

ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ ПОГРАНИЧНЫХ ВОЙСК МВД СССР  
ОТДЕЛ БОЕВОЙ ПОДГОТОВКИ

КОМПЛЕКСЫ  
КОНТРОЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ  
САМОЗАЩИТЫ БЕЗ ОРУЖИЯ  
(«САМБО»)

---

Москва—1956 год

## **ВВЕДЕНИЕ**

Слово «САМБО» составлено из первых трех букв слова «САМозащита» и начальных букв слов «Без Оружия».

«САМБО» — новый вид борьбы, сложившийся на основе обобщения самобытной техники национальных видов спортивной борьбы народов нашей Родины.

«САМБО» состоит из системы приемов защиты и нападения без применения оружия против нападающего с холодным или огнестрельным оружием, а также без оружия.

Спортивный раздел состоит из приемов борьбы и культивируется как вид спорта, имеющий целью выработать у занимающихся этим видом спорта высокие физические и моральные качества (ловкость, быстрота, сила, выносливость, смелость и др.)

Боевой раздел состоит из специальных приемов, имеющих назначение обезоружить и захватить противника, нападающего с оружием или без оружия.

Приемы «САМБО» могут применяться:

- а) с целью захвата противника живым в различных условиях обстановки;
- б) как средство самозащиты при внезапном нападении противника с дальнейшим его обезоруживанием;
- в) с целью уничтожения противника при невозможности его захвата живым.

Обычно боевые приемы «САМБО» применяются в тех случаях, когда использование оружия становится невозможным или нецелесообразным.

Предлагаемые для изучения боевые приемы «САМБО» сведены в три комплекса контрольных упражнений, составленных с учетом их важности для пограничной службы.

В комплексы контрольных упражнений включены следующие приемы:

- в первый — приемы, применяемые для обезоруживания, задержания, обыска и связывания;
- во второй — приемы освобождения от захватов противника и ответные действия; удары, защита от них и ответные приемы;
- в третий — защита от нападения противника, вооруженного холодным и огнестрельным оружием, броски и взаимная выручка.

### **Организационно-методические указания по обучению боевым приемам «САМБО»**

Основной формой занятий при обучении приемам является учебное занятие (часовой урок) учебно-тренировочного характера.

Местом для проведения занятий может быть: в летних условиях — обычная площадка, лужайка, а для отработки бросков и падений — яма с песком или опилками; в зимнее время — комната без посторонних предметов. Для отработки бросков и падений обязательно иметь маты.

При проведении занятий необходимо иметь следующий инвентарь:

1. Ножи (кинжалы) деревянные на 50% обучаемых.
2. Пистолеты деревянные на 50% обучаемых.
3. Веревки 2 м длиной (концы, наручники) на 50% обучаемых.
4. Мешки с опилками (4—5) для обучения ударам. Инвентарь изготавливается своими силами из подручных средств.

Форма одежды в начале обучения повседневная — облегченная: без головного убора и поясного ремня. Когда приемы изучены, дальнейшее совершенствование и тренировку проводить в полном снаряжении.

Для обеспечения безопасности занимающихся и достижения высокого качества занятий руководитель должен учесть следующее:

1. При изучении приемов занимающихся разбить по парам, приблизительно равным по весу и росту.

2. Занимающиеся выстраиваются друг против друга попарно, интервал между парами не менее 2-х метров.

3. Не допускать к занятиям в грязном белье, с длинными ногтями, а также имеющих кожные заболевания.

4. Все приемы выполнять по команде, в следующей последовательности: сначала проводят прием первые номера, потом вторые.

5. Все приемы надо проводить как в правую, так и в левую сторону, с правой и левой руки.

6. К изучению бросков переходить после изучения приемов правильного мягкого падения.

7. Во время проведения бросков первые номера должны страховать вторые номера захватом за одежду, своевременно отпуская руку партнера для принятия самостраховки.

8. При изучении приемов занимающиеся не должны оказывать друг другу сопротивления.

9. Болевые и удушающие приемы проводить плавно, без рывков. По сигналу товарища «есть» или при двукратном хлопке по телу проводящего прием, последний должен ослабить захват или отпустить с захвата.

10. При изучении приемов и тренировке изученных комплексов руководствоваться методическими указаниями Наставления по физической подготовке Советской Армии и Военно-Морских Сил, 1954 г., ст. ст. 25—32.

## КОМПЛЕКС КОНТРОЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ № 1

*Приемы обезоруживания, задержания,  
обыска, связывания и конвоирования*

### ПРИЕМЫ ОБЕЗОРУЖИВАНИЯ ПРОТИВНИКА ПРИ ПОПЫТКЕ ДОСТАТЬ ОРУЖИЕ В МОМЕНТ ПРОВЕРКИ ДОКУМЕНТОВ

#### Прием № 1. Рычаг кисти наружу

**Применяется**, когда противник пытается достать оружие вместо документа из внутреннего кармана верхней одежды.

*Краткое описание приема*

Захватить двумя руками за кисть противника с одновременным нанесением удара ногой в промежность, рывком на себя и наружу выкрутить руку противника и отобрать оружие.

*Порядок, обучения*

**По команде «делай — РАЗ»** — с шагом левой ногой вперед, захватить правой рукой снизу, а левой рукой сверху кисть противника и одновременно нанести удар правым коленом в промежность или носком ноги по голени (фото № 1 и № 2).

