

## Нил Н. Ознобишин Искусство рукопашного боя.



### Аннотация

*Книга Н. Н. Ознобишина «Искусство рукопашного боя» издавалась в России единственный раз – в 1930 г., после чего сразу же попала в разряд «секретных». Автор разработал одну из первых в нашей стране систем «боевого стиля». Читателям, интересующимся стилями рукопашного боя, будет интересно познакомиться с первым в нашей стране изданием на эту тему.*

## Нил Н. Ознобишин Искусство рукопашного боя.

### О «самозащите»

#### Самозащита. Бокс. Джиу-джитсу!

Эти три слова пробудили 20 лет тому назад колоссальный интерес не только среди специалистов спорта, но и среди широких масс всего мира. Американцы-боксеры, двумя-тремя ударами кулака расправляющиеся с толпой хулиганов, таинственные миниатюрные японцы, ломающие кости и вывихивающие члены европейским атлетам, стали злобой дня и дали богатый материал для произведений многочисленных романистов.

В самом деле, физически слабый интеллигент-буржуа, красивым движением римского гладиатора повергающий на землю опасного бандита или заносчивого силача, какая заманчивая перспектива!

И вот мирный, обычно несколько даже трусливый средний европейский обыватель, какой-нибудь Ганс, Поль или Чарльз становится героем современных бульварных романистов. Детективный роман монополизировал его целиком. Ганс носится на автомобилях в поисках опасных приключений, становится знаменитым сыщиком-любителем и в конце-концов женится на дочери свиного короля или миллиардера, освобождая ее из рук опасных бандитов. Таково содержание популярных детективных романов, таковы сюжеты кинофильмов и мирозерцание западно-европейской буржуазной молодежи эпохи, предшествовавшей империалистической

войне.

Но как заставить поверить публику тому, что средний обыватель в состоянии творить подобные подвиги? И вот на сцену выводится «самозащита». «Героя» наделяют двумя-тремя приемами таинственного джиу-джитсу, и все становится ясно и понятно.

Ведь каждому приятно видеть в себе «героя», и средний европейский обыватель, читая про себя такие страшные и в то же время заманчивые вещи, не только верит искренности авторов бульварного романа, но и идет учиться «самозащите».

А между тем предприимчивый предприниматель-финансист уже был тут как тут, он давно дожидался того момента, когда одуроченный романами европейский обыватель, наконец, доверчиво раскроет свой кошелек и даст ему возможность запустить туда свои жадные щупальцы.

И этот момент пришел. Самозащита стала «модной». За границей появилось бесчисленное количество преподавателей «самозащиты», создавались и снова лопались различные системы, устраивались демонстрации и состязания, которые проходили с огромным успехом благодаря умелой постановке и шумной рекламе.

Это движение в свое время коснулось и бывшей царской России, но, как и все начинания той эпохи, вылилось оно лишь в издание фантастических брошюр самого низкого сорта, которые раскупались нарасхват не только молодежью, но и взрослым населением, не в меру падким до всяких «заграничных новинок».

Европейская публика, в особенности лондонская и парижская, перевидала, казалось, все, что только возможно придумать в области этого нового и в то время «модного» жанра. Матчи английского бокса, схватки французской и американской борьбы, состязания японцев в джиу-джитсу и, наконец, турниры на шпагах, рапирах и эспадронах следовали одни за другими.

Когда избалованная буржуазия пресытилась этими зрелищами, предприимчивые организаторы не пожалели расходов и стали устраивать «смешанные» состязания, выпуская один вид самозащиты против другого. Таким образом, создался новый вид спортивных состязаний: джиу-джитсу против французского бокса; французский бокс против английского; борьба против джиу-джитсу и т.д., – напоминавших своей жестокостью больше гладиаторские бои древнего Рима, нежели соревнования оздоровляющей физкультуры.

Пока в этих встречах принимали участие профессиональные бойцы с крупными именами, состязания велись на чистоту, но, к сожалению, с течением времени, вследствие корысти дельцов-антрепренеров создалась «лавочка», которая убила спорт и приостановила развитие искусства самозащиты на одном из самых интересных моментов. Тем не менее, многие из этих встреч для людей серьезных представляли крупный спортивный интерес, давая возможность сравнивать между собой различные системы самозащиты и делать выводы о преимуществах той или другой.

Европейский обыватель сначала робел и не решался практически заниматься «самозащитой», находя это занятие грубым и вульгарным. Зато в коридорах цирков, где происходили состязания профессионалов, вокруг веревок боксерского ринга можно было всегда встретить целые толпы вылощенных и прилизанных буржуа, с пеной у рта обсуждающих шансы бойцов. Нет сомнения, что обсуждать чужие шансы на победу в бою легче, нежели самому надеть боксерские перчатки и подставить свое лицо под удары противника.

Однако предприниматели не хотели отказаться от мысли сделать из среднего буржуа «героя» и, учитывая вкус и склонности «деликатно воспитанной» публики, подсунули ей ловко-скомбинированные гимнастические упражнения, задрапировав их в помпезную мантию «самозащиты».

Таким образом, все заинтересованные стороны были удовлетворены. Буржуа, увидев, что посещение модных боксерских зал не грозит ему даже «фонарем» под глазом, столь, казалось бы, естественным в подобных обстоятельствах, в свою очередь охотно раскрыл свой кошелек аферистам-предпринимателям. Преподаватели же самозащиты, имея возможность широко черпать из этого источника, совершенно не заботились о том, чтобы сделать настоящих стальных бойцов из всех этих «папенькиных и маменькиных сынков».

Результатом всего этого явилось то, что в Европе искусство самозащиты, не преследуя практических целей (т.е. подготовки к серьезному бою), выродилось в гимнастику самозащиты и

в спорт и в таком виде продолжает преподаваться широким массам.

Посмотрите на французский бокс – из серьезного средства защиты он уже выродился в гимнастическое упражнение. Английский бокс превратился в средство физического развития, и единственной целью большинства современных боксеров являются состязания. Джиу-джитсу, благодаря малому знакомству с ним, преподносится нам невежественными преподавателями в виде партнерной акробатики. Наконец, бой на ножах, этот наиболее употребительный вид рукопашного боя эпохи средневековья, повторяющийся по закону атавизма в отрицательных явлениях современности – поножовщинах хулиганов – изучается лишь кинонатурщиками.

Что сказать про револьвер? Правда, большинство европейских обывателей, по их собственному выражению, «ходят всегда вооруженными», т.е., говоря проще, носят револьвер в кармане пальто и... в 90% из 100 не умеют из него стрелять. А в таком случае оружие это более опасно для лица, употребляющего его, нежели для нападающего грабителя.

Психология таких субъектов весьма оригинальна. Они даже не думают о том, что *в момент нападения они будут взволнованы, и рука может дрогнуть; что, быть может, они будут застигнуты врасплох и придется стрелять инстинктивно, не целясь.* Они не учитывают того, что такая стрельба, чтобы быть удачной, требует привычки и навыка, приобретаемых лишь путем продолжительного обучения и практики. А между тем эти "вооруженные" люди чувствуют себя совершенно спокойно и убеждены в своей безопасности с того момента, как опустят в карман оружие, в которое так слепо верят.

Но для европейского обывателя все это совершенно в порядке вещей, ведь он всегда был самоуверен и доволен

собой. Он не постарался глубже изучить предмет самозащиты, проверить приемы ее в соответствующей обстановке и на ряде практических опытов построить более жизненные системы ее, опирающиеся на научные данные и способные, следовательно, к дальнейшему совершенствованию.

И искусство самозащиты, вероятно, так бы и умерло для Европы, если бы эту задачу не взяли на себя другие люди, люди дела и практики, привыкшие к борьбе с преступным миром и закалившие свой ум, энергию и волю в этой ежедневной тяжелой и беспощадной борьбе. Для них «самозащита» явилась своего рода счастливой находкой, способной понизить тот высокий процент риска, который сопровождает их опасную службу на благо общества.

Агенты уголовного розыска и чины наружной милиции, ибо мы говорим о них, нашли в самозащите много ценного и применимого в ежедневной практике.

Попав из буржуазного общества в аппарат, обслуживающий буржуазию, т.е. в полицию, искусство самозащиты подверглось ряду изменений, но орудие самозащиты в руках полицейской системы является и орудием борьбы против рабочего класса.

Сделавшись сначала игрушкой в руках буржуазии, оно постепенно отошло от «веселящихся» классов и попало в руки трудящегося элемента, сумевшего найти ему лучшее применение.

О том, как это произошло, мы узнаем из последующего.

### **Критический обзор существующих систем «самозащиты» с точки зрения пригодности их приемов для защиты человека в условиях серьезного рукопашного боя.**

Искусство рукопашного боя (неправильно называемое «самозащитой») заключает в себе все способы и приемы индивидуальной самозащиты и нападения, основанные на практическом изучении и научном анализе реального боя и его обстановки.

По существу это искусство не может базироваться на каком-либо одном виде индивидуальной защиты, так как это противоречило бы как самой природе реального боя, так и элементарным правилам военной тактики.

В настоящем рукопашном бою, когда на карту поставлена человеческая жизнь, когда для дерущихся «все средства хороши», враги употребляют первое попавшееся под руку оружие,

пользуются любимыми приемами и движениями, подсказанными животным инстинктом самосохранения. Поэтому было бы по меньшей мере странно основывать искусство рукопашного боя исключительно на одной системе самозащиты.

Вопрос этот станет совершенно ясным, если мы дадим здесь краткий очерк существующих систем самозащиты и подвергнем каждую из них соответствующей критике.

Франция имеет крупную заслугу в систематизации и усовершенствовании двух видов самозащиты. Это французская борьба, заимствованная из древнего греко-римского мира, и «саватт» или, как ошибочно его называют, французский бокс.

Последний вид самозащиты является целиком созданием французов, и в нем наиболее рельефно отразились особенности их расового живого темперамента. Это вполне естественно, так как «саватт» вырос из пролетарских масс французского народа. «Саватт» родился близ застав больших городов, в рабочих кварталах, а совершенствовался он на парижских «стенках», как назывались тогда массовые бои на голых кулаках. Да и само слово «саватт» означает «сноровку», «ухватку» и указывает на ту среду, в которой он родился.

Один из французских граждан Шарль Лекур, скромный преподаватель английского бокса и фехтования, решил изучить приемы «саватт». Для этого он отправился в самый глухой парижский квартал под названием Ля-Куртейль и изучал там принципы народной «саватт». На этих принципах Шарль Лекур создал первый национальный вид самозащиты и назвал его «французским боксом», присоединив к нему некоторые приемы английского бокса. Вот в кратких словах происхождение французского бокса.

Теперь постараемся охарактеризовать его технически и проведем параллель между ним и условиями реального рукопашного боя.

Во всем мире мы не найдем ни одной народности, которая возвела бы в главный принцип самозащиты удары ног. Не то у французов: кто знает их, тот, вероятно, помнит, как любят они при малейшей ссоре пускать в ход свои ноги. Вот почему француз так легко и быстро усваивает даже систематизированный французский бокс, между тем как другие народности изучают это искусство с большим трудом. Кроме разнообразных ударов ногами, обхватов ног руками и уклонений во французском боксе употребляются еще кулачные удары по системе английского бокса.

Анализируя систему французского бокса, следует указать, что во второй своей половине, т.е. в кулачных ударах, чуждых французам, она не выдерживает никакой критики. Между тем, как мы уже говорили выше, серьезный рукопашный бой имеет в себе столько разнообразия в приемах защиты и нападения, что применение одних ног было бы безрассудно, т.к. в некоторые моменты боя, находясь вплотную к противнику, немислимо употреблять ноги.

Под влиянием американских преподавателей и тренеров английский бокс все время совершенствуется. Французские профессора «саватт» ни на йоту не изменили той части системы, которая рассматривает кулачные удары. Они до сих пор преподают по старой, уже давно нуждающейся в реформах системе.

Что же до части системы, основанной на ударах ног, то она великолепна. Каждому сразу видно, что она взята прямо из жизни, и, сравнивая ее с особенностями рукопашного боя, мы уверенно можем сказать, что она применима ко многим из его фазисов.

Резюмируя, мы должны сказать, что отсутствие приемов борьбы и устаревшая система кулачных ударов являются наиболее крупными недостатками французского бокса, а потому и пользование для самозащиты одной только французской системой нецелесообразно.

В заключение мы можем сказать, что французский бокс как физическое упражнение является великолепным средством физического развития – это признано мировыми авторитетами в области физкультуры.

