



Станислав Махов

**ШТУРМОВОЙ БОЙ ГРОМ
– СИСТЕМА ЛИЧНОЙ
БЕЗОПАСНОСТИ**

учебно-методическое пособие

МА КАСМИВ
БИВ

www.mabiv.ru

Станислав Юрьевич Махов Штурмовой бой ГРОМ – система личной безопасности

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=9081955

*Штурмовой бой ГРОМ – система личной безопасности / Станислав
Махов: МАБИВ; Орел; 2014*

Аннотация

Необходимость в безопасности была и есть актуальна во все времена. Человек живёт в условиях, где опасность для него слишком велика, особенно когда инстинкт самосохранения приглушён ложной иллюзией безопасности созданной мифом о цивилизованности общества. Поэтому человек желающий обезопасить себя и своих родных должен владеть навыками штурмового боя ГРОМ, обеспечивающего личную безопасность в любой экстремальной ситуации. Штурмовой бой ГРОМ – уникальная методика боевого выживания. Это эффективное оружие самообороны, представляющее собой результат слияния научный знаний, практических методик, реального опыта рукопашных боев. Здесь нет секретных приемов и боевой магии, есть ЗНАНИЯ, ПРАКТИКА, ОПЫТ. Штурмовой бой ГРОМ является наиболее практичной, эффективной и боеспособной системой обеспечения безопасности человека

при любом агрессивном нападении. Предназначено в качестве профессионально-прикладной физической подготовки студентов вузов всех специальностей, в соответствии с требованиями Государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по дисциплине «Физическая культура», а также для широкого круга лиц, заинтересованных в приобретении практических умений и навыков личной безопасности и штурмового боя ГРОМ.

Содержание

Введение	5
Раздел 1	8
Тема 1	8
Конец ознакомительного фрагмента.	18

Станислав Махов Штурмовой бой ГРОМ – система личной безопасности Учебно- методическое пособие

Введение

В современных условиях представляется целесообразным больше усилий сосредотачивать на формировании стратегии личной безопасности, привитие гражданам элементов этой технологии, обучение их практике штурмового боя как системы активной безопасности, необходимой для обеспечения личной безопасности от преступных посягательств.

Существует много разных систем подготовки по рукопашному бою и самообороне, однако для решения обеспечения личной безопасности в реальном уличном столкновении они полностью не подходят. По своим целям и задачам, все эти системы по упрощенной системе классификации можно

условно разделить на: боевые, спортивные и гражданские.

Боевые системы рукопашного боя предназначены в основном для силовых структур (армия, милиция, прокуратура и другие). Целью боевых единоборств является или тотальное уничтожение и подавление противника (армия, спецназ), или частичное подавление боеспособности и полный физический контроль над противником (милиция, прокуратура). Все эти системы рассчитаны на физически и психически подготовленных бойцов. Занятия посещаются стабильно регулярно и четко известны сроки обучения.

Цель спортивных единоборств – победа над противником по правилам, установленным конкретным видом спорта. Смысл спортивных стилей заключается в выполнении квалификационных требований и воспитании чемпионов, причем чемпионов в конкретных видах спорта. Поэтому в спортивных секциях ведется постоянный отбор людей на «подающих надежды» и «неперспективных». На последних, обычно тренерами время не тратится и занимаются они в основном для массовки, в то время как первые подготавливаются для соревнований.

Гражданские системы самообороны предназначены для эффективной и надежной защиты здоровья и жизни занимающихся. Самооборона обеспечивает безопасность в критической ситуации и в этом ее цель и смысл. Главное в самообороне – это выжить, а не победить как в спорте. Однако многие системы самообороны, в основном, представляют со-

бой усеченный и не совсем лучший вариант спортивных или боевых единоборств. Специфика подготовки по самообороне учитывает ряд особенностей, присутствующих в боевых и спортивных единоборствах: подготовка занимающихся различается очень сильно, от полного отсутствия до наличия спортивных разрядов; сроки обучения никогда не известны, т. к. постоянно приходят новые люди, а «старые» занимающиеся зачастую уходят по разным причинам: надоело, хочется чего-то новенького, кончились деньги, сменилось место жительства и т. д.; нерегулярное посещение занятий, возникающее не всегда и не у всех занимающихся, из-за семейных проблем, нехватки времени, обязательств по работе и другие.

