

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ОРЛОВСКИЙ ЮРИДИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ
МИНИСТЕРСТВА ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**



БОЕВЫЕ ПРИЕМЫ БОРЬБЫ

*Орловский юридический институт
Министерства внутренних дел Российской Федерации*

**Орёл
ОрЮИ МВД России
2011**

УДК 796.012.56

ББК 75

Б75

Рецензенты:

- **Толстых С.К.**, кандидат педагогических наук, доцент, начальник кафедры физической подготовки Воронежского института МВД России;
- **Баурин О.Ю.**, начальник отдела специального назначения УФСИН России по Орловской области

Б75 **Боевые приемы борьбы:** учебно-наглядное пособие / В.Н. Лавров, С.Н. Баркалов, И.В. Герасимов и др. / под общ. ред. В.Н. Лаврова. – Орёл: ОрЮИ МВД России, 2011. – 182 с.

Данное пособие содержит учебно-наглядное обеспечение тем по разделу «Боевые приемы борьбы», представляющие собой циклограммы приемов с их описанием, точно отражающим состав двигательных действий в них. Описание преимущественно произведено по счетам, что позволяет при необходимости применять расчлененный метод обучения. Пособие также позволяет эффективно осуществлять самоподготовку сотрудников органов внутренних дел и курсантов образовательных учреждений МВД России.

Предназначено для преподавателей и инструкторов физической подготовки, сотрудников органов внутренних дел, курсантов и слушателей образовательных учреждений МВД России.

УДК 796.012.56

ББК 75

© В.Н. Лавров, С.Н. Баркалов, И.В. Герасимов, А.В. Алдошин, Р.В. Еремин, 2011

© Орловский юридический институт МВД РФ, 2011

СОДЕРЖАНИЕ

Обоснование содержания и структуры физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации	4
Меры личной безопасности сотрудников и курсантов на занятиях физической подготовкой	11
Основы правомерности применения боевых приемов борьбы	12
Тема 1. Удары и защита от ударов невооруженного противника	14
Тема 2. Болевые и удушающие приемы в положении противника стоя	25
Тема 3. Приемы спортивной борьбы	43
Тема 4. Задержание с угрозой применения пистолета. Защита от огня противника	69
Тема 5. Надевание наручников и связывание. Наружный осмотр	78
Тема 6. Действия с применением резиновой палки. Защита от ударов палкой или аналогичным предметом	100
Тема 7. Взаимодействие при силовом задержании. Помощь при нападении. Защита от группового нападения	118
Тема 8. Освобождение от захватов и обхватов	130
Тема 9. Пресечение попыток достать или взять оружие (упреждающие действия). Защита от угрозы оружием в упор и попыток обезоружить	143
Тема 10. Удары и защита от ударов с использованием автомата	152
Тема 11. Удары ножом. Защита от ударов ножом или аналогичным предметом	155
Тема 12. Тренировка в служебно-прикладном единоборстве	165
Основы методики обучения боевым приемам борьбы	170
Литература	181

Обоснование содержания и структуры физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации

В соответствии с Федеральным законом РФ «О полиции», полиция является составной частью единой централизованной системы федерального органа исполнительной власти в сфере внутренних дел, основной задачей которой является охрана общественного порядка и борьба с преступностью и на этой основе обеспечение общественной и личной безопасности граждан.

В процессе решения указанной задачи сотрудникам полиции приходится зачастую действовать в ситуациях, в которых правонарушители оказывают неповиновение законным распоряжениям и требованиям. В подобных конфликтных ситуациях в деятельности полиции преимущество отдается ненасильственным способам воздействия на правонарушителей путем ведения переговоров, и как крайняя мера применяются силовые приемы, специальные средства и огнестрельное оружие, т.е. меры насильственного принуждения.

К другой группе типовых ситуаций относятся ситуации, в которых сотрудникам приходится осуществлять насильственное задержание. Необходимость подобных действий возникает, когда при задержании правонарушители могут оказать сопротивление или скрыться. Для проведения подобного задержания осуществляется планирование операции по задержанию, основной задачей которой является упредить сопротивление и возможность скрыться, а основными элементами планирования является определение сил, их взаимодействие и внезапность действий.

Все силовые приемы, в том числе с применением резиновой палки или подручных средств, а также угроза применения огнестрельного оружия, посредством которых осуществляется насильственное пресечение правонарушений и задержание лиц их совершивших, именуется боевыми приемами борьбы.

При выполнении служебных обязанностей сотрудники обязаны применять боевые приемы борьбы для пресечения преступлений или административных правонарушений и задержания лиц, их совершивших, не превышая пределов необходимой обороны, мер, необходимых для задержания лица, совершившего преступление, или пределов крайней необходимости, если ненасильственные способы не обеспечивают выполнение возложенных на полицию обязанностей.

Формирование технико-тактической и психофизической готовности к насильственному пресечению преступлений или административных правонарушений и задержание лиц, их совершивших, является целью физической подготовки сотрудников полиции, курсантов (слушателей) образовательных учреждений МВД России.

Содержание формирования такой готовности обосновано рядом исследований. Программа практической части дисциплины «Физическая подготовка» должна содержать два раздела: «Служебно-прикладные упражнения» и «Боевые приемы борьбы».

Результативность действий по пресечению нападения на сотрудника полиции или другое лицо, а также сопротивления при задержании, прочих преступлений или административных правонарушений посредством боевых приемов борьбы, а также результативность преследования правонарушителей в различных внешних условиях во многом определяется уровнем специальной физической подготовленности (СФП). Исходя из этого раздел «Служебно-прикладные упражнения» направлен, прежде всего, на формирование специальной физической подготовленности.

Служебно-боевая деятельность отличается многообразием ситуаций и поэтому требует развития примерно в равной степени всех основных физических качеств: общей выносливости, максимальной силы и силовой выносливости, взрывной силы и быстроты (скоростно-силовых качеств), гибкости (подвижности в суставах и позвоночнике) и ловкости (координационных способностей). Раздел содержит средства развития этих качеств, за исключением ловкости. Раздел специально не содержит средства развития ловкости (координационных способностей), так как данная программа включает большое количество сложно координационных упражнений различной направленности. Для развития координационных способностей необходимо добиваться освоения техники всех используемых упражнений.

Беговые упражнения, применяемые для контроля за уровнем развития физических качеств, одновременно являются средствами прямого контроля готовности к преследованию правонарушителей.

В физической подготовке сотрудников полиции дифференцированное развитие физических качеств не является самоцелью. Ведущими средствами собственно физической подготовки сотрудников полиции являются комплексные упражнения, позволяющие формировать двигательные способности (физических качеств в комплексе), в рамках этих упражнений и в рамках освоения боевых приемов борьбы.

Полосы препятствий являются комплексными упражнениями. Данный раздел содержит обучение и тренировку в преодолении полос препятствий различной направленности, в том числе с выполнением в процессе их преодоления различных заданий по применению боевых приемов борьбы и спарринги с различными установками. В качестве препятствий в полосах предлагается использовать стандартное оборудование спортзалов и открытых спортплощадок, а также специально изготовленное оборудование.

Главным средством развития двигательных способностей и психологической и волевой готовности к пресечению правонарушений и задержанию лиц, их совершивших, являются спортивные единоборства, в частности

служебно-прикладное единоборство сотрудников полиции, обучение и тренировку в котором рассматривается в разделе «Боевые приемы борьбы».

Основным разделом программы является раздел «Боевые приемы борьбы», который ориентирован на формирование технико-тактической и психофизической готовности к насильственному пресечению преступлений или административных правонарушений и задержание лиц, их совершивших. В данный раздел включено двенадцать тем:

Тема 1. Удары и защита от ударов невооруженного противника.

Тема 2. Болевые и удушающие приемы в положении противника стоя.

Тема 3. Приемы спортивной борьбы.

Тема 4. Задержание с угрозой применения пистолета. Защита от огня противника.

Тема 5. Надевание наручников и связывание. Наружный осмотр.

Тема 6. Действия с применением резиновой палки. Защита от ударов палкой или аналогичным предметом.

Тема 7. Взаимодействие при силовом задержании. Помощь при падении. Защита от группового нападения.

Тема 8. Освобождение от захватов и обхватов.

Тема 9. Пресечение попыток достать или взять оружие (упреждающие действия). Защита от угрозы оружием в упор и попыток обезоружить.

Тема 10. Удары и защита от ударов с использованием автомата.

Тема 11. Удары ножом. Защита от ударов ножом или аналогичным предметом.

Тема 12. Тренировка в служебно-прикладном единоборстве.

В рассматриваемом ниже разделе «Боевые приемы борьбы» программный материал упорядочен, установлена логическая связь в изучении приемов и действий. В него включены базовые боевые приемы борьбы, содержащиеся в первых пяти темах, а также наиболее типичные ситуации служебно-боевой деятельности, действия в которых основаны на применении базовых приемах, выполняемых в различных комбинациях между собой. Таким образом, устанавливается внутри предметная структурно-логическая связь, позволяющая оптимизировать методику обучения боевым приемам борьбы.

В программе темы укрупнены за счет объединения мелких тем по схожести действий. Например, в действиях, изучаемых в теме 9 «Пресечение попыток достать или взять оружие (упреждающие действия). Защита от угрозы оружием в упор и попыток обезоружить», если в качестве ответного действия служат болевые приемы в стойке, вооруженная или атакующая рука, как правило, захватывается и на нее проводится болевой прием. В данном случае в процессе изучения этой темы происходит совершенствование болевых приемов в соответствующих ситуациях.

Объединение тем произведено также по противоположности задач, которые ставятся перед обучаемыми при выполнении упражнений в парах. Например, тема 1 «Удары и защита от ударов невооруженного противника». В теме 7 «Взаимодействие при силовом задержании. Помощь при нападении. Защита от группового нападения» изучается взаимодействие сотрудников полиции при задержании правонарушителей оказывающих активное сопротивление, а при защите от группового нападения изучаются противоположные действия. Противоположные задачи в действиях, изучаются в теме 6 «Действия с применением резиновой палки. Защита безоружного сотрудника от ударов палкой или аналогичным предметом».

Учитывая значимость использования сотрудниками полиции угрозы применения огнестрельного оружия для пресечения правонарушений и задержания лиц их совершивших, а также защиты от огня противника, в программу включена тема 4 «Задержание с угрозой применения пистолета. Защита от огня противника».

Отличительной особенностью программы является то, что в ряд тем включены эффективные приемы, разнообразные комбинации и ситуации их применения, изучение которых обеспечивает достижение высоких уровней обученности боевым приемам борьбы.

Применение полицией боевых приемов борьбы в реальных ситуациях это противоборство с противником, в процессе которого могут наноситься травмы. Из-за травматизма моделировать в учебном процессе подобное противоборство с полной психофизической мобилизацией невозможно. Поэтому при изучении боевых приемов борьбы вводятся ограничения: при проведении болевых приемов на руки в положении стоя расслабляющие (шокирующие) удары обозначаются, сопротивление ограничивается и т.д. Все это не позволяет эффективно совершенствовать двигательные способности, психологические и волевые качества к силовому пресечению противоправных действий и задержанию лиц, их совершивших. Вместе с тем, эти стороны подготовки к применению силовых приемов в реальных ситуациях является важнейшей задачей физической подготовки. Ведущим средством вышеуказанных сторон подготовки являются спортивные единоборства, имеющие служебно-прикладную направленность, правила соревнования которых, вводят ограничения, позволяющие снизить травматизм.

В целях упорядочения использования единоборств в учебно-тренировочном процессе сотрудников полиции на кафедре боевой подготовки Нижегородской академии МВД России и кафедре физической подготовки и спорта Орловского юридического института МВД России разработано служебно-прикладное единоборство¹, которое является разновид-

¹ Лавров В.Н. Правила соревнований по служебно-прикладному единоборству //Альманах «Профессионал» № 2 - 1998.

¹ Лавров В.Н. Основа обучения боевым приемам борьбы - знание техники их выполнения // Альманах «Профессионал» № 5 - 1999.

ностью спортивного единоборства. В основе служебно-прикладного единоборства лежат приемы, включенные в программы по физической подготовке курсантов образовательных учреждений и сотрудников ОВД: удары, защиты от ударов, броски, удержания, болевые и удушающие приемы в положении лежа, правила соревнований которого синтезировано из таких прикладных видов спорта, как бокс, кикбоксинг, самбо, дзюдо и рукопашный бой.

Тренировка и соревнования в служебно-прикладном единоборстве призваны совершенствовать базовые боевые приемы борьбы в условиях реального поединка, совершенствовать двигательные способности (развивать физические качества в комплексе), совершенствовать психологические и волевые качества применительно к служебно-боевой деятельности сотрудников полиции.

Учитывая значимость спортивных единоборств в физической подготовке сотрудников полиции в программу включена тема 12 «Тренировка в служебно-прикладном единоборстве», которая включает набор технико-тактических действий и тренировочных заданий обеспечивающий подготовку к ведению поединков. Это в свою очередь лежит в основе повышения уровня обученности приемам.

В теории и методике физической воспитания и спорта периодизация спортивной подготовки является одной из важнейших ее закономерностей. Она предполагает наличие накопительных, т.е. подготовительных этапов и этапов реализации, т.е. соревновательных² в полном цикле подготовки. В целях оптимизации структуры учебного процесса по физической подготовке данную закономерность следует учитывать в подготовке сотрудников полиции и в образовательных учреждениях МВД России³. В условиях образовательного учреждения за макроцикл целесообразно принимать один семестр, который предлагается разделять на три взаимосвязанных этапа (мезоцикла): подготовительный, специальный и комплексной подготовки. Продолжительность этапов примерно 5—6 недель. Начиная с третьего семестра, структура и содержание этапов представляют собой следующее:

Подготовительный этап включает дифференцированное развитие физических качеств и тренировку в упражнениях педагогического контроля. В данном этапе осуществляется совершенствование базовых боевых приемов борьбы, преимущественно в различных ситуациях и комбинациях между собой, акцентируется внимание на динамических параметрах проведения приемов.

² Матвеев Л.П. Теорией и методикой физического воспитания. Учебник для институтов физической культуры. - М.: ФиС 1991.

³ Лавров В.Н. Структура учебного процесса по физической подготовке курсантов образовательных учреждений МВД России. Тезисы межвузовской научно-практической конференции. - Орел, 1999.

В процессе этапа постоянно осуществляется текущий педагогический контроль над усвоением требований по боевым приемам борьбы.

В конце этапа проводится прием зачетных нормативов по упражнениям, посредством которых осуществляется педагогический контроль над уровнем развития физических качеств.

Этап специальной подготовки включает дальнейшее совершенствование боевых приемов борьбы, преимущественно с применением метода проблемно-ситуационного упражнения, технико-тактическую подготовку и тренировку в служебно-прикладном единоборстве, тренировку в преодолении полос препятствий.

В процессе этапа постоянно осуществляется текущий педагогический контроль над качеством выполнения боевых приемов борьбы на фоне сбивающих факторов и условно-целевых спаррингов, а также над качеством выполнения учебно-тренировочных заданий и схваток в служебно-прикладном единоборстве.

В конце этапа проводится прием зачетного норматива в полосе препятствий специальной физической подготовки (СФП).

Этап комплексной подготовки включает тренировку в преодолении полосы препятствий индивидуальной служебно-боевой подготовки (ИСБП), дальнейшее совершенствование боевых приемов борьбы преимущественно в различных ситуациях и комбинациях между собой, в том числе с применением метода проблемно-ситуационного упражнения. В конце этапа проводится прием зачетного норматива в преодолении полосы препятствий ИСБП, выполнение зачетных требований по боевым приемам борьбы.

На первом году обучения структура этапов сохраняется. Особенностью является обучение и совершенствования техники боевых приемов борьбы и служебно-прикладных упражнений, предусмотренных программой. Задача первого года обучения сформировать умение выполнять боевые приемы борьбы, предусмотренные программой, т.е. достичь по М.М. Богену⁴ второго уровня обученности, который предусматривает усвоение обучаемыми базовых вариантов действий и способности выполнить их в стандартных условиях. Примерная последовательность обучения приемам и действиям раздела «Боевые приемы борьбы» приводиться ниже.

В основе методики обучения двигательным действиям лежат знания об их технике, понимание, как самих элементов двигательных действий, так и их структурных связей, взаимных зависимостей, надо точно понимать, чему следует обучать⁵. Дидактический принцип наглядности один из основных при обучении двигательным действиям. Руководствуясь этим, данное пособие содержит учебно-наглядное обеспечение вышеназванных

⁴ Боген М.М. Обучение двигательным действиям. - М.: ФиС, 1985.

⁵ Лавров В.Н. Основа обучения боевым приемам борьбы - знание техники их выполнения // Альманах «Профессионал» № 5 - 1999.

тем по разделу «Боевые приемы борьбы», представляющие собой циклограммы приемов с их описанием, точно отражающим состав двигательных действий в них. Описание преимущественно произведено по счетам, что позволяет при необходимости применять расчлененный метод обучения. Такое описание боевых приемов борьбы в пособие позволяет эффективно осуществлять самоподготовку сотрудников и курсантов (слушателей) по изучению раздела «Боевые приемы борьбы».

В пособие в конце тем представлены контрольно-обучающие задания. Задания сформулированы в форме служебно-боевых задач. Такой подход предполагает не просто изучение отдельных приемов как самоцель, а формирование установки на эффективное решение служебно-боевых задач посредством изучаемых боевых приемов борьбы.

Из контрольно-обучающих заданий могут составляться однонаправленные комбинации. Например: «Освободиться от обхвата спереди с обхватом рук, задержать с угрозой применения пистолета, надеть наручники в положении стоя на коленях прижатым к стене, провести наружный осмотр, сопроводить».

Кроме того, контрольно-обучающие задания представлены также в виде различных учебно-тренировочных заданий и контрольно-обучающих спаррингов, средств тренировки в служебно-прикладном единоборстве.

Контрольно-обучающие задания предназначены для составления заданий на самоподготовку и для самостоятельной работы сотрудников и курсантов (слушателей), а также для использования преподавателями (инструкторами) при разработке учебной документации: требований по боевым приемам борьбы и билетов для педагогического контроля, рабочих планов на этапы подготовки и планов-конспектов учебных занятий.

Меры личной безопасности сотрудников и курсантов на занятиях физической подготовкой

Сотрудники и курсанты (слушатели) обязаны изучить и неукоснительно выполнять следующие меры, обеспечивающие их личную безопасность:

- регулярно посещать учебные занятия и выполнять требования преподавателя по организации занятий;
- уяснять и выполнять учебно-тренировочные задания в полном объеме и с заданной интенсивностью;
- выполнять задания преподавателя (инструктора) на самостоятельные занятия;
- овладевать приемами самостраховки и страховки и применять их при выполнении учебно-тренировочных заданий;
- знать и точно соблюдать правила выполнения боевых приемов борьбы, соревнований, прежде всего, по единоборствам, прочим служебно-прикладным упражнениям, включенным в программу по физической подготовке;
- начинать и заканчивать выполнение заданий только по команде преподавателя (инструктора);
- соблюдать дисциплину, проявлять собранность и осмотрительность при выполнении заданий, особенно травмоопасных упражнений;
- немедленно сообщить преподавателю (инструктору) о плохом самочувствии или получении травмы;
- соблюдать форму одежды с учетом места занятий, его содержания и погодных условий.

Ответственность за последствия несоблюдение указанных мер личной безопасности на занятиях физической подготовкой несут занимающиеся (сотрудники и курсанты).

Основы правомерности применения боевых приемов борьбы

Порядок применения полицией физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия.

Сотрудник полиции, прежде чем применять силовые приемы, специальные средства и огнестрельное оружие, обязан сообщить, о том, что он является сотрудником полиции и предупредить о намерении их применения, предоставив при этом достаточно времени для выполнения требований сотрудника полиции, за исключением случаев, когда промедление в применении приемов насильственного воздействия создает непосредственную угрозу жизни и здоровью сотруднику полиции или других лиц, может повлечь иные тяжкие последствия или когда такое предупреждение в создавшейся обстановке является неуместным или невозможным. Исключением являются специальные средства, предупреждение о применении которых является неуместным или недопустимым.

Запрещается применять силовые приемы, специальные средства и огнестрельное оружие с нанесением телесных повреждений в отношении женщин с видными признаками беременности, лиц с явными признаками инвалидности и малолетних, кроме случаев оказания ими вооруженного сопротивления, совершения группового либо иного нападения, угрожающего жизни и здоровью граждан, а также при пресечении незаконных собраний, митингов, уличных шествий и демонстраций ненасильственного характера, которые не нарушают работу транспорта, связи, предприятий, учреждений и организаций. Кроме того, запрещается применять огнестрельное оружие при скоплении людей, когда от этого могут пострадать посторонние люди.

В процессе применения силовых приемов, специальных средств и огнестрельного оружия сотрудники полиции должны стремиться, в зависимости от характера и степени опасности правонарушения и лиц, его совершивших, и силы оказываемого противодействия, к тому, чтобы вред здоровью и ущербу имуществу был минимальным.

После применения приемов насильственного воздействия сотрудник полиции обязан:

- оказать лицам, получившим телесные повреждения, первую помощь и принять меры по предоставлению им медицинской помощи в возможно короткий срок, а также уведомить их родственников или близких лиц в возможно короткий срок, но не более 24 часов;
- о каждом случае применения физической силы, в результате которого причинен вред здоровью гражданина или причинен материальный ущерб гражданину либо организации, а также о каждом случае применения специальных средств или огнестрельного оружия в течение 24 часов с момента их применения представить рапорт непосредственному начальни-

ку либо руководителю ближайшего территориального органа или подразделения полиции;

- в течение 24 часов уведомить прокурора обо всех случаях смерти или ранения гражданина в результате применения физической силы, специальных средств или огнестрельного оружия.

Основания применение боевых приемов борьбы.

Сотрудники полиции в процессе служебной деятельности имеют право применять боевые приемы борьбы для пресечения преступлений или административных правонарушений и задержания, лиц их совершивших, не превышая пределов необходимой обороны, мер, необходимых для задержания лица, совершившего преступление, или пределов крайней необходимости, если ненасильственные способы не обеспечивают выполнение возложенных на полицию обязанностей.

Тема 1. Удары и защиты от ударов невооруженного противника

Êðàòêîá ìîáðåàí èá

Теоретические сведения: значение ударов и защит от них в подготовке сотрудников полиции; уровни нанесения ударов и уязвимые места на теле человека; динамика и точность ударов; длинные и короткие удары; отвлекающие (фехтующие), расслабляющие (шокирующие) и поражающие удары; упреждающие, атакующие и контрудары; одиночные удары и комбинации из них (связки).

Стойки: фронтальная и боевая. Передвижения: скользящим шагом и приставным скользящим шагом, скачком, бегом обыкновенным и скрестным шагом.

Удары рукой: ударные части: кулак, ребро и основание ладони, локоть, предплечьем; ударные поверхности кулака - передняя (основание пальцев), нижняя (мышечная часть), тыльная поверхность; траектории ударов: прямой, сбоку, снизу, сверху, наотмашь.

Удары ногой: ударные части: стопа; колено, голень; ударные поверхности стопы: носок, подушечки пальцев, подъем стопы, нижняя поверхность, пятка, внешний и внутренний своды стопы; траектории ударов ногой: толчковые прямой, в сторону, назад, сверху вниз, захлестывающие снизу и сбоку.

Комбинации ударов.

Защита от ударов руками и ногами: уходами (передвижениями), подставками, отбивами, уклонами, отклонами, нырками. Комбинации из защитных действий от ударов и ответных ударов.

Ø:ááí îá îáæÿäí îá îááîî á:áí èá òáí ù

Уязвимые места тела человека при нанесении ударов

Удары наносятся в основном руками и ногами. Они могут применяться как одиночные удары, в различных комбинациях между собой, а также в комбинации с ударами резиновой палкой, болевыми и другими приемами.

Для обуславливания направления ударов в процессе подготовки, тело человека условно разделено на три уровня. Каждый уровень имеет наиболее уязвимые места (рис. 1)⁶.

⁶ Использован материал, изложенный в учебном пособии «Самозащита без оружия (Боевой раздел)». Рязань: Рязанский юридический институт МВД России, 1995.

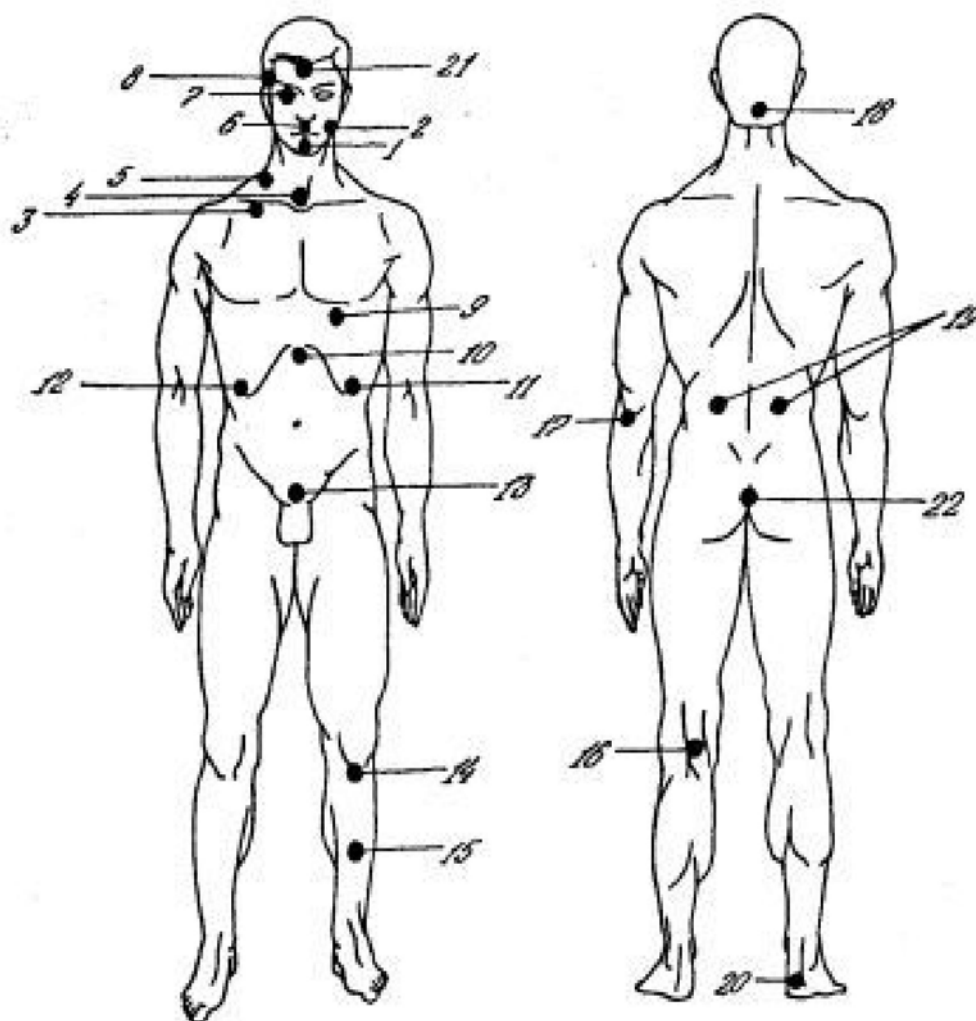


Рис. 1 Наиболее уязвимые места тела человека при нанесении ударов

Верхний уровень: голова до нижней части грудины.

Уязвимые места: темя - 21, висок - 8, переносица, основание носа - 6, подушные впадины, боковая поверхность шеи (область сонной артерии), горло (гортань), ключица - 3, надключичная впадина - 5, нижняя челюсть - 2, подбородок - 1, надгрудинная впадина - 4, область сердца - 9.

Средний уровень: нижняя часть грудины - низ живота.

Уязвимые места: солнечное сплетение - 10, правое подреберье - печень - 12, левое подреберье - селезенка - 11, область пупка.

Нижний уровень: низ живота - ноги.

Уязвимые места: мошонка - 13, колено - 14, голень 15, голеностопный сустав (лодыжка).

Уязвимые места на задней поверхности головы и туловища человека: затылок - 18, основание черепа, все отделы позвоночника, копчик - 22, почки (чуть выше пояса справа и слева от позвоночника) - 19, подколенная впадина - 16, ахиллесово сухожилие - 20.

Стойки

Фронтальная стойка (фото 1) применяется как учебная, а также в ближнем бою.

Техника: ноги немного шире плеч и слегка согнуты, плечи и голова несколько наклонены вперед, живот втянут (спина закруглена), подбородок опущен к груди, взгляд исподлобья; руки согнуты в локтях и расслаблены, кулаки у подбородка, локти опущены и прикрывают подреберья.



фото 1



фото 2

Боевая стойка (фото 2) является исходным положением для нанесения ударов и защиты от ударов.

Техника: встать вполоборота по отношению к воображаемому противнику; ноги на ширине плеч и немного согнуты, вес равномерно распределен на обе ноги; плечи и голова немного наклонены вперед, живот втянут (спина закруглена), подбородок опущен и прикрыт плечом передней руки, взгляд исподлобья; руки согнуты в локтях и расслаблены; кулак передней ру-

ки на уровне плеча обращен тыльной поверхностью наружу и вверх, локоть опущен и прикрывает подреберье, кулак другой руки у подбородка, локоть также опущен и прикрывает подреберье с другой стороны.

Формирование кисти для нанесения ударов рукой

Удары рукой наносятся кулаком, основанием и ребром ладони, лок-



фото 3



фото 4



фото 5

Формирование кулака (фото 3): при нанесении ударов передней или нижней поверхностью кулака необходимо к моменту соприкосновения с ударяемой поверхностью согнуть и сжать пальцы так, что-

бы большой палец оказался прижатым ко второй фаланге среднего пальца, при этом пястье указательного пальца и предплечье составляли прямую линию.

Формирование кисти для нанесения ударов основанием ладони (фото 4): согнуть пальцы в фаланговых суставах и разогнуть кисть в лучезапястном суставе.

Формирование кисти для нанесения ударов ребром ладони (фото 5): согнуть пальцы в фаланговых суставах и плотно прижать пальцы друг к другу.

Удары рукой

Основными ударами рукой являются прямой, боковой и снизу.



фото 6



фото 7



фото 8

Эти удары выполняются за счет последовательного выполнения взрывного усилия мышц ног, туловища и руки. Удары начинаются с толчкового движения одноименной ногой с выведением таза вперед относительно плечевого пояса. Затем выполняется взрывное усилие мышц туловища и финальное усилие руки по соответствующей траектории.

Прямой удар преимущественно наносится в голову, в «солнечное сплетение», в область печени и селезенки кулаком, основанием ладони (фото 6).

Боковой удар преимущественно наносится по боковой поверхности головы и шеи, в область печени и селезенки кулаком, по боковой поверхности головы основанием ладони (фото 7).

Удар снизу преимущественно наносится в подбородок кулаком, основанием ладони, в живот кулаком (фото 8).



фото 9



фото 10

Удары также могут наноситься сверху, сверху сбоку и наотмашь.

Удар сверху наносится преимущественно по ключице нижней поверхностью кулака и ребром ладони, по переносице нижней поверхностью кулака (фото 9).

Удар сверху сбоку наносится преимущественно по ключице, по боковой поверхности головы и шеи нижней поверхностью кулака и ребром ладони.

Удар наотмашь (изнутри наружу) преимущественно наносится по боковой поверхности головы и шеи нижней и тыльной поверхностью кулака и ребром ладони (фото 10).

Удары ногой

Удары ногой могут наноситься стопой, коленом, голенью.

Удары стопой снизу и боковой называются захлестывающими и выполняются за счет последовательного активного сгибания ноги в тазобедренном суставе (вынос бедра) и разгибания в коленном суставе (выхлест голени).

Прямые удары называются толчковыми и выполняются после предварительного сгибания ноги в тазобедренном суставе для ударов вперед и назад, и отведения в сторону для удара в сторону и сгибания в коленном суставе, и активного разгибания в тазобедренном и коленном суставах.



фото 11



фото 12



фото 13



фото 14

Удар снизу: в живот (фото 11), в промежность носком (фото 12), коленом в живот (фото 13), в голень носком (фото 14), в промежность подъемом стопы (фото 15).



фото 15



фото 16



фото 17



фото 18

Боковой удар: по туловищу или по бедру (фото 16), в колено носком подъемом стопы (фото 17).

Прямой удар и в сторону: в живот: «солнечное сплетение», область печени нижней поверхностью стопы, пяткой (фото 18).

При обучении ударам применяются упражнения, выполняемые в воздух, обозначаются по партнеру и по снарядам (боксерским лапам, мешкам и т.п.).

Защита от ударов блокированием

Защита от ударов блокированием включает в себя приемы защиты подставками, захватами и отбивами.

Защита подставками:



фото 19а



фото 19б



фото 19в

- предплечья вверх или «скользящий блок» от удара сверху (фото 19а), вверх в сторону от удара сбоку (фото 19б), вниз или «скользящий блок» от удара снизу в живот (фото 19в);



фото 20

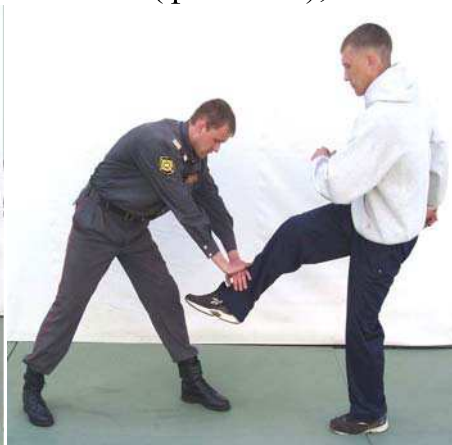


фото 21

- обоих предплечий вперед от удара рукой наотмашь (фото 20);

- ладоней от удара стопой или коленом снизу (фото 21).



фото 22а



фото 22б

Защита захватами:

- одной и двумя руками «вилкой» за предплечье, запястье от ударов рукой сверху (фото 22а), сбоку (фото 22б).

Аналогично выполняется защита захватами от ударов снизу и наотмашь, двумя руками «вилкой» за голень от удара ногой снизу.



фото 23



фото 24

Защита от ударов отбивами:

- поднятым предплечьем, ладонью внутрь или наружу от прямого удара рукой в верхний уровень (фото 23);

- опущенным предплечьем внутрь

или наружу от прямого удара рукой в нижний уровень (фото 24). Защита отбивом опущенным предплечьем внутрь или наружу от прямого удара ногой в нижний уровень выполняется аналогично.

Защита от ударов уклонами, нырками, отклонами



фото 25



фото 26



фото 27

Защита уклоном выполняется от прямых ударов в голову. Уклон - это поворот туловища с небольшим наклоном вперед, который выполняется наружу от бьющей руки, взгляд при этом не отводится от противника (фото 25).

Защита нырками выполняется от боковых ударов в голову, применяется защита нырком - подседанием, немного наклоняя голову и туловище вперед, не теряя из вида бьющую руку, пропуская ее над головой, перемещением тела в сторону противоположную направлению удара с последующим выпрямлением (фото 26).

Защита отклонами выполняется от прямых и боковых ударов может применяться защита отклоном туловища назад (фото 27).

От прямых ударов в верхний уровень может применяться *защита поворотом туловища с небольшим отклонением* (чаще в сочетании с уходом шагом одноименной ногой по отношению к бьющей руке назад в сторону).

Êíí ò ðíëüí î-îáó-âpùèá çääáí èü

1. Удары

1.1. Одиночные упреждающие удары рукой по уязвимым местам.

Удары обозначаются по указанным местам и выполняются в полную силу по лапам или ударным тренажерам.

1. Атаковать прямым ударом кулаком в подбородок.
2. Атаковать прямым ударом кулаком в «солнечное сплетение».
3. Атаковать ударом нижней поверхностью кулака сверху по переносице.
4. Атаковать ударом нижней поверхностью кулака сверху по ключице.
5. Атаковать ударом ребром ладони сверху по ключице.
6. Атаковать наклонившегося ударом нижней поверхностью кулака сверху в область почек (шеи).
7. Атаковать наклонившегося вперед ударом локтем сверху в область почек (шеи).
8. Атаковать ударом кулаком сбоку в челюсть.
9. Атаковать ударом ребром ладони сбоку в боковую поверхность шеи.
10. Атаковать ударом локтем сбоку в челюсть.
11. Атаковать ударом кулаком снизу в подбородок.
12. Атаковать ударом основанием ладони снизу в подбородок.
13. Атаковать ударом кулаком снизу в «солнечное сплетение».
14. Атаковать ударом локтем снизу в подбородок.
15. Атаковать ударом нижней поверхностью кулака наотмашь в голову.
16. Атаковать ударом тыльной поверхностью кулака наотмашь в голову.
17. Атаковать ударом ребром ладони наотмашь по боковой поверхности шеи.
18. Атаковать ударом локтем наотмашь в челюсть.
19. Атаковать ударом локтем в сторону в «солнечное сплетение».
20. Атаковать ударом локтем назад в «солнечное сплетение» стоящего сзади.