Французская борьба настолько популярна, что мы не считаем нужным подробно останавливаться на ней. Досадно только, что этот прекрасный вид тяжело-атлетического спорта слишком перегружен условностями, и это препятствует ему сделаться упражнением, подготовляющим к рукопашному бою. Французская борьба так же, как и французский бокс, подготовливает к нему только косвенно. Помимо того, как вид самозащиты, борьба страдает еще отсутствием полноты. Удары ногами, головой, кулачные удары и прыжки не только не допустимы в ней, но и не культивируются борцами даже во время тренировок. Мало того,

приемы, действительно практичные для рукопашного боя, запрещены в ней правилами, как опасные. Во французской борьбе цель борющегося – положить противника на лопатки. Есть ли это решительный исход боя? Безусловно нет. Во-первых, потому, что обезвредить противника можно и тогда, когда он лежит на животе или на боку, а во-вторых, противник, знакомый с джиу-джитсу, может задушить человека, даже и лежа на обоих лопатках. Кроме всего, правила борьбы в «партере» и вечная привычка борцов, переводя борьбу из «стойки» в «партер», становиться на «четвереньки», т.е. в положение нелепое и опасное в обстановке рукопашного боя, заставляют смотреть на французскую борьбу только как на побочный элемент «самозащиты».

Американской национальной системой самозащиты является «кэтч-эз-кэтч-кэн» (поймай, как сумеешь), представляющий один из типов свободной борьбы, к сожалению, тоже ограниченный многими правилами. Американская свободная борьба была создана постепенно из различных стилей вольной борьбы, завезенных в Северо-Американские Соединенные Штаты колонистами лет 200 тому назад. Однако главным основанием для этой системы послужила старинная английская народная борьба. В старой Англии, начиная с 17 века, боролись тремя различными стилями: вестморлэндским, кумберлэндским и девонширским, и провинции того же названия славились своими борцами. В "кэтч-эз-кэтч-кэн" все эти три стиля слились в один, и этот последний обогатился присоединением нескольких приемов, взятых от аборигенов страны – американских индейцев, главным образом, Великого Союза Ирокезских племен. Не малое влияние на образование американского стиля борьбы оказала и завезенная в Штаты из Англии система борьбы «подножками», т.е. «корниш-хью», родившаяся в Корнуэльсе.

Американская система, будучи неполной подобно остальным национальным системам (отсутствие ударов ногой, кулаком, запрещение боевых приемов), однако более соответствует идеям самозащиты. В ней меньше условностей, больше разнообразия и практичности в приемах (особенно хороши подножки и захваты ног руками), и потому мы считаем ее ценным элементом в искусстве рукопашного боя.

Англия создала бокс более 300 лет тому назад. В то время он более приближался к искусству рукопашного боя, чем теперь. Старинный бой на голых кулаках, в котором допускались почти все приемы борьбы (типа вольно-американской), изобиловавшей подножками и захватами, пожалуй, до известной степени подготавливал прямо к рукопашному бою. Но что осталось от него? Современные боксеры стали употреблять перчатки, на их употреблении они построили целый ряд искусственных приемов, правда, очень интересных и красивых с точки зрения чисто спортивной, и в то же время мало полезных с точки зрения самозащиты.

Кто может объяснить нам пользу «блокажа» голой рукой в серьезном рукопашном бою, «блокажа», столь практичного на ринге, когда руки защищены специальными перчатками? Все обхваты и приемы борьбы старого бокса уничтожены новыми правилами. Попробуйте-ка применить обхват на современном ринге и вас сейчас же разведут в стороны. Наконец, большинство профессоров английского бокса упрямо не желают понять, что удар ноги, обутой в городской ботинок, вдвое сильнее удара рукой, и в то же время хватает гораздо дальше. Даже частые случаи перелома ног у футболистов, обширная статистика обмороков и нок-аутов, как следствие ножных ударов по чувствительным точкам тела, ежегодно регистрируемая в футбольных клубах, не заставили их задуматься о той силе удара, которую может развить хорошо тренированная нога. Как великолепный спорт и чудное физическое упражнение (особенно его оригинальная тренировка), английский бокс все же не заслуживает того названия, которое ему дали англичане – «благородное искусство самозащиты».

Итак, мы до некоторой степени выяснили, что как французский бокс, так и английский, как французская борьба, так и вольно-американская, не могут считаться самостоятельными системами искусства рукопашного боя, (т.е. самозащиты), а суть лишь отдельные элементы его.

Нам остается теперь обратить внимание на Восток и посмотреть, что представляет из себя джиу-джитсу с интересующей нас точки зрения.

Прежде чем приступить к анализу джиу-джитсу, целесообразно указать читателю на крайнюю сбивчивость понятий, существующую как в спортивных кругах, так и в широких слоях публики об этой национальной японской системе. Чтобы избежать обычных ошибок и

противоречий в оценке джиу-джитсу, мы постараемся привести здесь мнение самого японского народа.

Джиу-джитсу есть национальная самобытная система физического возрождения японской нации. Она занимает то же положение в Японии, как сокольево в Чехии, турнен в Германии, шведская гимнастика Линга в Швеции, швейцарская федеральная кантональная гимнастика в Швейцарии и народная гимнастика в Бельгии. Ближе всего по своим отделам она подходит к германскому турнену и шведской гимнастике, разделяясь на врачебно-гигиеническую, обыкновенную, военную и самозащиту, а также включая в себя правила регулярной жизни, гигиены и даже диететики (наука о питании человека), поощряя, например, вегетарианство.

Однако, для нас интересен лишь отдел самозащиты.

Отбросив в сторону все легенды о джиу-джитсу, о неуязвимости ее знатоков, зародившиеся вследствие шумной и беззастенчивой рекламы, мы все же должны сознаться, что к японской системе самозащиты следует отнести очень серьезно.

К сожалению среди этой бессовестной и невежественной рекламы вряд ли найдется хотя один небольшой конспект, систематично и ясно излагающий принципы японской системы. Такое явление наблюдалось не только в России, но и других странах, как, например, Франции, Англии и Америке. Они тоже завалены подобным бессодержательным хламом с той разницей, что заграничные издания роскошнее изданы и снабжены великолепными фотографиями практически невозможных, фантастических приемов. Объясняется это рядом причин. Из них главнейшие следующие: во-первых, книги эти написаны совершенно некомпетентными людьми (литераторами-профессионалами) после небольшой беседы с каким-либо преподавателем самозащиты; во-вторых, хороших преподавателей джиу-джитсу так мало, что их можно перечислить, буквально, по пальцам. Они большей частью работают не в самой Японии, а, прельстившись большими заработками, выступают в качестве бойцов-демонстраторов в крупнейших центрах Европы и Америки. В-третьих, преподаватели эти, вполне естественно, как профессионалы, не желают отдавать литературе всех секретов своего ремесла. В буржуазных странах японские профессора обычно преподают лишь обрывки своей системы, великолепно зная, что их богатые клиенты занимаются самозащитой главным образом для развлечения, и только некоторым любимым ученикам открывают они ценные секреты своего ремесла.

Перейдем теперь к небольшому техническому разбору джиу-джитсу и определим его место в искусстве рукопашного боя.

Джиу-джитсу – система самообороны очень цельная, но соответствовать всем особенностям рукопашного боя она все же не может, а потому она и останется только элементом искусства самозащиты, хотя и чрезвычайно ценным. Для того, чтобы подкрепить высказанное, постараемся привести несколько соображений чисто-технического свойства.

Во-первых, джиу-джитсу имеет немало минусов в первый момент боя, когда противники удалены друг от друга и когда удары палкой, оружием или ногами имеют первенствующее значение. Для того, чтобы применить тот или другой прием джиу-джитсу, необходимо подойти к противнику и схватить его. Как это сделать? Вопрос, на который нелегко ответить. Прежде чем применить прием, вам придется выдержать град ударов тростью или ногами, результат которых очень гадателен, особенно если придется иметь дело с человеком, знающим французский бокс.

Во-вторых, если мы возьмем для примера расстояние между противниками в 1-2 шага, то на этой боевой дистанции есть люди, умеющие великолепно действовать своими кулаками, а иногда и ножом, от которого легко уйдет хороший боксер, но не всегда сумеет уйти джиу-джитсмэн. В-третьих, многие приемы японской системы основаны на удобствах национальной японской одежды («кимono»), широкие рукава которой и прочность материи позволяют делать «мертвый захват» и джиу-джитсмэну лишь с большим трудом удастся овладеть голым или полуголым человеком.

В-четвертых, многие приемы, основанные на применении болевых ощущений или ведущие к обморочному состоянию при надавливании на нервные центры, не всегда возможно применить, если противник одет в толстую тяжелую одежду, сквозь которую их трудно прощупать. Например, в наших климатических условиях в СССР.

Пятый и самый крупный недостаток системы заключается в том, что при ошибке, если вам не удалось занять выгодного положения «на» или «под противником», вы не имеете в своем

распоряжении тех простых средств защиты и борьбы с противником, которые представляют вам бокс или вольно-американская борьба.

Мы не будем говорить о достоинствах джиу-джитсу, в которых может убедиться читатель, прочтя следующие главы настоящего руководства.

Японской системой мы и заканчиваем наше маленькое исследование о недостатках и неполноте существующих систем по отношению к индивидуальной самозащите и рукопашному бою. Мы не отрицаем того, что системы эти, практикуемые для целей чистого спорта, представляют прекрасное средство развития выдержки, быстроты, силы, ловкости, боеспособности и других физических и психических качеств и в этом смысле косвенно готовят бойца, но, еще раз повторяем, реальной, прямой подготовки к серьезному столкновению они не дают.

### **История зарождения, развития и совершенствования так называемых «полицейских систем» комбинированной самозащиты.**

Существует ли система самозащиты, вполне удовлетворяющая всем условиям серьезного рукопашного боя?

Мы не имеем намерения окончательно разочаровать лиц интересующихся предметом самозащиты и рукопашного боя, когда говорим, что не существует полной системы самозащиты. Мы подразумеваем под этим лишь всем известные наиболее популярные системы.

На самом же деле существуют две-три системы самозащиты, вполне соответствующие потребностям рукопашного боя, учитывающие все его фазисы и многообразие обстановок. Системы эти были построены по строго обдуманному плану, учитывавшему каждую мелочь, и явились следствием практических наблюдений и опытов в обстановке реальной жизни, а также изучения статистики индивидуальных столкновений, коими столь богата уголовная хроника.

Составители этих систем были люди, получившие не только разностороннее спортивное образование, но и обладавшие практическим опытом и специальными познаниями в области криминологии (наука о преступлениях). Они были практически знакомы не только с такими системами как французский бокс, английский бокс, борьба или джиу-джитсу, но и с искусством самозащиты при помощи оружия.

Однако системы, о которых мы говорим, не получили широкого распространения и пользуются известностью лишь в небольших замкнутых кругах специалистов. Они до сего времени не были обнародованы и не попадали в печать.

Прежде чем приступить к изложению одной из таких систем, нам кажется уместным привести здесь нижеследующий краткий, но интересный очерк истории создания этих «полицейских систем»,

В начале этой книги мы уже говорили о том, как легкомысленно отнеслась западно-европейская буржуазная молодежь к вопросам самозащиты и как быстро охладела она к ним. Но такое отношение свойственно мелкобуржуазной идеологии, и другого подхода к делу со стороны «деликатно воспитанной» публики нельзя было бы и ожидать. Однако и на западе не все смотрели однобоко на самозащиту, не все видели в ней лишь «средство для развлечения». Нашлись люди дела, практики, которые сумели увидеть даже в современных той эпохе системах самозащиты признаки чего-то более важного, вполне применимого к жизни и необходимого для многих специальных профессий.

Здесь, как и всегда, западно-европейский милитаризм оказался впереди всех. Первыми откликнулись правительства европейских государств и Америки. Они ввели преподавание французского и английского бокса в своих войсках и создали кадры военных инструкторов. Во Франции, например, в Жуанвилль ле Пон была создана школа мониторов (инструктора боя на тростях, саватт и бокса), а вскоре затем каждый полк имел уже свою собственную залу бокса. Англия и Америка последовали этому примеру и, кроме того, ввели преподавание джиу-джитсу во флоте. Английские военно-боксерские школы в Альдершотте и Вульвиче поставлены образцово. Министерство народного просвещения ввело преподавание этих предметов в стенах школ, колледжей и лицеев.

Наконец, последняя империалистическая война направила самозащиту по новому руслу, значительно расширив ее задачи и предъявляемые к ней требования. Несмотря на колоссальные достижения военной техники, военную авиацию, химическую войну, танки и дальнобойность орудий, опыт войны показал, что мы снова возвращаемся к старым тактическим действиям эпохи средневековья в том типе действий, который на современном военном языке называется «траншейной войной». Это кажется анахронизмом, но это так. Во время последней войны западный фронт представлял собой почти одну сплошную оборонительную укрепленную линию траншей и подземных коридоров, и в этих узких коридорах скоплялись современные колоссальные армии. Люди рылись в земле, как кроты, закладывали мины и постепенно подрывались под самого неприятеля. В воздухе шла воздушная война, на поверхности земли орудия с математической точностью сносили все, что было живого, размерив площадь по квадратам, а внизу шла война еще более ужасная – война подземная.