Задачи подготовки по боевым, спортивным и гражданским системам сильно отличаются друг от друга. Одно дело рукопашный бой на войне, или выступление на ринге, а другое дело самозащита в мирной жизни и в любой ситуации. Поэтому боевые и спортивные методики подготовки нам не подходят, но могут использоваться как вспомогательный, дополнительный материал. В то время, как в спортивных и боевых единоборствах имеются четко разработанные методики, то в самообороне обычно, их за редким исключением, нет. Все обучение ведется без четкого учебного плана на усмотрение тренера, иногда по какой-то его программе, а иногда вообще бессистемно, по принципу «а чем бы нам сегодня позаниматься?».

Раздел 1

Моделирование штурмового боя ГРОМ

Тема 1

Средство нейтрализации социальной напряженности

В настоящее время происходит стремительное обострение социальной напряженности и ухудшение качества жизни населения, снижение физического и генетического здоровья. Оценка личной безопасности россиянами проявляется в низкой удовлетворенности отдельными сторонами жизни и жизнью общества в целом, ощущении психологического дискомфорта, снижении уверенности в завтрашнем дне, переживании комплекса неполноценности; недоверии к государственным структурам, желании эмигрировать.

Отношение к сложившейся системе личной безопасности проявляется в различных формах ухода от травмирующей социальной реальности – активном (миграция, снижение жизненных запросов и т. п.), пассивном (с помощью алкоголя, наркотиков, болезни, уклонения от гражданских

обязанностей) и летальном (самоубийство), а также борьбе за изменение неблагоприятных условий, которая имеет как законный, так и незаконный протестный характер (Л.Ф. Скубченко).

В сложных социально-бытовых и политических условиях возросла актуальность владения эффективной системой активной безопасности для обычных граждан, которые оказались незащищенными перед разгулом преступности. Наиболее действенной частью боевой подготовки являются единоборства, поскольку они обеспечивают реализацию приобретенных умений и навыков в боевых, жесткоконтактных, психострессорных ситуациях. Оппоненты боевых искусств, ссылаясь на наличие огнестрельного оружия, пытаются принизить роль контактных и ударных боевых искусств в настоящее время.

Однако опыт действий армии и войск МВД, участвующих в качестве сил быстрого реагирования, свидетельствует о важной роли самообороны и рукопашного боя, не говоря уже об их роли в бытовых условиях. Практика уличных боев армейских формирований и полиции свидетельствует о том, что скоротечность ситуаций, наличие разнообразных укрытий в городских условиях и в лесу затрудняют ведение прицельного огня. Постоянная нехватка боеприпасов при неэффективной стрельбе вынуждает ввязываться в рукопашный бой (Ю.А. Шулика, 2006). Поэтому независимо от собственной вооруженности вероятного противника

необходимо обеспечить максимально надежно свою безопасность в рукопашной схватке.

Избегание, как модель реакции на конфликтные ситуации, является основой, но до определенного предела. Чрезмерный и постоянный уход от проблем приведет к изменению установок и дисгармонии личности, разрушению социальной роли и представлений о себе. И не всегда другие ненасильственные методы урегулирования конфликта, такие как убеждение, компромисс, обман, уговоры, ссылки на авторитеты, дают результат. В ситуации самообороны происходит угроза как физической культуре (телесной), так и культуре человека как системе внутренних ценностей, жизненных идеалов. Поэтому штурмовой бой ГРОМ – это не право, а обязанность выжить любой ценой.

Право на необходимую оборону вытекает из естественно-го, присущего человеку от рождения права на жизнь. Осуществление акта необходимой обороны – субъективное право гражданина, поэтому, каждый человек вправе защищать свои права и свободы всеми способами, не запрещенными законом. Будь это занятия по рукопашному бою или тренировки в стрелковом тире.

Можно предположить, что в прошлом человек не имел представления об особенностях боевой техники. Наш предок использовал в зависимости от ситуации и удары, и борьбу, не разделяя их. Главное в бою – результат. Выжить в бою с противником или зверем, все средства хороши. Особенно-

сти стилей и направлений в более позднее время связаны с различными факторами: географическими, культурными, политическими, религиозными и т. д. В наши дни боевые искусства повсеместно утратили ориентацию на реальный бой. То, что много веков подряд было самым важным на свете умением, ибо от него зависела жизнь и здоровье человека, сейчас стало игрой, развлечением, соревнованием. Но жизнь в нашем мире далеко не игра и не спорт.

