами, ладонью и головой.

2. В поединке запрещены броски:

- а) на голову;
- б) с прыжком на противника всем телом.

3. В поединке запрещено проведение болевых приёмов:

- а) в положении стоя (с учётом Ст.15, п.3,4, б, в);
- б) рывком;
- в) на все отделы позвоночника;
- г) болевые приёмы на кисть;
- д) рычаг колена не в плоскости его естественного сгиба;
- е) выкручивание ноги противника за пятку, «узлы» на стопу.

4. В поединке запрещено проведение удушающих приёмов:

- а) в положении стоя (с учётом Ст.16, п.3,4);
- б) рывком;
- в) пальцами рук;
- г) зажимая сопернику рот и нос;
- д) скрещивая ноги на шее.

5. В поединке запрещены действия, препятствующие активному ведению боя, опасные для здоровья и нарушающие этические нормы вида спорта и дисциплину.

## **Раздел IV. ОЦЕНКА ПРИЕМОВ**

### **Статья 18. Оценка техники рукопашного боя в дисциплине «Самооборона».**

1. В соревнованиях по самообороне участники демонстрируют технику, применяемую в стандартных ситуациях (Приложение 8.1) в бою с невооружённым и вооружённым противником.

Используемая техника представляет собой комбинации приемов рукопашного боя с добавлением приемов обезоруживания, добивания и сопровождения противника. Состав судей, возрастные и весовые категории, порядок проведения и оценки соревнований в дисциплине «Самооборона» рассмотрены в Ст.32. Примерные билеты для использования в соревнованиях дисциплины «Самооборона» представлены в (Приложении 8.2).

## **Статья 19. Оценка техники рукопашного боя в дисциплине «Поединок».**

**1.** В поединке по рукопашному бою произвольно сочетаются или чередуются удары, броски, удержания, болевые и удушающие приемы.

**2.** Оценки бойцам даются по ходу поединка за все выполненные технические действия и их комбинации.

**3.** Оцениваются только начатые на ковре контролируемые действия (удары, броски, удержания, болевые и удушающие приемы) в зависимости от их эффективности.

**4.** Бой в положении «стоя» считается неэффективным, если в течение 10 секунд после взятия захвата не последовало выполнения броска. В случае отсутствия активных действий, рефери может остановить бой по истечении 5 секунд.

**5.** Бой в положении «лежа» считается неэффективным если:

а) в течение 10 секунд не последовал захват для проведения удержания, болевого или удушающего приема;

б) прошло 20 секунд с начала болевого или удушающего приема.

В случае отсутствия активных действий после взятия захвата, рефери может остановить бой по истечении 5 секунд.

**6.** В Таблице 2 даны оценки технических действий, выполняемых бойцами в поединках, и предупреждений за нарушение Правил.

**7.** Оцениваются только броски, которые проводит боец, находящийся до броска в положении «стоя».

**8.** Удары в область лопаток не оцениваются.

**9.** Чистая победа присуждается за:

а) болевой (удушающий) приём, при котором противник сдался;

б) нокаут;

в) три нокдауна (в соревнованиях среди юниоров и юниорок два нокдауна), в многораундовых поединках: три нокдауна в раунде или четыре нокдауна за бой;

г) боец имеет преимущество в 10 баллов (исключение много раундовые бои);

д) противник снят с боя (соревнований).

**10.** Два балла присуждаются за:

а) серию ударов рукой и (или) ногой;

б) удар ногой в голову;

в) нокдаун;

г) бросок без падения на туловище;

д) удержание в течение 20 секунд;

**11.** Один балл присуждается за:

а) удар рукой в туловище или в голову;

б) удар ногой в туловище;

в) бросок с падением на туловище;

г) бросок без падения на ягодицы;

д) удержание в течение 10-19 секунд;

е) предупреждение, объявленное противнику.

**12.** Активность присуждается за:

а) бросок с падением на ягодицы в соответствии с Ст.11п.6, «б»;

б) выведение противника из равновесия при котором противник касается ковра рукой или коленом (бросок на 3-ю точку) в соответствии с Ст.11п.6, «в,г»;

в) удержание в течение 1-9 секунд. При этом за время боя можно получить только одну активность за удержание в течение 1-9 секунд, дальнейшие попытки удержания менее 10 секунд не оцениваются.

**13.** Активность решением судей присуждается большинством голосов судейской тройки по прошествии половины времени боя, если ни один из спортсменов не имеет оценок кроме предупреждений.

Баллы, полученные бойцом за предупреждения, объявленные его противнику, не считаются техническими баллами.

В случае получения бойцами технических баллов, активность решением судей аннулируется.

**14.** За время боя с помощью удержания можно набрать не более 2 баллов (одна попытка на 2 балла, или две попытки по 1 баллу). При наборе 2 баллов аннулируется активность за начало удержания (если она была) и дальнейшие попытки проведения удержания не оцениваются. За исключением много раундовых боёв (см. Ст14. п.4).

**15.** Если за время соревнований боец четвёртый раз оказался в состоянии нокдауна (для юниоров и юниорок – третий раз), то бой немедленно останавливается, и спортсмен снимается с соревнований ввиду невозможности продолжать бой.

**16.** Удары в захвате, по ногам и в положении «лёжа» не оцениваются, но оценивается нокдаун и нокаут, полученные в результате таких ударов.

**Таблица 2.**

**Оценка технических действий и предупреждений за нарушения Правил**

| Технические действия<br>и предупреждения за нарушения Правил                                                         | Оценки           |         |        |                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------|--------|-----------------|
|                                                                                                                      | Чистая<br>победа | 2 балла | 1 балл | Актив-<br>ность |
| <b>I. Удары</b>                                                                                                      |                  |         |        |                 |
| 1. Нокаут                                                                                                            | *                |         |        |                 |
| 2. Три нокдауна (в соревнованиях среди юниоров и юниорок два нокдауна) Четыре нокдауна (в много раундовых поединках) | *                |         |        |                 |
| 3. Нокдаун                                                                                                           |                  | *       |        |                 |
| 4. Удар ногой в голову                                                                                               |                  | *       |        |                 |
| 5. Серия ударов рукой и (или) ногой                                                                                  |                  | *       |        |                 |
| 6. Удар рукой в туловище или голову                                                                                  |                  |         | *      |                 |
| 7. Удар ногой в туловище                                                                                             |                  |         | *      |                 |
| <b>II. Броски</b>                                                                                                    |                  |         |        |                 |
| 8. Бросок без падения на туловище                                                                                    |                  | *       |        |                 |
| 9. Бросок с падением на туловище                                                                                     |                  |         | *      |                 |
| 10. Бросок без падения на ягодицы                                                                                    |                  |         | *      |                 |
| 11. Бросок с падением на ягодицы                                                                                     |                  |         |        | *               |
| 12. Выведение из равновесия без падения, при                                                                         |                  |         |        | *               |

|                                                                                                              |   |        |           |         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--------|-----------|---------|
| котором противник касается ковра рукой или коленом (3-й точкой)                                              |   |        |           |         |
| <b>III. Борьба лежа</b>                                                                                      |   |        |           |         |
| 13. Болевой (удушающий) приём, при котором противник сдался                                                  | * |        |           |         |
| 14. Удержание                                                                                                |   | 20 сек | 10-19 сек | 1-9 сек |
| <b>IV. Предупреждения за нарушения правил</b>                                                                |   |        |           |         |
| 15. Четвёртое предупреждение, объявленное противнику за нарушение правил                                     | * |        |           |         |
| 16. Предупреждение, объявленное противнику                                                                   |   |        | *         |         |
| <b>V. Другие действия</b>                                                                                    |   |        |           |         |
| 17. Активность по решению судей в середине боя при отсутствии баллов или активностей за технические действия |   |        |           | *       |

## Статья 20. Оценка запрещённых приёмов и действий.

### 1. Оценка запрещенных приемов и действий во время боя:

а) наказания за выходы за границу ковра (здесь и далее имеется ввиду граница зоны боя) в положении стоя и за другие нарушения Правил считаются отдельно;

б) если боец проводит запрещённое действие (Ст.17) в первый раз, ему объявляется замечание;

в) при повторном нарушении Правил бойцу объявляется предупреждение, а противнику присуждается 1 балл;

г) при объявлении бойцу четвёртого предупреждения, ему объявляется поражение в бою (раунде), а противнику присуждается чистая победа (за исключением выходов за границу ковра, Ст.20 п.2);

д) если нарушение влечет за собой немедленное снятие бойца с соревнования, его противнику присуждается чистая победа.

2. Если во время боя боец двумя ногами вышел за границу ковра, ему объявляется замечание. При каждом последующем выходе за границу ковра бойцу объявляется предупреждение, а его противнику 1 балл, не зависимо от количества выходов за границу ковра.

3. В случае опоздания с выходом на ковер более чем на 30 сек. бойцу объявляется замечание, более 1 мин. - первое предупреждение, более 1 мин. 30 сек. - второе предупреждение, свыше 2 мин.- бойцу записывается неявка и он снимается с соревнований;

В случае постоянного отступления без проведения технических действий в течение 30 сек. бойцу объявляется замечание, в течение 1 мин. - первое предупреждение, в течение 1 мин. 30 сек. - второе предупреждение, в течение 2 мин. - поражение в поединке.

4. В зависимости от степени нарушения Правил, бойцу может быть сразу объявлено второе или третье предупреждение, поражение в поединке (раунде) или снятие с соревнований.

5. При проведении бойцом оцениваемого технического действия, вынуждающего противника выйти за границу ковра, наказание за выход за границу ковра противнику не объявляется.

6. Оценка действий бойцов, приводящих к травме в ходе боя.

Наличие травмы, ее тяжесть и возможность травмированного участника продолжить поединок (соревнование) определяет врач соревнований. Виновность в нанесении травмы определяет судейская тройка.

7. Снятие и дисквалификация за запрещенные действия.

Боец снимается с боя или соревнования (дисквалификация на соревнование) при:

- необходимости объявить бойцу четвёртое предупреждение за нарушение Правил;
- нанесении травмы, выводящей противника из боя;
- нанесении травмы, выводящей противника из соревнования;
- грубом нарушении этики;
- отказе от участия в церемонии награждения, за исключением заранее оговорённых случаев.

Дисквалификация на соревнование означает, что место в соревнованиях бойцу не определяется.

8. За грубое вмешательство представителя или члена команды в работу судей, медицинского персонала или организаторов соревнований, предупреждения объявляются бойцу.

## **Раздел V. СУДЕЙСКАЯ КОЛЛЕГИЯ.**

### **Статья 21. Состав судейской коллегии**

1. Судейская коллегия состоит из главной судейской коллегии (главный судья, спортивный комиссар соревнований, заместители главного судьи, руководители ковров, главный секретарь), судей (рефери, боковые судьи, технические секретари, судьи-секундометристы, судьи-информаторы, судьи при участниках, судьи-операторы табло) и вспомогательного персонала (комендант, медицинский персонал, технический персонал).

