

Май Тай

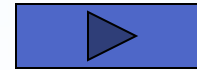
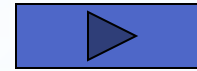
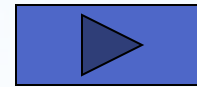
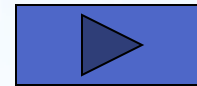
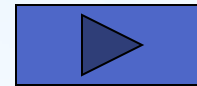
Свободный бой

Копия Серия
Дир. [подпись]
Аликароев А.В.



Камилов
И.Ю.

- * Тайский бокс.
- * История возникновения.
- * История развития.
- * Традиции и ритуалы.
- * Основная стойка.
- * Технический арсенал.
- * Правила поединка.
- * Заключение.



* Содержание

* Тайский бокс



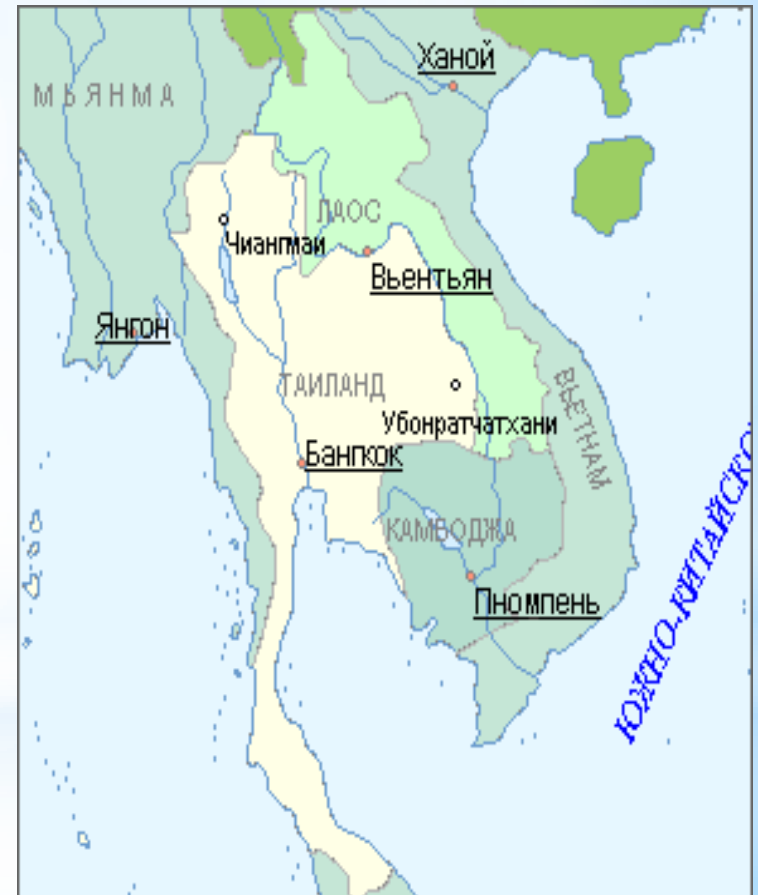
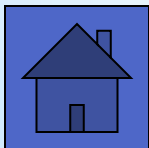
* Муай Тай (тайский бокс) боевое искусство Таиланда.

* Одно из значений слова «тай» - свободный, поэтому название тайского бокса можно перевести как «свободный бой»



* История ВОЗ

* Существует предположение, что тайский бокс существует с тех пор, как тайцы иммигрировали с Юга Китая в средние века.



История развития



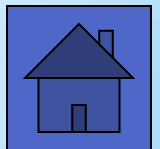
- В 1584 г. владение Муай Тай становится обязательным для каждого воина.
- Впоследствии Муай Тай стал любимым спортом и времяпрепровождением тайцев.
- Пика популярности Муай Тай достиг при короле Раме Ва. По всей стране было основано много лагерей бокса и лучшие боролись за звание короля.



