

Александр Травников

# **ШКОЛА НОЖЕВОГО БОЯ** Хваты, боевые стойки, движения, удары, техники защиты и метания боевого ножа

## **По системе спецназа КГБ**



Серия: Персональный убийный отдел  
Издательства: АСТ, АСТ Москва, Прайм-Еврознак  
2009 г.

Уникальное пособие для сотрудников силовых структур, основанное на недавно рассекреченном курсе оперативного карате спецназа КГБ, теперь доступно всем, кому интересны реальные боевые искусства и техники самообороны.

Приемы, которые успешно использовали бойцы сильнейшего спецназа мира, теперь помогут вам защитить себя и своих близких. Из этой книги вы узнаете не только как дать отпор любому противнику, используя нож, но и как защититься от вооруженного ножом преступника, не используя оружие.

### [Предисловие](#)

- [Глава 1. Боевой нож](#)
  - [Современный боевой нож](#)
  - [Составные части и устройство боевого ножа](#)
- [Глава 2. Базовая техника ножевого боя](#)
  - [Хват боевого ножа](#)
  - [Боевые стойки с ножом](#)
  - [Дистанция в ножевом бою](#)
  - [Движение в ножевом бою](#)
  - [Движение шагом вперед](#)
  - [Движение шагом назад](#)
  - [Движение шагом вперед со сменой стойки](#)
  - [Движение шагом назад со сменой стойки](#)
  - [Движение шагом вправо](#)
  - [Движение шагом влево](#)
  - [Варианты движения скрестным шагом влево и вправо](#)

- [Удары ножом](#)
- [Колющий удар ножом](#)
- [Режущие удары ножом](#)
- [Удары рукоятью ножа](#)
- [Техника защиты ножом](#)
- [Комбинации ударов ножом](#)
- [Метание боевого ножа](#)
- [Ношение боевого ножа](#)
- [Глава 3. Школа ножевого боя](#)
  - [Школа армейского ножевого боя](#)
  - [Двенадцать шагов в изучении основ армейского ножевого боя](#)
  - [Тактика армейского ножевого боя](#)
  - [Школа ножевого боя по системе оперативного карате](#)
  - [Упражнения по отработке техники движения в ножевом бою](#)
  - [Техника отработки колющих ударов ножом](#)
  - [Техника отработки режущих ударов ножом](#)
  - [Техника отработки комбинаций с ножом](#)
  - [Техника ухода с линии атаки](#)
  - [Техника встречной атаки](#)
  - [Техника контратаки](#)
  - [Техника управления противником](#)
  - [Техника и приемы ножевого боя в борьбе с вооруженным противником](#)
  - [Техника и приемы комбинационного рукопашного боя с использованием ножа и других приемов рукопашного боя](#)
  - [Режимы обусловленного, полубоусловленного и вольного ножевого боя](#)
  - [Школа боевой и специальной подготовки](#)
  - [При атаке спереди \(фото 624–637\)](#)
  - [При атаке сзади](#)
- [Глава 4. Спортивный и тренировочный ножевой бой](#)
- [Об авторе](#)
- [Библиография](#)
- [Признательность за помощь](#)

## **Предисловие**

Для самозащиты в принципе может подойти любой нож. А в криминальных разборках вообще могут использоваться самодельные предметы, обладающие колюще-режущими свойствами. В последнем случае диапазон средств устрашения и нападения может быть предельно широк – от бритвы до шила или заточенного напильника. Лишь бы можно было колоть и резать. Но цели, которые преследует применение холодного оружия ближнего боя, в этом случае просты – запугивание, устрашение и убийство. Фактически, это не ножевой бой.

Ножевой бой как реальное боевое искусство применяется в иных, ограниченных и определенных законом целях: для защиты Родины, выполнения приказа в ходе рукопашной схватки или выполнения специального задания.

С юридической точки зрения, ножевым боем считается применение соответствующего оружия – боевого ножа,<sup>[1]</sup> несмотря на то, что в руках профессионала оружием может служить любой – не только не боевой, но и не металлический – нож.

## **Глава 1 Боевой нож**

### **Современный боевой нож**

Собственно боевым ножом можно считать только нож, официально принятый на вооружение армией или другой силовой структурой.

Остальные ножи отличаются от них не только юридическим статусом, но и функциональностью, и могут быть классифицированы как разделочные, охотничьи, сувенирные. Отдельного класса небоевых ножей самообороны не существует. Боевой нож – единственный вид холодного оружия, ориентированный на применение против человека. На вооружении подразделений Вооруженных Сил России сейчас стоят ножи НР-43 «Вишня», «Катран», «Взмах-1» и НР-2 и другие (фото 1–5).



Фото 1. Нож разведчика НР-40



Фото 2. Нож разведчика НР-43 «Вишня»



Фото 3. Боевой нож «Катран»



Фото 4. Боевой нож «Взмах-1»



Фото 5. Боевой нож НР-2

К боевым ножам относятся и штык-ножи к автомату Калашникова, советскому огнестрельному оружию времен Великой Отечественной войны.

За счет особой формы клинка, современный боевой нож одинаково эффективен как колющее и как режущее оружие. Например, клинок ножа «Взмах-1» имеет листовидную или копьевидную форму (фото 6).



Фото 6. Клинок боевого ножа «Взмах-1»

Такая форма – залог высоких проникающих свойств при колющих ударах, а неровная линия лезвия в сочетании с особой заточкой наделяют нож превосходными режущими качествами.

Так называемая «серрейторная»<sup>[2]</sup> (зубчатая, пилообразная) заточка не только позволяет наносить более глубокие и протяженные резаные раны, но и не дает противнику блокировать или захватывать руками клинок.

Специальная форма клинка, острия и лезвия ножа НР-40, разработанного еще до Великой Отечественной войны, тоже обеспечивала высокую боевую эффективность и универсальность (фото 7).



Фото 7. Острие ножа разведчика HP-40

Позднейшие модели – HP-43 «Вишня»<sup>[3]</sup> и HP-2 – разрабатывались с упором на колющие качества и предназначались, прежде всего, для нанесения таких ударов.

### Составные части и устройство боевого ножа

Рассмотрим устройство боевого ножа на примере современного боевого ножа «Взмах-1», стоящего на вооружении спецподразделений РФ (схема 1).

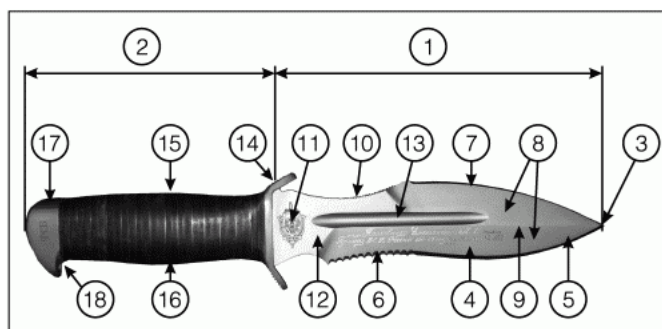


Схема 1. Боевой нож «Взмах-1

1. Клинок
2. Рукоятка
3. Острие клинка
4. Лезвие
5. Гладкая заточка
6. Серрейторная заточка
7. Обратная заточка
8. Спуски
9. Ребро жесткости
10. Обух
11. Пята клинка
12. Голомень (боковина клинка)
13. Дол



14. Крестовина (ограничитель, гарда)
15. Спинка рукояти
16. Брюшко рукояти
17. Головка рукояти
18. Отверстие для темляка

Тактико-технические характеристики ножа «Взмах-1»<sup>[4]</sup>

- общая длина, мм – 285
  - длина клинка, мм – 160
    - наибольшая ширина клинка, мм – 39
    - толщина обуха, мм – 6
  - длина рукояти, мм – 130
    - ширина рукояти (в ср. части), мм – 35
    - толщина рукояти (в ср. части), мм – 25
    - твердость клинка, HRS – 56-58
    - материал клинка – сталь 50 X 14МФ, 95 X 18, ЭП853

## Глава 2

### Базовая техника ножевого боя

#### Хват боевого ножа

Как правило, обучение ножевому бою начинается с обучения правильному хвату ножа. Важно помнить, что каждый хват удобен для выполнения узкого спектра задач – в бою неразумно держать нож так же, как на кухне. И наоборот. Не меньше, чем сфера применения, на хват боевого ножа влияют форма и конструкция рукоятки и крестовины. Основных хватов боевого ножа – три:

- Первый вариант – хват ножа клинком вверх, в сторону от большого пальца (*фото 8*).

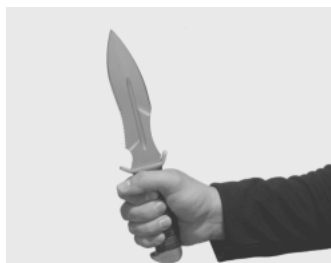


Фото 8

Второй вариант – хват ножа клинком вниз, в сторону от мизинца (*фото 9*).



Фото 9

Третий вариант – хват ножа клинком вперед (*фото 10*).



Фото 10

Правильный хват ножа позволяет наносить как колющие, так и режущие удары в любой последовательности. Однако техники ведения боя с разными хватами отличаются друг от друга. Одной из самых дискуссионных тем при обсуждении правильности хвата ножа является направление лезвия ножа – к себе или от себя (*фото 11–14*).



Фото 11



Фото 12



Фото 13



Фото 14

Направление лезвия ножа влияет в первую очередь на технику нанесения режущих ударов, но не на боевую эффективность – наряду с основным лезвием, современный боевой нож имеет дополнительную заточку на обухе. Кроме того, форма лезвия боевого ножа позволяет в равной степени эффективно резать как в направлении клинка, так и в направлении рукояти.

### **Боевые стойки с ножом**

Правильная боевая стойка обеспечивает наиболее удобное положение для атаки и защиты в ходе боя. Три основные стойки – фронтальная, левосторонняя и правосторонняя.

Фронтальная стойка – ноги располагаются на ширине плеч, колени слегка согнуты. Нож находится в правой руке.<sup>[5]</sup> Часто эта стойка является промежуточной при смене стоек и в движении или перемещениях в ходе ведения поединка. Эта стойка часто применяется для обеспечения скрытого и внезапного нападения на противника (*фото 15*).

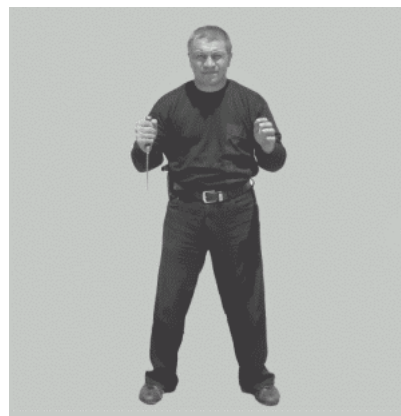


Фото 15

Левосторонняя стойка – левая нога выставлена вперед, нож в правой руке. Колени слегка согнуты. Вес тела равномерно распределен на обе ноги (*фото 16*).



Фото 16

Правосторонняя стойка – правая нога выставлена вперед, нож в правой руке. Колени слегка согнуты. Вес тела равномерно распределен на обе ноги (*фото 17*).



Фото 17

С учетом использования ножа, который может размещаться в левой или правой руке, и левосторонняя, и правосторонняя стойки могут быть *одноименными* и *разноименными*.

Одноименная правосторонняя стойка – правая нога впереди, нож в правой руке (*фото 18*).



Фото 18

Разноименная левосторонняя стойка – левая нога впереди, нож в правой руке (*фото 19*).



Фото 19

Иногда одноименную стойку называют *открытой*, разноименную *закрытой*: в первом случае нож находится на виду, во втором – спрятан за корпусом бойца. Однако и в одноименной стойке имеется возможность скрыть от противника нож, и наоборот, открыто демонстрировать противнику оружие при нахождении в разноименной стойке (*фото 20, 21*). Одноименная правосторонняя стойка с ножом, скрытым от противника.



Фото 20

Разноименная левосторонняя стойка с ножом, открыто демонстрируемым противнику.



Фото 21

Преимущество разноименной стойки – противнику намного сложнее захватить вашу руку с ножом: для защиты и контратаки вы можете использовать левую руку и корпус.

Во всех стойках ножевого боя вес тела может переноситься на любую ногу расстояние между ногами может быть разным и напрямую зависит от ситуации. Например, в атаке, при выпаде вперед, расстояние между ногами может быть максимальным (*фото 22*).

- Одноименная правосторонняя стойка с выпадом.



Фото 22

### **Дистанция в ножевом бою**

Правильно выбранная дистанция позволяет атаковать максимально эффективно, оставаясь относительно недосягаемым для противника. Обычно различают три дистанции: *дальнюю, среднюю и ближнюю (фото 23–25)*.



Фото 23. Дальняя дистанция

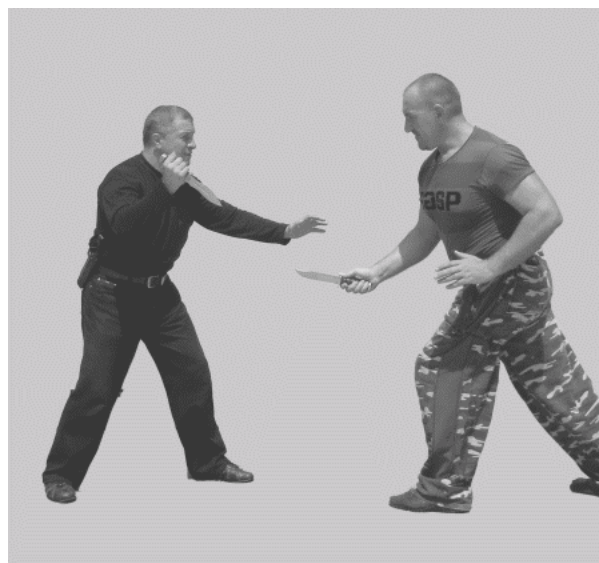


Фото 24. Средняя дистанция



Фото 25. Ближняя дистанция

### **Движение в ножевом бою**

Движение в ножевом бою состоит из перемещения относительно территории и относительно противника.

- Движение вперед с сохранением левосторонней разноименной стойки (фото 26, 27).

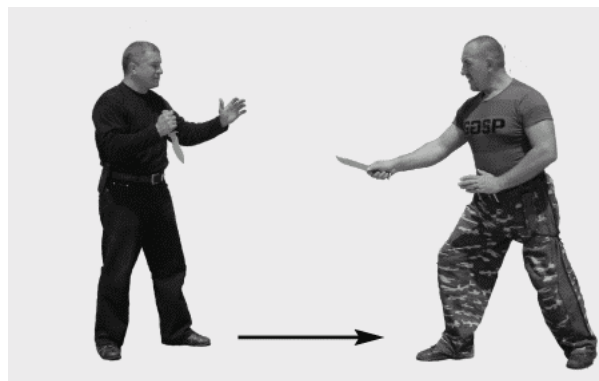


Фото 26





Фото 27

Движение вперед со сменой стойки с левосторонней разноименной на правостороннюю одноименную (фото 28, 29).

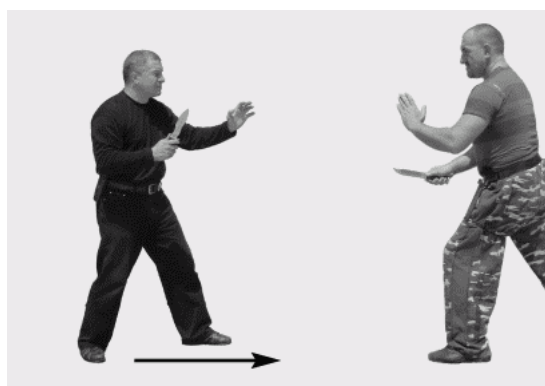


Фото 28



Фото 29

Наиболее простой способ движения в ножевом бою – движение одиночным шагом.

### **Движение шагом вперед**

Техника выполнения:

1. Из положения левосторонней стойки выполнить небольшой шаг левой ногой вперед. Тут же подтянуть правую ногу и вновь принять исходную стойку (*фото 30–32*).

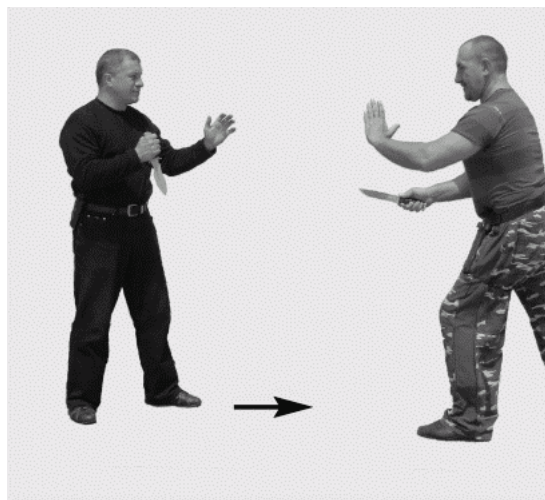


Фото 30



Фото 31



Фото 32

2. Из положения левосторонней стойки выполнить небольшой шаг правой ногой вперед к левой ноге. Тут же выполнить небольшой шаг левой ногой вперед и вновь принять левостороннюю стойку (фото 33–35).

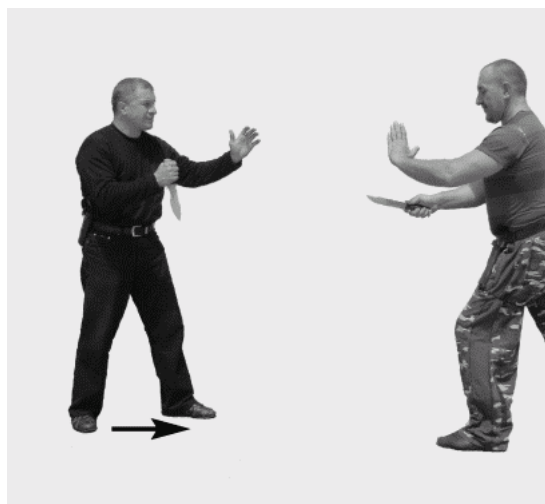


Фото 33

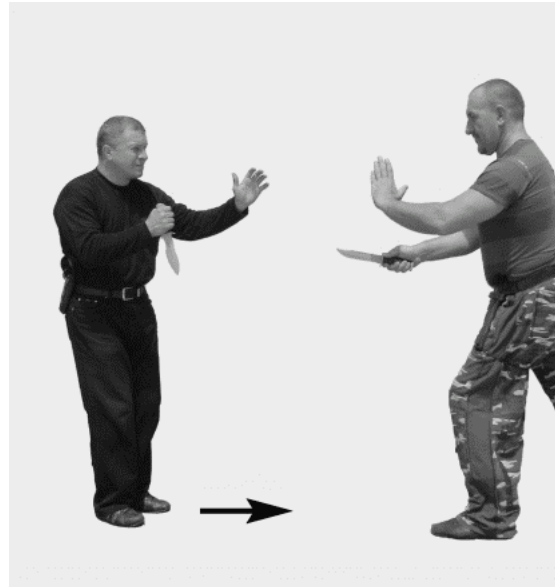


Фото 34



Фото 35

### **Движение шагом назад**

Техника выполнения:

3. Из положения левосторонней стойки выполнить небольшой шаг правой ногой назад. Тут же подтянуть левую ногу и вновь принять левостороннюю стойку (*фото 36–38*).

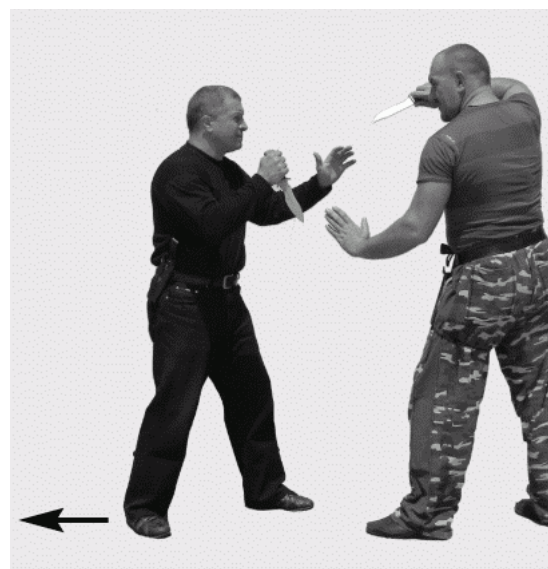


Фото 36



Фото 37

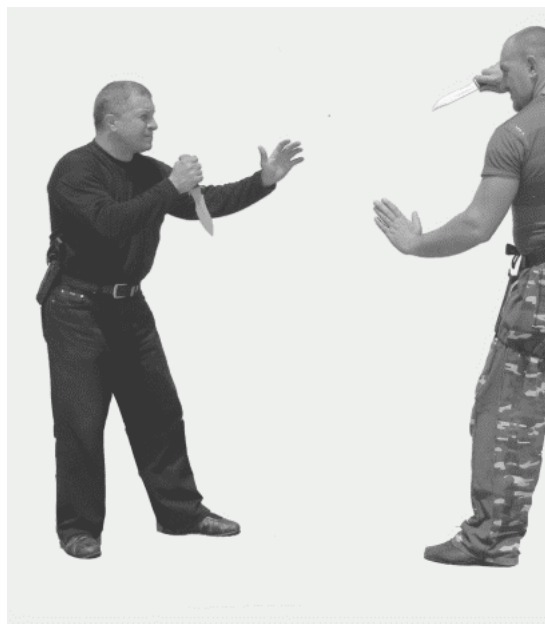


Фото 38

4. Из положения левосторонней стойки выполнить небольшой шаг левой ногой назад, к правой ноге. Тут же выполнить небольшой шаг правой ногой назад и вновь принять левостороннюю стойку (фото 39–41).



Фото 39

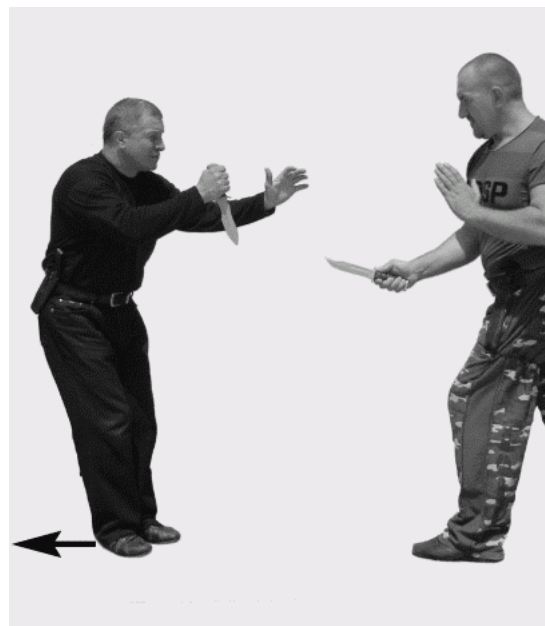


Фото 40

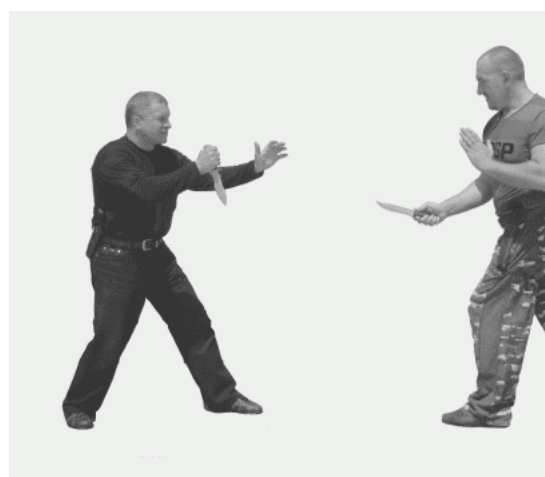


Фото 41

### **Движение шагом вперед со сменой стойки**

Техника выполнения:

5. Из положения левосторонней разноименной стойки выполнить шаг правой ногой вперед, приняв правостороннюю одноименную боевую стойку (*фото 42–45*).