1.2. Одиночные упреждающие удары ногой по уязвимым местам.

1. Атаковать ударом носком снизу в голень.
2. Атаковать ударом внутренним сводом стопы снизу в голень.
3. Атаковать ударом носком снизу в промежность.
4. Атаковать ударом носком снизу в колено.
5. Атаковать ударом подъемом стопы снизу в промежность.
6. Атаковать ударом носком снизу в живот.
7. Атаковать прямым ударом стопой в живот.
8. Атаковать ударом стопой в сторону в живот.
9. Атаковать ударом стопой в сторону в колено.
10. Атаковать ударом подъемом стопы (носком) сбоку в колено.

11. Атаковать ударом подъемом стопы сбоку (носком) в туловище.
12. Атаковать ударом подъемом стопы сбоку по руке при попытке поднять оружие с земли.
13. Атаковать ударом коленом снизу в живот с захватом за плечи.
14. Атаковать ударом носком снизу по лежащему противнику.
15. Атаковать ударом пяткой сверху вниз по лежащему противнику.

1.3. Одиночные упреждающие удары по боксерскому мешку.

Каждый удар выполняется в полную силу по боксерскому мешку из исходного положения основная стойка с переходом в боевую стойку с подшагом (подскоком), возвращение в исходное положение.

Атаковать одиночными упреждающими ударами: 1-2 рукой, 1-2 ногой по выбору и столько же по заданию экзаменатора.

1.4. Одиночные упреждающие удары рукой.

1. Прямой, боковой, снизу кулаком, основанием ладони и локтем.
2. Сверху, сверху-сбоку нижней поверхностью кулака, ребром ладони и локтем.
3. Наотмашь нижней и тыльной поверхностью кулака, предплечьем и локтем.
4. В сторону локтем.
5. Назад нижней поверхностью кулака, ребром ладони и локтем.

1.5 Одиночные упреждающие удары ногой.

1. Снизу носком, подушечками пальцев, подъемом стопы, коленом.
2. Боковой носком, подъемом стопы, коленом, голенью.
3. Прямой вперед, в сторону, назад подошвенной частью стопы.

2. Комбинации ударов

Комбинации ударов могут включать следующие сочетания: рука-рука, рука-нога, нога-рука, нога-нога.

Удары выполняются в полную силу по боксерскому мешку с места и в передвижении.

2.1. Рука-рука

1. Атаковать с подшагом передней рукой прямой удар в «солнечное сплетение», задней рукой прямой удар в подбородок.
2. Атаковать с подшагом передней рукой прямой удар в подбородок, задней рукой прямой удар в «солнечное сплетение».
3. Атаковать с подшагом передней рукой боковой удар в челюсть, задней рукой удар снизу в «солнечное сплетение».
4. Атаковать с шагом вперед сменить стойку, передней рукой удар нижней поверхностью кулака наотмашь в челюсть (висок), задней рукой прямой удар в «солнечное сплетение».

6. Атаковать с подшагом передней рукой прямой удар в «солнечное сплетение», с шагом вперед со сменой стойки удар наотмашь локтем в голову.

7. Атаковать произвольной комбинацией из ударов руками.

2.2. Рука - нога

1. Атаковать передней, задней рукой прямой удар в голову, задней ногой удар снизу в промежность.

2. Атаковать передней, задней рукой прямой удар в голову, задней ногой прямой удар в низ живота.

3. Атаковать передней, задней рукой прямой удар в голову, боковой удар задней ногой в колено.

4. Атаковать с подшагом боковой удар передней рукой в челюсть, коленом задней ноги удар снизу в живот.

5. Атаковать произвольной комбинацией из ударов рукой и ногой.

2.3. Нога - рука

1. Атаковать передней ногой прямой удар в колено, задней рукой прямой удар в подбородок.

2. Атаковать задней ногой прямой удар в низ живота со сменой стойки, задней рукой прямой удар в подбородок.

3. Атаковать задней ногой удар снизу в промежность со сменой стойки, задней рукой удар снизу в подбородок («солнечное сплетение»).

4. Атаковать произвольной комбинацией из ударов ногой и рукой.

2.4. Нога - нога

1. Атаковать передней ногой удар снизу, задней ногой удар снизу.

2. Атаковать задней ногой боковой удар по бедру с шагом (со сменой стойки), другой ногой удар коленом в живот.

3. Атаковать ударами задней ногой прямой удар с шагом (со сменой стойки), другой ногой боковой удар в голову.

2.5. Атаковать одиночными и комбинациями ударов с места и в передвижении в течение 20 сек.

3. Защита от ударов

В данной теме рассматривается в качестве ответных действий после защиты от ударов удары (контрудары).

Удары и контрудары обозначаются.

3.1. Защита от ударов рукой.

1. Защититься от удара сверху по ключице подставкой предплечья вверх (скользящий блок), контрудар.

2. Защититься от бокового удара в голову подставкой предплечья вверх в сторону, контрудар.

3. Защититься от удара наотмашь в голову подставкой предплечий вперед, контрудар.

4. Защититься от удара снизу в живот подставкой предплечья вниз (скользящий блок), контрудар.

5. Защититься от прямого удара в голову (в верхний уровень) отбивом поднятым предплечьем (ладонью) внутрь (с уходом наружу), контрудар.

6. Защититься от прямого удара в голову (в верхний уровень) уходом наружу с отклонением, контрудар.

7. Защититься от прямого удара в верхний уровень подставкой плеча, контрудар.

8. Защититься от прямого удара в живот (в нижний уровень) отбивом опущенным предплечьем внутрь (с уходом наружу), контрудар.

9. Защититься от удара сверху по ключице уходом назад (отшаг, отскок), контрудар.

10. Защититься от прямого удара в голову уклоном, контрудар.

11. Защититься от прямого удара в голову отклонением (с уходом назад), контрудар.

12. Защититься от бокового удара в голову нырком, контрудар.

13. Защититься от бокового удара в голову отклонением (с уходом назад), контрудар.

3.2. Защита от ударов ногами.

1. Защититься от удара снизу носком ноги в голень подставкой стопы, контрудар.

2. Защититься от удара снизу носком ноги в промежность (живот) подставкой ладоней (предплечий скрестно), контрудар.

3. Защититься от удара снизу носком ноги в живот отбивом опущенным предплечьем внутрь (с уходом наружу), контрудар.

4. Защититься от удара снизу носком ноги в живот захватом ноги (с уходом внутрь), контрудар.

5. Защититься от прямого (в сторону) удара стопой в живот отбивом опущенным предплечьем внутрь (с уходом наружу), контрудар.

6. Защититься от прямого (в сторону) удара стопой в живот захватом ноги (с уходом внутрь), контрудар.

7. Защититься от удара стопой в сторону в колено отставлением ноги, контрудар.

8. Защититься от удара подъемом стопы сбоку по бедру подставкой задней поверхности бедра, контрудар.

9. Защититься от удара подъемом стопы (носком) сбоку по бедру уходом (назад, внутрь), контрудар.

10. Защититься от удара подъемом стопы сбоку по туловищу уходом (назад, внутрь), контрудар.

11. Защититься от удара коленом снизу в живот подставкой ладоней, контрудар.

3.3. Защищаться от одиночных ударов руками и ногами в течение 20 сек.

Тема 2. Болевые и удушающие приемы в положении противника стоя

Éðàò èí á ìí ääðå àí è á

Теоретические сведения: значение болевых и удушающих приемов для выполнения служебно-боевых задач; характеристика болевых и удушающих приемов.

Болевые приемы на руку в положении стоя: общие основы выполнения болевых приемов на руки; приемы: заведение руки за спину (блокирование руки сзади), загиб руки за спину толчком при подходе сзади, сбоку и спереди, загиб руки за спину при подходе спереди скручиванием руки внутрь, нырком, рывком и замком, дожим кисти под ручку, рычаг локтя через предплечье, рычаг руки внутрь с переходом к загибу руки за спину, рычаг руки наружу с переводом в положение лежа на животе скручиванием руки внутрь, перешагиванием, забеганием, с переходом к блокированию руки голенью или к загибу руки за спину с подъемом в стойку, дожим кисти сгибанием с переходом к загибу руки за спину; разнонаправленные комбинации из болевых приемов на руку.

Использование болевых приемов в качестве ответного действия после защиты от ударов.

Комбинации приемов с сопровождением, надеванием наручников, наружным осмотром, с сопровождением в наручниках.

Уходы с болевых приемов.

Болевые захваты и надавливания.

Удушающие приемы: удушение плечом и предплечьем с подворотом, удушение плечом и предплечьем при подходе с боку, удушение плечом и предплечьем с надавливанием ладонью на затылок в стойке, с посадкой, с постановкой на колени, двойное удушение.

Защита от удушающих захватов.

Ó: ááí í á í ääÿäí í á í ááíí á: áí è á ò àí ù

К болевым приемам относятся рычаги, дожимы, скручивания, узлы, болевые захваты и надавливания.



фото 1



фото 2



фото 3а



фото 3б

Рычаги - перегибания в суставах против естественных сгибов, например, рычаг локтя через предплечье (фото 1).

Дожимы - чрезмерное сгибание в суставах по естественным сгибам или отведения в суставах, например, дожим кисти сгибанием (фото 2).

Скручивания - чрезмерные скручивания внутрь или наружу (пронация или супинация). Например, скручивание руки при выполнении рычага руки внутрь (фото 3 а, б), скручивание шеи.

Узлы - чрезмерное выкручивание в плечевом или тазобедренном суставе. Например, узел руки наверху (фото 4).

В некоторых приемах рычаги, дожимы, скручивания и узлы выполняются в комплексе в различных сочетаниях.

Болевые захваты: за мошонку, за уши, за волосы (фото 5) и др.

Болевые надавливания: на глаза, на заушные впадины (фото 6), на надключичные впадины, под основание носа и др.



фото 4



фото 5



фото 6

Фиксация конечного положения загиб руки за спину



фото ба



фото бб

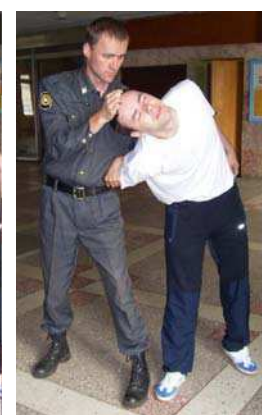


фото бв



фото бг



фото бд

Чтобы зафиксировать конечное положение загиба руки за спину захваты правой рукой могут быть различные.

Наиболее применяемым является захват правой рукой за дальнее плечо или одежды на дальнем плече (фото ба).

При активном сопротивлении правонарушителя может применяться удушающий захват предплечьем или отворотом одежды (фото 6б). При таком захвате следует остерегаться удара затылком в лицо.

Захват может осуществляться за волосы (болевогой захват) (фото 6в), а также за подбородок со скручиванием шеи (фото 6г). Для сковывания и сопровождения наиболее эффективным является захват за запястье левой руки правонарушителя (фото 6д). Для захвата руки, усиливая болевое воздействие приема, потребовать завести руку за голову и произвести захват запястья.

Заведение руки за спину (блокирование руки сзади)



фото 7а



фото 7б



фото 7в

И.П. - встать сзади справа от противника;

1. с шагом правой, правой рукой захватить кисть одноименную руку противника (фото 7а);

2. скручивая руку внутрь с одновременным толчком основанием ладони левой руки в локтевой сгиб, завести руку правонарушителя за спину (фото 7б);

3. левой рукой перехватить кисть заведенной руки сверху прямым хватом, взять ее на дожим, и правой рукой взять за одежду на левом плече (фото 7в), дожимая кисть и поднимая ее вверх вдоль позвоночника, создать болевое воздействие.

Загиб руки за спину толчком при подходе сзади

И.П. - встать сзади справа от противника;

1. с шагом правой захватить правой рукой за кисть одноименную руку правонарушителя (фото 8а), нанести расслабляющий удар;

2. скручивая руку внутрь, завести ее за спину и одновременно произвести толчок основанием ладони левой руки в локтевой сгиб этой руки, выводя из равновесия (фото 8б);

3. завести предплечье правонарушителя за свое плечо (заложить в локтевой сгиб) (фото 8в);

4. с шагом левой к правой ноге правонарушителя правой рукой захватить одежду на дальнем плече, потянуть его на себя и прижать свое предплечье к спине правонарушителя, а его локоть упереть в свой бок;

5. надавливая на локоть правонарушителя и перемещая свой локоть вдоль позвоночника вверх, увеличить заведение руки за спину, тем самым усилить болевое воздействие приема, вынудить правонарушителя перенести вес тела на ближнюю к себе ногу (фото 8г).



фото 8а



фото 8б



фото 8в



фото 8г

Загиб руки за спину толчком при подходе спереди или сбоку

Загиб руки за спину толчком может выполняться при подходе спереди или сбоку. Для проведения приема захватить правую руку противника двумя руками «вилкой» и произвести сильный рывок за захваченную руку вдоль себя вниз, выводя противника из равновесия и приводя его в положение удобное для проведения приема. Произвести загиб руки за спину толчком (фото 8д-з).



фото 8д



фото 8е



фото 8ж



фото 8з

Загиб руки за спину нырком

И.П. - стоя лицом к противнику на расстоянии шага;

1. с шагом левой захватить правую руку противника двумя руками «вилкой»: правой ниже левой за запястье (за кисть ладонь в ладонь), произвести рывок руки вдоль себя вниз; при отдергивании противником руки

и поднимая ее согнутую вверх, нанести удар носком правой ноги в голень (фото 9а);

2. скручивая захваченную руку внутрь и поднимая ее вверх согнутую в локтевом суставе, оказать на нее болевое воздействие, выполнить шаг правой ногой вперед под руку, поставив ее носком влево (фото 9б);

3. повернуться кругом (фото 9в) и, опуская атакуемую руку впереди себя, выполнить загиб руки за спину толчком (фото 9г).



фото 9а



фото 9б



фото 9в



фото 9г

Загиб руки за спину скручиванием внутрь



фото 10а



фото 10б



фото 10в



фото 10г

Для изучения приема целесообразно применять ситуацию:

И.П. - встать перед противником, пытающимся правой рукой достать оружие из внутреннего кармана;

1. с шагом левой правой рукой захватить кисть противника, а левой основанием ладони в локоть противника снизу правой ногой и нанести расслабляющий удар (фото 10а);

2. отставляя ногу после удара назад вправо, повернуться направо одновременно, дожидая кисть скручивать руку внутрь, толкая локоть вверх вперед (фото 10б);

3. выполнить загиб руки за спину толчком (фото 10в, г).

Загиб руки за спину рывком



фото 11а



фото 11б



фото 11в



фото 11г

И.П. - встать перед противником;

1. с шагом левой вперед влево подставить запястье левой руки перед запястьем правой руки противника (захватить левой рукой запястье правой руки противника), а правой рукой захватить эту руку снаружи за локоть или чуть выше локтя, правой ногой нанести расслабляющий удар (носком в голень, коленом в «солнечное сплетение») (фото 11а);

2. отставляя ногу после удара назад влево и поворачиваясь направо, произвести сильный рывок правой рукой вдоль себя вниз, а левой в противоположную сторону, заводя руку за спину и сгибая ее (фото 11б), вывести противника из равновесия;

3. обвивая своим предплечьем предплечье противника (фото 11в), завершить выполнение загиба руки за спину (фото 11г).

Загиб руки за спину рывком с захватом локтя изнутри

Загиб руки за спину рывком с захватом локтя изнутри (фото 11д-з) может применяться в ситуациях, когда противник прижал руку к телу и повернул ее наружу ладонью вперед и при других положениях руки.



фото 11д



фото 11е



фото 11ж



фото 11з

Загиб руки за спину замком



фото 12а



фото 12б



фото 12в



фото 12г

И.П. - стоя лицом к противнику, засунувшему руку в карман брюк, на расстоянии шага;

1. с шагом левой пропустить левую руку между предплечьем правой руки и бедром противника, а правую запустить снаружи чуть выше локтя и соединить руки в замок, нанести удар коленом правой ноги в «солнечное сплетение» (фото 12а);

2. отставляя ногу после удара назад влево и поворачиваясь направо, произвести сильный рывок руками вверх, на себя, прижимая локоть противника к груди (фото 12б);

3. произвести рывок вниз вдоль себя (фото 12в);

4. завершить выполнение загиба руки за спину (фото 12г).

Дожим кисти «под ручку»

И.П. - встать сзади справа от противника;

1. с шагом правой захватить правой рукой одноименную руку противника за кисть сверху, а левой за локтевой сгиб (фото 13а), нанести расслабляющий удар;



фото 13а



фото 13б

2. сильным рывком левой рукой на себя, а правой, дожимая кисть, согнуть руку противника в локтевом суставе;

3. с шагом левой к правой ноге противника осуществить перехват левой рукой от локтя к кисти таким образом, чтобы сильно согнутая в локтевом суставе рука противника оказалась как можно глубже подмышкой и прижата к боку (фото 13б);

4. двумя руками усилить дожим кисти (сгибание), увеличивая болевое воздействие.

Рычаг локтя через предплечье



фото 14а



фото 14б



фото 14в

И.П. - стоя лицом к противнику на расстоянии шага;

1. с шагом левой захватить правую руку противника двумя руками «вилкой»: правой ниже левой за запястье (за кисть, ладонь в ладонь), нанести удар носком правой ноги в голень (фото 14а);

2. отставляя правую ногу после удара назад-влево, произвести рывок за захваченную руку вдоль себя и повернуться направо, вставая боком по отношению к противнику, одновременно левой рукой нанести удар основанием ладони в нижнюю челюсть (скуловую кость) или упереться в нее, а правой рукой поднять правую руку противника до уровня груди, натянуть ее вдоль себя, скручивая наружу, чтобы мизинец был направлен вверх, и, упирая в грудь отвести несколько назад (взять в «растяжку») (фото 14б);

3. левой рукой охватить атакуемую руку, подвести под нее предплечье чуть выше локтя, захватить одежду на своей груди;

4. правой рукой отжимать руку противника вниз, перегибая локоть через предплечье (рычаг локтя), усилить болевое воздействие, под влиянием которого вынудить его подняться на носки (фото 14в).

Рычаг руки внутрь



фото 15а



фото 15б



фото 15в



фото 15г

И.П. - стоя перед противником, захватившим вытянутой вперед правой рукой одежду на груди;

1. правой рукой захватить кисть противника сверху прямым хватом (фото 15а) и нанести удар носком правой ноги в голень (фото 15б);

2. отставляя ногу после удара назад влево и поворачиваясь направо, скручивая руку внутрь, потянуть ее вдоль себя вниз, охватывая левой рукой, вывести противника из равновесия, левую ногу поставить около или перед правой ногой противника (фото 15в);

3. подвести плечо противника себе подмышку, принять положение полу приседа, стремясь прижать плечевой сустав к бедру, надавливая на него своим плечом сверху, переместить хват левой руки на локтевой сустав, плотно прижать его к груди (фото 15г);

4. правой рукой произвести дожим кисти, скручивание руки внутрь, а также отжать руку вперед параллельно полу при фиксированном локте, усилить болевое воздействие приема.

Если противник вооружен, то за счет усиления болевого воздействия на руку с одновременной командой осуществить обезоруживание.

Переход от рычага руки внутрь к загибу руки за спину

После обезоруживания производится переход от рычага руки внутрь к загибу руки за спину.



фото 16а



фото 16б

И.П. - противник взят на рычаг руки внутрь (фото 15в);

1. правой рукой, удерживая руку противника на дожиме кисти и скручивая ее внутрь, освободить хват левой рукой и наложить кисть на локтевой сгиб (фото 16а);

2. выполнить загиб руки за спину толчком (фото 16б).

Рычаг руки наружу



фото 17а



фото 17б



фото 17в



фото 17г

И.П. - стоя перед противником, пытающимся достать оружие из внутреннего кармана;

1. захватить кисть противника двумя руками так, чтобы большие пальцы уперлись в основания мизинца и безымянного пальцев или левой рукой захватить запястье, а правой кулак прямым хватом (фото 17а);

2. нанести расслабляющий удар левой ногой (фото 17б);
3. отставляя ногу после удара по дуге назад-вправо, повернуться налево и одновременно дожимая кисть и скручивая руку наружу, поддерживая угол сгибания в локтевом суставе около 90 градусов, потянуть ее влево-вниз к левому носку (фото 17в);
4. под болевым воздействием вынудить противника лечь на спину, встать около бока противника, подтянуть руку вверх и зажать ее между ног (фото 17г).

Если противник вооружен, то за счет усиления болевого воздействия на кисть с одновременной командой осуществить обезоруживание.

Перевод в положение лежа на животе



фото 18а

фото 18б

фото 18в

фото 18г

И.П. – конечное положение после проведения рычага руки наружу (фото 17г);

1. нанести расслабляющий удар правой ногой снизу носком или сверху пяткой (фото 18а);
2. правой рукой захватить кисть руки противника сверху обратным хватом, дожимая кисть, согнуть руку в локтевом суставе с одновременным скручиванием ее внутрь, опереться левой рукой в локтевой сустав (фото 18б);
3. оказывая болевое воздействие на руку, переворачивать противника на живот и заводять руку ему за спину, одновременно шагая через противника (фото 18в);
4. встать над противником левой ногой на колено, а правой на стопу таким образом, чтобы локоть противника упирался в голень, перехватить левой рукой кисть заблокированной руки прямым хватом сверху (взять на дожим кисти) и, дожимая кисть, увеличить заведение руки за спину, усиливая болевое воздействия (фото 18г).

Дожим кисти сгибанием

И.П. - стоя перед противником, пытающимся достать оружие из внутреннего кармана;

1. захватить кисть противника двумя руками так, чтобы большие пальцы уперлись в основания мизинца и безымянного пальцев (фото 19а);

2. правой ногой нанести расслабляющий удар, отставляя ногу после удара назад, произвести дожим кисти сгибанием и под болевым воздействием осадить противника (фото 19б) (если противник вооружен, то обезоружить его за счет усиления болевого воздействия на кисть);

3. нанести удар правой ногой в промежность и выполнить загиб руки за спину рывком с захватом локтя изнутри (фото 19в) или загиб руки за спину скручиванием внутрь.



фото 19а



фото 19б



фото 19в

Разнонаправленные комбинации из болевых приемов

Если при проведении болевого приема противник оказывает сопротивление, то оно может оказаться благоприятной динамической ситуацией для проведения другого приема в том случае, когда направление усилия этого приема совпадают по направлению с усилием сопротивления. Учитывая это в подобных ситуациях можно переходить на совместимый болевой прием. Такие переходы с приема на прием называются разнонаправленными комбинациями. При обучении разнонаправленным комбинациям «противник» оказывает дозированное сопротивление при проведении болевого приема, направление усилий от которого и расположение руки создавали бы благоприятную динамическую ситуацию для проведения соответствующего болевого приема. Например: 1) переход от загиба руки за спину толчком к дожиму кисти «под ручку»; 2) переход от дожима кисти под ручку к загибу руки за спину толчком; 3) переход от загиба руки за спину рывком или скручиванием внутрь к рычагу руки наружу; 4) переход от рычага руки наружу к загибу руки за спину рывком или скручиванием внутрь.

Загиб руки за спину в качестве ответного действия после защиты от ударов

Ситуация - противник наносит удар сверху (фото 20а):

1. с уходом наружу захватить одноименной рукой атаковую руку противника за запястье (фото 20б);

2. выполнить загиб руки за спину скручиванием внутрь (фото 20в, г).



фото 20а



фото 20б



фото 20в



фото 20г

Ситуация - противник наносит прямой удар в голову (фото 21а):



фото 21а



фото 21б



фото 21в



фото 21г

1. с уходом наружу отбить предплечьем разноименной руки внутрь и захватить одноименной рукой атакующую руку противника за запястье (фото 21б);

2. выполнить загиб руки за спину скручиванием внутрь (фото 21в, г).

Ситуация - противник наносит удар сбоку в голову (фото 22а):



фото 22а



фото 22б



фото 22в



фото 22г

1. подставить предплечье разноименной руки (фото 22а) и захватить одноименной рукой атакующую руку противника за запястье (фото 22б);

2. выполнить загиб руки за спину скручиванием внутрь (фото 22в, г).

Ситуация - противник наносит удар наотмашь (фото 23а):

1. с уходом наружу подставка предплечий вперед, захватить одноименной рукой атакующую руку противника за запястье (фото 23б);

2. выполнить загиб руки за спину скручиванием внутрь (фото 23в, г).



фото 23а



фото 23б



фото 23в



фото 23г

Ситуация - противник наносит удар снизу (фото 24а):



фото 24а



фото 24б



фото 24в



фото 24г

1. подставить предплечье разноименной руки вниз или захватить атакующую руку противника «вилкой» и нанести расслабляющий удар ногой (фото 24а);

2. выполнить загиб руки за спину рывком (фото 24б, в, г).

Удушающий захват плечом и предплечьем в положении противника стоя



фото 25а



фото 25б



фото 25в

И.П. - встать сзади противника;

1. с шагом правой захватить левой рукой за лоб (волосы) и отклонить голову назад, локтевой сгиб правой руки завести под подбородок и захватить шею плечом и предплечьем (фото 25а);

2. соединить кисти обеих рук в крючок или левой рукой захватить за запястье правой руки (фото 25б), сдавить шею.

После проведения приема может быть выполнен подворот. Для этого необходимо повернуться налево, подтянуть противника к себе и немного наклониться влево, упираясь в противника бедром, вынудить его прогнуться (фото 25в).

Другим вариантом удушения может являться удушающий захват плечом и предплечьем сбоку под плечо (фото 26) и спереди под плечо (фото 27)



фото 26



фото 27

Удушающий захват плечом и предплечьем с надавливанием ладонью на затылок в положении противника стоя

И.П. - встать сзади противника;



фото 28

1. с шагом правой захватить левой рукой за лоб (волосы) и отклонить голову назад, локтевой сгиб правой руки завести под подбородок и захватить шею плечом и предплечьем (фото 25а);

2. кистью правой руки захватить за локтевой сгиб левой, наложить ладонь левой руки на затылок и, надавливая ей выполнить дожим головы (фото 28);

3. сжимая шею плечом и предплечьем, надавливая ладонью на затылок, усилить удушающее и болевое воздействие на шею.

Посадив противника или поставив его на колени, он оказывается надежно заблокированным, что создает безопасные условия для надевания наручников напарником.

Посадка: И.П. - встать сзади противника;



фото 29

1. выполнить удушающий захват плечом и предплечьем с надавливанием ладонью на затылок;

2. сделать шаг назад и, оказывая давление руками вниз, усадить противника;

3. встать на правое колено, а левым опереться в спину, прогнуть противника (фото 29).

Постановка на колени: И.П. - встать сзади противника;



фото 30

1. выполнить удушающий захват плечом и предплечьем с надавливанием ладонью на затылок;

2. сделать шаг правой назад и, оказывая давление руками вниз потребовать: «Встань на колени!», вынудить встать на колени;

3. встать на правое колено, а левым опереться в спину, прогнуть противника (фото 30).

Èí ò ðí èüü î-îáó: àp ù èá çàäüí èü

1. Болевые приемы на руку в положении стоя

1.1. Задержание с применением болевых приемов на руки в стойке.

1. При подходе сзади задержать с применением заведения руку за спину (блокирования руки сзади).

2. При подходе сзади задержать с применением загиба руки за спину толчком.

3. При подходе сзади задержать с применением загиба руки за спину толчком с толчком стопой в сторону в подколенный сгиб.

4. При подходе сзади задержать с применением загиба руки за спину толчком в движении.

5. При подходе спереди (сбоку) задержать с применением загиба руки за спину толчком.

6. При подходе спереди задержать с применением загиба руки за спину скручиванием внутрь.

7. При подходе спереди задержать с применением загиба руки за спину рывком.

8. При подходе сзади задержать с применением дожима кисти под ручку.

9. При подходе спереди задержать с применением рычаг локтя через предплечье.

10. Пресечь попытку достать оружие из бокового кармана брюк загибом руки за спину замком.

11. Освободиться от захвата одежды на груди рычагом руки внутрь с переходом к загиб руки за спину.

12. Освободиться от захвата одежды на груди рычагом руки внутрь с переводом противника в положение лежа.

13. Пресечь попытку достать оружие из внутреннего кармана дожимом кисти сгибанием с переходом к загибу руки за спину рывком (с захватом локтя изнутри) или скручиванием руки внутрь.

14. Пресечь попытку достать оружие из внутреннего кармана рычагом руки наружу, перевод в положение лежа на животе скручиванием руки внутрь, заблокировать руку голенью или провести загиб руки за спину, поднять в стойку и сопроводить.

15. Пресечь попытку достать оружие из внутреннего кармана рычагом руки наружу, перевод в положение лежа на животе забеганием или перешагиванием скручивая руку, заблокировать руку голенью или провести загиб руки за спину, поднять в стойку и сопроводить.

16. Пресечь попытку достать оружие из внутреннего кармана рычагом руки наружу, темповой перевод в положение лежа на животе, заблокировать руку голенью или произвести загиб руки за спину, поднять в стойку и сопроводить.

1.2. Разнонаправленные комбинации из болевых приемов.

1. При подходе сзади задержать с применением загиб руки за спину толчком с переходом к дожиму кисти под ручку.

2. При подходе сзади задержать с применением дожима кисти под ручку с переходом к загибу руки за спину толчком.

3. Задержать с применением загиба руки за спину рывком или скручиванием внутрь с переходом к рычагу руки наружу.

4. Пресечь попытку достать оружие из внутреннего кармана рычагом руки наружу с переходом к загибу руки за спину рывком.

5. Освободиться от захвата одежды на груди рычагом руки внутрь с переходом к рычагу руки наружу.

6. Пресечь попытку достать оружие из внутреннего кармана рычагом руки наружу с переходом к рычагу руки внутрь.

1.3. Использование болевых приемов на руки в стойке в качестве ответных действий после защиты от ударов вооруженного.

1. Защититься от удара сверху захватом одноименной рукой, загиб руки за спину скручиванием внутрь.

2. Защититься от удара сверху (сверху-сбоку) подставкой предплечья вверх (вверх, вверх-в сторону) с захватом одноименной рукой, скручиванием руки внутрь (рычаг руки внутрь) загиб руки за спину.

3. Защититься от удара сверху (сверху-сбоку) отклонением (отскоком), скручиванием руки внутрь (рычаг руки внутрь) загиб руки за спину.

4. Защититься от удара сбоку подставкой предплечья вверх в сторону с захватом одноименной рукой, загиб руки за спину скручиванием внутрь.

5. Защититься от удара сбоку отклонением (отскоком) загиб руки за спину скручиванием внутрь.

6. Защититься от удара сбоку нырком загиб руки за спину скручиванием внутрь.

7. Защититься от удара наотмашь, загиб руки за спину скручиванием внутрь.

8. Защититься от удара наотмашь, рычаг руки наружу, заблокировать руку голенью или загиб руки за спину скручиванием внутрь.

9. Защититься от прямого удара, рычаг руки наружу, заблокировать руку голенью или загиб руки за спину.

10. Защититься от удара снизу, загиб руки за спину рывком.

11. Защититься от удара снизу, рычаг локтя через предплечье.

12. Защититься от удара снизу, загиб руки за спину толчком при подходе спереди.

13. Защититься от удара снизу, загиб руки за спину скручиванием внутрь.

1.4. Уходы с болевых приемов на руку.

1. Уйти с загиба руки за спину.

2. Уйти с рычага руки внутрь.

3. Уйти с рычага руки наружу.

4. Уйти с рычага локтя через предплечье.

5. Уйти с дожима кисти под ручку.

2. Болевые захваты и надавливания

Болевые захваты и надавливания применяются при освобождении от обхватов и захватов, при проведении удушающих приемов и в других случаях.

2.1. Продемонстрировать болевые захваты и надавливания.

2.2. Принудительная высадка из легкового автомобиля с применением болевого надавливания под основание носа и скручивания головы.

3. Удушающие приемы

3.1. Задержание с применением удушающих приемов.

1. При подходе сзади задержать с применением удушающего захвата плечом и предплечьем с подворотом.

2. При подходе сзади задержать с применением удушающего захвата плечом и предплечьем с надавливанием ладонью на затылок.

3. При подходе сзади задержать с применением удушающего захвата плечом и предплечьем с надавливанием ладонью на затылок с посадкой.
4. При подходе сзади задержать с применением удушающего захвата плечом и предплечьем с надавливанием ладонью на затылок с посадкой.
5. При подходе сзади задержать с применением двойного удушения.
6. При подходе сбоку задержать с применением удушающего захвата плечом и предплечьем сбоку под плечо.
7. Защититься от прямого удара передней рукой в голову, двойное удушение.

3.2. Защита от удушающих захватов.

1. Защититься от удушающего захвата прижатием подбородка к груди.
2. Защититься от удушающего захвата подставкой предплечий вверх.
3. Защититься от удушающего захвата срыванием захвата.

Тема 3. Приемы спортивной борьбы

Éðàòéîá ìááðæáí èá

Теоретические сведения: значение спортивной борьбы в подготовке сотрудников полиции; предупреждение травматизма.

Специально-подготовительные упражнения. Акробатические упражнения: группировка, кувырки вперед и назад с выполнением различных заданий. Самостраховка: упражнения для овладения самостраховкой при падении вперед, назад, на бок, кувырок через правое и левое плечо с принятием положения самостраховки при падении на бок, кувырок через правую, левую руку партнера с принятием положения самостраховки при падении на бок, кувырки в прах (подводящее упражнение для броска через голову). Самостраховка при падении вперед после броска с захватом ног сзади, при падении на спину после броска с захватом ног спереди, при падении на бок после броска задняя подножка. Самостраховка при взятии на болевой прием. Страховка. Упражнения для освоения борцовского моста.

Основы борьбы стоя. Броски: теоретические сведения, бросок наклонном, с захватом ног спереди и сзади, переворотом, через бедро и с захватом руки на плечо, задняя и передняя подножка, отхватом с захватом ноги, через голову с упором стопой в живот и подсадом голенью, сваливание убегающего противника. Защита от бросков. Разнонаправленные комбинации из бросков. Контрброски. Использование бросков в качестве ответного действия после защиты от ударов.

Приемы борьбы лежа: удержание сбоку, поперек и верхом. Защита и уходы от удержания. Болевые приемы, переходы с приема на прием: при удержании сбоку: рычаг локтя через бедро, узел руки рукой, узел руки ногой и узел подниманием локтя, при удержании поперек узел руки рукой, при удержании верхом рычаг локтя через предплечье и узел руки рукой, рычаг локтя с захватом руки между ног, переход от удержания верхом к рычагу локтя с захватом руки между ног, из положения противника стоя на четвереньках переход к рычагу локтя с захватом руки между ног, ущемление икроножной мышцы и ахиллесова сухожилия. Комбинации из болевых приемов: переходы от рычага локтя через бедро, к узлу руки и обратная комбинация, переход от узла руки рукой к загибу руки за спину. Защита от болевых приемов. Способы разъединения рук защищающегося от рычага локтя с захватом руки между ног.

Удушающие приемы: отворотами одежды - воротом-петлей, скрестив руки; предплечьем сверху лежащего на спине (прижатого к стене); в положении противника лежа на животе плечом и предплечьем с надавливанием ладонью на затылок, отворотом одежды с упором локтем, двойное удушение. Защита от удушающих приемов. Комбинации приемов борьбы лежа между собой. Однонаправленные комбинации бросков, с приемами борьбы лежа, с надеванием наручников, наружным осмотром и сопровождением.

Ó:ááí íá íáäýáí íá íááíí á:áí èá òáí ú

Специально-подготовительные упражнения для обучения самостраховки при падении на бок

Положение самостраховки при падении на бок.



фото 1

Лежа на левом боку, согнуться (спина «круглая»), подбородок прижать к груди, левую руку вытянутую вперед положить на ковер ладонью вниз, а правую немного согнутая поднята вверх в сторону, согнуть левую ногу, а правую поставить перед левой голенью на стопу, при этом колени оказываются значительно разведены (фото 1). Положение самостраховки, лежа на правом боку, выполняется зеркально.