2. Состав главной судейской коллегии утверждается Международной федерацией рукопашного боя, не позднее, чем за 20 дней до начала соревнований.

3. Расчет необходимого числа судей в зависимости от масштаба соревнования приведен в Приложении 9.

4. Судья обязан иметь при себе судейскую форму, свисток, медицинские перчатки, судейское удостоверение и Правила соревнований.

Судейская форма состоит из чёрных брюк, синей рубашки поло, красного (зеленого) и синего (белого) нарукавников шириной 15 см. и мягкой спортивной обуви.

На груди слева - эмблема МФРБ/HSIF, на спине – надпись "REFEREE".

5. Территориальная организация рукопашного боя, проводящая соревнования, предоставляет вспомогательный персонал: судьи при участниках, судьи-операторы табло, технические секретари, врачи, комендант.

## **Статья 22. Главный судья, заместитель главного судьи**

1. Главный судья руководит соревнованиями и отвечает за их проведение в соответствии с настоящими Правилами и Положением.

2. Заместители главного судьи назначаются главным судьей из числа руководителей ковра и подчиняются главному судье.

3. Главный судья обязан:

- а) проверить готовность помещения, оборудования, инвентаря, документации;
- б) провести жеребьевку;
- в) назначить бригады судей и распределить их по коврам;
- г) утвердить график хода соревнований;
- д) проводить заседания судейской коллегии с участием представителей команд;
- е) дать оценку судейства каждого судьи;
- ж) сдать отчет в организацию, проводящую соревнования, в установленный срок.

4. Главный судья имеет право:

- а) в случае возникновения угрозы участникам и зрителям соревнований остановить соревнования;
- б) внести изменения в порядок проведения соревнований;
- в) отстранить судей, совершивших грубые ошибки;
- г) снимать с соревнований участников в соответствии с Ст.20;
- д) сделать замечание, предупреждение, отстранить от выполнения обязанностей представителей команд, допустивших неэтичное поведение;
- е) задержать объявление оценки технического действия или результата боя, если он не согласен с решением судей.

5. Выполнение распоряжений главного судьи обязательно для бойцов, судей, представителей и тренеров команд.

6. Главный судья не имеет права изменить Правила соревнований.

## **Статья 23. Главный секретарь, заместитель главного секретаря**

1. Главный секретарь обеспечивает подготовку и оформление всей документации соревнований. По поручению главного секретаря или в его отсутствие функции главного секретаря выполняет его заместитель.

2. Главный секретарь:

- а) входит в комиссию по допуску;
- б) участвует в проведении жеребьевок;
- в) составляет график хода соревнований и порядок встреч бойцов по кругам;
- г) с разрешения главного судьи предоставляет сведения представителям, судьям-информаторам и прессе;
- д) ведет протоколы соревнований;
- е) оформляет итоговые результаты соревнований.

## **Статья 24. Руководитель ковра**

1. Руководитель ковра во время боя располагается за судейским столом ковра.

## **2. Руководитель ковра:**

- а) дает оценку действий бойцов и ситуаций, используя при этом установленные жесты и термины, и объявляет окончательное решение, учитывая мнение большинства судейской тройки;
- б) вызывает на ковер и представляет бойцов;
- в) в случае необходимости, вызывает врача к ковра;
- д) контролирует работу судейско-вспомогательного персонала, соответствие данных табло и протокола.

## **Статья 25. Рефери**

**1.** Рефери, находясь на ковре, руководит ходом боя, используя свисток и установленные жесты. Следит за соблюдением правил ведения боя и в своих действиях исходит из интересов сохранения здоровья бойцов.

### **2. Рефери:**

- а) перемещаясь по ковра, контролирует действия бойцов, своевременно реагируя на сигналы бокового судьи и команды руководителя ковра;
- б) дает свисток на начало боя и его возобновление;
- в) самостоятельно оценивает ситуации, приемы и действия бойцов;
- г) участвует в представлении бойцов и в объявлении результата боя.

## **Статья 26. Боковой судья**

**1.** Во время боя боковой судья стоит или сидит на стуле у границы зоны безопасности ковра и контролирует действия бойцов.

### **2. Боковой судья:**

- а) дает оценку приемов и действий бойцов, используя при этом установленные жесты и термины или голосом;
- б) участвует в определении более активного бойца в середине боя;
- в) участвует в разборе спорной ситуации с правом решающего голоса.
- г) может жестами привлечь внимание руководителя ковра, если моменты боя, были видны ему лучше, чем рефери.

## **Статья 27. Спортивный комиссар соревнований, апелляционная комиссия.**

**1.** Спортивный комиссар соревнования назначается руководящим органом Федерации и отчитывается только перед ним. Спортивный комиссар назначается из числа высококвалифицированных судей, имеющих достаточный опыт судейской и организационной работы.

### **2. Спортивный комиссар обязан:**

- а) осуществлять контроль хода проведения соревнований, следить за строгим соблюдением Правил и Положения о соревновании (Регламента) всеми участниками соревнований и судьями. Все замечания и рекомендации по их предупреждению и устранению сообщать только главному судье;
- б) участвовать совместно с главным судьей в рассмотрении жалоб представителей команд и отображать их в отчёте;
- в) по просьбе главного судьи присутствовать на всех поединках, требующих его консультации;
- г) предоставить в руководящий орган Федерации справку - отчёт о проведении соревнования в 10-дневный срок после окончания соревнований. В

отчете указать количество участвовавших команд, недостатки и положительные стороны в организации соревнований, оценку работы всей судейской коллегии, общую оценку проведенных соревнований, выводы и предложения.

**3. Спортивный комиссар имеет право:**

а) в случае выявленных фактов грубых нарушений со стороны судейской бригады, требовать от главного судьи отстранения данных судей от судейства;

б) участвовать в разборе любых спорных ситуаций, с правом вынесения окончательного решения, учитывая мнения судей;

в) в случаях, если представитель команды (капитан) или спортсмен допустили грубость, вступили в пререкания с судьями и проявили явное неуважение к обслуживающему медицинскому персоналу, требовать от главного судьи, объявить предупреждение, а в случае повтора - отстранить нарушителей от выполнения обязанностей. Все нарушения отображаются в отчёте комиссара.

**4. Апелляционная комиссия** формируется главным судьей соревнований и спортивным комиссаром. Апелляционная комиссия должна состоять из 3-х высококвалифицированных судей, располагаться отдельно от судейских столов и быть обеспечена системой видео повтора.

а) Используя систему видео повтора, апелляционная комиссия рассматривает протесты, поданные секундантами бойцов во время поединков или встреч по самообороне.

б) Вынесенное апелляционной комиссией решение по спорной ситуации является обязательным для всех участников соревнований.

в) Контроль над выполнением обязанностей апелляционной комиссии осуществляют главный судья соревнований и спортивный комиссар.

**Статья 28. Технический секретарь, судья-оператор табло, судья-информатор.**

**1.** Технический секретарь находится за судейским столом рядом с руководителем ковра или боковым судьёй (в многораундовых поединках) и последовательно записывает в протокол (Приложения 6) оценки технических действий, замечания и предупреждения, которые по ходу боя объявляет руководитель ковра или боковой судья.

**2.** Оценки приемов, а также замечания и предупреждения в порядке их получения бойцами заносятся в протокол условными обозначениями:

- |              |                                        |
|--------------|----------------------------------------|
| <b>V</b>     | – чистая победа;                       |
| <b>Нк</b>    | – нокаут в голову                      |
| <b>Нк-Т</b>  | – нокаут в туловище                    |
| <b>БП</b>    | – болевой прием                        |
| <b>Уд</b>    | – удушающий прием                      |
| <b>ЯП</b>    | – явное преимущество                   |
| <b>ТНк</b>   | – технический нокаут                   |
| <b>Нкд</b>   | – нокдаун                              |
| <b>НПБ</b>   | – невозможность продолжать бой         |
| <b>ОПБ</b>   | – отказ продолжать бой;                |
| <b>2</b>     | – два балла;                           |
| <b>1</b>     | – один балл;                           |
| <b>А</b>     | – активность за техническое действие;  |
| <b>Ⓐ ① ②</b> | – оценка за удержание А, 1, 2, в круге |

|           |                                                  |
|-----------|--------------------------------------------------|
| <b>Ар</b> | – активность по решению судей;                   |
| <b>Зв</b> | – замечание за выход за границу ковра;           |
| <b>В</b>  | – предупреждение за выход за границу ковра;      |
| <b>Зп</b> | – замечание за другие нарушения Правил;          |
| <b>П1</b> | – 1-е предупреждение за другие нарушения Правил; |
| <b>П2</b> | – 2-е предупреждение за другие нарушения Правил; |
| <b>П3</b> | – 3-е предупреждение за другие нарушения Правил; |
| <b>ПС</b> | – снятие с поединка за другие нарушения Правил;  |

Перед первой оценкой за техническое действие ставится знак "+".

Чистая победа записывается знаком "**V**" в графе победившего, с пояснением в графе проигравшего характера поражения в соответствии с условными обозначениями: **Уд, БП, ЯП, Нк** и т.д.

Оценки за удержания очерчиваются кругом.

После определения судьями более активного бойца в середине боя ему в протоколе записывается "**Ар**".

**3.** При невыходе бойца на бой против его фамилии записывается "н/я" (неявка), либо "сн.вр" (снят врачом), а его противнику присуждается победа.

**4.** При досрочном окончании боя его чистое время фиксируется в протоколе поединка.

**5.** По окончании боя (раунда) технический секретарь проставляет в протоколе общую сумму баллов и активностей, набранных каждым из бойцов, и передает протокол руководителю ковра для объявления результата боя. Этот результат секретарь записывает в протоколе. Фамилия победителя обводится, фамилия побежденного зачеркивается.

**6.** Делать другие записи в протоколе запрещается.

**7.** Судья-оператор табло находится за столом руководителя ковра, и отображает на электронном табло информацию о поединке.

Судья-оператор табло фиксирует:

- а) опоздание с выходом бойца на ковер и оказание медицинской помощи;
- б) время боя или раунда;
- в) время удержаний, болевых и удушающих приемов;
- г) время отдыха спортсменов между боями и между раундами

Результаты на табло по окончании боя он удаляет по указанию руководителя ковра.

**8.** Судья-информатор отвечает за организацию радиoinформации для участников, представителей и зрителей. Он обязан хорошо знать Правила и Положение о соревнованиях, спортивные достижения команд и участников, состав почетных гостей и т.п.

## **Статья 29. Судья при участниках**

**1.** Судья при участниках организует выход участников к местам соревнований и для награждения, выстраивает спортсменов для парада, своевременно предупреждает о порядке их выхода на ковер, проверяет фамилии участников по протоколу и соответствие их экипировки требованиям настоящих Правил (Ст.8), сообщает главному секретарю о неявках, отказах и снятии участников с соревнований.