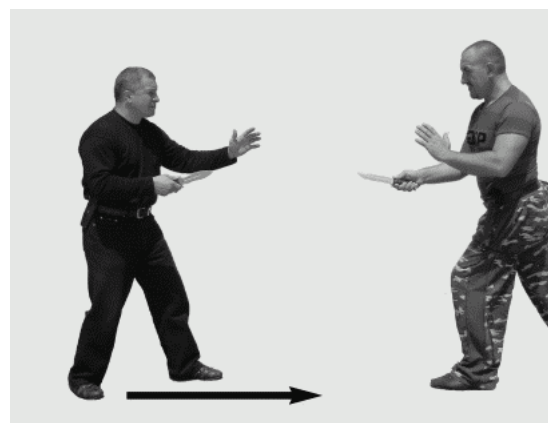


Фото 42

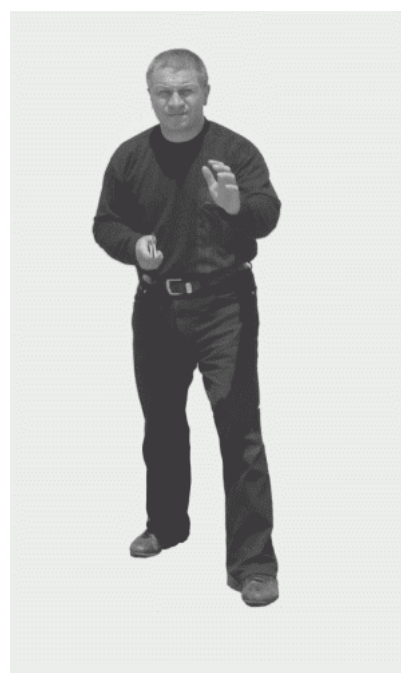


Фото 43. Вид спереди



Фото 44





Фото 45. Вид спереди

### **Движение шагом назад со сменой стойки**

Техника выполнения:

6. Из положения левосторонней разноименной стойки выполнить шаг левой ногой назад, приняв правостороннюю одноименную боевую стойку (*фото 46–49*).



Фото 46



Фото 47. Вид спереди



Фото 48

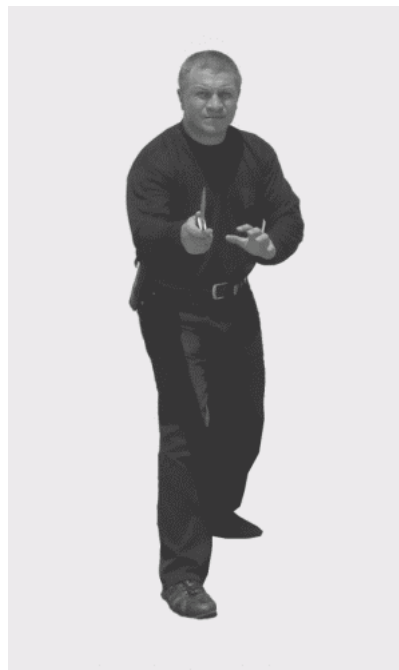


Фото 49. Вид спереди

Движение шагами вперед и назад (челночное движение) позволяет с минимальными усилиями контролировать дистанцию, входить в бой и выходить из него.

Помимо линейных и челночных движений в ножевом бою активно используются движения в сторону.

### **Движение шагом вправо**

Техника выполнения:

7. Из положения левосторонней разноименной стойки выполнить шаг правой ногой вправо, затем левую ногу переставить вправо на такое же расстояние и выйти в левостороннюю стойку (*фото 50–55*).

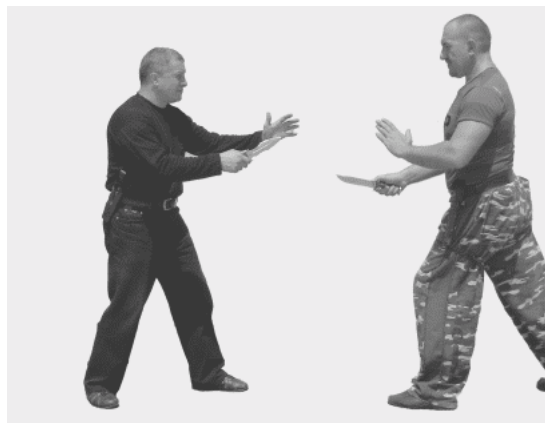


Фото 50



Фото 51. Вид спереди

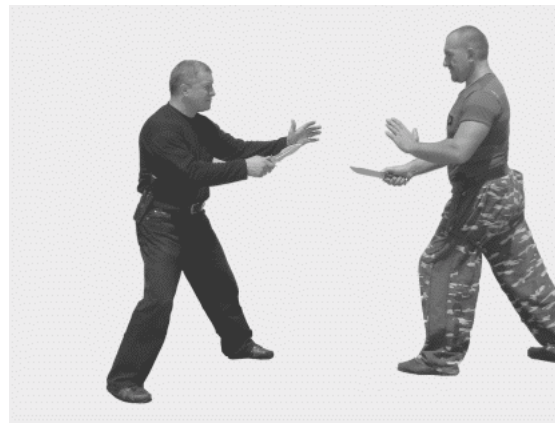


Фото 52



Фото 53. Вид спереди

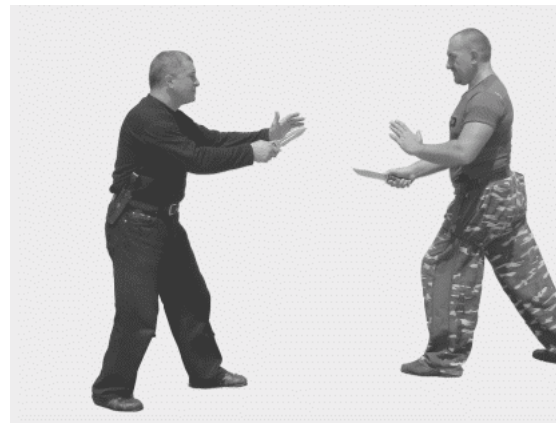


Фото 54

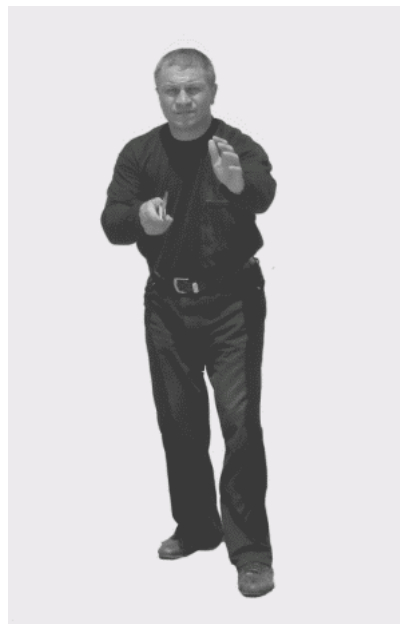


Фото 55. Вид спереди

### **Движение шагом влево**

Техника выполнения:

8. Из положения левосторонней разноименной стойки выполнить шаг левой ногой влево, затем правую ногу переставить влево на такое же расстояние (*фото 56–61*).

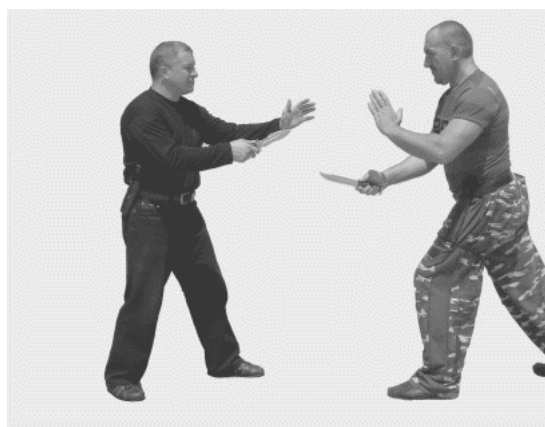


Фото 56

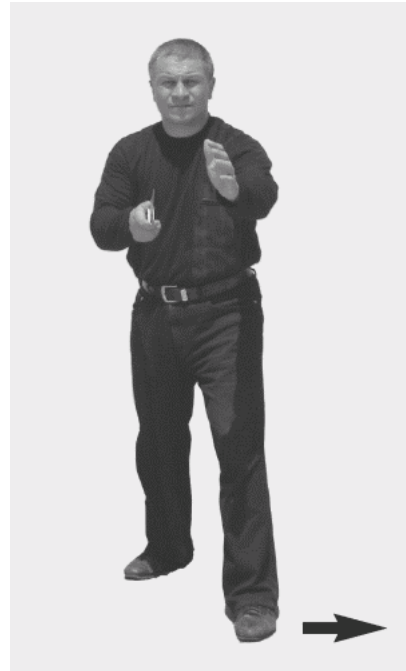


Фото 57. Вид спереди

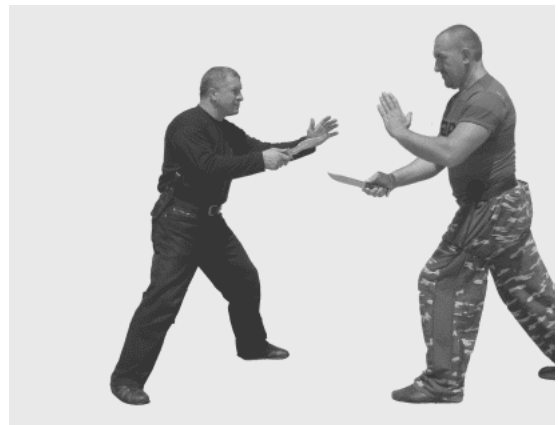


Фото 58



Фото 59. Вид спереди



Фото 60



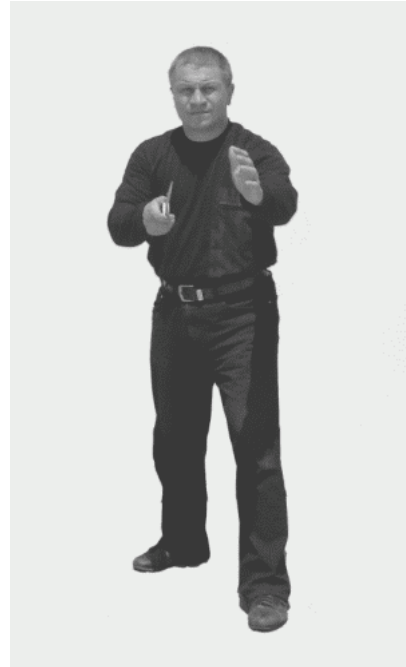


Фото 61. Вид спереди

### **Варианты движения скрестным шагом влево и вправо**

Техника выполнения:

9. Из положения левосторонней разноименной стойки выполнить скрестный шаг правой ногой влево (линии голени пересекаются под углом примерно 20 градусов), затем левую ногу переставить влево на такое же расстояние (*фото 62–67*).

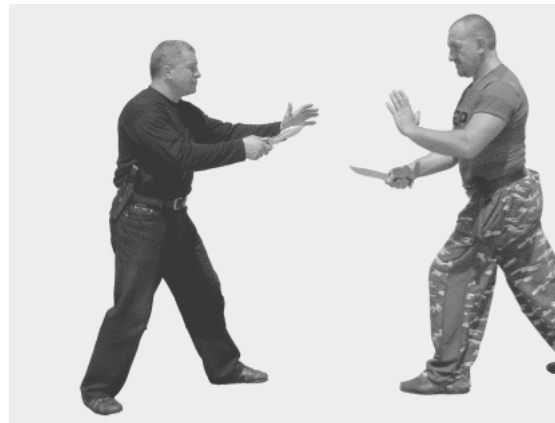


Фото 62



Фото 63. Вид спереди

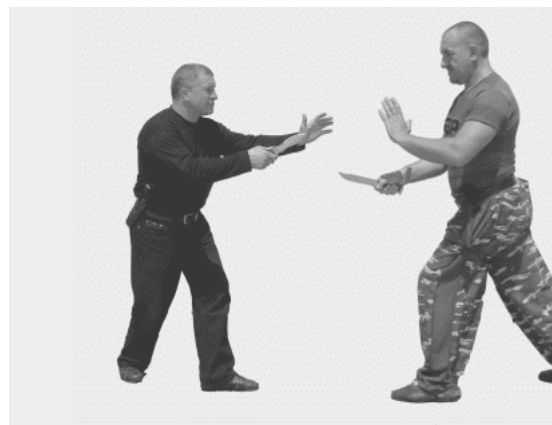


Фото 64

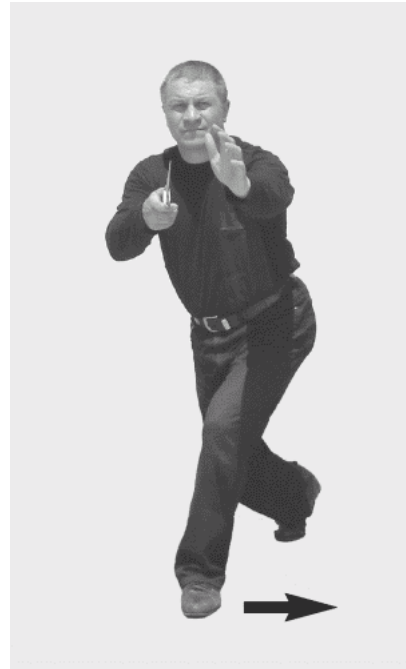


Фото 65. Вид спереди



Фото 66



Фото 67. Вид спереди

10. Из положения левосторонней разноименной стойки выполнить шаг левой ногой влево (линии голеней пересекаются под углом примерно 20 градусов), затем правую ногу переставить вправо на такое же расстояние (*фото 68–73*).

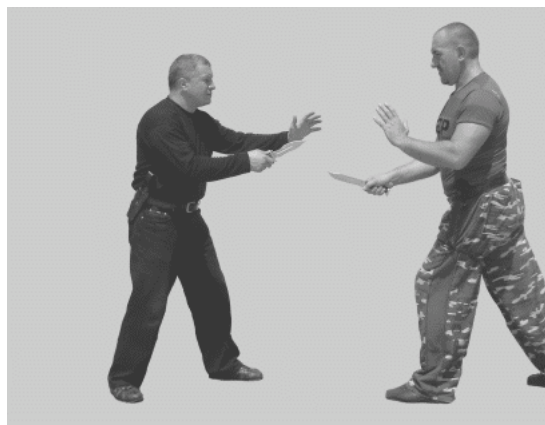


Фото 68



Фото 69. Вид спереди



Фото 70



Фото 71. Вид спереди



Фото 72



Фото 73. Вид спереди

Основными требованиями к движению и перемещениям в ножевом бою являются их своевременность, целесообразность и осмысленность. Даже кажущиеся на первый взгляд хаотичные движения могут на деле оказаться своевременными, эффективными, хорошо продуманными и отработанными. Верный шаг и движение позволяют мгновенно сблизиться с противником, уйти с линии атаки или уклониться от нее.

Важнейшим в рукопашном бою с ножом является неожиданность использования оружия. Эта задача так же решается в первую очередь с использованием правильного движения, которое обеспечивает неожиданность атаки, эффективность защиты, которые в свою очередь обеспечивают конечный благоприятный результат.

### **Удары ножом**

В рукопашном бою нож используется для нанесения колющих и режущих ударов. Кроме этого рукоятка ножа может выступать в роли импровизированного кастета.

### **Колющий удар ножом**

Колющий удар ножом считается основным: от него не защищает даже толстая одежда,<sup>[6]</sup> колющим ударом можно поразить жизненно важные органы противника.

Колющие удары ножом наносятся вперед, сверху, снизу, наотмашь слева направо, сбоку и на себя.

Большинство колющих ударов ножом можно наносить при любом хвате ножа.

Все колющие удары ножом могут наноситься как в одноименной стойке, так и в разноименной, с выпадом, и без.

#### **Колющий удар вперед**

Нанесение колющего удара ножом вперед в разноименной стойке (*фото 74*).

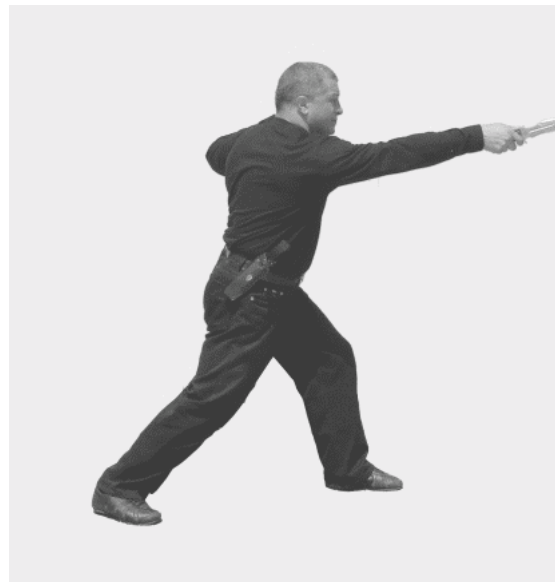


Фото 74

Нанесение колющего удара ножом в одноименной стойке (*фото 75*).





Фото 75

Нанесение колющего удара ножом с выпадом  
в разноименной стойке (фото 76, 77).



Фото 76



Фото 77

Нанесение колющего удара с выпадом в  
одноименной стойке (фото 78, 79).



Фото 78



Фото 79

#### Колющий удар сверху

Нанесение колющего удара сверху в разноименной стойке при хвате ножа клинком в сторону от большого пальца (*фото 80*).



Фото 80

Нанесение колющего удара сверху в одноименной стойке при хвате ножа клинком в сторону от большого пальца (*фото 81*).



Фото 81

Нанесение колющего удара сверху в разноименной стойке при хвате ножа клинком в сторону от мизинца (фото 82).



Фото 82

Нанесение колющего удара сверху в одноименной стойке при хвате ножа клинком в сторону от мизинца (фото 83).



Фото 83

#### Колющий удар снизу

Нанесение колющего удара снизу в разноименной стойке при хвате ножа клинком в сторону от большого пальца (*фото 84*).



Фото 84

Нанесение колющего удара снизу в одноименной стойке при хвате ножа клинком в сторону от большого пальца (*фото 85*).



Фото 85

Нанесение колющего удара снизу в разноименной стойке при хвате ножа клинком в сторону от мизинца (фото 86).



Фото 86

Нанесение колющего удара снизу в одноименной стойке при хвате ножа клинком в сторону от мизинца (фото 87).



Фото 87

**Колющий удар наотмашь слева направо**

Нанесение колющего удара наотмашь слева направо в разноименной стойке при хвате ножа клинком в сторону от мизинца (*фото 88*).



Фото 88

Нанесение колющего удара наотмашь слева направо в одноименной стойке при хвате ножа клинком в сторону от мизинца (*фото 89*).



Фото 89

**Колющий удар сбоку справа налево**

Нанесение колющего удара сбоку справа налево в разноименной стойке при хвате ножа клинком в сторону от большого пальца (*фото 90*).



Фото 90

Нанесение колющего удара сбоку справа налево в одноименной стойке при хвате ножа клинком в сторону от большого пальца (*фото 91*).



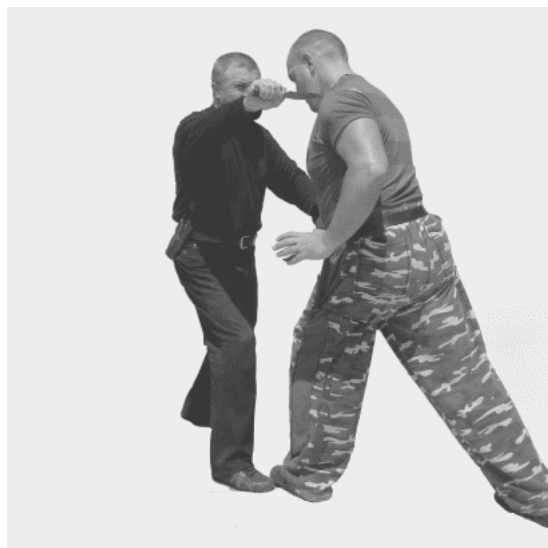


Фото 91

Нанесение колющего удара сбоку справа налево в разноименной стойке при хвате ножа клинком в сторону от мизинца (фото 92).

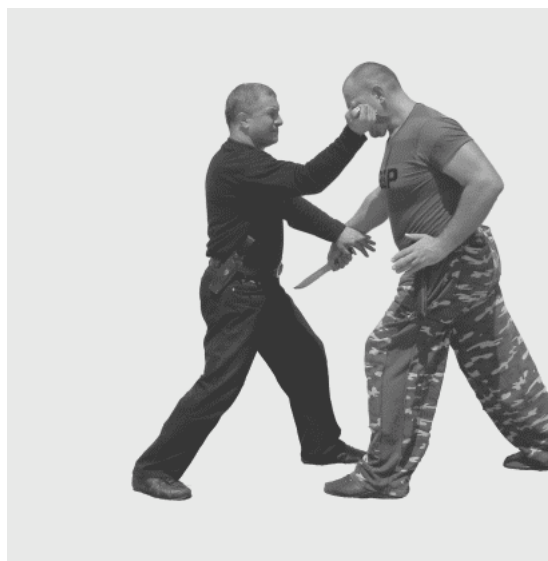


Фото 92

Нанесение колющего удара сбоку справа налево в одноименной стойке при хвате ножа клинком в сторону от мизинца (фото 93).



Фото 93

#### **Колющий удар на себя**

Нанесение колющего удара на себя в разноименной стойке при хвате ножа клинком в сторону от большого пальца (фото 94).