И вот, когда постепенно подрываемые коридоры враждующих армий часто совершенно неожиданно соединялись, происходило то, что можно лишь наблюдать в подземных шахтах во время взрыва угольного газа. Солдаты враждующих армий, сбившись в беспорядочную кучу, потеряв всякую дисциплину, не зная как действовать оружием в узком коридоре, стеснившем их движения, вступали в первобытный, варварский рукопашный бой во всей его простоте и дикости, когда в дело пускается не только холодное оружие в виде тесаков и штыков, но даже руки и зубы.

Но не следует забывать, что от исхода этого столкновения зависело взятие и закрепление за собой неприятельской позиции, на разгром которой было потрачено столько снарядов и времени во время артиллерийской «подготовки». Кто же оказывался победителем? Тот, кто не растерялся в обстановке рукопашного боя. Воинские части, в которых были спортсмены и хорошие индивидуальные бойцы, по статистическим сведениям почти всегда брали перевес.

О том, насколько были часты подобные столкновения в минувшую войну, дает нам понятие приказ по французским войскам, в котором предписывалось снабдить пехотные части особым вооружением в виде тесаков-кинжалов, приспособленным специально для нужд рукопашного боя в траншеях.

Вот почему военное министерство Соединенных Штатов, учтя этот опыт войны, в которой Америка принимала активное участие, принуждено было совсем недавно обратить внимание на рукопашный бой и ввести обязательное обучение ему в своих войсках. Но военная система рукопашного боя американцев, носящая название «хенд-ту-хенд», пока еще очень элементарна и нуждается в серьезной проработке.

Таким образом, искусство самозащиты из средства развлечения, физкультурного упражнения и спорта превратилось мало-по-малу в серьезное государственное дело и получило тот уже давно необходимый ему уклон, который мы назвали бы «утилитарным».

Но не здесь зародились новые системы рукопашного боя.

Искусство самозащиты постепенно попало в современную полицию Европы и Америки, сначала в департаменты тайной, а затем и внешней полиции. Здесь теоретическая работа над искусством рукопашного боя могла проверяться и совершенствоваться, опираясь на ряд практических опытов.

Для серьезных людей, работающих в области криминалистики, самозащита явилась и серьезным делом.

Особые консультанты и научные сотрудники специальных отделов департамента тайной полиции произвели ряд изысканий в области «самозащиты». Были перерыты архивы наиболее крупных национальных библиотек и найден ряд ценных древних рукописей, изучение коих с точностью установило не только существование «самозащиты» с глубокой древности, но и систематическое изучение ее и постоянное практическое применение в рукопашных боях феодальной эпохи. Таким образом, была теоретически доказана практичность целого ряда приемов, входящих в современные системы самозащиты. Эти приемы в XV, XVI, XVIII веках ежедневно применялись тысячами людей, в то время как пожар войны целиком охватывал современную Европу, и как человеческая жизнь ежеминутно ставилась на карту. Эти века были временем расцвета рукопашного боя вследствие отсутствия огнестрельного оружия, а постоянные междоусобия и гражданские войны делали военные стычки обычным явлением. В ту



беспокойную эпоху каждый гражданин был не только воином, но и в силу обстоятельств опытным рукопашным бойцом. Поэтому свидетельства современников той эпохи и прилагаемые к некоторым рукописям зарисовки различных приемов дали специалистам «самозащиты» ценные и наглядные указания о формах рукопашного боя той отдаленной эпохи.

Между тем за истекшие столетия формы серьезного рукопашного боя и естественные законы, управляющие им, ни на йоту не изменились. Практические исследования в области самозащиты, произведенные департаментом тайной полиции, лишь подтвердили это. Был собран огромный материал, явившийся следствием наблюдений над рукопашным боем и обыденной жизнью. Уголовная хроника и статистика ночных нападений, поножовщин и просто драк и скандалов, обильный материал для которых дали такие крупные городские центры, как Нью-Йорк, Париж, Лондон, Берлин, послужили предметом тщательного изучения экспертами полицейской самозащиты. Не был забыт и контроль над приемами действий самозащиты, употребляемыми агентами и чинами наружной полиции во время исполнения ими служебных обязанностей – облав, арестов, задержаний во время буйств и просто случайных столкновений с особо-опасными элементами.

В главных европейских центрах были основаны специальные школы для сыскных агентов и чинов наружной полиции. Там это дело утвердилось и продолжало развиваться уже на более научных принципах и сыграло немаловажную роль в борьбе с преступным элементом. Лондонский Скотланд-Ярд, берлинская полиция, Вот в кратких словах история создания и совершенствования новой «полицейской системы», так называемой «комбинированной», т.е. состоящей из приемов самозащиты различных систем, входящих в нее в виде отдельных элементов. Этой практической системе мы можем уже присвоить то название, которого она вполне заслуживает, т.е. «искусства рукопашного боя».

Мы убеждены, что и у нас в СССР как широкие массы, так и заинтересованные в том правительственные учреждения в конце-концов поймут, что искусство рукопашного боя должно занимать одно из первых мест как в области физкультуры и военного спорта, так и в деле военизации страны. О значении этого искусства в службе уголовного розыска и милиции не приходится даже упоминать. Мы надеемся, что и преподаватели, и спортсмены убедятся в конце-концов в том, что лишь одно соединение всех элементов самозащиты – ударов кулаком, ножных ударов, приемов борьбы и оружия, приспособленных к условиям реального боя на улице, а не к спортивным состязаниям на ринге, – может дать действительно практическую систему самообороны.

### **Что такое рукопашный бой, и сущность полицейских систем.**

Что представляет собой комбинированная система рукопашного боя, излагаемая в настоящем руководстве, и на каких научных принципах она построена?

Для того, чтобы понять, что следует требовать от искусства самозащиты, необходимо познакомиться с настоящим серьезным боем, со всеми его особенностями и с разнообразием обстановок на практике. Ошибка создателей устаревших систем заключалась в том, что они не базировались на законах, управляющих реальным серьезным боем. Наоборот, придумывая приемы, они тем самым создавали искусственную обстановку для боя и делали условным и самый бой.

Создавая комбинированную систему рукопашного боя, мы пользовались как раз противоположным методом, т.е. брали за исходную точку самый бой, такой, какой он бывает в действительной жизни, пользуясь для этого целым рядом наблюдений над его завязкой, промежуточными фазисами и развязкой, а затем уже на этом солидном базисе строили свою систему. Эта система вовсе не представляет собою простое соединение существующих систем самозащиты в одно целое, и в этом легко убедиться, познакомившись с технической частью настоящего руководства.

Каждый элемент самозащиты, входящий в нашу систему, испытал коренные реформы и улучшения, т.к. в своем первобытном состоянии не удовлетворял требованиям, которые предъявляют к нему самозащита и общий план рукопашного боя.

Теперь поговорим о том, что представляет собою серьезный рукопашный бой и как он происходит в действительной жизни. Разновидности рукопашного боя имеют несколько общих для них черт. Эти общие черты выражаются в следующем. Всякая серьезная схватка начинается с такой дистанции, на которой единственным серьезным средством защиты является револьвер. Никакого другого способа защиты на длинной дистанции употребить нельзя.

Если нападение производится неожиданно, то в таком случае оно делается с более близкой дистанции. В подобных нападениях жертву или «скрадывают» сзади, подбираясь к ней незаметно, или «абордируют» спереди (с 2-3 шагов), подходя к ней под каким-либо благовидным предлогом. Иногда же наскокиваются неожиданно, сделав предварительно «засаду» и спереди, и сзади. В таких схватках нападающие редко употребляют револьвер, который в такой обстановке неуместен.

Когда нападение производится из засады, то защищающемуся выгоднее открыть стрельбу даже с короткой дистанции, нежели употребить какой-либо удар или прием. Но попробуем допустить, что револьвер выхвачен из рук или выбит палкой, или же обороняющийся опоздал его выхватить, наконец, успел выстрелить, но промахнулся. Для каждого ясно, что первая мысль обороняющегося – не подпустить нападающих к себе. Как это сделать? В 8 случаях из 10-ти всякий здравомыслящий человек пустит в ход удары ногами. И это естественно, сам инстинкт самосохранения заставляет его пускать в дело ноги, чтобы не подвергнуться ударам нападающего, ловкость и физическая сила которого ему неизвестны. Даже страх перед нападающим заставляет его действовать таким образом.

В 2-3 шагах от противника ноги, благодаря своей силе (в 3 раза сильнее рук и, кроме того, обуты в ботинок) и, главным образом, благодаря способности ножных ударов хватать дальше, являются могучим и естественным средством самозащиты. Человек, не рассчитавший дистанцию и пустивший в ход кулаки там, где лишь одни ноги смогут достать противника, окажется в нелепом положении.

По мере развития боя противники все более и более сближаются. Дистанции меняются, а с ними и фазисы боя, и применяемое оружие.

Вот они уже в 1-2 шагах друг от друга. Тогда немислимо наносить удары ногами, не хватая места для нужного размаха, а следовательно и пропадает сила ножных ударов.

Однако попробуйте охватить противника руками и повалить его на землю; вы немедленно убедитесь, что это рискованно, так как при попытке получите здоровый удар кулаком. Если вы не знакомы с английским боксом, то вам придется очень круто. На короткой дистанции в 1-2 шага первое место неоспоримо принадлежит кулачным ударам.

Бой, таким образом, развивается все далее и далее, пока противники не сойдутся вплотную и, обхватив друг друга, не начинают бороться. В этом предпоследнем фазисе рукопашного боя бокс уступает свое место борьбе и джиу-джитсу.

Нам, вероятно, попытаются возразить, что бой можно покончить и при помощи бокса. Весьма возможно, но не всегда, а лишь при наличии удара, решающего исход боя. Это бывает не так часто, как обычно предполагают, ибо удары голым кулаком далеко не так страшны, как это кажется. Для того, чтобы представить себе настоящий кулачный бой без условностей, какими изобилует английский бокс, посоветую сходить на какой-либо матч. Вглядитесь внимательно в действия противников, когда они сойдутся в клинче (обхвате), попробуйте мысленно вообразить себе, как бы произошел бой дальше, и что бы они стали делать, если бы арбитр не развел их в разные стороны согласно правил ринга.

Они будут бороться, ибо у них нет места для размахов рук, и выиграет, конечно, тот, кто хотя немного будет

знаком с приемами борьбы. Теперь сосчитайте, сколько клинчей приходится на каждый 3-минутный раунд? Вы, наверно, получите цифру 10-15. Следовательно, ясно, что серьезный кулачный бой переходит в конце-концов в борьбу, которая часто потом продолжается на земле. Вот в этом-то последнем фазисе «боя на земле» и появляется на сцену джиу-джитсу со всеми его ценными приемами в этой специальной области борьбы.

Проследим все моменты или фазы боя, начиная с дальней дистанции, где первое место по праву принадлежит револьверу, и кончая последним фазисом, когда противники катаются на земле и решают победу более тонким знанием правил свободной борьбы или джиу-джитсу.

Все анализированные нами так детально фазы боя в действительной жизни протекают с молниеносной быстротой, и самый рукопашный бой длится не более 1-1,5 минуты. Наш анализ является, по существу, тем, что на кинематографическом языке называется «замедленным пропусканием пленки рукопашного боя».

А если все фазы сравнить с военной боевой тактикой, то сомнения рассеются совершенно.

Сравнивая индивидуальный рукопашный бой с военным сражением, мы находим в них общие черты и общность тактических действий.

Возьмем для примера две враждующие армии в обстановке военного сражения. Расстояние между передовыми линиями той и другой стороны 6-7 км. Как бы вы назвали главнокомандующего, отдающего приказ обстрелять неприятельские позиции ружейным огнем пехоты вместо того, чтобы употребить артиллерию? А между тем сторонники самозащиты без оружия в своих рассуждениях близки к этому полководцу.

Что подумать о кавалерийском начальнике, который бросает на открытой местности в атаку свои эскадроны на обстреливающую их пехоту с дистанции в 1,5 версты? А между тем не то ли проповедуют преподаватели английского бокса, оспаривая преимущество французской системы (удары ног)?

Я не думаю, что пехотный командир, подпускающий без выстрела на 50 шагов атакующий эскадрон, умнее борцов, утверждающих, что вся сила в борьбе, и отвергающих необходимость кулачных ударов.

Опыт показал, что всякое уличное столкновение, всякий рукопашный бой в своих чертах сходны с сражением и требуют различных средств самозащиты, которыми располагает человек. Употребление того или иного вида диктуется обстановкой и ходом боя.

