

А.А. Кадочников  
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ  
ПОДГОТОВКА  
К РУКОПАШНОМУ  
БОЮ



Алексей Кадочников

**Психологическая подготовка  
к рукопашному бою**

«Неоглори»

**Кадочников А. А.**

Психологическая подготовка к рукопашному бою /  
А. А. Кадочников — «Неоглори»,

В книге представлены основные методы психологической подготовки, характерные для русского рукопашного боя. Теория и методика тренировки русского рукопашного боя направлена на самораскрытие природной естественности бойца, его врожденных свойств. Вот почему, с первых этапов обучения важна правильная психологическая подготовка, ориентированная на совершенствование морально-волевых качеств личности и овладение базовыми навыками психической саморегуляции.

© Кадочников А. А.

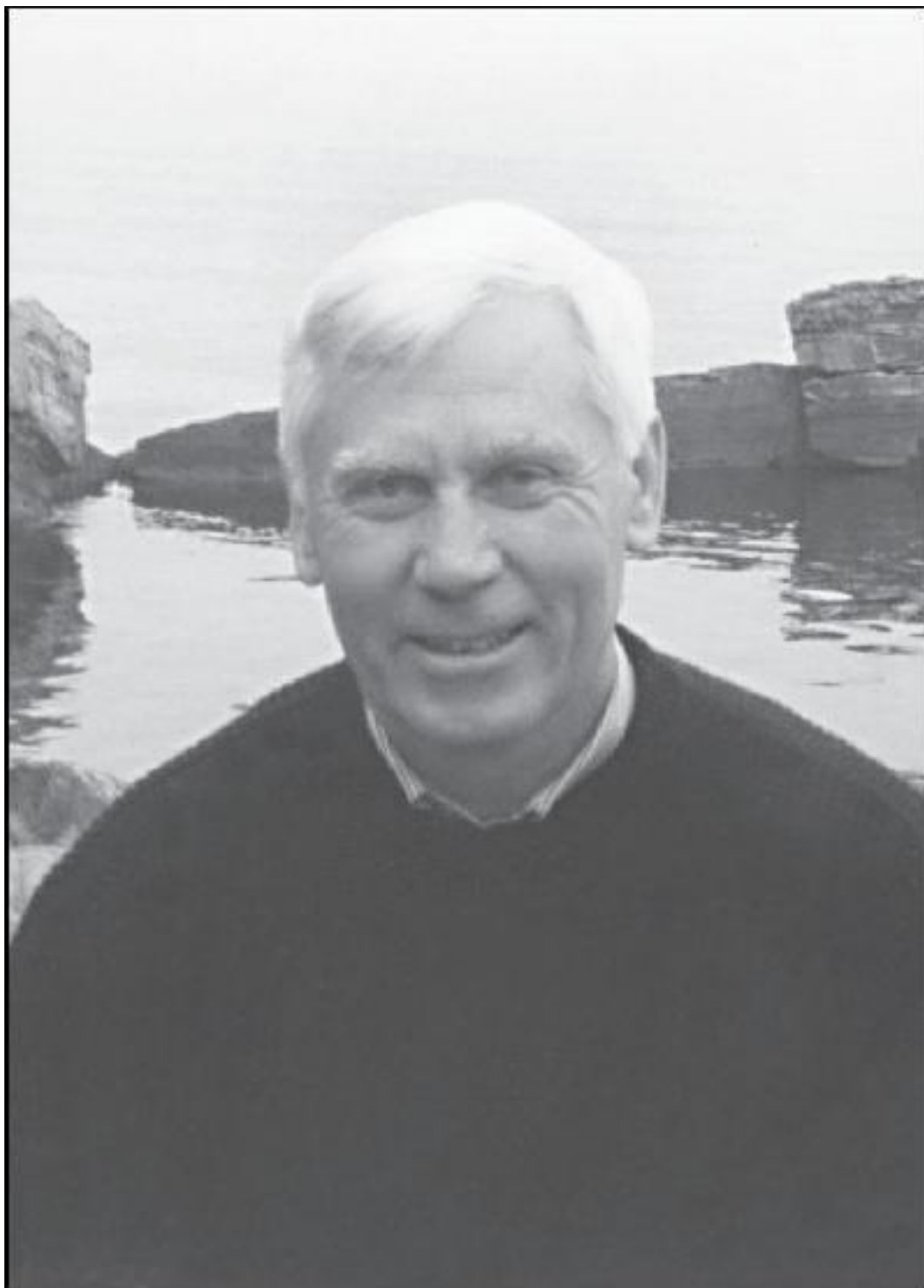
© Неоглори

# Содержание

Об авторе	5
Предисловие	7
Введение	11
Краткая история возникновения рукопашного боя	12
Зарождение рукопашного боя	12
Наши дальние предки	12
Оружие первобытных людей	13
Искусство рукопашного боя	15
Определения и классификация	15
Определения	16
Признаки классификации	18
Структура рукопашного боя	18
Любопытная информация	23
О состоянии человека в рукопашном бою	24
Сила духа, воля человека	26
Страх	27
Конец ознакомительного фрагмента.	29

**А.А. Кадочников**  
**Психологическая подготовка**  
**к рукопашному бою**

**Об авторе**



Кадочников Алексей Алексеевич родился в Одессе в 1935 году в семье военнослужащего – офицера ВВС.

С 1982 по 2002 год занимается научно-исследовательской деятельностью, которая проводится на базе Краснодарского военного училища ВВКИУ РВ МО. Научно-исследовательская деятельность А.А. Кадочникова была высоко оценена не только Министерством обороны, но и научным сообществом. С 1998 года А.А. Кадочников – действительный член Академии наук о Земле, с 1999 года – академик Академии естественных наук Российской Федерации по проблемам антропофеноменологии. Отмечен рядом правительственных наград, в том числе – Орденом Почета за заслуги перед Отечеством. По прикладным аспектам своих научных исследований в области рукопашного боя и специально-прикладных навыков проводил семинары для высшего руководства Министерства безопасности РФ и различных силовых структур. Внес большой вклад в разработку теории безопасности и жизнедеятельности человека. С 1962 года обучил и воспитал тысячи воинов-патриотов России. Сын Аркадий, молодой офицер, с честью продолжает дело отца. Многочисленные ученики А.А.Кадочникова внедряют в жизнь по всей России основополагающий принцип, которым он руководствуется всю свою жизнь, – «Служение и защита Родине – России».

## Предисловие

Начну со статистики.

В среднем по России за год в чрезвычайных ситуациях людей погибает:

- в походах и экспедициях – 250-300;
- при землетрясениях, наводнениях – 500-800;
- в техногенных авариях – 1000-1500;
- на воде – 9000-12000;
- в авариях на транспорте – 40000-45000;
- в криминальных происшествиях – 30000-32000;
- в результате самоубийств – 55000-65000(!);
- при прочих обстоятельствах – 3000-6000.

Итого: около 140-150 тысяч человек ежегодно в России погибает в результате несчастных случаев и чрезвычайных ситуаций.