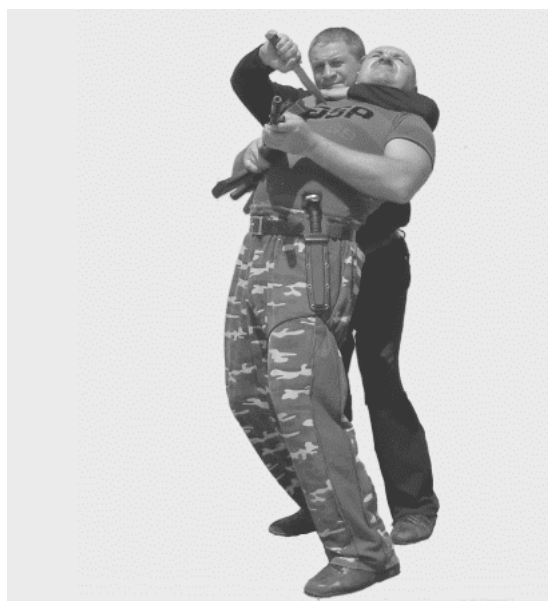


Фото 94

Нанесение колющего удара на себя в одноименной стойке при хвате ножа клинком в сторону от большого пальца (фото 95).

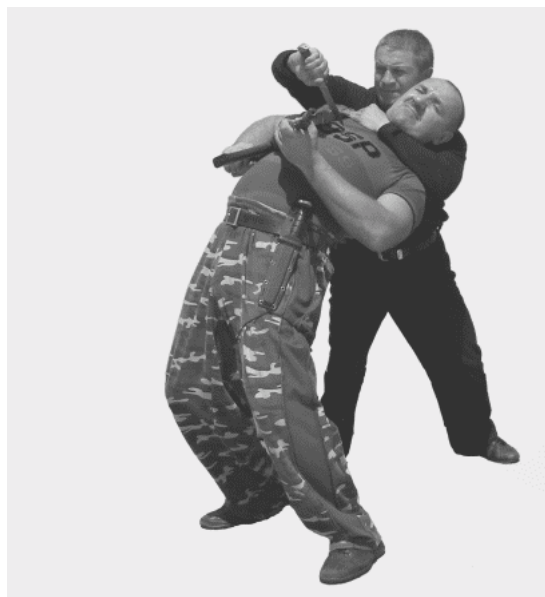


Фото 95

Нанесение колющего удара на себя в разноименной стойке при хвате ножа клинком в сторону от мизинца (фото 96).

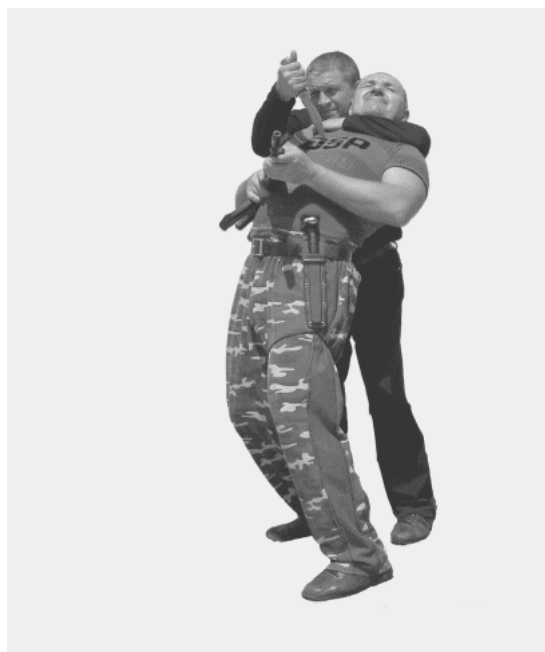


Фото 96

Нанесение колющего удара на себя в одноименной стойке при хвате ножа клинком в сторону от мизинца (фото 97).

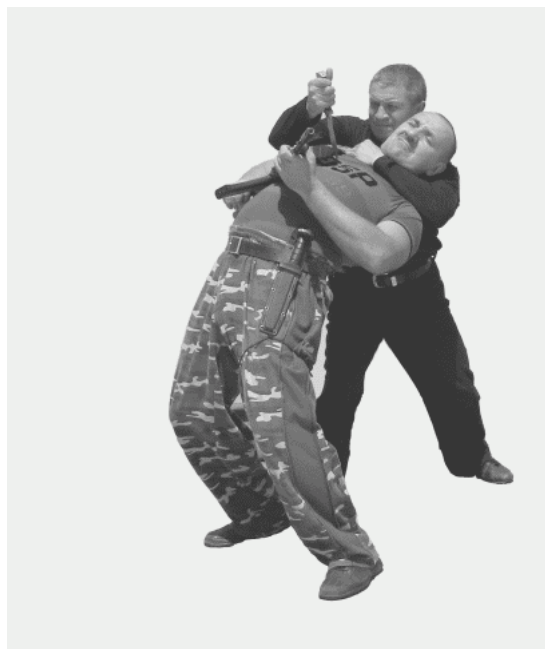


Фото 97

Колющие удары ножом могут наноситься при любом хвате и из любой позиции или стойки, а также в динамике и в ходе движения или перемещения, и на разнообразных дистанциях боя.

Варианты нанесения колющих ударов ножом (фото 98, 99).



Фото 98



Фото 99

### **Режущие удары ножом**

Режущий удар ножом обычно считается вспомогательным. Он часто используется для поражения конечностей противника, как отвлекающее и вспомогательное средство. Режущие удары эффективны для обезвреживания противника и без нанесения ему смертельных ранений. Эффективны и режущие удары по сухожилиям противника – локтевой сгиб, ахиллесово и подколенное сухожилия, задняя часть бедра. Режущие удары ножом могут наноситься по вертикали, горизонтали и по диагоналям. По горизонтали режущие удары ножом наносятся по трем уровням: верхнему, среднему и нижнему. По вертикали удары могут проходить посередине, в левой или правой плоскости. Диагональные режущие удары ножом также могут проходить через условную точку в верхнем, среднем или нижнем уровнях.

#### **Варианты нанесения режущих ударов ножом по уровням нанесения**

Режущий диагональный удар ножом, справа налево в верхний уровень (*фото 100*).



Фото 100

Режущий диагональный удар ножом сверху вниз слева направо через средний уровень (фото 101).



Фото 101

Режущий горизонтальный удар ножом слева направо через нижний уровень (фото 102).



Фото 102

И вертикальные и диагональные режущие удары ножом могут наноситься как сверху вниз, так и снизу вверх.

Режущий удар ножом снизу вверх (два варианта) (фото 103, 104).



Фото 103



Фото 104

Режущий удар ножом сверху вниз (фото 105, 106).



Фото 105





Фото 106

Самые простые режущие удары ножом при различных хватах ножа – те, при которых заточенная часть лезвия смотрит от себя. Режущий удар ножом слева направо при хвате ножа клинком в сторону от большого пальца вверх лезвием от себя (*фото 107, 108*).



Фото 107



Фото 108

Режущий удар ножом справа налево при хвате ножа клинком в сторону от мизинца лезвием от себя (фото 109–111).



Фото 109



Фото 110

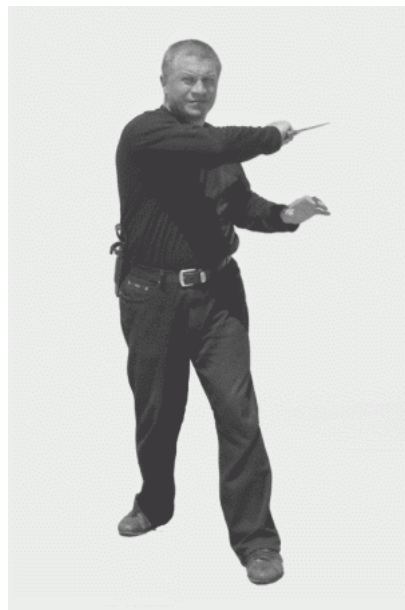


Фото 111

Режущий удар ножом сверху вниз при хвате ножа клинком вперед лезвием, направленным вниз (фото 112).

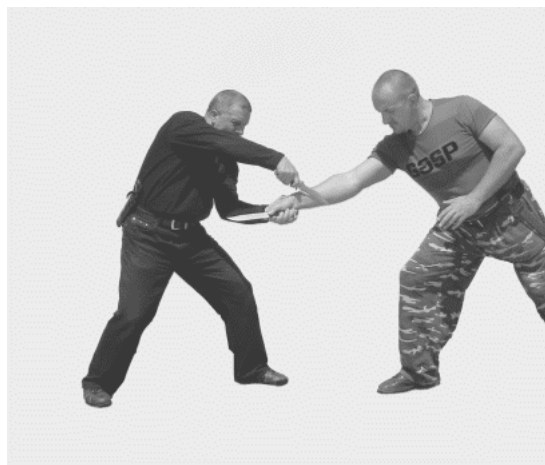


Фото 112

Особую разновидность режущих ударов ножом представляют *возвратно-поступательные* и *круговые* удары ножом, направленные как бы вовнутрь круга (фото 113–115).



Фото 113



Фото 114



Фото 115

Такие удары являются сложными в исполнении, а их применение особенно эффективно в ближнем бою или для воздействия на конечности противника (*фото 116а, 116б*).



Фото 116а



Фото 116б

Вариант режущего удара по внутреннему кругу слева направо, при хвате ножа клинком в сторону от большого пальца лезвием к себе (фото 117).



Фото 117

Вариант режущего удара ножом по внутреннему кругу слева направо, при хвате ножа клинком в сторону от мизинца лезвием к себе (фото 118).

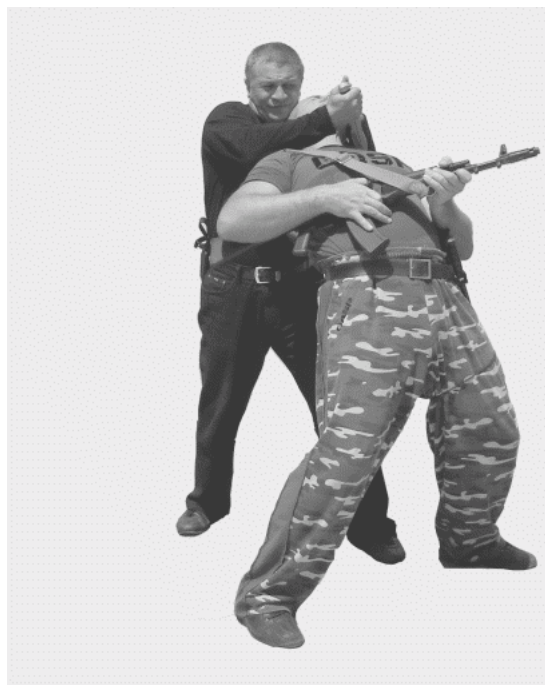


Фото 118

Вариант режущего удара ножом по внутреннему кругу справа налево, при хвате

ножа в сторону от мизинца лезвием к себе  
(фото 119).



Фото 119

Большинство режущих ударов ножом условно схематично можно представить в виде окружности, в которой движение лезвия идет слева направо или справа налево по ее внешней стороне, или наоборот, по внутренней стороне слева направо (рис. 1).

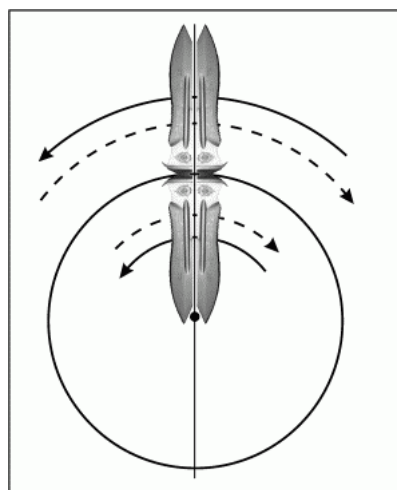


Рис. 1

**Удары рукоятью ножа**



В рукопашном бою рукоять ножа может быть использована в качестве ударного оружия для нанесения оглушающих и дробящих ударов. Удары рукоятью ножа могут наноситься по суставам, мышцам рук, пальцам, запястью, ключице, позвоночнику, голове. Наиболее эффективны удары рукоятью ножа по голове. Удары наносятся головкой рукоятки или кулаком с зажатой в нем рукоятью ножа. Удар рукоятью ножа в висок (фото 120).



Фото 120

Удар рукоятью ножа по затылку (фото 121).



Фото 121

Удар рукоятью ножа по локтю (фото 122).



Фото 122

Прямой удар рукоятью ножа основанием рукоятки вперед в голову (фото 123).



Фото 123

Удар кулаком, с зажатой в нем рукояткой ножа в челюсть (фото 124).

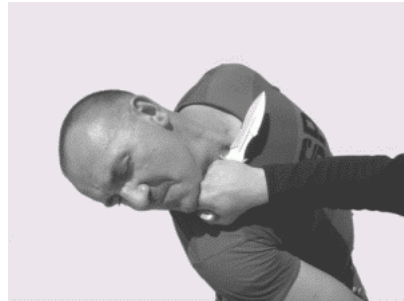


Фото 124

### **Техника защиты ножом**

Нож может использоваться в рукопашной схватке как оружие не только нападения, но и обороны.

Особенно эффективно применение ножа для отражения ударов противника руками и ногами. Удары по атакующим конечностям противника могут наноситься в момент удара, или являться превентивными и предупреждающими сам удар.

Лезвие и клинок ножа могут стать непреодолимым препятствием для бьющей руки или ноги противника и помешать любому захвату. Режущие или колющие контрудары ножом могут не только остановить, но и обезвредить противника.

Техника защиты встречным ударом ножом сверху по голени, при ударе ногой снизу (фото 125, 126).

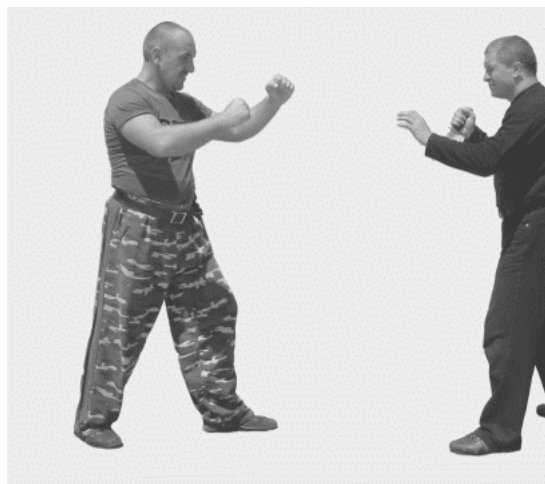


Фото 125

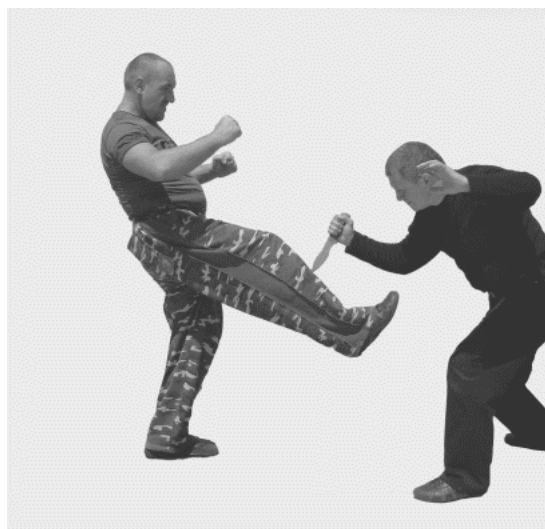


Фото 126

Техника защиты ударом ножа наотмашь, слева направо по бедру бьющего ногой вперед противника, в комбинации с уходом с линии атаки противника влево (фото 127, 128)

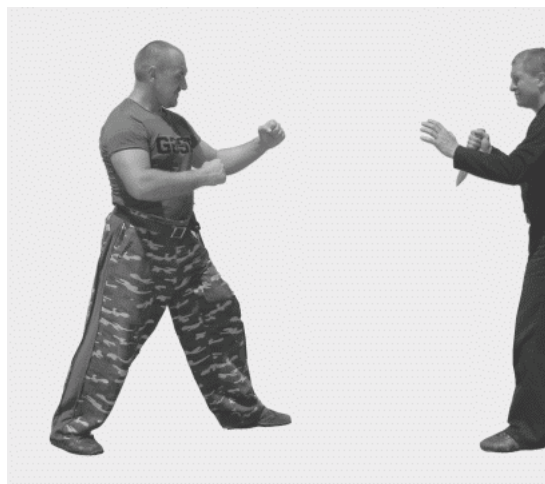


Фото 127



Фото 128

Техника защиты режущим ударом ножом  
слева направо по левой бьющей руке  
противника (фото 129, 130).



Фото 129



Фото 130

Техника защиты режущим ударом ножом  
справа налево по правой бьющей руке  
противника (фото 131, 132).



Фото 131



Фото 132

Техника защиты колющим ударом ножом слева направо наотмашь по правой бьющей руке противника (фото 133, 134).



Фото 133



Фото 134

Нож также может быть использован для обезоруживания противника или лишения его возможности использовать это оружие. Техника обезоруживания противника режущим и колющим ударом по правой руке противника, удерживающей оружие (фото 135–138).



Фото 135. Режущий удар



Фото 136. Режущий удар



Фото 137. Колющий удар

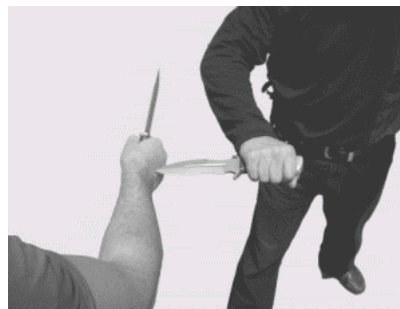


Фото 138. Колющий удар

### **Комбинации ударов ножом**

Особенностью ножевого боя является его комбинационность. Система действий ножом осуществляется на уровне варьирования различных ударов собственно ножом, а также сочетание этих ударов с ударами руками и ногами, захватами, подножками, движением, перемещениями и маневром.

Комбинации в ножевом бою могут быть простыми и состоять всего из двух действий. Например, состоять из режущего и колющего удара ножом (*фото 139–142*).



Фото 139





Φoto 140



Φoto 141



Фото 142

Комбинация, сочетающая удар ногой и удар  
ножом (фото 143–146).



Фото 143



Фото 144

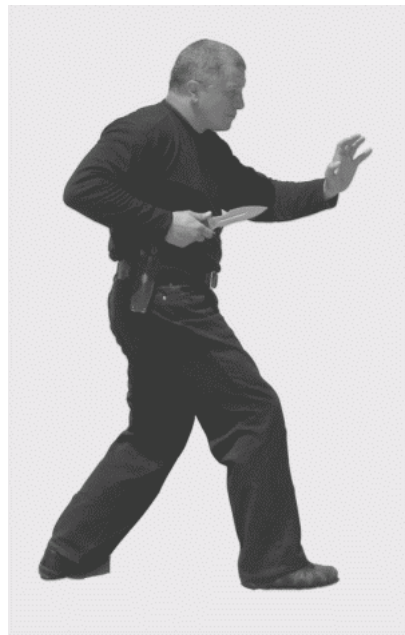


Фото 145



Фото 146

Комбинация, сочетающая захват левой рукой руки противника и удар ножом (фото 147–149).

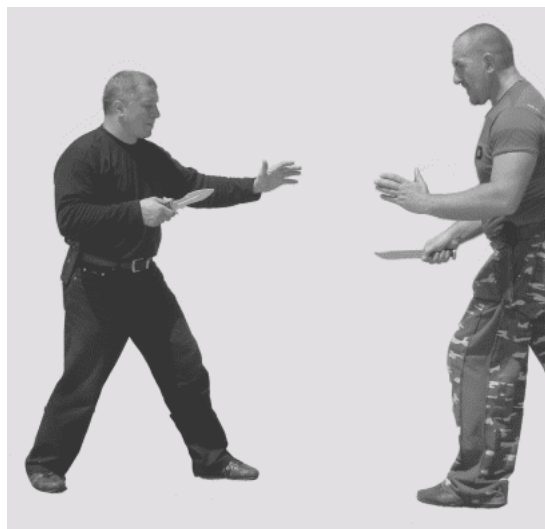


Фото 147



Фото 148



Фото 149

Первый удар ножом обычно используется в качестве вспомогательного, отвлекающего, шокирующего или подготовительного действия. Следующие – второй и далее удары ножом или руками и ногами обычно бывают завершающими.

Удары ножом или действия в ножевом бою могут представлять собой последовательности защитных и атакующих действий, только атакующих действий, или атакующих и защитных действий. И такие комбинации могут иметь бесконечное число вариантов. Отрабатываются и изучаются обычно самые простые и типичные комбинации. Чаще всего используются те, которые лучше всего получаются или освоены.

**Пример техники комбинационной атаки с использованием ножа**

1. Отвлекающий режущий удар ножом по руке противника.
  2. Прямой удар ногой по корпусу противника.
  3. Прямой колющий удар ножом вперед.
- Вариант выполнения комбинации ножевого боя без противника (*фото 150–153*).



Фото 150. Разноименная стойка



Фото 151. Отвлекающая атака режущим  
ударом ножа

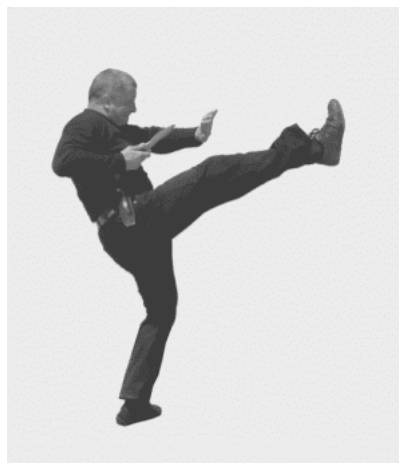


Фото 152. Прямой удар ножом



Фото 153. Колющий удар ножом вперед

Вариант выполнения комбинации ножевого боя с противником (фото 154–157).



Фото 154. Исходное положение



Фото 155. Первое действие. Отвлекающая атака режущим ударом ножа



Фото 156. Второе действие. Прямой удар





Фото 157. Третье действие. Прямой колющий удар ножом вперед

Особое направление в обучении искусству ведения комбинационного ножевого боя, это обучение комбинированию и нанесению ударов ножом по различным уязвимым частям тела противника.

### **Метание боевого ножа**

Боевой нож отлично приспособлен для метания в экстремальной ситуации, но, как показывает практика, не слишком подходит для тренировок. Следует учитывать, что боевое метание ножа хоть и предназначено теоретически для поражения противника, в реальности используется очень редко. Метание боевого ножа оправдано, когда с его помощью нужно отвлечь внимание противника, попытаться поразить его в голову и выиграть время, чтобы уклониться от боя или выстрелить.

Тем не менее, готовиться нужно к любой боевой ситуации – так что стоит попрактиковаться в метании ножей.

Для этих целей используется спортивно-тренировочное метание. Выбирая оружие для тренировок, помните, что по длине и весу тренировочный нож должен быть максимально близок к боевому. Оптимальный вес тренировочного метательного ножа колеблется в пределах 200–300 граммов (средний вес боевого ножа). Слишком большой и тяжелый метательный нож и сам быстро выйдет из строя или быстро разрушит любую мишень, а чересчур легкий будет вести себя в полете совсем не так, как боевой.