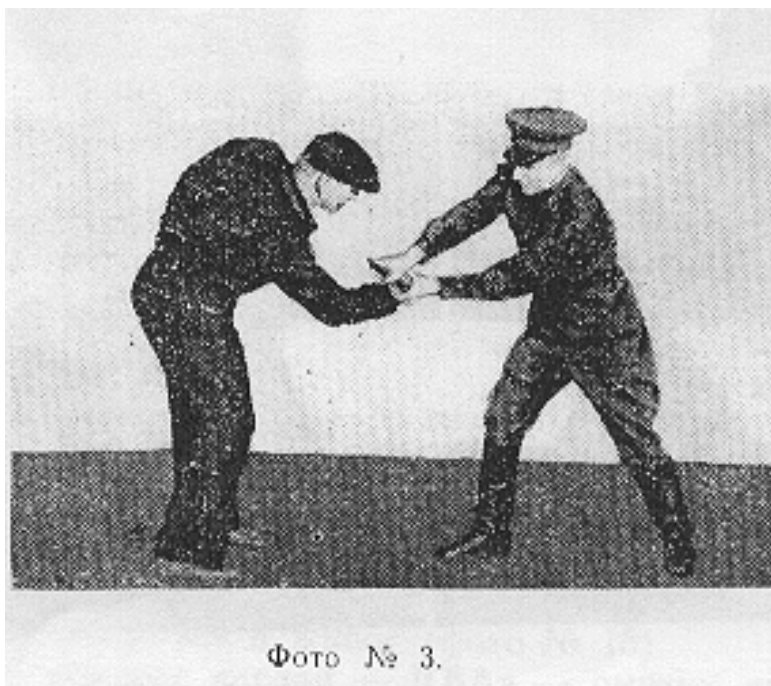
**По команде «делай — ДВА»** — рывком потянуть руку противника на себя и наружу (влево) с одновременным надавливанием большими пальцами в основание мизинца и безымянного пальцев (фото № 3).



Фото № 1.



Фото № 2.



### **Прием № 2. Загиб руки за спину**

**Применяется**, когда противник пытается достать оружие вместо документа из кармана брюк.

#### *Краткое описание приема*

Захватить двумя руками предплечье и плечо противника, сильным рывком на себя сделать загиб руки за спину и отобрать оружие.

#### *Порядок обучения*

**По команде «делай — РАЗ»** — с шагом левой ногой вперед захватить левой рукой правую кисть противника, правой рукой за одежду на уровне локтя (фото № 4).

**По команде «делай — ДВА»** — сильно потянуть противника на себя правой рукой, левой рукой завести его кисть за спину. Резко повернуться на левой ноге направо кругом, продеть свою левую руку под предплечье его правой руки и плотно захватить пальцами сверху за локтевой сгиб, правую ногу поставить назад и вправо, плотно прижимаясь своим левым плечом к его правому боку (фото № 5).

**По команде «делай - ТРИ»** - правой рукой обхватить ствол оружия и выкрутить в сторону большого пальца, направляя ствол оружия от себя. Если при проведении приема оружие остается в кармане противника, следует, не отпуская с захвата, своей правой рукой достать оружие.

### **ПРИЕМЫ ЗАДЕРЖАНИЯ ПРИ ПОДХОДЕ СПЕРЕДИ И СЗАДИ**

#### **Прием № 1. Загиб руки за спину при подходе спереди.**

**Применяется** при задержании противника, находящегося спереди и повернутого лицом вперед или боком.



Фото № 4.



Фото № 5.

### *Краткое описание приема*

Захватить двумя руками (сцепить пальцы «в замок») за правую руку противника, потянуть его на себя и с поворотом направо кругом сделать загиб руки за спину.

### *Порядок обучения*

**По команде «делай — РАЗ»** - с шагом левой ногой вперед продеть левую руку между правым предплечьем и корпусом (ниже локтевого сгиба) противника, правую руку перенести выше локтевого сгиба и соединить обе кисти пальцами «в замок» (фото № 6).

**По команде «делай — ДВА»** — сильно потянуть противника на себя и с



Фото № 6.



Фото № 7.

поворотом на левой ноге направо кругом сделать загиб руки за спину (фото № 7). Правой рукой захватить ворот, одежды или волосы противника и не дать ему возможности сделать кувырок вперед с целью освобождения от захвата.

## **Прием № 2. Загиб руки за спину при подходе сзади**

**Применяется** при задержании противника, находящегося впереди на месте или в движении и повернутого спиной.

### *Краткое описание приема*

Захватить своей правой (левой) рукой правую (левую) руку противника за запястье, одновременно другой рукой сильным толчком вперед в локтевой сгиб сделать загиб руки за спину.



### *Порядок обучения*

По команде «делай — РАЗ» — с шагом левой ногой вперед и вправо к правой ноге противника захватить своей правой рукой запястье его правой руки, ладонь левой руки наложить на локоть (фото № 8).

По команде «делай — ДВА» — правой рукой сильно потянуть правую руку противника на себя, а левой надавить на локоть от себя и сделать загиб руки за спину. Правой рукой захватить за ворот одежды или волосы противника (фото № 9).

## **Прием № 3. Удушение захватом горла плечом и предплечьем**

**Применяется**, когда противник повернут спиной, стоит на месте или находится в движении.

### *Краткое описание приема*

С захватом сзади плечом и предплечьем с одновременным ударом ногой в подколенный сгиб навалить противника на себя и захватить за горло.

### *Порядок обучения*

**По команде «делай — РАЗ»** — с шагом левой ногой вперед правой рукой захватить за ворот, волосы или глазные впадины противника, одновременно правой ногой надавить на правый подколенный сгиб и отклонить голову назад (фото № 10).

**По команде «делай — ДВА»** — правой рукой обхватить горло противника так, чтобы локоть оказался против его подбородка, левой рукой захватить свое правое запястье и с одновременным наваливанием противника на себя сжать предплечье и плечо (фото № 11).



Фото № 10.



Фото № 11.

## **ПРИЕМЫ ОБЫСКА**

Обыск противника рекомендуется проводить в трех основных положениях в зависимости от условий обстановки.

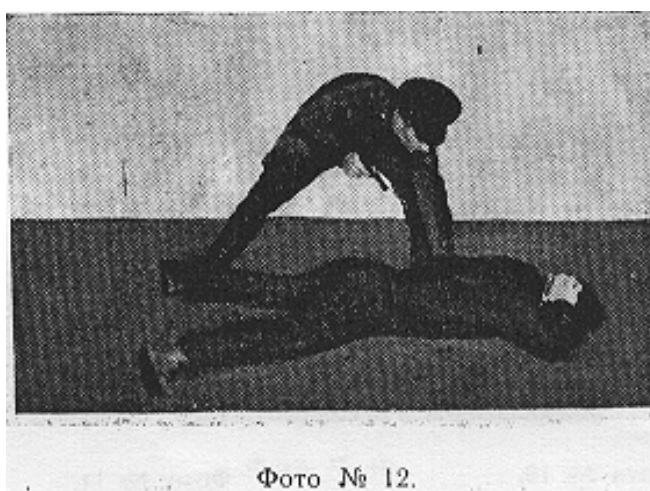


Фото № 12.