Число раненых можно оценивать как 1:10, то есть на «порядок» больше. Приплюсуем к этому число инфарктов и инсультов (вообще не поддающихся статистике), которые можно считать прямым следствием социальных экстремальных ситуаций.

Не вдаваясь в статистику других стран, можно смело констатировать: в этой области мы тоже прочно «впереди планеты всей» и около 1 % населения уходит из жизни по этой причине.

Можно даже сравнить с «результатом» афганской войны – погибших примерно 2% от всего контингента, прошедшего через боевые действия.

Итак, наша повседневная жизнь по сравнению с боевыми действиями «всего» в 2 раза менее опасна! И на фоне подобной ситуации наше общество, наверное, наиболее пренебрежительно относится к проблеме обучения действиям в ЧС!

Вот где поле деятельности для исследователя и педагога! Но... с другой стороны, будет ли их деятельность рентабельна при таком количестве «печальных событий»? Наверное, это еще одно проявление «российского менталитета». Можно огорчаться, можно восхищаться, но обойтись сакраментальным «умом Россию не понять» уже не удастся.

Следует учесть, что реальные экстремальные условия зачастую представляют собой синтез нескольких сред. Какая из них будет определяющей – вопрос непредсказуемый! Подготовить же человека ко всем прогнозируемым условиям сразу – абсолютно нереально.

Поэтому, начиная подготовку человека к активному действию, невозможно и даже преступно было бы в начале определять сферу занятий человека, соответственно среду и разрабатывать специальное, узкоспецифическое снаряжение. Готовить надо к существованию во всех средах, то есть изучать и выделять принципы выживания, единые для всех сред.

Главным постулатом выживания, то есть живучести есть обязанность, возможность и необходимость сохранения своего здоровья, своих сил, своей жизни для решения более значимых задач.

Сегодня никто из нас не застрахован от катастроф, происшествий, от физического или психологического нападения в общественном месте, в транспорте и даже дома, и тогда наше здоровье и жизнь могут оказаться под угрозой. Ежедневно из средств массовой информации нам приходится узнавать об убийствах, грабежах, кражах, насилии, различных происшествиях, когда жертвами преступлений становятся не только «сильные мира сего», но все чаще и чаще рядовые граждане. В этой ситуации каждый должен использовать любой шанс, чтобы выжить.

Чтобы предупредить опасность или хотя бы свести до минимума ее возможные последствия, в настоящее время, пожалуй, как никогда раньше, важно знать и уметь применять эффективные средства самозащиты. Стержнем этих средств, на мой взгляд, должна стать пред-

лагаемая система – это и самозащита от экологических и техногенных катастроф, экономического хаоса в стране, психологических расстройств, болезней и травм и т.д.

Она помогает развивать и совершенствовать резервы тела и сознания, работать в соответствии со своими функциональными возможностями в данное время и в данном месте.

Система учит жизни через знание и предвидение, учит, как не попадать в критические ситуации, учит умению управлять внешними силами при попадании в критические ситуации, а не сопротивляться им.

По своей сути она является логическим продолжением системы подготовки древних воинов, позволявшей успешно преодолевать экстремальные ситуации военного времени.

Основываясь на целостном восприятии мира и человека, как частицы этого мира, знания законов психологии, а также на трудах Н.А. Бернштейна по экономизации движений, система позволяет добиваться максимального результата в каждой двигательной задаче при минимальных затратах энергии – что отвечает чаяниям среднестатистического россиянина.

Борьба за жизнь, борьба за существование есть главная движущая сила эволюционных изменений и развития живого мира. За время жизни одного поколения информационное состояние общества меняется несколько раз, чего раньше не было никогда за всю историю человечества. Качественно изменилась психология людей, мотивация их деятельности. Прошел век каменный, век пара, век электричества, атомный век, космическая эра, и вот новый прорыв – эпоха электронизации – компьютеризация. На протяжении многовековой жизни у человека воспитывалось чувство любви к Родине, героизм, мужество, стойкость, бесстрашие, сознание ответственности, готовность к самопожертвованию, сплочение перед лицом опасности.

Формы проявления героизма многообразны. Философия простая – защита Земли Русской. С Киевской Руси начинается история нашей страны. Защита ее от нападения врагов была защитой интересов русского народа. Сохранилась памятка славянскому воину, которая гласила, что слон у арабов, яд у аваров, конь у хазаров, терновник у болгар, корабль у варягов, панцирь у фрягов, сам у славян.

В период с 1055-1462 годы Русь претерпела 245 нашествий и внешних столкновений. Из 537 лет, прошедших со времени Куликовской битвы до окончания Первой Мировой войны славяне, т.е. русские провели в боях 334 года. По утверждению историков, для России с XIII по XVIII век состояние мира было скорее исключением, а война – жестоким правилом. Не лучшим образом складывалась обстановка и последние два века: нашествие Наполеона и Крымская война, внутренние междоусобицы и Великая Отечественная война, развал СССР, межнациональные конфликты, политическая и идеологическая борьба за превосходство чужих культур над русской, велась и ведется постоянно и по сей день. И то, что Россия сохранилась как государство, сохранила свою самобытную культуру, язык и территорию вышла из жестоких конфликтных ситуаций – это большая победа в эпохе народа России. Все эти явления обуславливаются живучестью нации, способной противостоять различным воздействиям, сохранить, т.е. восстановить полностью или частично боевые качества.

В данной книге я рассматриваю один только вопрос – единоборства: в частности «Рукопашный бой» – как оружие надежности, мощности, мобильности, независимости, как личную технику безопасности.

Рукопашный бой, подготовка к рукопашному бою, обсуждение этой темы, в последнее время часто находит освещение на страницах газет, журналов, различных пособий.

Если в недалеком прошлом предлагались различные методики только по восточным экзотическим единоборствам, то сейчас к ним прибавилась литература и по славянским направлениям.

Отечественный рукопашный бой преподавался лишь в узком кругу специалистов или засекреченных специальных подразделениях. Доступность изучения рукопашного боя появи-



лась в результате реорганизации Вооруженных Сил СССР, связанная с появлением новых высокотехнологических видов вооружений и новые взгляды на организацию боевой подготовки.

Сегодня в наших войсках сложилась ситуация, когда даже в частях специального назначения рукопашный бой свелся, в основном, к отработке комплексов РБ-1, РБ-2, РБ-3, да к показательным занятиям, которые проводятся по требованиям Наставления НФП – 1987 года, где широчайший арсенал боевых приемов сведен к минимуму и к тому же оторван от реальности, не имея абсолютно никакой практической направленности. И это при том, что по утверждениям еще К.Т. Булочки «Советские разведчики в одних только скрытых и бесшумных действиях, применяя холодное оружие и рукопашную борьбу, доставили в распоряжение командования Красной Армии не один десяток тысяч немецких солдат и офицеров», наши разведчики успешно применяли рукопашный бой при ведении разведки.