Обратите внимание, что нож, рассчитанный на рубящие удары, уже является не просто ножом, а чаще всего относится к тесакам или мачете, и вряд ли пригоден для метания как в боевых, так и в тренировочных условиях. Оборудовать место для тренировки несложно. Главное – обеспечить безопасность как окружающих, так и вашу: при рикошете или промахе нож может начать неконтролируемо вращаться и изменить траекторию случайным образом. При тренировках в зале желательно покрыть пол мягкой резиной или матами, чтобы не повредить нож. Удобнее всего тренироваться на природе, в том числе и в компании, совмещая боевую подготовку с развлечением. При занятиях на природе можно использовать специальные ленты ярких цветов, которые крепятся на рукоятки ножей или в отверстие для темляка и совершенно не влияют на полет метаемого ножа. Это поможет вам найти упавший нож даже в густой траве, если вы промахнулись или нож отскочил от мишени. Для групповых тренировок разумно использовать ленты разных цветов, чтобы контролировать точность попадания каждого из тренирующихся. Набор ножей и инструментов для спортивно-тренировочного метания (*фото 158–161*).



Фото 158



Фото 159. Ножи для метания в траве

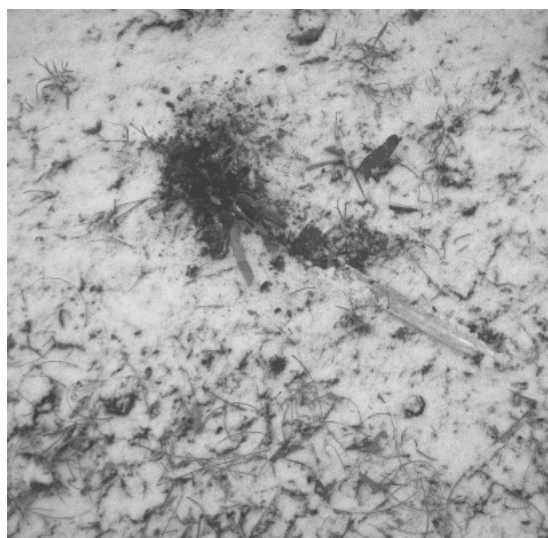


Фото 160. Нож для метания на снегу



Фото 161

В качестве мишеней рекомендуется  
использовать комель или торцы деревьев

мягких пород. Мишень может быть как цельной, так и составной. Мишени, сделанные из досок, используются только для показательных выступлений и не выдерживают долгих тренировок. Мишени стоит рассредоточить по территории, на которой проходит тренировка, и расположить на разных уровнях – верхнем, среднем и нижнем (фото 162).



Фото 162. Стенд для метания по уровням

Курс обучения ножевому бою и метанию ножей обязательно должен быть спланирован заранее и предусматривать постоянные регулярные тренировки. Тренировка должна проходить в несколько этапов и обязательно включать в себя теоретическую часть и две разминки – общую и специальную. Обычно тренировочное метание осуществляется сериями по несколько подходов на трех дистанциях – ближней, средней и дальней, из различных стоек и позиций различными способами, как с правой, так и с левой руки, с хватом ножа за рукоять и за клинок (фото 163–166).



Фото 163. Хват за клинок



Фото 164. Хват за клинок

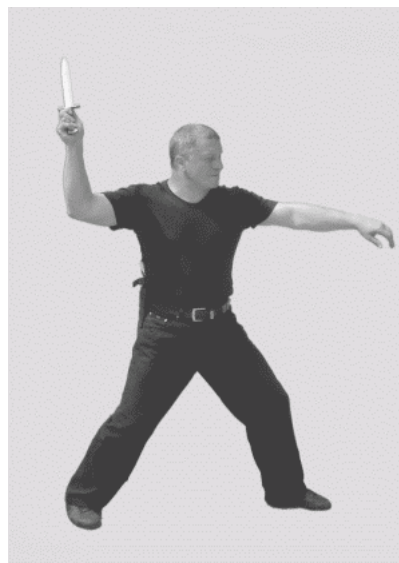


Фото 165. Хват за рукоять



Фото 166. Хват за рукоять

Для тренировок может быть использован любой нож подходящих размеров и веса, даже изготовленный из простой полосы железа. Удобно применять в этих целях спортивно-тренировочные ножи массового производства. Недорогие китайские метательные ножи из нержавеющей или низкокачественной стали выдерживают в среднем до 1000 бросков. Более дорогие отечественные могут пережить весь курс тренировок – загибы клинка и лезвия на них легко выправляются молотком, а неизбежные заусенцы, сколы и зарубки выравниваются точильным бруском.

### **Ношение боевого ножа**

Существует два способа ношения боевого ножа: открытый и скрытый. Открытое ношение ножа осуществляется в ножнах, которые можно закрепить на поясе, ремне, элементах боевой и походной амуниции и одежде, а также на руке или ноге. Обычные армейские боевые ножи и штык-ножи в ножнах, как правило, носят с левой стороны на поясе. Для максимально быстрого извлечения табельного армейского ножа из ножен, которые свободно висят на поясе, требуется помощь левой руки (*фото 167–169*). Это обусловлено тем, что на правом боку доступ к ним закрывало бы основное оружие на плечевом ремне.

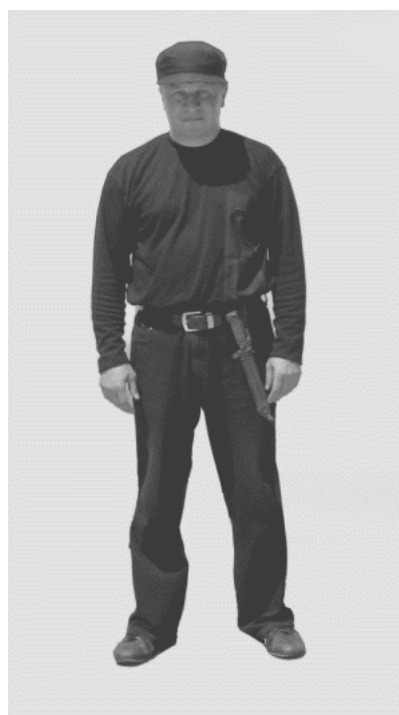


Фото 167





Фото 168



Фото 169

Специальные боевые ножи в режиме открытого ношения часто располагаются на поясе с правой стороны или на бедре (*фото 170, 171*).





Фото 170

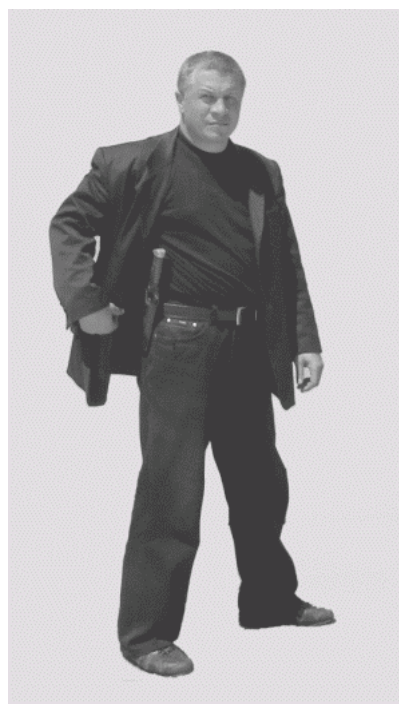


Фото 171

При необходимости нижняя часть ножен может крепиться к бедру с помощью специальной тесьмы.

Главное требование к связке нож-ножны — возможность мгновенно достать нож, который не должен сам выпадать и выскальзывать из ножен, вне зависимости от положения

владельца. Поэтому некоторые ножи имеют специальные приспособления в виде замков и защелок, как, например, это предусмотрено в офицерском кортике. Нож не должен мешать движению и издавать любые звуки, способные нарушить маскировку.

Скрытое ношение ножа может осуществляться различными способами. Самый известный вариант – ношение за голенищем сапога, традиционное для многих культур.

Приспособление для скрытого ношения должно, с одной стороны, делать нож незаметным для окружающих, а с другой – позволять при необходимости мгновенно извлечь его.

Скрытым и открытым может быть и удержание ножа, вынутого из ножен или потайного хранилища. В определенных условиях нож удерживается демонстративно открыто, но в боевой обстановке чаще всего удобнее скрытое удержание ножа, позволяющее неожиданно нанести удар. Вариант скрытого ношения ножа в левом рукаве (*фото 172–174*).



Фото 172



Φoto 173



Φoto 174

Вариант скрытого ношения ножа в правом рукаве (фото 175, 176).

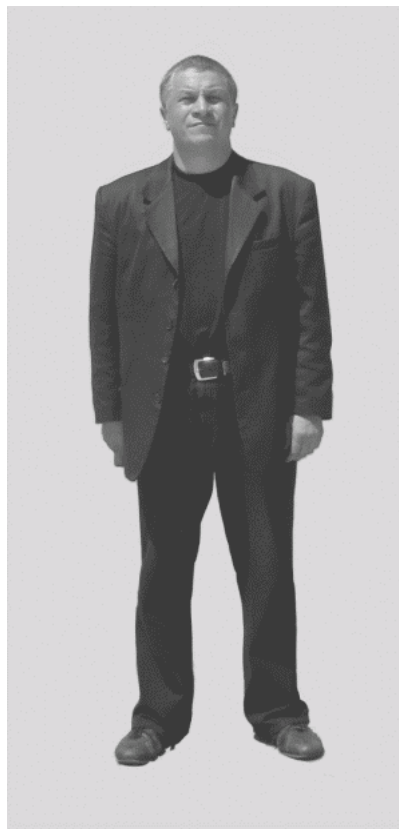


Фото 175

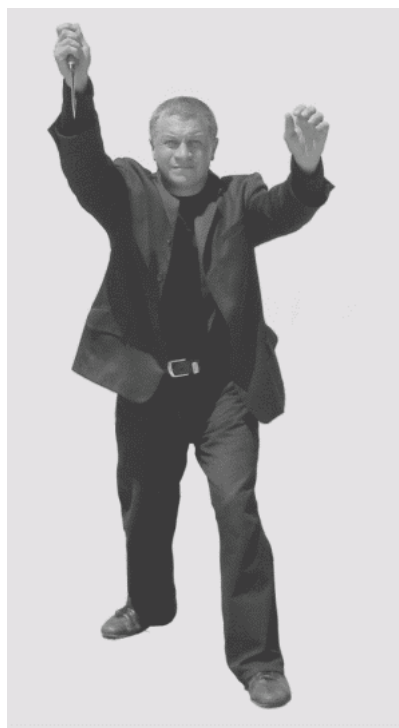


Фото 176

## **Глава 3**

### **Школа ножевого боя**

#### **Школа армейского ножевого боя**

В основе отечественной школы ножевого боя лежит так называемая армейская школа рукопашного и ножевого боя, основы которой описаны в многочисленных наставлениях по физической подготовке и подготовке к рукопашному бою.

Армейская школа ножевого боя опирается на необходимый минимум проверенных в реальных условиях приемов нападения и обороны с применением боевого ножа. Не меньшее внимание уделяется и развитию навыков защиты от вооруженного ножом противника.

Обучение основам армейского искусства ножевого боя осуществляется в режиме последовательного усложнения техники и увеличения объема навыков и умений.

Обучение основам ножевого боя осуществляется в два этапа:

- 1) техника боя изучается без противника, на месте и в движении;
- 2) техника владения ножом отрабатывается на специальных чучелах и в спарринге в режиме обусловленных, полуобусловленных и необусловленных (вольных) схваток.

#### **Двенадцать шагов в изучении основ армейского ножевого боя**

##### **Шаг первый**

Изучается изготовка к бою с ножом – стойка (чаще всего разноименная левосторонняя), хваты (*фото 177–181*).

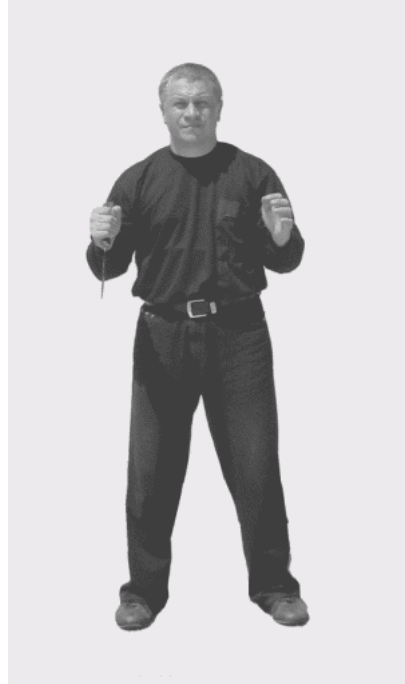


Фото 177. Фронтальная стойка



Фото 178. Вид сбоку



Фото 179. Изготовка к бою. Клинок вниз



Фото 180. Изготовка к бою. Клинок вверх

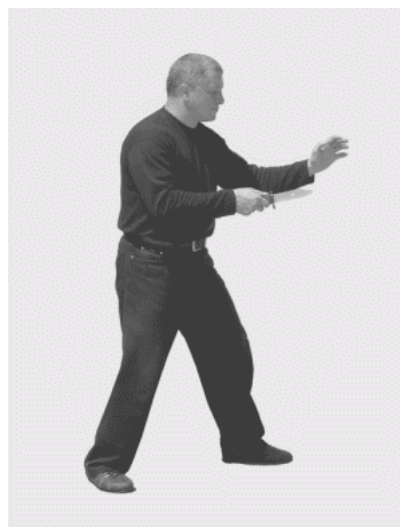


Фото 181. Изготовка к бою. Клинок вперед

При хвате ножа клинком вперед изготовка осуществляется как в левосторонней разноименной стойке, так и правосторонней одноименной (фото 182, 183).



Фото 182. Левосторонняя разноименная стойка



Фото 183. Правосторонняя одноименная стойка

#### **Шаг второй**

Изучаются колющие удары ножом сверху и снизу в одноименной и разноименной стойке, на месте и в движении, в режиме смены стойки (фото 184–187).





Фото 184. Колющий удар ножом сверху в  
разноименной стойке



Фото 185. Колющий удар ножом сверху в  
одноименной стойке

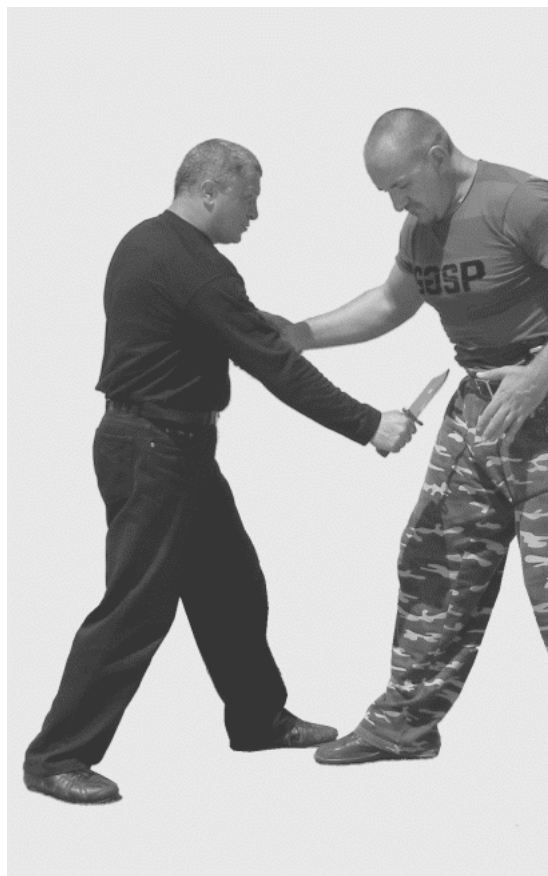


Фото 186. Коллющий удар ножом снизу в разноименной стойке



Фото 187. Коллющий удар ножом снизу в  
одноименной стойке

#### **Шаг третий**

Изучаются колющие удары ножом сбоку наотмашь и прямо, с выпадом и без. Все удары изучаются на месте и в движении (*фото 188–191*).



Фото 188. Колющий удар ножом сбоку



Фото 189. Колющий удар ножом наотмашь



Фото 190. Коллющий удар ножом вперед  
(тычок) на месте



Фото 191. Коллющий удар ножом вперед  
(тычок) с выпадом

#### Шаг четвертый

Изучаются режущие удары ножом по горизонтали (слева направо и справа налево), по вертикали (сверху вниз и снизу вверх) и по диагонали. Как и вся техника боя ножом, режущие удары ножом отрабатываются на месте и в движении.

Режущий удар ножом по горизонтали слева направо (фото 192–195).

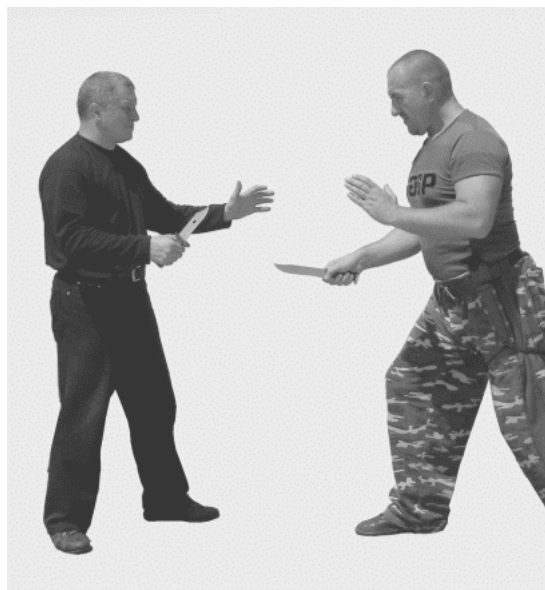


Фото 192. Исходное положение



Фото 193



Фото 194

Вид техники выполнения приема с другой стороны (фото 195).



Фото 195

Режущий удар ножом снизу вверх слева направо (фото 196–202).





Фото 196. Исходное положение



Фото 197

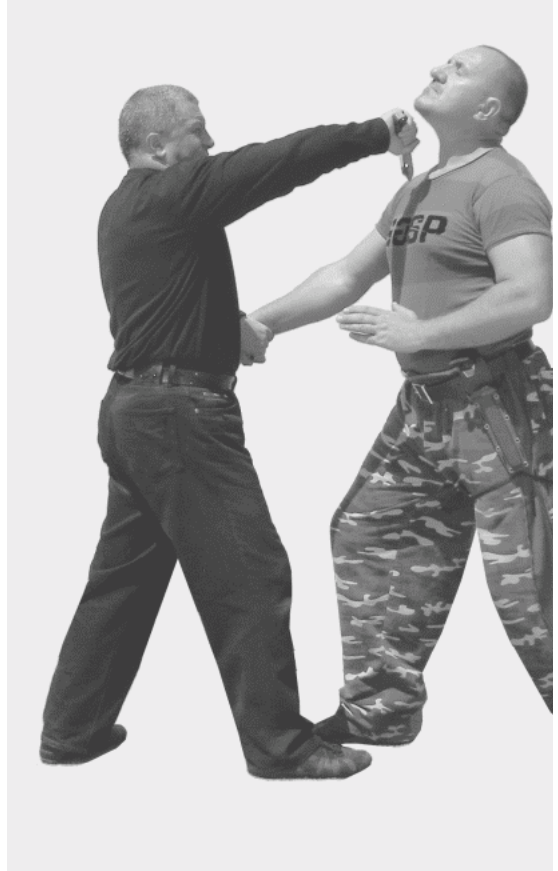


Фото 198



Фото 199

Вид техники выполнения приема с другой стороны (фото 200–202).



Фото 200



Фото 201



Фото 202

Режущий удар ножом по диагонали, снизу вверх (фото 203, 204).

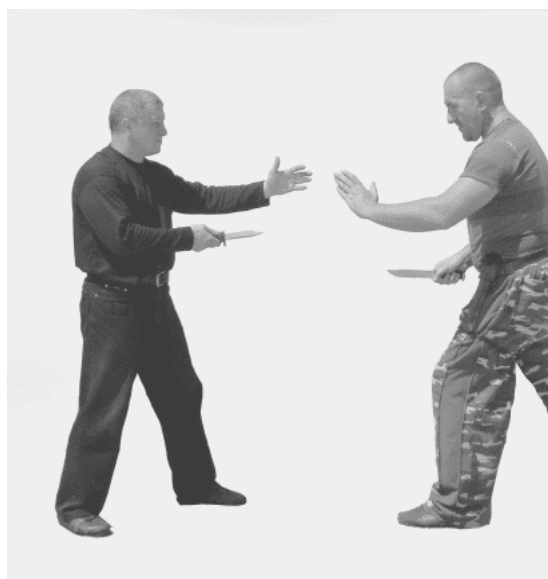


Фото 203



Фото 204

Вариант тренировочного боя с использованием макетов ножа (фото 205–207).



Фото 205



Φoto 206

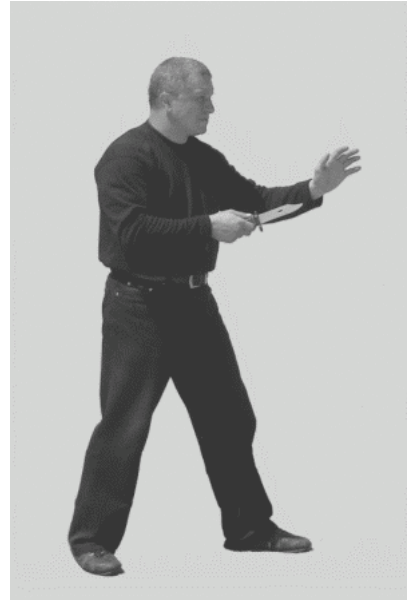


Фото 207

#### **Шаг пятый**

Вся изученная техника нанесения удара ножом отрабатывается в движении, с обязательным условием возвращения в исходное положение, которым в данном случае является исходное положение изготовления к бою с ножом. В этом режиме рекомендуется отработать все основные удары ножом (*фото 208–210*).





Φoto 208



Φoto 209



Φoto 210

Вариант спарринга с использованием макетов ножа (фото 211–213).

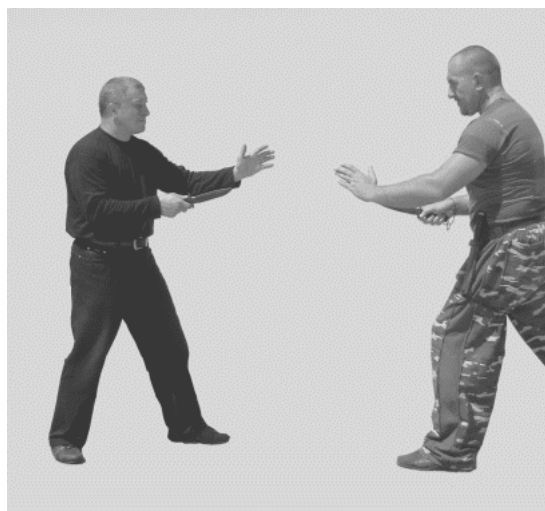


Фото 211. Изготовка к бою



Фото 212. Атака колющим ударом вперед с выпадом



Фото 213. Возвращение в исходное положение

#### Шаг шестой

Изучается техника метания ножа в режиме использования хватов ножа за клинок и рукоять, на различных дистанциях и из различных положений, в том числе из положения лежа, с колена, из-за укрытия. Обучение технике метания ножа обычно совмещается с обучением метанию саперной лопатки (*фото 214–216*).

