

<<特种警卫格斗技术>>

图书基本信息

书名：<<特种警卫格斗技术>>

13位ISBN编号：9787536464964

10位ISBN编号：7536464967

出版时间：2008-5

出版时间：四川科学技术出版社

作者：范伟，陈勇 著

页数：169

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<特种警卫格斗技术>>

### 内容概要

特种警卫工作，是为了预防和制止恐怖组织或罪犯针对警卫对象、警卫目标和重大活动实施阴谋袭击、破坏活动而采取的一项具有特殊性质的保卫活动。

《特种警卫格斗技术》共分为八章，内容包括特种警卫格斗概述、特种警卫格斗基本技术、特种警卫格斗实战技术、警卫拳、特种警卫的身体训练等内容，可供相关人员阅读学习。

## <<特种警卫格斗技术>>

### 作者简介

范伟，军事体育进修学院（原解放军体育学院）特种技能训练教研室副教授，跆拳道国家级裁判员，武术六段，精通陈氏太极拳、擒拿格斗、防身自卫术等，专业理论水平过硬，近年来在各级各类刊物上发表论文数十篇。

曾担任广东省公安厅行动技术总队格斗教官，“突击-2007”中泰陆军特种部队联合训练的格斗教官。在十几年的格斗教学中。

培养的学生达数千人。

近些年来担任外国军队留学生的格斗教学，这些留学生来自亚、非、欧、美、大洋洲几十个国家，当中有的是总统保镖、国王卫队队长、总统卫队队长。

有的是特种部队的教官、搏击冠军等，广东电视台大型武术纪录片《武林探秘》为此专门对他进行了介绍。

## <<特种警卫格斗技术>>

### 书籍目录

第一章 特种警卫格斗概述第一节 特种警卫工作的概念与特点 一、特种警卫工作的概念 二、特种警卫工作的特点第二节 特种警卫格斗的概念、特点与原则一、特种警卫格斗的概念二、特种警卫格斗的特点三、特种警卫格斗的基本原则第三节 特种警卫格斗技术在实际工作中的运用一、特种警卫格斗技术的作用二、特种警卫格斗训练的意义三、特种警卫格斗时应具备的条件第二章 特种警卫格斗基本技术第一节 特种警卫格斗基本知识一、人体的关节和要害部位二、手型和步型三、特种警卫格斗基本姿势第二节 特种警卫格斗步法第三节 特种警卫格斗拳法第四节 特种警卫格斗腿法第五节 特种警卫格斗肘法第六节 特种警卫格斗膝法第七节 特种警卫格斗跌法第八节 特种警卫格斗防守法第三章 特种警卫格斗实战技术第一节 由前制敌一、撞裆圈颈二、背摔踹肋三、抱腿顶摔四、踢裆扛摔五、击腹别臂六、绊腿坐肘七、拉臂别腿八、抱腿折腰第二节 由后制敌一、压肘跪肩二、插臂按颈 三、踹腿锁肩 四、抱膝提腕 五、提裆砍颈 六、抱膝锁喉 七、击腰圈颈八、夹腿按颈第三节 夺凶器制敌一、夺匕首制敌二、夺棍制敌三、夺手枪制敌第四节 解脱制敌.....第四章 警卫拳第五章 搜身、捆绑与押解第六章 紧急情况处置第七章 特种警卫的身体训练第八章 特种警卫格斗战术

## <<特种警卫格斗技术>>

### 章节摘录

（五）简化动作，徒手制敌 特种警卫格斗合理简化了击打动作，运用踢、打、摔、拿、跌等技法攻击敌人的身体要害部位。

踢，就是腿法；打，就是手法；摔，就是破坏敌人身体重心的动作；拿，就是使敌人关节、机体不能反抗的动作；跌，就是倒地后的攻防动作。

简化的格斗击打动作，不仅易学而且动作的速度提高、威力增强。

（六）易于疲劳，易于恐惧 特种警卫格斗多在与敌搏斗中运用，因为是敌我殊死的格斗，故在对抗接触中敌我双方都要施展致命招数，所以精神高度紧张，神经易于疲劳。

神经疲劳会导致肌肉疲劳，致使身体各部机能失调而使身体不稳定，易遭敌人攻击，因而恐惧也相应产生。

易于疲劳，易于恐惧，是特种警卫格斗的薄弱环节，也是特种警卫格斗的一个显著特点。

三、特种警卫格斗的基本原则 （一）保护自己，制伏对手，使其丧失反抗能力 与敌人搏斗时，只有充分发挥特种警卫格斗的各种有效打法重创敌人，致敌于死地，才能有效地保护自己。

要抓住时机，充分施展绝招，一次就重击和击中敌要害部位，使之丧失还击的能力。

（二）控制距离，直攻近打，在接触敌人的同时重击敌人 与敌搏斗时，要控制有效距离，计算直攻近打的最佳路径。

控制好距离，一可减弱敌人的攻击力量，二便于抢占攻击敌人的有利角度，三有利于选择进攻敌人的时机。

<<特种警卫格斗技术>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>