В отличие от нас, в вооруженных силах, спецслужбах иностранных государств подготовке рукопашному бою уделяется большое внимание, в частности – вопросам теории и практики ведения индивидуального группового рукопашного боя. В вооруженных силах США овладение навыками рукопашного боя выделено в самостоятельный предмет боевой подготовки. При обучении учитываются следующие факторы:

- групповая интеграция-сплоченность, товарищество, гордость, отношение к нации;
- физическая пригодность – возраст, тренированность, подвижность, восприимчивость;
- надежда и вера – религиозность, патриотизм, фанатизм;
- обученность – знания, прочность навыков, опыт, владение оружием, техника;
- качество личности – чувство своей ценности, способности в группе, лояльности к товарищам, самостоятельность, готовность к самопожертвованию, смелость, ум, чувство юмора;
- руководство – учет интересов группы, учет индивидуальных интересов, уровень потребности в руководстве, необходимость принуждения.

Поэтому появление многочисленной литературы, открытие различных школ и секций, в которых культивируются, в том числе и отечественные единоборства, можно только приветствовать.

С другой стороны прискорбно наблюдать отсутствие методического обеспечения. Одна часть тренеров – мастера спортивной борьбы, которым трудно психологически перестроиться от стереотипов, приобретенных в спортивных единоборствах, довлеющих на уровне подсознания, и отсутствие достаточного опыта владения боевым оружием и его применением в реальных условиях.

В понимании этой проблемы я согласен с взглядом Н.Н. Ознобишина, который еще в 1930 году отмечал: «Мы не отрицаем того, что системы эти (бокс, саватэ и джиу-джитсу), практикуемые для целей чистого спорта, представляют прекрасное средство развития выдержки и психологических качеств и в этом косвенно подготавливают бойца, но еще раз повторяем, реальной, прямой подготовки к серьезному столкновению они не дают». Реальный рукопашный бой в наше время – большая редкость – это первое. Второе – это то, что в тех редких случаях, когда такой бой возникал, наши офицеры и солдаты себя не посрамили.

Я не рассматриваю рукопашный бой как панацею от всех бед. Вопросы, связанные с ним, сместились в сторону, имеющую воспитательный эффект, развитие психологических, а также специальных физических качеств, необходимых для современного боя. В современном бою характерными являются действия в условиях больших физических, эмоциональных нагрузок и нервно-психологических напряжений при непосредственном контакте с противником, что приводит к возрастанию масштабности – пространственного размаха, скорости и динамичности изменения обстановки в острейшей борьбе за выигрыш времени в условиях возникновения различных внезапных сложных ситуаций. С этой точки зрения рукопашный бой становится незаменимой основой в нашей жизни.

Рукопашный бой подразделяют на: армейский, милицейский и спортивный. Корни его лежат далеко в историческом прошлом – славных победах наших соотечественников. Рукопашный бой является разделом системы выживания, ориентированный на сохранение боеспособности военнослужащего для выполнения поставленной задачи в боевой обстановке. Рукопашный бой – это не сама цель, – это способ для достижения основной цели.

Современный Рукопашный бой требует, чтобы были развиты максимальная экономичность, быстрота, ловкость, глубина и своевременность движений. Исходя из этого, выделяю специальную направленность подготовки к рукопашному бою, формирование оптимальных двигательных навыков, системы построения движений, а также специальных психологических качеств, основанных на использовании ресурсов подсознания.

## **Введение**

### **Что такое рукопашный бой**



## **Краткая история возникновения рукопашного боя**

### **Зарождение рукопашного боя**

Все на свете представляет собой строжайшую цепь причин и следствий. Все живет, непрестанно изменяется, развивается и гибнет...

Сама Вселенная, еще 200 лет назад считавшаяся олицетворением вечности и неизменности, на самом деле насыщена жизнью и изменяется буквально на наших глазах. За короткое время существования астрономической науки человечество стало свидетелем появления на свет новорожденных звезд-младенцев; познакомилось с гигантскими растущими и наливающимися блеском звездами-юношами. На фотопластинках обсерваторий запечатлены звезды-старухи – рубиновые карлики, съезжившиеся и стынувшие, отжившие на свете положенные им двадцать миллиардов лет. Тем более полна изменений живая природа.

Вся история живой природы – это непрекращающийся конкурс, на котором беспощадно отбрасывается прочь все слабое и нежизнеспособное. Побеждают те «находки и открытия» природы, которые укрепляют и усиливают их обладателя.

Мы знаем одну из важнейших побудительных причин этих непрестанных перемен в живой природе. Ее изменения, непрерывное развитие, движение вперед совершаются в условиях жестокой и безжалостной борьбы за жизнь.

### **Наши дальние предки**

Трудно вообразить себе промежуток времени длиной в пять миллионов лет. Именно за это время, согласно современным познаниям, человечество прошло свой эволюционный путь.

В какой же момент длительной эволюции человекообразное существо стало человеком? Антропологи отвечают: Есть орудие – есть человек! Как только это существо ощутило потребность в каком-либо инструменте, как только оно начинает пользоваться им постоянно, это человекообразное существо становится *Homo habilis* («человеком умелым»).

Пять миллионов лет назад еще полусогнутый *Homo habilis* учится добывать пищу, питаясь кореньями, которые выкапываются из земли простой палкой. Иногда ему удавалось поживиться отобранными у зверей или хищных птиц убитыми животными. Жильем ему служит круглый шалаш из ветвей. Первым орудием человека стал простой случайно подобранный камень. Им он раскалывал орехи, расплющивал плоды, разбивал ракушки. Позже камнем он стал обрабатывать кости животных, кусок древесины или просто другой такой же камень.

Но протекли еще сотни тысячелетий, прежде чем появилось настоящее каменное орудие, которому с помощью другого камня была придана требуемая, заранее заданная форма.

Такой медленный темп «технического прогресса» вполне объясним тем, что редкие племена были очень малочисленны, разбросаны по миру и разделены огромными расстояниями. Передача приемов обработки куска камня или сложных ухищрений охоты были сильно затруднены. Прежде всего тем, что люди научились общаться между собой еще не столько, чтобы учить себе подобных. А значит, все приходится изобретать снова и снова.

Пятьсот тысяч лет назад наш предок *Homo erectus* («человек выпрямленный») наряду с использованием каменных орудий труда, научился добывать огонь. Это явилось колоссальным открытием первобытного человека. И прежде всего потому, что без огня человек не смог бы выжить в период оледенения.

Звук удара двух камней друг о друга в руках человека был звуком, возвестившим о появлении человечества.

Сначала необузданный, природный огонь, порожденный молнией или разливом лавы, подчинился человеку. Постепенно люди научились сохранять огонь и использовать его, а еще позже – не только сохранять, но и добывать огонь. Человек учился овладевать силами природы.

Постоянно находясь рядом с огнем, собиравшим все племя, человек наблюдает, узнает, подмечает. Вот женщины и дети обнаружили среди сгоревшей травы обугленный труп антилопы. Оказалось, что ломти мяса легко отдираются пальцами без помощи каменного ножа, а у мяса появился новый вкус. Вот пламя сделало твердым, как камень, конец ветки, ставшим копьем или рогатиной. А пламя последнего пожара привело в ужас всех животных, даже самых крупных и хищных. Так наши предки научились использовать огонь для приготовления пищи, изготовления примитивного оружия, отпугивания хищников, обогрева жилища.