### ***1. Обыск противника в положении лежа***

Силой оружия повернуть противника кругом, положить лицом вниз, заставить заложить руки за голову и сцепить пальцы, а ноги развести как можно шире.

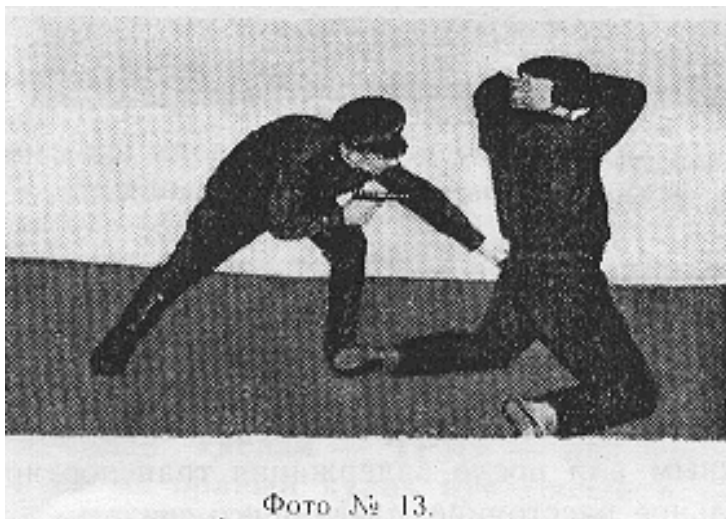


При обыске не перешагивать через лежащего противника и исключить возможность захвата им оружия или руки (фото № 12).

## ***2. Обыск противника в положении стоя на коленях***

Силой оружия повернуть противника кругом, заставить заложить руки за голову и встать на колени.

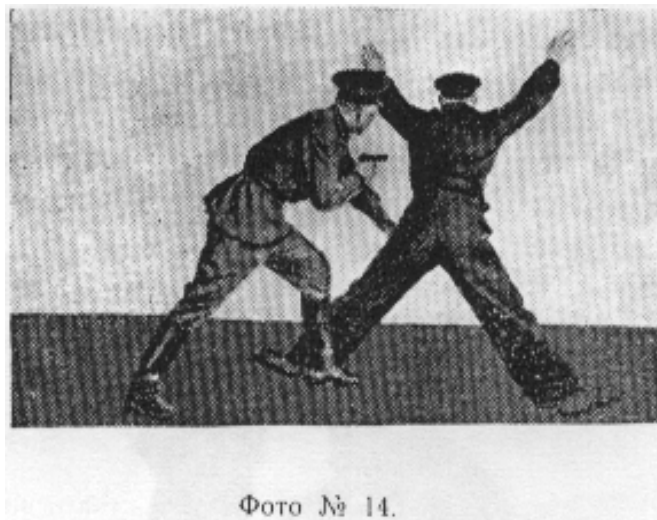
В этом положении обыск производить стоя сбоку. При обыске нагрудных карманов руку через плечо не переносить и между ног противника не становиться (фото № 13).



## ***3. Обыск противника в положении стоя с упором руками о стену или другое препятствие***

Силой оружия повернуть противника кругом, заставить поднять руки вверх, подвести к стенке (или др. препятствию), заставить упереться руками и расставить ноги как можно шире и дальше от стены.

В этом положении обыск производить стоя сбоку, руку через плечо не переносить и между ног не становиться (фото № 14).



## СВЯЗЫВАНИЕ

Во всех случаях, когда противника необходимо доставить живым или после задержания транспортировать на значительное расстояние, следует его связать.

### *Связывание в положении лежа*

**Применяется** при нападении противника и попытке удушения за горло.

**Выполняется:**

Захватить правой рукой правую руку противника сверху так, чтобы большой палец упирался в основание большого пальца кисти противника, левой рукой ударом под локоть повернуть захваченную руку внутрь и перевеет ее под свою левую подмышку. Выкручиванием руки наклонить противника, одновременно свою левую ногу поставить ближе к его правой ноге, а правую назад и вправо так, чтобы его плечо упиралось в ваше левое колено, левой рукой надавить на локоть противника (фото № 15—16).

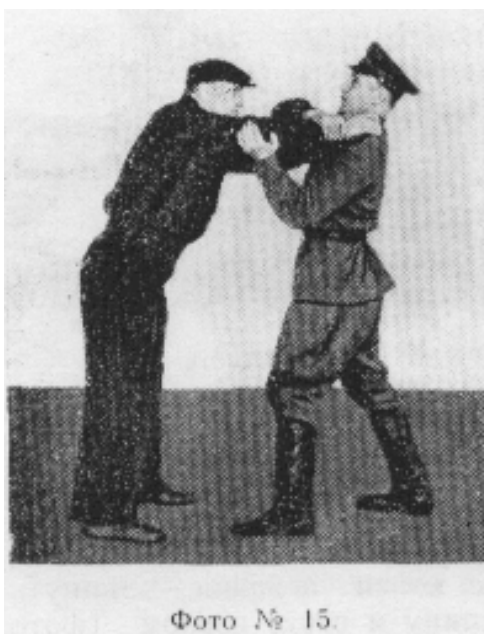


Фото № 15.



Фото № 16.



Фото № 17.

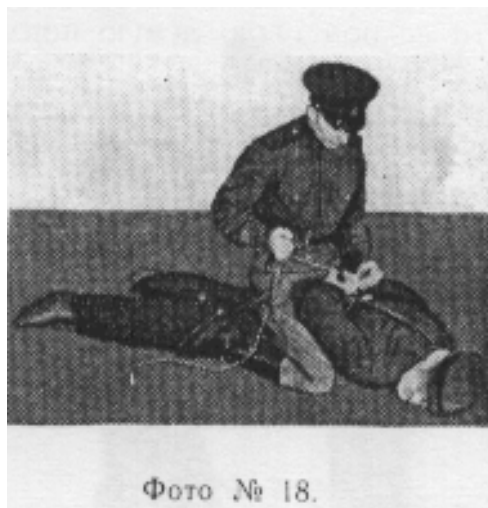


Фото № 18.