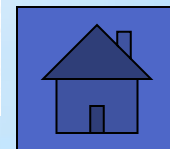
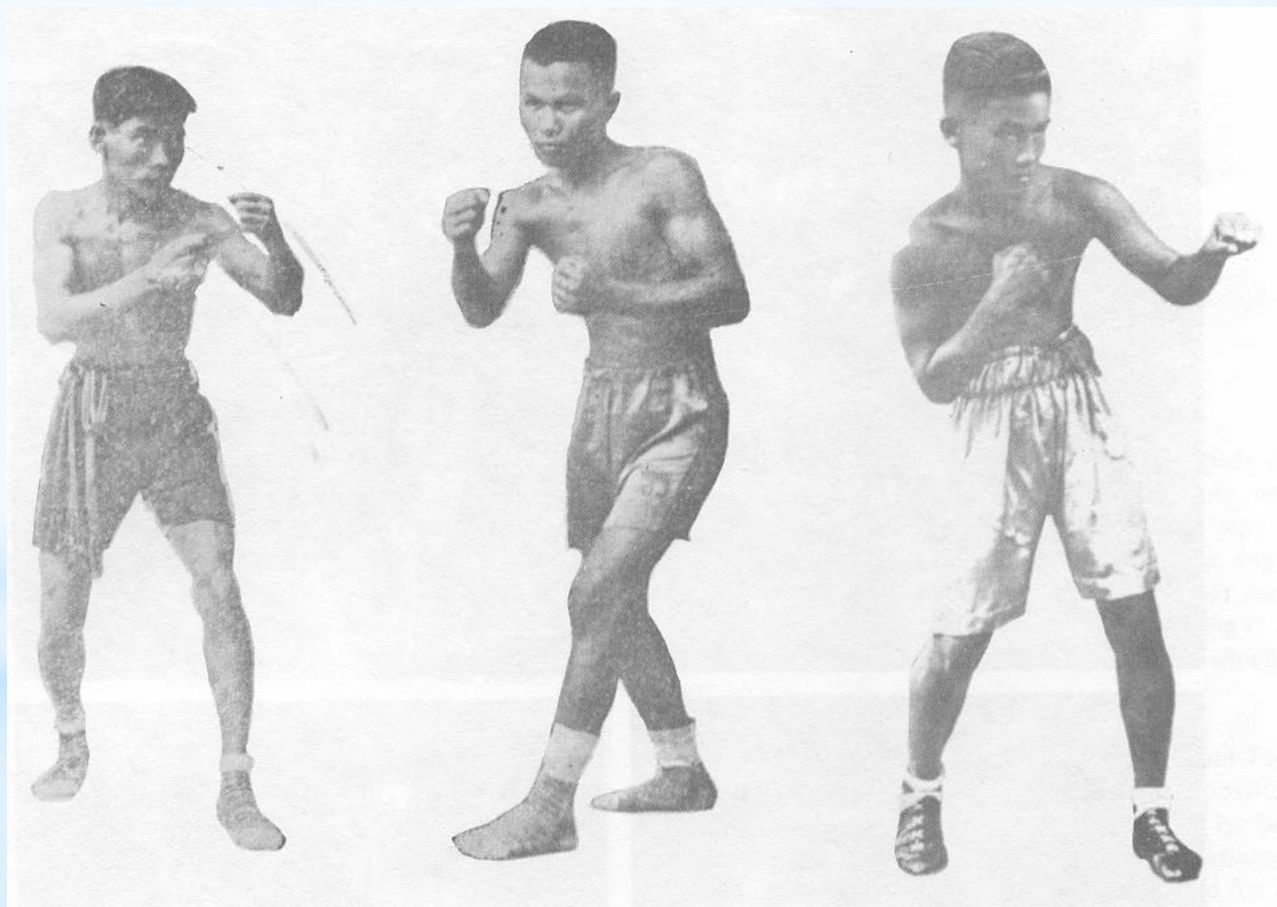
* Традиции и ритуалы



- * В начале боя бойцы исполняют ритуальный танец, выполняя очень мягкие и красивые движения под плавную, мелодичную музыку.
- * Музыкальное сопровождение ритуального танца и самого боя является неотъемлемой частью боев.