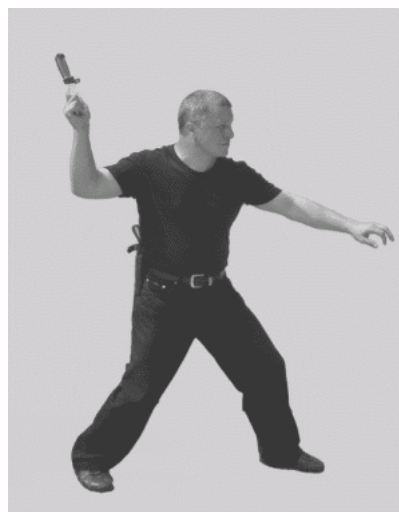


Фото 214. Метание штык-ножа хватом за лезвие



Фото 215. Метание штык-ножа хватом за рукоять



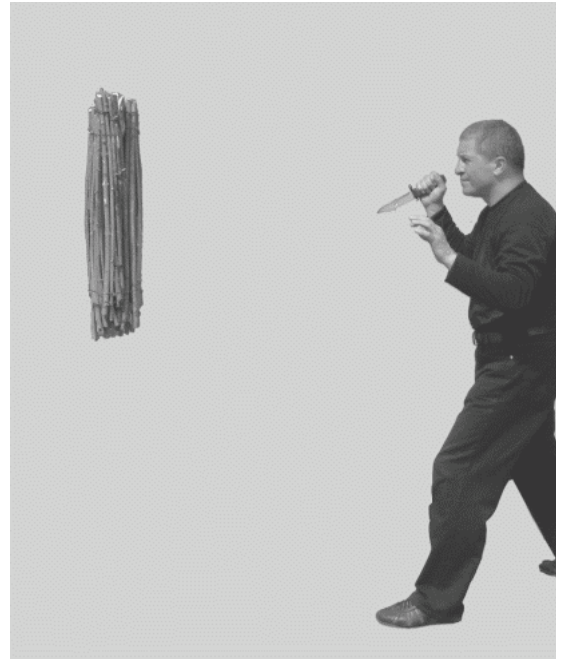
Фото 216. Метание штык-ножа с колена хватом за лезвие

#### Шаг седьмой

Все колющие удары ножом отрабатываются на специальных чучелах, которые закрепляются на различных уровнях горизонтально и вертикально, в том числе и просто располагаются на земле.

Отработка колющих ударов штык-ножом на чучеле, закрепленном вертикально.

Отработка колющего удара сверху (*фото 217–219*).



Φoto 217



Φoto 218



Фото 219

Отработка колющего удара вперед с шагом правой ногой вперед из разноименной стойки в одноименную (фото 220, 221).



Фото 220



Фото 221

Отработка колющего удара вперед в разноименной стойке на месте (*фото 222–223*).



Фото 222



Фото 223

Отработка колющего удара вперед в  
разноименной стойке с выпадом вперед левой  
ногой (фото 224, 225)

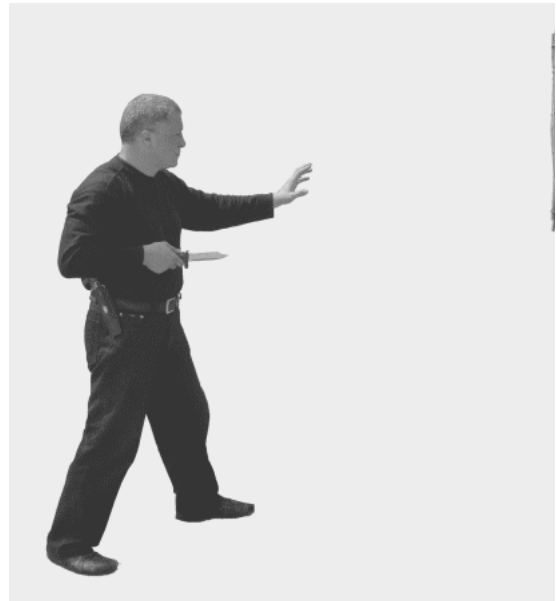


Фото 224





Фото 225

Отработка колющего удара вперед из левосторонней разноименной стойки с шагом правой ногой вперед, с выпадом в правосторонней одноименной стойке (*фото 226, 227*).



Фото 226



Фото 227

Отработка колющего удара ножом по чучелу, закрепленному горизонтально (*фото 228*).



Фото 228

Отработка колющего удара ножом сверху по чучелу, находящемуся на земле (*фото 229, 230*).



Фото 229



Фото 230

#### **Шаг восьмой**

Все режущие удары ножом отрабатываются индивидуально. Затем рекомендуется использовать работу в парах: один из тренирующихся держит лозу или несколько

веток, а другой отрабатывает на них режущий удар ножом.  
Отработка режущего удара на лозе в парах  
(фото 231–236).



Фото 231



Фото 232



Φoto 233



Φoto 234

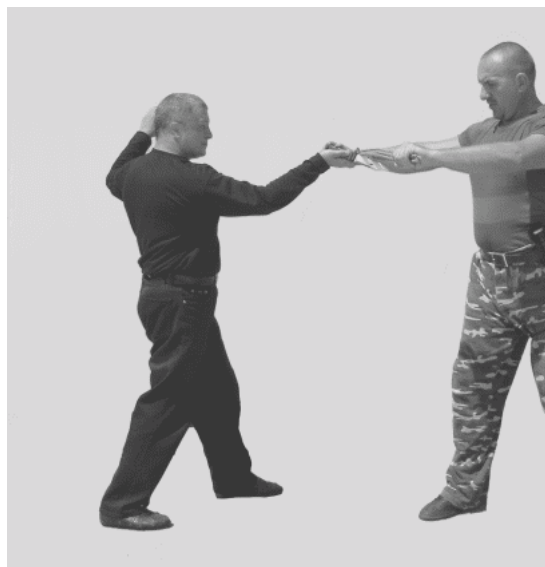


Фото 235

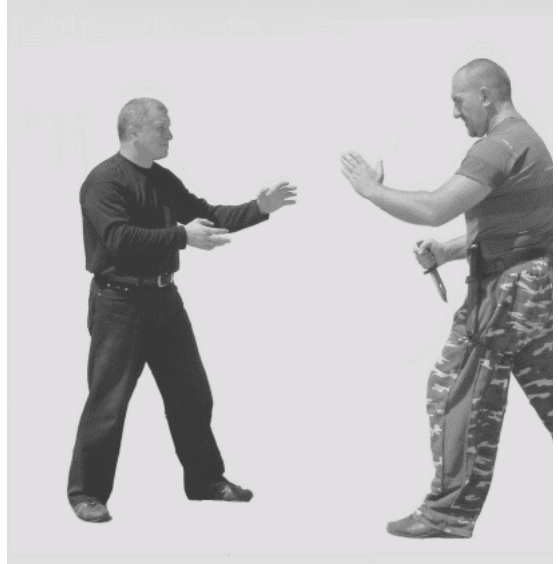


Фото 236

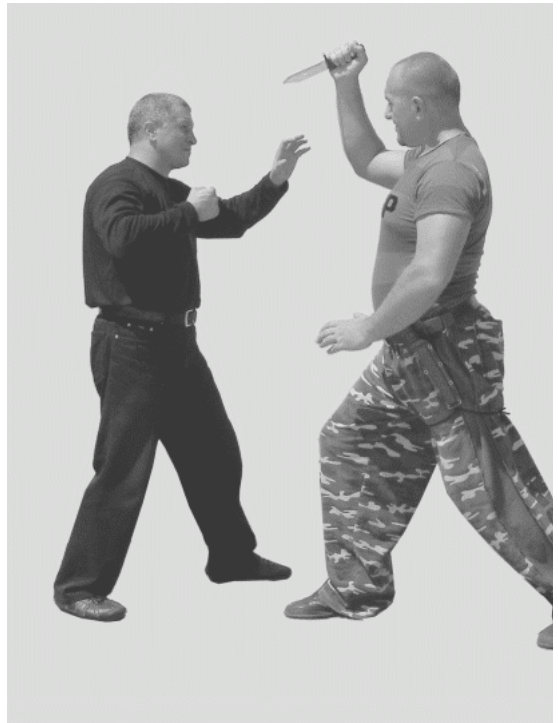
#### **Шаг девятый**

С использованием макета ножа в парах поступенчато с постепенным ускорением отрабатывается техника нанесения колющих и режущих ударов ножом. Причем один отрабатывает заранее обусловленную атаку ножом, а другой заранее назначенную технику защиты и обезоруживания.

Вариант отработки техники ножевого боя в парах, в режиме обусловленного поединка (фото 237–242).



Φoto 237



Φoto 238

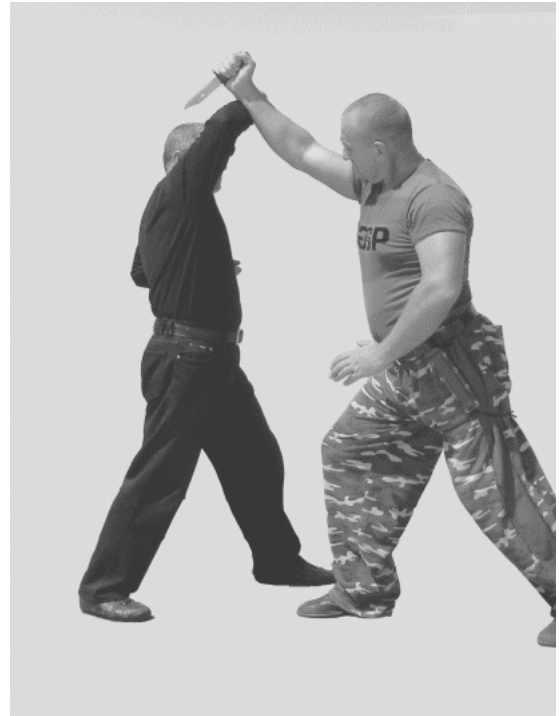


Фото 239



Фото 240





Фото 241



Фото 242

#### **Шаг десятый**

Техника ножевого боя отрабатывается в сочетании с использованием других приемов рукопашного боя в виде ударов руками и ногами, захватов, бросков, подсечек и комбинированных ударов ножом в режиме полубусловленных схваток.

Вариант отработки техники комбинированного ножевого боя в парах (*фото 243–245*).



Фото 243



Фото 244. Атака круговым ударом правой ногой по левой ноге противника



Фото 245. Атака колющим ударом ножом  
вперед

Вариант отработки техники комбинированного  
ножевого боя в парах с использованием штык-  
ножа в ножнах (фото 246–248).

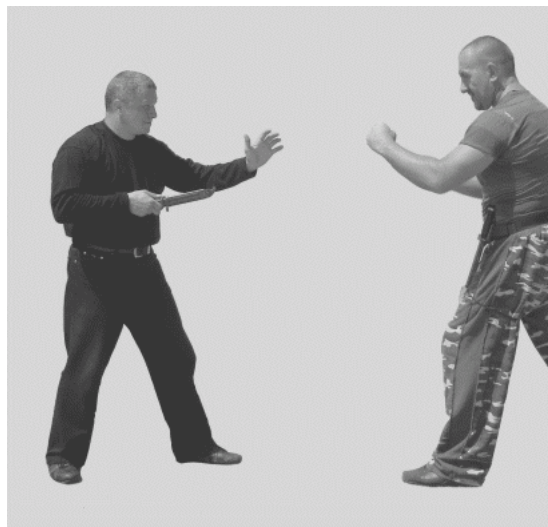


Фото 246. Изготовка к бою



Фото 247. Атака прямым ударом правой ногой по левой ноге противника



Фото 248. Атака колющим ударом ножом вперед в средний уровень, с выпадом

#### Шаг одиннадцатый

В парах отрабатывается изученная техника ножевого боя в режиме вольных схваток (фото 249–252).



Фото 249



Фото 250



Фото 251



Фото 252

#### **Шаг двенадцатый**

С целью закрепления и сохранения приобретенных знаний и навыков изучаются и отрабатываются комбинации действий с ножом, приемы ножевого боя и комплексы ножевого боя.

#### **Тактика армейского ножевого боя**

После овладения и закрепления базовой техники ножевого боя отдельно изучается тактика ножевого боя и использование этой техники в режиме различных вероятных ситуаций боя. Для этого определяются задачи, которые могут быть решены с помощью техники ножевого боя, моделируются вероятные ситуации и отрабатываются варианты необходимых действий по решению этих задач. Например, отрабатывается вариант приема снятия часового с использованием техники ножевого боя в режиме скрытного подхода сзади.

Пример выполнения приема по снятию часового при подходе сзади, с броском с захватом двух ног, нанесением удара ногой и имитацией завершения атаки ударом ножа сверху (фото 253–259).



Фото 253



Фото 254



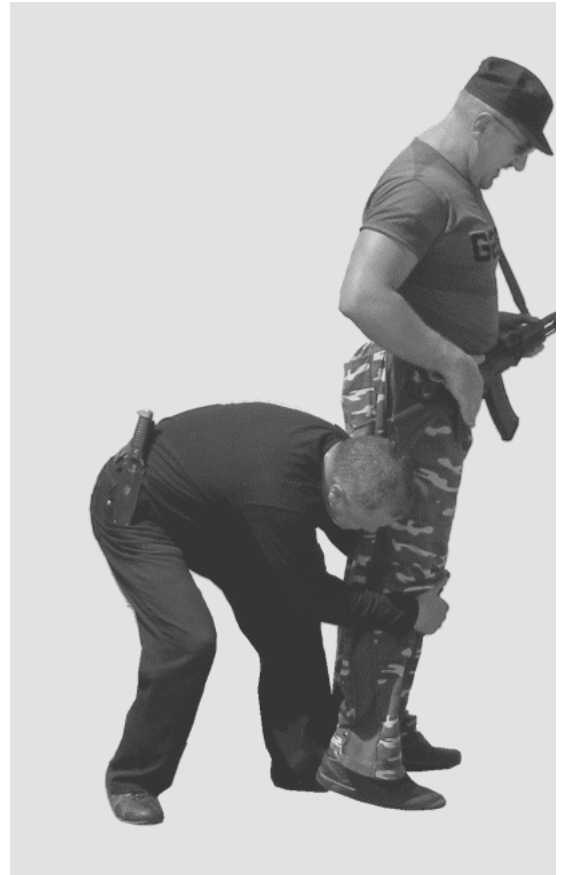


Фото 255



Фото 256



Фото 257



Фото 258



Фото 259

Особое внимание на этом этапе уделяется тактике и технике ножевого боя с целью поражения жизненно важных центров на теле противника.

## **Школа ножевого боя по системе оперативного карате**

Главной задачей следующего этапа в обучении искусству рукопашного боя с ножом после овладения основами отечественного армейского искусства ножевого боя является совершенствование приобретенных навыков, умений и тактических знаний.

Для решения этой задачи может быть использована система, разработанная специалистами КГБ СССР и известная как система оперативного карате и рукопашного боя.

На основании этой системы и методик обучения осуществляется совершенствование навыков ведения рукопашного боя с ножом и доведение каждого из навыков до полного автоматизма по трем направлениям.

### **Первое направление**

Для самостоятельной и индивидуальной подготовки разработаны и практикуются специальные упражнения и техники по совершенствованию необходимых в ножевом бою следующих навыков:

- движение в ножевом бою;
  - колющие удары ножом;
  - режущие удары ножом;
  - комбинации с ножом.

### **Второе направление**

Далее практикуется работа с учебным противником, в которой акцент делается на следующей отработке:

- уход с линии атаки;
  - техника встречной атаки;
  - техника управления противником;
  - техника ножевого боя в борьбе с вооруженным противником;
  - ведение комбинаций рукопашного боя с

использо  
ванием  
ножа и  
других  
приемов  
рукопаш  
ного боя.

**Третье  
направлени  
е**

Сост  
язат  
ельн  
ое  
спор  
тивн  
ое  
напр  
авле  
ние,  
когд  
а  
обуч  
ение  
осу  
ществ  
ляе  
тся в  
реж  
име  
обус  
ловл  
енно  
го,  
полу  
обус  
ловл  
енно  
го и  
воль  
ного  
боя.  
В  
реж  
име  
обус  
ловл  
енно  
го  
боя  
в  
пара  
х  
отра

баты  
вает  
ся  
техн  
ика  
рабо  
ты с  
нож  
ом в  
реж  
име  
зара  
нее  
стан  
дарт  
изир  
ован  
ных  
прие  
мов,  
по  
клас  
сиче  
ским  
и  
ины  
м  
спос  
обам  
дейс  
твия  
.  
В  
полу  
обус  
ловл  
енно  
м  
реж  
име  
пере  
д  
отра  
баты  
ваю  
щим  
став  
ится  
конк  
ретн  
ая  
зада  
ча,  
назн  
ачае  
тся

техн  
ика  
атак  
и  
нож  
ом и  
зада  
ются  
усло  
вия  
этой  
атак  
и.  
В  
реж  
име  
воль  
ной  
схва  
тки  
отра  
баты  
вают  
ся в  
виде  
сост  
язан  
ия  
все  
возм  
ожн  
ые  
техн  
ики  
ноже  
вого  
и  
руко  
паш  
ного  
боя,  
кото  
рые  
при  
меня  
ются  
ситу  
атив  
но и  
сооб  
разн  
о с  
разв  
итие  
м  
ситу

ации

**Упр  
ажн  
ени  
я по  
отр  
або  
тке  
тех  
ник  
и  
дви  
жен  
ия  
в  
нож  
ево  
м  
бою**

Для  
отра  
ботк  
и  
техн  
ики  
дви  
жен  
ия в  
ноже  
вом  
бою  
испо  
льзу  
ется  
неск  
ольк  
о  
стан  
дарт  
ных  
упра  
жне  
ний,  
кото  
рые  
легк  
о  
сист  
емат  
изир

уютс  
я.  
Сам  
о  
дви  
жен  
ие  
осу  
ществ  
ляе  
тся  
по  
усло  
вны  
м  
точк  
ам,  
пооч  
еред  
но  
шага  
ми  
лево  
й и  
прав  
ой  
ного  
й.  
Для  
обле  
гчен  
ия  
овла  
дени  
ю  
техн  
икой  
этих  
упра  
жне  
ний  
эти  
точк  
и  
могу  
т  
быть  
обоз  
нач  
ены  
путе  
м  
нане  
сени  
я  
(рис



ован  
ия)  
на  
пове  
рхно  
сти  
квад  
рато  
в  
или  
круг  
ов и  
обоз  
нач  
ны  
циф  
рами  
с 1  
до 4.  
Для  
опис  
ания  
шаго  
в  
лева  
я  
нога  
мож  
ет  
быть  
обоз  
нач  
на  
как  
букв  
а  
«Л»,  
а  
прав  
ая –  
как  
«П».  
Эти  
упра  
жне  
ния  
похо  
жи  
усло  
вно  
на  
игру  
в  
клас  
сики  
и,

явля  
ясь в  
дост  
аточ  
ной  
степ  
ени  
прос  
тым  
и,  
как  
базо  
вый  
эле  
мент  
могу  
т  
испо  
льзо  
вать  
ся  
для  
моде  
лиро  
вани  
я  
дви  
жен  
ия  
люб  
ого  
уров  
ня  
слож  
ност  
и, и  
посл  
едов  
ател  
ьно  
усло  
жняют  
ься  
по  
мере  
овла  
дени  
я  
техн  
икой  
дви  
жен  
ия  
(рис.  
2).



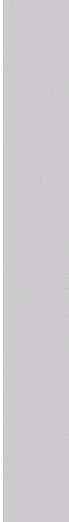
Рис.  
2

Упра  
жнен  
ие №  
1

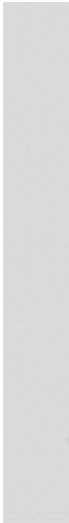
Дви  
жен  
ие  
во  
фронтал  
ьной  
стой  
ке  
по  
часо  
вой  
стре  
лке,  
начи  
наем  
ое с  
шага  
назад  
(фото  
260–  
266).

Φοτ  
ο  
260


Φοτ  
ο  
261




Φοτ  
ο  
262



Φοτ  
ο  
263



Φοτ  
ο  
264



Φοτ  
ο  
265




Фото  
266

Приложение

Исходное положение (ноги на ширине плеч) – Л1-П2.  
1. Шаг первый – Л4-(П2).  
2. Шаг второй – П3-(Л4).  
3. Шаг третий – Л1-

(ПЗ)

.

4.

Шаг

четв

ерты

й –

П2-

(Л1).

Упра

жнен

ие №

2

Дви

жен

ие

во

фро

нтал

ьной

стой

ке

прот

ив

часо

вой

стре

лки,

начи

наем

ое с

шага

наза

д

(фо

то


267–

273).




Φοτ  
ο  
267

Φοτ  
ο  
268



Φοτ  
ο  
269



Φοτ  
ο  
270

Φοτ  
ο  
271

Φοτ  
ο  
272



Фото  
273

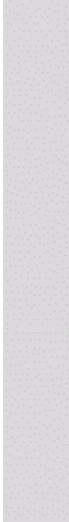
Приложение

Исходное положение (ноги на ширине плеч) – Л1-П2.  
1. Шаг первый – ПЗ-(Л1).  
2. Шаг второй – Л4-(ПЗ).  
3. Шаг третий –

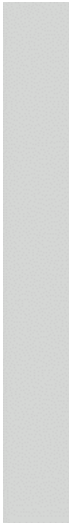
П2-  
(Л4).  
4.  
Шаг  
четв  
ерты  
й –  
Л1-  
(П2)  
.

Упра  
жнен  
ие №  
3

Дви  
жен  
ие  
во  
фро  
нтал  
ьной  
стой  
ке  
по  
часо  
вой  
стре  
лке,  
начи  
наем  
ое с  
шага  
впер  
ед  
(фо  
то  
274–  
280).




Φοτ  
ο  
274



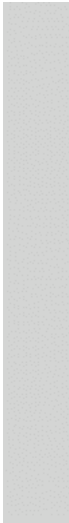
Φοτ  
ο  
275

Φοτ  
ο  
276

Φοτ  
ο  
277



Φοτ  
ο  
278



Φοτ  
ο  
279



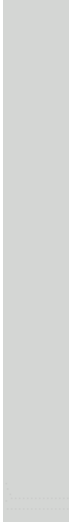


Фото  
280

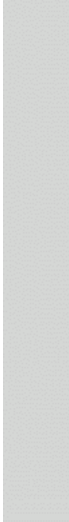
Приложение

Исходное положение (ноги на ширине плеч) – ЛЗ-П4.  
1. Шаг первый – Л2-(П4).  
2. Шаг второй-П1-(Л2).  
3. Шаг третий –

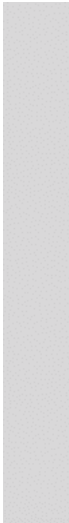
ЛЗ-  
(Ш).  
4.  
Шаг  
четв  
ерты  
й –  
П4–  
(ЛЗ).