## **Статья 30. Врач соревнований**

### **1. Врач соревнований:**

- а) проверяет правильность оформления заявок, наличие в них визы врача о допуске участников к соревнованиям;
- б) присутствует на взвешивании, проводит осмотр участников;
- в) следит за соблюдением санитарно-гигиенических требований в местах проведения соревнований;
- г) осуществляет медицинский контроль и наблюдение за участниками в процессе соревнований;
- д) непосредственно на ковре оказывает медицинскую помощь бойцам, делает заключения о возможности продолжения ими боя;
- е) принимает окончательные решение о снятии бойца с соревнований по медицинским показаниям;
- ж) руководит действиями медицинских бригад ковров.

## **Статья 31. Комендант соревнований.**

1. Комендант соревнований отвечает за своевременную подготовку и оформление мест соревнований, безопасность, размещение и обслуживание участников и зрителей, пригодность к использованию специального оборудования и инвентаря, поддержание порядка во время соревнований, а также обеспечивает все необходимые мероприятия по указанию главного судьи.

2. Комендант руководит работой технического персонала и контролёров-распорядителей.

## **Раздел VI. ПРАВИЛА СУДЕЙСТВА.**

### **Статья 32. Судейство выступления бойцов в дисциплине «Самооборона», разделы: «Самооборона» и «Самооборона 1+1».**

1. Судейство проводится открытым способом с использованием перекидных таблиц или электронного табло.

2. Состав бригады судей ковра: руководитель ковра, рефери, 4 боковых судьи, технический секретарь и судья-оператор табло. Боковые судьи располагаются по углам ковра, рефери - на ковре, руководитель ковра и технический секретарь судья-оператор табло- за судейским столом.

Руководитель ковра и боковые судьи оценивают демонстрируемые бойцами приемы техники рукопашного боя, а рефери и технический секретарь обеспечивают техническое сопровождение соревнований. Оценки бойцов записываются в протокол (Приложение 5.1 и 5.2).

3. Экипировка участника включает: костюм рукопашного боя белого или зелёного цвета (хаки), защиту на голень и подъем стопы, защитную паховую раковину. При этом ассистент бойца имеет пояс красного цвета, если боец указан в паре первым, или синего цвета, если боец указан в паре вторым. Сам боец имеет пояс того же цвета или цвета, который отражает уровень мастерства согласно аттестационным требованиям МФРБ/HSIF. На костюме допускаются изображения, утвержденные МФРБ/HSIF и организатором соревнования.

4. Возрастные группы и весовые категории.

**Таблица №3**

| <b>Раздел «Самооборона»</b>                             |                |        |                |       |        |
|---------------------------------------------------------|----------------|--------|----------------|-------|--------|
| <b>Возрастные группы</b>                                | <b>Девушки</b> |        | <b>Юноши</b>   |       |        |
| 12-13 лет                                               | 44 кг          | 44+ кг | 44 кг          | 62 кг | 62+ кг |
| 14-15 лет                                               | 48 кг          | 48+ кг | 48 кг          | 67 кг | 67+ кг |
| 16-17 лет                                               | 53 кг          | 53+ кг | 57 кг          | 73 кг | 73+ кг |
| <b>Раздел «Самооборона 1+1»</b>                         |                |        |                |       |        |
| два участника одной возрастной категории без учета веса |                |        |                |       |        |
| <b>Раздел «Самооборона» для 18 лет и старше</b>         |                |        |                |       |        |
| <b>Возрастные группы:</b>                               | <b>Женщины</b> |        | <b>Мужчины</b> |       |        |
| 18-37 лет                                               | 58 кг          | 58+ кг | 67 кг          | 88 кг | 88+ кг |
| 38-49 лет                                               | 58 кг          | 58+ кг | 73 кг          | 97 кг | 97+ кг |
| 50-60 лет                                               |                |        | -              | 88 кг | 88+ кг |
| Старше 60 лет                                           |                |        | -              | 88 кг | 88+ кг |
| <b>Раздел «Самооборона 1+1»</b>                         |                |        |                |       |        |
| два участника без учета возраста и веса                 |                |        |                |       |        |

#### **5. Порядок судейства:**

а) в оценке выполнения приёмов участвует 5 судей: руководитель ковра и четыре боковых судей.

б) руководитель ковра вызывает участников поединка на ковёр (боец и его ассистент с красным поясом занимает место у края границы ковра справа от рефери, боец и ассистент с синим поясом – у границы ковра слева от рефери) и представляет их.

в) рефери, находясь на ковре, определяет жребием очередность выполнения техники, руководит ходом встречи, используя установленные команды: «К бою» (Ready), «Приём» (Go), «Стоп» (Stop), «Внимание» (Attention). Подаёт сигнал свистком судьям для выставления оценки.

г) участники попеременно демонстрируют технику самообороны от одинаковой атаки (Приложения №8.1). При выполнении техники самообороны разрешено демонстрировать любые удары, захваты, броски, болевые и удушающие приемы, переходы на конвоирование. Вся техника контролируемая, со страховкой атакующего противника. При демонстрации запрещены опасные для жизни и здоровья приемы и действия.

д) в каждом поединке бойцы демонстрирует технику самообороны от 5 атак. Примерные билеты (Приложение 8.2). Спортсмены демонстрируют технику со своими ассистентами. Боец, определённый жребием как первый, начинает первым демонстрацию техники от 1, 3, 5 атаки. Боец, определённый жребием как второй, начинает первым демонстрацию техники от 2 и 4 атаки.

е) судьи после выполнения каждого приёма определяют лучшего из двух спортсменов. Оценка происходит путём вычитания (0.5, 1, 2, очков/баллов) из условных 10 очков/баллов за идеально выполненный прием, либо ставят (0

очков/баллов), согласно критериям эффективности выполнения защитного действия (Таблица №4). Каждый судья оценивает выполнение приёма бойцами и путём поднятия руки с нарукавником отдаёт «1 балл» (свое предпочтение) спортсмену, который, по его мнению, лучше продемонстрировал технику самообороны от конкретного приёма. Руководитель ковра производит подсчёт баллов и объявляет результат хода встречи. Технический секретарь заносит оценку в протокол соревнований (Приложение 5.1), оператор дублирует оценку на табло. За каждый последующий приём баллы суммируются и выставляются на табло.

ж) при равенстве оценок в выполнении приёма спортсмены демонстрируют технику самообороны от этой же атаки с противоположной стороны. В случае равенства оценок атака повторяется с начальной стороны и судьи, в этом случае, обязаны определить сильнейшего бойца.

з) если по окончании демонстрации техник самозащиты от пяти приёмов счёт равный, то спортсмены повторяют технику самообороны от первой атаки.

и) судьи по ходу встречи используют установленные жесты: «1 балл» - поднятая рука вверх, «равные возможности» - соединённые вместе руки в кулаках, «самооборона неэффективна» - перекрещенные руки.

По окончании встречи руководитель ковра объявляет итоговую оценку и определяет победителя.

к) при оценке выполнения приёмов самообороны с помощью перекидных таблиц, места бойцов определяются по окончании соревнования в соответствии с набранной каждым участником суммой баллов. По принципу: большая сумма - выше место.

**6.** В разделе «Самооборона 1+1» технику защиты демонстрируют оба спортсмена пары. В паре определяется первый и второй номер. В каждом приёме сначала технику демонстрируют спортсмены, определённые в паре как первые номера. Судьи оценивают результат выступления, определяют лучшего из двух спортсменов и выставляют баллы за демонстрации техники. Затем технику самообороны от той же атаки демонстрируют вторые номера. Судьи оценивают результат выступления, определяют лучшего из двух спортсменов и выставляют баллы за демонстрации техники. Баллы за выступление первых и вторых номеров суммируются и выносятся на табло. Технический секретарь ведёт подсчёт баллов и заносит их в протокол соревнований (Приложение 5.2). По окончании встречи руководитель ковра объявляет итоговую оценку и определяет пару победителя.

**7.** В соответствии с результатом встречи бойцам присуждаются следующие классификационные очки:

1) чистая победа - разница в счёте составила 11 баллов (в дисциплине «Самооборона 1+1» - 21 балл): победитель получает пять классификационных очков, проигравший – ноль очков;

2) победа по баллам: победитель получает четыре классификационных очка, проигравший – одно;

3) победа с незначительным преимуществом – разница в счёте один балл: победитель получает три классификационных очка, проигравший - два.

Личные места, занятые спортсменами в соревнованиях по самообороне определяются по результатам встреч, проведённых между ними.

**Таблица №4**

| <b>Критерии эффективности выполнения защитного действия:</b> |                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Оценка</b>                                                | <b>Ошибки</b>                                                                                                                  |
| <b>Самооборона неэффективна (оценивается «0» баллов)</b>     | <b>0.а</b> - удар ножом или палкой достиг тела спортсмена                                                                      |
|                                                              | <b>0.б</b> - ствол пистолета пересёк линию тела                                                                                |
|                                                              | <b>0.в</b> - противник не обезоружен                                                                                           |
|                                                              | <b>0.г</b> - несоответствие атаки заданию                                                                                      |
| <b>Грубая ошибка (вычитается 2 балла)</b>                    | <b>2.а</b> - защищающийся боец остался в положении «лёжа» после завершения приёма                                              |
|                                                              | <b>2.б</b> - по окончании приёма оружие осталось на ковре                                                                      |
|                                                              | <b>2.в</b> - боец пропускает удар нападающего в голову                                                                         |
|                                                              | <b>2.г</b> - неправильный захват лезвия ножа                                                                                   |
|                                                              | <b>2.д</b> - превышение пределов самообороны                                                                                   |
| <b>Средняя ошибка (вычитается 1 балл)</b>                    | <b>1.а</b> - прием выполняется с остановками                                                                                   |
|                                                              | <b>1.б</b> - боец не выполнил сопровождение                                                                                    |
|                                                              | <b>1.в</b> - ассистент атакует медленно                                                                                        |
|                                                              | <b>1.г</b> - боец пропускает удар нападающего в туловище                                                                       |
|                                                              | <b>1.д</b> - в случае необходимости боец не проводит отвлекающих ударов и действий                                             |
|                                                              | <b>1.е</b> - приём выполняется с падением                                                                                      |
| <b>Мелкая ошибка (вычитается 0,5 балла)</b>                  | <b>0.5.а</b> - отсутствие команд при сопровождении                                                                             |
|                                                              | <b>0.5.б</b> - незначительные нарушения в правильности выполнения технических действий                                         |
|                                                              | <b>0.5.в</b> - нарушение реальности исполнения защитно-контратакующих действий                                                 |
|                                                              | <b>0.5.г</b> - выполнение приема с частичной потерей равновесия, с опорой на тело противника или касанием ковра третьей точкой |

### **Статья 33. Судейство боя в дисциплине «Поединок».**

**1.** Продолжительность боев у мужчин и женщин - 5 минут чистого времени, юниоров и юниорок – 4 минуты чистого времени, юношей и девушек - 3 минуты чистого времени.