Жизнь не уместается в рамки спортзала. Это может быть подворотня поздно вечером и лестничная площадка рано утром, автобусная остановка днем и обыкновенная кухня ночью. Место, время и при каких обстоятельствах, вас может застать критическая ситуация, никто заранее не знает. Характер покрытия и пространство, освещение и одежда накладывают свой отпечаток на происходящее. Уличная драка – это грубая и жестокая реальность, и считать ее предсказуемой и простой – опасное заблуждение. Как правило, это способ доказать свое превосходство и безоговорочное главенство. Средства достижения результата жестоки и бескомпромиссны. Они заключаются в умении избить своего противника, подавить его дух, раздавить морально, дабы лишить его возможности сопротивляться. Характерная особенность любой уличной драки состоит в том, что каждая сторона старается добиться победы любыми способами, в том числе и с помощью подручных средств. Поэтому на улице нужна совершенно иная тактика действий, нежели на ринге или та-

тами. Тактика уличного столкновения напоминает волчий стиль боя. Серый хищник сразу же рвет свою добычу, не оставляя ей ни единого шанса на выживание, в отличие от собаки, которая по преимуществу борется со своей жертвой, стараясь ее прежде всего сбить. Так же и в драке на улице. опытный боец никогда сам не полезет бороться, а будет рвать своего врага с налету, мгновенно меняя позицию, с каждой секундой приближая свою победу (М.В. Шатунов, 2002). Что же касается техники, то она должна быть достаточно простой и эффективной, а главное – обеспечивать безопасность человека в любой критической ситуации.

Если раньше в качестве самообороны предлагалось изучение спортивных или каких-либо экзотических видов единоборств, то в настоящее время становится понятно, что эти направления себя не оправдывают в качестве самообороны. Спортивные единоборства явно не соответствуют тем задачам, которые стоят перед человеком, подвергшимся нападению. Агрессор всегда превосходящая сила, их может быть несколько, чего не бывает на спортивной площадке. Вероятно применение оружия. Нападение может случиться когда угодно и где угодно. Самое главное – психологический настрой на агрессивное действие и максимальное уничтожение боеспособности противника. Противник может покалечить и даже убить, и нет рядом судьи, который может остановить бой (В.В. Шлахтер, 2002).

Тесты, проведенные со спортсменами-единоборцами в

тренировочных условиях, показали, что даже у опытных бойцов рукопашного боя почти нет шансов применить сложные приемы при отсутствии правил и стихийном развитии драки. Тренировочные ситуации просто не соответствовали реальности. Реально им удалось применить менее 10% своих приемов самообороны. Большинство из них сдались менее опытному, но более решительно настроенному противнику (А.Е. Тарас, 1997; Ю.Ю. Серебрянский, 2006). Сложные захваты, точные удары и искусные удержания гладко проходят только в тренировочном зале в условиях контролируемой и управляемой ситуации. Условия реальной схватки на улице требуют более простых и эффективных способов боя. Грубая сила часто одерживает верх над ловкостью. Это объясняется тем, что противник был настроен решительно и использовал все свои физические и психологические силы, чтобы одержать победу, а жертва была парализована страхом и не использовала в полной мере свои психофизические возможности (В.В. Лялько).

Спорт – это особая организация бытия очевидная в рекордах и формальных достижениях. Есть результат – есть достижение (А.К. Белов, 2002). В любом спортивном бою нет, и не может быть «дыхания смерти», ощущения подлинной угрозы для своей жизни. Спортсмены-единоборцы доказывают судьям, зрителям и конечно, друг другу свою волю, силу, мастерство, но их спор между собой не является суровой необходимостью реального столкновения с настоящим вра-

ГОМ.