Упра  
жнен  
ие №  
4

Дви  
жен  
ие  
во  
фро  
нтал  
ьной  
стой  
ке  
прот  
ив  
часо  
вой  
стре  
лки,  
начи  
наем  
ое с  
шага  
впер  
ед  
(фо  
то  
281–  
287).



Φοτ  
ο  
281



Φοτ  
ο  
282

Φοτ  
ο  
283

Φοτ  
ο  
284

Φοτ  
ο  
285

Φοτ  
ο  
286

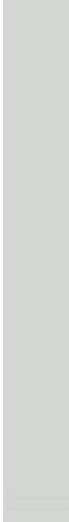


Фото  
287

Приложение

Исходное положение (ноги на ширине плеч) – ЛЗ-П4.  
1. Шаг первый – Ш- (ЛЗ).  
2. Шаг второй- Л2- (П1).  
3. Шаг третий –

П4-  
(Л2).  
4.  
Шаг  
четв  
ерты  
й –  
Л3-  
(П4)  
.

Упра  
жнен  
ие №  
5

Дви  
жен  
ие  
по  
зада  
нны  
м  
точк  
ам  
со  
смен  
ой  
стое  
к,  
начи  
наем  
ое с  
шага  
прав  
ой  
ного  
й  
наза  
д  
(*фо*  
*то*  
288–  
292).

Φοτ  
ο  
288

Φοτ  
ο  
289



Φοτ  
ο  
290

Φοτ  
ο  
291

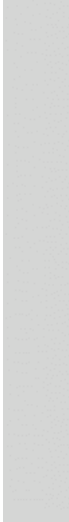


Фото  
292

Приложение

Исходное положение (ноги на ширине плеч) – Л1-П2.  
1. Шаг первый – П4-Л1).  
2. Шаг второй – Л3-П4).  
3. Шаг третий –

П2-  
(ЛЗ).  
4.  
Шаг  
четв  
ерты  
й –  
Л1-  
(П2)  
.

Упра  
жнен  
ие №  
6

Дви  
жен  
ие  
пры  
жок  
м по  
зада  
нны  
м  
точк  
ам  
со  
смен  
ой  
стой  
ки  
(фо  
то  
293–  
297).



Фот  
о  
293

Φοτ  
ο  
294

Φοτ  
ο  
295



Фото  
296



Фото  
297

Приложение

Исходное  
положение  
(ноги на  
ширине  
плеч)

) –  
Л1-  
П2.  
1.  
Пры  
жок  
перв  
ый –  
Л1-  
П4.  
2.  
Пры  
жок  
втор  
ой –  
П2-  
Л3.  
3.  
Пры  
жок  
трет  
ий –  
Л1-  
П2.  
Кол  
ичес  
тво  
пры  
жков  
со  
смен  
ой  
стой  
ки  
мож  
ет  
вып  
олня  
ться  
сери  
ями  
по 3,  
5, 10  
пры  
жков  
.

**Упра  
жнен  
ие №  
7**

Дви  
жен  
ие  
впер  
ед

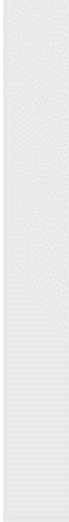
или  
назад  
с  
пово  
рота  
ми  
на  
180  
град  
усов  
(*photo*  
298–  
305).



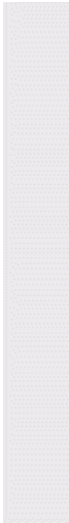
Фото  
о  
298



Фото  
о  
299



Φοτ  
ο  
300



Φοτ  
ο  
301



Φοτ  
ο  
302

Φοτ  
ο  
303

Фото  
о  
304

Фото  
о  
305

Эти  
и  
друг  
ие  
упра  
жне  
ния  
на  
отра  
ботк  
у  
техн  
ики  
дви

жен  
ия в  
ноже  
вом  
бою  
мож  
но  
усло  
жни  
ть,  
расп  
оло  
жив  
на  
трен  
иров  
очно  
й  
пло  
щад  
ке  
преп  
ятст  
вия.  
Это  
потр  
ебуе  
т от  
зани  
маю  
щих  
ся  
допо  
лнит  
ельн  
ых  
усил  
ий  
по  
сохр  
анен  
ию  
вни  
ман  
ия,  
конц  
ентр  
ации  
,  
равн  
овес  
ия и  
др.  
(фо  
то

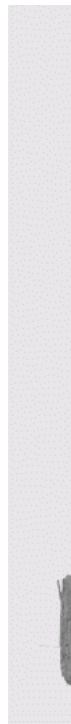
306–  
314).

Фот  
о  
306

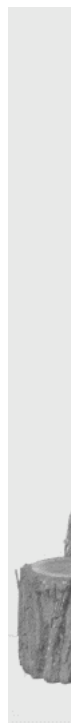
Фот  
о  
307

Φοτ  
ο  
308


Φοτ  
ο  
309




Фот  
о  
310



Фот  
о  
311



Φοτ  
ο  
312



Φοτ  
ο  
313




Фото  
314

При  
дост  
аточ  
ном  
коли  
чест  
ве  
вспо  
мога  
тель  
ных  
сред  
ств  
упра  
жне  
ния  
на  
отра  
ботк  
у  
техн  
ики  
дви  
жен  
ия  
могу  
т



вып  
олня  
ться  
в  
пара  
х  
(фо  
то  
315–  
318).



Фот  
о  
315

Фот  
о  
316

Фот  
о  
317

Фот  
о  
318

**Тех  
ник  
а  
отр  
або  
тки  
кол  
ющ  
их  
уда  
ров  
нож  
ом**

Техн  
ика  
кол  
ющи  
х  
удар  
ов  
нож  
ом  
мож  
ет  
отра  
баты

вать  
ся  
само  
стоя  
тель  
но, с  
напа  
рник  
ом  
или  
с  
испо  
льзо  
вани  
ем  
спец  
иаль  
ных  
миш  
еней  
и  
чуче  
л.  
Для  
сохр  
анен  
ия в  
цело  
сти  
боев  
ого  
нож  
а  
наиб  
олее  
пред  
почт  
ител  
ьно  
испо  
льзо  
вани  
е  
чуче  
л,  
изго  
товл  
енн  
ых в  
виде  
вяза  
нки  
хвор  
оста,  
кото  
рая

подв  
еши  
вает  
ся  
гори  
зонт  
альн  
о  
или  
верт  
икал  
ьно  
или  
прос  
то  
клад  
ется  
на  
земл  
ю.  
Отра  
ботк  
а  
кол  
юще  
го  
удар  
а  
нож  
ом  
по  
верт  
икал  
ьно  
расп  
оло  
жен  
ной  
миш  
ени  
(фо  
то  
319–  
321).



Фот  
о  
319



Фот  
о  
320



Фото  
о  
321

Отра  
ботк  
а  
кол  
юще  
го  
удар  
а по  
гори  
зонт  
альн  
о  
расп  
оло  
жен  
ной  
миш  
ени  
(фо  
то  
322–  
324).

Фот  
о  
322

Фот  
о  
323





Фото  
о  
324

Отра  
ботк  
а  
кол  
юще  
го  
удар  
а по  
миш  
ени,  
расп  
оло  
жен  
ной  
на  
земл  
е  
(фо  
то  
325).




Фото  
о  
325

Отрабатываются коллющие удары в восьми направлениях, в одной и различной оименной, или фронтальной стойке. Сначала удары отрабатываются на месте, а


зате  
м в  
дви  
жен  
ии,  
со  
смен  
ой  
стой  
ки.

**Вариа  
нты  
отраб  
отки  
клю  
щих  
ударо  
в  
ножо  
м**

1.  
Кол  
ющи  
й  
удар  
впер  
ед из  
разн  
оиме  
нной  
лево  
стор  
онне  
й  
стой  
ки  
(*фо  
то  
326,  
327*).




Фот  
о  
326




Фот  
о  
327

2.  
По  
мере  
овла  
дени  
я  
техн

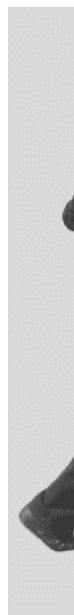
икой  
кол  
ющи  
х  
удар  
ов  
нож  
ом  
на  
мест  
е и в  
дви  
жен  
ии,  
реко  
менд  
уетс  
я  
отра  
баты  
вать  
эту  
техн  
ику  
боя  
на  
дви  
жуц  
ихся  
миш  
енях  
(фо  
то  
328–  
331).



Фот  
о  
328



Фот  
о  
329



Фот  
о  
330



Фот  
о  
331

**Тех  
ник  
а  
отр  
або  
тки**

**реж  
ущ  
их  
уда  
ров  
нож  
ом**

Техн  
ика  
режу  
щих  
удар  
ов  
нож  
ом  
отра  
баты  
вает  
ся  
путе  
м  
резк  
и  
лозы  
и с  
испо  
льзо  
вани  
ем  
спец  
иаль  
ных  
упра  
жне  
ний,  
кото  
рые  
вып  
олня  
ются  
как  
на  
мест  
е,  
так  
и в  
дви  
жен  
ии.  
Упра  
жне  
ния  
на  
техн



ику  
режу  
щих  
удар  
ов  
нож  
ом  
отра  
баты  
вают  
ся во  
фро  
нтал  
ьной  
стой  
ке с  
испо  
льзо  
вани  
ем  
разл  
ичн  
ых  
хват  
ов  
нож  
а.

**Упра  
жнен  
ие №  
1**

Отра  
ботк  
а  
техн  
ики  
режу  
щих  
удар  
ов  
нож  
ом  
при  
хват  
е  
нож  
а  
клин  
ком  
от  
боль  
шог  
о  
паль  
ца

ввер  
х  
(или  
клин  
ком  
впер  
ед),  
лезв  
ием  
впер  
ед  
*(foto*  
*to*  
332–  
357).



Фот  
о  
332

Φοτ  
ο  
333

Φοτ  
ο  
334

Φοτ  
ο  
335

Φοτ  
ο  
336

Φοτ  
ο  
337

Φοτ  
ο  
338

Φοτ  
ο  
339

Φοτ  
ο  
340

Φοτ  
ο  
341

Φοτ  
ο  
342

Φοτ  
ο  
343

Φοτ  
ο  
344



Φοτ  
ο  
345

Φοτ  
ο  
346




Φοτ  
ο  
347

Φοτ  
ο  
348

Фото  
о  
349

Фото  
о  
350



Φοτ  
ο  
351



Φοτ  
ο  
352

Φοτ  
ο  
353

Φοτ  
ο  
354

Φοτ  
ο  
355

Φοτ  
ο  
356

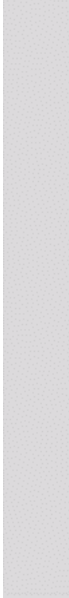


Фото  
о  
357

Упра  
жнен  
ие №  
2

Отра  
ботк  
а  
техн  
ики  
режу  
щих  
удар  
ов  
нож  
ом  
при  
хват  
е  
нож  
а  
клин  
ком  
вниз  
от  
мизи  
нца,  
лезв  
ием  
впер  
ед  
(фо  
то

358–  
384).

Фот  
о  
358

Фот  
о  
359





Φοτ  
ο  
360




Φοτ  
ο  
361

Φοτ  
ο  
362

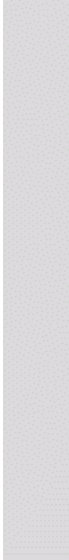
Φοτ  
ο  
363

Φοτ  
ο  
364

Φοτ  
ο  
365



Φοτ  
ο  
366



Φοτ  
ο  
367

Φοτ  
ο  
368

Φοτ  
ο  
369

Φοτ  
ο  
370

Φοτ  
ο  
371

Φοτ  
ο  
372

Φοτ  
ο  
373

Φοτ  
ο  
374

Φοτ  
ο  
375



Φοτ  
ο  
376


Φοτ  
ο  
377

Φοτ  
ο  
378

Φοτ  
ο  
379



Φοτ  
ο  
380



Φοτ  
ο  
381

Φοτ  
ο  
382

Φοτ  
ο  
383

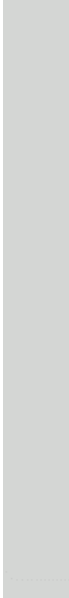


Фото  
384

Представленные выше упражнения считаются базовыми и могут выполняться как на месте, так и в движении. На каждое дви

жен  
ие  
вып  
олня  
ется  
один  
шаг  
впер  
ед  
или  
наза  
д, и  
осу  
щест  
вляе  
тся  
выхо  
д в  
одно  
име  
нну  
ю  
или  
разн  
оиме  
нну  
ю  
стой  
ку, с  
испо  
льзо  
вани  
ем  
разл  
ичн  
ых  
хват  
ов  
нож  
а.

**Упра  
жнен  
ие №  
3**

Отра  
ботк  
а  
режу  
щих  
удар  
ов  
нож  
ом в  
дви  
жен

ии.  
Хват  
нож  
а  
клин  
ком  
в  
стор  
ону  
от  
мизи  
нца,  
лезв  
нем  
впер  
ед,  
от  
себя  
(*фо*  
*то*  
385–  
418).

Фот  
о  
385

Φοτ  
ο  
386

Φοτ  
ο  
387



Φοτ  
ο  
388

Φοτ  
ο  
389



Φοτ  
ο  
390



Φοτ  
ο  
391



Фот  
о  
392

Фот  
о  
393

Φοτ  
ο  
394

Φοτ  
ο  
395

Φοτ  
ο  
396

Φοτ  
ο  
397



Φοτ  
ο  
398



Φοτ  
ο  
399



Φοτ  
ο  
400



Φοτ  
ο  
401

Φοτ  
ο  
402

Φοτ  
ο  
403



Φοτ  
ο  
404

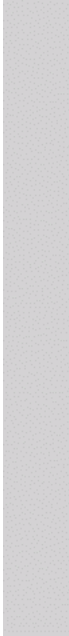
Φοτ  
ο  
405

Φοτ  
ο  
406

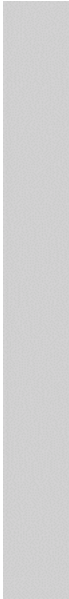
Φοτ  
ο  
407

Φοτ  
ο  
408

Φοτ  
ο  
409



Φοτ  
ο  
410



Φοτ  
ο  
411

Φοτ  
ο  
412

Φοτ  
ο  
413

Φοτ  
ο  
414

Φοτ  
ο  
415

Φοτ  
ο  
416

Φοτ  
ο  
417



Фот  
о  
418

Упра  
жнен  
ие №  
4

Отра  
ботк  
а  
режу  
щих  
удар  
ов  
нож  
ом в  
дви  
жен  
ии.  
Хват  
нож  
а  
клин  
ком  
впер  
ед,  
лезв  
нем  
от  
себя  
(фо  
то  
419–  
453).






Фото  
419.  
Исходное  
положение


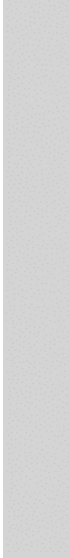
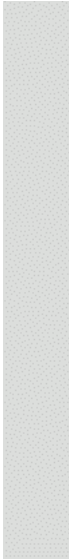


Фото  
420



Φοτ  
ο  
421



Φοτ  
ο  
422

Φοτ  
ο  
423

Φοτ  
ο  
424



Φοτ  
ο  
425




Φοτ  
ο  
426

Φοτ  
ο  
427


Φοτ  
ο  
428

Φοτ  
ο  
429

Φοτ  
ο  
430



Φοτ  
ο  
431



Φοτ  
ο  
432

Φοτ  
ο  
433

Φοτ  
ο  
434



Φοτ  
ο  
435

Φοτ  
ο  
436

Φοτ  
ο  
437

Φοτ  
ο  
438

Φοτ  
ο  
439

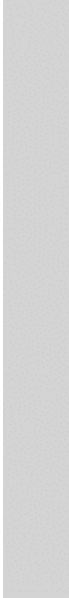
Φοτ  
ο  
440

Φοτ  
ο  
441

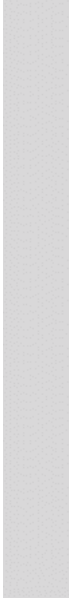
Φοτ  
ο  
442

Φοτ  
ο  
443

Φοτ  
ο  
444



Φοτ  
ο  
445



Φοτ  
ο  
446



Φοτ  
ο  
447




Φοτ  
ο  
448

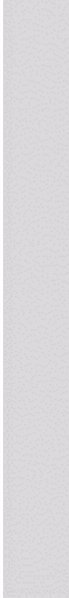
Φοτ  
ο  
449

Φοτ  
ο  
450





Φοτ  
ο  
451



Φοτ  
ο  
452



Фото  
453

Выберите определенную последовательность ударов или каждый раз придумайте новую, чтобы тренировать технику режущих удар

ов в  
один  
очку.  
В  
пара  
х  
испо  
льзу  
йте  
лозу  
или  
дви  
жуц  
иеся  
миш  
ени  
(*фо  
то  
454–  
461*).



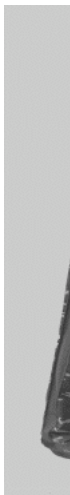
Фот  
о  
454



Φοτ  
ο  
455



Φοτ  
ο  
456



Φοτ

ο  
457



Φοτ  
ο  
458



Φοτ  
ο  
459



Фото  
460



Фото  
461

**Тех  
ник  
а  
отр  
або  
тки  
ком  
бин  
аци  
й с**

**НОЖ  
ОМ**

Иск  
усст  
во  
ноже  
вого  
боя  
учит  
не  
толь  
ко  
влад  
ени  
ю  
отде  
льн  
ыми  
прие  
мам  
и, но  
и  
умен  
ию  
их  
комб  
инир  
оват  
ь:  
режу  
щие  
и  
кол  
ющи  
е  
удар  
ы  
нож  
ом  
соче  
тают  
ся с  
разл  
ичн  
ыми  
техн  
икам  
и  
руко  
паш  
ного  
боя.  
Ком  
бина  
ции

в  
ноже  
вом  
бою  
могу  
т  
сост  
оять  
как  
из  
двух  
-  
трех,  
так  
и из  
знач  
ител  
ьно  
боль  
шего  
числ  
а  
элем  
енто  
в,  
поче  
рпну  
тых  
из  
разн  
ых  
исто  
чник  
ов.  
Как  
прав  
ило,  
комб  
инац  
ии  
вып  
олня  
ются  
и  
реал  
изу  
ются  
спон  
танн  
о во  
врем  
я  
боя,  
но  
неко  
торы



е  
посл  
едов  
ател  
ьнос  
ти  
пост  
оянн  
ы —  
как  
ката  
в  
кара  
те.

**Варианты  
отраб  
отки  
комби  
нацио  
нной  
техни  
ки  
ножев  
ого  
боя**

**Прие  
м № 1**

Отра  
ботк  
а  
комб  
инац  
ии  
само  
стоя  
тель  
но.  
Ком  
бина  
ция  
боя  
с  
нож  
ом  
без  
прот  
ивни  
ка  
*(фото  
462–  
465).*



Φοτ  
ο  
462



Φοτ  
ο  
463



Φοτ


о  
464




Фот  
о  
465

**Прие  
м № 2**

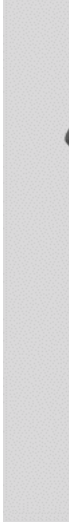
Отра  
ботк  
а  
комб  
инац  
ии с  
нож  
ом в  
пара  
х.  
Ком  
бина  
ция  
боя  
с  
нож  
ом.  
Отра  
ботк  
а в  
пара  
х  
(фо  
то  
466–  
469).



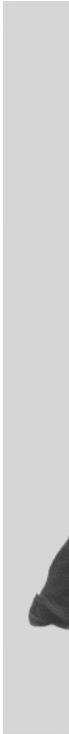
Фот  
о  
466



Фот  
о  
467



Фот  
о  
468



Фот  
о  
469

*Когда  
а  
необ  
ходи  
мый  
мини  
мум*

боев  
ых  
прие  
мов  
уже  
усво  
ен,  
нас  
туп  
ает  
след  
ующ  
ий  
эта  
п  
обуч  
ения  
—  
разв  
ити  
е  
ключ  
евых  
навы  
ков,  
кот  
орые  
помо  
гут  
одер  
жа  
ть  
побе  
ду  
даж  
е  
над  
боле  
е  
силь  
ным  
про  
тив  
нико  
м.

**Тех  
ник  
а  
ухо  
да с  
лин  
ни**

**ата  
ки**

Как  
и в  
люб  
ом  
друг  
ом  
виде  
руко  
паш  
ного  
боя  
с  
ору  
жие  
м, в  
ноже  
вом  
бою  
важн  
о  
прав  
ильн  
о  
уйти  
с  
лини  
и  
атак  
и.  
Сам  
ый  
наде  
жны  
й  
спос  
об  
защ  
иты,  
уход  
с  
лини  
и  
атак  
и  
прив  
одит  
прот  
ивни  
ка в  
заме  
шате  
льст  
во и

дает  
вам  
возм  
ожн  
ость  
взят  
ь  
ини  
циат  
иву  
в  
свои  
руки  
.

**Варианты  
ухода  
с  
линии  
и  
атаки  
проти  
вника**

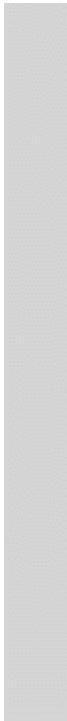
**Прием  
№ 1**

Уход  
с  
линии  
и  
атак  
и  
прот  
ивни  
ка  
впер  
ед  
влев  
о  
(фото  
то  
470–  
472).





Фот  
о  
470



Фот  
о  
471




Фото  
о  
472.  
Вариант  
возможной  
контрак-  
ции

Прием  
№ 2


Уход  
с  
линии  
и  
атак  
и  
противни-  
ка  
вперед  
во  
(фото  
473–  
475).



Φοτ  
ο  
473



Φοτ  
ο  
474



Фот  
о  
475.  
Вар  
иант  
возм  
ожн  
ой  
конт  
рата  
ки

Прие  
м № 3

Уход  
с  
лини  
и  
атак  
и  
прот  
ивни  
ка  
наза  
д  
впра  
во  
(фо  
то  
476,  
477).

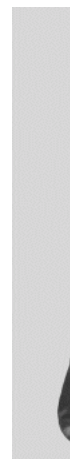


Фото  
476.  
Исходное  
поло  
жен  
ие



Фото  
477

**Тех  
ник  
а  
вст  
реч  
ной**

**ата  
ки**

Разв  
итие  
техн  
ик  
уход  
а от  
атак  
и –  
встр  
ечна  
я  
атак  
а:  
одно  
врем  
енно  
с  
дезо  
риен  
тиру  
ющи  
м  
прот  
ивни  
ка  
мане  
вром  
вы  
нано  
сите  
удар  
нож  
ом и  
захв  
атыв  
аєте  
преи  
муш  
еств  
о.  
Встр  
ечна  
я  
атак  
а  
треб  
ует  
от  
вас  
боле  
е  
быст  
рых

реак  
ции,  
мыш  
лени  
я и  
дви  
жен  
ий,  
чем  
у  
прот  
ивни  
ка,  
но  
позв  
оляе  
т  
одни  
м  
удар  
ом  
полн  
ость  
ю  
изме  
нить  
расс  
тано  
вку  
сил  
на  
боле  
е  
выго  
дну  
ю.