Среди мужчин и женщин возможно проведение боёв по формуле: 3 раунда по 3 минуты или 5 раундов по 3 минуты с перерывом между раундами 1 минута (оговаривается Положением о соревнованиях).

Чистое время является суммарным временем между свистками рефери на начало (возобновление) и прерывание (окончание) поединка.

**2.** Максимальное количество боёв не может быть более пяти в день и восьми за соревнование для мужчин, женщин, юниоров и юниорок. При проведении боя, состоящего из нескольких раундов – не более одного в день.

Для юношей и девушек не более четырех боев в день и шести за соревнование.

**3.** Отдых бойца перед каждым боем должен быть не менее 10 мин. В полуфинале и финале соревнований - не менее 15 мин. Отдых бойцов между раундами – 1 мин.

**4.** Состав бригады судей ковра: руководитель ковра, рефери, боковые судьи, судья-секундометрист, технические секретари, судья-оператор табло и судьи при участниках.

**5.** Действия бойцов в поединке оценивают руководитель ковра, рефери и боковой судья. При проведении многораундовых боёв действия бойцов оценивают три боковых судьи.

**6.** Состав медицинской бригады ковра: один врач и один медработник.

**7.** Перед началом боя руководитель ковра представляет рефери и бокового судью, затем он вызывает участников поединка на ковер и представляет их, после чего бойцы приветствуют друг друга рукопожатием.

Судьи при участниках находятся в зоне контроля. Остальные судьи занимают места в соответствии с Приложениями 10.1 и 10.2.

**8.** Бой начинается по свистку (команде) рефери. Оператор табло включает основной секундомер и дублирует команду рефери на начало боя звуковым сигналом.

**9.** Оценка действий бойцов в поединке.

Во время боя оцениваются все технические действия между свистком на начало (возобновление) боя и свистком на прерывание (остановку) боя. Момент окончания боя определяется звуковым сигналом.

В многораундовых боях начало и окончание каждого раунда определяется сигналом гонга.

Руководитель ковра, рефери и боковой судья по ходу боя независимо друг от друга оценивают каждый эпизод и показывают оценки, используя установленные жесты. В многораундовом поединке рефери руководит боем, но не объявляет оценки за исключением нарушений правил. Оценка технических действий производится каждым боковым судьёй самостоятельно и заносится в протокол сидящим с ним рядом техническим секретарём.

Руководитель ковра объявляет итоговую оценку (решение) с учетом мнения большинства судейской тройки.

**10.** Для устранения непорядка в экипировке боец имеет лимит времени 2 минуты (в сумме) за время боя. Каждый случай превышения лимита времени оценивается как нарушение Правил в порядке, определённом Ст.20.

**11.** Если, в результате полученной в бою травмы бойцу необходима медицинская помощь (явно видимая травма), рефери может прервать бой и вызвать на ковёр врача.

Во время оказания медицинской помощи рефери находится рядом с врачом. Оказание помощи ведется в пределах границы ковра, не более 2-х минут за всё время боя. Если врач не может оказать помощь в пределах ковра или время оказания помощи превышает 2 минуты, боец снимается с боя "ввиду невозможности продолжать бой". Любая просьба бойца или его секунданта о медицинской помощи будет рассматриваться как «Невозможность продолжать бой».

**12.** Присуждение активности решением судей – **Ap** (Ст.19 п.13).

Руководитель ковра прерывает поединок и предлагает тройке судей определить более активного спортсмена в первой половине боя. По сигналу руководителя ковра каждый из тройки судей показывает жестом оценку «активность» более активному бойцу в первой половине боя. Это решение судейской тройки не пересматривается и протесты представителей по этому поводу главным судьей не принимаются.

**13.** При существенном расхождении мнений судей, руководитель ковра обязан остановить бой и вынести окончательное решение после дополнительного обсуждения спорной ситуации.

**14. Прерывание боя.**

Момент прерывания боя рефери определяет самостоятельно, с учетом всех обстоятельств, стараясь сделать это без ущерба для атакующего бойца. Исключение составляют случаи:

- а) бой считается неэффективным (Ст.19 п.4, п.5);
- б) когда этого требует руководитель ковра;
- в) когда необходимо объявить наказание защищающемуся бойцу, который нарушает Правила в бою лежа (см. Ст.33 п.19 пп.«г»).

**15.** Если травмированный боец после оказания медицинской помощи не в состоянии возобновить бой или врач соревнований решит, что медицинскую помощь можно оказать только вне ковра, бой останавливается и сопернику присуждается чистая победа.

В случае вины соперника, он снимается с боя (или с соревнований), а чистая победа присуждается пострадавшему бойцу.

**16. Нокдаун, нокаут.**

а) если в результате разрешённых технических действий соперника боец не способен адекватно отвечать требованиям хода поединка и в случае его продолжения возникает угроза здоровью и жизни участника в соревнованиях среди юношей и девушек рефери немедленно останавливает бой. На основании решения судейской тройки боец считается проигравшим «ввиду невозможности продолжать бой» и снимается с соревнований, а его сопернику присуждается чистая победа в соответствии с Ст.34 п.1 пп.«г». Решение о необходимости медицинской помощи и восстановительного периода принимает врач соревнований.

В соревнованиях среди юниоров и юниорок, мужчин и женщин боец считается находящимся в состоянии нокдауна.

б) в случае нокдауна рефери должен немедленно начать отсчет секунд от одного до десяти с интервалом в одну секунду между цифрами, указывая пальцами руки истечение каждой секунды. Если участник упал, отсчет проводят, присев. Если соперник, находящегося в нокдауне, не отошёл в дальний угол ковра, то рефери прерывает счёт;

в) если боец получил нокдаун, бой не должен продолжаться, пока рефери не досчитает до восьми, даже если боец готов продолжать бой раньше этого момента;

г) после того, как рефери произносит «десять» и слово «аут», бой считается законченным и принимается решение о победе в результате нокаута;

д) боец, который не возобновляет бой немедленно после получения нокдауна до истечения десяти секунд, должен быть признан проигравшим;

е) если боец находится в состоянии нокаута, только врач и рефери могут оставаться на ковре до момента, пока врачу не потребуется дополнительная помощь;

ж) допуск нокаутированного бойца к участию в следующих соревнованиях осуществляет после прохождения восстановительного периода и специального медицинского обследования, включающего в том числе, ультразвуковое исследование органов брюшной полости и томографию головного мозга. Результаты обследования и допуск к соревнованиям должны быть зафиксированы в спортивном паспорте бойца.

Если боец был нокаутирован в голову, то ему не разрешается выступать на соревнованиях не менее 3-х месяцев.

### **17. Удержание.**

Как только один из бойцов взят на удержание, рефери должен показать соответствующий жест, а руководитель ковра громко объявить: «Считаю удержание!» По истечении 10 сек. руководитель ковра громко объявляет: «Десять секунд считать», по истечении 20 сек, объявляет: «Удержание засчитано».

Если во время удержания атакуемый боец займет положение описанное в Ст.14 п.3, руководитель ковра громко объявляет: «Удержание не считать!»

Если, не прерывая удержания, атакующий боец приступает к проведению болевого (удушающего) приема, рефери соответствующим жестом фиксирует начало проведения болевого (удушающего) приема, а руководитель ковра громко объявляет: "Удержание не считать!"

В многораундовых поединках удержание не оценивается.

**18. Болевой (удушающий) прием.** Как только один из бойцов начал делать болевой (удушающий) прием, рефери соответствующим жестом показывает отсчёт болевого(удушающего) приёма, а руководитель ковра громко объявляет: "Считаю болевой (удушение)!"

На проведение болевого (удушающего) приема, начиная с этого момента, дается 20 сек. Если атакующему не удастся провести болевой (удушающий) прием, то по окончании этого времени руководитель ковра по сигналу судьи-секундометриста должен объявить: "Болевой (удушение) не считать!", а рефери обязан незамедлительно остановить бой свистком и возобновить его в стойке на середине ковра.

Если боец, проводящий болевой (удушающий) прием, до окончания отведенного на него времени, прекращает проведение приема и переходит к выполнению удержания, то с этого момента начинается отсчет времени удержания по п.17.

### **19. Наказание бойцов за нарушение Правил.**

При определении наказания за нарушение Правил:

а) рефери имеет право сделать бойцу замечание без согласования с остальными членами судейской тройки;

б) предупреждения, а также поражение в бою объявляются бойцу решением большинства судейской тройки;

в) в случае дисквалификации бойца решение судейской бригады поединка представляется на утверждение главному судье соревнований.

г) при объявлении замечания или предупреждения рефери прерывает бой, вызывает бойцов на середину ковра, установленным жестом указывает в сторону нарушителя (цвет нарукавника должен соответствовать цвету пояса бойца), а другой рукой установленным жестом показывает какие баллы присуждаются его противнику, после чего бой по свистку рефери возобновляется на середине ковра.

Исключение составляет случай, когда в бою лежа запрещенный прием делает защищающийся боец. Рефери, не прерывая боя, требует от него прекратить проведение запрещенного приема и делает ему замечание, очередное предупреждение. В случае неподчинения процедура повторяется. При необходимости объявить ему третье предупреждение рефери останавливает бой свистком и решением судейской тройки снимает бойца с поединка.

д) нарушения Правил, кроме выхода за границу ковра, наказываются и после свистка на прерывание или остановку боя.

## **20. Окончание боя.**

По истечении времени боя секундометрист ударом в гонг дает сигнал о его окончании, который рефери дублирует свистком и соответствующим жестом. Бойцы и рефери занимают на ковре исходное положение.

Руководитель ковра по протоколу определяет результат боя, вызывает бойцов на середину ковра и объявляет результат боя. При проведении многораундовых боёв результат объявляется после окончания последнего раунда.

Рефери при этом поднимает руку победителя, после чего бойцы обмениваются рукопожатием и покидают ковер.

## **21. Чистая победа и досрочное окончание боя.**

Если действия одного из бойцов оцениваются как чистая победа (Ст.19, п.9), рефери останавливает бой свистком. Объявление результата боя происходит аналогично вышеописанному (п.20):

## **Статья 34. Результат боя**

### **1. Чистая победа присуждается бойцу если:**

- а) его действия оцениваются в соответствии со Ст. 19, п.9;
- б) противник не имеет возможности продолжать бой (снят врачом) и боец не нарушил при этом правила.
- в) противник снят с боя или с соревнования за нарушение Правил или техническую неподготовленность;
- г) противник отказался от боя, либо снят с боя представителем – «отказ от продолжения боя».
- д) за время соревнований противник четыре раза оказался в состоянии нокаута (для юниоров и юниорок – три раза) и не имеет возможности продолжать бой

**2. Победа по баллам присуждается, если разница баллов, набранных бойцами за время поединка, составляет от 1 до 10 баллов. А в многораундовых боях – по большему количеству выигранных раундов.**

**3. Победа с незначительным преимуществом присуждается при равенстве баллов бойцу, который:**

- а) имеет большее число активностей (не считая **Ap**);
- б) первым провел оцененное техническое действие;
- в) признан судьями более активным в первой половине боя.