* Основная стойка



* Удары руками



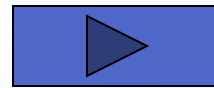
* Удары локтем



* Удары коленом



* Удары ногами



Технический
арсенал



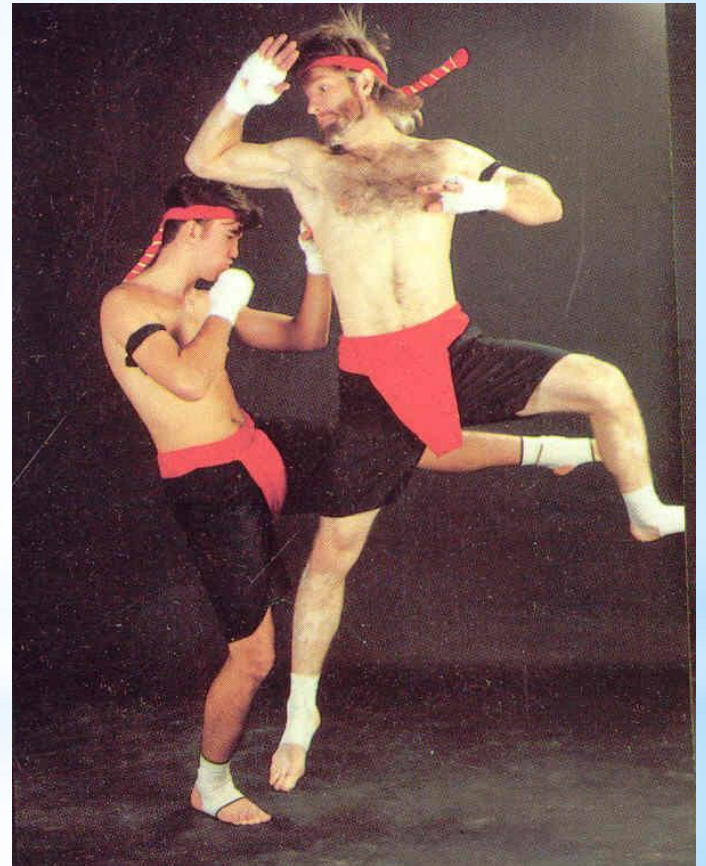
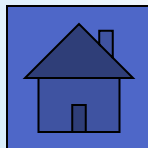
* Удары руками

- * Техника работы руками сходна с техникой европейского бокса.
- * Удары руками не являются такими мощными, как удары ногами или коленями, но они более точные и легче достигают очень уязвимое место — нижнюю челюсть.



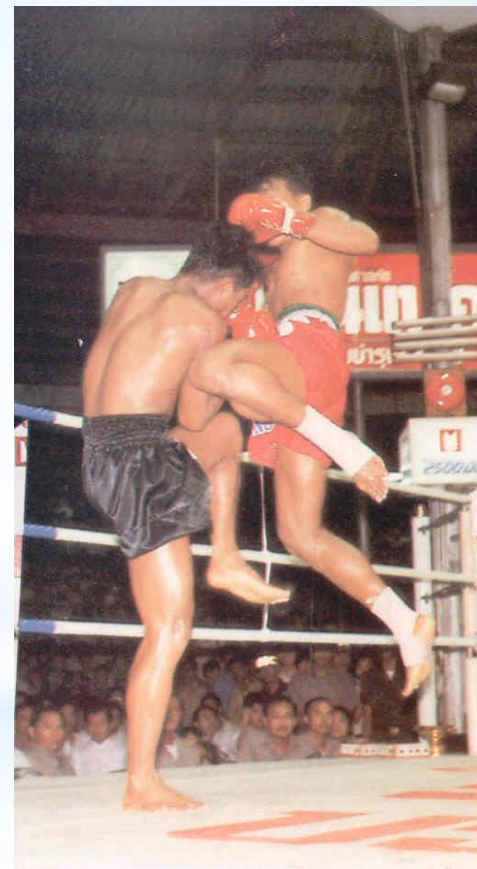
*Удары локтем

- * Удар локтем один из сильнейших и опаснейших ударов.
- * Вследствие большой скорости и короткого пути, он сопоставим с ударом меча.