**Прие  
м № 1**

Встр  
ечна  
я  
атак  
а  
кол  
ющи  
м  
удар  
ом  
нож  
ом в  
корп  
ус, в  
разн  
оиме

нной  
стой  
ке с  
одно  
врем  
енн  
ым  
уход  
ом с  
лини  
и  
атак  
и  
прот  
ивни  
ка  
впер  
ед  
влев  
о  
(фо  
то  
478,  
479).



Фот  
о  
478





Фот  
о  
479

Прие  
м № 2

Встр  
ечна  
я  
атак  
а  
режу  
щим  
удар  
ом  
нож  
ом  
по  
корп  
усу  
в  
разн  
оиме  
нной  
стой  
ке с  
одно  
врем  
енн  
ым  
уход  
ом с  
лини  
и  
атак  
и  
прот  
ивни  
ка  
впер

ед  
влев  
о  
(*фо*  
*то*  
480,  
481).



Фот  
о  
480



Фот  
о  
481

Прие  
м № 3

Встр  
ечна  
я

атак  
а  
режу  
щим  
удар  
ом  
нож  
ом  
по  
прав  
ой  
руке  
прот  
ивни  
ка, в  
одно  
име  
нной  
стой  
ке с  
уход  
ом с  
лини  
и  
атак  
и  
прот  
ивни  
ка  
впер  
ед  
впра  
во  
(*фо*  
*то*  
482,  
483).



Фот  
о  
482



Фото  
о  
483

**Тех  
ник  
а  
кон  
тра  
так  
и**

Иск  
усст  
во  
ноже  
вого  
боя  
пред  
пола  
гает  
не  
толь  
ко  
атак  
ующ  
ую,  
но и  
конт  
рата  
кую  
щую  
такт  
ику.  
В

опре  
деле  
нны  
х  
случ  
аях  
конт  
рата  
ка  
мож  
ет  
оказ  
атьс  
я  
нам  
ного  
эфф  
екти  
вне  
напа  
даю  
щего  
стил  
я  
боя.  
В  
отли  
чие  
от  
встр  
ечно  
й  
атак  
и,  
конт  
рата  
ка  
не  
совм  
ещае  
т  
защ  
иту  
и  
напа  
дени  
е, а  
пред  
став  
ляет  
собо  
й  
посл  
едов  
ател  
ьнос

ть:  
снач  
ала  
—  
обор  
она,  
зате  
м —  
удар  
.  
При  
этом  
отра  
зить  
нати  
ск  
прот  
ивни  
ка  
мож  
но  
не  
толь  
ко  
нож  
ом,  
но и  
люб  
ым  
друг  
им  
удоб  
ным  
для  
вас  
спос  
обом  
:  
уйти  
с  
лини  
и  
атак  
и,  
оста  
нови  
ть  
или  
отби  
ть  
руку  
с  
нож  
ом,  
нане  
сти

отвл  
екаю  
щий  
удар  
. И  
толь  
ко  
пото  
м,  
когд  
а  
прот  
ивни  
к  
поте  
рял  
темп  
и  
лиш  
ился  
ини  
циат  
ивы,  
пере  
йти  
в  
конт  
рата  
ку.

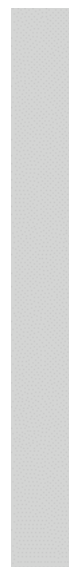
**Прие  
м № 1**

Конт  
рата  
ка  
прот  
ивни  
ка,  
атак  
ующ  
его  
прямо  
ым  
кол  
ющи  
м  
удар  
ом  
нож  
ом  
впер  
ед  
(фо  
то

484–  
487).



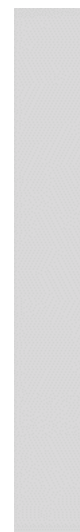
Фот  
о  
484.  
Исхо  
дное  
поло  
жен  
ие




Фот  
о  
485.  
Атак  
а  
прот  
ивни  
ка и  
уход  
с  
лини



и  
атак  
и  
впер  
ед  
влев  
о с  
защ  
итой  
лево  
й  
руко  
й



Фот  
о  
486.  
Пря  
мой  
удар  
прав  
ой  
ного  
й в  
коле  
но  
прот  
ивни  
ка



Фот  
о  
487.  
Конт  
рата  
ка  
кол  
ющи  
м  
удар  
ом  
нож  
ом

**Прие  
м № 2**

Конт  
рата  
ка  
прот  
ивни  
ка,  
атак  
ующ  
его  
прям  
ым  
кол  
ющи  
м  
удар  
ом  
нож

ом  
впер  
ед  
(фо  
то  
488–  
491).



Фот  
о  
488.  
Исхо  
дное  
поло  
жен  
ие




Фот  
о  
489.  
Атак  
а  
прот

ивни  
ка и  
уход  
с  
лини  
и  
атак  
и  
впер  
ед  
влев  
о с  
защ  
итой  
лево  
й  
руко  
й



Фот  
о  
490.  
Пря  
мой  
удар  
прав  
ой  
ного  
й в  
корп  
ус  
прот  
ивни  
ка



Фот  
о  
491.  
Конт  
рата  
ка  
кол  
ющи  
м  
удар  
ом  
нож  
ом

Прие  
м № 3

Конт  
рата  
ка  
прот  
ивни  
ка,  
атак  
ующ  
его  
прям  
ым  
кол  
ющи  
м  
удар  
ом  
нож

ом  
впер  
ед  
комб  
инац  
ией  
удар  
ов  
(фо  
то  
492–  
498).



Фот  
о  
492.  
Исхо  
дное  
поло  
жен  
ие



Фот

о  
493.  
Атак  
а  
прот  
ивни  
ка и  
уход  
с  
лини  
и  
атак  
и  
впер  
ед  
влев  
о с  
защ  
итой  
лево  
й  
руко  
й



Фот  
о  
494.  
Выв  
еден  
ие  
прот  
ивни  
ка из  
равн  
овес  
ия

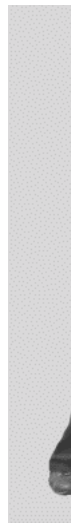


Фото  
495.  
Рычаг  
руки  
наружу

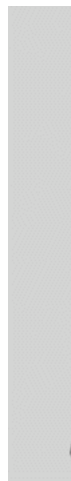


Фото  
496.  
Контратака  
режущим  
ударом  
ножа






Фото  
497.  
Изгот  
овка  
как  
атак  
е  
кол  
ющи  
м  
удар  
ом  
нож  
а




Фото  
498.  
Конт  
рата  
ка

кол  
ющи  
м  
удар  
ом  
нож  
а

**Тех  
ник  
а  
упр  
авл  
ени  
я  
про  
тив  
ник  
ом**

Одн  
а из  
эфф  
екти  
вней  
ших  
техн  
ик  
ноже  
вого  
(как  
и  
руко  
паш  
ного  
) боя  
—

упра  
влен  
ие  
прот  
ивни  
ком.  
Зада  
вайте  
ему  
свои  
усло  
вия  
боя,  
не  
дава  
йте

изме  
нить  
дист  
анци  
ю и/  
или  
своб  
одно  
двиг  
атьс  
я  
отно  
сите  
льно  
вас.  
Нан  
осит  
е  
отвл  
екаю  
щие  
и  
шок  
иру  
ющи  
е  
удар  
ы по  
уязв  
имы  
м  
точк  
ам,  
чтоб  
ы  
обез  
вред  
ить  
его.  
Исп  
ольз  
уйте  
своб  
одну  
ю  
руку,  
чтоб  
ы  
схва  
тить  
прот  
ивни  
ка за  
одеж  
ду,  
за

руку,  
за  
ору  
жие.  
Как  
толь  
ко  
вам  
это  
удал  
ось,  
он в  
ваше  
й  
влас  
ти —  
всег  
о на  
пару  
мгно  
вени  
й, но  
вы  
дол  
жны  
быть  
гото  
вы  
восп  
ольз  
оват  
ься  
мом  
енто  
м.  
Резк  
о  
дерн  
ите  
прот  
ивни  
ка  
на  
себя  
или,  
наоб  
орот,  
толк  
ните  
,  
чтоб  
ы он  
поте  
рял  
равн  
овес

ие и  
оказ  
ался  
в  
невы  
годн  
ом  
поло  
жен  
ии, и  
сраз  
у  
атак  
уйте  
его.

**Вари  
нты  
техни  
ки  
управ  
ления  
проти  
внико  
м**

**Прие  
м № 1**

Техн  
ика  
упра  
влен  
ия  
прот  
ивни  
ком  
с  
захв  
атом  
лево  
й  
руко  
й за  
леву  
ю  
руку.  
Из  
исхо  
дног  
о  
поло  
жен  
ия  
(лиц  
ом к  
прот  
ивни

ку  
бли  
жня  
я/  
сред  
няя  
дист  
анци  
я)  
шаг  
ните  
впер  
ед  
лево  
й  
ного  
й и  
схва  
тите  
прот  
ивни  
ка  
лево  
й  
руко  
й за  
левы  
й  
рука  
в.  
Все  
м  
весо  
м  
резк  
о  
потя  
ните  
прот  
ивни  
ка  
вниз  
на  
себя,  
выве  
дя  
его  
из  
равн  
овес  
ия и  
извл  
екит  
е  
нож  
из

ноже  
н.  
Разв  
ерни  
тесъ  
на  
мест  
е  
прот  
ив  
часо  
вой  
стре  
лки,  
потя  
ните  
леву  
ю  
руку  
прот  
ивни  
ка  
свое  
й  
лево  
й  
руко  
й  
влев  
о от  
себя,  
одно  
врем  
енно  
нано  
ся  
режу  
щий  
удар  
свер  
ху  
вниз  
.  
Про  
дол  
жая  
конт  
роли  
рова  
ть  
леву  
ю  
руку  
прот  
ивни  
ка и

упра  
вляя  
его  
дви  
жен  
иям  
и,  
заве  
рши  
те  
атак  
у  
(*фо*  
*то*  
499–  
505).

Фот  
о  
499.  
Исхо  
дное  
поло  
жен  
ие

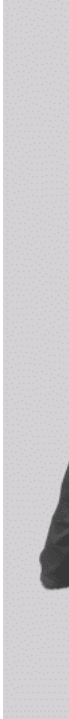


Φοτ  
ο  
500


Φοτ  
ο  
501

Φοτ  
ο  
502

Φοτ  
ο  
503



Фот  
о  
504



Фот  
о  
505.  
Вид  
с

друг  
ой  
стор  
оны

**Прие  
м № 2**

Техн  
ика  
упра  
влен  
ия  
прот  
ивни  
ком  
с  
захв  
атом  
лево  
й  
руко  
й за  
прав  
ую  
руку.  
Из  
исхо  
дног  
о  
поло  
жен  
ия  
(лиц  
ом к  
прот  
ивни  
ку  
бли  
жня  
я/  
сред  
няя  
дист  
анци  
я)  
шаг  
ните  
впер  
ед  
лево  
й  
ного  
й и  
схва  
тите

прот  
ивни  
ка  
лево  
й  
руко  
й за  
прав  
ый  
рука  
в.  
Тут  
же,  
загр  
узив  
его  
всем  
свои  
м  
весо  
м  
вниз  
влев  
о,  
заст  
авьт  
е его  
пере  
нест  
и  
вес  
тела  
на  
прав  
ую  
ногу,  
тем  
сам  
ым  
лиш  
ая  
возм  
ожн  
осте  
й  
пере  
дви  
жен  
ия.  
Одн  
овре  
мен  
но  
прав  
ой  
руко

й  
извл  
екит  
е  
нож  
из  
ноже  
н.  
Резк  
о  
потя  
нув  
прот  
ивни  
ка  
рывк  
ом  
лево  
й  
руко  
й на  
себя  
влев  
о,  
атак  
уйте  
его  
режу  
щим  
удар  
ом  
спра  
ва  
нале  
во  
сниз  
у  
ввер  
х и  
тут  
же  
заве  
рши  
те  
атак  
у  
кол  
ющи  
м  
удар  
ом  
свер  
ху  
вниз  
(фо  
то

506–  
512).



Фот  
о  
506.  
Исхо  
дное  
поло  
жен  
ие

Φοτ  
ο  
507

Φοτ  
ο  
508



Φοτ  
ο  
509

Φοτ  
ο  
510

Фот  
о  
511

Фот  
о  
512

Прие  
м № 3

Техн  
ика  
упра  
влен  
ия  
прот  
ивни  
ком  
с  
испо  
льзо  
вани  
ем  
прие  
ма  
осво  
бож  
дени  
я от  
захв  
ата  
за  
кист  
ь  
лево  
й  
руки  
.  
Из  
исхо  
дног  
о  
поло  
жен  
ия  
(про  
тивн  
ик  
захв  
атил  
вас  
лево  
й  
руко  
й за  
кист  
ь  
лево  
й  
руки  
),  
брос  
ьте  
тело  
вниз  
впер

ед и  
подн  
ими  
те  
ввер  
х  
леву  
ю  
руку  
Разв  
орач  
ивая  
леву  
ю  
руку  
кист  
ью  
по  
круг  
у  
прот  
ив  
часо  
вой  
стре  
лки,  
захв  
атит  
е его  
леву  
ю  
руку  
свое  
й  
лево  
й  
руко  
й  
свер  
ху за  
кист  
ь и  
одно  
врем  
енно  
извл  
екит  
е  
нож  
из  
ноже  
н  
прав  
ой  
руко  
й.

Быст  
ро  
разв  
ерну  
в  
прот  
ивни  
ка к  
себе  
спин  
ой,  
нане  
сите  
ему  
режу  
щий  
удар  
сниз  
у  
ввер  
х, не  
отпу  
ская  
его  
руку,  
захв  
ачен  
ную  
боле  
вым  
захв  
атом  
.  
Конт  
рата  
куйт  
е  
прот  
ивни  
ка  
кол  
ющи  
м  
удар  
ом  
нож  
ом  
свер  
ху  
(фо  
то  
513–  
520).



Фото  
513.  
Исходное  
поло-  
жен-  
ие

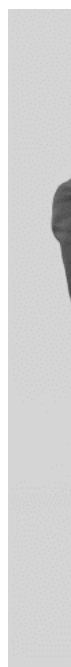



Фото  
514




Фот  
о  
515



Фот  
о  
516



Φοτ  
ο  
517



Φοτ  
ο  
518



Фот  
о  
519

Фот  
о  
520

Прие  
м № 4

Техн  
ика  
упра  
влен  
ия  
прот  
ивни  
ком  
с  
испо  
льзо  
вани  
ем  
нож  
а.  
Из  
исхо  
дног  
о  
поло  
жен  
ия,  
когд  
а  
прот  
ивни  
к  
захв  
атил  
лево  
й  
руко  
й  
ваш  
у  
прав  
ую  
руку  
с  
нож  
ом,  
стре  
мите  
льно  
уйди  
те  
влев  
о,  
выб  
роси  
в  
леву  
ю  
руку  
ввер  
х и

лево  
й  
руко  
й  
захв  
атив  
его  
за  
кист  
ь.  
Сох  
раня  
я  
боле  
вой  
захв  
ат  
лево  
й  
руко  
й,  
уста  
нови  
те  
конт  
роль  
над  
дви  
жен  
иям  
и  
прот  
ивни  
ка.  
Захв  
атив  
прот  
ивни  
ка  
прав  
ой  
руко  
й за  
лево  
е  
плеч  
о, и  
сохр  
аняя  
боле  
вой  
захв  
ат за  
его  
леву  
ю

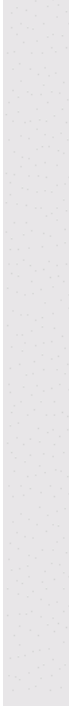
руку,  
нане  
сите  
удар  
ребр  
ом  
стоп  
ы  
прав  
ой  
ноги  
в  
подк  
олен  
ный  
сгиб  
,  
заст  
авив  
прот  
ивни  
ка  
упас  
ть на  
коле  
ни.  
Нан  
есит  
е  
удар  
нож  
ом.  
Конт  
рата  
куйт  
е  
прот  
ивни  
ка  
кол  
ющи  
м  
удар  
ом  
нож  
а  
(фо  
то  
521–  
529).



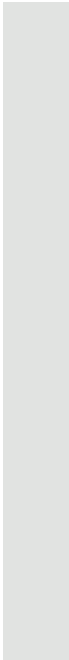
Фото  
521.  
Исходное  
положение



Фото  
522



Фот  
о  
523



Фот  
о  
524

Фот  
о  
525

Фот  
о  
526

Φοτ  
ο  
527

Φοτ  
ο  
528





Фот  
о  
529

Прие  
м № 5

Техн  
ика  
упра  
влен  
ия  
прот  
ивни  
ком  
с  
испо  
льзо  
вани  
ем  
нож  
а.  
Из  
исхо  
дног  
о  
поло  
жен  
ия,  
когд  
а  
прот  
ивни  
к  
захв

атил  
прав  
ой  
руко  
й  
ваш  
у  
прав  
ую  
руку  
с  
нож  
ом,  
дви  
жен  
ием  
кист  
и  
прав  
ой  
руки  
подн  
ими  
те  
клин  
ок  
нож  
а  
ввер  
х,  
расп  
оло  
жив  
его  
лезв  
ие  
пере  
д  
запя  
стье  
м  
прав  
ой  
руки  
прот  
ивни  
ка с  
внут  
ренн  
ей  
стор  
оны.  
Тут  
же  
коро  
тким


брос  
ком  
впер  
ед, и  
одно  
врем  
енно  
уход  
я  
впра  
во,  
выб  
рось  
те  
сво  
ю  
прав  
ую  
руку  
ввер  
х,  
атак  
уя  
запя  
стье  
прот  
ивни  
ка  
режу  
щим  
удар  
ом  
нож  
а.  
Лев  
ой  
руко  
й  
захв  
атит  
е  
кист  
ь  
прав  
ой  
руки  
напа  
даю  
щего  
и  
стре  
мите  
льно  
уйди  
те  
лево

й  
ного  
й  
наза  
д,  
одно  
врем  
енно  
нане  
ся  
режу  
щий  
удар  
нож  
ом  
по  
корп  
усу.  
Сох  
раня  
я  
боле  
вой  
захв  
ат  
прав  
ой  
руки  
прот  
ивни  
ка,  
шаг  
ните  
прав  
ой  
ного  
й  
наза  
д и  
потя  
ните  
прот  
ивни  
ка  
на  
себя.  
Когд  
а он  
поте  
ряет  
равн  
овес  
ие,  
удар  
ьте  
его


прав  
ой  
ного  
й в  
корп  
ус и  
конт  
рата  
куйт  
е  
прям  
ым  
кол  
ющи  
м  
удар  
ом  
нож  
а  
(фо  
то  
530–  
538).



Фот  
о  
530.  
Исхо  
дное  
поло  
жен  
ие



Φοτ  
ο  
531



Φοτ  
ο  
532









Фот  
о  
535



Фот  
о  
536

Фото  
537

Фото  
538

**Тех  
ник  
а и  
при  
ем  
ы  
нож  
ево**

**го  
боя  
в  
бор  
ьбе  
с  
воо  
руж  
енн  
ым  
про  
тив  
ник  
ом**

Нож  
мож  
но  
эфф  
екти  
вно  
испо  
льзо  
вать  
даже  
прот  
ив  
чело  
века,  
воор  
уже  
нног  
о  
огне  
стре  
льн  
ым  
ору  
жие  
м.  
При  
этом  
необ  
ходи  
мо  
соче  
тать  
собс  
твен  
но  
прие  
мы  
ноже

вого  
и  
руко  
паш  
ного  
боя.

**Прие  
м № 1**

Техн  
ика  
упра  
влен  
ия  
прот  
ивни  
ком  
при  
угро  
зе  
пист  
олет  
ом  
при  
подх  
оде  
спер  
еди.  
Из  
исхо  
дног  
о  
поло  
жен  
ия,  
когд  
а  
прот  
ивни  
к  
угро  
жает  
пист  
олет  
ом  
при  
подх  
оде  
спер  
еди,  
с  
шаго  
м  
лево  
й

ного  
й  
впер  
ед  
влев  
о  
уйди  
те с  
лини  
и  
огня  
и  
лево  
й  
руко  
й  
отве  
дите  
прав  
ую  
руку  
прот  
ивни  
ка,  
воор  
уже  
нну  
ю  
пист  
олет  
ом,  
впра  
во.  
Тут  
же  
захв  
атит  
е  
лево  
й  
руко  
й за  
кист  
ь  
прав  
ой  
руки  
прот  
ивни  
ка и  
одно  
врем  
енно  
дост  
аньт  
е

нож  
из  
ноже  
н.  
Разв  
ерну  
вши  
сь на  
мест  
е  
влев  
о и  
сохр  
аняя  
захв  
ат  
прав  
ой  
руки  
прот  
ивни  
ка,  
вып  
олни  
те  
боле  
вой  
прие  
м —  
рыча  
г  
кист  
и  
нару  
жу, и  
одно  
врем  
енно  
атак  
уйте  
запя  
стье  
прав  
ой  
руки  
прот  
ивни  
ка  
режу  
щим  
удар  
ом  
по  
внут  
ренн  
ей

стор  
оне  
запя  
стья.  
Конт  
рата  
куйт  
е  
кол  
ющи  
м  
удар  
ом  
нож  
а  
свер  
ху и  
обез  
ору  
жьте  
прот  
ивни  
ка  
(фо  
то  
539–  
546).

Фот  
о  
539.  
Исхо  
дное  
поло  
жен  
ие

Фот  
о  
540

Фот  
о  
541



Фот  
о  
542

Фот  
о  
543

Φοτ  
ο  
544

Φοτ  
ο  
545



Фото  
546

Прие  
м № 2

Техн  
ика  
упра  
влен  
ия  
прот  
ивни  
ком  
при  
угро  
зе  
рево  
лье  
ром  
при  
подх  
оде  
спер  
еди.  
Из  
исхо  
дног  
о  
поло  
жен  
ия,  
когд  
а  
прот  
ивни  
к

угро  
жает  
рево  
лье  
ром  
при  
подх  
оде  
спер  
еди,  
уйди  
те  
впер  
ед  
влев  
о,  
лево  
й  
руко  
й  
захв  
атит  
е за  
ство  
л  
рево  
лье  
ра и  
отве  
дите  
его  
от  
себя  
впра  
во.  
Когд  
а  
прот  
ивни  
к  
поте  
ряет  
равн  
овес  
ие,  
извл  
екит  
е  
прав  
ой  
руко  
й  
нож  
из  
ноже  
н.