4. Обоюдное поражение объявляется, когда оба бойца снимаются с боя или соревнования за обоюдное грубое или неоднократное нарушение Правил (Ст.20);

5. Когда оба бойца одновременно снимаются с боя или соревнования ввиду травмы и оба не признаны виновными в нарушении правил; результат боя определяется, исходя из соотношения набранных бойцами к этому моменту баллов.

6. Несостоявшийся бой. В случае снятия бойца с соревнований по заключению врача непосредственно перед поединком или из-за опоздания на бой более чем на 2 мин (неявки), победа присуждается его противнику.

При этом не явившийся боец снимается с соревнований.

7. В соответствии с результатом боя, бойцам присуждаются следующие классификационные очки

а) чистая победа: победитель получает пять классификационных очков, проигравший – ноль очков;

б) победа по баллам: победитель получает четыре классификационных очка, проигравший – одно;

в) победа с незначительным преимуществом: победитель получает три классификационных очка, проигравший – два.

### **Статья 35. Протест Представителя команды и Секунданта:**

1. Протест Представителя команды в связи с грубым нарушением Правил или наличием неординарной ситуации.

2. Процедура подачи протеста Представителя команды:

а) протест подается в письменном виде представителем команды главному судье соревнований не позднее чем через 10 мин после окончания боя. В протесте формулируется причина его подачи с обязательной ссылкой на пункт Правил, который был нарушен;

б) протест по неординарной ситуации подается сразу же после её возникновения с подробным описанием произошедшего;

3. Рассмотрение протеста Представителя команды:

а) протест рассматривается главным судьей с привлечением, комиссара соревнований, судей и лиц, допустивших изложенное в протесте нарушение;

б) решение по протесту должно быть вынесено в день его подачи

4. Главный судья принимает окончательное решение, излагает его в письменном виде и ставит в известность об этом заинтересованные стороны.

5. Протест Секунданта подается в связи с оспариванием оценки текущего технического действия бригадой судей.

6. Процедура подачи протеста Секундантом:

а) протест подается секундантом бойца, выбрасыванием «CHALLENGE» (челендж) красного/зеленого или синего/белого цвета (см. Приложение 7.3).

б) после остановки поединка рефери подходит к секунданту. Секундант бойца устно подает протест по произошедшей текущей ситуации на ковре с оспариванием оценки конкретного действия или действий (объясняет рефери причину поданного протеста);

7. Рассмотрение протеста Секунданта:

а) протест рассматривается сразу после его подачи. Просмотр видео повтора текущего действия осуществляет руководитель ковра (зам. главного судьи), главный судья и комиссар соревнований либо апелляционная комиссия.

б) при отсутствии видео повтора протест рассматривают те же лица с привлечением судейской бригады.

в) после просмотра видео и разбора действий руководитель ковра объявляет решение апелляционной комиссии, при необходимости делается поправка в протоколе и продолжается поединок на ковре.

г) в случае, если оценка была оспорена, делается поправка в протоколе и поединок продолжается;

д) если секунданту было отказано в изменении оценки судей, секундант лишается права протеста оценки в этом поединке.

## **Раздел VII. ОБОРУДОВАНИЕ МЕСТ СОРЕВНОВАНИЙ**

### **Статья 36. Место соревнований**

1. Ковёр для соревнований (Приложение 10.1) представляет квадрат размерами не менее 12х12 метров и укладывается из матов татами на ровную горизонтальную площадку. По решению руководящих органов Международной федерации рукопашного боя, площадка может находиться на подиуме высотой 1 метр над уровнем пола в помещении, где проводятся соревнования.

Зона боя, включая её границы, имеет размеры: 8 х 8 метров, а для проведения многораундовых боёв - 6х6 метров (Приложение 10.2).

Зона безопасности располагается вокруг зоны боя, шириной не менее 2 метров, а для проведения многораундовых боёв – не менее 3 метров.

Если два и более ковра для соревнований размещены вместе, общая зона безопасности между ними должна быть шириной не менее 4 метров.

Размещение бойцов, судейской коллегии и обслуживающего персонала изображено в Приложении 10.1, Приложении 10.2.

2. Татами представляет собой маты, имеющие размеры 2х1 метр, 1х1 метр, изготовленные из полимерных материалов толщиной 4 сантиметра.

### **Статья 37. Требования к местам соревнований**

1. Коэффициент естественного освещения зала должен быть не менее 1:5, искусственное освещение – не менее 200 люксов. Ковер должен быть освещен сверху светильниками отраженного или рассеянного света с защитной сеткой.

2. При проведении соревнований в помещении температура должна быть от +15 до +25 градусов по Цельсию.

Вентиляция должна обеспечивать трехкратный обмен воздуха в час.

3. При проведении соревнований на открытом воздухе температура должна быть от +15 до +25 градусов по Цельсию. Площадка должна быть защищена от прямых солнечных лучей.

4. Зрительские места должны находиться на расстоянии не менее 4 метров от ковра.

### **Статья 38. Звуковой сигнал (гонг), весы, секундомеры**

1. Звуковой сигнал (гонг) может быть любой системы, но громкий и с хорошим тембром звучания.

2. Весы для взвешивания участников должны быть исправны и точно выверены. Вес на них должен измеряться в килограммах и граммах и фиксироваться с точностью до 50 грамм.

3. Секундомеры должны иметь устройство для остановки и включения без сбрасывания показаний до окончания поединка. Время поединка измеряется в минутах и секундах с погрешностью не более 0.5 секунды.

### **Статья 39. Информационное табло**

1. Для информирования зрителей и участников о ходе поединка устанавливается электронное табло, на котором демонстрируются фамилии участников и их весовая категория, оценки, получаемые участниками в ходе боя, время болевых (удушающих) приёмов, удержания, время боя, техническое время.

2. Для информирования участников и представителей о Программе, графике и ходе соревнований устанавливается стенд, на котором вывешиваются протоколы хода соревнований, состав участников и другая справочная информация.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1

#### П Р О Т О К О Л хода соревнований по рукопашному бою

---

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.      Гор. \_\_\_\_\_

В е с \_\_\_\_\_

| № | Ф.И. | команда | 1 | 2 | 3 | 4 | О | М |
|---|------|---------|---|---|---|---|---|---|
| 1 |      |         |   |   |   |   |   |   |
| 2 |      |         |   |   |   |   |   |   |
| 3 |      |         |   |   |   |   |   |   |
| 4 |      |         |   |   |   |   |   |   |

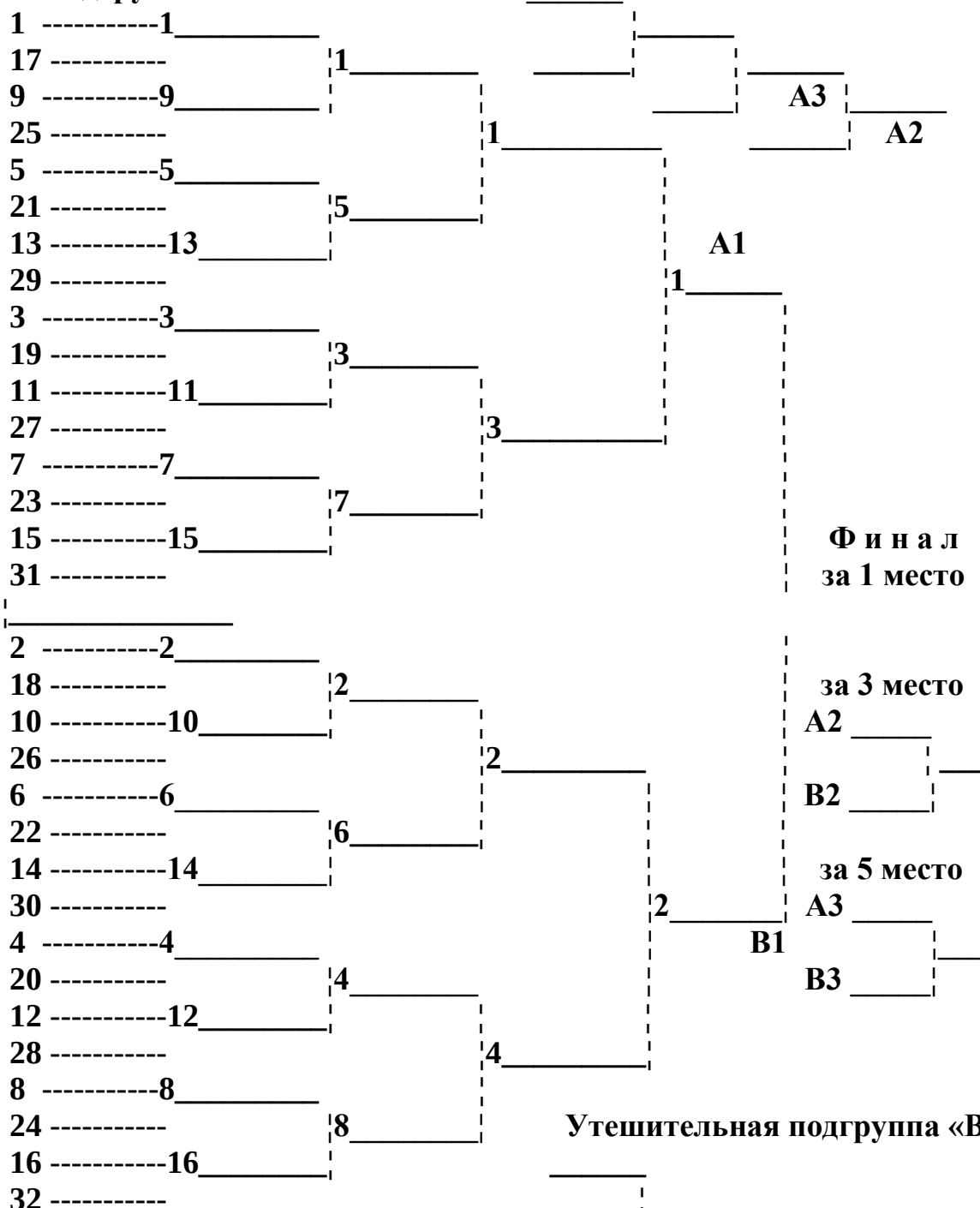
Главный судья \_\_\_\_\_ Главный секретарь \_\_\_\_\_

**ПРОТОКОЛ**  
**хода соревнований по рукопашному бою**

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 г.      В е с \_\_\_\_\_      Гор. \_\_\_\_\_

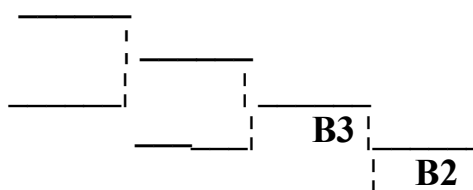
**Утешительная подгруппа «А»**

**Подгруппа «А»**



**Утешительная подгруппа «В»**

**Подгруппа «В»**



Главный судья \_\_\_\_\_      Главный секретарь \_\_\_\_\_

Приложение 3

**З А Я В К А**  
от \_\_\_\_\_ на участие в соревнованиях по  
рукопашному бою \_\_\_\_\_

с «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г. по «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

в гор. \_\_\_\_\_

| №<br>п/п | Фамилия, имя,<br>отчество | Дата<br>рожд. | Вес.<br>кат | Ф.И.О.<br>тренера | Лучший результат | Виза<br>врача |
|----------|---------------------------|---------------|-------------|-------------------|------------------|---------------|
|          |                           |               |             |                   |                  |               |
|          |                           |               |             |                   |                  |               |

Всего допущено к участию в соревнованиях  
\_\_\_\_\_ спортсменов.