Падение на левый бок через партнера стоящего на четвереньках (фото 2а, б) и кувырок через руку партнера с принятием положения самостраховки при падении на бок (фото 3а, б).



фото 2а



фото 2б



фото 3а



фото 3б

Кувырок через правое плечо с принятием положения самостраховки при падении на бок (фото 4а, б, в).



фото 4а



фото 4б



фото 4в

Захваты в борьбе стоя

Захват является важнейшим условием для эффективного проведения броска. В борьбе стоя наиболее применяемые в зависимости от подготовки к проведению того или иного броска следующие захваты:



фото 5



фото 6



фото 7

1. Захват рукавов под локтями обеих рук противника (фото 5).
2. Захват одной рукой рукава под локтем, другой - одноименный или разноименный отворот одежды (фото 6).
3. Захват одной рукой рукава под локтем, другой пояса из-под руки (фото 7).



фото 8



фото 9

4. Захват одной рукой рукава под локтем, другой - шеи и руки (фото 8).
5. Захват одной руки двумя (фото 9).

Соединения рук при выполнении обхватов.

При выполнении обхватов наиболее эффективными соединениями рук являются в крючок (фото 10а), когда согнутые четыре пальца одной руки зацепляются за согнутые четыре пальца другой руки, и захватом своей руки за запястье (фото 10б). Соединениями рук может также осуществляться ладонь в ладонь (фото 10в), и пальцы в переплет (фото 10г).



фото 10а



фото 10б



фото 10в



фото 10г

Соединять пальцы рук в переплет, когда пальцы одной руки находятся между пальцами другой, нельзя, так как при плотном захвате это может привести к травме.

Бросок наклоном



фото 11а



фото 11б



фото 11в

И.П. - стоя лицом друг к другу во фронтальной стойке;

1. с шагом правой подсесть и плотно обхватить туловище противника (фото 11а);

2. толчковым движением выпрямить ноги и, прогибаясь, подбить противника животом вниз живота, оторвать его от ковра (фото 11б);

3. резко наклоняясь влево, приседая и отставляя правую ногу назад, бросить противника перед собой (фото 11в).

Бросок с захватом ног сзади

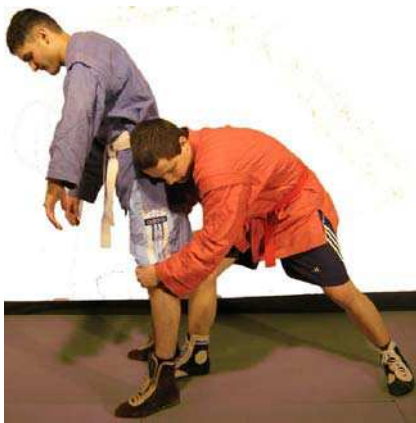


фото 12а



фото 12б

И.П. -
встать сзади
противника;

1. подсе-
дая, выпол-
нить шаг правой, по-
ставив ногу между ног против-
ника и захватить
его ноги чуть
выше колен,

уперевшись правым плечом в левую ягодицу противника (фото 12а);

2. одновременно выполнить толчок плечом в ягодицу и рывок руками за ноги на себя вверх, разводя их в стороны, выполнить бросок (фото 12б).

После броска может быть выполнен удушающий захват плечом и предплечьем. Для этого прыжком принять положение верхом на спине противника и выполнить прием. Может также выполняться ущемление икроножной мышцы.

Бросок с захватом ног спереди



фото 13а



фото 13б

ноги снаружи за подколенный сгиб (фото 13а);

2. одновременно выполнить толчок плечом в живот и рывок руками за ноги на себя вверх, разводя их в стороны, выполнить бросок (фото 13б).

После броска может быть выполнен удар ногой в промежность, ущемление ахиллесова сухожилия, ущемление икроножной мышцы.

Бросок переворотом в качестве ответного действия после защиты от прямого или бокового удара рукой



фото 14а



фото 14б



фото 14в



фото 14г

1. защита от прямого удара уклоном, а от удара сбоку нырком с шагом вперед влево (фото 14а);

2. подседая, левой рукой захватить бедро левой ноги снаружи, а правой рукой обхватить туловище (фото 14б);

3. толчковым движением выпрямить ноги и, прогибаясь, подбить противника животом, отрывая его от ковра (фото 14в);

4. перевернуть противника вправо (фото 14в) и бросить его на спину (фото 14г).

После броска может быть выполнен удар рукой, произведено любое удержание с переходом на болевой или удушающий прием.

Бросок через бедро



фото 15а

фото 15б

фото 15в

фото 15г

И.П. - встать перед противником;

1. левой рукой захватить рукав под правым локтем противника, а правой - одежду на его спине (пояс) из-под левой руки (фото 15а);

2. немного отклоняясь и поворачивая туловище налево, произвести рывок противника на себя вверх, вынуждая его перенести вес тела на носки (сбить на носки), и сделать шаг правой, поставив ногу между ног противника повернув стопу внутрь (фото 15б);

3. повернуться спиной к противнику, подставляя левую ногу к правой пятки вместе носки врозь (выполнить подворот на немного согнутых ногах) так, чтобы правая ягодица упиралась в правое бедро противника, и, наклоняясь вперед, перенести вес тела на носки (грудь противника должна быть плотно прижата к правому боку, а правая рука - к груди) (фото 15в);

4. резко выпрямляя ноги, толкнуть противника вверх (произвести подбив) и одновременно выполнить рывок туловищем и руками влево вниз, бросить его к ногам (фото 15г).

Бросок с захватом руки под плечо с падением

И.П. - встать перед противником;

1. левой рукой захватить рукав под правым локтем противника, правая рука свободна;

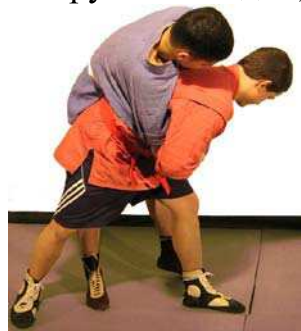


фото 16а



фото 16б

2. рывком потянуть за руку на себя, и, делая шаг левой влево вперед, повернуться кругом, оставляя правую ногу назад носком внутрь и накрывая подмышкой правой руки правое плечо противника (фото 16а);

3. плотно прижимая руку противника к себе, нажимая на плечо и поворачиваясь налево, лечь на правый бок, перекатывая противника через спину и вынуждая его уйти в кувырок и выполнить самостраховку при падении на бок (фото 16б).

Бросок с захватом руки на плечо



фото 17а

фото 17б

фото 17в

И.П. - встать перед противником;

1. левой рукой захватить рукав под правым локтем противника, правая рука свободна;

2. выполняя подворот как при броске через бедро, пропустить правую руку под правое плечо противника (фото 17а);

3. опуская захваченную руку, ударным движением правой рукой снизу вверх упереть свое правое плечо под плечо противника и захватить одежду на плече сверху, плотно прижать его плечо к своему плечу, а левую руку к груди (фото 17б);

4. резко выпрямляя ноги, толкнуть противника вверх и произвести рывок туловищем и руками влево вниз, бросить его к ногам (фото 17в).

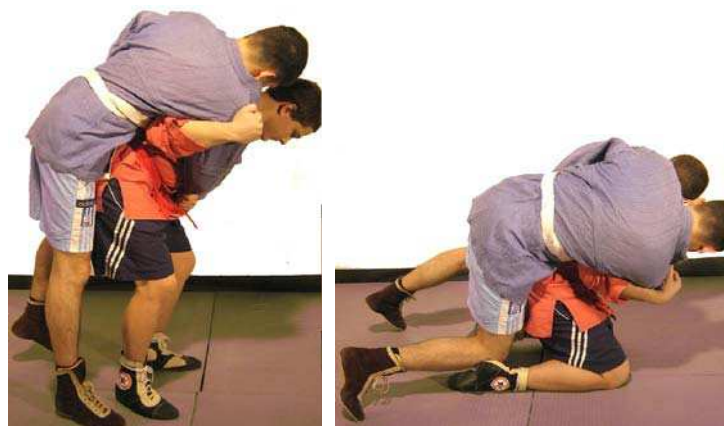


фото 18а

фото 18б

Бросок с захватом руки на плечо может выполняться, становясь на колени или на колени.

При выполнении подворота такого броска необходимо центр тяжести вынести вперед за опору (фото 18а). Падая вместе с противником опуститься на колени, сильно наклоняясь, произвести рывок туловищем и руками влево вниз (фото 18б).

Бросок с захватом руки на плечо может применяться в качестве атакующего, в качестве ответного действия после защиты от прямого и бокового удара рукой, предметом типа палки, при освобождении от удушающего захвата плечом и предплечьем при подходе сзади, от обхвата сзади с обхватом рук.

Бросок задняя подножка



фото 19а



фото 19б



фото 19в

И.П. - встать перед противником;

1. с шагом левой вперед влево, поставив ее на одной линии с ногами противника, левой рукой захватить рукав под правым локтем противника, а предплечьем правой руки упереться в его грудь (фото 19а);

2. потянув противника за руку вниз осадить его на правую ногу и толкая назад сбить на пятки, перенести вес своего тела на согнутую левую ногу, и одновременно вынести правую ногу вперед и поставить ее сзади правой ноги противника немного согнутую в коленном суставе так, чтобы подколенный сгиб упирался в его подколенный сгиб (фото 19б);

3. сильным рывком туловищем и руками влево вниз, резким выпрямлением правой ноги, подбивая ей в подколенный сгиб противника, бросить его к своей левой ноге (фото 19в).



фото 20



фото 21



фото 22



фото 23

Бросок задняя подножка может быть выполнен с захватом руки на дожим кисти (фото 20), а также с колена (фото 21) и с захватом ноги изнутри (фото 22) и снаружи (фото 23).

Бросок отхватом с захватом ноги



фото 24а



фото 24б

И.П. - стоя во фронтальной стойке перед противником;

1. сделать шаг левой ногой и поставить ее между ног противника, одновременно захватить левой рукой правую ногу за подколенный сгиб снаружи и поднять ее до уровня пояса, а предплечьем правой руки упереться в его грудь или захватить одноименный отворот (фото 24а);

2. завести правую ногу за левую ногу противника (фото 24б);

3. правой ногой маховым движением назад произвести подбив (отхват) левой ноги противника с одновременным толчком предплечьем правой руки от себя - влево, выполнить бросок.

Бросок передняя подножка



фото 25а



фото 25б



фото 25в



фото 25а

И.П. - стоя во фронтальной стойке перед противником;

1. левой рукой захватить рукав под правым локтем противника, а правой из-под его левой руки одежду на спине или плече (захват отворота одежды);

2. выполнить шаг правой ногой, поставив ее между ног противника и поворачивая стопу внутрь (фото 25а);

3. слегка отклоняясь, потянуть противника на себя и сделать рывок левой рукой влево вниз, а правой влево вверх, вынуждая его перенести вес тела на носок правой ноги; поворачиваясь налево кругом, переставить левую ногу по дуге назад вправо к левой ноге противника - пяткой возле его носка (фото 25б);

4. подседая на левой ноге и перенеся на нее вес, поставить правую ногу немного согнутую в коленном суставе перед правой ногой противника так, чтобы подколенный сгиб упирался в колено; плотно прижать противника к себе (фото 25в);

5. опираясь на левую ногу, рывком туловища и рук влево вниз, подбивом правой ногой в колено правой ноги противника, бросить его к своей левой ноге (фото 25г).

Бросок через голову

Бросок через голову с упором стопой в живот.



фото 26а



фото 26б



фото 26в

И.П. - стоя во фронтальной стойке перед противником;

1. обеими руками захватить рукава под локтями противника и сделать шаг левой между ног противника (фото 26а);

2. делая рывок руками на себя и вверх, сесть к пятке левой ноги и опереться правой ногой в живот противника (фото 26б);



фото 26г



фото 26д

3. выполнить перекат назад и в момент касания лопатками оттолкнуть противника вверх назад за голову (фото 26в), бросая на спину (фото 26г); страховка - придерживать противника, самостраховка - выполнить кувырок вперед;

4. завершить перекат кувырком назад и сесть верхом на противника (фото 26д).

Бросок через голову может проводиться с подсадом голенью.

Для выполнения броска может быть произведен захват пояса сзади (фото 27а, б, в, г).



фото 27а



фото 27б



фото 27в



фото 27г

Удержания

Удержание сбоку.



фото 28

И.П. - сесть вплотную правым боком к правому боку противника лежащего на спине ближе к голове;

1. правую ногу вытянуть вперед вдоль тела противника, а левую отвести в сторону и поставить на стопу;

2. захватить плечом и предплечьем правой руки шею противника, а левой охватить его правую руку и захватить кистями обеих рук одежду на плече противника, плотно прижаться к нему грудью (фото 28).

При попытке противника уйти от удержания перекатом через себя не допускать выполнить обхват около пояса и подвести область таза под сотрудника передвигаясь в противоположную сторону сохраняя положение удержания. При попытке противника уйти от удержания отжиманием головы ногой не допускать зацеп головы ногой, наклоняя ее и плотно прижимая к голове противника.

Удержание поперек.



фото 29

И.П. - встать на колени у правого бока противника, лежащего на спине;

1. лечь на противника и обхватить его шею и левую руку, захватить кистями обеих рук одежду;

2. вытянуть правую ногу назад в сторону и плотно прижаться к противнику грудью (фото 29).

При попытке противника сбросить с себя не допускать выполнить обхват около пояса и плотнее прижимать к коврику, не позволяя стать на мост.

Удержание верхом.



фото 30

И.П. - встать на колени над противником, лежащим на спине;

1. лечь на противника и захватить кистями обеих рук из-под рук или одной руки одежду сзади у его шеи;

2. плотно прижаться к противнику грудью (фото 30).

При попытке противника сбросить с себя сотрудника не допускать выполнить обхват около пояса и выставить ногу или руку в сторону его рывка.

Защита и уходы от удержания

Защита ногами от удержания.



фото 31

Если противник пытается взять на удержание сбоку, поперек или верхом (со стороны ног), то необходимо подтянуть ноги к груди и упереться голенью или голенью одной ноги в грудь противника (фото 31), захватить за одежду и, отталкивая ногами, оттягивая руками уйти из положения, позволяющего захватить на удержание.

Уход от удержания сбоку перекатом через себя.



фото 32а



фото 32б

Подвинуться вплотную к противнику и захватить пояс левой рукой ближе к левому боку или произвести обхват туловища у пояса (фото 32а), рывком прогибаясь и поворачиваясь налево, перекатить противника через себя (фото 32б).

Уход от удержания сбоку перекатом садясь.

Если противник высоко держит голову и туловище, поднять ноги вверх и упереться основанием ладони левой руки в его подбородок (фото 33а).



фото 33а



фото 33б

За счет маха ногами вниз с толчком в подбородок опрокинуть противника на спину (фото 33б).

Уход от удержания сбоку отжиманием головы ногой.



фото 34а



фото 34б

Основанием ладони левой руки отжать подбородок противника как можно дальше от себя (фото 34а). Закинув левую ногу на шею противника, отжать ее от себя (фото 34б).

Уход от удержания поперек и верхом осуществляется перекатом через себя так же как при удержании сбоку.

Болевые приемы при удержании сбоку

Рычаг локтя через бедро при удержании сбоку.



фото 35а



фото 35б

через бедро правой ноги, которое необходимо подвести под локоть противника, достигая болевого воздействия (фото 35а). Взяв на болевой прием отжимать предплечье можно с помощью ноги, достигая болевого воздействия (фото 35б).

При удержании сбоку захватить левой рукой запястье правой руки противника изнутри и, разгибая ее в локтевом суставе и скручивая наружу, отжать руку

Узел руки рукой при удержании сбоку.



фото 36

При удержании сбоку захватить правой рукой запястье правой руки противника изнутри. Левую руку пропустить под плечевой частью руки противника и захватить за запястье свою правую руку. Отжимая локоть противника за голову, достичь болевого воздействия (фото 36).

Благоприятной ситуацией проведения данного приема является сопротивление при проведении приема рычаг локтя через бедро.

Узел руки ногой при удержании сбоку.



фото 37

При удержании сбоку выполнять рычаг через бедро, подводя бедро правой ноги выше локтя. Противодействуя рычагу локтя, противник начнет сгибать руку. В этот момент отжать предплечье вперед вниз и наложить на него правую ногу, согнутую в коленном суставе. Приподнимая бедро добиться болевого воздействия (фото 37).

Узел подниманием локтя при удержании сбоку.



фото 38

Соединить кисти в крючок. Зажать под левой подмышкой запястье правой руки противника, и усилием рук передвигать локоть противника вперед вверх (фото 38).

Болевые приемы при удержании поперек и верхом

Узел руки рукой при удержании поперек.



фото 39

Левой рукой захватить запястье левой руки противника изнутри. Правую руку пропустить под плечевой частью левой руки противника и захватить предплечье своей левой руки сверху. Согнуть руку противника и поднимать локоть вверх своим предплечьем, подтягивая левой рукой кисть противника к его плечу (фото 39) достичь болевого воздействия.

Рычаг локтя через предплечье при удержании верхом.



фото 40

Вставая на колени, поднять туловище. Стремясь освободиться, противник будет упираться руками в грудь. Левой рукой сбить левую руку противника наружу и заложить ее подмышку правой руки. Предплечье правой руки подвести под локоть руки противника и захватит запястье своей левой руки, которой упереться в плечо противника (фото 40). Надавливая на локоть противника достичь болевого воздействия.

Узел руки рукой при удержании верхом.



фото 41

Вставая на колени, поднять туловище. Стремясь освободиться, противник будет упираться руками в грудь. Правой рукой захватить запястье правой руки изнутри, а левую руку пропустить за рукой противника и захватить ей запястье своей правой руки. Усилиями обеих рук согнуть руку противника в локтевом суставе и, отжимая предплечье противника за голову, достичь болевого воздействия (фото 41).

Рычаг локтя с захватом руки между ног



фото 42а



фото 42б



фото 42в

И.П. - стоя у правого плеча противника, его правая рука захвачена правой рукой за запястье изнутри, а левой за предплечье;

1. с шагом левой через голову противника присесть на правой ноге, прижимая к себе руку противника (фото 42а);

2. через сед как можно ближе к плечу противника перекатиться на спину (фото 42б), одновременно перебросить правую ногу через грудь противника;

3. скрестить ноги, положив правую ногу на левую, и зажать плечевую часть руки противника между бедер, одновременно отжать руку через бедро правой ноги, скручивая наружу, достичь болевого воздействия (фото 42в).

Переход от удержания верхом к рычагу локтя с захватом руки между ног

И.П. - вставая на колени, поднять туловище; стремясь освободиться, противник упирается руками в грудь и захватывает одежду на груди (фото 43а);

1. правой рукой захватить запястье правой руки противника, а левой рукой опереться в локоть захваченной руки, одновременно правую ногу поставить на стопу (фото 43б);

2. усилиями обеих рук отвести руку противника вправо, выпрямляя ее в локтевом суставе, и перенести вес своего тела на правую ногу;

3. перебрасывая левую ногу через голову противника, повернуться направо и сесть вблизи плеча захваченной руки противника (фото 43в);

4. перекатываясь на спину, выполнить рычаг локтя с захватом руки между ног (фото 43г).



фото 43а



фото 43б



фото 43в



фото 43г

Проведение рычага локтя с захватом руки между ног из положения противника лежащего на животе



фото 44а



фото 44б



фото 44в

И.П. - встать над противником, лежащим на животе;

1. поднять противника за пояс, поставив его на четвереньки с упором кистями;

2. переставить левую ногу вперед вправо к правому плечу противника и одновременно захватить предплечьями правое плечо противника (фото 44а);

3. выполнить кувырок вперед вправо от плеча противника, плотно прижимая руку противника к груди (фото 44б), выпрямиться, сбивая противника ногами в положение лежа на спине;

4. выполнить рычагу локтя с захватом руки между ног (фото 44в).



фото 45а



фото 45б

В другом способе проведения рычага локтя с захватом руки между ног в подобной ситуации вместо кувырка вперед выполняется перекат назад на спину (фото 45а, б).

Способы разъединения рук защищающегося от рычага локтя с захватом руки между ног



фото 46а



фото 46б

1. *Разъединение рук сжиманием.* Наклонившись вперед, захватить кистями рук локоть левой руки противника. Напрягая живот, в который упирается локоть правой руки противника, сжимать руки до разъединения их захвата рук противника (фото 46а).

2. *Разъединение рук становой тягой с упором стопой.* Наклониться вперед, просунуть предплечье правой руки между туловищем и около кистей противника снаружи внутрь и соединить руки одним из способов. Стопой правой ноги упереться в плечевую часть левой руки противника. Прижимая руки противника к груди и упираясь стопой, разгибать туловище (производить становую тягу) до разъединения захвата рук противника (фото 46б).

Болевые приемы на ноги

Ущемление икроножной мышцы.



фото 47а



фото 47б

И.П. - стоя сзади противника лежащего на животе и согнувшего в коленном суставе правую ногу;

1. с шагом правой вправо (поставив ногу снаружи от ноги противника), захватить ногу противника за стопу и завести голень левой ноги за голень противника изнутри (фото 47а);

2. вставая на колено правой ноги, отвести колено левой ноги в сторону так, чтобы ее голень оказалась перпендикулярно бедру противника и находилась около его коленного сустава, завести стопу ноги противника за левый бок и, наклоняясь, согнуть ногу противника в коленном суставе до возникновения болевого синдрома в икроножной мышце от ущемления (фото 47б).

Ущемление ахиллесова сухожилия.

И.П. - сесть лицом к противнику, лежащему на спине, так чтобы бедро его правой ноги лежало на бедре его левой ноги;

1. подвести предплечье левой руки под голень правой ноги противника, взяв ее подмышку, таким образом, чтобы лучевая кость находилась

под ахиллесовым сухожилием противника (фото 48а), захватить кистью правой руки запястье левой;

2. стопой правой ноги упереться в бедро левой ноги противника (фото 48б);

3. прогибаясь назад и усилием обеих рук нажимая предплечьем на ахиллесово сухожилие, достичь болевого воздействия (фото 48б).

Для фиксации захваченной ноги может быть выполнен обхват ноги противника, ногами скрестив их (фото 48в).



фото 48а



фото 48б



фото 48в



фото 49

Ущемление ахиллесова сухожилия может проводиться в положении противника лежа на животе.

Этот прием может проводиться в однонаправленной комбинации с броском с захватом ног спереди (фото 49).

Удушающие приемы

Удушающий прием отворотами одежды воротом-петлей.

В положении удержания верхом захватить разноименные отвороты одежды сверху. Вращая кисти внутрь, завести левой рукой отворот одежды под подбородок и тянуть его влево от себя, одновременно тянуть правой рукой другой отворот одежды вниз к себе (фото 50).



фото 50



фото 51



фото 52



фото 53

Удушающий прием отворотами одежды, скрестив руки.

В положении удержания верхом захватить одноименные отвороты одежды около ушей изнутри. Вращая кисти внутрь и сближая их, надавить кулаками на сонные артерии (фото 51).

Удушающий прием предплечьем сверху при удержании сбоку.

В положении удержания сбоку левой рукой захватить отворот одежды у левого уха изнутри и надавить предплечьем на шею (фото 52).

Этот прием может выполняться при удержании верхом и в положении стоя прижатым к стене.

Удушающий прием отворотом одежды с упором локтем.

В положении противника лежа на животе или сидя на переднем сиденье автомобиля, может быть выполнено удушение отворотом одежды с упором локтем в боковую поверхность шеи.

Стоя на коленях над противником, лежащим на животе, правой рукой отклонить голову, а левую руку завести под подбородок и захватить воротник одежды около правого уха. Локтем правой руки упереться в боковую поверхность шеи слева, а левой потянуть на себя влево (фото 53).



фото 54



фото 55

Удушающий захват плечом и предплечьем, в положении противника лежа на животе.

Встать над противником, лежащим на животе, поставив левую (правую) ногу на колено, а правую (левую) на стопу, и выполнить удушающий захват плечом и предплечьем. Прогнуть противника (фото 54).

Удушающий захват плечом и предплечьем с надавливанием ладонью на затылок в положении противника лежа на животе.

Аналогично выполняется удушающий захват плечом и предплечьем с надавливанием ладонью на затылок в положении противника лежа на животе. Этот прием лучше выполнять стоя на коленях (фото 55).

Эти приемы можно делать после броска с захватом ног сзади. Для этого в момент завершения броска прыжком занять исходное положение для приема и провести прием.

Двойное удушение.

И.П. - стоя сзади противника;



фото 56а

фото 56б

1. выполнить удушающий захват плечом и предплечьем (фото 56а);

2. сделать шаг назад, поставив ноги шире плеч, и через глубокий присед (фото 56б) сесть, увлекая за собой противника и посадив его между ног;

3. лечь на спину, свалить противника на себя скрестить ноги спереди, сдавить бедрами ложные ребра - подреберье (фото 56в);

4. повернуться на бок и прогнуться (фото 56г), усиливая болевое и удушающее воздействие приема.



фото 56в



фото 56г

Переходы от бросков к приемам борьбы лежа



фото 57а



фото 57б



фото 57в



фото 57г



фото 58а



фото 58б



фото 58в

После бросков через спину (фото 57а, б) и подножкой (фото 57в, г) проводится переход, например, к удержанию сбоку (фото 58а) с переходом на болевые или удушающие приемы, например, к рычагу локтя через бед-

ро (фото 58б), или после броска переход к рычагу локтя с захватом руки между ног (фото 58в).



фото 59а



фото 59б



фото 59в



фото 59г

От броска наклоном (фото 59а) к удержанию верхом (фото 59б), от удержания верхом к узлу руки рукой (фото 59в), рычагу локтя через предплечье или рычагу локтя с захватом руки между ног (фото 59г).



фото 60а



фото 60б



фото 60в



фото 60г

От броска с захватом ног сзади (фото 60а) к ущемлению икроножной мышцы (фото 60б) или к удушающим приемам (фото 60в, г).



фото 61а



фото 61б



фото 61в

От броска с захватом ног спереди (фото 61а) или отхвата с захватом ноги (фото 61б) к ущемлению ахиллесового сухожилия (фото 61в).



фото 62а



фото 62б



фото 62в



фото 62в

От броска с захватом ног спереди (фото 62а) к ущемлению икроножной мышцы (фото 62б, в, г).

Переход от узла руки рукой при удержании сбоку к загибу руки за спину или блокированию руки голенью

И.П. - при удержании сбоку взять на узел руки рукой (фото 63а);



фото 63а



фото 63б



фото 63в



фото 63г

1. оказывая болевое воздействие на руку, встать на колени над противником (фото 63б);

2. под влиянием болевого воздействия перевернуть в положение лежа на животе и обвести руки вокруг головы противника (фото 63в);

3. перевернув на живот, выполнить загиб руки за спину или блокирование руки голенью (фото 63г).

Êîí ò ðîëüü î-îáó-âðüèá çäââí èü

1. Специально-подготовительные упражнения

1. Кувырки вперед и назад.
2. Полет-кувырок через партнера, стоящего на четвереньках, через барьер и т.п.
3. Стойка на голове, переход на борцовский мост, забегание.
4. Самостраховка при падении вперед после броска с захватом ног сзади.
5. Самостраховка при падении на спину после броска с захватом ног спереди.
6. Кувырок через правое и левое плечо с принятием положения самостраховки при падении на бок.
7. Кувырок через правую, левую руку партнера с принятием положения самостраховки при падении на бок.
8. Самостраховка при падении на бок после броска задняя подножка.

2. Удержания и болевые приемы

2.1. Способы удержания и болевые приемы в положении лежа.

1. Удержание сбоку, рычаг локтя через бедро (усиление приема ногой).
2. Удержание сбоку, узел руки рукой.

3. Удержание сбоку, рычаг локтя через предплечье.
4. Удержание сбоку, узел руки ногой.
5. Удержание поперек, рычаг локтя через предплечье.
6. Удержание поперек, узел руки рукой.
7. Удержание верхом, рычаг локтя через предплечье.
8. Удержание верхом, узел руки рукой.
9. Удержание верхом, переход к рычагу локтя с захватом руки между ног.
10. Из положения противника стоя на четвереньках переход к рычагу локтя с захватом руки между ног.
11. Рычаг руки внутрь в положении противника лежа на животе (из темы 2).
12. Ущемление икроножной мышцы в положении противника лежа на животе.
13. Ущемление ахиллесова сухожилия в положении противника лежа на спине стоя с упором в бедро, сидя с упором в бедро, сидя скрестив ноги.
14. Ущемление ахиллесова сухожилия сидя на противнике, лежащем на животе.

2.2. Защита и уходы от удержания.

1. Защита при попытке взять на удержание.
2. Уйти от удержания сбоку перекатом через себя.
3. Уйти от удержания сбоку отжиманием головы ногой.
4. Уйти от удержания сбоку внутрь.
5. Уйти от удержания поперек перекатом через себя.
6. Уйти от удержания верхом перекатом через себя.

2.3. Комбинации из болевых приемов.

1. При удержании сбоку перейти от рычага локтя через бедро к узлу руки ногой.
2. При удержании сбоку перейти от узла руки ногой к рычагу локтя через бедро.
3. При удержании сбоку перейти от рычага локтя через бедро к узлу руки рукой.
4. При удержании сбоку перейти от узла руки рукой к рычагу локтя через бедро.
5. При удержании сбоку перейти от узла руки рукой к загибу руки за спину.

2.4. Защита от болевых приемов.

2.5. Разъединение рук защищающегося от рычага локтя с захватом руки между ног.

1. Разъединение рук соединенных в крючок.
2. Разъединение рук рычагом.
3. Разъединение рук сжиманием.
4. Разъединение рук становой тягой с упором стопой.

3. Удушающие приемы

1. Удержание верхом, удушение отворотами одежды воротом петель.
2. Удержание верхом, удушение отворотами одежды скрестив руки.
3. Удержание верхом, удушение предплечьем сверху.
4. Удержание сбоку, удушение предплечьем сверху.
5. Удержание верхом в положении противника лежа на животе удушение плечом и предплечьем с надавливанием ладонью на затылок.
6. Удержание верхом в положении противника лежа на животе удушение отворотом одежды с упором локтем в шею.
7. При подходе сзади задержать с применением двойного удушения.
8. Защититься от прямого удара передней рукой в голову, двойное удушение.
9. Переход от удержания верхом в положении противника лежа на животе к двойному удушению.

4. Броски

4.1. Однонаправленные комбинации из бросков с приемами в положении лежа.

1. Атаковать броском наклоном, удержание верхом, удушение отворотами одежды.
2. Атаковать броском наклоном, удержание поперек, рычаг локтя через предплечье, узел руки рукой.
3. Атаковать броском с захватом ног сзади, удушение плечом и предплечьем.
4. Атаковать броском с захватом ног сзади, удушение плечом и предплечьем с надавливанием ладонью на затылок.
5. Атаковать броском с захватом ног сзади, удушение отворотом одежды с упором локтем в шею.
6. Атаковать броском с захватом ног сзади, удушение плечом и предплечьем, при попытке противника встать переход на двойное удушение.
7. Атаковать броском с захватом ног сзади, ущемление икроножной мышцы.
8. Атаковать броском с захватом ног спереди, ущемление ахиллесова сухожилия.
9. Атаковать броском с захватом ног спереди, перевод в положение лежа на животе, ущемление ахиллесова сухожилия сидя на противнике.
10. Защититься от прямого удара задней рукой в голову отбивом внутрь или от бокового удара задней рукой в голову нырком, контратаковать броском переверотом с захватом ноги снаружи, удержание верхом, переход на рычаг локтя с захватом руки между ног.

11. Атаковать броском задняя подножка, удержание сбоку, удушение предплечьем сверху.

12. Атаковать броском задняя подножка, загиб руки за спину, поднять в стойку, сопроводить.

13. Атаковать противника, стоящего в боевой стойке, с захватом передней руки броском задняя подножка, блокировать руку голенью.

14. Атаковать броском через бедро, блокировать руку голенью.

15. Атаковать броском с захватом руки на плечо, рычаг локтя с захватом руки между ног.

16. Атаковать броском с захватом руки на плечо с колен, удержание сбоку, рычаг локтя через бедро с переходом к узлу руки рукой, загиб руки за спину.

17. Атаковать броском отхватом с захватом ноги, ущемление ахиллеса сухожилия.

18. Атаковать броском передняя подножка, блокировать руку голенью.

19. Атаковать броском через голову с упором стопой в живот, удержание верхом, удушение отворотами одежды воротом петлей.

20. Атаковать броском через голову с упором стопой в живот, удержание верхом, переход к рычагу локтя с захватом руки между ног.

21. Пресечь попытку достать оружие из внутреннего кармана захватом руки на дожим кисти, бросок задняя подножка, блокирование руки голенью.

22. Свалить убегающего противника, удушение плечом предплечьем с надавливанием ладонью на затылок.

4.2. Разнонаправленные комбинации из бросков.

1. Атаковать броском задняя подножка с переходом к броску передняя подножка, загиб руки за спину.

2. Атаковать броском передняя подножка с переходом к броску задняя подножка, загиб руки за спину.

3. Атаковать броском задняя подножка, с захватом одной руки двумя, с переходом к броску с захватом руки на плечо с колен, удержание сбоку, рычаг локтя через бедро с переходом к узлу руки рукой, загиб руки за спину.

4. Атаковать броском задняя подножка с переходом к броску с захватом руки под плечо, удержание сбоку, рычаг локтя через бедро с переходом к узлу руки рукой, загиб руки за спину.

5. Атаковать броском с захватом руки на плечо с переходом к броску задняя подножка, загиб руки за спину.

6. Атаковать броска через бедро или передняя подножка с переходом к броску с захватом ног спереди, ущемление ахиллеса сухожилия.

5. Защита от бросков

1. Не давать сопернику произвести удобный захват.
2. Увеличивать дистанцию при попытке провести бросок.
3. При попытке выполнить передний бросок упереться ладонью левой руки в область правого тазобедренного сустава противника.
4. При попытке выполнить бросок с захватом ног спереди, отхватом с захватом ноги и т.п., упереться ладонями или ладонью одной руки в плечи.
5. При попытке захватить ноги для выполнения броска с захватом ног спереди или при попытке подставить ногу для выполнения броска задняя подножка отставить ногу.
6. При попытке выполнить бросок передняя или задняя подножка перешагнуть через подставленную ногу.
7. При попытке выполнить бросок через бедро, с захватом руки на плечо, передняя подножка произвести зацеп стопой левой ноги за голень левой ноги противника изнутри.

6. Использование бросков в качестве ответного действия после защиты от удара

1. Защититься от удара сбоку задней рукой, бросок с захватом руки на плечо, блокировать руку голенью.
2. Защититься от прямого удара задней рукой в голову отбивом наружу с захватом руки, бросок передняя подножка, блокировать руку голенью.
3. Защититься от бокового удара задней рукой, бросок переворотом, удержать верхом, удушение отворотами одежды скрестив руки (с переходом к рычагу локтя с захватом руки между ног).
4. Защититься от удара ногой снизу подставкой предплечий скрестно с захватом пятки, скручиванием ноги перевод в положение лежа на животе, ущемление икроножной мышцы.
5. Защититься от удара ногой снизу подставкой предплечий скрестно с захватом пятки, скручиванием ноги перевод в положение лежа на животе, ущемление ахиллесова сухожилия.
6. Защититься от удара ногой сбоку (снизу, прямой в средний уровень), бросок отхватом с захватом ноги, ущемление ахиллесова сухожилия.

Тема 4. Задержание с угрозой применения пистолета. Защита от огня противника

Êðàòéíá ìí ääðæáí èá

Теоретические сведения: обоснование содержания подготовки к применению огнестрельного оружия и его использованию для задержания; правовые основания задержания правонарушителей с угрозой применения огнестрельного оружия.

Подготовка к стрельбе из пистолета: приведение пистолета в готовность к применению с принятием позы ожидания; скоростное извлечение пистолета из кобуры и приведение его в готовность к применению с принятием изготровки для стрельбы.

Основные изготровки для применения и использования пистолета для задержания.

Действия и команды при задержании и при сопровождении с угрозой применения пистолета.

Задержание с угрозой применения пистолета лиц, подозреваемых в совершении преступления, и лиц, применяющих насилие или угрозу насилием по отношению к сотруднику или другому лицу. Комбинации из приемов: задержания с угрозой применения пистолета в различных ситуациях, сопровождения, наружного осмотра или надевания наручников с последующим наружным осмотром.