Не  
отпу  
ская  
ство  
л  
рево  
льве  
ра,  
прод  
олж  
ите  
дви  
жен  
ие и  
вый  
дите  
прот  
ивни  
ку за  
спин  
у.  
Разв  
ерни  
тесь  
на  
мест  
е  
влев  
о  
прот  
ив  
часо  
вой  
стре  
лки  
и  
конт  
рата  
куйт  
е  
прот  
ивни  
ка  
режу  
щим  
удар  
ом  
по  
гори  
зонт  
али.  
Ото  
брав  
ору  
жие,  
атак

уйте  
его  
кол  
ющи  
м  
удар  
ом  
свер  
ху  
(*фо*  
*то*  
547–  
552).



Фот  
о  
547.  
Исхо  
дное  
поло  
жен  
ие

Фот  
о  
548

Фот  
о  
549



Φοτ  
ο  
550



Φοτ  
ο  
551



Фот  
о  
552

Прие  
м № 3

Техн  
ика  
упра  
влен  
ия  
прот  
ивни  
ком  
при  
угро  
зе  
шест  
ом  
или  
палк  
ой  
при  
подх  
оде  
спер  
еди.  
Из  
исхо  
дног  
о  
поло  
жен  
ия,  
когда

а  
прот  
ивни  
к  
угро  
жает  
палк  
ой  
(шес  
том),  
с  
шаго  
м  
лево  
й  
ного  
й  
впер  
ед  
влев  
о,  
захв  
атит  
е  
лево  
й  
руко  
й  
коне  
ц  
палк  
и и,  
резк  
о  
разв  
ерну  
вши  
сь на  
мест  
е  
впра  
во,  
потя  
ните  
ее  
мим  
о  
себя,  
заст  
авив  
прот  
ивни  
ка  
поте  
рять  
равн

овес  
ие.  
Одн  
овре  
мен  
но  
извл  
екит  
е  
прав  
ой  
руко  
й  
нож  
из  
ноже  
н.  
Разв  
орач  
ивая  
сь на  
мест  
е  
влев  
о и  
отво  
дя  
палк  
у  
чере  
з  
верх  
влев  
о от  
себя,  
испо  
льзу  
йте  
ее  
для  
упра  
влен  
ия  
прот  
ивни  
ком.  
Нан  
есит  
е  
режу  
щий  
удар  
нож  
ом  
по  
кист

и его  
прав  
ой  
руки  
,  
чтоб  
ы он  
вып  
усти  
л из  
нее  
палк  
у. С  
шаго  
м  
прав  
ой  
ного  
й  
впер  
ед  
атак  
уйте  
прот  
ивни  
ка  
кол  
ющи  
м  
удар  
ом  
нож  
ом  
свер  
ху.  
С  
быст  
рым  
шаго  
м  
прав  
ой  
ного  
й  
наза  
д  
нане  
сите  
режу  
щий  
удар  
по  
кист  
и  
лево  
й

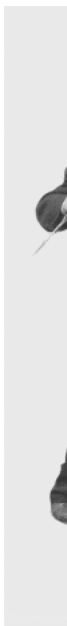
руки  
прот  
ивни  
ка  
возв  
ратн  
о-  
пост  
упат  
ельн  
ым  
дви  
жен  
ием,  
заст  
авив  
его  
брос  
ить  
ору  
жие  
(*фо  
то  
553–  
562*).



Фот  
о  
553.  
Исхо  
дное  
поло  
жен  
ие



Фот  
о  
554



Фот  
о  
555

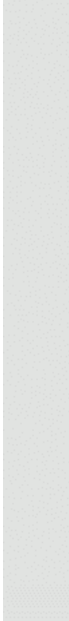
Фот  
о  
556

Фот  
о  
557

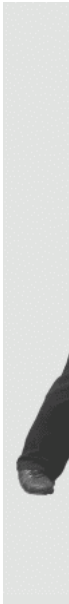
Фот  
о  
558

Фот  
о  
559





Φοτ  
ο  
560



Φοτ  
ο  
561



Фото  
562

Прием  
№ 4

Техника  
управления  
противником  
при угрозе  
винтовкой  
при подходе  
спереди.  
Из исходного  
положения,  
когда  
противник

к  
угро  
жает  
винт  
овко  
й, с  
шаго  
м  
лево  
й  
ного  
й  
впер  
ед  
влев  
о  
уйди  
те с  
лини  
и  
атак  
и  
прот  
ивни  
ка и  
одно  
врем  
енно  
схва  
тите  
лево  
й  
руко  
й  
цевь  
е  
винт  
овки  
,  
отво  
дя  
ство  
л от  
себя.  
Дост  
аньт  
е  
прав  
ой  
руко  
й  
нож  
из  
ноже  
н.

Разв  
орач  
ивая  
сь на  
мест  
е  
влев  
о,  
отве  
дите  
винт  
овку  
влев  
о от  
себя  
чере  
з  
верх  
,  
заст  
авив  
прот  
ивни  
ка  
боро  
ться  
за  
ору  
жие.  
Возв  
ратн  
о-  
пост  
упат  
ельн  
ым  
дви  
жен  
ием  
нане  
сите  
режу  
щий  
удар  
по  
кист  
и  
лево  
й  
руки  
прот  
ивни  
ка, и  
тут  
же с  
шаго

м  
прав  
ой  
ного  
й  
впер  
ед –  
кол  
ющи  
й  
удар  
наот  
маш  
ь.  
Возв  
ратн  
о-  
пост  
упат  
ельн  
ым  
режу  
щим  
удар  
ом  
по  
кист  
и  
лево  
й  
руки  
прот  
ивни  
ка  
заст  
авьт  
е его  
отпу  
стит  
ь  
винт  
овку  
и  
заве  
рши  
те  
атак  
у  
кол  
ющи  
м  
удар  
ом  
свер  
ху  
(фо

то  
563–  
572).




Фот  
о  
563.  
Исхо  
дное  
поло  
жен  
ие



Фот  
о  
564



Фот  
о  
565



Фот  
о  
566

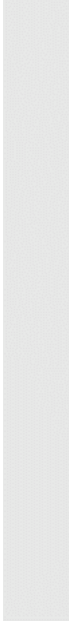




Фото  
567

Продол  
жение  
приема.  
Вид с  
другой  
стороны.





Фот  
о  
568



Фот  
о  
569



Фот  
о  
570



Фот  
о  
571

Фот  
о  
572

**Прие  
м № 5**

Техн  
ика  
упра  
влен  
ия  
прот  
ивни  
ком  
при  
угро  
зе  
винт  
овко  
й с  
при  
мкн  
уты  
м  
шты  
ком  
при  
подх  
оде  
спер  
еди.  
Из  
исхо  
дног  
о

поло  
жен  
ия,  
когд  
а  
прот  
ивни  
к  
угро  
жает  
винт  
овко  
й с  
при  
мкн  
уты  
м  
шты  
ком,  
с  
шаго  
м  
лево  
й  
ного  
й  
впер  
ед  
влев  
о  
уйди  
те с  
лини  
и  
атак  
и,  
одно  
врем  
енно  
захв  
атив  
лево  
й  
руко  
й  
цевь  
е  
винт  
овки  
,  
разв  
ерни  
тесь  
на  
мест  
е

впра  
во.  
Извл  
екит  
е  
прав  
ой  
руко  
й  
нож  
из  
ноже  
н.  
Разв  
орач  
ивая  
сь на  
мест  
е  
влев  
о,  
отве  
дите  
винт  
овку  
от  
себя  
чере  
з  
верх  
влев  
о,  
заст  
авля  
я  
прот  
ивни  
ка  
боро  
ться  
за  
ору  
жие.  
С  
шаго  
м  
прав  
ой  
ного  
й  
впер  
ед к  
прот  
ивни  
ку,  
быст

ро  
нане  
сите  
режу  
щий  
удар  
нож  
ом  
сниз  
у  
ввер  
х по  
кист  
и его  
лево  
й  
руки  
,  
заст  
авив  
брос  
ить  
захв  
ат.  
Сох  
раня  
я  
захв  
ат  
винт  
овки  
лево  
й  
руко  
й,  
возв  
ратн  
о-  
пост  
упат  
ельн  
ым  
режу  
щим  
удар  
ом  
по  
кист  
и  
прав  
ой  
руки  
заст  
авьт  
е  
прот


ивни  
ка  
брос  
ить  
ору  
жие.  
Шаг  
ом  
прав  
ой  
ного  
й  
наза  
д  
разо  
рвит  
е  
дист  
анци  
ю с  
прот  
ивни  
ком,  
смен  
ите  
хват  
нож  
а и,  
шаг  
нув  
впер  
ед  
прав  
ой  
ного  
й,  
нане  
сите  
кол  
ющи  
й  
удар  
.  
Зате  
м  
заве  
рши  
те  
атак  
у  
выхо  
дом  
на  
пози  
цию  
конт

роля  
над  
прот  
ивни  
ком  
с  
испо  
льзо  
вани  
ем  
отоб  
ранн  
ого  
вами  
ору  
жия  
(фо  
то  
573–  
581).




Фот  
о  
573.  
Исхо  
дное  
поло  
жен  
ие







Φοτ  
ο  
574



Φοτ  
ο  
575



Φοτ  
ο  
576



Φοτ  
ο  
577

Φοτ  
ο  
578

Φοτ  
ο  
579

Φοτ

о  
580



Фот  
о  
581

**Прие  
м № 6**

Техн  
ика  
упра  
влен  
ия  
прот  
ивни  
ком  
при  
угро  
зе  
авто  
мато  
м  
(ору  
жие  
на  
ремн  
е)  
при  
подх  
оде  
спер  
еди.  
Из  
исхо  
дног  
о  
поло  
жен  
ия,

когда  
а  
противни  
к  
угрожает  
автомато  
м, с  
шаго  
м  
левой  
ной  
вперед  
влево  
о  
захватит  
е  
левой  
рукой  
цевь  
или  
ство  
л  
автомата  
и  
ответите  
оружие  
от  
себя  
вправо и,  
стремитесь  
льно  
развора  
чиваясь  
на  
месте  
вправо,  
заставьт

е  
прот  
ивни  
ка  
поте  
рять  
равн  
овес  
ие.  
Одн  
овре  
мен  
но  
извл  
екит  
е  
прав  
ой  
руко  
й  
нож  
из  
ноже  
н.  
Разв  
орач  
ивая  
сь на  
мест  
е  
влев  
о и  
отво  
дя  
авто  
мат  
влев  
о от  
себя  
чере  
з  
верх  
,  
испо  
льзу  
йте  
его  
для  
упра  
влен  
ия  
прот  
ивни  
ком  
и  
нане

сите  
снач  
ала  
режу  
щий  
удар  
по  
диаг  
онал  
и  
сниз  
у  
ввер  
х  
спра  
ва  
нале  
во  
зате  
м  
кол  
ющи  
й —  
наот  
маш  
ь.  
Возв  
ратн  
о-  
пост  
упат  
ельн  
ым  
режу  
щим  
удар  
ом  
по  
кист  
и  
прот  
ивни  
ка  
прин  
удит  
е его  
брос  
ить  
ору  
жие  
(фо  
то  
582–  
591).



Фото  
582.  
Исходное  
положение

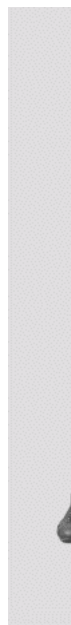


Фото  
583



Фот  
о  
584

Фот  
о  
585




Фото  
586

Продолжение приема. Вид с другой стороны.

Фот  
о  
587

Фот  
о  
588

Фото  
о  
589

Фото  
о  
590



Фот  
о  
591

**Прие  
м № 7**

Техн  
ика  
упра  
влен  
ия  
прот  
ивни  
ком  
при  
угро  
зе  
авто  
мато  
м  
при  
подх  
оде  
спер  
еди.  
Из  
исхо  
дног  
о  
поло  
жен  
ия,  
когд  
а  
прот

ивни  
к  
угро  
жает  
авто  
мато  
м,  
быст  
ро  
уйди  
те с  
лини  
и  
огня  
впер  
ед  
впра  
во и,  
стре  
мите  
льно  
разв  
орач  
ивая  
сь на  
мест  
е  
влев  
о,  
захв  
атит  
е  
лево  
й  
руко  
й  
цевь  
е  
или  
ство  
л  
авто  
мата  
.  
Отве  
дите  
ство  
л  
влев  
о от  
себя,  
заст  
авив  
прот  
ивни  
ка

боро  
ться  
за  
ору  
жие.  
Резк  
о  
брос  
ив  
вес  
тела  
вниз  
, вы  
вын  
удит  
е  
прот  
ивни  
ка  
поте  
рять  
равн  
овес  
ие.  
Извл  
екит  
е  
прав  
ой  
руко  
й  
нож  
из  
ноже  
н.  
Сох  
раня  
я  
захв  
ат  
ору  
жия  
прот  
ивни  
ка  
лево  
й  
руко  
й,  
нане  
сите  
возв  
ратн  
о-  
пост  
упат

ельн  
ый  
режу  
щий  
удар  
по  
кист  
и  
прот  
ивни  
ка,  
чтоб  
ы  
заст  
авит  
ь его  
брос  
ить  
ору  
жие.  
Резк  
о  
потя  
нув  
ору  
жие  
прот  
ивни  
ка от  
себя  
влев  
о,  
атак  
уйте  
режу  
щим  
удар  
ом  
паль  
цы  
прав  
ой  
руки  
прот  
ивни  
ка и  
на  
шаге  
лево  
й  
ного  
й  
наза  
д  
вырв  
ите



у  
прот  
ивни  
ка  
авто  
мат.  
Сраз  
у же  
посл  
е  
этог  
о  
нане  
сите  
кол  
ющи  
й  
удар  
наот  
маш  
ь  
сниз  
у  
ввер  
х  
(фо  
то  
592–  
600).




Фот  
о  
592.  
Исхо  
дное  
поло  
жен  
ие




Фот  
о  
593



Фот  
о  
594




Фот  
о  
595




Фот  
о  
596

Фот  
о  
597

Фот  
о  
598



Фот  
о  
599



Фот  
о  
600

Прие  
м № 8

Техн  
ика  
упра  
влен  
ия

прот  
ивни  
ком  
при  
угро  
зе  
авто  
мато  
м  
при  
подх  
оде  
спер  
еди.  
Из  
исхо  
дног  
о  
поло  
жен  
ия,  
когд  
а  
прот  
ивни  
к  
угро  
жает  
авто  
мато  
м, с  
шаго  
м  
лево  
й  
ного  
й  
впер  
ед  
влев  
о,  
стре  
мите  
льно  
разв  
орач  
ивая  
сь на  
мест  
е  
впра  
во,  
схва  
тите  
ору  
жие

за  
ство  
л  
или  
цевъ  
е и  
отве  
дите  
его  
от  
себя  
впра  
во.  
Резк  
о  
брос  
ив  
вес  
тела  
вниз  
, вы  
вын  
удит  
е  
прот  
ивни  
ка,  
бор  
юще  
гося  
за  
ору  
жие,  
поте  
рять  
равн  
овес  
ие.  
Нан  
есит  
е  
отвл  
екаю  
щий  
удар  
прав  
ой  
ного  
й в  
пах  
(сни  
зу  
ввер  
х).  
Одн  
овре

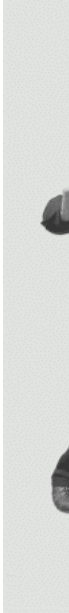
мен  
но  
извл  
екит  
е  
прав  
ой  
руко  
й  
нож  
из  
ноже  
н.  
Про  
дол  
жая  
дви  
жен  
ие  
впер  
ед,  
нане  
сите  
из  
одно  
име  
нной  
прав  
осто  
ронн  
ей  
стой  
ки  
диаг  
онал  
ьны  
й  
режу  
щий  
удар  
нож  
ом  
сниз  
у  
ввер  
х  
спра  
ва  
нале  
во и  
заве  
рши  
те  
конт  
рата  
ку



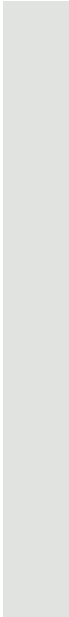
кол  
ющи  
м  
удар  
ом  
наот  
маш  
ь.  
Отбе  
рите  
ору  
жие  
у  
прот  
ивни  
ка  
(фо  
то  
601–  
609).



Фот  
о  
601.  
Исхо  
дное  
поло  
жен  
ие



Фот  
о  
602



Фот  
о  
603

Φοτ  
ο  
604

Φοτ  
ο  
605




Фото  
606

Продол  
жение  
присе  
ма. Вид  
с  
другой  
стороны.

Φοτ  
ο  
607

Φοτ  
ο  
608

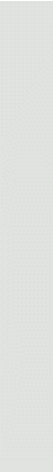
Фот  
о  
609

**Тех  
ник  
а и  
при  
ем  
ы  
ком  
бин  
аци  
онн  
ого  
рук  
опа  
шн  
ого  
боя  
с  
исп  
оль  
зов  
ани  
ем  
нож  
а и  
дру  
гих  
при**

емо  
в  
рук  
опа  
шн  
ого  
боя

Вари  
нты  
комби  
нацио  
нного  
веден  
ия  
рукоп  
ашно  
го боя

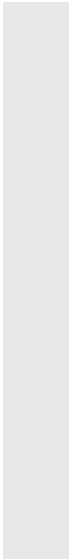
Прие  
м № 1



Фот  
о  
610



Фот  
о  
611



Фот  
о  
612

Прие  
м № 2

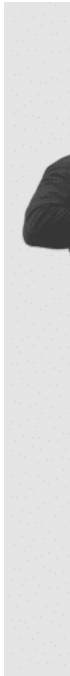




Φοτ  
ο  
613



Φοτ  
ο  
614



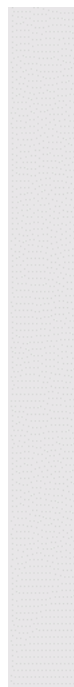
Фот  
о  
615



Фот  
о  
616

Φοτ  
ο  
617

Φοτ  
ο  
618

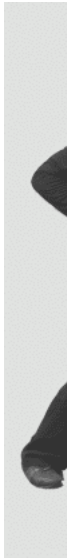


Фот  
о  
619

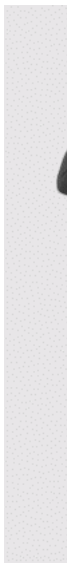
Прие  
м № 3



Фот  
о  
620



Φοτ  
ο  
621



Φοτ  
ο  
622

Фото  
623

**Реж  
им  
ы  
обус  
лов  
лен  
ног  
о,  
пол  
уб  
усл  
овл  
енн  
ого  
и  
вол  
ьно  
го  
нож  
ево  
го  
боя**

След  
ующ  
ий  
этап  
посл  
е  
осво

ения  
осно  
в  
техн  
ики  
и  
такт  
ики  
ноже  
вого  
боя  
—  
отра  
ботк  
а  
дейс  
твий  
в  
обус  
ловл  
енно  
м,  
полу  
обус  
ловл  
енно  
м и  
воль  
ном  
бою.  
Трен  
иров  
ки  
пров  
одят  
ся в  
пара  
х,  
что  
позв  
оляе  
т  
разв  
ить  
чувс  
тво  
дист  
анци  
и,  
чувс  
тво  
опас  
ност  
и и  
реал  
ьнос

ти  
боя,  
ловк  
ость  
и  
такт  
ичес  
кое  
виде  
ние  
бойц  
ов.  
Пом  
имо  
всег  
о  
проч  
его,  
име  
нно  
в  
ходе  
таки  
х  
трен  
иров  
ок  
сове  
рше  
нств  
уютс  
я и  
отра  
баты  
вают  
ся  
прие  
мы и  
техн  
ика,  
кото  
рые  
луч  
ше  
всег  
о  
подх  
одят  
для  
конк  
ретн  
ого  
зани  
маю  
щего  
ся —



те  
навы  
ки,  
кото  
рые  
могу  
т  
быть  
при  
мене  
ны к  
прот  
ивни  
ку с  
учет  
ом  
его  
инди  
виду  
альн  
ых  
особ  
енно  
стей,  
таки  
х  
как  
вес,  
рост,  
уров  
ень  
про  
фесс  
иона  
льно  
й и  
такт  
ичес  
кой  
подг  
отов  
ки.  
В  
ходе  
таки  
х  
трен  
иров  
ок  
выра  
баты  
вает  
ся  
инди  
виду  
альн

ый  
стил  
ь  
веде  
ния  
боя,  
опти  
маль  
ный  
для  
физи  
ческ  
ой,  
про  
фесс  
иона  
льно  
й и  
такт  
ичес  
кой  
подг  
отов  
ки  
конк  
ретн  
ого  
бойц  
а.  
В  
ходе  
воль  
ного  
боя  
вся  
ране  
е  
изуч  
енна  
я  
техн  
ика  
отра  
баты  
вает  
ся с  
усло  
вны  
м  
прот  
ивни  
ком.  
При  
этом  
зада  
ча

кажд  
ого  
из  
бойц  
ов –  
пора  
зить  
сопе  
рник  
а, но  
не  
попа  
сть  
под  
его  
удар

.  
В  
реж  
име  
полу  
обус  
ловл  
енно  
го  
боя  
побе  
да  
засч  
итыв  
аетс  
я  
тому  
, кто  
вып  
олни  
л  
опре  
деле  
нну  
ю  
зада  
чу,  
полу  
ченн  
ую  
от  
инст  
рукт  
ора.  
Обы  
чно  
полу  
обус  
ловл  
енн

ый  
бой  
нам  
ного  
слож  
нее  
воль  
ного  
— он  
мож  
ет  
накл  
адыв  
ать  
огра  
ниче  
ния  
на  
арсе  
нал  
прие  
мов  
и  
такт  
ичес  
ких  
ходо  
в.

**Шк  
ола  
бое  
вой  
и  
спе  
циа  
льн  
ой  
под  
гото  
вки**

Пом  
имо  
общ  
ей  
техн  
ичес  
кой  
и  
такт  
ичес  
кой  
подг

отов  
ки,  
сист  
ема  
опер  
атив  
ного  
кара  
те и  
руко  
паш  
ного  
боя  
вкл  
ючае  
т  
три  
спец  
ифи  
ческ  
их  
этап  
а  
обуч  
ения  
:  
•  
Изуч  
ение  
и  
отра  
ботк  
а  
удар  
ов  
по  
жиз  
ненн  
о-  
важн  
ым  
орга  
нам.

•  
И  
з  
у  
ч  
е  
н  
и  
е  
в  
а  
р  
и

а  
н  
т  
о  
в  
и  
с  
п  
о  
л  
ь  
з  
о  
в  
а  
н  
и  
я  
н  
о  
ж  
а  
д  
л  
я  
р  
е  
ц  
е  
н  
и  
я  
с  
п  
е  
ц  
и  
а  
л  
ь  
н  
ь  
х  
з  
а  
д  
а  
ч  
(  
н  
а  
п  
р  
и  
м  
е

р  
с  
н  
я  
т  
и  
е  
ч  
а  
с  
о  
в  
о  
г  
о  
)  
.





































































































































































































































































































































