Руководитель  
организации \_\_\_\_\_  
Тренер команды \_\_\_\_\_  
Представитель \_\_\_\_\_  
М.П.

\_\_\_\_\_  
М.П. медучреждения

Главный судья \_\_\_\_\_  
 Главный секретарь \_\_\_\_\_ Врач \_\_\_\_\_  
 Судьи \_\_\_\_\_

Приложение 5.1

ПРОТОКОЛ  
поединков по рукопашному бою раздел «Самооборона»

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г. гор. \_\_\_\_\_

Возрастная группа \_\_\_\_ лет Весовая категория \_\_\_\_ кг

Ковёр \_\_\_\_\_ Круг \_\_\_\_\_

| №<br>пп | Пояс | Фамилия<br>имя | Команда | Оценки     |            |            |            |            |               | Сумма<br>баллов | Резуль-<br>тат<br>боя | Судьи                           |
|---------|------|----------------|---------|------------|------------|------------|------------|------------|---------------|-----------------|-----------------------|---------------------------------|
|         |      |                |         | 1<br>приём | 2<br>приём | 3<br>приём | 4<br>приём | 5<br>приём | Доп.<br>приём |                 |                       |                                 |
| 1       | Кр   |                |         |            |            |            |            |            |               |                 |                       | Рук<br>Бок<br>Бок<br>Бок<br>Бок |
| 2       | Син  |                |         |            |            |            |            |            |               |                 |                       | Рук<br>Бок<br>Бок<br>Бок<br>Бок |

Главный судья \_\_\_\_\_

Главный секретарь \_\_\_\_\_

Руководитель ковра \_\_\_\_\_

Технический секретарь \_\_\_\_\_

## Приложение 5.2

### ПРОТОКОЛ поединков по рукопашному бою раздел «Самооборона 1+1»

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г. гор. \_\_\_\_\_

Возрастная группа \_\_\_\_ лет Весовая категория \_\_\_\_ кг.

Ковёр \_\_\_\_\_ Круг

| п   | Пояс     | Фамилия<br>имя | Команда | Оценки     |            |            |            |            |               | Сумма<br>баллов | Резуль-<br>татбоя | Судьи             |
|-----|----------|----------------|---------|------------|------------|------------|------------|------------|---------------|-----------------|-------------------|-------------------|
|     |          |                |         | 1<br>приём | 2<br>приём | 3<br>приём | 4<br>приём | 5<br>приём | Доп.<br>приём |                 |                   |                   |
|     | 1<br>Кр  |                |         |            |            |            |            |            |               |                 |                   | Рук<br>Бок<br>Бок |
|     | 2<br>Кр  |                |         |            |            |            |            |            |               |                 |                   | Бок<br>Бок        |
|     | 1<br>Син |                |         |            |            |            |            |            |               |                 |                   | Рук<br>Бок<br>Бок |
|     | 2<br>Син |                |         |            |            |            |            |            |               |                 |                   | Бок<br>Бок        |
| ... |          |                |         |            |            |            |            |            |               |                 |                   |                   |

Главный судья \_\_\_\_\_

Главный секретарь \_\_\_\_\_

Руководитель ковра \_\_\_\_\_

Технический секретарь \_\_\_\_\_

Приложение 6

П Р О Т О К О Л  
боёв по рукопашному бою

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г. \_\_\_\_\_ гор. \_\_\_\_\_

Ковер \_\_\_\_\_ Круг \_\_\_\_\_ Вес \_\_\_\_\_

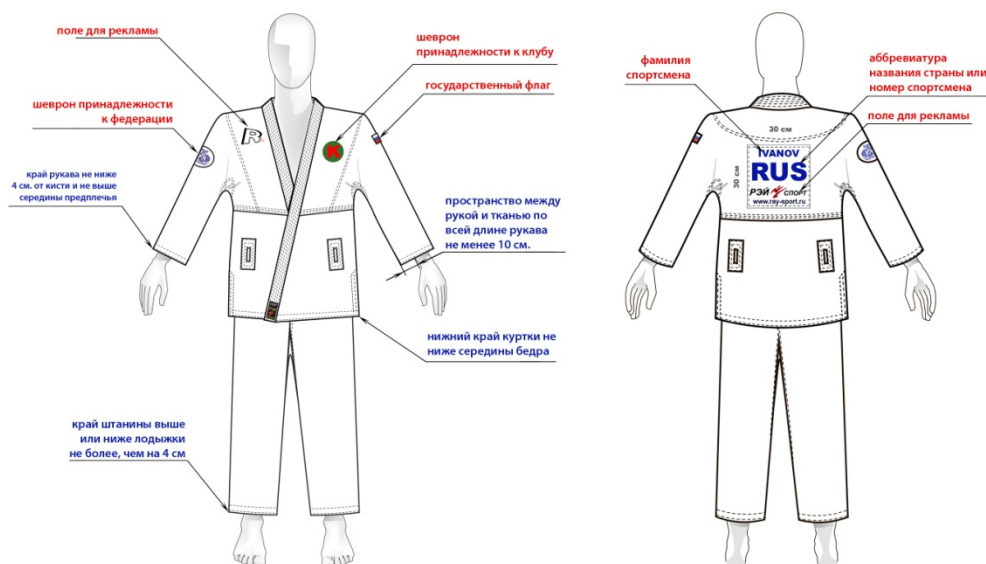
| №<br>пп | Пояс | Фамилия<br>имя | Команда<br>разряд | Оценки по мин |   |   |   |   | Сумма<br>баллов | Рез<br>боя | Время | Судьи |
|---------|------|----------------|-------------------|---------------|---|---|---|---|-----------------|------------|-------|-------|
|         |      |                |                   | 1             | 2 | 3 | 4 | 5 |                 |            |       |       |
| 1       | Кр   |                |                   |               |   |   |   |   |                 |            |       | Рук   |
|         |      |                |                   |               |   |   |   |   |                 |            |       | Реф   |
|         | син  |                |                   |               |   |   |   |   |                 |            |       | Бок   |
| 2       | Кр   |                |                   |               |   |   |   |   |                 |            |       | Рук   |
|         |      |                |                   |               |   |   |   |   |                 |            |       | Реф   |
|         | син  |                |                   |               |   |   |   |   |                 |            |       | Бок   |
| ...     |      |                |                   |               |   |   |   |   |                 |            |       |       |

Главный судья \_\_\_\_\_ Главный секретарь \_\_\_\_\_

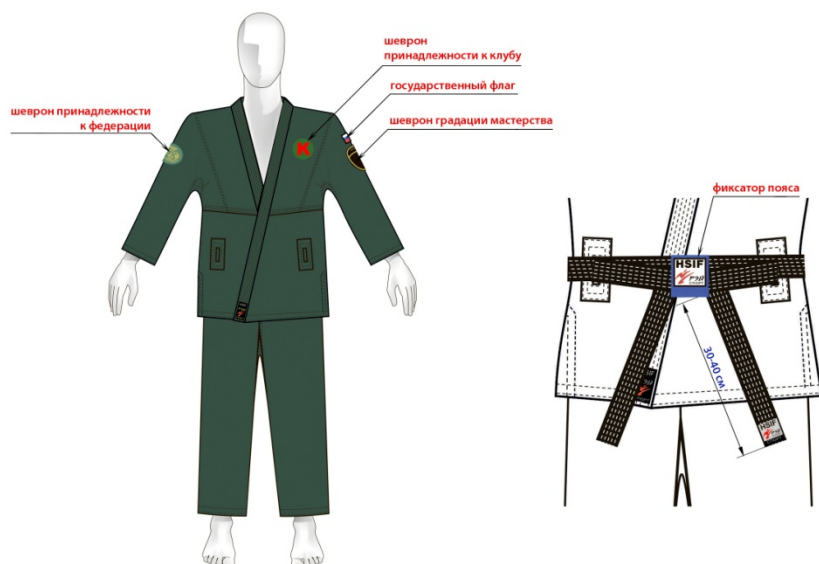
Руководитель ковра \_\_\_\_\_ Техн.секретарь \_\_\_\_\_

## Требования HSIF (ОФРБ) к форме для Рукопашного боя

### Костюм для рукопашного боя K9X



### Костюм для рукопашного боя K9XM



## Приложение 7.2

**Комплект защитного снаряжения спортсмена включает в себя следующие обязательные элементы:**

1. Шлем синего или красного цвета



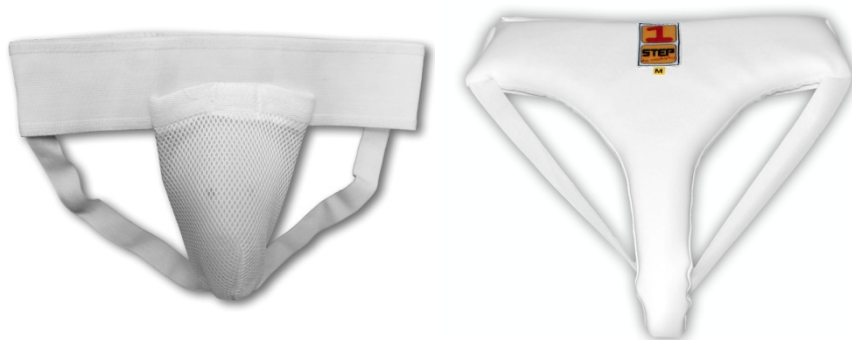
2. Перчатки для рукопашного боя синего или красного цвета. На внешней поверхности перчаток должны присутствовать хорошо читаемые обозначения веса перчаток в унциях.
3. Щитки на голень чулочного типа из трикотажа белого цвета



