

# **РУКОПАШНЫЙ БОЙ**

Книга 2

**Способы ведения боя холодным оружием**

## ОТ АВТОРОВ

Казалось бы, что в конце XX века, в период Господства огнестрельного и скорострельного оружия, снабженного оптическим и лазерным прицелами, говорить и спорить о пользе изучения выхватывания меча и метания различных предметов не имеет смысла, так как пуля летит намного быстрее метательного ножа, а быстро выхваченный револьвер позволяет остановить нападение противника на более далеком расстоянии, чем удар меча. И это так. Но изучение мгновенного обнажения и метания холодного оружия, о чем идет речь в этой книге, предназначено не для решения спорных вопросов о преимуществе одного вида оружия над другим, а, в силу традиции, для развития реакции глазомера, повышения чувствительности и координации в пальцах рук и лучезапястном суставе и для лучшего овладения огнестрельным оружием, так как мгновенный захват рукояти меча идентичен захвату за револьверную или пистолетную рукоять, а умение поражать цель различными метательными снарядами будет способствовать приобретению навыка прицеливания из оружия ближнего и дальнего боя.

ЧАСТЬ I  
ТЕХНИКИ ЗАЩИТЫ И НАПАДЕНИЯ  
С ПРИМЕНЕНИЕМ НОЖА

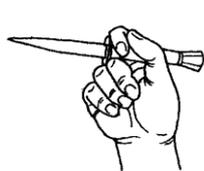
ГЛАВА 1  
АТАКУЮЩИЕ И ЗАЩИТНЫЕ ДЕЙСТВИЯ  
ПОСЛЕ ВЫХВАТЫВАНИЯ НОЖА

**Урок 1**

1. Разминка.

2. Разучить упражнения для повышения чувствительности пальцев и улучшения согласованности движений рук в лучезапястных суставах в приемах с ножом:

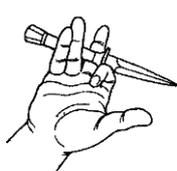
а) вращение рукоятки ножа между пальцами (рис. 1–6);



*Рис. 1*



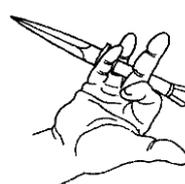
*Рис. 2*



*Рис. 3*



*Рис. 4*



*Рис. 5*



*Рис. 6*

б) переброс ножа из руки в руку перед собой (рис. 7);

в) переброс ножа из руки в руку за спиной (рис. 8);

г) переброс ножа из руки в руку над головой (рис. 9);

д) перехват ножа острием вперед, острием вниз (рис. 10, 11);

е) переброс ножа вокруг кисти с перехватом одной рукой (рис. 12, 13);



*Рис. 7*



*Рис. 8*



*Рис. 9*



Рис. 10



Рис. 11



Рис. 12



Рис. 13

ж) переброс ножа вокруг кисти с бросающей руки в другую руку (рис. 14–16);



Рис. 14



Рис. 15



Рис. 16

з) вращение ножа в ладони «восьмеркой» в горизонтальной плоскости (рис. 17–20).



Рис. 17



Рис. 18



Рис. 19



Рис. 20

3. Разучить атакующие действия после выхватывания ножа, висящего на поясе.

Партнеры стоят друг против друга. Атакующий правой рукой выхватывает из висящего на поясе чехла нож и коротко, без замаха имитирует колющий удар в грудь партнера (рис. 21, 22).

Выполнить 20 раз, попеременно меняясь ролями.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

От авторов.....	1262
ЧАСТЬ I Техники защиты и нападения с применением ножа	1263
Глава 1 Атакующие и защитные действия после выхватывания ножа	1263
Глава 2 Способы защиты ударами по суставам от атакующих действий ножом	1269
Глава 3 Применение техники бросков для защиты от атак ножом	1274
Глава 4 Освобождение от захватов при попытке проведения защитных действий	1280
Глава 5 Повторные атаки ножом после попыток проведения защитных действий с болевыми приемами	1285
Глава 6 Освобождения от захватов при попытке проведения защитных действий с помощью болевых приемов	1291
Глава 7 Способы освобождения атакующей руки от захватов как контртехника при попытке обезоруживания	1296
Глава 8 Прорывы и обходы защит партнера при атакующих действиях ножом	1301
Глава 9 Изучение обманных действий ножом	1305
Глава 10 Совершенствование обманных технических действий ножом	1316
Глава 11 Дальнейшее совершенствование обманных технических действий ножом, защиты против них	1322
Глава 12 Техника фехтовальных защит ножом против атакующих действий ножом	1327
Глава 13 Защита предплечьем против атакующих действий ножом с последующим проведением контратаки	1333
Глава 14 Приемы самозащиты захватом за плоскость ножа	1338
Глава 15 Приемы защиты скручиванием и перебиванием суставов, акробатические уходы, повторные атаки и защиты против них	1356
Глава 16 Приемы защиты против комбинированных действий ножом	1375
Глава 17 Защитные технические действия против комбинационных ударов ножом	1385
ЧАСТЬ II Техники метания	1406
Глава 1 Сюрикен-дзюцу — техника метания звезд, заточек, стрелок и других предметов	1406
Глава 2 Ближний бой с использованием сюрикена	1426
Глава 3 Способы метания звезд стоя на месте	1427
Глава 4 Попеременное метание звезд в движении	1432
Глава 5 Комбинированное метание звезд	1438
Глава 6 Парное метание звезд в цель	1443
Глава 7 Способы метания звезд с колен	1448
Глава 8 Метание звезд в падении	1453
Глава 9 Метание звезд после выполнения акробатических упражнений	1458
Глава 10 Метание заточек	1464

Глава 11 Метание стрелок	1470
Глава 12 Метание ножа	1475
Глава 13 Метание ножа с выхватыванием из различных мест	1480
Оглавление	1485