Чтобы положить противника и перейти к связыванию, нужно шагнуть левой ногой вперед и навалиться левым боком на правое плечо противника и заставить его лечь, самому сесть рядом.

Слегка отклонить корпус и сделать загиб руки за спину. Болевым дожимом предплечья заставить противника вытянуть левую руку вверх.

Достать концы (снять брючный ремень), надеть петлю на правое запястье, свободный конец веревки перекинуть

через левое плечо противника и пропустить под правую подмышку (фото № 17).

Убрать левую ногу назад, правое колено подвести под его правый локоть. Натянуть конец веревки, закинуть свою левую ногу через его спину и сесть верхом (фото № 18).

Болевым дожимом заставить его подать левую руку. Соединить руки запястьями и связать их, обмотав дважды вокруг рук, пропустить конец между запястьями справа налево и слева направо, дважды, образуя восьмерку, свободный конец затянуть петлей. Поднять противника для конвоирования.

## КОМПЛЕКС КОНТРОЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ № 2

*Самостраховка при падении на бок.  
Приемы освобождения от захвата  
и ответные приемы. Удары, защита  
от ударов и ответные приемы*

### ПРИЕМЫ САМОСТРАХОВКИ

**Применяются,** когда проводятся броски при изучении приемов связанных с падением.

Местом для изучения падений может быть лужайка с густым травяным покровом, яма с песком или опилками, специальные маты.

#### *Падение на левый и правый бок*

##### *Краткое описание приема*

Из положения стоя, сгибая колени, сесть ближе к пяткам и перекатом на левый бок и ударом левой руки смягчить падение.

##### *Порядок обучения*

1. По команде «**делай — РАЗ**» — принять конечное положение при падении на левый бок: левую ногу согнуть в колене и подтянуть к груди, правую поставить на полную ступню скретно перед левой. Корпус согнуть вперед, подбородок прижать к груди. Прямую левую руку положить на землю ладонью вниз ближе к левому колену. Правую руку поднять вверх (фото №1).

По команде «**делай — ДВА**» — принять положение сидя (фото № 2).

2. По команде «**делай — РАЗ**» — принять конечное положение при падении на правый бок (аналогичное положение при падении на левый бок).

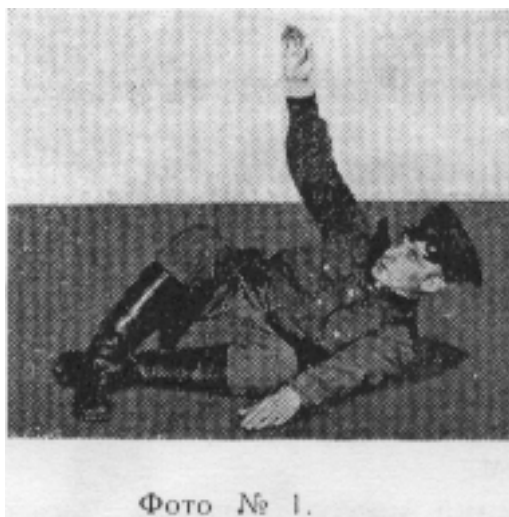


Фото № 1.

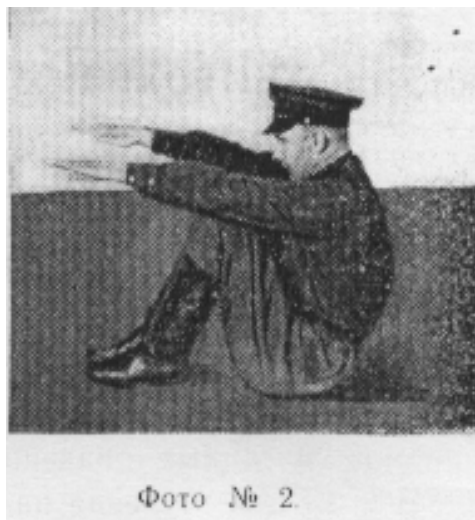


Фото № 2.

По команде «делай — ДВА» — принять положение сидя.

3. По команде «делай — РАЗ» — упасть на левый бок и проверить правильность положения.

По команде «делай — ДВА» — перекатиться на правый бок и проверить правильность положения (проделать несколько раз).

4. Проделать падение па левый и правый бок из положения приседа, полуприседа и стоя (фото ,МЪ№ 3,4,5).



Фото № 3.



Фото № 4.



Фото № 5.

## ПРИЕМЫ ОСВОБОЖДЕНИЯ ОТ ОБХВАТОВ И ОТВЕТНЫЕ ПРИЕМЫ

**Прием № 1. Освобождение от обхвата корпуса спереди** Применяется, когда противник обхватил корпус вместе с руками или без них.

### *1. Обхват корпуса и рук*

Ответные действия. Нанести противнику резкий удар носком по голени или в промежность носком или коленом и освободиться от обхвата (фото № 6).



Фото № 6.



Фото № 7.

## **2. Обхват одного корпуса**

**Ответные действия.** Надавить большими пальцами рук в глазные впадины, в основание носа или на горло и освободиться от обхвата (фото №7).

### **Прием № 2 Освобождение от противника при захвате двумя руками за горло и попытке удушения**

**Применяется,** когда противник захватил кистями рук за горло с попыткой удушения.

#### *Краткое описание приема*

При захвате за горло и попытке удушения захватить правой рукой сверху правую руку противника, левой рукой ударом под локоть правой руки резко повернуть захваченную руку внутрь, наклонить противника к своему левому колену, перейти на загиб руки за спину и конвоировать.

#### *Порядок обучения*

**По команде «делай — РАЗ»** — обозначающий противника двумя руками обхватывает горло. Обороняющийся захватывает правой рукой сверху правую руку противника так, чтобы большой палец упирался в основание большого пальца противника, одновременно мякотью левой кисти упирается под локоть правой руки (фото № 8).

**По команде «делай — ДВА»** — повернуть захваченную руку внутрь (слева направо), одновременно толчком левой руки перевести руку противника под свою левую подмышку и наклонить его так, чтобы правое плечо плотно упиралось в ваше левое колено (фото № 9).

**По команде «делай — ТРИ»** — сделать загиб руки за спину, правой рукой захватить за ворот одежды, волосы или глазные впадины и конвоировать (фото № 10).