Реальность столкновения определяется не внешними обстоятельствами, а внутренней установкой участников схватки, целью, с которой они вступают в бой. Внешние условия легко заметить и оценить, они поддаются учету и классификации, внутренняя же установка остается незаметной. Этим и отличается любое спортивное единоборство от самообороны, то есть жесткой психологической установкой на уничтожение боеспособности противника. Во многих школах спортивных единоборств и боевых искусств, по традиции, начинают работу с двигательных рефлексов и, отталкиваясь от последних, переходят к сознанию и разуму.

Необходимо, напротив, начинать с осознания психологических установок, чтобы затем вывести их на подсознательный уровень и перевести в плоскость двигательных рефлексов (В.В. Шлахтер, 2002). Любой спортивный стиль, будь то рукопашный бой, саньда, тайский бокс или самбо – это правила, правила и еще раз правила, загоняющие бойцов в жесткие рамки. Из-за того, что победа на соревнованиях присуждается за действия в рамках определенных правил, цель спортсмена не победа сама по себе, а чистое, правильное и эффективное исполнение техники. Все это концентрирует внимание на оттачивании конкретной техники, а практика схваток, как на ринге, так и на борцовском ковре, быстро отбрасывает непрактичные и нерабочие приемы.

Наиболее эффективные техники боевого искусства были

разработаны именно в рамках спортивных стилей. Основной технический арсенал спортсменов вполне соответствует боевым требованиям. Удар ударом остается всегда, хоть на ринге, хоть на улице. Болевые и удушающие приемы борцов опасны в любом случае, суставы у всех одни, и дышать человеку нужно везде. Даже внешне безобидный бросок через бедро может привести к травме, особенно если его делают не на мягком покрытии, а на асфальте.

Один из основных минусов соревнований – это предсказуемость. При встрече спортсмен на 90% знает, чего ждать от вероятного противника, а оставшиеся 10% техники состоят из неожиданных комбинаций приемов и разного рода хитростей. Комбинации строятся по принципу шахмат: кто на большее число ходов умеет рассчитывать.

Беда спортивных стилей не в недостатке техники, которую они оттачивают, а в том, что узкие рамки соревнований не готовят к нестандартным для них ситуациям, которые могут возникнуть в реальном бою. Не смотря на виртуозное владение техникой, слишком часто адепты спортивных стилей в реальном бою оказываются не на высоте.

Дело в том, что бои по определенным правилам предполагают, что эти правила заранее оговорены и всем известны, а реальная схватка непредсказуема. В ней может случиться все, что угодно, начиная от появления второго человека, помогающего не вам, и, заканчивая применением всего, что попадает под руку.

Для того чтобы реагировать адекватно на такие изменения обстановки, психика и техника бойца должна быть предельно гибкой и адаптированной под любую ситуацию, что так не хватает современным спортсменам. Кто учил борца, что после проведенного им броска можно получить ботинком в пах от лежащего на полу противника? Или кто развеет боксера с соперником, повисшим у него на руках и не дающим нанести удар? Опротестовать результаты боя, предъявив претензии по применению запрещенных приемов, по покрытию, освещению, одежде, некому – судей нет.

В чем же основное отличие техник спортивных единоборств от штурмового боя? Техника спортивных единоборств *ограничена рамками правил* и условностей и приспособлена для ринга или татами. Боевая техника штурмового боя ГРОМ *обеспечивает безопасность в критической ситуации* и в этом ее цель и смысл.

Удары в боксе сильны, броски в самбо, дзюдо сокрушительны, но все они не подходят для реалий боя, т. к. готовят спортсменов к определенным условиям, движениям, физическим и психологическим нагрузкам, спортивным эмоциям, которые отличны от тех условий, какие могут оказаться в реальной ситуации. Умение бить ударные серии руками и хорошая физическая форма может не помочь против ножей или бейсбольных бит и не только из-за наличия самих этих предметов, а и из-за нахлынувших эмоций страха и неуверенности, которые сковали движения и не позволили при-

менить хоть что-то из изученного арсенала. Может даже и из-за самоуверенности, которая, столкнувшись с металлом и несколькими противниками, рассыпалась в пыль (многие спортсмены-единоборцы часто переоценивают свои силы).

Искусство штурмового боя ГРОМ состоит в том, чтобы выжить в любой ситуации и любой ценой. Учитывая непредсказуемость схватки, нужно не соревноваться с нападающим, а активно подавлять его волю и уничтожать боеспособность, используя гибкую программу действий.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.