В нашей системе рукопашного боя револьвер исполняет функции артиллерии; французский бокс по своему значению аналогичен ружейному огню пехоты; кавалерия в атаке по нашей системе уподобляется бою на кулаках (английский бокс); между тем как джиу-джитсу – единственная система, которая позволяет совершенно обезвреживать противника, – родственна пехоте, которая лишь одна из всех родов оружия может закрепить за собою линию, отбитую у неприятеля.

Сравним теперь нашу систему индивидуального боя с массовым действием войск в бою.

## **Сравнительная таблица тактики на боевых дистанциях**

### **Массовый бой**

1. Никто не будет оспаривать необходимости артиллерии для дальнего обстрела неприятеля с 6-10 верст.

2. Огонь пехоты необходим при расстоянии передних линий на 0,5-1,5 версты.

3. На те же дистанции пулемет дает большую поражаемость и деморализует противника.

4. Если момент выбран правильно, то и конная атака с дистанции 200-300 шагов имеет решающее значение на исход боя.

5. Штыковая атака с 50-и шагов заканчивает почти каждый бой, когда противники сблизятся.

6. Захватив позицию неприятеля, необходимо для решения исхода боя закрепить ее за собой:

1). Артиллерия этого сделать не в состоянии;

2). Ружейный огонь пехоты; 3). Пулеметы – также; 4). Конница – также;

5). Штыковая атака неуместна;

6). Для закрепления позиции необходима масса пехоты.

### **Индивидуальный бой**

1. Так же и мы не отрицаем пользу револьвера и считаем его необходимым с дистанции 5-4 шагов от противника.

2. Мы считаем, что французский бокс (бой ногами) имеет важное значение на боевой дистанции между противником в 3-4 шага.

3. То же значение оказывает на противника в индивидуальном бою действие трости.

4. Аналогичный результат дают удары английского бокса для дистанции в 1-2 шага.

Сблизившись вплотную, противники, естественно, переходят к борьбе.

6. В индивидуальном бою окончательного результата боя дать не может:

1). Ни револьвер (не причинив повреждения противнику);

2). Ни французский бокс; 3). Ни трость; 4). Ни английский бокс; 5). Ни борьба;

6). Вполне обезвредить противника и завладеть им, не причинив ему никакого повреждения, можно лишь при помощи джиу-джитсу.

Вот вам сравнение военного сражения с нашей системой боя. На этих 6-и фазисах или 6-и боевых дистанциях мы построили нашу систему рукопашного боя.

Понятие о боевых тактических дистанциях рукопашного боя

Соответственно этим 6-и боевым дистанциям рукопашного боя и система его делится на 6 боевых дистанций, которым соответствуют 6 способов индивидуальной самозащиты:

I

боевая дистанция 4-5 шагов – сфера действия револьвера

боевая дистанция 3-4 шага – сфера действия трости

II

боевая дистанция 2-3 шага – сфера действия ударов ног

III

боевая дистанция 1-2 шага – сфера действия кулачных ударов

IV

бой вплотную в стойке без обхвата

V

с обхватом «приемы борьбы»

VI

лежа на земле «на противнике» или «под противником»

### **Как следует пользоваться «Руководством рукопашного боя»**

В нашем Руководстве мы разбираем и изучаем каждый вид самозащиты в отдельности, исключительно с точки зрения практического применения; в порядке постепенности, который диктуется нам обычной обстановкой боя, базируя всю систему на 6-ти дистанционных фазисах рукопашного боя, т.е. сначала револьвер, затем трость, ножные удары, кулачные удары, приемы вольной борьбы и джиу-джитсу.

Практически эти элементы сначала нужно изучать каждый отдельно, а затем комбинировать вместе, придерживаясь изложенного выше основного плана рукопашного боя. Лишь таким путем можно научиться применять нераздельно и инстинктивно указанные элементы в настоящем рукопашном бою. Рассматривая каждый элемент самозащиты, мы не только даем техническое описание приемов, тактические указания и серии практических упражнений для работы преподавателя с учениками, но и ряд сведений о необходимых специальных снарядах и методические указания для руководителей. На этот последний отдел нами обращено было самое серьезное внимание ввиду полного отсутствия подобных указаний в большинстве современных руководств.

Покончив с отдельными элементами, мы далее посвящаем отдельную главу различным фазам рукопашного боя. Здесь комбинируются все виды самозащиты, собранные в отдельные упражнения «боевые гаммы», дающие ценный практический материал для каждого изучающего искусство рукопашного боя. До сих пор еще не было сделано попытки объединить в систематических упражнениях различные виды самозащиты. Мы же постарались систематично сгруппировать все действительно практичные способы самозащиты, объединив их в одно целое.

На систему джиу-джитсу, столь мало знакомую нашей молодежи, мы обратили самое серьезное внимание, и у нас она изложена так, как ее некогда преподавали профессора Японской школы в Лондоне, знаменитые призовые бойцы – Миаки, Юкио Тани, Хирано, Эйда, Койама, Канайя и Диабустеу, т.е. систематично, ясно и полно, чего не достает в вышедших до сего времени руководствах.

В конце книги мы разбираем условия современной жизни, в которых мы можем столкнуться с фактом серьезного нападения, а также и те комбинации и удары, которые от нас потребуются в подобных случаях.

Кроме того, несколько последних глав отведено нами специальным вопросам самозащиты, как то: способам ареста особо опасных преступников для агентов уголовного розыска, приемам конвоирования и задержания в легких случаях для внешней (постовой) милиции и, наконец, схемам уроков для обучения самозащиты в школах милиции.

Все, что нами высказано до сих пор, дает понятие лишь об остове нашей системы, между тем как в его построении выявилась самая тяжелая часть нашей работы.

Элементы самозащиты, неправильный подбор и несовершенство приемов современных систем и оторванность их от требований действительной жизни – вот в чем заключалось все то зло, с которым приходилось бороться на пути к созданию новой системы.

Мы не раз повторяли, что как бокс, так и джиу-джитсу намеренно практикуются в таких условиях, которые значительно разнятся от обстановки серьезного боя: для целей чистого спорта необходимо одевать мягкие рукавицы и легкую обувь, а также пользоваться ковром для всех приемов борьбы.

Однако эти полезные виды спорта грешат, главным образом, перегруженностью такими приемами и движениями, которые совершенно невыполнимы в бою на голых кулаках, в городской обуви, в одежде и на голой земле. Мы не отрицаем необходимости некоторых условностей, как то: перчаток и ковра для ежедневной практики, но корень зла заключался в том, что большинство ударов, парировок и положений покоилось исключительно на этих условностях; отнимите их, и приемы станут невыполнимыми.

Как много лишнего, в серьезном бою никому не нужного, а порою и опасных движений ежедневно преподаются сотням лиц, изучающим ту или иную отрасль самозащиты, будь то бокс, борьба, джиу-джитсу и проч. А преподаватели, по-видимому, не считают нужным стремиться к реальной обстановке боя, они дают великолепное физическое упражнение, но не учат, как надо драться.

Поэтому на нашу долю выпала тяжелая задача бороться с прочно-установившимися традициями различных видов самозащиты и с рутинерством их преподавателей, слепо продолжающих учить своих учеников бесполезным и фантастическим приемам, сохраняя те же архаические методы преподавания, которые царили еще 50 лет тому назад.

Ознакомившись с системой путем внимательного чтения, изучающие искусство рукопашного боя могут приступить к практическим занятиям. Руководство такой практической работой должно, конечно, возлагаться на преподавателя, в равной степени опытного как в обеих системах бокса, так и в джиу-джитсу.

В настоящее время, не считая преподавателей школ милиции, трудно рекомендовать человека, способного руководить такими занятиями и давать уроки комбинированной самозащиты.

У нас в СССР есть, правда, и то в ограниченном количестве, хорошие преподаватели английского бокса. Что же касается французского бокса, боя на тростях и фехтования на кинжалах, то не только преподавателей, но и простых любителей, хорошо знающих эти отрасли самозащиты, у нас не имеется. О джиу-джитсу – этом фундаменте практической самозащиты – мы даже не говорим. По крайней мере в этой области мы можем указать лишь на одного человека, нашего уважаемого собрата по оружию В. А. Спиридонова, много лет неустанно и с успехом работающего в этой труднейшей области нашего искусства.

Комбинированная самозащита даже за границей находится еще в начальной стадии своего развития, хотя в отдельных своих элементах она и достигла там значительных успехов. Поэтому во Франции, Англии и Америке имеются сотни блестящих боксеров-профессионалов и, конечно, не меньше высоко-квалифицированных преподавателей французского бокса и трости. С джиу-джитсу дело обстоит хуже, и хороших преподавателей этой системы даже в Европе приходится считать по пальцам. К таким людям можно причислить японцев Миаки, Юкио Тани, Хигаши, Койама, Минами, Цуцуми, Раку, Диабустсу и Угениши.

Но все эти преподаватели являются исключительно специалистами одной какой-либо системы и часто совершенно не знакомы практически с другими системами, а поэтому не в

состоянии руководить занятиями по комбинированной самозащите.

Редкие преподаватели, знакомые с различными отраслями самозащиты, работают почти исключительно в школах при департаментах полиции, и, кроме того, они встречаются единицами. Так, например, в Европе, кроме преподавателей лондонского Скотланд-Ярда и Берлинской полиции, мы можем назвать еще лишь трех преподавателей парижской префектуры полиции Ренье, Гаске, Рено и частного преподавателя Метро. В Америке мы находим тоже немного выдающихся специалистов: Артура Уоллен-дэра, Хигаши и Иозефсона, все трое – преподаватели самозащиты тренировочной школы полиции города Нью-Йорка, и, кроме них, Марриота, инструктора военных лагерей в Вест-Пойнте.

Как видите, опытных преподавателей мало, особенно для заграницы, принимая во внимание огромное развитие там спорта.

У нас в СССР преподавание самозащиты ведется в школах милиции и в органах ГПУ и пока еще не охватило массы спортивной молодежи. Но мы уверены, что любители-спортсмены, нежелающие изучать искусство самозащиты, всегда найдут отклик в заинтересованных правительственных учреждениях и профорганизациях, которые в случае нужды всегда найдут возможность сформировать нужные кадры квалифицированных инструкторов, тем более, что вопросы самозащиты и искусства рукопашного боя должны занимать одно из первых мест в деле военизации страны.

Мы не задавались целью писать руководство по гимнастике и физической культуре. Пусть люди, смотрящие на бокс, джиу-джитсу или фехтование, как на средство физического развития, ищут указаний по интересующим их вопросам в других книгах, которые без сомнения лучше осветят их. Но, тем не менее, мы уверены, что все те, кто найдет в себе достаточно силы воли, чтобы выдержать строгую тренировку в рамках настоящего руководства, бесспорно получат великолепное и разностороннее физическое развитие, но это уже попутно, для нас это вопрос второстепенный.

Составляя настоящий труд, мы имели в виду лишь практическое применение этих видов спорта к условиям реальной жизни, т.е. «самозащиты»; насколько же мы справились с этой задачей – судить не нам.

Далее:

## **ОТДЕЛ I**

### **1-я БОЕВАЯ ДИСТАНЦИЯ – РЕВОЛЬВЕР**

#### **Общие замечания**

Предположим, что нападающее на вас лицо находится на первой боевой дистанции, т.е. в 4-5 шагах от вас. Такую дистанцию в искусстве рукопашного боя называют «длинной», а потому на такой дистанции лучшим средством самозащиты будет, конечно, револьвер.

С более близкой дистанции, револьвер также хорош, но часто некогда бывает выхватить оружие вследствие неожиданности нападения, или боишься, что более ловкий противник сумеет его вырвать из рук и употребит его против вас же самих. В таких случаях необходимо прибегать к другим средствам самозащиты.

Иногда, попросту, не имеешь с собой револьвера или забываешь его случайно дома, наконец, не имеешь права пустить в ход оружия согласно полученным инструкциям, как то бывает в службе милиции, или же желаешь обезвредить человека, не убивая его.

Револьвер ранит издали. На худой конец он держит противника на почтительном расстоянии, действуя на его психологию.

Владение им не требует абсолютно никакой физической силы. Помимо того, благодаря ему можно маскировать подготовку очень разнообразных ударов бокса и приемов джиу-джитсу, отвлекая внимание.

#### **Владение револьвером**

Всякое должностное лицо, исполняющее поручение, связанное с опасностью, и всякий воинский или милицкий чин, подвергающийся по долгу службы нападениям, вооруженным столкновениям и т.п., должен быть снабжен этим оружием.