Фото № 8.



Фото № 9

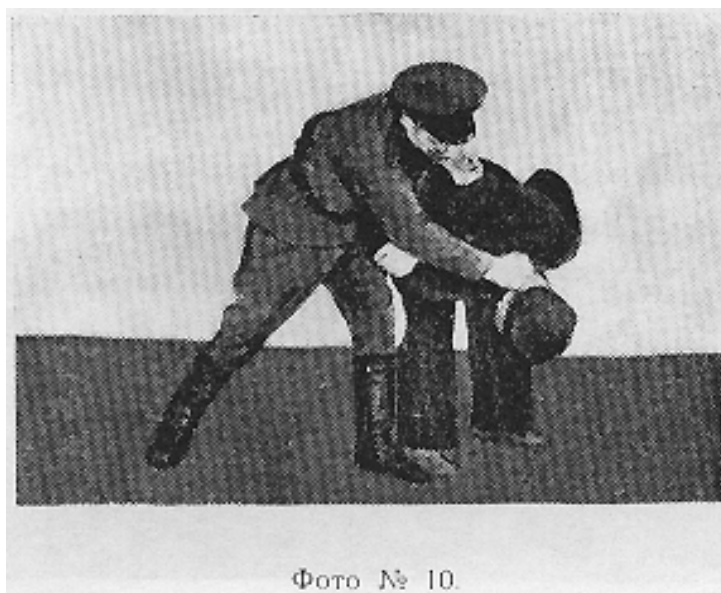


Фото № 10.

### **Прием № 3. Освобождение от захвата сзади и попытке удушения плечом и предплечьем**

Применяется, когда противник сзади захватил горло плечом и предплечьем и пытается задушить.

#### *Краткое огибание приема*

При захвате и попытке удушения захватить руку противника двумя руками, ударить каблуком по голени и резко наклонясь вперед, перебросить противника через себя, ногой сверху нанести удар по голове.

#### *Порядок обучения*

**По команде «делай — РАЗ»** — при обозначении захвата сзади и удушения захватить двумя руками за правую руку противника с одновременным нанесением удара назад каблуком по колену (голени) (фото № 11).

**По команде «делай — ДВА»** — резко наклониться вперед и с выпрямлением ног в коленях оторвать противника от земли (проделать несколько раз) (фото № 12).



Фото № 11.



Фото № 12.



По команде «делай — ТРИ» — перебросить противника через себя и обозначить по лежащему удар каблуком сверху по голове (фото № 13).



Фото № 13.

## **УДАРЫ РУКОЙ, НОГОЙ И ГОЛОВОЙ, ЗАЩИТА И ОТВЕТНЫЕ ПРИЕМЫ**

### ***Удары рукой***

#### **Прием № 1. Удары кулаком, прямо, сбоку, снизу (спереди и сзади)**

Кисть сжать в кулак и повернуть так, чтобы кисть была продолжением предплечья, а нижние фаланги пальцев составляли площадку повернутую в направлении удара.

Прямой удар наносится в челюсть, горло, шею (сзади), живот (солнечное сплетение), в область почек (фото № 14).



Фото № 14.



Фото № 15.





Фото № 16.

Удар сбоку наносится в челюсть, плечо, живот, в область печени (фото № 15).

Удар снизу наносится в промежность, живот (фото № 16).

Удары должны наноситься резко и быстро в чувствительные места человеческого тела.

### **Прием № 2. Удар ногой**

Удары ногой наносятся носком, каблуком, ступней в сочетании с проведением приемов, а также по лежащему противнику, сброшенному на землю.

Удар можно наносить коленом в промежность, когда противник находится вплотную.

Удары ногой наносить в голень, колено, промежность (фото № 17).

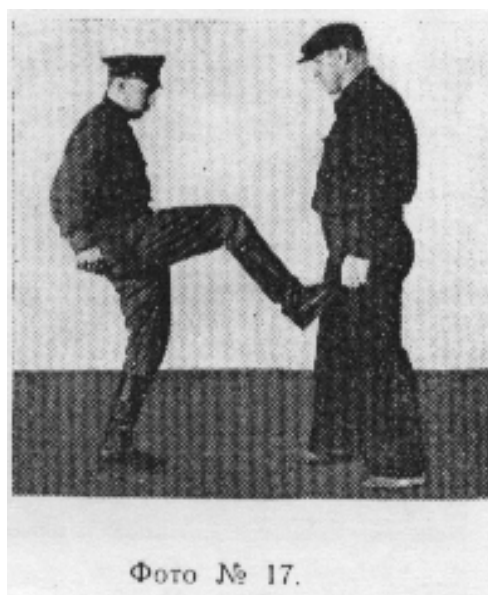


Фото № 17.



Фото № 18.

### **Прием № 3. Удар головой**

Применяется в рукопашной схватке.

#### *Краткое описание приема*

Захватить противника двумя руками за рукава одежды, рывком потянуть на себя и вниз, одновременно повернуть голову налево (направо) и снизу вверх ударить в лицо противника (фото № 18).

## **ПРИЕМЫ ЗАЩИТЫ ОТ УДАРОВ РУКОЙ И НОГОЙ**

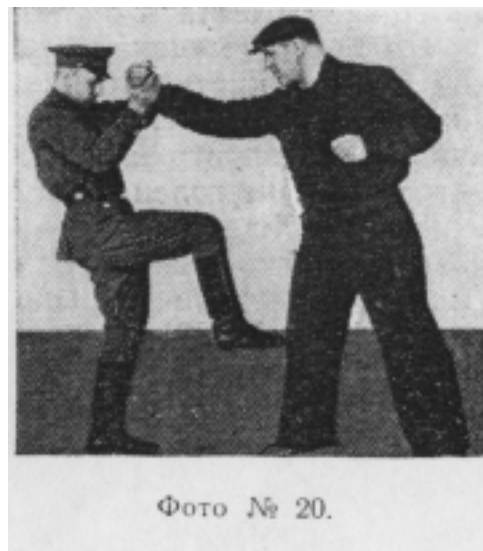
### **Прием № 1. Защита от прямого удара кулаком**

Применяется, когда противник наносит прямой удар правой рукой в лицо.