## Оружие первобытных людей

Первобытные люди были сугубо практичными существами, стремившимися, во что бы то ни стало выжить в постоянно меняющейся, нередко враждебной среде и как-нибудь прокормить себя и свою семью.

Отбирая добычу у животных или птиц, человек отгонял их камнями и палками. В какое-то время он заметил, что камнем можно убить зверя. Так камень стал и первым орудием первобытного человека. Орудие стало оружием.<sup>1</sup> С тех пор охота превратилась в основной способ добывания пищи. Сохранились наскальные изображения охоты на мамонта и пещерного медведя.

Вместе с человеком эволюционировало и древнее оружие. Первобытные охотники обнаружили, что убить и разделать животное легче специально заостренным камнем. Так появились каменные (кремневые) ножи и наконечники.

Многие сотни лет камень и палка, как орудие труда и как оружие, применялись раздельно. И лишь спустя тысячелетия, в эпоху верхнего палеолита, палка стала использоваться как рукоять или древко. Благодаря этому изобретению появились каменный топор и копье. Древнее оружие первобытного человека стало более грозным и надежным.

Брошенный камень, каменный топор или деревянное копье с каменным наконечником – это уже метательное оружие. Простота этого оружия обманчива, в умелых руках оно было также смертоносно, как и появившееся много позже более сложное ручное оружие.

Над всей живой природой неумолимо господствовал безжалостный закон борьбы за сохранение жизни, за существование, за выживание. Оружие вначале применялось для охоты, защиты от хищников, а потом и в драках при дележе добычи, в схватках с пришельцами и соседями за территорию для проживания и охоты.

Эти драки и смертельные схватки явились зачатком современного рукопашного боя. По-видимому, не стоит думать, что рукопашный бой появился с возникновением человека (человечества). Но можно бесспорно утверждать, что с появлением человека появился зародыш рукопашного боя, которому предстояло вместе с человеком пройти путь эволюционного развития протяженностью в сотни тысяч лет.

Сто тысяч лет тому назад потомки *Homo erectus* оказываются еще ближе к современному человеку. Это уже *Homo sapiens* («человек разумный»).

Некоторые из этих потомков (неандертальцы) были, вероятно, ближе в родственном отношении к нам, современным людям. У них уже были свои ритуалы, и они хоронили своих

---

<sup>1</sup> Оружие – всякое средство, пригодное для нападения или защиты (С.И. Ожегов. Толковый словарь русского языка, 1995).

умерших братьев. Но, просуществовав «всего» около сорока тысяч лет, неандертальцы полностью исчезают.

Те из потомков, которые сумели приспособиться к среде обитания лучше, чем неандертальцы, выжили. Это – кроманьольцы. Их умения и навыки просто поразительны.

Пятьдесят тысяч лет назад. *Homo sapiens* обтесывает камень и лепит из глины. Изобретает иглу, а значит, появляется одежда из шкур животных. У него достаточно совершенное оружие для охоты – дротики, луки, гарпуны. Он рисует фигурки животных на стенах пещер, в которых обитает. Он уже размышляет о своей судьбе.

Пять тысяч лет назад люди начинают производить для себя пищу, одомашнивая животных и обрабатывая землю. Они уже такие, как мы...

Одомашнивание животных (коз, овец, быков) позволяет человеку иметь пищу постоянно. Но охотничий промысел не умирает, он особенно важен во время засух и стихийных бедствий.

Техника возделывания земли стала важным открытием. Она предполагает совершенно новый тип сознания. Первый земледelec должен был долго наблюдать, размышлять и, наконец, понять, что собранные им семена дикорастущих злаков, положенные в землю, по весне дают ростки тонкой зеленой травы, которые затем цветут, колосятся, чтобы произвести новые семена. В это время происходит одомашнивание лошади.

Одним из самых гениальных открытий человека является изобретение колеса. Им будут оборудованы повозки земледельца и боевая колесница, станок гончара и стенобитное орудие.

В середине третьего тысячелетия до нашей эры человек начинает применять новые твердые и плотные материалы, такие как медь и золото. Сперва их применяют в таком виде, в каком находят, так как они с трудом поддаются обработке. Позже появляется техника плавления иковки металлов. Смешивая расплавленную медь с другими материалами, получали металл более твердый, с лучшей режущей способностью.

Борьба за жизнь, борьба за существование есть главная движущая сила эволюционных изменений и развития живого мира.

А открытие бронзы – сплава, состоящего из десяти частей меди и одной части олова, стало поистине революционным. Орудия труда и оружие – ножи, топоры, наконечники стрел и копий, кинжалы, мечи – стали изготавливать из бронзы. А много позже – в первом тысячелетии до нашей эры – бронзу заменило железо.

## Искусство рукопашного боя

### Определения и классификация

Давайте задумаемся над тем, что же в современном мире представляет собою, что значит «... русский бой удалый, наш рукопашный бой».

Некоторые считают рукопашный бой видом спорта; немало таких, которые полагают, что это ни что иное, как увлечение, забава, просто хобби. Лишь немногие приверженцы рукопашного боя уверены в том, что он является одной из ветвей боевого искусства. Именно искусства! Ведь как бы то ни было, основой рукопашного боя является искусство владения собственным телом, искусство, которое сродни искусству балета, художественной и спортивной гимнастики, акробатики...

*Изведal враг в тот день немало,  
Что значит русский бой удалый,  
Наш рукопашный бой!..»*

М.Ю. Лермонтов

В повседневной жизни каждому из нас, к счастью, не так часто приходится сталкиваться с опасностью для жизни и здоровья, будь то на улице или дома. А если такое случается, обычно думают, что главную роль в обеспечении личной безопасности играют так называемые технические средства, например, газовый пистолет или баллон. При этом мало кто задумывается об умении защитить себя, будучи безоружным, только за счет умения владеть собственным телом.



Как бы то ни было, складывается впечатление, что именно это обстоятельство послужило одной из основных причин упрощенного взгляда нашего современника на рукопашный бой.

Он делает это, скорей всего, неосознанно, в соответствии с субъективными представлениями о месте рукопашного боя в обыденной жизни. В конечном счете, сказанное, хотим мы этого или не хотим, порождает искаженное представление о рукопашном бое.

В действительности, рукопашный бой объективно является элементом вооруженной борьбы, еще точнее – разновидностью ближнего боя. Необходимость в рукопашной схватке возникает в реальной обстановке боя, например, в случае отказа (неисправности) оружия или при «работе» на дистанциях, неприемлемых для огневого контакта.

Должно быть достаточно очевидно, что коль скоро в ходе ближнего боя может возникнуть необходимость в рукопашной схватке, это естественно, обуславливает необходимость специальной профессионально-психологической подготовки воина.