Защита от огня противника: уходы с линии огня с принятием положения для стрельбы, уходы в укрытие: бег «змейкой», бег скрестным шагом с ведением огня в сторону противника, переходы в положение лежа на животе и на спине, уменьшающие площадь поражения, с перекатами, позволяющие уйти с линии огня. Комбинации защитных действий от огня противника, находящегося спереди, сзади.

Ø:ááí íá í äæÿäí íá íááíí á:áí èá òáí ù

Использование огнестрельного оружия для задержания с угрозой его применения

В практической деятельности сотрудника полиции применение огнестрельного оружия, даже при наличии оснований, является крайней мерой. Оружие в первую очередь должно использоваться для задержания правонарушителей с угрозой его применения, т. е. как устрашающее средство. Подобное задержание, когда имеются необходимые основания, является более эффективным чем применение силовых приемов, в том числе с применением ПР или подручных средств. При применении данных средств правонарушителю может быть нанесено телесное повреждение, а при активном его сопротивлении телесное повреждение может быть нанесено со-

труднику полиции. Бесконтактный способ задержания с угрозой применения огнестрельного оружия позволяет избежать телесных повреждений и является гораздо более эффективным. Учитывая это, на практике оружие широко используется для задержания, сопровождения и других действий с угрозой его применения.

Задержание с угрозой применения пистолета лиц, подозреваемых в совершении преступления, может возникнуть:

- при осмотре помещений, дворов, построек и иных мест возможного нахождения лиц, причастных к преступлениям, особенно в ночное время;
- при осмотре объекта, на котором сработала охранная сигнализация;
- при прибытии к месту только что совершенного или совершаемого преступления, к месту укрытия лица, разыскиваемого в связи с совершенным им преступлением;
- при нахождении в засаде;
- при проверке в ночное время документов у водителей транспортного средства, приметы которого совпадают с ориентировкой, данной на угнанное или похищенное транспортное средство;
- при различных способах нападения на другое лицо и т.п.

Задержание с угрозой применения пистолета может служить в качестве защиты или ответного действия после защиты от ударов невооруженного и вооруженного холодным оружием, подручными средствами, от метания предметов, от попытки захватить пистолет в кобуре, после освобождения от захватов и обхватов и прочих ситуациях

Основы правомерности использования огнестрельного оружия для задержания

Сотрудник полиции имеет право:

- приводить огнестрельное оружие в готовность к применению, если считает, что в создавшейся обстановке могут возникнуть предусмотренные статьей 23 Федерального закона РФ «О полиции» основания для его применения;

- задерживать с угрозой применения огнестрельного оружия, сопровождать, производить наружный осмотр и приводить в положение для надевания наручников под угрозой применения оружия лиц, подозреваемых в совершении преступления, и лиц, применяющих насилие или угрозу насилием по отношению к сотруднику или другому лицу.

Попытка лица, задерживаемого с угрозой применения огнестрельного оружия сотрудником полиции, не исполнить его законное требование и приблизиться к нему, сократив при этом указанное им расстояние, либо прикоснуться к его оружию предоставляют сотруднику полиции право применять огнестрельное оружие в соответствии с пунктом 2 статьи 23 закона «О полиции».

Позы ожидания, применяемые в различных ситуациях и из которых принимается положения для стрельбы или для угрозы применения пистолета



фото 1а

фото 1б

фото 1в

фото 1г

фото 1д

- Стоя во фронтальной или боковой левосторонней (в шаге левой), правосторонней (в шаге правой) стойке лицом в направлении вероятного появления цели (фото 1а, б).

- Стоя в левосторонней стойке, удерживая пистолет в согнутых руках около правого плеча (фото 1в).

- Стоя во фронтальной или левосторонней стойке, удерживающей пистолет, перед грудью или у пояса (фото 1г, д). Эта поза целесообразна, например, при осмотре тесного помещения, в котором возможно внезапное нападение и возникает необходимость стрелять в упор.

Действия и команды при задержании с угрозой применения пистолета

Перед задержанием с угрозой пистолетом, если пистолет в кобуре, необходимо извлечь его и привести в готовность к применению.

Расстояние до противника должно обеспечивать личную безопасность сотрудника полиции и быть не менее 3 - 4х метров.

Для задержания с угрозой пистолетом необходимо принять одно из положений для ведения прицельной стрельбы (взять на мушку).

Если сотрудник в гражданской одежде или задержание производится в условиях ограниченной видимости, необходимо окриком сообщить:

- «Полиция!».

Далее подать команду:

- «Стой! Стрелять буду!».

Если противник вооружен или сотрудник предполагает, что противник вооружен, то следует подать команду:

- «Стой! Не двигаться! Стрелять буду!»

Затем потребовать:

- «Разожми кулаки ладонями вниз!»

Если очевидно, что противник вооружен холодным или огнестрельным оружием, то должна быть подана команда:

- «Стой! Не двигаться! Брось нож!».

После выполнения требований стоять, выбросить оружие или предмет, подается команда:

- «Руки вверх!».

После выполнения команды «Руки вверх!» может быть сделано дополнительное предупреждение:

- «При попытке приблизиться или побега буду стрелять!».

- «Повернись ко мне спиной!».



фото 2

Убедившись при осмотре, что задерживаемый не прячет сзади опасных предметов (например, ножа за воротником), сотрудник подает команду: «Руки за голову! Пальцы переплести!» (фото 2).

После задержания с угрозой пистолетом, в зависимости от задачи и необходимости, в конкретной ситуации могут производиться следующие действия:

- сопровождение в целях доставления к транспортному средству или в полицию, к месту, удобному для проведения наружного осмотра или надевания наручников;
- приведение противника в положение для проведения наружного осмотра или надевания наручников, уменьшающего возможность нападения;
- наружный осмотр под угрозой применения оружия.

Меры безопасности при задержании с угрозой применения огнестрельного оружия

Меры безопасности относительно сотрудника полиции:

- недопустимо сокращение дистанции до двух с половиной метров при сопровождении;
- при сопровождении соблюдать бдительность, передвигаться следует под шагом или скрестным шагом, сохраняя изготовку для стрельбы и удерживая противника «на мушке»;
- сближение с противником для проведения наружного осмотра или для надевания наручников можно производить лишь после того, как противник будет приведен в положение, не позволяющее произвести внезапное нападение;
- при проведении любых действий недопустимо перекладывать пистолет из руки в руку;

- при нападении на сотрудника, при выполнении им каких либо действий после задержания, закон предоставляет право применять оружие на поражение без предупреждения с нанесением минимального вреда.

Меры безопасности относительно противника после задержания:

- не держать палец на спусковом крючке, а выводить его за пределы спусковой скобы;

- не упирать ствол в задержанного правонарушителя и подталкивать им, а направлять ствол в безопасное направление.

Защита от огня противника

Основные защитные действия в случае открытия огня противником заключаются в следующем:

- уйти с линии огня (прицеливания);
- уменьшить площадь поражения тела, открывая ответный огонь;
- уйти в укрытие бегом с ведением плотного огня в сторону противника.



фото 3а



фото 3б

Для быстрого передвижения по фронту или в направлении от противника может применяться бег скрестным шагом; при выполнении ускоренного бега голова и частично плечевой пояс поворачиваются в сторону противника (фото 3а, б). Стрельбу в процессе бега в сторону противника находящемуся сбоку или сзади, с целью его психологического подавления, предпочтительней вести с руки.

Бег в укрытие от противника, который может открыть огонь, может выполняться в наклоне, изменяя направление («змейкой»).

Примерны комбинации защиты от огня противника с принятием положения для стрельбы с колена (фото 4) и уходом в укрытие бегом скрестным шагом с ведением «огня» в сторону противника (фото 3):



фото 4

1. Противник спереди выпадом в сторону и скрестным шагом.
2. Противник сзади выпадом в сторону с поворотом кругом с выпадом в сторону.
3. Противник спереди выпадом в сторону и кувыркком через плечо.
4. Противник сзади выпадом в сторону с поворотом кругом кувыркком через плечо.

5. Противник спереди перекатом на спину и боковой перекатом на 360°, принять положение для стрельбы в положении лежа на спине (фото 5а), сдвоенный выстрел, принять положение лежа на боку с упором на колено

(фото 5б), прицельный выстрел, повернуться кругом (фото 5в), бег «змейкой» в укрытие.



фото 5а



фото 5б



фото 5в

6. Противник сзади, принять положение лежа на животе, боковой перекат на 180°, далее как комбинация 5.

Êîí ò ðîñüü î-îáó: àðü èá çàäü èÿ

1. Задержание с угрозой применения пистолета, сопровождение, наружный осмотр

1. Задержать с угрозой применения пистолета, провести наружный осмотр в положении противника лежа на животе.

2. Задержать с угрозой применения пистолета, провести наружный осмотр в положении противника стоя с упором руками в стену.

3. Задержать с угрозой применения пистолета, провести наружный осмотр в положении противника стоя на коленях с упором руками в стену.

2. Техничко-тактические действия защиты и задержания с угрозой пистолетом

2.1. Защита от нападения ударами и от бросания предметов с использованием в качестве ответного действия угрозу применения пистолета.

1. Защититься от ударов уходом, задержать с угрозой применения пистолета.

2. Защититься от ударов ножом уходом, задержать с угрозой применения пистолета.

3. Защититься от ударов палкой уходом, задержать с угрозой применения пистолета.

4. Защититься от брошенного "камня", задержать с угрозой применения пистолета.

5. Защищаться от нападения двоих уходом, задержать с угрозой применения пистолета, сопроводить.

2.2. Освобождение от захватов и обхватов с использованием в качестве ответного действия угрозу применения пистолета.

1. Освободиться от захвата одной руки двумя сверху, задержать с угрозой применения пистолета.

2. Освободиться от захвата одной руки двумя снизу, задержать с угрозой применения пистолета.

3. Освободиться от захватов обеих рук сверху, задержать с угрозой применения пистолета.

4. Освободиться от захвата обеих рук снизу, задержать с угрозой применения пистолета.

5. Освободиться от захвата при подходе спереди за одежду на груди, задержать с угрозой применения пистолета.

6. Освободиться от захвата при подходе спереди за волосы, задержать с угрозой применения пистолета.

7. Освободиться от захвата кистями рук за шею при подходе сзади вплотную, задержать с угрозой применения пистолета.

8. Освободиться от удушающего захвата плечом и предплечьем при подходе сзади, задержать с угрозой применения пистолета.

9. Освободиться от захвата ног спереди, задержать с угрозой применения пистолета.

10. Освободиться от захвата ног сзади, задержать с угрозой применения пистолета.

11. Освободиться от обхвата туловища спереди без обхвата рук, задержать с угрозой применения пистолета.

12. Освободиться от обхвата туловища спереди с обхватом рук, задержать с угрозой применения пистолета.

13. Освободиться от обхвата туловища сзади без обхвата рук, задержать с угрозой применения пистолета.

14. Освободиться от обхвата туловища сзади с обхватом рук, задержать с угрозой применения пистолета.

2.3. Пресечение попыток достать или взять оружие угрозой применения пистолета.

1. Из позы ожидания пресечь попытку достать оружие из внутреннего кармана угрозой применения пистолета и задержать.

2. Из позы ожидания пресечь попытку достать пистолет из из-за пояса угрозой применения пистолета и задержать.

3. Из позы ожидания пресечь попытку достать оружие из бокового кармана брюк угрозой применения пистолета и задержать.

4. Из позы ожидания пресечь попытку достать оружие из-под брючины угрозой применения пистолета и задержать.

5. Из позы ожидания пресечь попытку взять подручное средство со стола угрозой применения пистолета и задержать.

2.4. Защита от попытки захватить пистолет в кобуре с использованием в качестве ответного действия угрозу применения пистолета.

1. Защититься от попытки захватить пистолет в кобуре при подходе спереди, задержать.

2. Защититься от попытки захватить пистолет в кобуре при подходе сбоку, задержать.

3. Защититься от попытки захватить пистолет в кобуре при подходе сзади, задержать.

2.5. Защита от угрозы огнестрельным оружием или огня противника.

1. Защититься от огня спереди передвижением в сторону: выполнить скрестный шаг в сторону с извлечением пистолета и приведением его в готовность к применению, шаг в сторону, принять положение для стрельбы с колена, произвести сдвоенный выстрел, перебежать за вертикальное укрытие с боку с ведением огня в сторону противника, сменить магазин, принять положение для стрельбы с стоя с упором на большой палец (предплечье). (Защититься от огня спереди уходом).

2. Защититься от огня спереди с принятием положения лежа: через глубокий присед перекатиться на спину, перекатиться на 360 градусов с извлечением пистолета и приведением его в готовность к применению и принятием положение для стрельбы лежа на спине ноги согнуты в коленях, произвести сдвоенный выстрел, с поворотом налево принять положение для стрельбы лежа на боку с упором на колено, произвести прицельный выстрел «по убегающему», перебежать за горизонтальное укрытие сзади «змейкой», принять положение для стрельбы из-за укрытия. (Защититься от огня спереди с переходом в положение лежа).

3. Защититься от огня спереди кувырком через плечо: выполнить шаг в сторону с извлечением пистолета и приведением его в готовность к применению, кувырок через плечо (боковой пережат) и принять положение для стрельбы с колена, произвести сдвоенный выстрел, перебежать за вертикальное укрытие с боку с ведением огня в сторону противника, сменить магазин, с выходом из-за укрытия произвести сдвоенный выстрел. (Защититься от огня спереди кувырком через плечо).

4. Защититься от огня сзади передвижением в сторону: выполнить шаг в сторону с поворотом кругом и с извлечением пистолета и приведением его в готовность к применению, шаг в сторону, принять положение для стрельбы с колена, произвести сдвоенный выстрел, перебежать за вертикальное укрытие с боку с ведением огня в сторону противника, сменить магазин, принять положение для стрельбы с стоя с упором на большой палец (предплечье). (Защититься от огня сзади уходом).

5. Защититься от огня сзади с принятием положения лежа: принять положение лежа на животе, перекатиться на спину с извлечением пистолета и приведением его в готовность к применению и принятием положение лежа на спине ноги согнуты в коленях, произвести сдвоенный выстрел, с поворотом налево принять положение для стрельбы лежа на боку с упором на колено, произвести прицельный выстрел «по убегающему», перебежать за горизонтальное укрытие сзади «змейкой», принять положение для

стрельбы из-за укрытия (защититься от огня сзади с переходом в положение лежа).

6. Защититься от огня сзади кувырком через плечо: выполнить выпад в сторону с поворотом кругом и с извлечением пистолета и приведением его в готовность к применению, выполнить кувырок через плечо (боковой перекат), принять положение для стрельбы с колена, произвести сдвоенный выстрел, перебежать за вертикальное укрытие с боку с ведением огня, сменить магазин, с выходом из-за укрытия произвести сдвоенный выстрел (защититься от огня сзади кувырком через плечо).

Тема 5. Надевание наручников и связывание. Наружный осмотр

Êðàòêîá ìããðæàí èá

Теоретические сведения: основания к применению наручников (связыванию веревкой или брючным ремнем); устройство наручников; подготовка наручников к надеванию.

Надевание наручников на правонарушителя, выполняющего требования сотрудника полиции, при подходе спереди, сзади, стоящего с упором руками в стену и руки за головой. Надевание наручников на правонарушителя после задержания с применением болевого приема на руку, приемов спортивной борьбы и с угрозой применения пистолета в положении лежа, стоя и стоя на коленях прижатым к стене.

Связывание веревкой (восьмеркой и обматыванием), шнурком, ремнем (двойная петля) и прочими подручными средствами в положении лежа, стоя и стоя на коленях прижатым к стене.

Наружный осмотр несопротивляющегося правонарушителя, в наручниках (связанного) и наружный осмотр под угрозой применения пистолета в положении лежа, стоя и стоя на коленях с упором руками в стену.

Ó:ááí îá íããÿáí îá îááíí á:áí èá òáí ù

Правовые основания применения наручников

В соответствии со статьей 21 закона РФ «О полиции» наручники относятся к специальным средствам и применяются в следующих случаях:

1. для отражения нападения на гражданина или сотрудника полиции;
2. для пресечения преступления или административного правонарушения;
3. для доставления задержанных лиц в полицию и их охраны;
4. для предупреждения попытки побега из места содержания под стражей, лиц склонных к побегу;
5. для предупреждения попытки лиц, подвергнутых административному аресту и заключенных под стражу, причинить вред окружающим или себе, если они своим поведением дают такие основания;
6. для конвоирования подозреваемых или обвиняемых, заключенных под стражу.

В соответствии с существующими мерами безопасности применения наручников при их надевании недопустимо излишнее сдавливание запястий, нарушающее кровообращение. Если наручники надеваются на длительное время, то необходимо проверять зажим запястий через каждые 2 часа летом и 1 час зимой, и при необходимости ослаблять их на 3—5 минут.

Устройство наручников



фото 1

В настоящее время на вооружении полиция стоят, главным образом, наручниками БР и БРФ. Наручники БР (фото 1) состоят из двух замковых устройств (1), с вращающимися на оси зубчатыми секторами (2), соединенными между собой двухзвенной цепочкой (3). Сектор свободно вращается в направлении его свободного конца и входит в зацепление с замковым устройством, препятствующим вращению сектора в обратном направлении.

Это позволяет надевать наручники на запястье и фиксировать сектор, дозируя затяжку. На одной стороне замковых устройств имеются замочные скважины(4). С торцевой стороны замковых устройств имеются фиксаторы сектора замкового устройства в зацепленном положении (5). В комплект наручников входит ключ (6), который применяется для фиксации сектора замкового устройства в зацепленном положении и открывания наручников.

Подготовка наручников к применению



фото 2а



фото 2б

Подготовка наручников к применению заключается в том, чтобы ввести сектор в зацепление с замковым устройством и установить его на последнем зубце. Наручники БР складываются замочными скважинами внутрь и секторами вперед закладываются за поясной ремень (фото 2а). Замковое устройство расположенное сверху условно именуется первым. Наручники могут также закладываться в специальный футляр (фото 2б).

Надевание наручников на правонарушителей, не оказывающих сопротивление

Надевание наручников одновременно на оба запястья:



фото 3а

- захватить первое замковое устройство правой рукой, пропуская ладонь под него и накладывая большой палец на гладкую поверхность замкового устройства (фото 3а), достать наручники, удерживая их сектором вниз;



фото 3б



фото 3в

- первое замковое устройство переложить в левую руку;
- вывести сектора из замковых устройств и взять оба замковых устройства в обе руки первое в левую, а второе в правую;
- потребовать: «Вытяни руки вперед!»;

- наложить замковые устройства на запястья рук (фото 3б);
- ввести сектора в замковые устройства и дожать их (фото 3в);
- произвести дожим и фиксирование секторов.

Надевание наручников поочередно на каждую руку.



фото 4



фото 5



фото 6

Прижать сектор к запястью захваченной руки сверху (фото 4,5,6) и резко нажать на замковое устройство таким образом, чтобы сектор повернулся на оси на 180° и вошел в замковое устройство (замкнулся).

Надевание наручников в положении противника стоя с упором руками в стенку (крышу легкового автомобиля и т. п.):



фото 7а



фото 7б

- левой рукой захватить кисть левой руки противника сверху (фото 7а), опустить руку через сторону вниз и отвести назад;
- надеть первое замковое (фото 7б);
- переходя на правую сторону, взять левой рукой второе замковое устройство;
- правой рукой захва-

тывать кисть правой руки противника сверху, опустить руку через сторону вниз и отвести назад;

- надеть второе замковое устройство.

Надевание наручников, в положении противника стоя (стоя на коленях) руки за головой:



фото 8

- левой рукой захватить кисть левой руки противника сверху (фото 8), опустить ее через сторону вниз и отвести назад и надеть первое замковое устройство;
- взять левой рукой второе замковое устройство и перейти на правую сторону;
- правой рукой захватить кисть правой руки противника сверху и опустить руку через сторону вниз и надеть второе замковое устройство.

Надевания наручников или связывание после задержания правонарушителя с применением болевых приемов на руку или с угрозой применения пистолета

Общие положения.

Для надевания наручников на правонарушителя после задержания, который оказывает сопротивление или который, по мнению сотрудника полиции, может оказать сопротивление необходимо соблюдать следующие условия:

- задержанный должен быть плотно прижат грудью и животом к земле, стене, капоту автомобиля и т. п.;
- рука задержанного должна быть заведена за спину и захвачена свободной рукой, оказывая на нее болевое воздействие.



Фото 9.

Выполнение данных условий позволит достаточно надежно сковывать правонарушителя.

Блокирование руки сзади (фото 9), прием включенный в содержание темы 2 «Болевые и удушающие приемы в положении противника стоя», может применяться для задержания и сопровождения правонарушителей, не оказывающих активного сопротивления. Однако главная ценность этого приема заключается в том, что

при задержании любым способом для надевания наручников осуществляется переход на удержание с применением блокирования руки сзади.

Конечное положение этого приема заключается в том, что заведенная за спину кисть правой руки правонарушителя захвачена сверху левой рукой прямым хватом (фото 9, 10 а, б, в). Для создания болевого воздействия производится дожим кисти с одновременным увеличением заведения руки (движением кисти противника вдоль позвоночника вверх).



Фото 10а



Фото 10б



Фото 10в

Для надевания наручников правонарушитель прижимается к любой поверхности. Правая рука освобождается для доставания наручников и надевания их. Оказывая на заблокированную руку сзади болевое воздействие, и плотно прижимая задержанного к любой поверхности (фото 10а, б, в), он достаточно надежно сковывается.

Наиболее удобными положениями для надевания наручников является положение лежа на животе (фото 10а) и стоя на коленях прижатым к стене (фото 10б).

Обучать надеванию наручников предлагается в положении правонарушителя лежа на животе.

Надевание наручников в положении лежа на животе.



фото 11а



фото 11б



фото 11в



фото 11г

И.П. - после задержания с применением болевых приемов на руку или с угрозой применения пистолета взять на болевой прием блокирование руки голенью (фото 11а);

- захватить первое замковое устройство правой рукой (фото 11б), достать наручники, удерживая их сектором вниз;

- левой рукой отвести правую руку противника, приводя ее в положение, удобное для надевания замкового устройства, и прижать сектор к запястью захваченной руки и резко нажать на замковое устройство (фото 11в, г) таким образом, чтобы сектор провернулся на оси на 180° и вошел в замковое устройство и замкнулся;

- правой рукой захватить второе замковое устройство и потребовать завести левую руку за спину или, захватив левой рукой из-под руки за запястье противника (фото 11д), завести ее за спину (фото 11е);



фото 11д



фото 11е



фото 11ж



фото 11з

- левой рукой отвести левую руку противника, приводя ее в положение, удобное для надевания замкового устройства и прижать сектор замкового устройства к запястью снизу и надеть его (фото 11ж), завершив надевание наручников;

- дожать сектора по ходу движения (фото 11з) настолько плотно, чтобы исключить возможность извлечения кисти и чрезмерного сдавливания запястья, ведущего к ухудшению кровообращения.

Перевод в положение лежа для надевания наручников после задержания с применением загиба руки за спину.



фото 12а



фото 12б



фото 12в



фото 12г



фото 12д

Из положения стоя, удерживая на загибе руки за спину (фото 12а) под болевым воздействием приема вынудить задержанного встать на колени (фото 12б), а затем лечь на живот (фото 12в). Сесть верхом на противника и произвести переход от загиба руки за спину к блокированию руки сзади. Для этого правой рукой захватить за запястье (фото 12г), затем правой рукой взять руку противника на дожим кисти и заблокировать ее голенью (фото 12д).

Задержание с угрозой применения оружия с переводом в положение лежа для надевания наручников:

- подать команды: «Стой! Стрелять буду! Руки вверх! Кругом! (или повернись ко мне спиной!) Руки за голову, пальцы переплести!»;

- потребовать: «Встань на колени! Упираясь локтем лечь! Заведи правую руку (или руки) за спину»;

- заблокировать руку голенью (фото 12д).

Затем вложить пистолет в кобуру, достать наручники и надеть их.



фото 13

После задержания с угрозой применения пистолета и перевода в положении лежа на животе, блокирование может быть произведено путем взятия на болевой прием ущемление икроножной мышцы. Для этого, после приведения в положение лежа на животе, потребовать: «Согни правую ногу в коленном суставе!». Затем выполнить болевой прием ущемление икроножной мышцы и левой рукой заблокировать правую руку противника, оказывая на нее болевое воздействие (фото 13), вложить пистолет в кобуру, достать наручники и надеть их.

В случае сопротивления действовать по ситуации: усилить болевое воздействие приемов, нанести удар наручниками, вскочить, отбежать, извлечь пистолет, задержать с угрозой его применения или применить оружие на поражение.

Надевание наручников в положении стоя прижатым к стене после задержания с применением загиба руки за спину:



фото 14а



фото 14б



фото 14в



фото 14г

- произвести задержание одним из способов загиба руки за спину;
- подвести задержанного к стене немного не доходя до нее;
- левую ногу поставить между ног противника и плотно прижать его к стене бедром и предплечьем, потребовать: «Расставь ноги! Шире!» (фото 14а);

- затем произвести переход от загиба руки за спину к блокированию руки сзади и надеть наручники (фото 14б, в, г).



фото 15

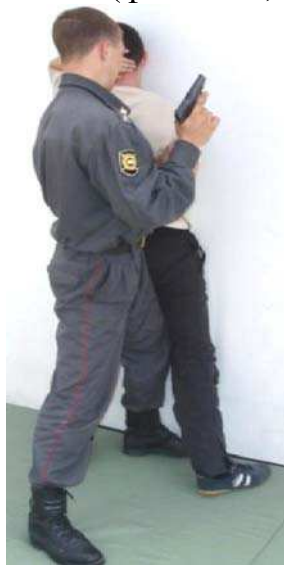


фото 16

Аналогично производится надевание наручников прижатым в положении лежа на капоте или на столе после задержания с применением загиба руки за спину (фото 15).

Задержание с угрозой применения пистолета и приведение в положение для надевания наручников стоя:

- подать команды: «Стой! Стрелять буду! Руки вверх! Кругом! (или повернись ко мне спиной!) Руки за голову, пальцы переплести!»;

- потребовать: «Подойди к стене! Ближе! Расставь ноги! Шире! Заведи правую руку за спину!»;

- левую ногу поставить между ног противника, заблокировать его правую руку сзади и плотно прижать противника к стене бедром (фото 16);

- вложить пистолет в кобуру, достать наручники и надеть их.

Надевание наручников в положении стоя на коленях прижатым к стене после задержания с применением загиба руки за спину.

Преимущество этого способа заключается в том, что в положении стоя на коленях прижатым к стене задержанный более надежно блокируется, а удаленность заблокированной руки от тела сотрудника позволяет подводить запястье под сектор наручников и обеспечивает свободное вращение сектора.



фото 17а



фото 17б

Последовательность действий:

- произвести задержание с применением одного из приемов загиба руки за спину;

- подвести вплотную к стене и потребовать: «Расставь ноги! Шире!»;

- левую ногу поставить между ног противника и потребовать: «Встань на колени!»;

- принять положение выпада левой и встать на колено

правой ноги, коленом левой ноги упереться в крестец (спину) задержанного (фото 17а);

- выполнить переход от загиба руки за спину к блокированию руки сзади; достать наручники и надеть их.

Надевание наручников в положении стоя на коленях прижатым к стене после задержания с угрозой применения пистолета:

- подать команды: «Стой! Стрелять буду! Руки вверх! Кругом! (или повернись ко мне спиной!) Руки за голову, пальцы переплести!»;

- потребовать: «Подойди к стене! Ближе! Расставь ноги! Шире! Встань на колени! Прижмись к стене! Плотнее! Заведи руки за спину»;



фото 18

- подойти к противнику, направляя ствол вверх, принять положение выпада левой или в выпаде левой встать на колено правой ноги, заложив левую руку противника под колено левой ноги и плотно прижать его к стене коленом, левой рукой захватить правую руку на болевой прием блокирование руки сзади (фото 18);

- вложить пистолет в кобуру;

- достать наручники и надеть их.

Связывание подручными средствами

В соответствии со статьей 21 закона РФ «О полиции» «при отсутствии средств ограничения подвижности сотрудник полиции вправе использовать подручные средства связывания». Подручные средства не должны представлять опасность для здоровья правонарушителя. Связывание применяется по возможности на короткое время, так как, в отличие от наручников, при связывании трудно дозировать сдавливание запястий или пальцев.

Для связывания рук (запястий) могут быть использованы веревка и аналогичные предметы: шнурок, эластичный провод и т.п. длиной не менее 0,8 м, брючный ремень, скотч, изоляционная лента, лейкопластырь, большой пластиковый хомут и т.п. Для связывания пальцев рук могут быть использованы короткий шнурок не менее 35 см, изоляционная лента, узкий скотч и лейкопластырь, пластиковый хомут и т.п.

Связывание правонарушителя, который оказывает или может оказать сопротивление производится при удержании его на болевом приеме загиб руки за спину (под контролем этим болевым приемом). Положение для связывания могут быть в положении стоя, стоя на коленях прижатым к стене и лежа (фото 1а, б, в).



фото 1а



фото 1б



фото 1в

Связывание длинной веревкой в положении правонарушителя стоя прижатым к стене.

Для проведения данного варианта связывания необходима веревка длиной 2,0 - 2,4 м.

Последовательность действий:

- произвести силовое задержание с применением болевого приема загиб руки за спину;
- удерживая на загибе руки за спину подвести к стене и прижать к стене бедром (фото 2а);
- правой рукой взять веревку и сделать маленькую петлю (фото 2б, в);
- пропуская веревку в маленькую петлю, сделать большую петлю (фото 2г)
- надеть петлю на запястье и затянув ее (фото 2д);



фото 2а

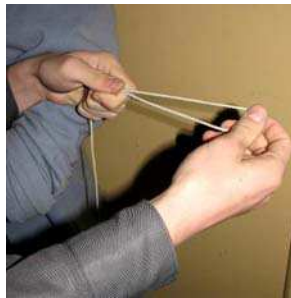


фото 2б



фото 2в



фото 2г



фото 2д

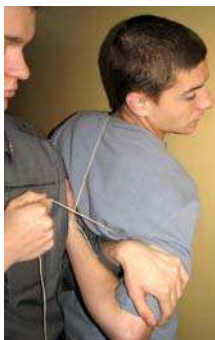


фото 2е



фото 2ж



фото 2з



фото 2и



фото 2к

- перекинуть веревку через левое плечо и пропустить под правой рукой (фото 2е);
- завести за спину левую руку правонарушителя и несколько раз обмотать веревку «восьмеркой» или обмотать вокруг правого и левого запястья (фото 2ж);
- обвести ее вокруг веревки между запястьями (фото 2з) и привязать к той части веревки, которая идет через плечо (фото 2и, к);
- провести наружный осмотр и сопроводить.

Связывание длинной веревкой в положении правонарушителя лежа.

В положение лежа правонарушитель может быть переведен посредством броска или сваливания, например с применением рычага руки наружу с последующим переводом на загиб руки за спину. В положение лежа правонарушитель может быть переведен после силового задержания с применением загиба руки за спину.

Последовательность действий:

- произвести силовое задержание с применением болевого приема загиб руки за спину (фото 3а);



фото 3а



фото 3б



фото 3в



фото 3г



фото 3д

- подать команду «Встать на колени!» (фото 3б), «Лечь!», продолжая удерживать на загибе руки за спину, встать над противником на левое колено и на правую стопу, блокировав руку голенью (фото 3в);
- правой рукой взять веревку и сделать петлю (фото 2б, в, г, д);
- надеть петлю на запястье и затянув ее (фото 3г);
- перекинуть веревку через левое плечо и пропустить под правой рукой (фото 2е);
- завести за спину левую руку правонарушителя и несколько раз обмотать веревку «восьмеркой» или обмотать вокруг правого и левого запястья (фото 2ж);
- обвести ее вокруг веревки между запястьями (фото 2з) и привязать к той части веревки, которая идет через плечо (фото 3д);
- провести наружный осмотр и сопроводить.

Наиболее удобным положением для связывания, также как и для надевания наручников, является положение стоя на коленях прижатым к стене (фото 1б). Связывание длинной веревкой в положении правонарушителя стоя на коленях прижатым к стене производится аналогично тому, как стоя и лежа.

Если под руками есть веревка или шнурок длиной около 80 см, то может быть применен следующий вариант связывания.

Связывание веревкой средней длины в положении правонарушителя стоя на коленях прижатым к стене.

Последовательность действий:

- произвести задержание с применением загиб руки за спину;
- подвести вплотную к стене и потребовать: «Расставь ноги! Шире!»;
- левую ногу поставить между ног противника и потребовать: «Встань на колени!»;
- принять положение выпада левой и встать на колено правой ноги, коленом левой ноги упереться в крестец (спину) задержанного (фото 4а);
- достать правой рукой шнурок, сложить его вдвое (фото 4б) и сделать из него петлю (фото 4в, г);



фото 4а



фото 4б



фото 4в



фото 4г



фото 4д

- надеть петлю на запястье блокированной руки и затянуть ее (фото 4д);
- потребовать завести левую руку за спину;



фото 4е



фото 4ж



фото 4з

- развести концы шнура в разные стороны (фото 4е), обвести их вокруг запястья левой руки (фото 4ж), а затем вокруг веревки между запястьями и завязать (фото 4з);

- провести наружный осмотр и сопроводить.

Связывание веревкой средней длины в положении правонарушителя лежа производится аналогично (фото 5а-г).



фото 5а



фото 5б



фото 5в



фото 5г

Связывание брючным ремнем в положении правонарушителя стоя на коленях прижатым к стене.

Связывание брючным ремнем, также как и веревкой, производить под контролем болевого приема загиб руки за спину.

Последовательность действий:

- произвести задержание с применением загиб руки за спину;
- подвести вплотную к стене и потребовать: «Расставь ноги! Шире!»;
- левую ногу поставить между ног противника и потребовать: «Встань на колени!»;
- принять положение выпада левой и встать на колено правой ноги, коленом левой ноги упереться в крестец (спину) задержанного;



фото 6а



фото 6б



фото 6в



фото 6г



фото 6д

- достать правой рукой ремень и перегнуть его третью часть от свободного конца шероховатой стороной вверх (фото 6а), пропустить перегиб в отверстие пряжки сверху и расширить образовавшуюся петлю (фото 6б);
- надеть петлю на запястье блокированной руки (фото 6в);
- потребовать завести левую руку за спину и пропустить ее в петлю (фото 6г);
- правой рукой затянуть петлю, потянув за конец ремня (фото 6д).

Связывание брючным ремнем в положении правонарушителя лежа производится аналогично (фото 7а-в).



фото 7а



фото 7б



фото 7в

Если под руками есть короткая веревка или шнурок (около 35 см) и связать запястья невозможно, то предлагается связывать большие пальцы.

Связывание короткой веревкой в положении правонарушителя стоя на коленях прижатым к стене.

Последовательность действий:

- произвести задержание с применением загиб руки за спину;
- подвести вплотную к стене и потребовать: «Расставь ноги! Шире!»;
- левую ногу поставить между ног противника и потребовать: «Встань на колени!»;
- принять положение выпада левой и встать на колено правой ноги, коленом левой ноги упереться в крестец (спину) задержанного (фото 4а);
- достать правой рукой шнурок, сложить его вдвое (фото 8а) и сделать из него петлю (фото 8б);

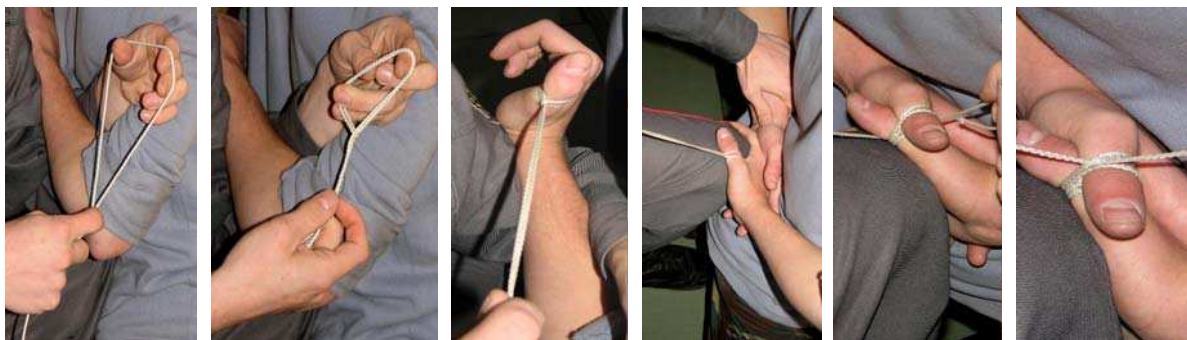


фото 8а

фото 8б

фото 8в

фото 8г

фото 8д

фото 8е

- надеть петлю на большой палец блокированной руки и затянуть ее (фото 8в);
- потребовать завести левую руку за спину и ладони обеих рук прижать коленом к спине (фото 8г);
- развести концы шнурка в разные стороны, обвести их вокруг большого пальца левой руки, затем вокруг обоих пальцев (фото 8д) и завязать (фото 8е);
- провести наружный осмотр и сопроводить.