## ***Рычаг кисти наружу***

### ***Краткое описание приема***

С одновременным уходом вперед и влево ударом левой рукой по правой руке противника и с захватом за запястье уйти из под удара. Правой рукой захватить кисть противника и с шагом левой ногой назад выкрутить кисть наружу.



### ***Порядок обучения***

**По команде «делай — РАЗ»** — с шагом левой ногой вперед и влево (с разворотом носка ноги вправо), кистью левой руки отбить правую руку противника вправо и пальцами захватить за запястье (фото № 19).

**По команде «делай — ДВА»** — захватить правой рукой правую кисть противника так, чтобы большой палец упирался в основание мизинца руки противника, левой рукой перехватит!)

за кисть так же, как правой, и нанести удар ногой по голени или в промежность (фото № 20).

**По команде «делай — ТРИ»** — с шагом левой ногой назад сделать выкручивание захваченной кисти наружу (плечо и предплечье выкрученной руки под прямым углом) (фото № 21). Упавшему противнику нанести удар ногой в голову.

## **Прием № 2. Защита от удара кулаком сбоку или сверху.**

**Применяется**, когда противник наносит удар правой рукой сбоку или сверху.

### *Краткое описание приема*

С шагом левой ногой вперед и влево принять защиту левым предплечьем, одновременно захватить правой рукой за запястье правой руки противника с ударом ногой по голени или в промежность, сделать рычаг внутрь. Перейти на загиб руки за спину и конвоирование.

### *Порядок обучения*

**По команде «делай — РАЗ»** — с шагом левой ногой вперед и влево принять защиту левым предплечьем, правой рукой захватить запястье правой руки противника и обозначить удар ногой по голени или в промежность (фото № 22, 23).



**По команде «делай — ДВА»** — сильно потянуть противника на себя, с выкручиванием правой руки внутрь и захватом ее под левую подмышку сделать рычаг внутрь (фото № 24). Перейти на загиб руки за спину и конвоирование.

### Прием № 3. Защита от удара кулаком снизу

Применяется, когда противник наносит удар кулаком снизу в живот, челюсть.



*Краткое описание приема*

С шагом левой ногой вперед и влево принять защиту левым предплечьем, правой рукой захватить кисть противника. С шагом левой ногой назад и перехватом левой рукой за кисть сделать рычаг кисти наружу.

#### *Порядок обучения*

**По команде «делай — РАЗ»** — с шагом левой ногой вперед и влево принять защиту левым предплечьем. Правой рукой захватить правую кисть противника так, чтобы большой палец упирался в основание мизинца и обозначить удар ногой по голени или в промежность (фото № 25).

**По команде «делай — ДВА»** — с шагом левой ногой назад сделать дожим кисти наружу (фото № 26). Упавшему «противнику» обозначить удар ногой в голову или наступить на горло.

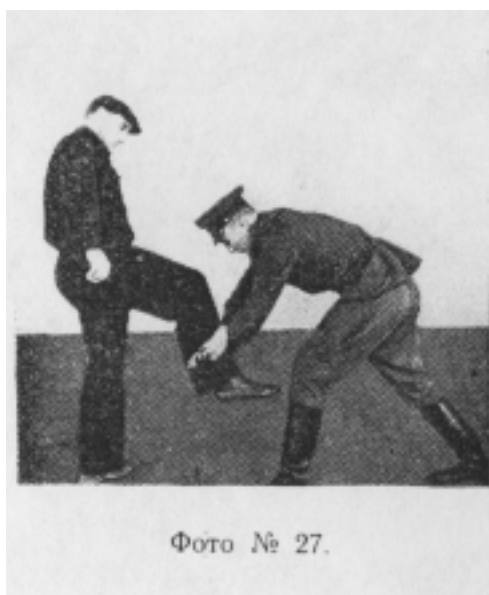


#### Прием № 4. Защита от удара ногой в промежность

**Применяется**, когда противник пытается нанести удар ногой в промежность.

##### *Краткое описание приема*

С шагом левой ногой вперед наклониться и поймать ногу в скрещенные руки. Захватить одной рукой пятку, а другой рукой за голень и под икроножную мышцу, рывком подтянуть противника за ногу вверх с выкручиванием и сбросить его лицом вниз на землю. Упавшему нанести удар ногой в промежность.



##### *Порядок обучения*

**По команде «делай — РАЗ»** — с шагом левой ногой вперед наклониться и остановить удар скрещенными руками, правая сверху (фото № 27).

**По команде «делай — ДВА»** — захватить правой рукой за каблук, левой рукой за голень и под икроножную мышцу. Рывком потянуть противника на себя и вверх, с поворотом захваченной ноги вправо бросить противника вниз, обозначить удар ногой в промежность (фото № 28).

## КОМПЛЕКС КОНТРОЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ № 3.

*Защита от нападения вооруженного  
холодным и огнестрельным оружием.  
Освобождение от захватов оружия.  
Броски и взаимная выручка.*

### **ЗАЩИТА, ОБЕЗВРЕЖИВАНИЕ И ЗАДЕРЖАНИЕ ПРОТИВНИКА, ПЫТАЮЩЕГОСЯ НАНЕСТИ УДАР НОЖОМ (КИНЖАЛОМ)**

Удары, наносимые ножом, имеют определенное направление и поэтому от них можно с успехом не только защищаться, но и впоследствии обезоружить и задержать противника. Определять направление предстоящего удара ножом можно по замаху. Но даже еще до замаха можно быстро определить, откуда противник будет наносить удар. Для этого надо внимательно посмотреть, как противник держит или вынимает нож. Если лезвие ножа противника отходит от его большого пальца руки, то удар будет нанесен снизу. Если же лезвие ножа противника отходит от его мизинца руки, то удар будет нанесен сверху.

#### **Прием № 1. Защита от удара ножом (кинжалом) сверху.**

**Применяется**, когда противник наносит удар ножом (кинжалом) сверху, держа его в правой руке.

#### *Краткое описание приема*

С выпадом вперед и влево принять защиту предплечьем левой руки, правой рукой захватить руку противника за запястье, надавливая левым плечом с выкручиванием внутрь правой руки противника сделать рычаг внутрь, и отобрать нож дожимом кисти. Перейти на загиб руки за спину и конвоирование.