4. Капа одночелюстная



5. Защитная раковина для мужчин или защитный паховый бандаж для женщин



6. Также для женщин - защита груди



### Приложение 7.3

**«Challenge» для подачи протеста  
секундантом спортсмена во время поединка**



**Приложение 8.1**

| <b>Атака</b>                              | <b>Способы защиты в дисциплине «Самооборона»</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Удары рукой</b>                        | 1. Защита от удара рукой в голову прямо.<br>2. Защита от удара рукой в грудь прямо.<br>3. Защита от удара рукой сверху.<br>4. Защита от удара рукой в голову сбоку.<br>5. Защита от удара рукой в голову наотмашь.<br>6. Защита от удара рукой в туловище снизу.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Удары ногой</b>                        | 7. Защита от удара ногой снизу.<br>8. Защита от прямого удара ногой в туловище.<br>9. Защита от кругового удара ногой в голову сбоку.<br>10. Защита от кругового удара ногой в туловище сбоку.<br>11. Защита от бокового удара ногой в туловище.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Захваты за руки, одежду, туловище.</b> | 12. Освобождение от захвата одной рукой запястья разноимённой руки спереди.<br>13. Освобождение от захвата за запястья двумя руками.<br>14. Освобождение от захвата одежды на груди одной рукой.<br>15. Освобождение от захвата одежды на груди двумя руками.<br>16. Освобождение от захвата плеча разноимённой рукой сзади.<br>17. Освобождение от захвата за горло пальцами спереди.<br>18. Освобождение от захвата туловища без рук спереди.<br>19. Освобождение от захвата туловища без рук сзади.<br>20. Освобождение от захвата туловища с руками спереди.<br>21. Освобождение от захвата туловища с руками сзади.<br>22. Освобождение от захвата за шею плечом и предплечьем сзади.<br>23. Освобождение от попытки захвата за ноги спереди. |
| <b>Удары и угроза ножом</b>               | 24. Защита от удара ножом в грудь прямо.<br>25. Защита от удара ножом сверху.<br>26. Защита от удара ножом сбоку.<br>27. Защита от удара ножом снизу.<br>28. Защита от удара ножом наотмашь.<br>29. Защита от угрозы лезвием ножа, прижатого к разноимённой сонной артерии спереди.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Угроза пистолетом</b>                  | 30. Обезоруживание при угрозе пистолетом в упор, в грудь.<br>31. Обезоруживание при угрозе пистолетом в упор спереди, в голову.<br>32. Обезоруживание при угрозе пистолетом в упор, в спину.<br>33. Обезоруживание при угрозе пистолетом в упор сзади, в голову.<br>34. Обезоруживание при попытке достать оружие из внутреннего кармана пиджака.<br>35. Обезоруживание при попытке достать оружие из кармана брюк.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Удары палкой</b>                       | 36. Защита от удара палкой по голове сверху.<br>37. Защита от удара палкой по голове сбоку.<br>38. Защита от удара палкой в грудь тычком.<br>39. Защита от удара палкой по голове наотмашь.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

**Примерные билеты для проведения соревнований  
в дисциплине «Самооборона».**

Билет №1

1. Защита от удара рукой в голову прямо.
2. Защита от кругового удара ногой в туловище.
3. Защита от удара ножом снизу.
4. Обезоруживание при угрозе пистолетом в упор в спину.
5. Освобождение от захвата одежды на груди одной рукой.

Билет №2

1. Освобождение от захвата туловища с руками сзади.
2. Обезоруживание при угрозе пистолетом в упор в грудь.
3. Защита от удара ножом сверху.
4. Защита от прямого удара ногой в туловище.
5. Защита от удара рукой в голову сбоку.

Билет №3

1. Защита от угрозы лезвием ножа, прижатого к разноимённой сонной артерии спереди.
2. Защита от удара палкой по голове сбоку.
3. Обезоруживание при угрозе пистолетом в упор сзади в голову.
4. Защита от кругового удара ногой в голову.
5. Освобождение от захвата запястья разноимённой руки спереди.

Билет №4

1. Обезоруживание при угрозе пистолетом в упор спереди в голову.
2. Освобождение от захвата туловища с руками спереди.
3. Защита от удара рукой в туловище снизу.
4. Защита от прямого удара ногой в туловище.
5. Защита от удара ножом наотмашь.

Билет №5

1. Освобождение от захвата плеча разноимённой рукой сзади.
2. Защита от удара ножом прямо в грудь.
3. Защита от кругового удара ногой в туловище сбоку.
4. Защита от удара палкой по голове сверху.
5. Обезоруживание при угрозе пистолетом в упор сзади в голову.

Билет №6

1. Защита от бокового удара ногой в туловище.
2. Защита от удара рукой сверху.
3. Освобождение от захвата одежды на груди двумя руками.
4. Защита от удара ножом в грудь прямо.
5. Обезоруживание при угрозе пистолетом в упор сзади, в туловище.

Билет №7

1. Защита от удара палкой в голову сверху.
2. Защита от удара ножом снизу.
3. Защита от прямого удара ногой в туловище.
4. Освобождение от захвата туловища без рук спереди.
5. Обезоруживание при попытке достать оружие из внутреннего кармана пиджака.

Билет №8

1. Освобождение от захвата одежды на груди одной рукой.
2. Защита от удара палкой в грудь тычком.
3. Защита от удара рукой в туловище снизу.
4. Обезоруживание при угрозе пистолетом в упор спереди в голову.
5. Защита от удара ножом сбоку.

Билет №9

1. Защита от удара ножом в грудь прямо.
2. Защита от удара палкой в голову сбоку.
3. Освобождение от захвата одежды на груди двумя руками.
4. Защита от удара ногой снизу.
5. Обезоруживание при попытке достать оружие из кармана брюк.

Билет №10

1. Обезоруживание при попытке достать оружие из внутреннего кармана пиджака.
2. Защита от удара палкой по голове наотмашь.
3. Защита от удара ножом сверху.
4. Освобождение от захвата туловища без рук сзади.
5. Защита от удара рукой в грудь прямо.

Билет №11

1. Защита от кругового удара ногой в туловище сбоку.
2. Освобождение от захвата за запястье двумя руками.
3. Защита от удара палкой в грудь тычком.
4. Обезоруживание при угрозе пистолетом в упор спереди в голову.
5. Защита от удара ножом сверху.

Билет №12

1. Защита от угрозы лезвием ножа, прижатого к разноимённой сонной артерии спереди.
2. Защита от удара рукой в голову сбоку.
3. Освобождение от попытки захвата за шею плечом и предплечьем сзади.
4. Защита от удара палкой по голове сверху.
5. Обезоруживание при угрозе пистолетом в упор спереди в грудь.

Билет №13

1. Освобождение от захвата запястья двумя руками.
2. Защита от бокового удара ногой в туловище.
3. Защита от удара ножом наотмашь.
4. Обезоруживание при попытке достать оружие из внутреннего кармана пиджака.
5. Защита от удара палкой по голове сбоку.

Билет №14

1. Защита от удара палкой в грудь тычком.
2. Освобождение от захвата за горло пальцами спереди.
3. Защита от прямого удара ногой в туловище.
4. Обезоруживание при угрозе пистолетом в упор сзади в голову.
5. Защита от удара ножом сбоку.

Билет № 15

1. Защита от кругового удара ногой в голову сбоку.
2. Защита от удара рукой в грудь прямо.
3. Освобождение от попытки захвата за ноги спереди.
4. Защита от удара палкой по голове сверху.
5. Обезоруживание при попытке достать оружие из кармана брюк.

Представленные билеты не являются обязательными, и могут быть изменены в соответствии с поставленными задачами при проведении соревнований в дисциплине «Самооборона». Билеты должны быть представлены участникам соревнований за час до начала соревнований в данной дисциплине. Все билеты соревнования вывешиваются на стенде с указанием, с какого билета начинает первый круг та или иная весовая/возрастная категория. Перед началом следующего круга участникам в весовой/возрастной категории сообщается номер соответствующего круга билета.

## Приложение 9

### НЕОБХОДИМОЕ КОЛИЧЕСТВО СУДЕЙ И ОБСЛУЖИВАЮЩЕГО ПЕРСОНАЛА для проведения соревнований по рукопашному бою (в одном помещении)

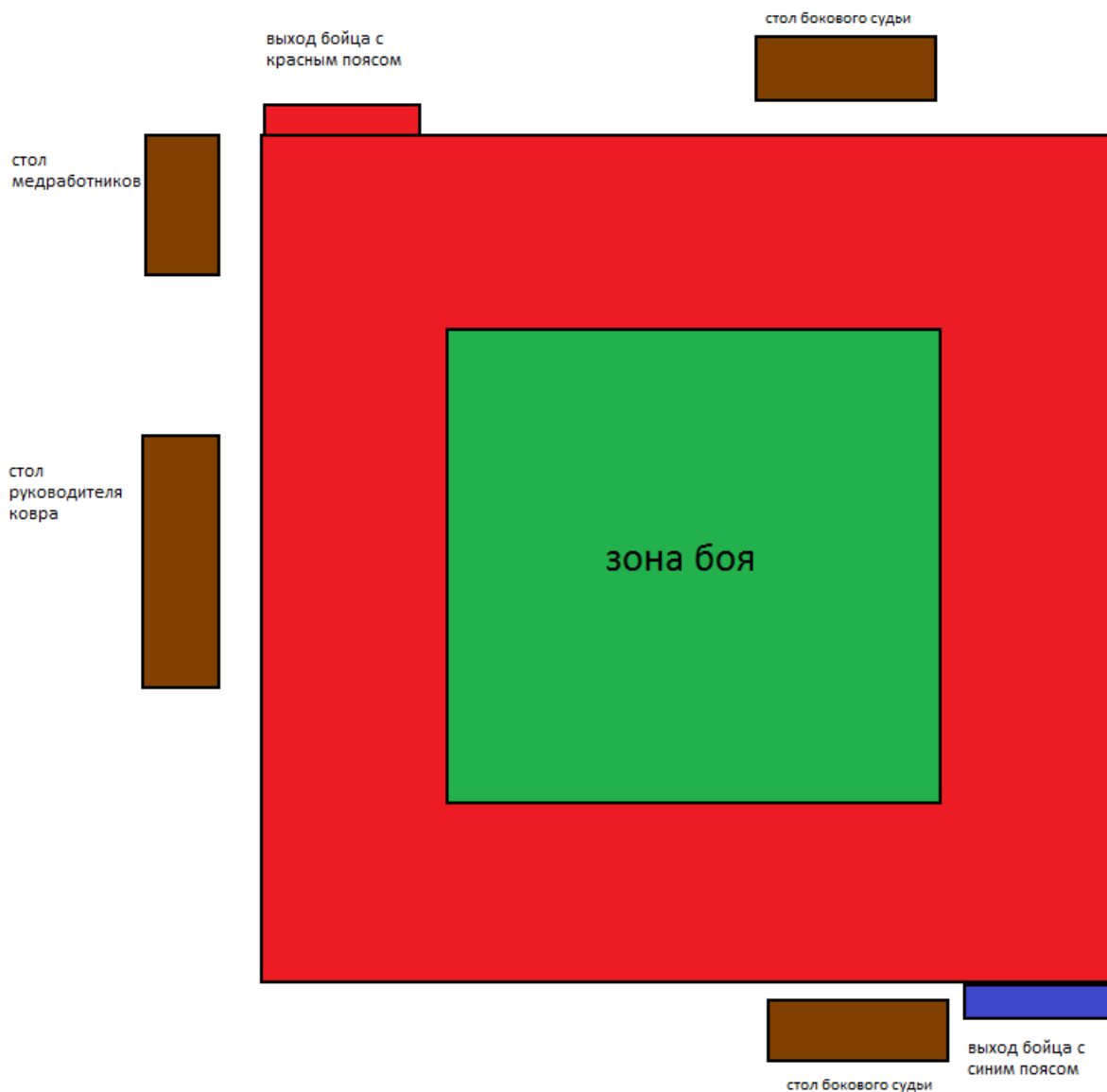
| Наименование<br>должностного лица   | Расчёт судей |            |             |
|-------------------------------------|--------------|------------|-------------|
|                                     | на 1 ковер   | на 2 ковра | на 3 коврах |
| Судьи:                              |              |            |             |
| Главный судья                       | 1            | 1          | 1           |
| Главный секретарь                   | 1            | 1          | 1           |
| Спортивный комиссар<br>соревнований | 1            | 1          | 1           |
| Апелляционная группа                | 3            | 3          | 3           |
| Заместитель главного судьи          | 2            | 3          | 4           |
| Заместитель главного секретаря      | 1            | 2          | 3           |
| Руководитель ковра                  | 2            | 3          | 5           |
| Технический секретарь               | 2            | 3          | 5           |
| Рефери                              | 2            | 4          | 6           |
| Боковой судья                       | 3            | 6          | 9           |
| Судья при участниках                | 1            | 2          | 3           |
| Судья-оператор табло                | 1            | 2          | 3           |
| Судья-информатор                    | 1            | 1          | 1           |
| Вспомогательный персонал:           |              |            |             |
| Врач                                | 1            | 2          | 3           |
| Медсестра                           | 1            | 2          | 3           |
| Комендант                           | 1            | 1          | 1           |
| В с е г о:                          | 24           | 35         | 52          |

