

Махов С. Ю.

КАДЕМИЯ  
**МАБИВ**  
МЕЖРЕГИОНАЛЬНАЯ АКАДЕМИЯ  
БЕЗОПАСНОСТИ И ВЫЖИВАНИЯ

# САМОБОРОНА С ПРИМЕНЕНИЕМ ПОДРУЧНЫХ СРЕДСТВ

*Учебно-методическое пособие*



УДК 159.9

ББК 88.53

МЗ6

Рецензент: Калашников А.Ф. – доктор педагогических наук, профессор кафедры теории и методики физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «ОГУ имени И.С. Тургенева».

МЗ6 Махов С.Ю.

Самооборона с применением подручных средств [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / С. Ю. Махов – Электрон. текстовые данные. – Орел: МАБИВ, 2020. – 107 с.

© С.Ю. Махов, 2020

© Межрегиональная Академия безопасности и выживания, 2020

# СОДЕРЖАНИЕ

ГЛАВА 1. ПОДРУЧНЫЕ ПРЕДМЕТЫ

ГЛАВА 2. БОЙ ЛАДОННЫМИ  
ПАЛОЧКАМИ

ГЛАВА 3. ТЕХНИЧЕСКИЙ  
ИНСТРУМЕНТАРИЙ БОЯ ЛП

ГЛАВА 4. АТАКУЮЩИЕ ДЕЙСТВИЯ ЛП

ГЛАВА 5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ  
ОТРАБОТКИ УДАРОВ

ГЛАВА 6. ДИНАМИКА БОЯ НА  
ПОДАВЛЕНИЕ

ВИДЕОГРАММА УДАРОВ ЛП

ВИДЕО

КОНТРОЛЬНОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ

АВТОР

# ГЛАВА 1. ПОДРУЧНЫЕ ПРЕДМЕТЫ



Самооборона – это один из основных инстинктов любого живого существа или даже целого государства, которое можно рассматривать как подобие живого организма со всеми присущими ему функциями.

Если животные защищаются и нападают с помощью зубов и когтей, то люди могут использовать для этой цели оружие. Главное здесь важен сам принцип использования в бою или в работе чужеродных предметов, не являющихся составной частью тела.

Прогресс в развитии человечества неразрывно связан с прогрессом в развитии оружия. Именно использование оружия позволило человеку стать самым сильным хищником на земле, уничтожив или загнав в резервации намного более опасных хищников, мешавших экспансии человека. Однако нельзя считать, что оружие это абсолютное зло, как это делают некоторые интеллектуалы и пацифисты.

Ведь не имея оружия человек, скорее всего, проиграл бы в борьбе за выживание более приспособленным к нападению и охоте животным, и, в конечном счете вообще исчез бы с лица земли.

Даже во взаимоотношениях между людьми, оружие сыграло роль великого уравнивателя шансов, не давая тупой силе одержать победу над умом и техникой. При наличии равного оружия у противников, физическая сила перестает играть решающую роль в схватке, уступая место технике и тактике ведения боя.

Тут к месту вспомнить американскую поговорку о том, что бог создал людей разными сильными и слабыми, а мистер Кольт уравнил их в правах, когда изобрел свой револьвер.

В разные эпохи для ведения боя, воины использовали, прежде всего, то или иное оружие, применяя приемы безоружного боя лишь в исключительных случаях.

В эпоху господства холодного оружия безоружный бой никогда не был профилирующей дисциплиной для воинов. Безоружный бой против хорошо вооруженного противника умеющего владеть своим оружием, почти всегда верная смерть для бойца.

Воинское сословие во все времена было вооружено и вооружено обычно хорошо, ни один правитель никогда не жалел денег на собственную безопасность. Другое дело обыватели, не относящиеся к сословию воинов, тут не все так однозначно.

Власть имущие всегда боялись народных волнений и бунтов и с некоторого времени, они стали запрещать гражданскому населению, иметь оружие. Оружие разрешалось иметь только военным служащим и лицам благородного происхождения, которые тоже почти все состояли на военной службе.

Во все времена простым людям приходилось защищать себя от посягательств на жизнь и имущество со стороны бандитов и разбойников, а иногда и со стороны государства. Однако гражданское население, которому власти отказали в праве иметь настоящее оружие, разработало приемы безоружного рукопашного боя, и приемы боя с подручным оружием.

В арсенал подручного оружия входили палка, нож, крестьянский серп, коса, вилы и другие предметы обихода которые можно было встретить в любом крестьянском дворе и которые, всем желании, нельзя было причислить к оружию. Конечно, подручное оружие уступает настоящему с точки зрения эффективности, но в умелых руках оно может послужить отличным средством самообороны.

В настоящее время во многих секциях восточных единоборств продолжают по старинке изучать работу с классическим холодным оружием вроде копья, алебарды.

На занятиях с холодным оружием в классических школах много времени уделяется различным ритуалам, поклонам, приветствиям и другим ненужным вещам, отвлекающим от нормального обучения.

Как и при работе без оружия больше всего внимания уделяется разучиванию и шлифовке формальных упражнений с оружием – ката, которые потом можно с успехом продемонстрировать на показательных выступлениях или соревнованиях. Практической работе с оружием и спаррингам уделяется очень мало времени, учебные схватки скованы различными правилами, регулирующими то, что можно делать, а что нельзя. В итоге все получается так же, как в спортивном классическом карате или спортивном ушу.

Отличное владение техникой боя на мечах, копьях или умение стрелять из лука вряд ли сильно поможет в обычной уличной драке.

Помимо громоздкости и неудобства для скрытного ношения, классическое холодное оружие поставлено вне закона, и его владелец, может быть, подвергнут уголовному преследованию за его хранение и ношение.

Поэтому в городских условиях небольшая, но крепкая палка, гораздо предпочтительней настоящего меча, пусть она уступает ему в некоторой эффективности.

Часто то, чему учат в большинстве школ воинских искусств, малоприменимо в реальной жизни и может сослужить бойцу плохую службу, давая чувство ложной уверенности в себе. Исключения составляют немногочисленные прикладные системы боя на подручном оружии.

Для данных систем характерно отсутствие финтов, надуманных красивых поз и сложных замысловатых ударов, все предельно просто и предельно эффективно.

Как правило, к обучению технике безоружного боя, приступают после хорошего овладения техникой боя с оружием. Считается что боец, хорошо владеющий техникой боя на подручном оружии, более быстро и правильно осваивает безоружный бой. К сожалению, подобные прикладные школы боевых искусств у нас в стране очень мало известны, и следовательно, мало распространены. Использование оружия в бою многократно повышает эффективность боевых действий по сравнению с безоружным боем.

При обучении работе с подручным оружием мы исходим, прежде всего, из условий современной жизни. Никакой древней экзотики вроде меча, копья, или трехзвенного цепя. В обучении нужно использовать только те предметы, которые встречаются повсеместно. Необходимо использовать универсальные принципы и средства ведения безоружного боя и боя с любым подручным предметом.