Связывание коротким пластиковым хомутом в положении правонарушителя стоя на коленях прижатым к стене.

Последовательность действий:

- произвести задержание с применением загиб руки за спину и привести правонарушителя для связывания в положении стоя на коленях прижатым к стене вышеописанным способом;
- достать правой рукой хомут и сделать из него петлю (фото 9а);
- надеть петлю на большой палец блокированной руки;
- потребовать завести левую руку за спину и просунуть большого пальца левой руки в петлю, прижимая ладони обеих рук коленом к спине (фото 9 б, в);
- провести наружный осмотр и сопроводить.



фото 9 а



фото 9 б



фото 9 в

Связывания больших пальцев коротким шнурком, пластиковым хомутом и т.п. лежа и стоя производится аналогично.

Связывание запястий скотчем в положении правонарушителя стоя на коленях прижатым к стене.

Последовательность действий:

- произвести задержание с применением загиб руки за спину и привести правонарушителя для связывания в положении стоя на коленях прижатым к стене вышеописанным способом;
- выполнить переход от загиба руки за спину к блокированию руки сзади;



фото 10 а



фото 10 б

- сделать 3-5 оборотов вокруг обеих запястий (фото 10а, б);
- провести наружный осмотр и сопроводить.

Связывания скотчем лежа и стоя производится аналогично.

Связывание в положении стоя на коленях прижатым к стене после задержания с угрозой применения пистолета.

Последовательность действий:

- подать команды: «Стой! Стрелять буду! Руки вверх! Кругом! (или повернись ко мне спиной!) Руки за голову, пальцы переплести!»;



фото 11

- потребовать: «Подойди к стене! Ближе! Расставь ноги! Шире! Встань на колени! Прижмись к стене! Плотнее! Заведи руки за спину»;

- подойти к противнику, направляя ствол вверх, принять положение выпада левой встать на колено правой ноги и плотно прижать его к стене коленом, левой рукой захватить правую руку на болевой прием загиб руки за спину (фото 11);

- вложить пистолет в кобуру;
- связать.

Аналогично правонарушитель приводится для связывания под угрозой пистолета в положение стоя и лежа.



фото 12

Приведение под угрозой применения пистолета в положение лежа, взяв на болевой прием ущемление икроножной мышцы (фото 12), является эффективным как для надевания наручников, так и для связывания.

После надевания наручников или связывания проводится наружный осмотр, если для этого есть основания.

Наружный осмотр

Общие положения.

Наружный осмотр проводится с целью выявления оружия, различных запрещенных предметов и предметов, являющихся вещественными доказательствами.

Осмотр осуществляется визуально и путем последовательного прощупывания одежды и тела, сверху вниз и снизу вверх обращая внимание на места, позволяющие скрыть опасные предметы: рукава, карманы, подмышечные впадины, промежность, голень, головной убор, волосы, за воротником сзади и др.

Наружный осмотр лиц, выполняющих требования сотрудника полиции.

Основными положениями для проведения наружного осмотра лиц, выполняющих требования сотрудника полиции, являются положения стоя с упором руками в стену (крышу легкового автомобиля и т. п.) и стоя руки за головой.

Наружный осмотр правонарушителей после надевания наручников.

Положениями для проведения наружного осмотра являются положения, в которых надевались наручники.

Наружный осмотр под угрозой применения пистолета.

Основание для наружного осмотра под угрозой оружием те же, что и для задержания с его использованием, так как эти действия вытекают одно из другого. Основными положениями для проведения наружного осмотра с угрозой применения пистолета являются: стоя с упором руками в стену (крышу легкового автомобиля и т.п.), стоя на коленях с упором руками в стену, лежа на животе (на земле, на капоте автомашины или на столе).

При попытке нападения произвести толчок левой рукой в поясницу и нанести удар рукояткой пистолета в область лопатки, зацепом стопой выбить ногу противника или толчком коленом в подколенный сгиб сбить противника с ног, разорвать дистанцию, далее по ситуации.

При проведении наружного осмотра, в целях предупреждения нападения, запрещается:

- засовывать руки в карманы;
- запускать руку через плечо.

При обнаружении опасных предметов извлекать их путем выталкивания или выворачивания кармана наизнанку путем захвата за его ближний край. При невозможности извлечения опасных предметов при проведении наружного осмотра под угрозой применения оружия, необходимо надеть наручники или связать, а затем извлечь.

Наружный осмотр после надевания наручников в положении противника лежа на животе:



фото 23а



фото 23б



фото 23в

- встать справа от противника и потребовать: «Разведи ноги в стороны!»;
- наступить правой ногой на голеностопный сустав или на брючину;
- прощупать заднюю поверхность головы, туловища, ног (фото 23а);
- встать у правого бока противника на левое колено и правую стопу, левой рукой пропустить под левое плечо и захватить за плечо (фото 23б) и потребовать: «Набок! Ноги к животу! (фото 23в) Встань на колени!» и помочь противнику повернуться набок и встать на колени;



фото 23г



фото 23д

- стоя сзади захватить левой рукой за шею спереди под плечо и правой рукой прощупать переднюю поверхность (фото 23г).

Второй способ:

- подойти к противнику спереди, принять положение выпада, левой рукой захватить одежду на груди и, надавливая, вынудить его прогнуться;
- правой рукой прощупать спереди (фото 23д).

Наружный осмотр после надевания наручников в положении противника стоя на коленях прижатым к стене:



фото 24а



фото 24б

- подойти к противнику справа и наступить левой ногой на правый голеностопный сустав;
- произвести прощупывание задней поверхности туловища и ног (фото 25а);
- захватить шею спереди под плечо и прощупать переднюю поверхность (фото 25б).

Наружный осмотр под угрозой применения пистолета в положении противника стоя с упором руками в стену (крышу легкового автомобиля).



фото 25а



фото 25б

- И.П. - стоя лицом к противнику в изготовке к стрельбе;
- потребовать: «Стой! стрелять буду! Руки вверх! Повернись к стене! Руки за голову пальцы переплести! Подойди к стене!»;

- не доходя один шаг до стены потребовать: «Стой! Упрись руками в стену! Расставь ноги! Шире! Отставь ноги назад! Дальше! Прогнись! Больше!»;

- подойти к противнику с правой стороны и поставить левую стопу к его правой стопе изнутри;

- потребовать: «Поверни голову налево!» и прощупать заднюю поверхность головы и туловища, правую ногу и переднюю поверхность правой (ближней) стороны (фото 25а);

- перейти на другую сторону, поставить правую стопу к левой стопе изнутри потребовать: «Поверни голову направо!» (фото 25б) и прощупать левую ногу переднюю поверхность с левой (ближней) стороны.

Наружный осмотр под угрозой применения пистолета напарника в положении противника стоя или стоя на коленях с упором руками в стену.

Вооруженный напарник осуществляет задержание с угрозой применения пистолета и требует принять положение для наружного осмотра в положении стоя или стоя на коленях с упором руками в стену.



фото 26

После этого невооруженный напарник приступает к наружному осмотру, а вооруженный напарник встает так, чтобы осматривающий не перекрывал линию огня (фото 26).

При осмотре следует проявлять бдительность, так как противник может напасть и, угрожая своим оружием, взять сотрудника в заложники.

Наружный осмотр под угрозой применения пистолета в положении противника стоя на коленях с упором руками в стену.



фото 28а



фото 28б

И.П. - стоя лицом к противнику в изготовке к стрельбе;

- потребовать: «Стой! стрелять буду! Руки вверх! Повернись к стене! Руки за голову пальцы переплести! Подойди к стене!»;

- не доходя один шаг до стены потребовать: «Стой! Упрись руками в стену! Рас-

ставь ноги! Шире! Отставь ноги назад! Дальше! Встань на колени!» и одновременно произвести толчок стопой в подколенный сгиб (фото 28а);

- встать сзади между ног противника и наступить правой ногой на голеностопный сустав правой ноги, а коленом левой ноги упереться в крестец, препятствуя сгибанию (фото 28б);

- прощупать туловище сзади и ноги, а затем туловище спереди, не меняя стойку, слева и справа.

Наружный осмотр под угрозой применения пистолета в положении противника лежа на животе на земле.



фото 29а



фото 29б

И.П. - стоя лицом к противнику в изготовке к стрельбе;

- потребовать: «Стой! стрелять буду! Руки вверх! Повернись ко мне спиной! Руки за голову пальцы переплести! Встань на колени! Упираясь локтями лечь!

Разведи ноги в стороны! Шире!»; подойти к противнику с правой стороны и наступить левой ногой на голеностопный сустав или на брюки правой ноги;

- прощупать заднюю поверхность головы и туловища, а также правую ногу (фото 29а); потребовать: «Повернись набок!» и потянуть за локоть левой руки; прощупать левую сторону спереди (фото 29б);

- перейти на левую сторону со стороны ног, наступить правой ногой на голеностопный сустав (брюки) левой ноги;

- потребовать: «Больше прогнись! Повернись направо!» и потянуть за локоть правой руки; прощупать правую (дальнюю) сторону спереди.

Êíî ò ðíëüí î-îáó-âpùèá çäüüí èü

1. Надевание наручников на несопротивляющегося правонарушителя

1. Надеть наручники на несопротивляющегося правонарушителя одновременно на обе вытянутые вперед руки.

2. Надеть наручники на несопротивляющегося правонарушителя при подходе спереди.

3. Надеть наручники на несопротивляющегося правонарушителя при подходе сзади.

4. Надеть наручники на несопротивляющегося правонарушителя в положении стоя с упором руками в стену.

5. Надеть наручники на несопротивляющегося правонарушителя в положении стоя руки за головой.

2. Надевание наручников после задержания с применением болевого приема на руку, броска и проведение наружного осмотра в наручниках

1. Произвести бросок или рычаг руки наружу, перевести в положение лежа на животе и заблокировать руку голенью, надеть наручники, провести наружный осмотр.

2. Задержать с применением загиба руки за спину, перевести в положение лежа на животе, заблокировать руку голенью, надеть наручники, провести наружный осмотр.

3. Задержать с применением загиба руки за спину, надеть наручники в положении стоя прижатым к стене, провести наружный осмотр.

4. Задержать с применением загиба руки за спину, надеть наручники в положении стоя на коленях прижатым к стене, провести наружный осмотр.

5. Задержать с применением загиба руки за спину, надеть наручники в положении лежа на капоте автомобиля, провести наружный осмотр.

3. Надевание наручников после задержания с угрозой применения пистолета и проведение наружного осмотра в наручниках

1. Задержать с угрозой применения пистолета, потребовать принять положение лежа на животе, заблокировать руку голенью, надеть наручники, провести наружный осмотр.

2. Задержать с угрозой применения пистолета, потребовать принять положение лежа на животе, выполнить ущемление икроножной мышцы, надеть наручники, провести наружный осмотр.

3. Задержать с угрозой применения пистолета, надеть наручники в положении стоя на коленях прижатым к стене, провести наружный осмотр.

4. Задержать с угрозой применения пистолета, надеть наручники в положении лежа на капоте автомобиля, провести наружный осмотр.

4. Связывание после задержания с применением болевого приема на руку или броска и проведение наружного осмотра

1. Произвести бросок или рычаг руки наружу, перевести в положение лежа на животе и заблокировать руку голенью, связать веревкой или брючным ремнем, провести наружный осмотр.

2. Задержать с применением загиба руки за спину, перевести в положение лежа на животе, заблокировать руку голенью, связать веревкой или брючным ремнем, провести наружный осмотр.

3. Задержать с применением загиба руки за спину, связать веревкой или брючным ремнем в положении стоя на коленях прижатым к стене, провести наружный осмотр.

5. Связывание после задержания с угрозой применения оружия

1. Задержать с угрозой применения пистолета, потребовать принять положение лежа на животе, заблокировать руку голенью, связать веревкой или брючным ремнем, провести наружный осмотр.

2. Задержать с угрозой применения пистолета, потребовать принять положение лежа на животе, выполнить ущемление икроножной мышцы, связать веревкой или брючным ремнем, провести наружный осмотр.

3. Задержать с угрозой применения пистолета, потребовать принять положение стоя на коленях лицом к стене вплотную, связать веревкой или брючным ремнем в положении стоя на коленях прижатым к стене, провести наружный осмотр.

6. Наружный осмотр после задержания с угрозой применения пистолета

1. Задержать с угрозой применения пистолета, провести наружный осмотр в положении противника лежа на животе.

2. Задержать с угрозой применения пистолета, провести наружный осмотр в положении противника стоя с упором руками в стену.

3. Задержать с угрозой применения пистолета, провести наружный осмотр в положении противника стоя на коленях с упором руками в стену.

4. Задержать с угрозой применения пистолета, провести наружный осмотр в положении противника лежа на животе на столе.

5. Задержать с угрозой применения пистолета, невооруженному напарнику провести наружный осмотр в положении противника стоя или стоя на коленях с упором руками в стену при подстраховке угрозой применения пистолета вооруженным напарником.

Тема 6. Действия с применением резиновой палки. Защита от ударов палкой или аналогичным предметом

Êðàò êîá ì ääðåáí èá

Теоретические сведения: технические данные ПР; основания и порядок применения ПР.

Хваты ПР, стойки и передвижения. Общеразвивающие и специально-подготовительные упражнения с использованием ПР.

Удары ПР: маховые удары ПР сверху, сбоку, наотмашь, комбинации маховых ударов; удары тычком, толчком и круговые, комбинации маховых и тычковых ударов, с ударами ногами; атакующие схватки. Упреждающие удары ПР для предупреждения нападения противника.

Защита от ударов рукой, ногой, ножом или аналогичным предметом встречными ударами, подставками и отбивами толчковыми ударами ПР, ответные тычковые и маховые удары.

Задержание с применением ПР: удары и угроза нанесения удара как способ задержания, загиб руки за спину с использованием ПР, удушающий захват ПР скрестив руки в стойке, с посадкой, с постановкой на колени; двойное удушение.

Освобождение от захвата ПР. Применение ПР в различных ситуациях.

Учебно-тренировочные поединки вооруженного ПР (имитационной) с противником вооруженным ножом, с двумя и более противниками.

Боевые приемы борьбы с применением ПР и щита: экипировка сотрудников средствами индивидуальной защиты; строевые приемы с ПР и щитом. Удары ПР, ногой и щитом. Защита щитом от ударов предметами и ответные удары. Защита щитом от летящих предметов.

Основы тактики действий сотрудника вооруженного ПР.

Защита безоружного от ударов палкой или аналогичным предметом.

Схватки с применением ПР.

Ó:ááí îá í ääÿäí îá îááíí á:áí èá òáí ù

Основания и порядок применения ПР

Резиновая палка (ПР) относится к специальным средствам стоящим на вооружении органов внутренних дел. Приемы с применением ПР это боевые приемы борьбы. Поэтому, как прочие боевые приемы борьбы, при выполнении возложенных на полицию обязанностей сотрудник полиции имеет право применять их для пресечения преступлений или административных правонарушений и задержания лиц их совершивших, не превышая пределов необходимой обороны, мер, необходимых для задержания лица,

совершившего преступление или пределов крайней необходимости, если не насильственные способы не обеспечивают выполнение возложенных на полицию обязанностей.

В статье 21 «Применение специальных средств» закона РФ «О полиции» конкретизировано применение ПР, хотя общее положение поглощает специфические случаи применения ПР. В соответствии с данной статьей сотрудник имеет право применять ПР в следующих случаях:

- для отражения нападения на граждан и сотрудников полиции;
- для пресечения сопротивления сотруднику полиции;
- для пресечения массовых беспорядков и групповых действий, нарушающих работу транспорта, связи, предприятий, учреждений, организаций.

Запрещено применять ПР против женщин с признаками беременности, инвалидов и малолетних, кроме случаев оказания ими вооруженного сопротивления, а также в процессе незаконных митингов ненасильственного характера и не мешающих работе транспорта, предприятий и учреждений.

Технические данные ПР

В настоящее время имеется несколько модификаций ПР. На вооружении в настоящее время стоят ПР-73м, длина которой 60 см, диаметр 3,4 см, вес 820 гр. и ПР-89 длина которой 62 см, диаметр 3 см, вес 800 гр. Обладая такими данными, палка при умелом ее использовании обеспечивает сотруднику определенные преимущества в противоборстве с правонарушителями.

Решение на вооружение ПР принимает начальник, организующий службу, при условии, что сотрудники прошли необходимую подготовку и выдержали ежегодную проверку на профессиональную пригодность к действиям в ситуациях, связанных с ее применением. Разрешение на вооружение ПР дает дежурный по ОВД.

Решение на применение ПР принимает непосредственный начальник. Сотрудники, действующие индивидуально, принимают такие решения самостоятельно, действуя по ситуации в рамках закона, с последующим сообщением рапортом непосредственному начальнику в случаях нанесения телесных повреждений.

В основе применения ПР лежат разнообразные удары. Они применяются как при отражении нападения, то есть для защиты, так и для пресечения сопротивления и задержания правонарушителей. Кроме того, ПР может применяться для проведения удушающих приемов и сковывания, а также использоваться для блокирования ударов.

Хваты, стойки, передвижения

Хваты.



фото 1а



фото 1б

Для выполнения приемов с ПР применяются следующие хваты.

Одной рукой за рукоятку или немного выше; петля надевается на запястье (фото 1а) или закрепляется за большой палец и пропускается поверх кисти (фото 1б). Второй способ использования петли как дополнительной может применяться, например, при пресечении массовых беспорядков, чтобы при захвате и отборе палки не травмировать сотрудника руку и не дать возможность выдернуть сотрудника из боевого порядка.



фото 1в



фото 1г

Двумя руками за рукоятку, свободная рука захватывает за нижнюю часть рукоятки (фото 1в). Двумя руками за концы, хват сверху на 3-5 см от концов (фото 1г).

Формирование хватов аналогично формированию кулака пальцы плотно сжаты, большой палец прижат к среднему пальцу. Напряжение сжатых пальцев должно быть небольшим, обеспечивающим удержание палки, и только лишь при нанесении ударов или

при выполнении подставок в момент соприкосновения с ударной поверхностью максимальным.

Обучение сводится к ознакомлению с хватами. Формирование хватов целесообразно проводить совместно с обучением стойкам и ударам.

Стойки.



фото 2а



фото 2б



фото 3а



фото 3 б

Произвольная (стойка «отдых») - любая удобная, например, ноги на ширине плеч, палка сзади удерживается двумя руками за конец (фото 2а).

Основная (строевая) - палка удерживается в опущенной руке (фото 2б).

Фронтальная - ноги немного шире плеч и слегка согнуты, плечи и голова несколько наклонены вперед, спина закруглена. При хвате палки одной рукой за рукоятку, палка в согнутой руке удерживается на уровне головы или лежит на плече, свободная рука согнута, кулак примерно на уровне подбородка (фото 3а). Плечевой пояс и руки расслаблены. При хвате палки двумя руками за концы, палка в согнутых руках удерживается на уровне груди в горизонтальном или вертикальном положении (фото 3б).

Левосторонняя и правосторонняя стойки - положение в пол оборота по отношению к воображаемому противнику, ноги на ширине плеч и немного согнуты, вес равномерно распределен на обе ноги, плечи и голова немного наклонены вперед, спина закруглена, подбородок опущен к плечу передней руки.



фото 4а фото 4б фото 4в фото 4г

В левосторонней стойке левая нога впереди, палка в правой руке как во фронтальной стойке (фото 4а).

Если выполнить шаг или повернуться кругом, то стойка поменяется на правостороннюю и палка окажется в передней руке.

Для выполнения эффективного удара ее целесообразно перевести к разноименному плечу (фото 4б).

При хвате палки двумя руками за концы палка удерживается как во фронтальной стойке (фото 4в, г).

Стойка при хвате ПР одной или двумя руками за рукоятку являются преимущественно атакующими, наступательными изготковками. Стойки при хвате ПР двумя руками за концы являются преимущественно защитными, оборонительными изготковками.

Удары ПР

Маховые удары.



фото 5а

фото 5б

фото 5в

фото 5г

Траектории ударов: сверху, (сверху сбоку) по выставленной руке (фото 5а), сбоку в верхний уровень по плечу (фото 5б), сбоку в средний уровень по предплечью опущенной руки (фото 5в), сбоку в нижний уровень по ногам (фото 5г), снизу по вытянутой руке. От левого плеча наотмашь по тем же траекториям.

Маховые удары ПР выполняются в виде одиночных ударов и комбинаций из них «маховый-маховый».

Тычковые и толчковые удары.



фото 6а



фото 6б



фото 7а



фото 7б

Тычковые удары выполняются из боевой левосторонней и правосторонней стойки. Основной траекторией тычкового удара является прямой выполняемый в разные уровни (фото 6а). Могут применяться боковой, снизу и сверху вниз (фото 6б).



фото 8

Толчковые удары наносятся средней частью ПР и служат в основном для ударов по конечностям, например, по руке или ноге наносящей удар (фото 7а, б).

В момент нанесения удара палка немного сгибается, что усиливает удар. Основными траекториями толчковых ударов являются прямой, вверх, вниз и в стороны.

Вместо толчковых ударов могут выполняться отталкивания, когда усилие производится после принятия упора. Они могут применяться, например, при вытеснении (фото 8).

Защита от нападения

Для защиты от нападения наиболее эффективными являются встречные маховые удары, главным образом по конечностям, в сочетании с передвижением, обеспечивающим поддержание дистанции, не позволяющей противнику выполнить захват или удар рукой, ногой, ножом и т.п.

Защита от ударов подставками или отбивами при хвате ПР двумя руками за концы

Защита от ударов удар рукой, ногой, ножом и т.п. осуществляется подставками или отбивами ПР при хвате двумя руками за концы и контр-ударом тычковым ударом. Далее производится разрыв дистанции и выполняется комбинация маховых ударов, выбивание ножа (обезоруживание), загиб руки за спину.

Защита от удара ножом сверху:



фото 9а

фото 9б

фото 9в

- 1 - с шагом левой вперед - влево отбив ПР вверх – вправо (фото 9а, б);
- 2 - тычковый удар в голову (фото 9в).

Защита от удара ножом снизу:



фото 10а

фото 10б

фото 10в

- 1 - с шагом левой вперед - влево отбив ПР вниз – вправо (фото 10а, б);
- 2 - тычковый удар в область печени (фото 10в).

Защита от прямого (тычкового) удара ножом в верхний уровень:

- 1 - с шагом левой вперед - влево отбив ПР внутрь левая рука выше правой (фото 11а);
- 2 - тычковый удар в голову (фото 11б).

Защита от прямого (тычкового) удара ножом в нижний уровень:

- 1 - с шагом левой вперед - влево отбив ПР внутрь правая рука выше левой (фото 12а);
- 2 - тычковый удар в область печени (фото 12б).



фото 11а



фото 11б



фото 12а



фото 12б

Защита от удара сбоку:



фото 13а



фото 13б



фото 13в

- 1 - с шагом правой вперед - вправо подставка ПР (фото 13а);
- 2 - отставляя правую ногу назад, поворот направо и перевод вооруженной руки по дуге вправо (фото 13б);
- 3 - тычковый удар в голову (фото 13в).

Защита от удара наотмашь:



фото 14 а



фото 14б



фото 14в

- 1 - с шагом левой вперед - влево подставка ПР (фото 14а);
- 2 - с шагом правой вправо поворот налево и перевод вооруженной руки по дуге влево (фото 14б);
- 3 - тычковый удар в голову (фото 14в).

Загиб руки за спину с использованием ПР

И.П. - стоя перед противником;

1. с шагом левой пропустить левую руку между предплечьем правой руки и бедром противника, а ПР запустить снаружи и чуть выше локтя за-

хватить ПР левой рукой рядом с правой(фото 15а), нанести удар коленом правой ноги в «солнечное сплетение»;



фото 15а

фото 15б

фото 15в

2. отставляя ногу после удара назад влево и поворачиваясь направо, произвести сильный рывок руками вверх, на себя, прижимая локоть противника к груди, а затем вниз вдоль себя (фото 15б);

3. завершить выполнение загиба руки за спину.

Для фиксации конечного положения загиба руки за спину может быть использован стандартный захват свободной рукой. В этом случае ПР выпускается из руки и удерживается на петле. Для фиксации конечного положения загиба руки за спину может использоваться ПР для удушающего захвата (фото 15в).

Удушающий захват ПР скрестив руки

И.П. - стоя сзади противника;

1 - правую руку с ПР перевести влево скручивая наружу и левой рукой захватить за лоб (за волосы) и отклонить голову назад, одновременно завести ПР под подбородок (фото 16а);

2 - левой рукой захватить ПР ближе к правой руке и прижать предплечья к спине противника, добиваясь удушающего воздействия (фото 16б).



фото 16а

фото 16б

фото 17

Далее можно противника посадить (фото 17) или поставить на колени.

Удушающий захват ПР скрестив руки может быть применен для выполнения двойного удушения.

Сковывание обхватом с обхватом рук с использованием ПР

Прием выполняется при подходе сзади, сбоку, спереди обхватом на уровне пояса, захватывая ПР левой рукой рядом с правой, приподнимая и перетаскивая противника передвигаясь вперед или назад.

Освобождение от захвата ПР

В процессе применения ПР противник может захватить палку. Для освобождения от захвата ПР могут быть использованы следующие приемы.

Освобождение от захвата палки двумя руками при хвате палки сотрудником одной рукой за рукоятку.



фото 18а



фото 18б

С поворотом направо левой рукой захватить палку рядом с рукояткой. С ударом левой ногой в сторону в колено и рывком обеими руками вдоль себя вырвать палку (фото 18а, б). Далее по ситуации.

Освобождение от захвата палки двумя руками при хвате палки сотрудником двумя руками за концы:



фото 19а



фото 19б



фото 19в



фото 19г

1 - с поворотом направо повернуть палку в сторону поворота и выполнить перехват левой рукой ближе к правой. С ударом левой ногой в сторону и рывком обеих рук вдоль себя вырвать палку (фото 19а, б);

2 - с ударом ногой поочередное освобождение от захвата одной рукой, затем другой рывком круговым движением вверх от себя вниз сильно согнутыми руками (фото 19в, г). Далее по ситуации.

Строевые приемы с ПР и щитом

Строевые приемы.



фото 20



фото 21

Строевая (основная) стойка - руки опущены, щит удерживается левой рукой за держатель в горизонтальном положении сбоку, ПР удерживается правой рукой за рукоятку (фото 20).

При повороте на месте и в движении по предварительной команде, сгибая руку в локтевом суставе в боковой плоскости, щит переводится в вертикальное положение. После выполнения поворота щит переводится в И.П. (фото 20).

Боевая стойка принимается по команде «К бою - готовьсь!». По этой команде выполняется шаг правой назад, щит переводится в вертикальное фронтальное положение, так чтобы верхний край его оказался на уровне каски и обзор осуществлялся через отверстия, палка переводится к правому плечу (фото 21). Такое положение щита позволяет избежать травм лица в случае нанесения удара в верхнюю часть щита.



фото 22а



фото 22б

Для психологического воздействия в плотном строю могут наноситься удары торцом рукоятки по верхней части щита в сочетании со слаженным передвижением вперед подшагом в момент приставления притопом сзади стоящей ноги (фото 22 а). Могут наноситься удары ПР плашмя по наружной поверхности щита (фото 24 б). Однако для нанесения подобных ударов строй должен быть разомкнутый, что снижает его эффективность. Кроме того, возникает возможность захвата и отбора ПР.

Удары ПР и ногой

Наиболее применяемые способы отведения щита в сторону и нанесение разнообразных ударов: одиночные маховые ПР (например по руке сбоку (фото 23а), по ноге сбоку (фото 23б), наотмашь (фото 23в), и ногой, комбинаций маховых односторонних и двухсторонних ударов, комбинаций маховый - нога, нога - маховый.



фото 23а



фото 23б



фото 23в

Удары щитом



фото 24



фото 25



фото 26

Удары могут наноситься плоскостью щита (фото 24), боковым краем (ребром) щита (фото 25). Эффективными ударами щитом являются удар нижним краем щита сверху вниз по впереди стоящей ноге противника (фото 26) и верхним краем щита снизу вверх в лицо (фото 27). Удары щитом могут выполняться в комбинации с маховым ударом ПР (фото 28).



фото 27



фото 28



фото 29

Плоскостью щита может осуществляться вытеснение (выталкивание) (фото 29).

Защита щитом от ударов предметами



фото 30

Защита от удара палкой сверху подставкой щита вверх в сторону - скользящий блок (фото 30), контракта ударом ПР (комбинацией ударов ПР, ПР - ногой).

Защита от удара палкой сбоку в разные уровни подставкой щита в сторону (фото 31а, б, в), контракта ударом ПР (комбинацией ударов ПР, ПР - ногой).



фото 31а



фото 31б



фото 31в



фото 32а



фото 32б

Защита от удара палкой наотмашь с передвижением, поворачиваясь навстречу удару, подставкой щита (фото 32а), контракта ударом ПР сбоку, опуская щит (фото 32б).



фото 33а



фото 33б

Защита от прямого (тычкового) удара палкой подставкой щита с отведением наружу (фото 33а, б), контракта ударом ПР (комбинация ударов ПР, ПР - ногой).

Если защита осуществляется в составе

плотного строя (интервалы между сотрудниками небольшие), уходы выполняются с небольшим передвижением с поворотом.

Защита щитом от летящих предметов

Защита от одиночных летящих предметов осуществляется подставкой щита навстречу летящему предмету (фото 34).



фото 34



фото 35

При забрасывании сотрудников предметами, например, камнями, может применяться «глухая защита». Для этого сотрудник встает на правое колено и ставит щит на землю, немного наклонив на себя, носком левой ноги и тыльной поверхностью кулака правой руки упирается в нижний край, а лобной частью головы - в верхний край щита (фото 35). Такое положение принимается по команде «Камни!».

Если двух шереножный строй, то сотрудники второй шеренги встают вплотную к сотрудникам первой шеренги и закрываются щитом. Такой строй называется «черепаша».

Основы тактики действий сотрудника вооруженного ПР

Тактика действий сотрудника ОВД вооруженного ПР может быть: *активной - атакующей, наступательной, или маневренной - оборонительной.*

При выборе тактики действий необходимо учитывать:

- вооруженность противников;
- их физические данные (рост, вес и др.);
- физическая и техническая подготовленность (умение передвигаться, техника ударов руками и предметами, реакция и быстрота движений, и т.п.);
- намерения и степень агрессивности противников, и другие факторы.

Защита безоружного от ударов палкой или аналогичным предметом



фото 36а



фото 36б

Противник наносит удар палкой сверху при хвате двумя руками (фото 36а).

Защита уходом влево-вперед с линии атаки, сбив левой рукой внутрь и захват правой руки противника двумя руками (фото 36б). Далее рычаг руки наружу, изъятие палки, блокирование руки голенью.



фото 37а



фото 37б

Противник наносит удар палкой сверху при хвате одной рукой.

Защита с шагом левой ногой вперед, скользящий блок (фото 37а), захват вооруженной руки туловищем и плечом, бросок передняя подножка (фото 37б), изъятие палки, блокирование руки голенью.

Противник наносит удар палкой сбоку при хвате одной рукой (фото 38а).



фото 38а



фото 38б



фото 39

Защита уходом внутрь с захватом вооруженной руки двумя руками «вилкой» (фото 38б), рычаг руки внутрь, изъять палку, загиб руки за спину.

Аналогично проводится защита от удара наотмашь (фото 39).



Фото 40а



фото 40б

Противник наносит удар палкой сбоку при хвате одной рукой в средний уровень (фото 40а).

Защита с подворотом захватить вооруженную руку плечом и туловищем, провести бросок передняя подножка (фото 40б), изъять палку, заблокировать руку голенью.



фото 41а



фото 41б

Противник наносит удар палкой сбоку при хвате одной рукой в верхний уровень.

Защита нырком (фото 41а), захватить вооруженную руку вилкой (фото 41б) и провести рычаг руки наружу, изъять палку, заблокировать руку голенью. Аналогично проводится защита от удара наотмашь.

Противник наносит прямой (тычковый) удар палкой при хвате двумя руками (фото 42а).



фото 42а



фото 42б



фото 42в

Защита уходом наружу с захватом палки двумя руками (фото 42б), с ударом левой ногой в сторону в колено (фото 42в) вырвать палку.

Схватки с применением ПР

Схватки с применением ПР рекомендуется проводить с целью повышения уровня обученности с одной стороны владения ПР, с другой - защиты безоружного с противником вооруженным палкой или аналогичным предметом.

Предлагаются простейшие правила соревнований по единоборству с применением ПР:

- поединок состоит из двух раундов по 30-60 сек. со сменой ролей. Удары палкой оцениваются в зависимости от уязвимости места и силы удара в 1, 2 и 3 балла;
- победитель определяется по наибольшей сумме баллов.

Êí î ò ð ì ë ù ï î í á ó : à þ ù è á ç à ä ä í è ÿ

1. Защита от ударов с использованием ПР

1.1. Защита от ударов и нападения двоих уходами с применением ударов ПР.

1. Защититься уходами от 4-5 одиночных ударов ножом, выполняемых по разным траекториям, контрудары имитационной ПР.
2. Защищаться от нападения двоих уходами с применением имитационной ПР в течение 20 сек.

1.2. Защита от угрозы и ударов ножом толчковым ударом ПР.

1. Защититься от угрозы ножом спереди в упор отбивом ПР, контрудары, обезоружить, загиб руки за спину.
2. Защититься от удара ножом сверху (сверху сбоку) отбивом ПР, контрудары, обезоружить, загиб руки за спину.
3. Защититься от прямого удара ножом в верхний уровень отбивом ПР, контрудары, обезоружить, загиб руки за спину.

4. Защититься от прямого удара ножом в нижний уровень отбивом ПР, контрудары, обезоружить, загиб руки за спину.

5. Защититься от удара ножом снизу отбивом ПР, контрудары, обезоружить, загиб руки за спину.

6. Защититься от удара сбоку отбивом ПР, контрудары, загиб руки за спину.

7. Защититься от удара ножом сбоку переводом ПР, контрудары, обезоружить, загиб руки за спину.

8. Защититься от удара наотмашь отбивом ПР, контрудары, загиб руки за спину.

9. Защититься от удара ножом наотмашь переводом ПР, контрудары, обезоружить, загиб руки за спину.

10. Защититься от удара ногой снизу отбивом ПР, контрудары, загиб руки за спину.

11. Защититься от прямого (в сторону) удара ногой в живот отбивом ПР, контрудары, загиб руки за спину.

12. Защититься от удара ногой снизу в голень подставкой стопы с ответным ударом ПР, загиб руки за спину.

2. Задержание с использованием ПР

1. Задержать с применением загиба руки за спину «замком» с использованием ПР на правую руку.

2. Задержать с применением загиба руки за спину «замком» с использованием ПР на левую руку.

3. При подходе сзади задержать с применением удушающего захвата ПР скрестив руки.

4. При подходе сзади задержать с применением удушающего захвата ПР скрестив руки с посадкой.

5. При подходе сзади задержать с применением удушающего захвата ПР скрестив руки с переходом на двойное удушение.

6. При подходе сзади сковать обхватом туловища с обхватом рук с использованием ПР и перенести на 5-6 м.

7. При подходе спереди сковать обхватом туловища с обхватом рук с использованием ПР и перенести на 5-6 м двигаясь спиной вперед.

3. Освобождение от захвата ПР

1. Освободить от захвата палку двумя руками при хвате палки сотрудником одной рукой за рукоятку, контрудары, загиб руки за спину.

2. Освободить от захвата палку двумя руками при хвате палки сотрудником двумя руками за концы, контрудары, загиб руки за спину.

4. Применение ПР в различных ситуациях

4.1. Освобождение от захватов и обхватов с применением ПР.

1. Освободиться от захвата свободной руки с применением ПР, контрудары, загиб руки за спину.
2. Освободиться от захвата за одежду на груди с применением ПР, контрудары, загиб руки за спину.
3. Освободиться от захвата ног спереди с применением ПР, контрудары, загиб руки за спину.
4. Освободиться от обхвата туловища спереди без обхвата рук с применением ПР, контрудары, загиб руки за спину.