*«...философия Боевых искусств ставит на первое место не применение ударов и блоков при возникновении конфликта, а умение предотвратить его».*

Н. Цед. Азбука защиты.

Поэтому, когда начинается разговор о рукопашном бое, сразу возникает целый ряд вопросов, требующих профессиональных однозначных ответов.

Что такое рукопашный бой? В каких условиях обстановки он необходим, а при каких обстоятельствах он неизбежен? На каких дистанциях ведется? Каково психическое состояние человека в таком бою? Какие требования следует предъявлять к психологической подготовке воина? Наконец, кто же он – настоящий рукопашник?

Ответы на поставленные вопросы читатель найдет в этой и последующих главах книги.

## Определения

С древних времен до появления огнестрельного оружия бой, как вооруженное столкновение воюющих сторон, представлял собой рукопашную схватку воинов, вооруженных холодным оружием (мечом, кинжалом, копьем и пр.).

Словарь Даля так трактует понятие рукопашного боя: «Рукопашь, рукопашка, рукопашье, рукопашный бой – драка, схватка, ручной бой холодным оружием или дубинками и кулаками».

В толковом словаре С.И. Ожегова, издания 1955 года читаем: Рукопашный бой – «бой (схватка), производимый холодным оружием, штыками и прикладами».

Рукопашную схватку с применением штыка, как холодного оружия, и ружейного приклада называют штыковым боем. Штыковой бой начал развиваться в качестве одного из видов фехтования после изобретения штыка в 1676 году во Франции, а в войнах XVIII – XIX веков считался главным видом ближнего боя.





Особенно большое значение штыковому бою придавал генералиссимус А.В. Суворов (1730-1800), при котором штыковая атака достигла верха совершенства. Штыковой бой развивался, как правило, на ограниченных участках местности, был непродолжительным, жестоким и кровопролитным.

С изобретением огнестрельного оружия появилась возможность нанесения урона противнику еще до начала рукопашной схватки, притом со значительного расстояния. Бой начинался с поражения противника огнем, затем следовало сближение и завершающая стадия боя – рукопашная схватка.

Сравнивая два вида оружия пехотного солдата, Суворов подчеркивал все преимущества штыка: «Стреляй редко, да метко, штыком коли крепко... Пуля – дура, а штык молодец!».

Такой взгляд основывался на реальной оценке оружия того времени, поскольку дальность, скорострельность и меткость стрельбы из гладкоствольного ружья были незначительны. Однако Суворов уже тогда не исключал применения в рукопашном бою «огневого контакта» при непосредственном соприкосновении с противником: «Береги пулю в дуле! Трое наскочат: первого заколи, второго застрели, третьему – штыком карачун».

С появлением автоматического оружия штыковой бой утратил свое прежнее значение, но не потерял его...

В современных условиях рукопашный бой может возникнуть при ведении боевых действий в стесненных условиях (в населенных пунктах, ночью, в лесу, в траншеях) и в других экстремальных ситуациях.

Но наиболее полное и точное определение, по мнению автора, дано в Боевом уставе Сухопутных войск:

«Рукопашный бой есть разновидность ближнего боя с применением противоборствующими сторонами приемов единоборств различными видами оружия, предметами снаряжения, подручными средствами, а также без них на дистанциях непосредственного соприкосновения с задачей поражения друг друга».

Советская военная энциклопедия (том 1) дает такое определение: «Рукопашный бой – ближний бой, в котором противоборствующие стороны поражают друг друга, как правило, холодным оружием; применяется также огонь из ручного стрелкового оружия».

## Признаки классификации

Рукопашный бой различают по составу участников, технической оснащенности, дистанции, разновидности действий и т.д.

Одним из основных параметров рукопашного боя является дистанция. Рукопашная схватка начинается с дистанций, на которых гарантировано поражение противника оружием и любым из подручных средств. Дистанция выбирается в зависимости от тактики боя и технической оснащенности.



РБ базируется на знании целого ряда научных дисциплин: математики, физики, механики, биомеханики, физиологии, психологии и других. Является их производной, позволяющей унифицировать и оптимизировать процесс рукопашного боя на современном уровне и этапе, – раздел системы выживания, ориентированный на постоянную боеготовность.

В рукопашном бою принято различать ударные, контрударные и защитные действия. Не следует, однако, путать рукопашный бой с самозащитой, так как он включает в себя, как способы защиты, так и приемы нападения. При этом защита может быть средством поражения, а нападение – средством защиты или ее логическим продолжением.

Как правило, рукопашный бой длится не более 1-1,5 минуты и начинается в стойке (когда противники сближаются), а заканчивается обычно на земле, если один из них не был до этого действительно и гарантированно поражен.

## Структура рукопашного боя

Для формирования современного мышления человека необходимо особое представление физической сущности основных понятий, принципов и законов механики, ясного и четкого раскрытия процесса рукопашного боя, отражающего состояние науки, техники, психоло-

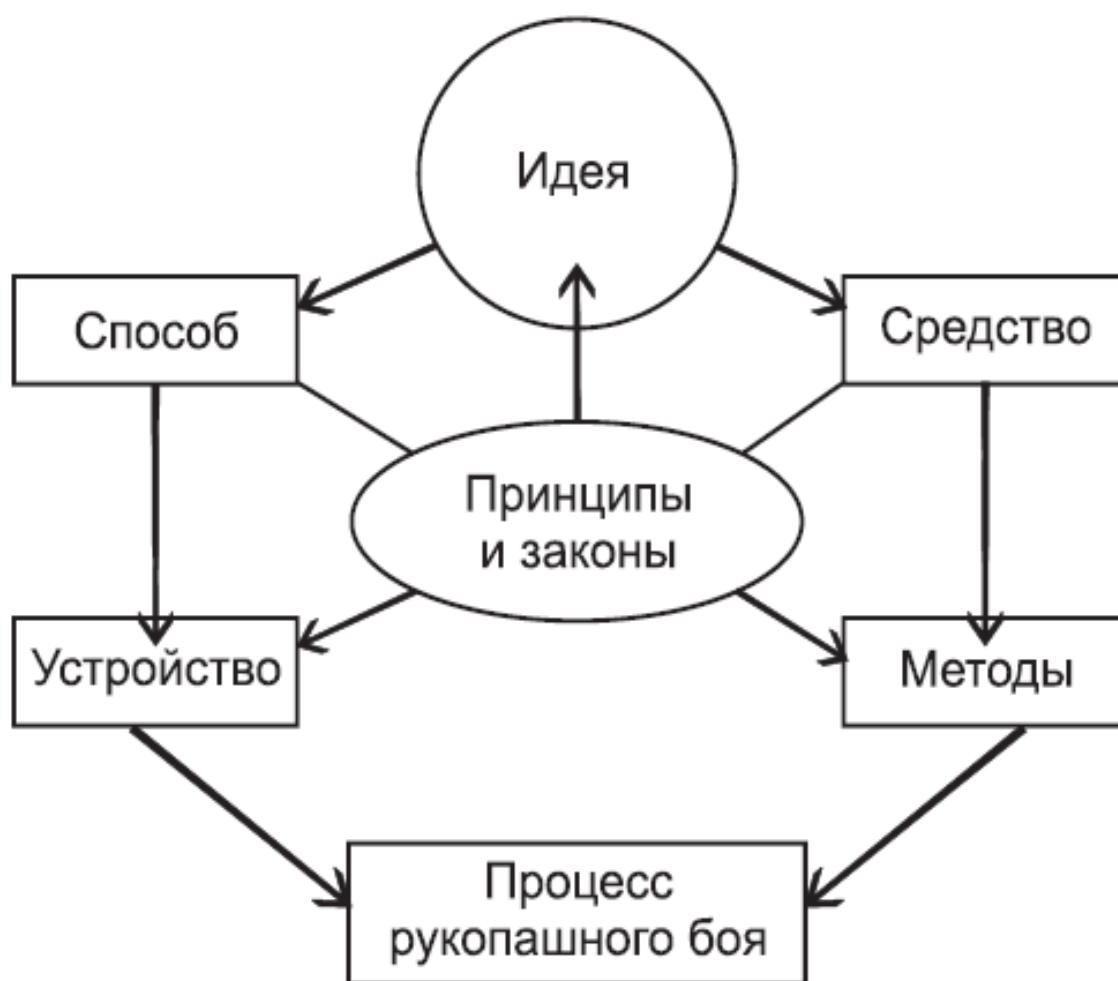
гии и педагогики. Человек (боец) рассматривается в РБ как психо-биомеханическая система, т.е. как человек во всей совокупности своего физического, психологического и социального естества самой жизни.