*Но недостаточно иметь оружие в кармане или кобуре, надо уметь им пользоваться, лишь при этом условии револьвер может быть верным средством самозащиты. Даже умея с ним обращаться, необходимо все же от*

*времени до времени набивать себе руку, упражняясь в револьверной стрельбе и создавая для этих упражнений все условия, которые могут встретиться в серьезном бою.*

*Такие упражнения не имеют ничего общего с стрельбой в тире по обыкновенным мишеням. Для них требуется специальная обстановка, и первое условие ее – производить стрельбу на открытом воздухе.*

*Упражняться следует с тем револьвером, который вы постоянно носите при себе и которым пользуетесь.*

Приобретая новый револьвер следует его пристрелять.

Пристрелка револьвера и упражнение в стрельбе с собственным оружием имеет первостепенное значение, только при этом условии можно узнать свое оружие и владеть им в совершенстве. С револьвером, который знаешь, результаты будут в 10 раз лучше, чем с незнакомым оружием.

Поэтому мы считаем верхом безумия держать в ящике письменного стола или в кармане револьвер, который держится про запас, на случай нападения. Можно быть уверенным, что если случится подобная неприятность, то он сыграет своему владельцу самую скверную шутку.

Мы знаем немало случаев, когда неожиданно атакованные лица, пытались применить свои револьверы против нападающих, но почти всегда безуспешно.

## **Курс специальной револьверной стрельбы для рукопашного боя**

### **1. Общие замечания**

Хороших стрелков из револьвера очень мало; так же мало, как много лиц хорошо стреляющих из военной винтовки или охотничьего ружья. Объясняется это прежде всего несовершенством этого вида оружия, не обладающего той верностью и меткостью боя, какие присущи длинноствольному оружию. С дистанции свыше 100 м револьвер обыкновенной системы уже не может дать хороших результатов даже в руках опытного и тренированного стрелка. Поэтому револьвер может быть полезным лишь в качестве оружия ближнего боя, главным образом, рукопашного, в котором он имеет неоспоримое преимущество перед всяким другим оружием, при условии совершенного владения им. Вот это-то последнее обстоятельство почему-то на практике совершенно не принимается в расчет, и обучение револьверной стрельбе хотя и проводится заинтересованными в том органами, но лишь в порядке обязательных официальных инструкций «об обучении револьверной стрельбе», взятых целиком из военных уставов и наставлений.

Военизация органов внешней милиции – дело хорошее и нужное ...но в меру и не во всем. *То, что необходимо для военного дела, может оказаться совершенно ненужным в условиях службы милиции, и наоборот. В револьверной стрельбе мы как раз и имеем пример последнего. Значение револьвера как оружия военного равняется почти нулю. Ни кавалерия, ни пехота им не вооружены, кроме командного состава да некоторых специальных войсковых команд, вследствие чего обучение револьверной стрельбе в частях войск стоит весьма слабо, не говоря уже о культивировании специальных методов стрельбы.*

Другое дело – милиции (об уголовном розыске мы уже не говорим). Здесь каждый рядовой

милиционер вооружен револьвером, и револьвер является фактически его единственным оружием. Кроме того красноармеец готовится к военным действиям в поле, между тем как милиция и уголовный розыск должны часто употреблять оружие в условиях городской обстановки.

На это последнее обстоятельство следует обратить сугубое внимание при оценке систем обучения работников милиции.

Стрельба в городской черте, например, при преследовании преступного элемента всегда сопряжена с опасностью поранить проходящих мирных граждан, особенно же неловкая стрельба плохо вытренированного работника милиции.

Поэтому обучению стрельбе и владению револьвером, принимая во внимание изложенные выше обстоятельства, должно быть отведено в органах милиции совершенно особое и, мы бы даже сказали, «почетное» место. Методы этого обучения должны быть совершенно иные, чем те, которые употребляются в воинских частях, ибо цели этого обучения также иные.

Стрельба милиционера должна быть прежде всего «интеллигентна», да простят нам такое выражение; другими словами, осознана и продумана, как у всякого искусного стрелка, которому бы пришлось попасть случайно в такие обстоятельства, когда от твердости его руки и верности глаза зависела бы жизнь его самого и спасение окружающих его лиц.

Револьвер должен быть верным и любимым спутником и товарищем милиционера, а не одним из предметов его обязательного снаряжения и обмундирования, который он часто во внеслужебное время снимает со вздохом облегчения. Сохраните строгие инструкции о праве милиционера пользоваться оружием, налагайте взыскания при нарушении их, но позаботьтесь также и о том чтобы в тех случаях, когда милиция пускает его в ход, оружие это было действительно грозным.

*Для достижения этого необходима планомерная тренировка всех работников милиции и уголовного розыска по специальным методам, не имеющим ничего общего с военной или обычной револьверной стрельбой.* Раз пройденная как учебный курс, тренировка эта должна потом периодически повторяться в известные промежутки времени в виде хотя бы «стрелковых сборов», благодаря которым качество стрельбы в милиции можно всегда поддерживать на должной высоте.

Перейдем к изложению сущности специальных методов револьверной стрельбы.

*Специально милицейская стрельба отличается от обычных систем стрельбы главным образом тем, что производится с очень короткой дистанции по движущимся на стрелка или убегающим от него нескольким мишеням, тогда как обычная стрельба – как учебная, так и состязательная – производится преимущественно с длинной дистанции по одной вполне определенной и неподвижной мишени.*

Но разница заключается не только в этом. В систему обучения милицейской стрельбе входит целый ряд таких упражнений, которые не встречаются больше ни в одной системе и практическая польза которых настолько сама

собой очевидна, что не нуждается в особых пояснениях.

*Так, например, очень интересны, оригинальны и чрезвычайно полезны для милицейского дела такие отделы ее, как упражнения в стрельбе инстинктивной (не целясь) по одной или нескольким мишеням, разбросанным вокруг стреляющего на различных дистанциях; упражнения в стрельбе «по слуху»; упражнения «вслепую», упражнения в «ночной» стрельбе; тактические упражнения и многие другие, о которых мы будем в дальнейшем говорить более подробно.*

Приобретение благодаря этим упражнениям целого ряда весьма ценных навыков употребления револьвера в рукопашном бою имеет для каждого одиночного рукопашного бойца, в особенности для работников угрозыска и милиции, огромное значение.

Такова вкратце сущность системы, детальное изложение которой будет дано ниже.

Однако неопытного стрелка мы не советуем сразу начинать обучать по этой системе. Самое лучшее – начать обучение с первых принципов обычной элементарной (уставной) стрельбы по неподвижным мишеням, и лишь закончив этот общеобязательный курс, приступить к изучению «милицейской системы», постепенно вводя в последнюю все новые и новые усложняющие факторы. Имея в виду именно такой подход, мы и поместили в первом отделе системы «стрельбу



по неподвижной мишени», которая должна послужить переходной ступенью от элементарной военной уставной стрельбы к последующим более трудным упражнениям милицейской системы.

Описывая упражнения высшей милицейской стрельбы, мы совершенно ничего не говорим о положении стреляющего и о способе держания оружия. Поступая так, мы делаем это потому, что вопросы эти исчерпывающе разработаны органами милиции НКВД и изложены в официальных инструкциях, так же как и остальные отделы элементарного обучения стрельбе.

По той же причине не найдет читатель в нашем руководстве и описания различных систем оружия, так же как и описания устройства специального тира, мишеней и т.д.

С другой стороны, в тех случаях, когда при описании какого-либо упражнения встретится надобность в изменении положения стрелка, или положение это будет резко противоречить принятым уставом формам, то такие изменения будут отмечены и резко подчеркнуты.

Что касается мишеней, то при описании их мы отмечаем лишь общий принцип устройства каждой мишени в связи с упражнениями, для которых она предназначена, не касаясь деталей механизма.

## 2. Тренировка

Тренируясь в стрельбе по мишеням, следует соблюдать те же самые правила, какие соблюдают атлеты или спортсмены, желающие добиться высоких достижений в избранной ими области спорта или физкультуры. Эти правила могут быть выражены одной фразой: «Не пить (алкоголь), не курить, вести регулярный образ жизни, систематично работать». Чем больше отступления от этих общих правил, тем хуже будут и результаты, и качество стрельбы. Особенно сильно скажется это на сложных упражнениях, как, например, на стрельбе «по звуку», «на скорость», «в темноте», «инстинктивно» и т.д., так как алкоголь, табак и ненормальная жизнь понижают «восприимчивость», «удлиняют время реакции», притупляют нервные центры и понижают вследствие этого всю рефлекторную деятельность нервно-мышечного аппарата человека. Проще говоря, дрожащая рука алкоголика не может, напр., твердо, спокойно и в то же время быстро взять револьвер на прицел, не говоря уже о других достижениях в этой области, благодаря потере контроля над собственными движениями и т.д.

Наоборот, систематические упражнения в стрельбе не только укрепляют за человеком ряд физиологических навыков и способностей, но развивают их и обостряют до пределов... неограниченных.

Однако и здесь требуется известная мера, которую переходить не рекомендуется во избежание ухудшения результатов. Мы хотим сказать о «перетренировке» или переработке организма, влекущей за собой общее переутомление и атрофирование способностей. Поэтому разумная дозировка упражнений необходима.

Существуют стрелки, которые упражняются почти ежедневно, работая в день от 0,5-1,5 часов, и за это время выпускают 200-400 выстрелов. Для обычного человека такие «масштабы», конечно, совершенно не подходят, тем более, что при продолжительной стрельбе из револьвера большой палец, взводящий курок, и указательный, дергающий за собачку, не только страшно утомляются, но и начинают сочиться кровью. Сильно сказываются на стрелке из револьвера также и напряженное положение вытянутой руки, держащей оружие, и «отдача» после выстрела, утомляющая своими толчками локтевой сустав и кисть.

Поэтому и здесь следует подходить к делу осторожно, постепенно втягивая тренирующегося в стрельбу. Обычно достаточно упражняться три раза в неделю, делая по несколько последовательных выстрелов (6-12) в каждую серию. Две-три серии в день, по 3 дня в неделю будут хорошей тренировкой.

Поэтому и здесь следует подходить к делу осторожно, постепенно втягивая тренирующегося в стрельбу. Обычно достаточно упражняться три раза в неделю, делая по несколько последовательных выстрелов (6-12) в каждую серию. Две-три серии в день, по 3 дня в неделю будут хорошей тренировкой.

Начальная стрельба по неподвижной мишени производится с дистанций в 20 м. Ее можно начать и в закрытом тире, а затем перенести упражнения на воздух, так как такая стрельба будет более соответствовать нормальным условиям. Для практических целей лучше употреблять

*мишени черного цвета с белым центром* и пользоваться револьвером с белой мушкой. Для учебной стрельбы размеры центрального кружка мишени должны быть диаметром в 15-17,5 см при дистанции до 50 м и более, и в 30 см при дистанции в 100 и более м. Когда же учебный курс будет пройден, то для обычной тренировочной стрельбы можно употреблять мишени с центром в 12,5 и даже 10 см для 50-метровой дистанции и с центром в 5 см для 20-метровой. После окончания всего курса высшей специальной стрельбы для дальнейшей тренировки надлежит чередовать упражнения между собой.

### **3. Стрельба по неподвижной мишени на дистанцию в 20 метров**

Это наиболее легкое из всех упражнений в револьверной стрельбе. Правила и характер этой стрельбы настолько известны, что мы не будем их здесь описывать, уделив главное внимание положению стреляющего и способу держания оружия. Обычно большинство стрелков стоит, повернувшись правым боком к цели, сгибая в локте руку, держащую оружие, и подавая слегка голову вперед, считая, что это будто бы облегчает прицел. Между тем такое положение только утомительно и, кроме того, при сильном пороховом заряде или плохом качестве оружия грозит поранить лицо стреляющего. У многих стрелков существует также привычка перед тем, как брать оружие на прицел, предварительно поднимать правую руку с револьвером кверху, сгибая ее в локте, и затем снова опускать до точки прицела, делая таким образом лишнее движение сверху вниз. Для чего это делается, неизвестно, но несомненно, что при попадании, когда приходится стрелять тотчас же, как револьвер вынут из кармана, абсолютно некогда делать этих движений, и поэтому нет смысла привыкать к ним и в периоды учебной и тренировочной стрельбы.

Лучше всего стрелку стоять, повернувшись к цели лицом, а не боком, слегка раздвигая ноги и обратив правую из них к цели, так чтобы носок ее был слегка направлен внутрь. Правая рука выставляется вперед совершенно вытянутой, а левая свободно висит у бедра. Голова совершенно прямо. Вообще все положение должно быть абсолютно свободно и непринужденно. Многие, стреляя, кладут кисть руки на бедро, но все такие движения также совершенно излишни.

Если производится трудный выстрел, требующий особенно старательного прицела, то стрелок может прибегнуть к помощи левой руки, поддерживая ею правую, в которой находится оружие. Однако такой способ допустим лишь на состязаниях или вообще при стрельбе по мишеням. При употреблении же оружия в серьезном деле к нему следует прибегать лишь в случаях сильного ветра, стреляя по убегающему или находящемуся в отдалении противнику.