4.2. Защита при попытке захватить оружие в кобуре с применением ПР.

1. Защититься от попытки захватить пистолет в кобуре при подходе спереди, контрудары, загиб руки за спину.
2. Защититься от попытки захватить пистолет в кобуре при подходе сбоку, контрудары, загиб руки за спину.
3. Защититься от попытки захватить пистолет в кобуре при подходе сзади, контрудары, загиб руки за спину.

5. Приемы с использованием ПР и щита

5.1. Удары ПР.

1. Атаковать одиночными ударами ПР по маке варе с отведением щита: 5-6 разнообразных ударов.
2. Атаковать одиночными и комбинациями ударов ПР по маке варе с отведением щита в течение до 20 сек.
3. Атаковать одиночными и комбинацией маховых ударов имитационной ПР в разрешенные места передвигающегося имитатора в течение 20 сек.

5.2. Вытеснения и удары щитом.

1. Оттеснить противника плоскостью щита.
2. Удары наносятся плоскостью и боковым краем (ребром) щита по макеваре или боксерскому мешку.
3. Атаковать с подшагом ударом плоскостью щита.
4. Атаковать с подшагом ударом плоскостью щита, с отшагом маховым удар ПР.
5. Атаковать с подшагом удар ребром щита по ПР, удерживаемую горизонтально при хвате за концы.
6. Отвести щит в сторон, атаковать с шагом боковой удар ПР, с шагом удар ребром щита.

5.3 Защита щитом от ударов предметами.

1. Защититься от удара палкой сверху (сверху-сбоку) подставкой щита, контрудар ПР.
2. Защититься от удара палкой с боку (в верхний, средний и нижний уровни) подставкой щита, контрудар ПР.

3. Защититься от тычкового удара палкой (в верхний, нижний уровень) подставкой щита, контрудар ПР.

4. Защититься от удара палкой наотмашь (в верхний, нижний) уровень подставкой щита, контрудар ПР.

5.4. Защита щитом от летящих предметов.

1. Защититься подставкой щита от брошенного «камня».

2. Команда «Камни» - принять положение глухой защиты.

6. Защита безоружного от ударов палкой
или аналогичным предметом

6.1. Защита от ударов палкой средней длины со средней дистанции.

1. Защититься от удара палкой сверху при хвате двумя руками сбилом внутрь, рычаг руки наружу, изъять палку, заблокировать руку голенью или загиб руки за спину.

2. Защититься от удара палкой сверху при хвате одной рукой скользящим блоком, передний бросок, изъять палку, заблокировать руку голенью или загиб руки за спину.

3. Защититься от удара палкой сбоку в верхний уровень при хвате двумя руками нырком, рычаг руки наружу, изъять палку, заблокировать руку голенью или загиб руки за спину.

4. Защититься от удара палкой сбоку при хвате одной рукой скользящим блоком, передний бросок, изъять палку, заблокировать руку голенью или загиб руки за спину.

5. Защититься от удара палкой наотмашь при хвате двумя руками подставкой предплечий вперед, рычаг руки наружу, изъять палку, заблокировать руку голенью или загиб руки за спину.

6. Защититься от прямого удара палкой в верхний уровень отбивом внутрь, рычаг руки внутрь, изъять палку, загиб руки за спину.

7. Защититься от прямого удара палкой в верхний уровень отбивом внутрь, рычаг руки наружу, загиб руки за спину.

8. Защититься от прямого удара палкой в нижний уровень отбивом внутрь, рычаг руки наружу, изъять палку, заблокировать руку голенью или загиб руки за спину.

9. Защититься от удара палкой снизу скользящим блоком, рычаг руки внутрь, изъять палку, загиб руки за спину.

6.2. Защита от ударов палкой средней длины с дальней дистанции.

Защититься от удара палкой по любой траектории отскоком, контратаковать захватом руки или палки, изъять палку, загиб руки за спину (блокировать руку голенью).

7. Контрольно-обучающие схватки с применением ПР

1. Схватка с применением имитационной ПР в течение 20 сек.

2. Соревновательные схватки с применением имитационной ПР.

**Тема 7. Взаимодействие при силовом задержании.
Помощь при нападении. Защита от группового нападения**

Êðàò êîá ì ääðåáí èá

Теоретические сведения: силовое задержание лиц, которые оказывают или могут оказать сопротивление двумя сотрудниками во взаимодействии при подходе сзади, спереди, один спереди другой сзади в положении стоя и с переводом в положение лежа; силовое задержание лиц, оказывающих сопротивление двумя сотрудниками во взаимодействии в схватке.

Разъединение захватов у лиц, образующих цепь двумя сотрудниками при подходе спереди и сзади.

Переноска лиц, оказывающих неповиновение двумя сотрудниками.

Помощь при нападении на сотрудника или другое лицо в положении стоя и лежа ударами, удушающими захватами, обхватами. Помощь при нападении противника вооруженного ножом, пистолетом, ружьем.

Комбинации приемов с сопровождением, надеванием наручников, наружным осмотром, с сопровождением в наручниках.

Защита от группового нападения: основы тактики защиты при нападении двоих на одного, учебно-тренировочные поединки.

Ø:ááí íá í ääÿüí íá íááíí á:áí èá òáí ù

Силовое задержание двумя сотрудниками во взаимодействии при подходе сзади в положении противника стоя

№ 1 проводит прием на правую руку, №2 – на левую.

И.П. - №1 и №2 стоят сзади противника, соответственно справа и слева от него;



фото 1а



фото 1б



фото 2

1. № 1 и № 2 - проводят загиб руки за спину толчком (фото 1 а, б);
2. № 1 - свободной рукой захватывает дальнее плечо (одежду на плече) сзади или за волосы (болевым захват), а № 2 - предплечье свободной

руки заводит под подбородок и захватывает отворот одежды у правого уха, проводит удушающее воздействие.

3. №1 - проводит загиб руки за спину толчком, а №2 - проводит дожим кисти под ручку (фото 2).

Силовое задержание двумя сотрудниками во взаимодействии при подходе спереди в положении противника стоя

И.П. - №1 и №2 стоят перед противником, слева и справа от него;



фото 3а



фото 3б



фото 4



фото 5

1. № 1 и № 2 - проводят загиб руки за спину рывком (фото 3а, б);
2. № 1 и № 2 - проводят загиб руки за спину замком (фото 4);
3. И.П. - противник принимает боевую стойку (поднимает руки);
№ 1 и № 2 - проводят загиб руки за спину скручиванием внутрь (фото 5).

Силовое задержание двумя сотрудниками во взаимодействии при подходе один сзади, другой спереди в положении противника стоя



фото 6

И.П. - №1 стоит справа сзади, а №2 справа спереди от противника;

1. №1 - проводит загиб руки за спину толчком при подходе сзади;
2. №2 - проводит загиб руки за спину рывком или рычаг локтя через предплечье (фото 6).

Надевание наручников после задержания двумя сотрудниками во взаимодействии

После силового задержания двумя сотрудниками во взаимодействии в положении противника стоя можно сопроводить, а для надевания наручников подвести к стене, № 1 прижимает противника бедром и переходит от

загиб руки за спину к блокированию руки сзади (фото 7а, б) и надевает наручники (фото 7в).



фото 7а



фото 7б



фото 7в

Силовое задержание двумя сотрудниками во взаимодействии при подходе сзади с переводом противника в положение лежа

И.П. - №1 и №2 стоят сзади противника, соответственно справа и слева от него;

№ 1 и № 2 - захватывают одноименными руками руки противника за запястье, с упором свободной рукой в плечо и толчком стопой в сторону в подколенный сгиб (фото 8а), переводят в положение лежа на животе и фиксируют рычаг рук внутрь в положении лежа (фото 8б), № 1 - переходит к блокированию руки голенью (фото 8в), а № 2 - продолжает удерживать левую руку на рычаге руки внутрь. № 1 - надевает наручники.



фото 8а



фото 8б



фото 8в

Силовое задержание двумя сотрудниками во взаимодействии при подходе спереди с переводом противника в положение лежа

№ 1 и № 2 - проводят вход в прием загиб руки за спину «замком»: с шагом наружу пропускают разноименные руки между рук и туловищем противника, а одноименные запустить снаружи выше локтя и соединить их

в крючок, поворачиваясь наружу, подставляют ноги, стоящие внутри, перед ногами противника (фото 9а). Под болевым воздействием на плечевые суставы перевести противника в положение лежа на животе (фото 9б). № 1 - блокирует руку голенью, а № 2 - захватывает левую руку на рычаг руки внутрь (фото 9в). № 1 - надевает наручники.



фото 9а



фото 9б



фото 9в



фото 10а



фото 10б



фото 10в

1. № 1 и № 2 - захватывают разноименными руками руки противника за запястье, а другой рукой упираются ему в грудь (фото 10а) или, если руки подняты, захватывают кисти на дожим (фото 10б), выполняют заднюю подножку, сваливая противника на спину;

2. № 1 - скручиванием руки внутрь переводит противника в положение лежа на животе, а № 2 - передвигается за головой, натягивая руку и скручивая ее внутрь, переходит на другую сторону (фото 10в);

3. № 1 - блокирует руку голенью, а № 2 - захватывает левую руку на рычаг руки внутрь (фото 10в).

Силовое задержание двумя сотрудниками во взаимодействии противника, оказывающего активное сопротивление

Если противник не вооружен и атакует ударами, захватами рук, удушающими захватами, в том числе в положении лежа, или обхватами, то оптимальным вариантом является проведение удушающего захвата плечом

и предплечьем с надавливанием ладонью на затылок или с применением ПР скрестив руки с посадкой (постановкой на колени) (фото 11а, б), проведение двойного удушения (фото 12) или проведение броска с захватом ног сзади (фото 13) более подготовленным сотрудником. Другой сотрудник надевает наручники (фото 12, 13).



фото 11а



фото 11б



фото 12



фото 13



фото 14а



фото 14б



фото 14в



фото 14г

При оказании активного сопротивления более подготовленный сотрудник атакует броском и берет на удержание сбоку, а напарник захватывает левую руку на дожим кисти (фото 14а). Затем во взаимодействии переводят на блокирование руки голенью (фото 14б, в, г) и надевают наручники.

Разъединение захватов у лиц, образующих цепь двумя сотрудниками при подходе спереди и сзади



фото 15



фото 16



фото 17

При подходе спереди оба сотрудника выполняют рычаг пальца или дожим кисти (фото 15), болевые надавливания на заушные впадины (фото 16), бросок с захватом ног спереди (фото 17).



фото 18



фото 19



фото 20

При подходе сзади оба сотрудника захватывают за плечи и выполняют толчок стопой в сторону в подколенный сгиб, сваливая вперед (фото 18), удушающий прием плечом и предплечьем с надавливанием ладонью на затылок с посадкой (фото 19), бросок с захватом ног сзади (фото 20).

Переноска лиц оказывающих неповиновение двумя сотрудникам

Первый способ.

Один сотрудник подходит сзади и обхватывает туловище без обхвата рук, соединяя свои руки в крючок или захватом за запястье, а другой сбоку и обхватывает ноги, поднимают и переносят (фото 21).

Второй способ.

Оба сотрудника подходят сбоку один справа, другой слева от противника и становятся лицом друг к другу, пропускают разноименные руки под его руки и соединяют их за спиной в крючок или захватывают локти друг друга, а другими руками захватывают бедра, поднимают и переносят (фото 22).



фото 21



фото 22



фото 23

Оба способа могут выполняться при положении противника стоя, сидя и лежа на спине. Если противник лежит на спине, то его надо перевести в положение сидя. Если противник лежит на животе, то его надо перевернуть в положение лежа на спине, а затем посадить. Для перекачивания

противника в положение лежа на спине можно использовать способ, показанный на фото 23, или любой другой способ.

Переноска раненого



фото 24а



фото 24б

Для переноски раненых осуществляется захват рук указанным на фото 24а способом. Раненого сажают на руки и осуществляют переноску (фото 24б).

Помощь при нападении невооруженного

Помощь при нападении невооруженного противника может быть осуществлена удушающим захватом плечом и предплечьем с надавливанием ладонью на затылок (фото 25а). Помощь при нападении на лежащего также может быть осуществлена удушающим захватом плечом и предплечьем с надавливанием ладонью на затылок (фото 25б, в) с последующим задержанием во взаимодействии, если помощь оказывается сотруднику (фото 26).



фото 25а



фото 25б



фото 25в



фото 26

Если помощь оказывается другому лицу, то сотрудник под воздействием удушающего захвата (фото 27 а) переводит в положение лежа на животе, ставит одну ногу на стопу, другую на колено (фото 27 б, в) Требуется завести руку со стороны ноги стоящей на стопе за спину, блокирует ее голенью и захватывает разноименной рукой на дожим кисти (блокирует руку голенью) (фото 27 г) и отпускает удушающий захват. Надевает наручники.



фото 27а



фото 27б



фото 27в



фото 27г

Помощь при нападении вооруженного противника

Противник атакует (угрожает) ножом.



фото 28а



фото 28б



фото 28в

Сотрудник подходит справа сзади и захватывает кисть вооруженной руки (фото 28а), проводит рычаг руки наружу (фото 28б), обезоруживает (фото 28в), переводит на блокирование руки голенью и надевает наручники.

Противник угрожает применением пистолета (фото 29а).



фото 29а



фото 29б



фото 29в



фото 29г

Сотрудник подходит справа сзади и захватывает кисть вооруженной руки, направляя ствол вверх (фото 29б), проводит рычаг руки наружу (фото 29в), обезоруживает (фото 29г), переводит на блокирование руки голенью и надевает наручники.

Противник угрожает применением ружьем (фото 30а).

Сотрудник подходит справа сзади и захватывает ружье левой рукой сверху за начало ствола, а правой снизу за цевье, направляя его вверх (фо-

то 30б), с толчковым ударом левой ногой в сторону в колено вырывает ружье (фото 30в), наносит удар прикладом, разрывает дистанцию и задерживает с угрозой применения ружья.



фото 30а



фото 30б



фото 30в

Основы тактики защиты при нападении двоих на одного

Если сотрудник вооружен ПР и пистолетом или автоматом, то в зависимости от ситуации, вооруженности, подготовленности и поведения нападающих применять резиновую палку или использовать пистолет для задержания или применять его на поражение. Эти действия отрабатываются в соответствующих темах.

Если сотрудник не вооружен, то при ведении поединка необходимо:

- держать противников в поле зрения;
- активно перемещаться, выстраивая противников в одну линию перед собой, создавая препятствие одним нападающим за счет других;
- не допускать захватов;
- если нападение происходит вблизи с объектами, которые могут служить как разделительные (стол, мусорный ящик и т.п.), то необходимо забегать за них, использовать подручные средства (стул и т.п.) для активной самозащиты;
- если нападение происходит рядом со стеной или забором, то необходимо сблизиться с ними с целью уменьшения опасности нападения со спины, неожиданно атаковать, отталкивая противников;
- применять кратковременный захват одного из противников для прикрытия от нападения других и использования его для создания помех нападающим отталкивая, бросая, сваливая захваченного противника в опасном направлении;
- при необходимости прорыва между нападающими использовать обманные движения и вращение с активными защитными и атакующими действиями;
- атаковать наиболее опасного или ближнего противника;
- избегать продолжительных схваток с одним противником;
- при защите в положении лежа не допускать захода противника со стороны головы и спины, располагаться на боку лицом к нападающим, создавать и использовать любые возможности для того, чтобы встать (кувырком, перекатом).

Êí ò ðíëíí î-îáó-âpùèá çääáí èü

1. Взаимодействие при силовом задержании

1.1. Силовое задержание лиц, которые оказывают или могут оказать сопротивление двумя сотрудниками во взаимодействии.

1. Задержать во взаимодействии при подходе сзади с применением напарником захвата руки противника двумя руками, надеть наручники, провести наружный осмотр.

2. Задержать во взаимодействии при подходе сзади с применением загиба руки за спину толчком, надеть наручники, провести наружный осмотр.

3. Задержать во взаимодействии при подходе сзади с применением напарником дожима кисти под ручку, надеть наручники, провести наружный осмотр.

4. Задержать во взаимодействии при подходе спереди с применением загиба руки за спину рывком, надеть наручники, провести наружный осмотр.

5. Задержать во взаимодействии при подходе спереди с применением загиба руки за спину толчком, надеть наручники, провести наружный осмотр.

6. Задержать во взаимодействии при подходе спереди правонарушителя принявшего боевую стойку с применением загиба руки за спину скручиванием внутрь, надеть наручники, провести наружный осмотр.

7. Задержать во взаимодействии при подходе один спереди, другой сзади с применением напарником загиба руки за спину рывком, надеть наручники, провести наружный осмотр.

8. Задержать во взаимодействии при подходе один спереди, другой сзади с применением напарником рычага локтя через предплечье, надеть наручники, провести наружный осмотр.

9. Задержать во взаимодействии при подходе сзади сваливанием противника толчком стопой в сторону в подколенный сгиб, надеть наручники, провести наружный осмотр.

10. Задержать во взаимодействии при подходе спереди со сваливанием с применением загиба руки за спину «замком», надеть наручники, провести наружный осмотр.

11. Задержать во взаимодействии при подходе спереди сваливанием задней подножкой, перевести в положение лежа на животе, надеть наручники, провести наружный осмотр.

12. Задержать во взаимодействии при подходе спереди правонарушителя принявшего боевую стойку сваливанием задней подножкой с захватом рук противника на дожим кисти, перевести в положение лежа на животе, надеть наручники, провести наружный осмотр.

13. Задержать во взаимодействии противника, атакующего ударами, с применением напарником удушающего захвата плечом и предплечьем с надавливанием ладонью на затылок, надеть наручники, провести наружный осмотр.

14. Задержать во взаимодействии противника, атакующего ударами, с применением напарником двойного удушения, надеть наручники, провести наружный осмотр.

15. Задержать во взаимодействии противника, атакующего ударами, с применением напарником броска с захватом ног сзади, надеть наручники, провести наружный осмотр.

16. Задержать во взаимодействии противника, атакующего ударами, с применением напарником при подходе сзади ударов в область пояснице, по коленным суставам, надеть наручники, провести наружный осмотр.

17. Задержать во взаимодействии противника, оказывающего активное сопротивление, броском с переходом к узлу руки рукой, надеть наручники, провести наружный осмотр.

1.2. Разъединение захватов у лиц, образующих цепь двумя сотрудниками при подходе спереди и сзади.

1. При подходе спереди разъединить захват у лиц, образующих цепь двумя сотрудниками болевыми надавливаниями.

2. При подходе спереди разъединить захват у лиц, образующих цепь двумя сотрудниками болевыми воздействиями на руки.

3. При подходе спереди разъединить захват у лиц, образующих цепь двумя сотрудниками броском с захватом ног спереди.

4. При подходе сзади разъединить захват у лиц, образующих цепь двумя сотрудниками при подходе сзади удушением плечом и предплечьем.

5. При подходе сзади разъединить захват у лиц, образующих цепь двумя сотрудниками броском с захватом ног сзади.

При подходе сзади разъединить захват у лиц образующих цепь двумя сотрудниками осаживанием за плечи с ударом ногой в сторону в подколенный сгиб.

1.3. Переноска лиц оказывающих неповиновение двумя сотрудниками.

1. Вдвоем перенести оказывающего неповиновение из положения сидя один сзади, другой сбоку.

2. Вдвоем перенести оказывающего неповиновение из положения сидя оба подходят с боков.

3. Вдвоем перенести оказывающего неповиновение из положения лежа на спине один сзади, другой сбоку.

4. Вдвоем перенести оказывающего неповиновение из положения лежа на спине оба подходят с боков.

5. Вдвоем перенести оказывающего неповиновение из положения лежа на животе один сзади, другой сбоку.

6. Вдвоем перенести оказывающего неповиновение из положения лежа на животе оба подходят с боков.

7. Вдвоем перенести оказывающего неповиновение из положения стоя один сзади, другой сбоку.

8. Вдвоем перенести оказывающего неповиновение из положения стоя оба подходят с боков.

2. Помощь при нападении

1. Оказать помощь при нанесении ударов нанесением ударов, задержать во взаимодействии, надеть наручники, провести наружный осмотр.

2. Оказать помощь при нанесении ударов удушающим захватом, задержать во взаимодействии, надеть наручники, провести наружный осмотр.

3. Оказать помощь при нанесении ударов по лежащему сотруднику нанесением ударов, задержать во взаимодействии, надеть наручники, провести наружный осмотр.

4. Оказать помощь при нанесении удара рукой с применением рычага руки наружу, задержать во взаимодействии, надеть наручники, провести наружный осмотр.

5. Оказать помощь при удушающем захвате плечом и предплечьем, задержать во взаимодействии, надеть наручники, провести наружный осмотр.

6. Оказать помощь при захвате рук, задержать во взаимодействии, надеть наручники, провести наружный осмотр.

7. Оказать помощь при обхвате туловища, задержать во взаимодействии, надеть наручники, провести наружный осмотр.

8. Оказать помощь при нанесении ударов сидя верхом на лежащем сотруднике, задержать во взаимодействии, надеть наручники, провести наружный осмотр.

9. Оказать помощь при удушающем захвате кистями сидя верхом на лежащем сотруднике, задержать во взаимодействии, надеть наручники, провести наружный осмотр.

3. Защита от группового нападения

Контрольно-обучающие схватки против двоих.

1. Защищаться от нападения двоих в течение 20 сек.

2. Защищаться от нападения двоих в положении лежа в течение 20 сек.

Тема 8. Освобождение от захватов и обхватов

Êðàòêîá ìããðæàí èá

Теоретические сведения: освобождение от захватов различными способами: при подходе спереди: одежды на груди, за горло, волосы, рукавов, запястий одной руки одной и двумя руками сверху и снизу, обеих рук сверху и снизу, ног; при подходе сзади: от удушающих захватов, кистями рук, плечом и предплечьем, при подходе сбоку плечом и предплечьем под плечо; при подходе сзади одной руки и обеих рук, ног.

Освобождение от обхватов туловища без обхвата и с обхватом рук при подходе спереди и сзади различными способами.

Комбинации приемов освобождения с ударами, болевыми приемами, бросками и задержанием с угрозой применения пистолета с последующим сопровождением, надеванием наручников, наружным осмотром, с сопровождением в наручниках.

Ó:ááí îá íããÿáí îá îááí'á:áí èá òáí ù

Освобождение от захвата за одежду на груди, за горло, за плечи при подходе спереди сбивом предплечьями



фото 1а



фото 1б

И.П. - противник захватил одежду на груди (за горло, за плечи) при подходе спереди двумя руками;

1. ударом предплечьями по предплечьям противника снизу вверх в стороны (фото 1а) или сверху вниз сорвать захват (фото 1б);

2. выполнить одно из ответных действий.

Освобождение от захвата одной или двумя руками за одежду на груди, за горло, за плечи за волосы при подходе спереди загибом руки за спину скручиванием внутрь

И.П. - противник захватил одежду на груди (за горло, за плечи при подходе спереди) двумя руками (фото 2а);

1. захватить правой рукой кисть правой руки противника сверху, а левой запястье снизу и нанести расслабляющий удар правой ногой (фото 2б);



фото 2а



фото 2б



фото 2в

2. отставляя ногу после удара назад влево, повернуться направо, скручивая захваченную руку внутрь и срывая правым предплечьем захват левой руки, выполнить загиб руки за

спину скручиванием внутрь (фото 2в).



фото 3

Для освобождения от захвата одной или двумя руками за волосы при подходе спереди производится захват кисти (костей) рук противника сверху, прижимая их к голове, и резко наклоняется (фото 3). Происходит дожим кисти и в результате болевого воздействия противник отпускает захват. Далее выполняется загиб руки за спину вышеописанным способом.

Освобождение от захвата руки сверху или снизу двумя руками за запястье при подходе спереди с помощью второй руки



фото 4а



фото 4б

И.П. - противник захватил руку сверху или снизу двумя руками за запястье при подходе спереди;

1. свободной рукой захватить за кулак своей руки со стороны больших пальцев противника;

2. рывком на себя сорвать захват (фото 4а, б);

3. выполнить одно из ответных действий.

Освобождение от захвата руки сверху или снизу при подходе спереди загибом руки за спину скручиванием внутрь

И.П. - противник захватил руку разноименной рукой или двумя руками сверху или снизу при подходе спереди (фото 5а);

1. захватить правой (одноименной) рукой кисть правой (одноименной) руки противника сверху (фото 5б);

2. скручивая захваченную руку внутрь, повернуться направо, выполнить загиб руки за спину скручиванием внутрь (фото 5в).



фото 5а



фото 5б



фото 5в

Освобождение от захвата руки одной рукой, обеих рук (за кисти, запястья) сверху или снизу при подходе спереди выкручиванием их в сторону больших пальцев

И.П. - противник при подходе спереди захватил обе руки (за кисти, запястья) сверху (фото 6а) или снизу (фото 6б);

1. сжать кулаки и рывком рук с выкручиванием их в сторону больших пальцев противника сорвать захват (фото 6б, г);

2. выполнить одно из ответных действий.



фото 6а



фото 6б



фото 6в



фото 6г

Освобождение от захвата обеих рук за запястья сверху или снизу при подходе спереди загибом руки за спину скручиванием внутрь

И.П. - противник захватил обе руки за запястья сверху или снизу при подходе спереди (фото 7а);

1. нанести расслабляющий удар правой ногой и, скручивая правую руку внутрь (поднимая локоть вверх), сорвать захват левой руки и захватить ей кисть правой руки противника сверху (фото 7б);



фото 7а



фото 7б



фото 7в

2. отставляя правую ногу назад влево и, скручивая захваченную руку внутрь, повернуться направо и выполнить загиб руки за спину скручиванием внутрь (фото 7в).

Освобождение от захвата ног при подходе спереди

И.П. - противник пытается захватить при подходе спереди;
 - отставить одну ногу назад (выполнить выпад назад) и нанести удар локтем (кулаком) в спину (фото 8а);



фото 8а



фото 8б



фото 8в

- упираясь в плечи, оттолкнуть противника (фото 8б) и выполнить загиб руки за спину рывком (фото 8в) или другое ответное действие.

Освобождение от захвата руки одной или двумя руками при подходе сзади

И.П. - противник при подходе сзади захватил правую руку одной или двумя руками (фото 9а);

1. с поворотом направо резко сгибая захваченную руку в локтевом суставе и скручивая ее наружу, захватить свободной рукой кулак захваченной руки;



фото 9а



фото 9б

2. с ударом (толчком) правой ногой в сторону в колено рывком сорвать захват (фото 9б);

3. выполнить одно из ответных действий.

Освобождение от захвата рук при подходе сзади



фото 10а



фото 10б

И.П. - при подходе сзади противник захватил руки (фото 10а);

1. сделать шаг вперед и, наклоняясь, нанести удар ногой назад в живот противника с одновременным рывком согнуть руки в локтевом суставе и рывком выпрямить их, сорвать захват (фото 10б);

2. выполнить одно из ответных действий.

Освобождение от захвата ног при подходе сзади



фото 11

И.П. - при подходе сзади противник захватил ноги;

- при падении вперед на руки подтянуть одну ногу и нанести удар ногой в лицо или грудь (фото 11).

Освобождение от удушающего захвата плечом и предплечьем при подходе сзади с поворотом кругом

И.П. - противник при подходе сзади произвел удушающего захвата шеи плечом и предплечьем правой руки (фото 12а);

1. захватить левой рукой за запястье (предплечье) руки противника, нанести расслабляющие удары пяткой в подъем стопы, затылком в лицо,

выполнить подбив ягодицами назад или выполнить шаг левой ногой влево, нанести удар локтем правой руки в «солнечное сплетение» (кулаком в промежность) (фото 12б);



фото 12а



фото 12б



фото 12в

2. произвести толчок правой рукой в локоть противника вверх, и одновременно произвести рывок левой рукой вниз сорвать хват и повернуться лицом к противнику (фото 12в);

3. выполнить одно из ответных действий.

Освобождение от удушающего захвата плечом и предплечьем при подходе сзади с уходом назад «нырком» под руку

И.П. - противник при подходе сзади произвел удушающий захват шеи плечом и предплечьем правой руки (фото 13а);

1. захватить одноименной рукой за запястье (предплечье), нанести расслабляющие удары пяткой в подъем стопы, затылком в лицо;



фото 13а



фото 13б



фото 13в

2. выполнить правой ногой шаг назад в сторону, нанести удар локтем назад в «солнечное сплетение» или кулаком в промежность (фото 13б);

3. сорвать хват и перейти назад под руку («нырком»);

4. выполнить загиб руки за спину толчком (фото 13в).

Освобождение от удушающего захвата плечом и предплечьем при подходе сзади может выполняться броском с захватом руки на плечо.

Освобождение от удушающего захвата шеи кистями рук при подходе сзади

Освобождение от удушающего захвата шеи кистями рук при подходе сзади выполняется также, как и от удушающего захвата плечом и предплечьем с поворотом кругом и с уходом назад «нырком» под руку.

Освобождение от удушающего захвата плечом и предплечьем сбоку под плечо



фото 14а



фото 14б



фото 14в



фото 14г

И.П. - противник произвел удушающего захвата шеи плечом и предплечьем сбоку под плечо (фото 14а);

1. левую руку отвести назад вверх и положить на плечо противника, правой рукой нанести расслабляющий удар кулаком в промежность (фото 14б) и захватить ей запястье правой руки противника;

2. упереться левой рукой в боковую поверхность головы или захватить за ухо, за волосы и отжимая голову, сорвать захват (фото 14в) и перейти назад под руку («нырком»);

3. выполнить загиб руки за спину толчком (фото 14г) или другое ответное действие.

Освобождение от обхвата туловища спереди без обхвата рук



фото 15а



фото 15б

И.П. - противник обхватил туловище спереди без обхвата рук;

1. упереться основанием ладоней в подбородок или произвести болевое надавливание (надавить большими пальцами на глаза, основанием ладони в основание носа или на подушные впадины) и нанести удар коленом в промежность (носком ноги в голень);

2. отставляя ногу назад, выполнить глубокий выпад и, отталкиваясь руками, сорвать захват (фото 15а);

3. выполнить загиб руки за спину рывком или другое ответное действие (фото 15б).

Освобождение от обхвата туловища спереди с обхватом рук



фото 16а



фото 16б

выполнить глубокий выпад и одновременно развести руки в стороны, сорвать захват (фото 16а);

3. выполнить загиб руки за спину скручиванием внутрь или другое ответное действие (фото 16б).

И.П. - противник обхватил туловище спереди с обхватом рук;

1. нанести удар верхней поверхностью кулака (коленом) в промежность или сдвинуть руками мошонку, ударить лбом в лицо;

2. отставляя ногу назад,

Освобождение от обхвата туловища сзади без обхвата рук с поворотом кругом

И.П. - противник обхватил туловище сзади без обхвата рук;

1. нанести расслабляющие удары пяткой в подъем стопы, затылком в лицо (фото 17а);

2. захватить палец, произвести его рычаг (фото 17б) сорвать захват;

3. нанести удар локтем наотмашь в голову (фото 17в);

4. повернуться лицом к противнику и выполнить загиб руки за спину рывком (фото 17г).



фото 17а



фото 17б



фото 17в



фото 17г

Освобождение от обхвата туловища сзади без обхвата рук загибом руки за спину

И.П. - противник обхватил туловище сзади без обхвата рук;

1. захватить левой рукой кисть правой руки противника, а локтевым сгибом правой руки захватить локоть руки противника (фото 18а);

2. нанести расслабляющие удары пяткой в подъем стопы, затылком в лицо;

3. оказывая болевое воздействие на кисть (дожим кисти) и прижимая правой рукой локоть противника, сорвать хват и повернуться кругом (фото 18б);

4. выполнить на загиб руки за спину (фото 18в).



фото 18а



фото 18б



фото 18в

Освобождение от обхвата туловища сзади с обхватом рук с поворотом кругом

И.П. - противник при подходе сзади обхватил туловище с обхватом рук;



фото 19а



фото 19б



фото 19в



фото 19г

1. нанести расслабляющие удары пяткой в подъем стопы и затылком в лицо (фото 19а);

2. выполнить подбив ягодицами назад и развести руки в стороны, сбрасывая обхват (фото 19б);

3. левой рукой захватить за запястье (кисть) правой руки противника и выполнить шаг левой ногой вперед с поворотом кругом лицом к противнику (фото 19в);

4. выполнить одно из ответных действий (фото 19г).

Освобождение от обхвата туловища сзади с обхватом рук загибом руки за спину

И.П. - противник обхватил туловище сзади с обхватом рук;



фото 20а

фото 20б

фото 20в

фото 20г

1. нанести расслабляющие удары пяткой в подъем стопы, затылком в лицо (фото 20а);
2. выполнить шаг правой ногой назад в сторону и нанести удар кулаком в промежность (фото 20б);
3. развести руки в стороны вверх, сорвать захват, правой рукой захватить за запястье (кисть) правой руки противника (фото 20в);
4. перейти назад под руку («нырком») и выполнить загиб руки за спину толчком (фото 20г).

Еїї ò òїїї ї-їáo-àрùèá çääáí еү

1. Освобождение от захватов и обхватов с использованием удара в качестве ответного действия
 1. Освободиться от захвата одной руки двумя сверху, удар.
 2. Освободиться от захвата одной руки двумя снизу, удар.
 3. Освободиться от захватов обеих рук сверху, удар.
 4. Освободиться от захватов обеих рук снизу, удар.
 5. Освободиться от захвата за одежду на груди, удар.
 6. Освободиться от захвата за одежду на груди, удар.
 7. Освободиться от захвата за волосы при подходе спереди, удар.
 8. Освободиться от захвата кистями рук за шею при подходе сзади вплотную, удар.
 9. Освободиться от удушающего захвата плечом и предплечьем при подходе сзади, удар.
 10. Освободиться от удушающего захвата плечом и предплечьем при подходе сбоку под плечо, удар.
 11. Освободиться от удушающего захвата плечом и предплечьем с подворотом, удар.

12. Освободиться от захвата ног спереди, удар.
13. Освободиться от захвата ног сзади.
14. Освободиться от обхвата туловища спереди без обхвата рук, удар.
15. Освободиться от обхвата туловища спереди с обхватом рук, удар.
16. Освободиться от обхвата туловища сзади без обхвата рук, удар.
17. Освободиться от обхвата туловища сзади с обхватом рук, удар.

2. Освобождение от захватов и обхватов с использованием загиба руки за спину в качестве ответного действия

1. Освободиться от захвата одной руки двумя сверху, загиб руки за спину.
2. Освободиться от захвата одной руки двумя сверху загибом руки за спину скручиванием внутрь.
3. Освободиться от захвата одной руки двумя снизу, загиб руки за спину.
4. Освободиться от захвата одной руки двумя снизу загибом руки за спину скручиванием внутрь.
5. Освободиться от захватов обеих рук сверху, загиб руки за спину.
6. Освободиться от захватов обеих рук сверху загибом руки за спину скручиванием внутрь.
7. Освободиться от захватов обеих рук снизу, загиб руки за спину.
8. Освободиться от захватов обеих рук снизу загибом руки за спину скручиванием внутрь.
9. Освободиться от захвата за одежду на груди сбивом предплечьями, загиб руки за спину.
10. Освободиться от захвата за одежду на груди (за плечи, за горло) загибом руки за спину скручиванием внутрь.
11. Освободиться от захвата за волосы при подходе спереди загибом руки за спину скручиванием внутрь.
12. Освободиться от захвата кистями рук за шею при подходе сзади вплотную, загиб руки за спину.
13. Освободиться от удушающего захвата плечом и предплечьем при подходе сзади, загиб руки за спину.
14. Освободиться от удушающего захвата плечом и предплечьем при подходе сбоку под плечо, загиб руки за спину.
15. Освободиться от удушающего захвата плечом и предплечьем с подворотом, загиб руки за спину.
16. Освободиться от захвата ног спереди, загиб руки за спину.
17. Освободиться от обхвата туловища спереди без обхвата рук, загиб руки за спину.
18. Освободиться от обхвата туловища спереди с обхватом рук, загиб руки за спину.

19. Освободиться от обхвата туловища сзади без обхвата рук, загиб руки за спину.

20. Освободиться от обхвата туловища сзади с обхватом рук, загиб руки за спину.

3. Освобождение от захватов и обхватов с использованием бросков в качестве ответных действий

1. Освободиться от обхвата туловища спереди с обхватом рук, бросок с захватом ног спереди, ущемление ахиллесова сухожилия.