В процессе изучения РБ как дисциплины, прививаются навыки умения решать многочисленные ситуационные задачи в экстремальных условиях.

Главным постулатом в РБ является живучесть человека. Он обязан и должен сохранять свою жизнь и здоровье для выполнения поставленных перед ним задач. Своими знаниями, своим умением, состоянием крепкого Духа, своей преданностью преодолеть воздействие любого противника.

## **СТРУКТУРА РУКОПАШНОГО БОЯ**



**ТРИ ФАЗЫ РУКОПАШНОГО БОЯ**  
(блок схема РБ)



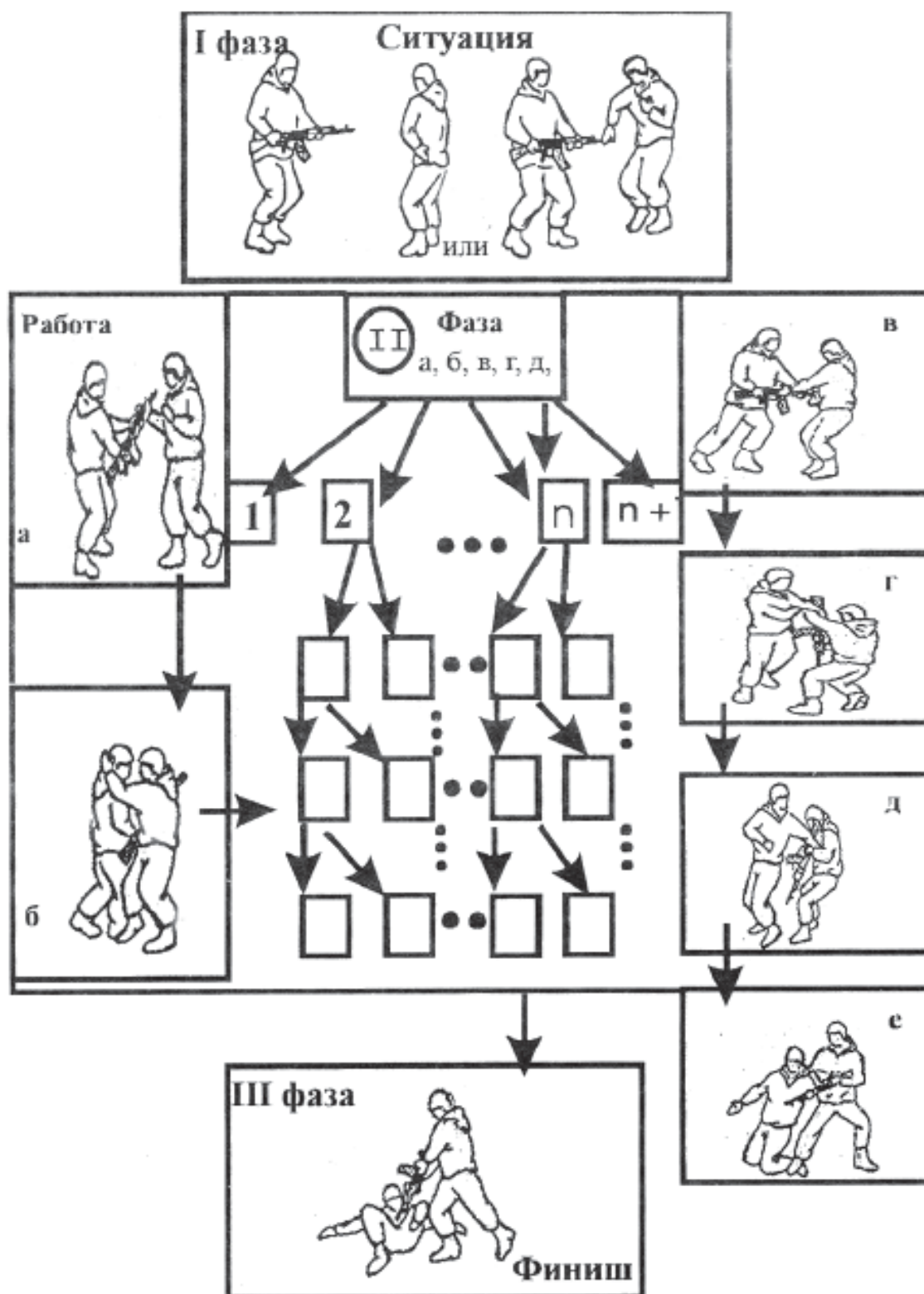
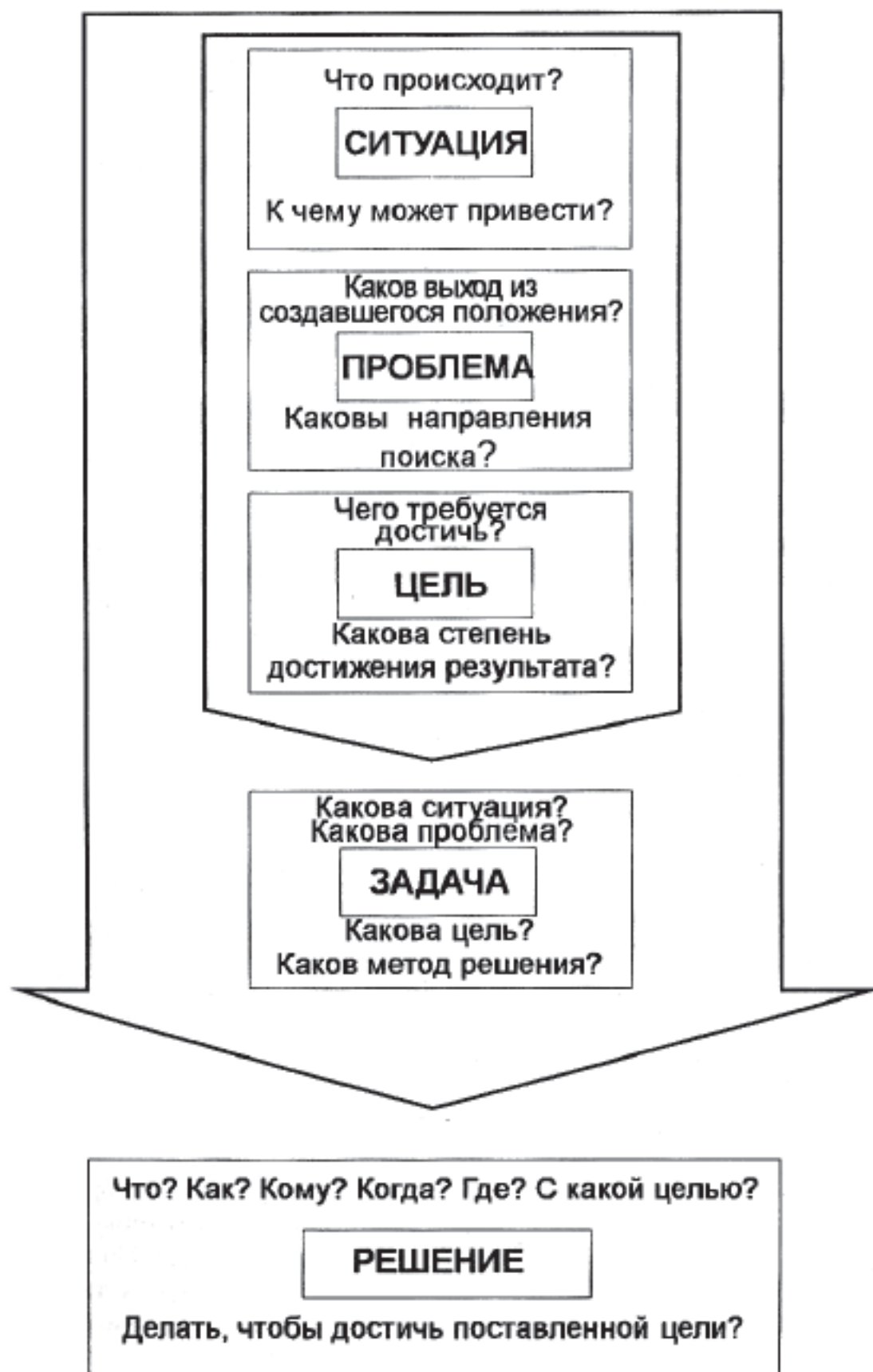