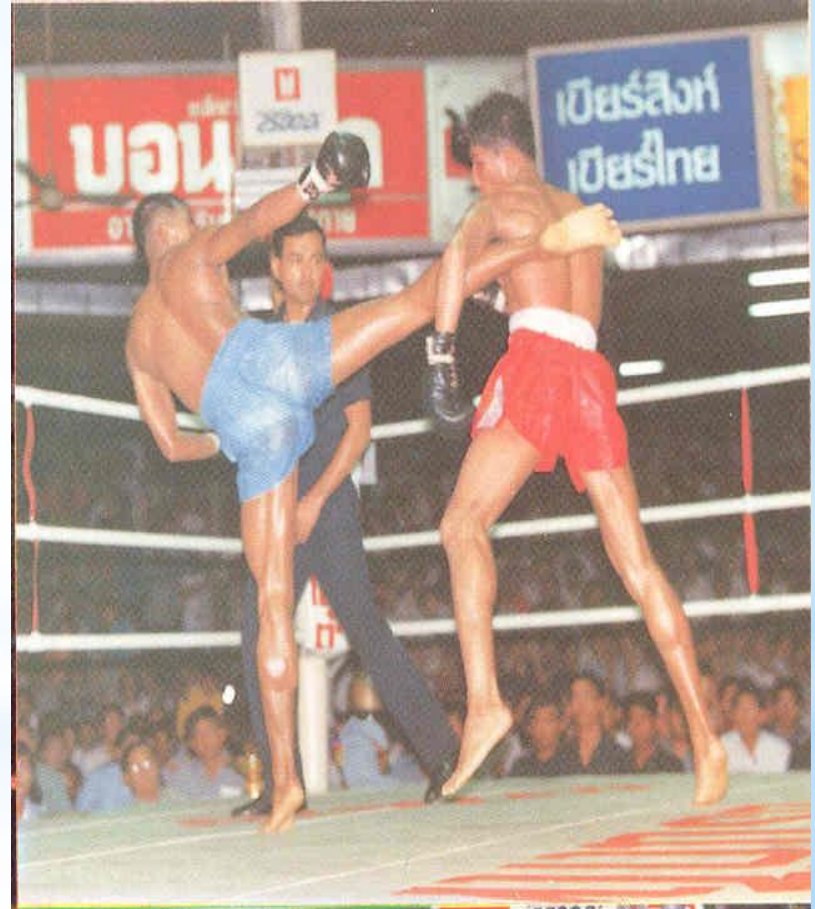
* Удары коленом

- * Удары коленом являются наиболее сильной и разрушительной частью арсенала тайского бокса.
- * Используются в ближнем бою.
- * Когда такие удары выполняются в прыжке, то они применяются с дальней дистанции.



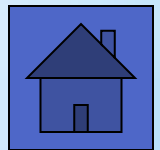
* Удары ногами

- * Удары ногами занимают львиную долю в техническом арсенале тайского бокса.
- * Бойцы Муай Тай славятся способностью «расстреливать» противника сериями из 10 ударов.



* Правила поединка

- * Поединок в тайском боксе состоит из 5 раундов.
- * Продолжительность раунда 3 минуты.
- * Отдых между раундами длится 2 минуты.



* Заключение



- * В настоящее время тайский бокс из воинского искусства превратился в популярный вид спорта.
- * Возможно в скором будущем вхождение Муай Тай в Олимпийские игры.