2. Освободиться от обхвата туловища спереди с обхватом рук броском наклоном, удержание верхом, узел руки рукой, загиб руки за спину.

3. Освободиться от обхвата туловища спереди с обхватом рук броском переворотом, удержание верхом, переход к рычагу локтя с захватом руки между ног.

4. Освободиться от обхвата туловища спереди без обхвата рук, бросок задняя подножка, удержание сбоку, узел руки рукой, загиб руки за спину.

5. Освободиться от обхвата туловища сзади без обхвата рук броском с захватом руки под плечо, удержание сбоку, удушение предплечьем сверху.

6. Освободиться от обхвата туловища сзади с обхватом рук броском с захватом руки на плечо, блокирование руки голенью.

7. Освободиться от удушающего захвата плечом и предплечьем броском с захватом руки на плечо с колен, удержание с боку, узел руки ногой.

4. Освобождение от захватов и обхватов с использованием задержания с угрозой применения пистолета в качестве ответного действия

1. Освободиться от захвата одной руки двумя сверху, задержание с угрозой применения пистолета.

2. Освободиться от захвата одной руки двумя снизу, задержание с угрозой применения пистолета.

3. Освободиться от захватов обеих рук сверху, задержание с угрозой применения пистолета.

4. Освободиться от захватов обеих рук снизу, задержание с угрозой применения пистолета.

5. Освободиться от захвата за одежду на груди, задержание с угрозой применения пистолета.

6. Освободиться от захвата за одежду на груди, задержание с угрозой применения пистолета.

7. Освободиться от захвата за волосы при подходе спереди, задержание с угрозой применения пистолета.

8. Освободиться от захвата кистями рук за шею при подходе сзади вплотную, задержание с угрозой применения пистолета.

9. Освободиться от удушающего захвата плечом и предплечьем при подходе сзади, задержание с угрозой применения пистолета.

10. Освободиться от удушающего захвата плечом и предплечьем при подходе сбоку под плечо, задержание с угрозой применения пистолета.

11. Освободиться от удушающего захвата плечом и предплечьем с подворотом, задержание с угрозой применения пистолета.

12. Освободиться от захвата ног спереди, задержание с угрозой применения пистолета.

13. Освободиться от обхвата туловища спереди без обхвата рук, задержание с угрозой применения пистолета.

14. Освободиться от обхвата туловища спереди с обхватом рук, задержание с угрозой применения пистолета.

15. Освободиться от обхвата туловища сзади без обхвата рук, задержание с угрозой применения пистолета.

16. Освободиться от обхвата туловища сзади с обхватом рук, задержание с угрозой применения пистолета.

Тема 9. Пресечение попыток достать или взять оружие (упреждающие действия). Защита от угрозы оружием в упор и попыток обезоружить

Êðàòêîá ì ääðåáí èá

Общие положения.

Пресечение попыток (упреждающее действие) достать оружия из внутреннего, бокового и заднего кармана, из-за пояса, из-под брючины, при попытке взять оружие с земли, со стола.

Защита от угрозы пистолетом в упор спереди и сзади; защита от угрозы ружьем (автоматом) в упор спереди и сзади.

Защита от попытки захватить оружие в кобуре при подходе спереди, сбоку и сзади. Комбинации приемов с сопровождением, надеванием наручников, наружным осмотром, с сопровождением в наручниках.

Ó:ááí îá í ääÿäí îá îááí á:áí èá òáí ù

Общие положения пресечения попыток достать или взять оружие

Пресечь - означает сразу прекратить, остановить резким вмешательством. Пресечение *попыток* достать или взять оружие по сути своей являются упреждающими действиями.

Пресечение попыток достать или взять оружие осуществляется болевыми приемами на руку, не позволяющими противнику извлечь оружие, затем проводится сопровождение под воздействием болевого приема или надевание наручников, наружный осмотра, сопровождение.

Если противнику удастся извлечь оружие, то вначале проводится обезоруживание, а затем приемы задержание с применением болевых приемов.

Если противнику удастся извлечь оружие и освободиться от захвата вооруженной руки, то сотрудник, в зависимости от ситуации вынужден выполнять:

- приемы защиты от ударов ножом или аналогичным предметом, рассматриваемые в теме 11 «Защита безоружного от ударов ножом или аналогичным предметом»;

- приемы защиты от угрозы оружием в упор, рассматриваемые в данной теме;

- приемы защиты от угрозы применения огнестрельного оружия или от огня противника, рассматриваемые в теме 4 «Задержание с угрозой применения пистолета. Защита от огня противника».

В целях создания благоприятных условий для проведения упреждающих действий при проверке документов, а также в целях личной безопасности необходимо:

- располагаться спереди слева, со стороны правой руки на средней дистанции (одно перемещение для контакта) от лица, у которого проверяются документы;

- если лицо, у которого проверяются документы, находится за рулем автомашины, необходимо потребовать выключить двигатель, при этом запрещается: располагаться спереди, сзади автомашины и по ходу открывания двери, а также засовывать голову в салон автомашины;

- в зависимости от ситуации можно потребовать выйти из автомашины;

- если лицо, у которого проверяются документы, остается за рулем, располагаться сбоку сзади от водителя;

- внимательно наблюдать за поведением и действиями лица, у которого проверяются документы.

Пресечение попытки достать оружие из внутреннего кармана или из-за пояса



фото 1а



фото 1б



фото 1в

И.П. - стоя перед противником, пытающимся достать оружие из внутреннего кармана;

1. захватить кисть противника двумя руками так, чтобы большие пальцы уперлись в основания мизинца и безымянного пальцев и нанести расслабляющий удар левой ногой (фото 1а);

2. отставляя ногу после удара по дуге назад - вправо, повернуться налево и одновременно дожимая кисть и скручивая руку наружу, поддерживая угол сгибания в локтевом суставе около 90° , потянуть ее влево - вниз к левому носку (фото 1б);

3. под болевым воздействием вынудить противника лечь на спину, встать около бока противника, подтянуть руку вверх и зажать ее между ног (фото 1в).

Перевод в положение лежа на животе

И.П. - конечное положение после проведения рычага руки наружу (фото 1в);

1. нанести расслабляющий удар правой ногой снизу носком или свеху пяткой (фото 2а);



фото 2а



фото 2б



фото 2в



фото 2г

2. правой рукой захватить кисть руки противника сверху обратным хватом, дожимая кисть, согнуть руку в локтевом суставе с одновременным скручиванием ее внутрь, опереться левой рукой в локтевой сустав (фото 2б);

3. оказывая болевое воздействие на руку, переворачивать противника на живот и заводить руку ему за спину, одновременно шагая через противника (фото 2в);

4. встать над противником левой ногой на колено, а правой на стопу таким образом, чтобы локоть противника упирался в голень, перехватить левой рукой кисть заблокированной руки, взяв на дожим кисти (блокирование руки голенью) (фото 2г).

Пресечение попытки достать оружие из внутреннего кармана загибом руки за спину скручиванием внутрь



фото 3а



фото 3б



фото 3в



фото 3г

И.П. - встать перед противником, пытающимся правой рукой достать оружие из внутреннего кармана;

1. с шагом левой правой рукой захватить кисть противника, а левой основанием ладони в локоть противника снизу правой ногой и нанести расслабляющий удар (фото 3а);

2. отставляя ногу после удара назад вправо, повернуться направо одновременно, дожимая кисть скручивать руку внутрь, толкая локоть вперед (фото 3б);

3. выполнить загиб руки за спину толчком (фото 3в, г).

Пресечение попытки достать оружие из бокового или заднего кармана брюк загибом руки за спину замком



фото 4а



фото 4б



фото 4в



фото 4г

И.П. - стоя лицом к противнику, засунувшему руку в карман брюк, на расстоянии шага;

1. с шагом левой пропустить левую руку между предплечьем правой руки и бедром противника, а правую запустить снаружи чуть выше локтя и соединить руки в крючок, нанести удар коленом правой ноги в «солнечное сплетение» (фото 4);

2. отставляя ногу после удара назад влево и поворачиваясь направо, произвести сильный рывок руками вверх, на себя, прижимая локоть противника к груди (фото 4б);

3. произвести рывок вниз вдоль себя (фото 4в);

4. выполнить загиб руки за спину (фото 4г).

Пресечение попыток взять оружие с земли, со стола



фото 5



фото 6

Пресечение попытки поднять оружие с земли ударом ногой по руке (фото 5) или в голову, загиб руки за спину (любым способом).

Пресечение попытки взять оружие со стола ударом кулаком по руке, другой рукой в голову (фото 6).

Защита от угрозы пистолетом спереди в упор с последующим применением рычага руки наружу и обезоруживанием

И.П. - стоя руки вверх перед противником угрожающим пистолетом (фото 7а);

1. уйти с линии огня вперед влево и захватить вооруженную руку (фото 7б);



фото 7а



фото 7б



Фото7в

2. провести рычаг руки наружу и произвести обезоруживание (фото 7в) оказывая на руку болевое воздействие и потребовав «Брось пистолет!»; при оказании сопротивления нанести удар ногой (пяткой сверху или носком снизу в правое подреберье);

3. перевести в положение лежа на животе, блокировать руку голенью или загиб руки за спину.

Этот прием может выполняться с отбивом вооруженной руки противника поднятым предплечьем левой руки (фото 8б) в момент ухода с линии огня с последующим ее захватом, проведением рычага руки наружу и обезоруживанием (фото 8в, г).



фото 8а



фото 8б



фото 8в



фото 8г

Защита от угрозы пистолетом спереди в упор, обезоруживание выбиванием, загиб руки за спину скручиванием внутрь

И.П. - стоя руки вверх перед противником угрожающим пистолетом (фото 9а);

1. уйти с линии огня вперед влево и захватить вооруженную руку разноименной рукой за запястье (фото 9б);

2. встречным движением рук выбить пистолет (нож) предплечьем (кулаком, основанием ладони) одноименной руки (фото 9в);

3. выполнить загиб руки за спину скручиванием внутрь (фото 9г, д.).



фото 9а

фото 9б

фото 9в

фото 9г

фото 9д

Защита от угрозы пистолетом сзади в упор с последующим применением рычага руки наружу и обезоруживанием



фото 10а

фото 10б

фото 10в

фото 10г

И.П. - стоя руки вверх спиной к противнику угрожающему пистолетом в упор (фото 10а);

1. повернуться направо кругом с уходом с линии огня, левой рукой из-под правой руки захватить вооруженную руку за запястье (фото 10б);

2. рычаг руки наружу (фото 10в, г) (рычаг руки внутрь, если пистолет в левой руке), обезоружить, заблокировать руку голенью или загиб руки за спину.

Этот прием может выполняться с отбивом вооруженной руки противника предплечьем правой руки в момент поворота направо кругом с последующим ее захватом, проведением рычага руки наружу и обезоруживанием.

Защита от угрозы пистолетом сзади в упор, обезоруживание выбиванием, загиб руки за спину скручиванием внутрь

1. повернуться направо кругом с уходом с линии огня, левой рукой из-под правой руки захватить вооруженную руку за запястье (фото 11б);

2. встречным движением рук выбить пистолет (нож) предплечьем (кулаком, основанием ладони) одноименной руки (фото 11в);

3. выполнить загиб руки за спину скручиванием внутрь (фото 11г, д).



фото 11а

фото 11б

фото 11в

фото 11г

фото 11д

Защита от угрозы ружьем спереди в упор, обезоруживание и задержание с угрозой применения ружья



фото 12а

фото 12б

фото 12в

И.П. - стоя руки вверх перед противником угрожающим ружьем (фото 12а);

1. уйти с линии огня вперед влево и одновременно захватить ружье правой рукой снизу за ствол, поднимая его вверх, а левой сверху за цевье (фото 12б);

2. с ударом левой ногой в сторону в колено вырвать ружье (фото 12в);

3. разорвать дистанцию, произвести задержание с угрозой применения ружья.

Если противник не выполняет требования стоять и идет на сближение, а ружье оказалось незаряженным, нанести удары ружьем.

Этот прием может выполняться с отбивом ружья поднятым предплечьем левой руки в момент ухода с линии огня с последующим захватом и вырыванием ружья.

Защита от угрозы ружьем сзади в упор, обезоруживание и задержание с угрозой применения ружья

И.П. - стоя руки вверх спиной к противнику угрожающему ружьем в упор (фото 13а);



фото 13а



фото 13б



фото 13в



фото 13г

1. повернуться направо кругом с уходом с линии огня, левой рукой из под правой руки захватить сверху за цевье (фото 13б);
2. с ударом левой ногой в сторону в колено вырвать ружье (фото 13в, г);
3. разорвать дистанцию, произвести задержание с угрозой применения ружья.

Этот прием может выполняться с отбивам ружья поднятым предплечьем правой руки (фото 14б) в момент поворота кругом с последующим захватом и вырыванием ружья (фото 14в).



фото 14а



фото 14б



фото 14в

Еїї ò ðїëїї î-îáó-àpùèá çàäàí èÿ

1. Пресечение попыток достать или взять оружие
 1. Пресечь попытку достать оружие из внутреннего кармана рычагом руки наружу, блокировать руку голенью или загиб руки за спину.
 2. Пресечь попытку достать пистолет из-за пояса рычагом руки наружу, блокировать руку голенью или загиб руки за спину.
 3. Пресечь попытку достать оружие из бокового кармана брюк загибом руки за спину рывком.
 4. Пресечь попытку достать оружие из бокового кармана брюк загибом руки за спину замком.

5. Пресечь попытку достать оружие из бокового кармана брюк рычагом локтя через предплечье.

6. Пресечь попытку достать оружие из-под брючины ударом ногой, загиб руки за спину.

7. Пресечь попытку поднять оружие с земли ударом ногой (по руке, в голову), загиб руки за спину.

8. Пресечь попытку взять оружие со стола ударом кулаком по руке, другой рукой в голову.

2. Защита от угрозы оружием

1. Защититься от угрозы пистолетом спереди с близкого расстояния, рычаг руки наружу, обезоружить, заблокировать руку голенью или загиб руки за спину.

2. Защититься от угрозы пистолетом сзади в упор, рычаг руки наружу, обезоружить, заблокировать руку голенью или загиб руки за спину.

3. Защититься от угрозы ружьем (автоматом) спереди с близкого расстояния, обезоружить, задержать с угрозой применения оружия.

4. Защититься от угрозы ружьем (автоматом) сзади в упор, обезоружить, задержать с угрозой применения оружия.

3. Защита от попытки захватить оружие в кобуре

1. Защититься от попытки захватить пистолет в кобуре при подходе спереди, загиб руки за спину рывком.

2. Защититься от попытки захватить пистолет в кобуре при подходе спереди, рычаг руки наружу, заблокировать руку голенью или загиб руки за спину.

3. Защититься от попытки захватить пистолет в кобуре при подходе сбоку, рычаг руки наружу, заблокировать руку голенью или загиб руки за спину.

4. Защититься от попытки захватить пистолет в кобуре при подходе сзади, рычаг руки наружу, заблокировать руку голенью или загиб руки за спину.

5. Защититься от попытки захватить пистолет в кобуре при подходе сбоку с поворотом направо удар локтем или кулаком правой руки наотмашь в голову и захват левой рукой руки противника, загиб руки за спину рывком.

6. Защититься от попытки захватить пистолет в кобуре при подходе сзади с поворотом направо кругом удар локтем или кулаком правой руки наотмашь в голову и захват левой рукой руки противника, загиб руки за спину рывком.

Тема 10. Удары и защита от ударов с использованием автомата

Éðàòéîá ìíááðæàí èá

Удары стволом, прикладом и средней частью (магазинной коробкой) автомата по различным траекториям.

Защита от ударов невооруженного и вооруженного противника по различным траекториям подставками и отбивом автоматом и ответные удары автоматом. Задержание с угрозой применения автомата, сопровождение.

Освобождение от захвата автомата.

Ó:ááí îá îááëÿáí îá îááííá:áí èá òáí ù

Удары длинноствольным оружием (автоматом)



фото 1



фото 2

Основными траекториями ударов длинноствольным оружием является прямой удар (тычком) стволом из боевой стойки (фото 1), с шагом правой (со сменой стойки) прямой удар (тычком) прикладом (фото 2).



фото 3



фото 4



фото 5

Удар прикладом сбоку (фото 3) и наотмашь (фото 4), толчковый удар средней частью оружия (магазинном автомата), вытеснение (фото 5).

Комбинация ударов автоматом выполняется аналогично тому, как выполняются комбинации ударов с ПР.

Обучающими упражнениями являются одиночные и комбинации ударов, выполняемые в воздух и по снарядам из боевой стойки с места и в передвижении.

Защита от ударов с использованием автомата

Защита от удара снизу или прямого (тычкового) удара в нижний уровень отбивом стволом оружия внутрь (фото 6а) и контратака прямым (тычковым) ударом стволом в живот (фото 6б).



фото 6а



фото 6б



фото 7а



фото 7б

Защита от удара снизу или прямого (тычкового) удара в нижний уровень отбив средней частью оружия (фото 7а) и контратака ударом прикладом сбоку в голову (фото 7б).

Освобождение от захвата автомата



фото 8а



фото 8б



фото 8в

Освобождение от захвата длинноствольного оружия (фото 8а) производится путем скручивания рук противника (фото 8б), нанесением ответного удара (фото 8в) с последующим задержанием с угрозой применения оружия.

Êíí ò ðíëüü î-îáó-àðùèà çàüüí èü

1. Удары длинноствольным оружием

1. Атаковать прямым (тычковым) ударом стволом оружия.
2. Атаковать удар средней частью (магазином) автомата вперед.
3. Атаковать ударом прикладом оружия.
4. Атаковать ударом сбоку прикладом оружия.
5. Атаковать одиночными и комбинациями ударов оружия с места и в передвижении в течение до 20 сек.

2. Защита от ударов с использованием автомата

1. Защититься от удара ножом сверху (сверху сбоку) отбивом оружием, контрудар, задержать с угрозой применения оружия.

2. Защититься от прямого удара ножом в верхний уровень отбивом автоматом, контрудар, задержать с угрозой применения оружия.

3. Защититься от прямого удара ножом в нижний уровень отбивом оружием, контрудар, задержать с угрозой применения оружия.

4. Защититься от удара ножом снизу отбивом оружием, контрудар, задержать с угрозой применения оружия.

5. Защититься от удара сбоку отбивом автоматом, контрудар, задержать с угрозой применения оружия.

6. Защититься от удара ножом сбоку переводом оружием, контрудар, задержать с угрозой применения оружия.

7. Защититься от удара наотмашь отбивом автоматом, контрудар, задержать с угрозой применения оружия.

8. Защититься от удара ножом наотмашь переводом оружием, контрудар, задержать с угрозой применения оружия.

9. Защититься от удара ногой снизу отбивом оружием, контрудар, задержать с угрозой применения оружия.

10. Защититься от прямого (в сторону) удара ногой в живот отбивом оружием, контрудар, задержать с угрозой применения оружия.

3. Освобождение от захвата автомата

1. Освободиться от захвата автомат, задержать с угрозой применения оружия.

Тема 11. Удары ножом. Защита от ударов ножом или аналогичным предметом

Êðàò êîá ì ì ääðåáí èá

Удары ножом: хваты ножа, стойки, траектории и виды ударов ножом из различных хватов; одиночные удары ножом разных видов из различных хватов и стоек по разным траекториям; комбинации ударов ножом.

Основы тактики защиты от угрозы и ударов ножом.

Упреждающие приемы: с применением ударов по противнику вооруженному ножом; с применением болевых приемов на вооруженную руку.

Защита от ударов ножом: защита от ударов ножом с применением ударов в качестве ответных действий, с применением болевых приемов в качестве ответных действий; Защита от ударов ножом в положении лежа; защита от ударов ножом с использованием одежды: плащ, куртка, пиджак и т.п.

Комбинации приемов с сопровождением, надеванием наручников, наружным осмотром, с сопровождением в наручниках.

Учебно-тренировочные и соревновательные поединки безоружного сотрудника с противником вооруженным ножом.

Ó:ááí íá í ääÿáí íá íááíí á:áí èá òáí ù

Удары ножом



фото 1а



фото 1б



фото 1в

Нож состоит из рукояти и клинка.

Основными способами хвата является хват от мизинца (фото 1а), от большого и указательного пальцев (фото 1б) и от большого пальца (фото 1в). Каждому хвату соответствуют определенные виды и траектории ударов.

Основные траектории и виды ударов, выполняемые из различных хватов:

- хват от мизинца: удар сверху, сверху сбоку, наотмашь сверху сбоку и сбоку - колющие, колюще-режущие.

- хват от большого и указательного пальцев: прямые или «тычковые» колющие и колюще-режущие в разные уровни, а также режущие по различным траекториям.

- хват от большого пальца: снизу, снизу сбоку, сбоку в разные уровни - колющие, колюще-режущие.

Удары ножом могут выполняться из фронтальной стойки, боковой рукопашной - вооруженная рука задняя, боковая фехтовальная - вооруженная рука передняя.

Удары ножом могут комбинироваться. Траектории и виды ударов в комбинации определяются хватом ножа.

Например, при хвате ножа от мизинца из левосторонней рукопашной стойки может быть нанесен колющий удар сверху в область ключицы, и с шагом правой или отшагом левой колющий удар наотмашь.

Основы тактики защиты от угрозы и ударов ножом

Защитные действия от угрозы и ударов ножом могут быть пассивные, после которых не выполняются ответные действия и активные, которые характеризуются тем, что в качестве упреждающих или ответных действий могут применяться угроза применения оружия или его применение на поражение, удары ПР, подручными средствами, руками и ногами, а также болевые приемы. Все защитные приемы как пассивные, так и активные могут применяться при серийных ударах ножом и в поединке.

При выборе тактики защитных действий от угрозы и ударов ножом необходимо учитывать следующие условия:

- физическое развитие противника (рост, вес и др.) и техническая готовность (изготовки, хваты и перехваты ножа и др.) по внешним признакам;
- особенности ножа: короткий, длинный, заточка и т.п.;
- намерения противника и степень его агрессивности;
- индивидуальные возможности защищающегося;
- благоприятность ситуации для захвата вооруженной руки или удара в уязвимое место.

Особенностью защиты от ударов ножом является необходимость остерегаться клинка. Учитывая это должны применяться способы защиты, исключаящие уколы и порезы.

Наиболее безопасные способы защиты: уходы отскоком или бегом назад, в стороны с целью разорвать дистанцию (глубокое маневрирование), обеспечить недостижимость удара ножом. В теме 4 «Задержание с угрозой применения пистолета. Защита от огня противника» рассматриваются наиболее эффективные приемы защиты от угрозы или ударов ножом.

В теме 6 «Действия с применением резиновой палки. Защита от ударов палкой или аналогичным предметом» рассматриваются приемы защиты от ударов ножом применением встречных ударов ПР, а также приемы предусматривающие использования ПР для блокирования ударов. Рассмотренные приемы могут эффективно применяться, если вместо ПР будут использоваться аналогичные подручные средства. В качестве подручного средства могут использоваться табуреты, стулья и т.п.

Более опасными приемами защиты от ударов ножом являются такие подставки, когда клинок обращен к руке и вооруженная рука противника

не зафиксирована хватом другой руки. В подобных случаях противник имеет возможность перейти от колющего удара на режущий удар.

При выполнении пассивной защиты, упреждающего удара или контрудара необходимо, как правило, разорвать дистанцию переместившись таким образом, чтобы противник оказался в неудобном положении для последующей атаки.

При подготовке к защитным действиям следует учитывать хват ножа.

Конечной целью защитных действия от угрозы или ударов ножом является обезоруживание противника и его задержание.

Упреждающие приемы с применением ударов по руке вооруженной ножом

При хвате от большого пальца и рука в переднем положении нож может быть выбит ударом носком снизу по запястью (фото 2).

При хвате от большого и указательного пальца и рука вытянута нож может быть выбит ударом по дуге внешним или внутренним сводом стопы правой или левой ногой по тыльной поверхности кисти вооруженной руки (фото 3).



фото 2



фото 3



фото 4

Выбиванием ножа ударом рукой (предплечьем, основанием ладони, кулаком) по тыльной поверхности кисти вооруженной руки захваченной за запястье (фото 4).

После обезоруживания для задержания может быть применен любой способ загиба руки за спину.

Применение болевых приемов на руку вооруженную ножом

В качестве упреждающих и ответных после защиты от ударов ножом из болевых приемов на руку, главным образом, применяются рычаг руки внутрь и наружу, при проведении которых вооруженная рука достаточно надежно блокируется, клинок ножа обращен в безопасное направление и обеспечивается обезоруживание.



фото 5



фото 6

Обезоруживание при взятии вооруженной руки на рычаг руки внутрь или рычаг руки наружу проводится за счет усиления болевого воздействия приема, и, прежде всего, дожима кисти, вынуждающего раз-

жать кисть, выпустить нож (фото 5, 6). Дополнительно может быть подана команда: «Брось нож!».

При проведении рычага наружу дополнительно может быть нанесен удар ногой - пяткой сверху или носком снизу в правое подреберье (фото 6).

Защита от удара ножом сверху



фото 7а



фото 7б



фото 7в

1. с шагом левой захват вооруженной руки «вилкой»;
2. расслабляющий удар правой (фото 7а);
3. с отставлением правой ноги назад и поворотом направо выполнить рычаг руки внутрь (фото 7б);
4. обезоружить и перевести на загиб руки за спину (фото 7в).

Защита от удара ножом сбоку

1. с шагом правой и поворотом налево захватить вооруженную руку «вилкой» (фото 8 а);
2. отставляя правую ногу по дуге назад и поворачиваясь направо, выполнить рычаг руки внутрь (фото 8 б);
3. обезоружить и перевести на загиб руки за спину (фото 8в).



фото 8 а



фото 8 б



фото 8в

Защита от удара ножом наотмашь



фото 9а



фото 9б



фото 9в

1. с шагом левой и поворотом направо захватить вооруженную руку «вилкой» (фото 9а);
2. отставляя левую ногу по дуге назад и поворачиваясь налево, выполнить рычаг руки наружу (фото 9б, в);
3. обезоружить (фото 9в);
4. перевести на блокировании руки голенью или на загиб руки за спину.

Защита от удара ножом снизу (снизу – сбоку, прямого в нижний уровень)

1. с шагом левой отбив левой вооруженной руки противника наружу с захватом правой рукой кисть вооруженной руки сверху (фото 10а);
2. перевод вооруженной руки по дуге наружу, поворачиваясь направо, выполнить рычаг руки внутрь (фото 10б, в);
3. обезоружить (фото 10в);
4. перевести на загиб руки за спину (фото 10г).



фото 10а



фото 10б



фото 10в



фото 10г

Защита от удара ножом сверху (сверху - сбоку)



фото 11а



фото 11б



фото 11в



фото 11г

1. защита отшагом с отклонением (фото 11а);
2. с подшагом наложить кисть левой руки на кисть вооруженной руки противника сверху (фото 11а, б);
3. с захватом правой рукой кисть вооруженной руки сверху перевести вооруженную руку по дуге вниз - наружу - вверх (фото 11в);
4. поворачиваясь направо, выполнить рычаг руки внутрь (фото 11г);
5. обезоружить (фото 11г) и перевести на загиб руки за спину.

Защита от прямого удара ножом в верхний (средний) уровень



фото 12а



фото 12б

1. с шагом левой вперед - влево отбив левой рукой вооруженной руки противника внутрь с последующим захватом (фото 12а);

2. с поворотом налево захват вооруженной руки двумя руками на дожим кисти (фото 12б);

3. выполнить рычаг руки наружу, обезоружить и перевести на блокирование руки голенью или на загиб руки за спину.

Защита от прямого удара ножом в нижний уровень



фото 13а



фото 13б

1. с шагом левой вперед - влево отбив опущенным предплечьем левой вооруженной руки противника внутрь (фото 13а);

2. с поворотом налево захват вооруженной руки на дожим кисти (фото 13б);

3. выполнить рычаг руки наружу, обезоружить и перевести

на блокирование руки голенью или на загиб руки за спину.

Êíí ò ðí èüü î-îáó: à þ ù è á ç ä ä ä è ü

1. Удары ножом

1.1. Одиночные удары ножом при различных хватах.

Хваты ножа от мизинца:

1. Атаковать ударом ножом сверху (сверху-с боку) в область ключицы (шеи).

2. Атаковать ударом ножом наотмашь в область шеи (туловища).

3. Атаковать режущим ударом ножом с боку по лицу (горлу).

Хваты ножа от большого и указательного пальцев:

4. Атаковать тычковым ударом ножом в область горла (груди, живота).

5. Атаковать режущим ударом ножом сверху-с боку (с боку, наотмашь) по лицу (горлу).

Хваты ножа от большого пальца:

6. Атаковать ударом ножом снизу (снизу-с боку) в область живота.

7. Атаковать ударом ножом сбоку в область шеи, (туловища).

8. Атаковать одиночными ударами ножом: 1-2 удара при каждом хвате.

1.2. Комбинации из двух ударов ножом.

Хваты ножа от мизинца:

1. Атаковать ударами ножом сверху (сверху-с боку) в область ключицы наотмашь в область шеи (туловища).

Хваты ножа от большого и указательного пальцев:

2. Атаковать тычковыми ударами ножом в область горла (груди), живота.

3. Атаковать режущим ударом ножом сверху-с боку по лицу, наотмашь по горлу.

4. Атаковать режущим ударом ножом наотмашь по горлу, тычковым ударом в область груди (живота).

Хваты ножа от большого пальца:

5. Атаковать ударом ножом снизу (снизу-с боку) в область живота, сбоку в область шеи, (туловища).

6. Атаковать комбинациями из двух ударов ножом: 1-2 комбинации при каждом хвате.

1.3. Защита от ударов с применением удара ножом в качестве ответного действия.

Удары и контрудары обозначаются.

Защититься от 5-6 одиночных ударов рукой или ногой, контратаковать ударом ножом.

2. Упреждающие приемы

2.1. Упреждающие приемы могут быть при попытке достать или взять нож.

Контрольно-обучающие задания с этими приемами представлены в теме 9 «Пресечение попыток достать или взять оружие. Защита от угрозы оружием в упор и попыток обезоружить».

2.2. Упреждающие удары по противнику вооруженному ножом.

1. Атаковать противника удерживающего нож в опущенной руке ударом ногой сбоку по вооруженной руке.

2. Атаковать противника удерживающего нож в различных положениях ударом ногой снизу в промежность или сбоку в колено по впереди стоящей ноги.

3. Выбить нож ударом ногой угрожающего ножом: нож в выставленной вперед руке при хвате от большого пальца.

4. Выбить нож ударом ногой угрожающего ножом: нож в выставленной вперед руке при хвате от большого и указательного пальца.

5. Выбить нож ударом ногой угрожающего ножом: нож в вытянутой руке при хвате от мизинца.

2.3. Упреждающие приемы с применением болевых приемов на вооруженную руку.

1. Атаковать противника удерживающего нож в опущенной руке (при хвате от мизинца или большого и указательного пальца) рычагом руки внутрь, обезоружить, загиб руки за спину.

2. Атаковать противника угрожающего ножом: нож в выставленной вперед руке при различных хватах рычагом руки наружу, обезоружить, заблокировать руку голенью или загиб руки за спину.

3. Защита от ударов ножом

3.1. Защита от ударов ножом с применением ударов в качестве ответных действий.

1. Защититься от удара ножом сверху (сверху-сбоку) в область ключицы (шеи), контрудар.
2. Защититься от удара ножом наотмашь в область шеи (туловища), контрудар.
3. Защититься от удара ножом тычковым ударом ножом в область горла (груди, живота), контрудар.
4. Защититься от режущего удара ножом сверху-сбоку (сбоку, наотмашь) по лицу (горлу), контрудар.
5. Защититься от удара ножом снизу (снизу-сбоку) в область живота, контрудар.
6. Защититься от удара ножом сбоку в область шеи, (туловища), контрудар.
7. Защититься от 4-5 одиночных ударов ножом, выполняемых по разным траекториям, контрудары.

3.2. Защита от ударов ножом с применением болевых приемов в качестве ответных действий.

1. Защититься от удара ножом сверху захватом «вилкой», рычаг руки внутрь, обезоружить, загиб руки за спину.
2. Защититься от удара ножом сверху отклоном (отскоком), рычаг руки внутрь, обезоружить, загиб руки за спину.
3. Защититься от удара ножом сбоку захватом «вилкой», рычаг руки внутрь, обезоружить, загиб руки за спину.
4. Защититься от удара ножом сбоку нырком (отклоном), рычаг руки наружу, обезоружить, заблокировать руку голенью или загиб руки за спину.
5. Защититься от удара ножом наотмашь захватом «вилкой», рычаг руки наружу, обезоружить, заблокировать руку голенью или загиб руки за спину.
6. Защититься от удара ножом наотмашь нырком (отклоном), рычаг руки внутрь, обезоружить, загиб руки за спину.
7. Защититься от прямого удара ножом в верхний уровень отбивом поднятым предплечьем внутрь, рычаг руки наружу, обезоружить, заблокировать руку голенью или загиб руки за спину.
8. Защититься от прямого удара ножом в нижний уровень отбивом опущенным предплечьем внутрь, рычаг руки наружу, обезоружить, заблокировать руку голенью или загиб руки за спину.
9. Защититься от прямого удара ножом в нижний уровень отбивом наружу, рычаг руки внутрь, обезоружить, загиб руки за спину.
10. Защититься от удара ножом снизу отбивом наружу, рычаг руки внутрь, обезоружить, загиб руки за спину.

11. В положении лежа противник сверху: защититься от удара ножом сверху захватом «вилкой», рычаг руки внутрь, обезоружить, загиб руки за спину.

12. В положении лежа противник снизу: защититься от удара ножом сверху захватом одноименной рукой, узел руки рукой наверху, обезоружить, загиб руки за спину.

3.3. Защита от ударов ножом с использованием одежды: плащ, куртка, пиджак и т.п.

1. Защититься от удара ножом накрыванием вооруженной руки одеждой и ее захватом, рычаг руки наружу или внутрь, обезоружить, загиб руки за спину.

2. Защититься от удара ножом накрыванием головы и захватом вооруженной руки, рычаг руки наружу или внутрь, обезоружить, загиб руки за спину.

4. Контрольно-обучающие поединки с противником, вооруженным ножом

1. Схватка с противником атакующим макетом ножа в течение 1 мин.

2. Схватка с противником атакующим макетом ножа, защищаясь предметами одежды, в течение 1 мин.

3. Соревновательные бои безоружного с противником, вооруженным макетом ножа.

Тема 12. Тренировка в служебно-прикладном единоборстве

1. Учебно-тренировочные задания в ударном взаимодействии

1. Односторонние спарринги с защитой уходами (передвижением), уклонами, отклонами, нырками 1-2 мин. со сменой ролей через 30-60 сек.
2. Односторонние спарринги с защитой уходами и отбивами 1-2 мин. со сменой ролей через 30-60 сек.
3. Односторонние спарринги 1-2 мин. со сменой ролей через 30-60 сек.
4. Обоюдные спарринги с различным уровнем контакта и технико-тактическими установками 1-2 мин. 2-4 раунда с одним партнером или со сменой партнеров.
5. Учебно-тренировочные бои и соревнования по правилам кикбоксинга: лайт, семи и фул-контакта.

2. Учебно-тренировочные задания в борьбе стоя и лежа

1. Атаковать разнообразными бросками поочередно двух партнеров в течение 30-60 сек.
2. Атаковать броском, когда противник тянет на себя.
3. Атаковать броском, когда противник напирает.
4. В течение 30 сек. борьба за захват, создание или использование благоприятной ситуации и выполнение броска при дозированном сопротивлении партнера.
5. Защитные действия от броска в течение 30 сек. (не дать произвести бросок).
6. Уйти от удержания при дозированном или при полном сопротивлении за 20 сек.
7. За 10 сек. перейти от удержания к болевому или удушающему приему при дозированном или при полном сопротивлении.
8. Борьба лежа в течение 30 сек. из исходного положения противник взят на удержание.
9. Атаковать броском, обоюдная борьба лежа в течение 1-2 мин.
10. Борьба лежа в течение 1-2 мин. из различных исходных положений: сидя спина к спине, лежа на спине голова к голове, стоя на коленях друг перед другом.
11. Односторонняя схватка в течение 1 мин. при дозированном сопротивлении: по 30 сек. стоя и лежа.
12. Учебно-тренировочные поединки и соревнования в борьбе в захвате по правилам служебно-прикладного единоборства.

3. Тактика перехода от ударного взаимодействия к борьбе в захвате

1. В спарринге в ударном взаимодействии спуртом атаковать броском.