СХЕМА ПОСТАНОВКИ ЗАДАЧИ



Живучесть – способность противостоять различным воздействиям негативных сил, а при повреждении организма – сохранять, т.е. восстанавливать (полностью или частично) свои боевые качества.

Рукопашный бой (РБ) – это бой, в котором противоборствующие стороны для выведения из строя или пленения друг друга применяют холодное оружие, ручное стрелковое оружие, гранаты, подручные средства, борьбу без оружия и другие средства, обеспечивающие поражение противника и выполнения задачи.

*«Рукопашный бой – это невидимое оружие, которое нельзя обнаружить пока его не применили и нельзя отобрать до тех пор, пока человек жив».*

А. А. Кадочников

РБ – бой на ближней дистанции, бой невидимым оружием, которое нельзя обнаружить пока его не применили и нельзя отобрать до тех пор, пока жив человек.

*Фазы, через которые проходит процесс действий в рукопашном бою:*

I – встреча с противником (моментальный анализ условий схватки);

II – сближение (принятие решения по способам воздействия);

III – завершающая – финиш (уничтожение или обезвреживание противника).

*Формы рукопашного боя:*

– бой без оружия – собственно «рукопашная схватка»;

– бой с оружием, подручными средствами.

*Вид рукопашного боя:*

– боевой;

– спортивный;

– демонстрационный;

– показательный.

*«Мы не призваны заимствовать духовную культуру у других народов или подражать им. Мы призваны творить свое и по-своему, Русское по-русски»*

Иван Ильин

(100 лет назад)

*Классификация действий в рукопашном бою:*

Атакующие действия

Защитные действия

Контратакующие действия

Комбинированные действия

*Рукопашный бой:*

– индивидуальный;

– групповой, массовый.

## **Любопытная информация**

В качестве подручных предметов в рукопашном бое могут использоваться не только камень, палка, металлический прут и др., но и оставшееся в руках оружие без патронов. Однако боевой опыт свидетельствует о том, что в непредвиденной ситуации зачастую (в 90 случаях из 100!) оружие для ведения рукопашного боя не используется.

Вот что о подвигах своих боевых товарищей рассказывает дважды Герой Советского Союза, бывший командир роты разведчиков Северного флота В.Н. Леонов.

*«...Михаил Колосов – один из наших разведчиков, простой парень. О нем не скажешь, что богатырь, и спортсменом не назовешь, но смелый, шустрый и старательный. Однажды*

на одной из сопкок наши отряд был окружен врагом. Чтобы сбросить их, пришлось стянуть на этом участке почти все наши силы, оставив на других направлениях только наблюдателей. Однако почти одновременно началась атака на противоположном склоне, самом дальнем от места схватки. Там было всего два разведчика, а помощь мы им оказать не могли. Отбив атаку, они израсходовали весь боезапас. Один тут же побежал доложить обстановку, второй – Колосов, остался наблюдать.

У Михаила нечем стрелять, а задержать врагов нужно. Тогда он поднялся во весь рост, на глазах у егерей забросил свой автомат в кусты, поднял руки и пошел навстречу врагу. Егеря бросились к безоружному разведчику, пытаясь захватить его в плен. Но первый из подбежавших получил такой удар, от которого не поднимаются.

Винтовка фашиста оказалась у Колосова в руках, теперь он вновь вооружен, и, главное, прошел самый опасный момент рукопашного боя – сближение, когда противник может открыть огонь, да и ударом своим он сумел нагнать на них страху. Но врагов много, они не отступают.

Когда, отбив атаку, мы прибежали к месту схватки, Колосов уже получил три удара иттыком: в руку, в бедро и в глаз, но за это время он убил восемь егерей, а остальные только и успевали защищаться от одного израненного разведчика. Я не скажу, что Михаил Колосов был одним из лучших мастеров рукопашного боя, нет, но этот его бой был настоящим подвигом.