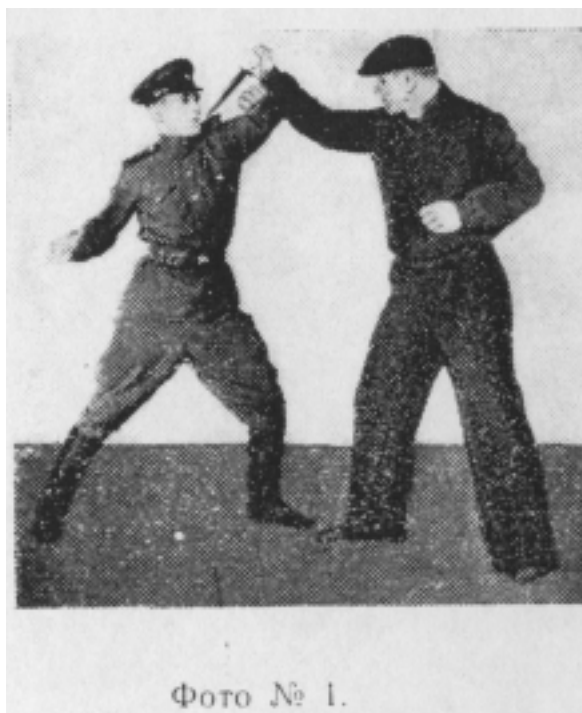


Фото № 1.



Фото № 2 и 3.

### *Порядок обучения*

**По команде «делай — «РАЗ»** — с выпадом левой ногой вперед и влево согнутой левой рукой в локте принять защиту так, чтобы левое предплечье упиралось в предплечье правой руки противника. Правой рукой захватить изнутри правое запястье противника как можно ближе к его кисти и обозначить удар в голень или промежность (фото № 1).

**По команде «делай — ДВА»** — левой рукой захватить правое предплечье противника, двумя руками выкрутить его во внутрь и захватить правое плечо под свою левую подмышку, провести рычаг внутрь (фото № 2).

**По команде «делай — ТРИ»** — отобрать нож дожимом кисти (фото № 3).

### **Прием № 2. Защита от удара ножом (кинжалом) снизу.**

**Применяется**, когда противник наносит удар ножом (кинжалом) снизу в живот, держа нож в правой руке.

### *Краткое описание приема*

С шагом левой ногой вперед скрещенными руками принять защиту, захватить правой рукой за одежду противника на уровне локтя и усилием двух рук на себя сделать загиб руки за спину. Дожимом кисти отобрать оружие.



Фото № 4.



Фото № 5.

### *Порядок, обучения*

**По команде «делай — РАЗ»** — с шагом левой ногой вперед скрещенными руками принять защиту (правая рука сверху) (фото № 4).

**По команде «делай — «ДВА»** — повернуть левую ладонь вверх, а правой кистью захватить сверху за одежду на уровне локтя.левой рукой отжать правое предплечье противника за его спину, а правой сделать сильный рывок на себя и загиб руки за спину (фото № 5).

**По команде «делай — ТРИ»** — наложить сверху правую руку на правый кулак противника и дожимом кисти отобрать нож (кинжал).

## ЗАЩИТА ОТ НАВЕДЕННОГО В УПОР ОГНЕСТРЕЛЬНОЮ ОРУЖИЯ (ПИСТОЛЕТА, РЕВОЛЬВЕРА)

### Прием № 1. Защита и ответный прием против наведенного в упор пистолета (револьвера)

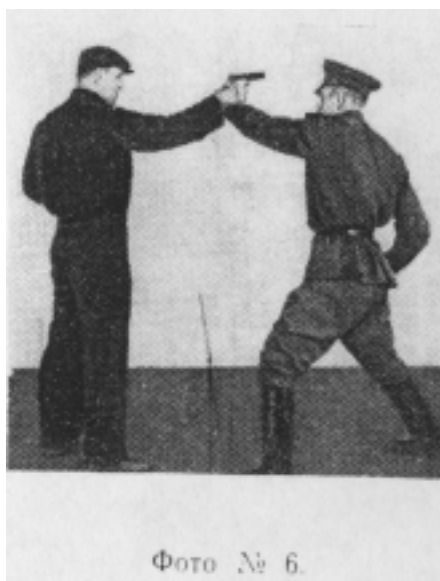
**Применяется**, когда противник успел обнажить пистолет (револьвер), направил в грудь и пытается произвести выстрел.

#### *Краткое описание приема*

С шагом левой ногой в сторону, поворотом направо и захватом правого запястья противника левой рукой отвести пистолет вправо от себя, правой рукой захватить кисть противника снизу и с шагом левой ногой назад сделать рычаг кисти наружу.

#### *Порядок обучения*

**По команде «делай — РАЗ»** — с шагом левой ногой в сторону и поворотом направо левой рукой захватить правое запястье противника и отвести пистолет вправо от себя (фото № 6).



**По команде «делай — ДВА»** — правой рукой захватить правую кисть противника снизу так, чтобы большой палец упирался в основание мизинца, а остальные пальцы плотно обхватывали пальцы противника. Перехватить левой рукой за кисть так, чтобы большие пальцы обеих рук упирались в основание мизинца. С шагом левой ногой назад потянуть противника на себя и сделать рычаг кисти наружу (фото № 7). Во время проведения приема ствол оружия должен быть повернут в сторону противника.

**По команде «делай — ТРИ»** — упавшему противнику нанести удар ногой по голове и отобрать оружие.



## **Прием № 2. Защита и ответный прием против наведенного в упор пистолета (револьвера)**

**Применяется**, когда противник направил пистолет (револьвер) в спину и пытается произвести выстрел.

### *Краткое описание приема*

С резким поворотом направо кругом отбить правым предплечьем руку противника.левой рукой захватить правое запястье, а правой рукой снизу за кисть и сделать рычаг кисти наружу.



### *Порядок обучения*

**По команде «делай — РАЗ»** — резким поворотом направо кругом отбить правым предплечьем руку противника вправо (фото № 8).

**По команде «делай — ДВА»** — левой рукой захватить правое запястье противника, правой-фукой снизу за кисть и сделать рычаг кисти наружу (фото № 9).