2. В спарринге в ударном взаимодействии атаковать серией ударов с сокращением дистанции с переходом на бросок.

3. В спарринге в ударном взаимодействии после защиты от удара контратаковать броском.

4. Учебно-тренировочные поединки и соревнования по правилам служебно-прикладного единоборства

Í ðááèèà ñ ðááí íááí èé íí ñééááí í-í ðééèááí íí ó ááéí íáí ðñò áó

1. Общие положения

Служебно-прикладное единоборство сотрудников полиции является разновидностью спортивного единоборства, в котором используют приемы как в ударном взаимодействии, так и в захвате.

Цель применения силовых приемов сотрудниками полиции является задержание правонарушителей оказывающих сопротивление. В ситуациях, когда правонарушитель может оказать активное сопротивление, его целесообразно переводить в положение лежа. В таком положении можно более надежно заблокировать правонарушителя и самостоятельно или во взаимодействии с напарником произвести надевание наручников. Учитывая это, предпочтение в служебно-прикладном единоборстве сотрудников полиции отдается приемам спортивной борьбы: броскам, удержаниям, болевым и удушающим приемам.

Соревнования по служебно-прикладному единоборству могут проводиться как отдельный вид, так и входить в состав троеборья «Полоса препятствий индивидуальной служебно-боевой подготовки (ИСБП)» состоящего из последовательного прохождения полосы препятствий, проведения поединка по данным правилам и выполнения комплексного упражнения в стрельбе. Соревнования по правилам служебно-прикладного единоборства может также проводиться отдельно в ударном взаимодействии или в борьбе в захвате.

2. Формирование пар

Пары формируются с учетом уровня подготовленности с возможно минимальной разницей в весе, но не превышающей 5 кг.

3. Экипировка участников:

- боксерский шлем;
- капа (индивидуальная);
- боксерские перчатки без шнурков;
- куртка самбо с поясом (кимоно);
- бандаж с раковиной;
- накладки на голень (по желанию);
- футы или борцовки (чешки).

Бинтование кистей рук запрещено.

4. Ведение поединка

4.1. Поединок проводится в боксерском ринге или на борцовском ковре размером 6 × 6 м и зоной безопасности 1 м. Продолжительность поединка 2 мин. чистого времени. По мере готовности, а в соревнованиях по «Полосе препятствий ИБП» через 40 сек. после финиша участника пришедшего вторым судья в ринге (рефери) подает команду: «Участники на середину» и располагает их на расстоянии двух метров друг от друга. Для начала поединка и его возобновления после остановок рефери подает команду "БОЙ". Для остановок поединка и при его завершении он подает команду "СТОП", по которой все действия соперников немедленно прекращаются.

4.2. В поединке разрешены:

4.2.1. Удары руками и ногами:

- в голову кулаком (в перчатках) с ограничением силы удара;
- в туловище кулаком (в перчатках), стопой, коленом;
- по бедру и в туловище боковые удары подъемом стопы и голенью;
- по лежащему противнику кулаком без контакта.

4.2.2. Броски, сваливания, удержания, болевые и удушающие приемы.

Учитывая служебно-прикладную направленность данного единоборства, в отличие от спортивных единоборств введено оцениваемое техническое действие «сваливание», которое заключается в отличие от броска в том, что противник из положения стоя переводится в положение лежа при отсутствии фазы полета (без опорного положения). Отличие также заключается в том, что удержанием считаются приемы, посредством которых противник в положении лежа прижат к полу лопатками или плечом.

4.3. В поединке запрещены:

4.3.1. В ударном взаимодействии, удары:

- кулаком без перчатки, предплечьем и локтем;
- кулаком в перчатке в голову в полный контакт;
- открытой перчаткой и головой;
- ногой в голову;
- ногой с разворотом и прямой в прыжке;
- любые удары по темечку и затылку, по всем отделам позвоночника, низу живота и в промежность, по коленному суставу и голени;
- контактные удары по лежащему сопернику.

4.3.2. В борьбе в захвате:

- броски на голову;
- броски с захватом за голову и на болевой прием;
- проводить болевые приемы рывком;
- болевые приемы на шею (скручивание шеи и дожим головы) и на пальцы рук;
- удушение кистями рук и перекрытием рта и носа ладонью, телом и т.п.

- падение на противника всем телом после броска;
- упор локтем или коленом сверху;
- прыжки ногами на лежащего противника;
- болевые надавливания и захваты, царапанье, кусание, щипковые приемы.

4.3.3. Держаться за канаты и покрытие ринга (ковра).

4.4. Перчатки разрешается сбрасывать в любой момент после команды «БОЙ!», не бросая их в противника.

4.5. Действие, начатое в зоне поединка и законченное в зоне безопасности - засчитывается.

4.6. При отсутствии в течение 30 сек. в борьбе лежа оцениваемых действий, участники поднимаются в стойку и поединок возобновляется.

4.7. После выполнения полного удержания дается 10 сек. для проведения оцениваемых действий, после чего судья останавливает поединок, поднимает участников в стойку и возобновляет поединок после приведения в порядок их экипировки.

4.8. Если судья не замечает проведения одним из участников запрещенного действия, то атакуемому разрешается подавать сигнал голосом.

4.9. При получении травмы врач или рефери выносит решение о прекращении поединка.

4.10. При невозможности продолжения поединка из-за травмы бой оценивается по результатам участников на момент прекращения поединка.

4.11. При нанесении травмы с нарушением правил ведения поединка виновный участник дисквалифицируется.

4.12. Недопустимо нарушение морально-этических норм поведения.

4.13. В процессе ведения поединка рефери может его останавливать и делать участникам различные замечания и предупреждения. Предупреждение участникам, за которое от их результата отнимается один балл, дается:

- за задержку с выходом на ринг;
- за проведение запрещенных действий;
- за нарушение морально-этических норм поведения и за разговоры на ринге;
- за договорные действия;
- за отсутствие попыток проведения оцениваемых действий в ударном взаимодействии или в борьбе в захвате в течение 30 сек.;
- за выход из поединка без команды «стоп».

5. Определение результатов служебно-прикладного единоборства

Результаты служебно-прикладного единоборства определяются по сумме баллов набранных соперниками. При необходимости выявить победителя при равенстве баллов победа присуждается участнику, который, по мнению судей, был более активным или первым провел оцененный прием.

6. Оценка технических действий

№ п/п	Оцениваемые технические действия	Оценка в баллах
1.	Акцентированные разрешенные удары рукой или ногой, удары в голову рукой с ограничением силы удара, акцентированные удары по лежащему противнику без контакта.	1
2.	Нокаун в разрешенные зоны.	4
3.	Нокаут в разрешенные зоны.	10
4.	Сваливание с сохранением преимущества в положении лежа.	1
5.	Бросок с небольшой амплитудой в любое положение с сохранением преимущества в положении лежа.	2
6.	Амплитудой бросок на спину.	4
7.	Удержание 20 сек.	4
8.	Удержание 10 сек.	2
9.	Болевой или удушающий прием до сдачи противника или остановки поединка рефери.	10
10.	Предупреждение	- 1

Основы методики обучения боевым приемам борьбы

В соответствии с теорией и методикой физического воспитания⁷ обучение любым двигательным действиям осуществляется в три этапа. На первом этапе формируется знание о двигательном действии или представление о нем, на втором - умение и на третьем - вырабатывается навык.

Формирование представления о двигательном действии осуществляется преимущественно посредством применения метода слова (объяснения) и показа. На данном этапе необходимо создать у обучаемых логического, зрительного и кинестезического образов. Это в значительной степени определяет успех обучения в целом.

Формирование умения достигается путем применения метода упражнения или повторения действий. В зависимости от сложности двигательного действия в начале практического исполнения могут выполняться подводящие упражнения, двигательное действие выполняется по разделениям или в целом. Большое значение на данном этапе приобретает выработка способности регулировать величину, направление и длительность усилия для правильного выполнения двигательного действия.

Важным условием формирования умения является выполнение двигательных действий под контролем сознания обучаемого. Для того чтобы закрепить правильные действия и соответствующие им ощущения, целесообразно несколько раз выполнять прием с заведомой ошибкой. Тем самым у обучаемых создаются предпосылки более дифференцированной оценки и осознания правильного выполнения приема.

Решающее значение при формировании умения имеют корректирующие замечания преподавателя (инструктора), причем эти замечания должны быть направлены на формирование не только правильной внешней картины движений, но и внутренних ощущений у обучаемых.

Помимо многократного повторения действий при формировании умения важно чтобы обучаемые в течение дня несколько раз мысленно воспроизводили двигательные действия. Такая идеомоторная тренировка намного сокращает время обучения и создает хорошие условия для эффективного и надежного выполнения приема.

Формирование навыка достигается путем дальнейшего совершенствования двигательных действий. Навык характеризуется значительной автоматизированностью и минимальным участием сознания в контроле за отдельными второстепенными деталями двигательного действия. На уровне навыка двигательные действия выполняются слитно, с высокой степенью синхронизации и однонаправленности усилий, в оптимальном темпе и с оптимальной амплитудой.

⁷ Матвеев Л.П. Теорией и методикой физического воспитания. Учебник для институтов физической культуры. - М.: ФиС, 1991.

На всех этапах обучения большое значение имеют метод слова и показа. На первом этапе обучения показ в сочетании с объяснением лежит в основе создания зрительного, логического и кинестезического образов у обучаемого. На последующих этапах обучения преподаватель (инструктор) постоянно дает информацию о правильности выполнения двигательных действий, используя при этом как метод слова, так и показа.

В процессе совершенствования боевых приемов борьбы необходимо уделять внимание формированию двигательных способностей (комплекса физических качеств, лежащих в основе того или иного приема) в рамках этих приемов и способности реализовывать эти способности. Это достигается путем применения метода сопряженного воздействия⁸.

Формирование навыков отдельно взятого приема не является самоцелью. Важно достигать такого уровня обученности приемам, который бы позволял эффективно применять их в различных ситуациях служебно-боевой деятельности.

Теоретической основой методики формирования высокого уровня обученности боевым приемам борьбы может служить работа М.М. Богена «Обучение двигательным действиям»⁹. В соответствии с его рекомендациями обученность боевым приемам борьбы условно может быть разделена на *четыре уровня*.

На первом уровне обучаемый усваивает смысл и характерные признаки действия, может узнать это действие, но не пробовал выполнить его практически.

На втором уровне обучаемый усваивает базовый вариант действия и способен выполнить его в стандартных условиях.

На третьем уровне овладения двигательными действиями обучаемый может выполнять его в вариативных условиях, включая экстремальные, в том числе жизненно опасные ситуации, может самостоятельно обнаруживать и исправлять ошибки.

На четвертом уровне формируется способность ориентироваться в ситуациях и принимать решение на применение тех или иных двигательных действий (на предыдущих уровнях обучаемый выполнял установки преподавателя, инструктора).

Овладение двигательными действиями на четвертом уровне предусматривает проявление двигательной смелости и ловкости, и на этой основе способности в быстро меняющейся обстановке корректировать свои действия, сохраняя их эффективность.

В целях достижения более высокого уровня обученности, кроме метода стандартного повторения двигательных действий, необходимо используется метод вариативно-переменного упражнения, который обеспе-

⁸ Дьячков В.М. Совершенствование технического мастерства спортсменов. - М.: ФиС, 1972.

⁹ Боген М.М. Обучение двигательным действиям. - М.: ФиС, 1985.

чивает формирование навыка выполнения двигательного действия в любой обстановке¹⁰.

Применительно к выработке навыков владения боевыми приемами борьбы этот метод на стадии совершенствования предполагает:

- нарастание скорости атакующих действий партнера и его сопротивления;
- проведение приемов на партнерах разного роста и веса;
- выполнение приема в разнонаправленных и однонаправленных комбинациях с другими приемами;
- проведение свободных поединков по специальным правилам, которые в целях предотвращения травматизма предусматривают различные ограничения и использование средств индивидуальной защиты и имитационного оружия.

В процессе совершенствования боевых приемов борьбы существенным моментом является темповое их выполнения на партнерах разного веса и роста с различным уровнем сопротивления. Для выполнения подобных заданий может быть применен следующий методический прием. Обучаемые выстраиваются в две шеренги. После выполнения обусловленного приема или комбинации приемов первым и вторым номером, производится смещение шеренг на одного человека, а освободившиеся в шеренгах спортсмены соединяются в пару. Аналогично проводятся спарринги (схватки) со сменой партнера в каждом раунде.

При обучении боевым приемам борьбы важно фиксировать внимание на благоприятных условиях проведения приема. Например, при использовании болевых приемов в стойке в качестве ответных действий после защиты от ударов выбор приема, в первую очередь, определяется положением атакуемой руки противника, которое позволяет выполнить захват, соответствующий тому или иному приему с последующим его проведением.

В процессе совершенствования болевых приемов в стойке и приемов спортивной борьбы важно научить проводить разнонаправленные комбинации. При выполнении приемов противник может оказывать сопротивление, создавая благоприятную динамическую ситуацию для проведения другого приема, так как усилия сопротивления совпадают с усилиями необходимыми для проведения этого приема.

Одним из средств достижения высокого уровня обученности боевым приемам борьбы являются поединки по специально разработанным правилам: невооруженных противников, против вооруженного ножом, палкой (имитационными), один против двоих, поединки с использованием имитационной резиновой палки и т.п., в которых обуславливаются технико-тактические действия и уровень психофизической мобилизации. Одним из

¹⁰ Бюген М.М. Обучение двигательным действиям. - М.: ФиС, 1985.

ведущих средств технико-тактической и психофизической подготовки сотрудников полиции является служебно-прикладное единоборство.

В процессе использования указанных средств совершенствуются навыки технико-тактических действий, как в нападении, так и в защите, формируются профессионально значимые психофизические качества.

Высокий уровень обученности боевым приемам борьбы предполагает волевою подготовленность к решению служебно-боевых задач. Высокий уровень физической, технической и тактической подготовленности определяют и специальную волевою подготовленность. «Воля волей, если сил невпроворот» (В. Высоцкий). Однако реальные условия самозащиты и задержания правонарушителей с использованием физической силы, спецсредств и огнестрельного оружия могут вызывать стрессовое состояние у сотрудников полиции, в результате чего они становятся не способными реализовать свои физические качества и технико-тактические навыки. В связи с этим большое значение приобретает развитие волевых качеств, противодействующих негативному влиянию стрессовых состояний, вызванных реальными условиями и характером деятельности.

По определению выдающегося физиолога В.И. Сеченова, «Волевые действия всегда заучены и чем лучше они заучены, тем с большей легкостью и свободой они могут быть сознательно выполнены».

Источником развития волевых качеств является относительное несоответствие между наличными возможностями человека и внешними условиями и характером деятельности. Это несоответствие вызывает нервно-эмоциональную напряженность. При многократном выполнении заданий человек адаптируется к конкретным условиям, т.е. несоответствие устраняется, и он в подобных условиях сможет уверенно действовать, полностью реализуя свой двигательный потенциал.

Учитывая вышесказанное, в целях формирования волевых качеств, обеспечивающих надежность действий в экстремальных ситуациях был разработан и рекомендован к внедрению метод проблемно-ситуационного упражнения¹¹, который является разновидностью метода вариативно-переменного упражнения применяемого в спортивной подготовке.

Суть метода проблемно-ситуационного упражнения заключается в моделировании реальных ситуаций преследования, пресечения сопротивления и насильственного задержания правонарушителей. Главным условием при моделировании ситуаций является создание относительно высокого уровня нервно-эмоциональной напряженности, на фоне которой выполняются учебные задания.

Нервно-эмоциональная напряженность может быть создана:

- преодолением различных препятствий, требующих комплексного проявления физических качеств и одновременно смелости и решительности;

¹¹ Лавров В.Н. Обоснование системы физической и огневой подготовки сотрудников милиции. – Н.Новгород: НА МВД России, 2005.

- выполнение боевых приемов борьбы, в том числе стрельбы, на фоне световых, звуковых раздражителей, в условиях ограниченной видимости и на фоне утомления после интенсивной физической нагрузки;

- выполнение боевых приемов борьбы, в том числе применение оружия, в обстановке внезапности;

- ведением силового задержания и применения оружия в различных внешних условиях (малый объем помещения, подвал, коридор, лестничная клетка, кабина лифта и т.п.).

Нервно-эмоциональная напряженность может достигаться за счет комбинирования вышеперечисленных факторов.

Метод проблемно-ситуационного упражнения в учебно-тренировочном процессе по физической подготовке может быть реализован за счет:

- развития специальной работоспособности с использованием полос препятствий;

- включения на базе относительно небольшого количества боевых приемов борьбы, отобранных для обучения, большого объема различных комбинаций и ситуаций их применения;

- включение различных тренировочных заданий, выполняемых в парах, тройках и т.д., дозированных по времени, в которых обуславливаются технико-тактические действия и уровень психофизической мобилизации;

- проведение свободных поединков по специальным правилам, которые в целях предотвращения травматизма предусматривают различные ограничения и использование средств индивидуальной защиты и имитационного оружия;

- подготовку в служебно-прикладном единоборстве.

Реализация метода проблемно-ситуационного упражнения в педагогическом контроле предусматривает:

- контрольные задания по боевым приемам борьбы включающие, как правило, комплексы служебно-боевых действий, выполняемых на фоне сбивающих факторов, например, защита от внезапной атаки противника с выполнением различных последующих действий;

- преодоление полосы препятствий индивидуальной служебно-боевой подготовки (ИСБП), представляющей собой комплексное упражнение, содержащее собственно полосу препятствий, спортивный или свободный поединок и комплексное упражнение в стрельбе, позволяющее интегрально оценить специальную физическую, технико-тактическую, психологическую и другие стороны целостной подготовки.

Использование метода проблемно-ситуационного упражнения как показали исследования, обеспечивает формирование эмоциональной устойчивости - одного из важнейших факторов надежности применения боевых приемов борьбы в различных условиях, способствует более прочному закреплению техники и тактики их применения.

В основе физического воспитания и спорта лежит концентрический метод, который предусматривает обучение двигательным действиям, с последующим формированием навыков, а также развитие физических качеств и двигательных способностей посредством систематического и многократного выполнения этого действия и упражнений.

Реализация концентрического метода при обучении боевым приемам борьбы заключается в ускоренном обучении базовым приемам с последующим их совершенствованием в различных ситуациях и комбинациях. Экспериментально доказано, что такой подход позволяет интенсифицировать учебный процесс и повышать уровень обученности боевым приемам борьбы¹².

С учетом изложенного может быть рекомендована следующая последовательность обучения боевым приемам борьбы:

Первый семестр.

Тема 1. Удары и защиты от ударов невооруженного противника:

Теоретические сведения. Стойки, передвижения. Одиночные удары рукой и ногой. Комбинации ударов рука-рука, рука-нога, нога-рука, нога-нога. Защита от ударов уходами (передвижениями), подставками, отбивающими уклонами, отклонами, нырками. Комбинации из изучаемых защитных действий от ударов и ответных ударов.

Тема 2. Болевые и удушающие приемы в положении противника стоя:

Теоретические сведения. Болевые приемы на руку: заведение руки за спину (блокирование руки сзади), загиб руки за спину толчком при подходе сзади, сбоку и спереди, загиб руки за спину при подходе спереди скручиванием руки внутрь, нырком, рывком и замком, дожим кисти под ручку. Рычаг руки наружу, перевод в положение лежа на животе, блокирование руки голенью или к загибу руки за спину с подъемом в стойку. Рычаг локтя через предплечье, рычаг руки внутрь с переходом к загибу руки за спину, дожим кисти сгибанием с переходом к загибу руки за спину. Разнонаправленные комбинации из болевых приемов на руку. Использование болевых приемов в качестве ответного действия после защиты от ударов. Удушающие приемы: удушение плечом и предплечьем при подходе сзади с подворотом, удушение плечом и предплечьем при подходе с боку, удушение плечом и предплечьем при подходе сзади с надавливанием ладонью на затылок в стойке, с посадкой, с постановкой на колени, двойное удушение. Защита от удушающих захватов. Болевые захваты и надавливания.

Тема 3. Приемы спортивной борьбы:

Теоретические сведения. Специально-подготовительные упражнения: группировка, кувырки вперед и назад; самостраховка при падении вперед, назад, на бок, кувырок через правое и левое плечо с принятием по-

¹² Лавров В.Н. Обоснование эффективности подготовки курсантов (слушателей) образовательных учреждений МВД России к применению физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия. Монография. - Н.Новгород: НА МВД России, 2001.

ложения самостраховки при падении на бок, кувырок через руку партнера с принятием положения самостраховки при падении на бок. Упражнения для освоения борцовского моста. Страховка. Броски с захватом ног сзади и спереди, бросок задняя подножка с выполнением самостраховки атакуемым. Броски наклоном, через бедро и с захватом руки на плечо, передняя подножка, отхватом с захватом ноги. Приемы борьбы лежа: удержание сбоку и верхом; болевые приемы при удержании сбоку рычаг локтя через бедро, узел руки рукой, узел руки ногой; при удержании верхом рычаг локтя через предплечье и узел руки рукой; рычаг локтя с захватом руки между ног, ущемление икроножной мышцы и ахиллесова сухожилия. Однонаправленные комбинации из бросков и приемов борьбы лежа.

Тема 5. Надевание наручников и связывание. Наружный осмотр:

Теоретические сведения. Надевание наручников на несопротивляющегося правонарушителя при подходе спереди, сзади, стоящего с упором руками в стену и руки за головой, после насильственного в положении лежа, стоя и стоя на коленях прижатым к стене. Наружный осмотр несопротивляющегося правонарушителя, в наручниках в положении лежа, стоя и стоя на коленях с упором руками в стену. Однонаправленные комбинации с приемами силового задержания.

Тема 7. Взаимодействие при силовом задержании. Помощь при падении. Защита от группового нападения:

Переноска лиц, оказывающих неповиновение двумя сотрудниками. Силовое задержание двумя сотрудниками во взаимодействии при подходе сзади, спереди, один спереди другой сзади посредством изученных приемов в положении стоя и со сваливанием противника. Разъединение захватов у лиц, образующих цепь двумя сотрудниками при подходе спереди и сзади. Помощь при нападении на сотрудника или другое лицо в положении стоя и лежа ударами, удушающими захватами, обхватами. Комбинации приемов с сопровождением, надеванием наручников, наружным осмотром, с сопровождением в наручниках.

Тема 8. Освобождение от захватов и обхватов:

Освобождение от захватов различными способами: при подходе спереди: одежды на груди, за горло, волосы, рукавов, запястий одной руки одной и двумя руками сверху и снизу, обеих рук сверху и снизу, ног; при подходе сзади: от удушающих захватов, кистями рук, плечом и предплечьем, при подходе сбоку плечом и предплечьем под плечо; при подходе сзади одной руки и обеих рук, ног. Освобождение от обхватов туловища без обхвата и с обхватом рук при подходе спереди и сзади различными способами. Комбинации приемов освобождения с ударами, болевыми приемами, бросками с надеванием наручников, наружным осмотром, с сопровождением в наручниках.

Тема 9. Пресечение попыток достать или взять оружие (упреждающие действия). Защита от угрозы оружием в упор и попыток обезоружить:

Общие положения. Пресечение попыток (упреждающее действие) достать оружия из внутреннего, бокового и заднего кармана, из-за пояса, из-под брючины, при попытке взять оружие с земли, со стола. Комбинации приемов с сопровождением, надеванием наручников, наружным осмотром, с сопровождением в наручниках.

Тема 11. Удары ножом. Защита от ударов ножом или аналогичным предметом:

Удары ножом. Основы тактики защиты от угрозы и ударов ножом. Упреждающие приемы с применением ударов по противнику вооруженному ножом, с применением болевых приемов на вооруженную руку. Защита от ударов ножом защита от ударов ножом с применением ударов в качестве ответных действий, с применением болевых приемов в качестве ответных действий. Комбинации приемов с надеванием наручников, наружным осмотром, с сопровождением в наручниках.

Тема 12. Тренировка в служебно-прикладном единоборстве:

Учебно-тренировочные задания в ударном взаимодействии. Учебно-тренировочные бои в ударном взаимодействии с ограничением контакта.

В полосу препятствий ИСБП включаются соревнования в ударном взаимодействии по правилам служебно-прикладного единоборства с ограничением контакта.

Второй семестр.

Тема 1. Удары и защиты от ударов невооруженного противника:

Повышение уровня обученности ударам и защиты от ударов за счет увеличения упражнений с использованием снарядов, в комбинации с другими приемами и условно-целевых спаррингов.

Тема 2. Болевые и удушающие приемы в положении противника стоя:

Повышение уровня обученности болевым и удушающим приемам за счет их применения в различных ситуациях в комбинации с другими приемами, применения в условно-целевых заданиях.

Тема 3. Приемы спортивной борьбы:

Совершенствование изученных приемов и комбинаций из бросков и приемов борьбы лежа. Кувырки в прах (подводящее упражнение для броска через голову). Броски переворотом, через голову с упором стопой в живот и подсадом голенью, сваливание убегающего противника. Использование бросков в качестве ответного действия после защиты от ударов. Разнонаправленная комбинация переход от рычага локтя через бедро, к узлу руки и обратная комбинация. Однонаправленные комбинации из приемов борьбы лежа: переход от удержания верхом к рычагу локтя с захватом руки между ног, из положения противника стоя на четвереньках переход к рычагу локтя с захватом руки между ног, переход от узла руки рукой к загибу руки за спину. Удушающие приемы: отворотами одежды: воротом-петлей, скрестив руки; предплечьем сверху лежащего на спине (прижатого

к стене); в положении противника лежа на животе плечом и предплечьем с надавливанием ладонью на затылок, отворотом одежды с упором локтем, двойное удушение.

Тема 4. Задержание с угрозой применения пистолета. Защита от огня противника:

Теоретические сведения. Действия и команды при задержании и при сопровождении с угрозой применения пистолета Комбинации из приемов задержания с угрозой применения пистолета в различных ситуациях, сопровождения, наружного осмотра или надевания наручников с последующим наружным осмотром. Защита от огня противника, находящегося спереди, сзади: способы ухода в укрытие и с линии огня, способы уменьшения площади поражения. Комбинации защитных действий от огня противника.

Тема 5. Надевание наручников и связывание. Наружный осмотр:

Совершенствование способов надевания наручников и наружного осмотра. Связывание веревкой, шнурком, ремнем и прочими подручными средствами в положении лежа, стоя и стоя на коленях прижатым к стене. Наружный осмотр под угрозой применения пистолета в положении лежа, стоя и стоя на коленях с упором руками в стену.

Тема 6. Действия с применением резиновой палки. Защита от ударов палкой или аналогичным предметом:

Теоретические сведения. Общеразвивающие и специально-подготовительные упражнения с использованием ПР. Одиночные и комбинации удары ПР. Защита от ударов рукой, ногой, ножом и т.п. встречными ударами, подставками и отбивами. Задержание с применением ПР: загиб руки за спину с использованием ПР, удушающий захват ПР скрестив руки в стойке, с посадкой, с постановкой на колени; двойное удушение. Освобождение от захвата ПР. Применение ПР в различных ситуациях. Учебно-тренировочные поединки вооруженного ПР (имитационной) с противником вооруженным ножом, с двумя и более противниками. Боевые приемы борьбы с применением ПР и щита. Защита безоружного от ударов палкой или аналогичным предметом. Схватки с применением ПР.

Тема 7. Взаимодействие при силовом задержании. Помощь при падении. Защита от группового нападения:

Совершенствование изученных приемов и действий. Помощь при нападении противника вооруженного ножом, пистолетом, ружьем. Комбинации приемов с сопровождением, надеванием наручников, наружным осмотром, с сопровождением в наручниках. Защита от группового нападения: основы тактики защиты при нападении двоих на одного, учебно-тренировочные поединки.

Тема 8. Освобождение от захватов и обхватов:

Совершенствование изученных приемов и действий. Комбинации приемов освобождения с ударами, болевыми приемами, бросками и задержанием с угрозой применения пистолета с последующим сопровождением,

надеванием наручников, наружным осмотром, с сопровождением в наручниках.

Тема 9. Пресечение попыток достать или взять оружие (упреждающие действия). Защита от угрозы оружием в упор и попыток обезоружить:

Совершенствование изученных приемов и действий. Защита от угрозы пистолетом в упор спереди и сзади; защита от угрозы ружьем (автоматом) в упор спереди и сзади. Защита от угрозы пистолетом в упор спереди и сзади; защита от угрозы ружьем (автоматом) в упор спереди и сзади. Защита от попытки захватить оружие в кобуре при подходе спереди, сбоку и сзади. Комбинации приемов с сопровождением, надеванием наручников, наружным осмотром, с сопровождением в наручниках.

Тема 10. Удары и защита от ударов с использованием автомата:

Удары стволом, прикладом и средней частью (магазинной коробкой) автомата по различным траекториям. Защита от ударов невооруженного и вооруженного противника по различным траекториям подставками и отбивом автоматом и ответные удары автоматом. Задержание с угрозой применения автомата, сопровождение. Освобождение от захвата автомата.

Тема 11. Удары ножом. Защита от ударов ножом или аналогичным предметом:

Совершенствование изученных приемов и действий. Комбинации приемов с надеванием наручников, наружным осмотром, с сопровождением в наручниках.

Тема 12. Тренировка в служебно-прикладном единоборстве:

Учебно-тренировочные задания в ударном взаимодействии. Учебно-тренировочные бои.

В полосу препятствий ИСБП включаются соревнования в ударном взаимодействии по правилам служебно-прикладного единоборства.

В последующих семестрах осуществляется повышение уровня обученности боевым приемам борьбы посредством реализации вышеизложенных методик.

Особенность *третьего семестра* заключается в том, что акцент делается на технико-тактическую подготовку к борьбе в захвате. В подготовительном этапе осуществляется совершенствование ранее изученных приемов и комбинаций из бросков и приемов борьбы лежа, предусмотренных темой 3 «Приемы спортивной борьбы». Отрабатывается защита от бросков, удержаний, болевых и удушающих приемов, уходы с удержаний, болевых и удушающих приемов.

В специальном этапе акцент делается на выполнении учебно-тренировочных заданий в борьбе стоя и лежа, предусмотренных контрольно-обучающими заданиями темы 12 «Тренировка в служебно-прикладном единоборстве». В полосу препятствий ИСБП включаются соревнования в борьбе в захвате по правилам служебно-прикладного единоборства.

Особенность *четвертого семестра* заключается в том, что акцент делается на технико-тактическую подготовку в служебно-прикладном единоборстве. В подготовительном этапе осуществляется совершенствование ранее изученных комбинаций приемов предусмотренных темами 1 и 3. Отрабатывается защита от бросков, удержаний, болевых и удушающих приемов, уходы с удержаний, болевых и удушающих приемов.

В специальном этапе акцент делается на выполнении учебно-тренировочных заданий в ударном взаимодействии и в борьбе стоя и лежа, а также отрабатываются учебно-тренировочные задания по тактике перехода от ударного взаимодействия к борьбе в захвате предусмотренных контрольно-обучающими заданиями темы 12 «Тренировка в служебно-прикладном единоборстве». Кроме того, проводятся учебно-тренировочные бои по правилам служебно-прикладного единоборства.

В полосу препятствий ИСБП включаются соревнования в борьбе в захвате по правилам соревнований служебно-прикладного единоборства.

Таким образом, данная методика предусматривает достижение высоких уровней обученности боевым приемам борьбы, т.е. технико-тактическую и психофизическую готовность к эффективным действиям по насильственному пресечению преступлений или административных правонарушений и задержания, лиц их совершивших.

ЛИТЕРАТУРА

1. Баркалов С.Н. Специальная направленность физической подготовки сотрудников органов внутренних дел: Монография / С.Н. Баркалов, И.В. Герасимов, А.В. Кателкин / под общ. ред. С.Н. Баркалова. – Орел: Орловский ЮИ МВД России, 2010. – 214 с.
2. Баркалов С. Н. Учет специфики служебной деятельности в огневой и физической подготовке сотрудников ОВД: Монография / С.Н. Баркалов, А.В. Баученков, О.В. Хархардин / под ред. С.Н. Баркалова. - Орел: Орловский ЮИ МВД России, 2006. – 170 с.
3. Волков А.Н. Физическая подготовка: альбом схем / А.Н. Волков, С.В. Кузнецов, М.Г. Данилов. - Н.Новгород: Нижегородская академия МВД России, 2009. – 39 с.
4. Захаров Е.Н., Карасев А.В., Сафонов А.А. Энциклопедия физической подготовки (методические основы развития физических качеств) / Под общ. ред. А.В. Карасева.- М.: Лептос, 1994.- 368 с.
5. Колухов В.Г. Физическая подготовка сотрудников ОВД: Учебное пособие. – М.: ЦОКР МВД России, 2006. – 96 с.
6. Комплекс базовых боевых приемов борьбы: Учебно-наглядное пособие / А.В. Карасев, В.М. Миленин, Д.Е. Сафонов, И.Ю. Уфимцев. – М., ЦОКР МВД России, 2006.- 78 с.
7. Комплексы специальных упражнений с палкой резиновой: Учебно-методическое пособие / В.И. Анисин, П.А. Кочетов, С.В. Литунов, Е.А. Чигорьев. М.: ЦОКР МВД России, 2009. – 80 с.
8. Лавров В.Н. Обеспечение мер безопасности на занятиях по физической подготовке курсантов ОУ МВД России: Методические рекомендации. - Н.Новгород: Нижегородская академия МВД России, 2008. – 54 с.
9. Обучение комплексу базовых боевых приемов борьбы: Учебное наглядное пособие / А.В. Карасев, В.М. Миленин, Д.Е. Сафонов, С.В. Мельников, М.А. Нестругин. – М.: ЦОКР МВД России, 2009. – 89 с.
10. Организация и методика проведения занятий по специальной физической подготовке в образовательных учреждениях МВД России: Учебно-методическое пособие. – М.: ЦОКР МВД России, 2008. – 216 с.
11. Приказ МВД России от 29 июля 1996 г. № 412 «Об утверждении Наставления по физической подготовке сотрудников органов внутренних дел».

12. Сагдиев З.В. Методика обучения курсантов и слушателей вузов МВД России приемам борьбы в положении стоя, лежа: Методические рекомендации.- Казань: Казанский ЮИ МВД России, 2008. – 16 с.

13. Сагдиев З.В. Методика обучения курсантов и слушателей вузов МВД России приемам уходов из опасных положений от удушающих приемов: Методические рекомендации.- Казань: Казанский ЮИ МВД России, 2008. – 16 с.

14. Сорокин О.В. Методика проведения комплексных занятий по общей физической подготовке сотрудников ОВД: Учебное пособие / О.В. Сорокин, А.Л. Ковригин, А.В. Еганов. – Челябинск: ЧЮИ МВД России, 2009. – 158 с.

15. Способы взаимодействия сотрудников органов внутренних дел при силовом задержании правонарушителя: Учеб.-нагляд. пособие / К.И. Егоров, В.М. Миленин, А.З. Минуллин, В.В. Рауш, Д.Е. Сафонов, Г.И. Степанов. – М.: ЦОКР МВД России, 2007. – 94 с.

16. Федеральный закон «О полиции». – М.: Проспект, 2011. – 80 с.

17. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / под ред. В.Я. Кикотя, И.С. Барчукова. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2010. – 431 с.

18. Физическая подготовка / В.С. Кшевин, В.В. Мороз, В.П. Усенко и др. - М.: ИМЦ ГУК МВД России, 2003. – 288 с.

19. Халлуллин Ф.Ф. Методика обучения курсантов и слушателей вузов МВД России приемам боевой борьбы в ударном взаимодействии: Методические рекомендации.- Казань: Казанский ЮИ МВД России, 2008. – 35 с.

20. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие. – М.: Изд. центр «Академия», 2009. – 480 с.

Учебно-наглядное пособие

Авторы:

кандидат педагогических наук, профессор **Лавров** Владимир Николаевич,
кандидат педагогических наук, доцент **Баркалов** Сергей Николаевич,
кандидат педагогических наук **Герасимов** Игорь Викторович,
кандидат педагогических наук **Алдошин** Андрей Витальевич,
Ерёмин Роман Владимирович

БОЕВЫЕ ПРИЕМЫ БОРЬБЫ

Свидетельство о государственной аккредитации
Рег. № 0051 от 02.11.09 г.

Подписано в печать _____.____.2011 г. Формат 60x90^{1/16}.
Усл. печ. л. _____. Тираж _____ экз. Заказ № _____.

Орловский юридический институт МВД РФ.
302027, Орёл, Игнатова, 2.