Взводя курок, приподнимают оружие и кладут его слегка набок, поворачивая вправо, пользуясь при этом исключительно помощью большого пальца правой руки и не помогая ей левой. Необходимо научиться быстро и легко взводить курок одной рукой, действуя большим пальцем и держа указательный на спуске, но не надавливая на него и даже почти не касаясь. Это требует специального упражнения. В бескурковых револьверах, где взведение курка производится нажимом указательного пальца на собачку спуска, это требование, конечно, отпадает. Вообще мускулы этих двух пальцев (большого и указательного), а также всего предплечья руки требуют специальной тренировки, так как при револьверной стрельбе на них ложится большая нагрузка.

Стреляя, следует держать руку совершенно вытянутой, кладя большой палец слева вдоль оружия и указательный – у спуска. Иногда специально тренируются в том, чтобы при стрельбе привыкать держать вдоль оружия указательный палец с правой стороны; такое положение хотя и весьма пригодно для инстинктивной стрельбы (т.е. без прицела), однако обладает тем недостатком, что палец часто обжигается пороховой пылью, выскакивающей из барабана. Кроме того, спуск нажимается при таком положении средним пальцем правой руки.

Ручку револьвера следует захватывать пальцами как можно выше, это дает больше устойчивости оружию. Ствол револьвера, кисть руки, держащей оружие и сама рука должны составлять одну прямую линию.

Начиная стрельбу, делают глубокий вдох, наполняя легкие воздухом, и медленно поднимают руку, держащую оружие, до горизонтального положения. В момент, когда оружие

приняло это положение, делается легкая пауза и стреляющий прицеливается в нижний край центра мишени, затем указательный палец резко и сильно нажимает на спуск в направлении прямо назад (но не дергая вбок) и спускает курок, одновременно напрягая все мускулы плеча и руки, держащей оружие.

Пока оружие поднимается, можно конечно дышать, но с того момента, как оно взято на прицел, следует придержать дыхание до конца прицеливания. Если не удастся справиться с этим, лучше опустить оружие, опять набрать воздуха и начать прицелку снова. Есть стрелки, которые в момент прицела прищуривают левый глаз, другие – нет. На точность и качество выстрела это обстоятельство никакого влияния не оказывает.

Если следовать буквально данным выше предписаниям, то окажется, что в тот момент, когда прицел очутится на уровне глаза, мушка будет находиться как раз по середине прореза и под нижним краем черного кружка мишени. *Кроме того, если в момент выстрела слишком резко дернуть за спуск, то положение мушки оттого не изменится, при условии, что направление нажима на спуск будет правильно.*

Таким образом, если взять прицел так, как мы указывали, т.е. под нижний край черного кружка мишени, то выстрел попадет прямо в центр мишени.

При неправильном нажиме на спуск оружие в момент выстрела скосится набок, а мушка направится в левый край черного кружка мишени или совсем отойдет от прореза прицела и не будет видна.

Для того, чтобы избежать таких ошибок, следует пройти ряд предварительных упражнений с револьвером, заряженным учебными патронами или пустыми гильзами, стараясь добиться сохранения правильного прицела при спуске курка.

Спускать курок следует так, чтобы в нажиме на спуск участвовали все мускулы кисти, при чем следует начинать с легкого давления на собачку и постепенно усиливать его так, чтобы спуск курка производился плавным движением.

Попадания отмечаются на мишени крестиками, которые делаются карандашом. После 12 выстрелов лучше сменить мишень и поставить новую.

Как в закрытом тире, так и на открытом стрельбище хорошо установить на линии огня барьер, а на нем сделать столики для стреляющих, на которые они могли бы класть свое оружие после выстрела и брать его, начиная снова стрелять. Подобные столики, расположенные впереди стреляющих, невольно заставляют их избегать лишних движений и поз, что, конечно, прививает стрелкам хорошие привычки.

#### **4. Стрельба по неподвижной мишени на дистанцию в 50 метров**

Теперь мы переходим к стрельбе на дистанцию в 50 м. Стрельба на дальнюю дистанцию чрезвычайно утомительна как для глаз, так и для мускулов, и потому долго упражняться в ней не рекомендуется. Двух серий по 6 выстрелов в каждой за день будет совершенно довольно. Патроны для дистанции в 50 м выбираются с более сильным пороховым зарядом, что значительно улучшает точность попаданий, мушка – самая тонкая, прорез прицела – узкий.

После каждого выстрела, стрелок может проверять результаты своей стрельбы при помощи Цейсовского бинокля, и на основании опыта предыдущих выстрелов соответственно изменять точку прицела последующих.

Весьма полезно на такую длинную дистанцию упражняться с несколькими револьверами различных величин и систем, в частности, с такими, у которых прицелы сильно различны. Такие упражнения воспитывают стрелка и дают ему необходимый опыт в обращении с разными системами оружия. В остальном стрельба эта ничем не отличается от стрельбы на 20 м.

Стрельбу на большее расстояние мы совсем не рекомендуем, как не служащую практическим целям защиты или нападения, так как свыше 100 м револьвер теряет всякую точность. Попасть с этой дистанции в пробегающее крупное животное или в лошадь считается очень хорошим результатом даже для очень хорошего стрелка, между тем как попадать с 50 м в скачущую лошадь доступно обычному стрелку при регулярной тренировке.

Образцом хорошего результата при стрельбе на 50 м может служить прилагаемый мишень

рекорда на 12 выстрелов.

## 5. Стрельба по исчезающим подвижным мишеням

Здесь мы переходим фактически к тем сложным упражнениям, которые составляют сущность специальной милицейской стрельбы.

Для стрельбы по «исчезающим подвижным мишеням» употребляются мишени, центр которых имеет 5 см в диаметре. Стрельба ведется с дистанции в 20 м, при чем мишени устраиваются механические, появляющиеся через каждые три секунды и на столько же времени (3 секунды), остающиеся на глазах стрелка, после чего они снова скрываются на 3 секунды.

Согласно инструкций, стрелок не имеет права взять со своего столика револьвера, пока не покажется мишень. После каждого сделанного выстрела стрелок обязан снова положить оружие на столик.

Упражнения эти, благодаря таким правилам, являются чрезвычайно полезными и практичными для подготовки к рукопашному бою. Они служат также фундаментом для всех остальных упражнений милицейской стрельбы, описание которых последует в дальнейшем.

Упражняясь в такой стрельбе на открытом воздухе, следует прежде всего учитывать силу солнечного света и влияние его на прицеливание и потому соответственно ему выравнять мушку и прицел более или менее вправо, влево или ниже цели.

Различия в высотах колебания прицела, происходящие благодаря влиянию солнечных лучей, могут быть уничтожены также искусственным путем, при применении специальных очков со стеклами дымчатого или оранжевого цвета. Оправа последних должна быть округлой, а не овальной и 5 см в диаметре, при чем ободок не должен мешать зрению.

Применение больших круглых «защитных» очков для стрельбы удобно еще тем, что они предохраняют глаза от пороховой пыли и ветра, дующего навстречу, а также от носящегося по стрельбищу едкого порохового дыма и соринок, часто попадающих в глаза.

Отбросив в сторону требования «закалки» и привычки переносить выстрелы, которые обычно воспитываются в каждом военнослужащем, мы считаем бесполезным указать на тот вред, который приносит ушам частая детонация на учебном стрельбище. Вред этот особенно велик при револьверной стрельбе, благодаря короткости ствола этого оружия, отчего детонация происходит около самого уха и сильнее, чем от ружейного огня. Глухота и ушные болезни – результат часто повторяющихся детонаций. При револьверной стрельбе они большею частью падают на левое ухо, страдающее больше правого вследствие неожиданных выстрелов соседа по стрельбе, к которым оно не подготовлено, особенно если сосед этот стоит слегка сзади. Поэтому, щадя здоровье людей, лучше снабжать их на период учебной стрельбы специально изготовленными резиновыми «тампонами», представляющими собой небольшие пустотелые пробочки, начиненные внутри мелкими опилками. Тампоны эти вставляются в уши и заглушают шум, производимый выстрелами. Обычная же ватная затычка является далеко не совершенным средством защиты от детонаций.

Так как стрельба по исчезающим мишеням есть один из видов стрельбы на скорость, то естественно, что при ней частое и быстрое взведение курка револьвера большим пальцем, требующее силы и поэтому чрезвычайно утомительное, приводит к воспалению пальца. Чтобы избежать этого, необходимо «закалить» пальцы при помощи предварительной тренировки на специальном аппарате. Аппарат этот состоит из металлического стержня или «грифа», к которому при помощи двух блоков привешен на веревках груз, весом в несколько фунтов. Вращение этого грифа при помощи двух пальцев – большого и указательного – достаточно закаляет мускулы и суставы этих пальцев, а также и кожу на них.

Кисть и локоть руки, держащей оружие, при такой стрельбе, сильно утомляются вследствие «отдачи» после каждого выстрела, и требуют также предварительной тренировки при помощи местной гимнастики, хотя при том способе держать оружие, который мы рекомендуем, напряжение руки и утомляемость ее меньше.

Теперь скажем несколько слов об установке мишеней.

Обычно на хорошо устроенном стрельбище или в закрытом оборудованном тире для подобной стрельбы имеются специальные механические мишени. В случае, если таких мишеней

не имеется, то приспособливают обычную мишень, делая ее на шарнирах и снабжая весьма простым механическим приспособлением, благодаря которому она то выпрыгивает вверх, то снова исчезает. Если же и такое приспособление покажется чересчур сложным, то можно упражняться этой специальной стрельбе и при помощи обыкновенной неподвижной мишени.

Для этого прежде всего нужно запастись метрономом, т.е. инструментом, который употребляется в музыке для отсчитывания такта. Метроном ставится на полусекундный удар, а звонок его на каждый 6-й удар метронома так, чтобы каждые 3 секунды (промежуток времени, в продолжение которого механические мишени находятся на виду) отмечались звонком.

Пока маятник отбивает такт, стрелок сам считает про себя: один, два, три, четыре, пять, шесть; один, два и т.д.

Позади стреляющего, метра на два, устанавливается простой рычаг, соединенный с щитом мишени. У рычага помещается помощник, который, надавливая на рукоятку рычага или вращая ее, заставляет мишень выскакивать вверх и затем снова скрываться. Помощник должен находиться обязательно позади стреляющего, иначе он рискует получить ожоги или поранения.

Нажимая по звонку метронома на рычаг, помощник должен действовать очень энергично, чтобы мишень выскакивала вверх до отказа и по следующему звонку также пряталась бы обратно.

Если теперь мы вместо механического приспособления возьмем обыкновенную неподвижную мишень, то упражнение будет происходить точно таким же образом и при том же самом счете, но с той разницей, что на первый звонок метронома стрелок условно считает, что мишень появилась, а на второй – что она снова исчезла и т.д., хотя в действительности мишень, конечно, все время остается неподвижной.

Положение стреляющего, т.е. позиция его ног и положение туловища сохраняются те же, что и при стрельбе по неподвижной мишени.

Для того, чтобы достигнуть хороших результатов, прибегают к следующим приемам.

Наблюдая внимательно за выскакивающей и вновь исчезающей мишенью, стрелок все время отсчитывает про себя такт: один, два, три и т.д., стараясь мысленно запечатлеть такт ее движения вверх и вниз. Пока мишень движется вертикально вверх, стрелок не спускает глаз с черного кружка центра мишени и старается запечатлеть в мозгу отображение цели, когда последняя исчезает, при чем когда она идет вниз, он уже не следует за ней глазами. Благодаря такому способу стрелок знает, когда и в какой точке появится снова перед ним мишень, и поэтому должен целиться не в центр мишени, а под него, т.е. в место соприкосновения черного кружка с белым, производя выстрел как раз в тот момент, как черный кружок подойдет под прицел.

При такой стрельбе у оружия, снабженного курком, последний взводится только движением одного большого пальца, так чтобы левая рука не двигала при этом туловища и револьвера.

На счете «один» стрелок медленно, не торопясь, поднимает вверх руку, вытянутую в горизонтальном положении вперед до тех пор, пока прицел револьвера не очутится на уровне глаз.

Если стрелок в точности следовал всем нашим указаниям, то ему не придется изменять положения руки или искать правильного прицела, так как мишень и линия прицеливания совпадут, когда мишень очутится на уровне глаз. Темп движения поднимающейся руки должен быть так рассчитан, чтобы на счет «два» линия прицеливания в нижний край центра мишени была бы уже взята.

На счет «шесть» револьвер опускается вниз и в таком положении выдерживается следующие шесть тактов, после чего снова поднимается, и стрельба продолжается, как и прежде.