**По команде «делай — ТРИ»** — упавшему противнику нанести ногой удар по голове и отобрать оружие.

## **ОСВОБОЖДЕНИЕ ПРИ ЗАХВАТЕ ЗА ОРУЖИЕ**

### **Прием № 1. Освобождение при захвате за автомат**

**Применяется**, когда противник внезапно захватил автомат, висящий на шее.

### *Краткое описание приема*

При захвате за автомат, крепко удерживая оружие-руками, нанести удар носком ноги в промежность противника и рывком на себя освободиться от захвата.



### *Порядок обучения*

**По команде «делай — РАЗ»** — при захвате за оружие-обозначить удар носком правой ноги в промежность или по голени (фото № 10).

**По команде «делай — ДВА»** — с отходом назад рвануть на себя оружие и освободиться от захвата.

### *Самостраховка*

**Применяется** перед изучением бросков с целью научить обучаемых падать мягко без ушибов.

### *Падение на спину*

#### *Порядок обучения*

**1. Из положения сидя.** Согнуть ноги, колени ближе к груди, руки вытянуть вперед, подбородок прижать к груди. Сделать перекат на спину, не изменяя положения группировки, и вместе с касанием лопатками прямыми руками (ладонями вниз) ударить по земле (песок, опилки). Руки по отношению к корпусу держать под углом 45° (фото №11 и 12)

#### **2. Из положения приседа.**

**По команде «делай — РАЗ»** — упасть на спину и принять положение (фото № 12).

**По команде «делай — ДВА»** — принять положение-приседа. То же самое проделать из положения полуприседа и стоя (фото № 13 и 14). При обучении следить, чтобы занимающиеся не откидывались назад, не разводили широко руки и обязательно прижимали подбородок к груди.

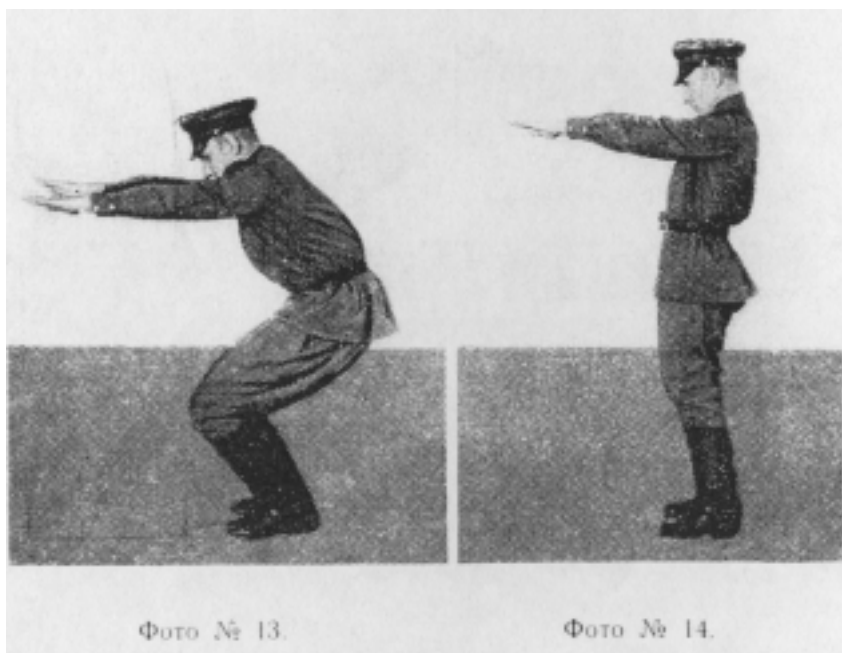


### *Бросок захватом двух ног.*

**Применяется** при рукопашной схватке.

#### *Краткое описание приема*

В момент захвата или нанесения удара противников быстро принять и захватить руками за подколенные сгибы, плечом упереться в живот, рывком ног на себя и вверх, разведя их в стороны, бросить противника на землю и нанести удар ногой в промежность.



### *Порядок обучения*

**По команде «делай — РАЗ»** — быстро присесть и захватить руками за подколенные сгибы ног противника, плечом упереться в живот (фото № 15).

**По команде «делай — ДВА»** — рывком ног на себя и вверх, разведя их в стороны, с одновременным толчком плечом в живот бросить противника на землю так, чтобы ступни его ног оказались под вашими подмышками, а кисти рук под икроножными мышцами, нанести удар носком ноги в промежность (фото № 16).



### *Взаимная выручка*

При выполнении служебных обязанностей может оказаться , что вовремя рукопашной схватки один из числа наряда будет сброшен противником на землю. В этом случае необходимо быстро применить к противнику прием «САМБО» и освободить товарища.

## Прием № 1. Выкручивание ступни противника

**Применяется,** когда противник в рукопашной схватке свалил одного из числа наряда, сидя верхом, душит или наносит удары.



### *Прием освобождения*

Захватить руками правую ступню противника (правой за носок, левой за пятку), резким движением выкрутить ступню носком наружу и освободить товарища.



## Прием № 2. Удушение плечом и предплечьем

**Применяется,** когда противник в рукопашной схватке свалил одного из числа наряда и, сидя верхом, душит или наносит удары.

### Прием освобождения

Стоя сзади, левой рукой захватить за волосы или глазные впадины противника, откинуть голову назад, правой рукой обхватить его горло так, чтобы локоть оказался против подбородка противника.левой рукой обхватить свое правое запястье, сжать предплечье и плечо и освободить товарища (фото № 18 и 19).

## Проверка и оценка по «САМБО»

Проверка выполнения приемов «САМБО» производится на практических занятиях, при этом проверяемый должен уметь провести прием с партнером, действующим за «противника».

При проверке каждому проверяемому назначаются для выполнения три приема.

Выполнение приема оценивается:

отлично — если прием проведен без технических ошибок и быстро;

хорошо — если прием проведен недостаточно быстро или была допущена одна техническая ошибка;

удовлетворительно — если при проведении приема были допущены две технические ошибки;

неудовлетворительно — если при проведении приема допущено более двух технических ошибок или прием не выполнен.

Примечание: технической ошибкой считается неправильный хват противника, потеря равновесия, неточная постановка ног, несогласованное действие рук, ног и корпуса (при условии одновременных; действий ими) и т. п.