...Сергей Бывалов – мощный, угловатый, с виду неповоротливый ему личное оружие определили – пулемет. На дальнем Востоке, в корейском городе Сейсин, мы попали в тяжелое положение. Нам предстояло занять один из трех портов для обеспечения высадки бригады морской пехоты. Мы действовали решительно. Сергей стрелял расчетливо, экономя каждый патрон, но все равно боезапас кончился. Оцепеневшие японцы смотрели на Бывалова, ждали и, поняв, наконец, что он не может больше стрелять, с дикими криками бросились на него. Тогда Сергей, схватив пулемет за ствол, стал им крушить, как дубиной, ревушую толпу врагов. Японцы вначале попятились, а затем бросились наутек. Атака врагов была отбита.

(В.И. Леонов. Готовься к подвигу. М., 1985)

Рассказывает участник штурма Берлина Герой Советского Союза старшина С. Панов.

«...Наша Часть сжимала кольцо вокруг остатков немецких войск, не пожелавших сложить оружие. Наши взвод, вклинившись в расположение противника, вел ночью бой у его траншеи, проходившей по одной из дамб.

Как только я прыгнул в траншею, один из гитлеровцев вцепился мне в горло. Я схватил его за запястье и вывернул ему руку, которой он меня душил. В правой руке у меня была граната. Я ударил его этой гранатой по виску. В этой схватке мне потом не раз пришлось действовать гранатой, как молотком...».

(Из сборника «Штурм Берлина», М., 1948)

## **О состоянии человека в рукопашном бою**

Состояние человека в рукопашном бою определяется многими причинами, целой гаммой чувств. Это чувство воодушевления и чувство страха, чувство физической и душевной усталости и т.д. Голод, недостаток сна, непогода и многое другое – все это также сказывается на состоянии человека.

О некоторых важнейших факторах, определяющих состояние человека в бою, и пойдет речь ниже.





## Сила духа, воля человека

Хороший клинок куется, закаливается и оттачивается годами. Руки мастера доводят до совершенства каждую деталь. Нет существенных мелочей.

Так и в подготовке бойца мелочей быть не может. Но как отковать его характер, закалить дух и отточить знания и умения?

Среди многочисленных факторов, от которых зависит состояние человека в рукопашном бою, определяющим без сомнения, является дух человека.

Дух поднимает на ноги безнадежно больных, разжигает из тлеющего угля костер надежды. С Богом и Верой в душе закаляется и растет Дух.

Именно дух позволяет расширить границы знаний и увеличивает потенциал человека. Сила Воли, Желание, Вера, могут все! В экстремальных ситуациях они делают человека всемогущим!

...Люди, заблудившись в тайге или потерпев кораблекрушение, вскоре умирали от голода, а ведь без еды можно жить многие недели. Они умирали только потому, что были уверены в том, что без еды скоро умрут.

А блокадные ленинградцы выживали на таком пайке, которого по немецким расчетам не могло хватить для выживания. Они должны были умереть, но они жили, работали и сражались – это горело в их душах. Вот что такое Дух!



...В концлагерях умирали те, которые сдавались, опускались, переставали следить за собой, рылись в помойках. Они расходовали энергии меньше, а умирали первыми.

А те, которые вопреки всему старались сохранить человеческий облик, держались и верили в жизнь, верили, что доживут, вынесут все страдания – эти жили! Жили вопреки тому, что казалось бы, должны были умереть. Жили и спасали других! Вот что такое Дух!

...Акробат (Валентин Дикуль) срывается из-под купола цирка, ломает позвоночник, обречен на полный паралич. Положение безнадежно, но он хочет жить человеком! Он стискивает зубы и борется вопреки всему. И встает на ноги! И становится одним из сильнейших

людей в мире! Он держит на плечах невероятный груз, жонглирует многопудовыми гирями. Вот что такое Дух!

...Во время войны смертельно раненые летчики сажали на аэродром свои самолеты, а когда их вынимали из кабин, они были мертвы – они были убиты наповал.

...4 апреля 1942 года самолет А.П. Маресьева был сбит в районе Старой Руссы. Он полз 18 дней по лесу. Без пищи, с перебитыми ногами. Многие на его месте пустили бы себе пулю в лоб – самый простой выход. Но он полз и полз, измеряя расстояние метрами.

Маресьев не бился головой о стенку, лишившись обеих ног. Он был собран и целеустремлен. Он знал, что будет летать на истребителе и сделает для этого все.

После госпиталя он «пробил» все медицинские и прочие комиссии и получил разрешение вернуться в истребительную авиацию. Совершил 86 боевых вылетов, сбив 11 вражеских самолетов! Получил звание Героя Советского Союза. Вот что такое Дух!

*Воинское дело есть трудное, скорбное и трагическое, но необходимое и служащее благой цели. Средства его жестокие и несправедливые. Но именно поэтому дух, коему вручаются эти средства, должен быть крепок и непоколебим в своем искреннем христолюбии.*

Иван Ильин, русский философ

...Мой старый приятель поведал мне о таком невероятном случае. Лет двадцать тому назад был он полковым врачом. Как-то раз, во время парашютных прыжков, у одного из солдат не раскрылся парашют. А вы знаете, сколько времени падает человек с высоты в один километр. Двадцать одну секунду! Далее привожу его рассказ дословно.

«За двадцать секунд, когда снизу мы увидели, что парашют отказал, мы схватили брезентовый «стол», – полотнище креста, выложенного для приземления, – и понеслись туда, куда он, как нам казалось, падал, чтобы подхватить его. Мы бежали вчетвером, я и трое солдат, и мы добежали! И поймали его! Такого не бывает, но мы это сделали!».

Вот что такое порыв, страсть, необходимость! Вот что такое Дух!

...Многие знают, как «сдает» человек, выходя на пенсию. Исчезает цель, уходит напряжение нервов, психика демобилизуется – обрушиваются болезни, надвигается смерть...

А человек, увлеченный своим делом до конца, и живет дольше, и болеет реже, и выздоравливает быстрее.

Вот что такое Дух!

## Страх

Главное чувство, которое царит над всеми помыслами на войне в предвидении боя и в бою, – чувство страха.

Страх, по словарю Ожегова, – это «сильная боязнь, сильный испуг». ...В одной из американских тюрем осужденному на электрический стул завязали глаза и, сказав, что вскрывают вены, провели линейкой по запястьям и стали лить теплую воду, будто кровь течет из вен. И он умер! Умер от испуга, так, как будто вены на самом деле были вскрыты. Вот что такое Страх.

*«В бою тот бьет, кто не боится погибнуть», – так говорил генерал М.И. Драгомиров.*

Чувство страха в бою неизбежно присутствует в сознании каждого воина. Один усилием воли подавляет его, другой не умеет этого сделать. К чувству страха примыкает, усугубляя его, чувство физической и душевной усталости, ибо нигде не напрягаются так все силы человеческие, как на войне. Голод, недостаток сна, усталость измотанных мускулов, страдания от непогоды, от растертой обуви и снаряжением кожи – все это часто доводит человека до полного

безразличия. Человек тупеет и в этом оцепении перестает владеть собой, отдаваясь во власть страха.

## **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.