Пока револьвер спущен вниз, стрелок начинает слегка давить на спуск, направляя, конечно, при этом дуло оружия в сторону от ног. После некоторой тренировки в этом направлении, стрелок выучится контролировать этот нажим, чтобы вкладывать в него только 1/2 силы, необходимой для спуска курка и производства выстрела.

Постепенно поднимая револьвер вверх, стрелок также постепенно усиливает и давление пальца на спуск, стараясь при этом не сваливать оружия на сторону, что неминуемо

приведет к неправильному прицелу. Если движение это будет сделано правильно, то к

счету «шесть» стрелок будет готов сейчас же снова открыть огонь, при чем оружие будет в правильном положении, и точка прицела – верна.

Тотчас после выстрела стрелок быстрым движением взводит курок большим пальцем и снова опускает оружие дулом вниз, как и прежде, при чем взведение курка должно выполняться так, чтобы указательный не привлекался при этом к спуску, а правильное положение левой кисти, левой руки и туловища не нарушалось.

Как только стрелок привыкнет совершать эти движения безупречно, он может перейти к следующему подготовительному упражнению.

Одна половина барабана револьвера заряжается боевыми патронами, а в другую вставляются пустые гильзы, при чем чередуются они с боевыми патронами в разбивку, например: один патрон пустой, второй боевой, затем два пустых и т.д. Когда все готово, барабан перевертывают несколько раз для того, чтобы стрелок не знал, в каком порядке находятся патроны, и упражнение начинается.

Смысл его заключается в том, чтобы приучить стрелка не изменять при выстреле раз взятого правильного прицела и не изменять положения револьвера в самый момент выстрела, реагируя на «отдачу» револьвера. Если первым по порядку окажется пустой патрон, то стрелок, приготовившийся реагировать на выстрел известным напряжением руки, вместо того, чтобы медленно нажать спуск, по всей вероятности, резко дернет за него и будет, конечно, озадачен, когда выстрела не последует. Затем, делая второй выстрел, и ожидая попасть на пустой патрон, он естественно нажмет слишком медленно и слабо, благодаря чему выстрел опоздает и минует цель. Следующий выстрел попадет под мишень вследствие нового слишком стремительного нажима на спуск, опускающего дуло револьвера вниз, и т.д.

Только после целого ряда упражнений в этом направлении, после того, как все ошибки будут исправлены, можно будет заряжать боевыми патронами полный барабан револьвера.

Следующей задачей стрелка будет приобретение правильного (быстрого) темпа и механизация стрельбы.

Наблюдения специалистов над ошибками стрелков на различных состязаниях в стрельбе по исчезающим мишеням показали, что некоторые выстрелы лишь слегка задевают мишень, другие производятся слишком поздно, когда мишень уже скроется из вида. Многие стрелки передвигают ноги или меняют свое положение во время стрельбы, другие поднимают оружие наполовину высоты только затем, чтобы снова его опустить, и вообще злоупотребляют различными позами.

Подобных лишних движений, отнимающих время, необходимо всячески избегать, так как благодаря им скорость стрельбы значительно понижается. При помощи систематической тренировки с метрономом можно достигнуть того, что правильный быстрый темп стрельбы и механизация движений войдут в плоть и кровь стреляющего. Наступит время, когда стрелок даже без помощи метронома будет в состоянии произвести все шесть выстрелов и сделать шесть попаданий в мишень, до того как последняя скроется. При такой механизации стрельбы, рука, держащая оружие, поднимается одновременно с появлением мишени, и все шесть выстрелов делаются до того, как исчезающая мишень начнет свое обратное движение вниз. Такая стрельба может, конечно, с полным правом назваться искусной.

Если во время упражнений в стрельбе по исчезающим мишеням стрелку почему-либо не удастся взять правильный прицел, то он может пропустить очередной выстрел и дать мишени скрыться, чтобы выстрелить при следующем ее появлении. Таким образом стрелок может сделать шесть попаданий на десять выстрелов, и такая стрельба будет считаться все же хорошей, так как количество выстрелов при стрельбе по исчезающим мишеням стрелку не засчитывается.

Мушка для стрельбы по исчезающим мишеням употребляется большая, а прицел снабжается широким прорезом, что облегчает прицеливание при быстром темпе стрельбы.

При упражнениях группами по несколько человек в каждой следует располагать людей на линии огня с такими интервалами, чтобы пороховой дым от оружия одного не застилал бы вида мишени для рядом стоящих стрелков.

После каждой серии выстрелов стрелки должны осмотреть свое оружие, особенно внутренность ствола и барабан. Потемнение дула, часто происходящее во время стрельбы на скорость, особенно при употреблении черного пороха, и в жаркую и сухую погоду влияет

отрицательно на меткость стрельбы, всякое трение в частях револьвера (например, от грязи, забивающейся в барабан) препятствует поддерживать беглый огонь.

Следует помнить при этом, что во время стрельбы по исчезающим мишеням, являющейся одним из видов стрельбы на скорость, правилами запрещается как менять оружие, так и прочищать его, как это делается при стрельбе по неподвижным мишеням. Поэтому, открывая револьвер после окончания каждой серии, стрелок должен внимательно осмотреть состояние патронов в барабане, и если стреляные гильзы плохо пробиты или повреждены, что происходит при плохой стрельбе, вследствие которой они иногда пробиваются сбоку, то стрелок должен разобрать револьвер и смазать части. Если это не помогает, то для продолжения стрельбы следует взять другое оружие.

Следует особенно следить за тем, чтобы для револьвера одной системы употреблялись соответствующие патроны, а не патроны других систем, как это часто практикуется. Кроме того, перед учебной стрельбой следует сделать предварительную пристрелку оружия и пробу патронам.

Осматривая ежедневно, утром и вечером, свой револьвер, следует следить за тем, чтобы спуск его работал быстро и легко.

Достигнув некоторого навыка сначала в стрельбе по неподвижной мишени, а затем и в стрельбе по исчезающим, следует в дальнейшем чередовать эти два упражнения, благодаря чему достигается большее совершенство. Однако начинающему стрелку мы этого не рекомендуем. Ему, конечно, лучше всего начинать свое упражнение с азов.

## 6. Стрельба на скорость

Стрельба исключительно на скорость является, с нашей точки зрения, одним из наиболее полезных упражнений револьверной стрельбы хотя бы потому, что револьвер является оружием, предназначенным исключительно для быстрой стрельбы с короткого расстояния.

Результаты многочисленных состязаний по револьверной стрельбе как в Америке, так и в Европе показали, что из обычного, не самовзводного револьвера можно сделать с дистанции в 20 метров шесть выстрелов-попаданий, в промежуток времени в 7-10 секунд.

Самозаряжающиеся и самовзводные револьверы-автоматы показали еще лучшие результаты и, сохраняя ту же самую меткость, повысили рекордную быстроту шести выстрелов с 7-10 секунд до 5-7 секунд.

Поэтому средняя норма для упражнения в стрельбе на скорость будет равняться 6 выстрелам в 12 секунд. Прилагаемая в виде иллюстрации рекордная мишень для стрельбы на скорость дает более наглядное представление о достигнутых в этой области результатах.

Для упражнений в стрельбе на скорость употребляется 20-метровая механическая мишень, которая, выскакивая, остается на виду стрелка в продолжении 12 секунд. За этот промежуток времени стрелок должен сделать все свои 6 выстрелов с возможно лучшим результатом.

Счет при этой стрельбе имеет также огромное значение, однако здесь немыслимо держать такт, отсчитывая его по полусекундам. Лучше всего отсчитывать четыре полусекунды шесть раз, например, – один, два, три, четыре – для каждого выстрела, благодаря чему каждый выстрел берет 2 секунды времени.

Выстрел должен делаться или перед, или в самый момент счета «два», при чем излишне торопиться не следует. Как только мишень появится на виду, рука идет вверх, но гораздо быстрее, нежели в стрельбе по исчезающим мишеням, и нажим на спуск при поднимании оружия делается сильнее; затем, когда линия прицела будет взята правильно, делается выстрел, как выше указано, на счете «два».

После некоторого упражнения эти выстрелы смогут попадать в центр мишени несмотря на быстрый темп стрельбы.

Сделав первый выстрел, взводят курок для следующего, пользуясь толчком, который производит «отдача» после выстрела. При этом особенно требуется следить за тем, чтобы указательный палец не нажимал на спуск, так как

даже легкий нажим в момент взведения курка может не только замедлить стрельбу, но и

повредить оружие. Правило это относится также и к самовзводным револьверам, а поэтому, употребляя их, следует делать некоторую паузу между моментом взвода курка и спуском его. При этом, нажимая на собачку самовзводного револьвера, следует бороться с привычкой сваливать оружие на бок и, отводя револьвер назад, держать его прямо.

Научиться всему этому нелегко, так как обычно многие стрелки, даже уже обладающие некоторым опытом, имеют тенденцию хотя бы слегка нажимать на спуск, взводя курок. Стараясь же этого не делать, они совсем отнимают указательный палец от спуска, что при стрельбе на скорость совершенно не допустимо.

В общем, как для взведения курка, так и для спуска его следует пользоваться исключительно силой кисти и предплечья правой руки.

Стреляя из куркового не самовзводного револьвера, следует, взводя курок, слегка класть оружие на правый бок, а затем снова выпрямлять его.

Когда выстрел сделан, и курок взведен для следующего, требуется начать слегка нажимать на спуск, беря в то же время линию прицела на центр мишени и начиная отсчитывать такт: один, два, три, четыре. Затем новый выстрел и т.д.

Стрелять нужно так быстро, как успеваешь, не ожидая счета «четырех» и не задерживая после счета «четырех», за исключением последнего выстрела. Делая последние пять выстрелов, стрелок должен сохранять полную неподвижность как руки, держащей оружие, так и всего туловища.

Сделав пять выстрелов, новичок обычно чувствует, что он запаздывает, и поэтому торопится с последним выстрелом. Между тем, наоборот, следует выцеливать наиболее старательнее последний выстрел, бросая при этом счет такта. Если мишень движется вниз до того, как последний выстрел сделан, то можно всегда успеть быстро взять прицел под нее и всадить пулю в центр, как раз в тот момент, когда она скрывается.

Если при упражнениях пользуются автоматом, то все условия этой специальной стрельбы, конечно, сильно облегчаются, так как стрелок не затрачивает лишнего времени на взведение курка и новую приделку для каждого следующего выстрела. Если же пользуются обыкновенным курковым револьвером, то нужно следить за тем, чтобы механизм его работал легко и мягко. Для стрельбы на скорость требуется крупная мушка, а также широкий прорез у прицела.

Положение стреляющего должно быть тем же, что при стрельбе по исчезающим мишеням.

Упражнения в револьверной стрельбе на быстрый темп не должны быть продолжительными. Для одного раза достаточно полдюжины серий или полдюжины учебных мишеней, так как продолжительная стрельба влияет неблагоприятно на нервную систему и слишком нагревает оружие. Упражнения эти должны производиться на открытом воздухе, при благоприятной погоде, так как ветер усложняет прицеливание.

## 7. Стрельба по горизонтально-скользящим мишеням

Для этих упражнений стрельбище снабжается механическими подвижными мишенями, которые быстро скользят вдоль линии огня в горизонтальном направлении. Стрельба по этим мишеням производится с расстояния в 20 метров. Этот вид стрельбы труднее, нежели по исчезающим мишеням, и в то же время легче стрельбы на скорость, занимая по степени трудности второе место среди упражнений по подвижным мишеням. Главная трудность его заключается в том, что точку прицела надо брать и по вертикальной, и по горизонтальной линиям. Счет такта для этих упражнений не нужен, так как мишень хотя и движется, но все время находится на глазах у стрелка, и он видит, когда она исчезает.

Для начала при упражнениях следует пользоваться не обычной мишенью с круглым центром, но мишенью, снабженной вертикальной полосой в 5 см шириной. После нескольких упражнений с этой мишенью ее заменяют другой, снабженной точно такой же полосой, но расположенной горизонтально.

Таким образом, стреляя по проносящейся мимо мишени с вертикальной полосой, можно установить в зависимости от числа и точности попаданий, насколько берет стрелок прицел по горизонтали и насколько верно забирает он вперед движущей цели. Стреляя же по мишени с горизонтальной полосой, устанавливают, правильно ли взята стрелком элевация по вертикали.



Наконец, когда нужно узнать правильность попаданий на обыкновенной мишени, то для этого на оборотной стороне ее наклеивают указанные выше вертикальные и горизонтальные полосы и, проведя по ним стрельбу, переворачивают мишень, чтобы определить расположение попаданий.

В этих упражнениях не следует тренироваться одновременно, особенно начинающим, которые могут легко сбиться.