Если соревнования продолжаются более 2 часов подряд, то на каждом ковре нужно иметь дополнительно 1 рефери и 2 боковых судей.

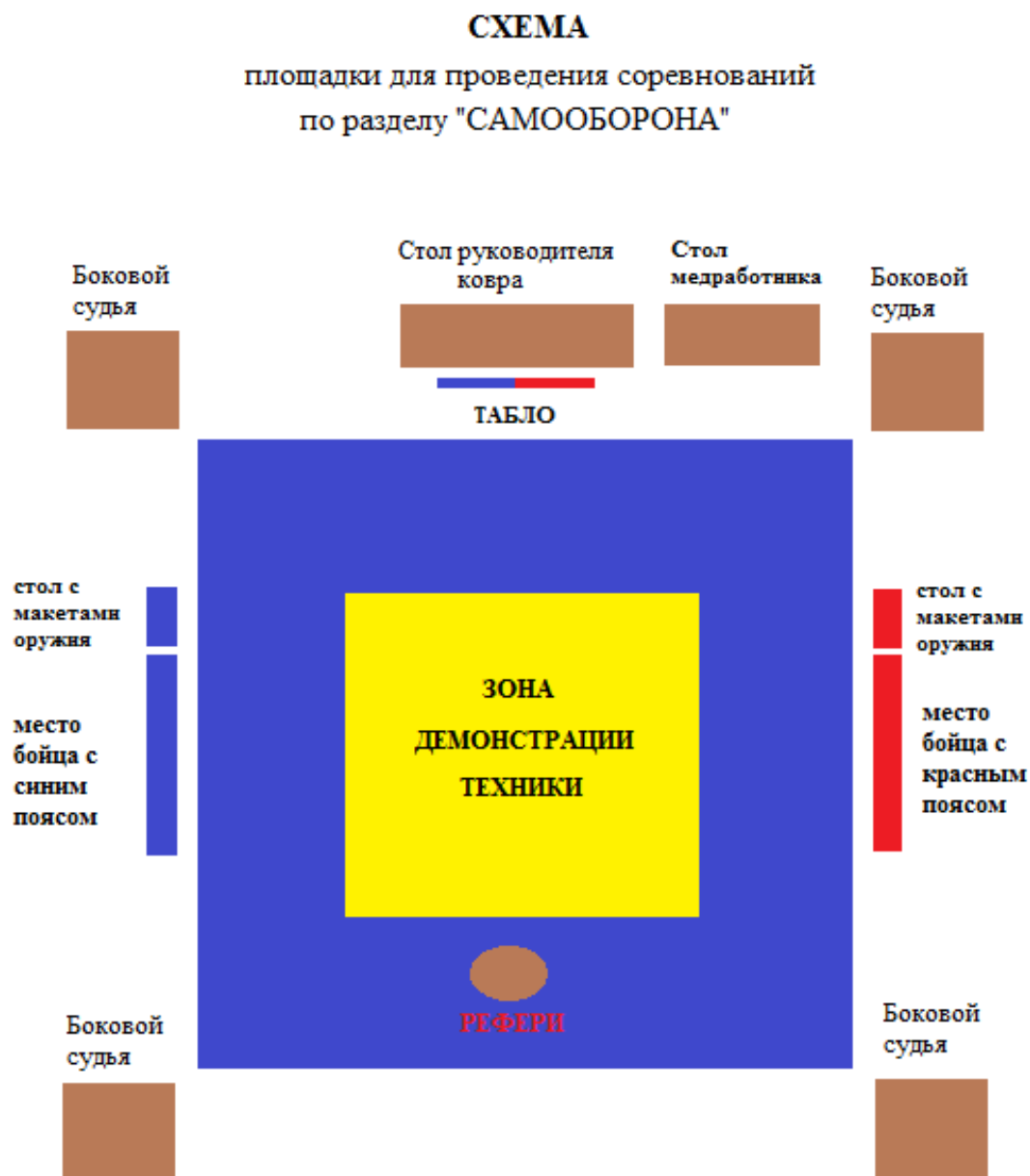
- 1 - центр ковра
- 2 - рефери
- 3 - боец с синим поясом
- 4 - боец с красным поясом
- 5 - боковой судья
- 6 - судейский стол
- 7 - табло
- 8 – стол врача
- 9 – место секунданта во время боя

## Приложение 10.2

### С Х Е М А площадки для проведения многораундовых боёв по рукопашному бою



Ковёр находится на высоте 1 метр над уровнем пола в зале. Судьи и медработники располагаются на стульях за столами, установленными на полу, соответственно на 1 метр ниже уровня площадки. Размер ковра не менее 12х12 метров. Размер зоны боя 6х6 метров.



## СОДЕРЖАНИЕ

|                                                                           |    |
|---------------------------------------------------------------------------|----|
| Раздел I. ХАРАКТЕР И СПОСОБЫ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ .....                | 3  |
| Статья 1. Характер соревнований .....                                     | 3  |
| Статья 2. Системы и способы проведения соревнований .....                 | 3  |
| Раздел II. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ.....                                    | 3  |
| Статья 3. Возрастные группы участников.....                               | 3  |
| Статья 4. Весовые категории .....                                         | 4  |
| Статья 5. Допуск участников к соревнованиям .....                         | 4  |
| Статья 6. Взвешивание, медицинский контроль и жеребьёвка участников.....  | 5  |
| Статья 7. Обязанности и права участников.....                             | 5  |
| Статья 8. Экиперовка участника. ....                                      | 5  |
| Статья 9. Обязанности и права представителя команды и секунданта.....     | 6  |
| Раздел III. СОДЕРЖАНИЕ И ТЕХНИКА РУКОПАШНОГО БОЯ.....                     | 7  |
| Статья 10. Техника рукопашного боя .....                                  | 7  |
| Статья 11. Положения бойцов .....                                         | 7  |
| Статья 12. У д а р ы.....                                                 | 7  |
| Статья 13. Б р о с к и.....                                               | 7  |
| Статья 14. У д е р ж а н и е.....                                         | 8  |
| Статья 15. Болевые приемы .....                                           | 8  |
| Статья 16. Удушающие приемы .....                                         | 8  |
| Статья 17. Запрещенные приемы и технические действия .....                | 9  |
| Раздел IV. ОЦЕНКА ПРИЕМОВ.....                                            | 9  |
| Статья 18. Оценка техники рукопашного боя в дисциплине "Самооборона"..... | 9  |
| Статья 19. Оценка техники бойцов в дисциплине "Поединок" .....            | 10 |
| Статья 20. Оценка запрещенных приемов и действий.....                     | 12 |
| Раздел V. СУДЕЙСКАЯ КОЛЛЕГИЯ. ....                                        | 13 |
| Статья 21. Состав судейской коллегии.....                                 | 13 |
| Статья 22. Главный судья, заместитель главного судьи.....                 | 14 |
| Статья 23. Главный секретарь, заместитель главного секретаря.....         | 14 |
| Статья 24. Руководитель ковра.....                                        | 15 |
| Статья 25. Рефери.....                                                    | 15 |
| Статья 26. Боковой судья .....                                            | 15 |
| Статья 27. Спортивный комиссар соревнований, апелляционная комиссия.....  | 15 |
| Статья 28. Технический секретарь, судья у табло, судья-информатор.....    | 16 |
| Статья 29. Судья при участниках .....                                     | 17 |
| Статья 30. Врач соревнований.....                                         | 18 |
| Статья 31. Комендант .....                                                | 18 |
| Раздел VI. ПРАВИЛА СУДЕЙСТВА.....                                         | 18 |
| Статья 32. Судейство выступления бойцов в дисциплине "Самооборона" .....  | 18 |
| Статья 33. Судейство боя в дисциплине "Поединок". ....                    | 21 |
| Статья 34. Результат боя .....                                            | 25 |
| Статья 35. Протест Представителя команды и Секунданта .....               | 26 |
| Раздел VII. ОБОРУДОВАНИЕ МЕСТ СОРЕВНОВАНИЙ.....                           | 27 |
| Статья 36. Место соревнований .....                                       | 27 |
| Статья 37. Требования к местам соревнований .....                         | 27 |
| Статья 38. Звуковой сигнал (гонг), весы, секундомеры.....                 | 28 |
| Статья 39. Информационное табло .....                                     | 28 |
| ПРИЛОЖЕНИЯ .....                                                          | 29 |