Многие стрелки находят стрельбу по горизонтально-двигающимся мишеням трудной, так как движение их происходит в обе стороны, т.е. сначала слева направо, а потом обратно – справа налево. Особенно затруднительна стрельба справа налево, и поэтому, когда она производится на очки, то лучше всего начинать ее с трудной стороны, для того чтобы последний выстрел приходился на легкую сторону, т.е. на движение слева направо.

При стрельбе по горизонтально-скользящим мишеням следует брать прицел несколько выше, нежели обычно; вместо того, чтобы метить в нижний край мишени, лучше целиться в ее правый или левый край, в зависимости, конечно, от того, с какой стороны – с правой или левой – надвигается мишень.

Некоторые стрелки, у которых весьма слабая реакция не позволяет быстро схватывать правильную точку прицела и быстро нажимать на спуск, должны, целясь, забирать еще больше вперед мишени. Для лиц, обладающих более развитой реакцией, мы рекомендуем забирать на 1-2 см вперед цели. На способность к быстрой реакции особенно пагубное действие оказывает алкоголь, но об этом мы уже говорили подробно в своем месте.

Некоторые стрелки целятся прямо перед собой в какое-нибудь определенное место, ожидая, когда проходящая мимо мишень сольется с намеченной целью, однако опыт ружейных охотников показывает, что подобная стрельба не может дать хороших результатов.

ромных размеров он вешает в кобуре на пояс на виду у всех, а другой, маленький, прячет в рукаве и так, чтобы в нужный момент его удобно было схватить и пустить в дело. Когда дело доходит до столкновения, то другой противник ожидает момента, когда первый схватится за ручку большого револьвера, чтобы положить его на месте, и, вместо этого, получает пулю в лоб из маленького спрятанного в рукаве револьвера своего более дальновидного противника.

Теперь несколько слов о положении стреляющего. Для этой специальной стрельбы положение стрелка значительно изменяется. Он может стоять или лицом прямо, или несколько наискось, чтобы руке, держащей оружие, было легче следовать за движением мишени. Ноги расставляются гораздо шире, чем при других упражнениях, чтобы стреляющему было легче вращать туловище в бедрах, следуя за движением мишени, благодаря чему рука его может оставаться в спокойном положении, так же как и вся верхняя половина туловища.

Как только мишень появилась и стала скользить в правую или в левую сторону, стрелок быстро берет со столика револьвер и начинает вращать верхнюю часть туловища в ту же сторону, в которую скользит мишень, беря горизонтальный прицел, в то время как рука, держащая оружие, двигается впереди мишени. Во все продолжение этого времени стрелок постепенно нажимает на спуск и, когда прицел будет взят впереди мишени правильно, дает выстрел.

Некоторые стрелки в промежутках между выстрелами опускают вниз руку, держащую оружие, другие предпочитают поднимать ее вверх. Нам кажется, что полезнее всего брать перед каждым выстрелом револьвер со стола.

Точно так же многие стрелки имеют тенденцию слишком долго следовать оружием за целью и вследствие этого спускают курок уже тогда, когда цель исчезает из глаз. Это одна из самых пагубных привычек. Утрировать, стреляя преждевременно, конечно, также не следует.

Устанавливая мишени на стрельбище, следует по сторонам его устроить боковые щиты, которые нельзя было бы пробить пулей в те моменты, когда мишень прячется за них. В целях экономии места аппарат с горизонтально скользящими мишенями можно устанавливать впереди исчезающих мишеней, а также снабдить его приспособлением для производства стрельбы по неподвижным 20 и 50-метровым мишеням.

Следует остерегаться применять при этом мишени, скользящие благодаря собственной тяжести по наклонной плоскости, так как при обратном движении их вверх придется брать для них совершенно другой прицел.

## 8. Стрельба по набегающим на стрелка мишеням

Для этих упражнений употребляются те же мишени, что и на 50 метров с центром в 10 см в диаметре, с той разницей, что они механизированы.

Стрельба ведется с дистанции в 50 метров. Мишень начинает набегать прямо на стрелка с 50 метров и останавливается в 15 метрах от него. Согласно инструкции, за этот промежуток времени стрелок должен выпустить все 6 выстрелов, при чем не имеет права поднимать револьвера до начала движения мишени.

Это упражнение считается довольно легким, а между тем многие стрелки так теряются при виде быстро бегущей на них мишени, что зарегистрированы многочисленные случаи, когда промахи давались даже с дистанции в 15 метров, и это несмотря на то, что мишени были размером почти в 1 квадратный метр.

Стрелять по этим мишеням надо также, как обычно стреляют на 50 метров по неподвижной мишени.

Стрелок спокойно, без излишней торопливости поднимает оружие, спокойно целясь и стараясь взять правильный прицел. Прицел для первого выстрела берется несколько выше, чем для последующих, в особенности если употребляется слабый пороховой заряд. Для этих упражнений употребляется тот же самый револьвер, что и для стрельбы на 20 метров по неподвижной мишени. Счет отсутствует, так как стрелок сам видит, сколько ему остается времени для стрельбы.

Таким образом, первый выстрел берется, высоко и прицел устанавливается на 20 метров. Если окажется, что во время стрельбы происходит перемена элевации, то лучше употреблять для упражнения различные патроны, т.е. с большим или меньшим пороховым зарядом.

Мишень набегает на стрелка в очень быстром темпе, но он не должен этим смущаться и торопиться зря, так как первый выстрел лучше всего делать с расстояния в 40 метров. Если стрелок умеет стрелять очень быстро, то можно подпустить к себе мишень еще ближе, не начиная при этом стрельбы, так как чем ближе она будет, тем легче будет попасть в центр мишени. Благодаря этому будет уже легко поместить и все остальные выстрелы в центр мишени, так как черный кружок имеет 10 сантиметров в диаметре при расстоянии от 39 до 15 метров до места остановки мишени.

Надо следить только за тем, чтобы на каждый следующий выстрел брать прицел немного ниже, чем на предыдущий, сообразуясь с тем обстоятельством, что дистанция до мишени все время сокращается.

Для трех последних выстрелов прицел берется над нижним краем центра мишени. Часто однако бывает, что уверенный в своих силах стрелок промазывает последний выстрел по мишени.

Особенно удобно производить эти упражнения с самовзводным револьвером или пистолетом-автоматом, так как в таком случае стрелок может ждать с первым выстрелом, допуская к себе мишень на расстояние в 25 метров, и тогда только начинать стрельбу.

## **9. Стрельба по мишеням, убегающим от стрелка**

Одним из наиболее трудных упражнений специальной милицейской стрельбы является упражнение в стрельбе по так называемым убегающим от стрелка мишеням. Это упражнение по своему принципу обратно предыдущему, так как в нем мишень вместо того, чтобы приближаться к стрелку, быстро от него удаляется. Тактика этой стрельбы заключается в том, чтобы стрелять с чрезвычайной быстротой, так как с каждым последующим моментом цель все более и более удаляется от стрелка и это, конечно, чрезвычайно затрудняет стрельбу, тем более, что с изменением дистанции приходится постоянно изменять высоту прицела, постепенно повышая его.

Существует также другое упражнение, в котором мишень двигается попеременно в двух противоположных направлениях, т.е. сначала набегает на него с дистанции в 50 метров, останавливается в 15 метрах от стрелка и затем снова сейчас же возвращается обратно.

При такой стрельбе дается шесть выстрелов, из коих три должны попадать в мишень при ее поступательном движении, а остальные – при движении мишени в обратном направлении.

Тактика стрелка сводится к тому, чтобы

всадить все пули в тот момент, когда мишень находится от него на самом близком расстоянии.

Приходится лишь сожалеть, что подобные упражнения почти нигде не практикуются, а это тем более непонятно, что практичность этих упражнений не подлежит никакому сомнению.

На практике, особенно в условиях службы милиции и уголовного дела при столкновении с бандитами и другим уголовным элементом, приходится стрелять не по наступающему, но по отступающему противнику, который, убегая, все время отстреливается от преследующих его.

Такая обстановка стрельбы по убегающему противнику особенно часто создается при облавах и обходах, при стрельбе по убегающему от конвоя арестованному преступнику или даже тогда, когда подозрительное лицо не слушается окрика милиционера остановиться.

Во всех этих случаях мы имеем дело с стрельбой по цели постепенно убегающей, и в этих-то условиях главным образом и сказываются недостатки в обучении милиционеров и агентуры приемам этого специального вида стрельбы, так как в большинстве случаев преследуемым удается скрыться.

Поэтому мы самым настоятельным образом рекомендуем соответствующим органам обратить на эти специальные упражнения должное внимание.

## 10. Упражнения в револьверной инстинктивной стрельбе

### 1-я серия упражнений

Лучший способ тренировки состоит в следующем: вокруг стреляющего на небольшом расстоянии устанавливаются силуэтные мишени в рост человека (числом 5) в самой разнообразной группировке; в продолжении расстановки силуэтов стреляющий закрывает глаза – он не должен знать порядка расстановки силуэтов; таким образом вводится в упражнение элемент неожиданности.

Руководитель стрельбы становится за прикрытие и командует: «Огонь».

Тогда учащийся старается в самый кратчайший срок всадить по одной пуле в каждый из пяти установленных силуэтов. После чего делается перегруппировка силуэтов, и упражнение начинается снова.

Мы настаиваем на том, чтобы силуэты расставлялись на самой близкой дистанции от стреляющего, так как при одновременном нападении на улице нескольких злоумышленников вряд ли придется открывать огонь с дистанции более 5 или 6 шагов.

Главное – приучиться стрелять быстро и инстинктивно.

После некоторой практики ваша рука должна привыкнуть посылать пули как бы сама собой, почти не целясь.

На первый взгляд такой способ стрельбы кажется очень легким, в особенности благодаря близкой дистанции, а между тем всякий начавший тренироваться по нашей системе быстро убедится, насколько труден этот специальный вид стрельбы. Но зато благодаря только этому способу можно приобрести ту своеобразную ловкость и хладнокровие, без которых немислимо выпутаться в серьезном рукопашном бою на улице, не рискуя всадить пулю в живот какого-либо невинного прохожего.

В особенности не воображайте, что вы практически владеете револьвером, если вы показываете чудеса ловкости, медленно стреляя по неподвижной мишени с значительной дистанции. Мы еще раз обращаем внимание на то, что необходимо выучиться стрелять очень быстро с близкой дистанции и по нескольким лицам.

Самое трудное, конечно, – быстро поместить все пять пуль во все пять силуэтов, расставленных неравномерно.

Не следует пытаться добиться этого в самом начале тренировки; ниже мы даем ряд постепенных упражнений.

Можно до бесконечности варьировать способ расстановки силуэтов, что дает упражнениям еще больше пользы и придает им интерес.

Револьвер, которым пользуется упражняющийся, быстро становится опасным и верным оружием в его руках.

Для упражнений следует употреблять силуэты из толстого картона, на легких подставках, которые можно легко переносить с места на место.

Упражнения в практической стрельбе следует вести в следующей прогрессии (постепенности).

Упражнение 1. Сначала надо привыкнуть попадать только в один силуэт (размер немного меньше человеческой фигуры), поставленный в 5 или 6 шагах от стрелка, прогрессивно ускоряя стрельбу. Необходимо добиться того, чтобы попадать в него, не целясь, даже не глядя на оружие как с правой, так и с левой руки и принимая самые разнообразные положения, как-то: сидя, с колена, стоя на коленях, лежа, сидя за столом и так далее.

Упражнение 2. Затем стараются поместить опять-таки в один силуэт несколько пуль группами с перерывом сначала по две, потом по три, четыре, пять, постепенно ускоряя общее время стрельбы.

Упражнение 3. В этом упражнении следует употребить два силуэта, стараясь попадать то в один, то в другой попеременно, затем посылать по две пули то в тот, то в другой; затем три в один, две в другой и так далее, все время, конечно, не целясь.

Упражнение 4. Увеличить количество силуэтов до 3-х.

Упражнение 5. Увеличить количество силуэтов до 4-х.

Упражнение 6. Увеличить количество силуэтов до 5-и.

Упражнение 7. Практиковать упражнения, указанные нами в предыдущей главе, т.е. руководитель стрельбой расставляет 5 силуэтов в различных положениях, в то время как упражняющийся закрывает глаза.

## 2-я серия упражнений

Стрельба из револьвера сама по себе очень интересна и, настойчиво занимаясь ею, можно достигнуть удивительных результатов. Однако если вы хотите еще больше усовершенствоваться, не увлекайтесь целевой стрельбой, откажитесь от ее заманчивых сторон; мы советуем предпочесть менее блестящие достижения инстинктивной стрельбы. Совершенствуйтесь в скорости стрельбы и обставляйте ее условиями реального боя. Вот, для примера, несколько упражнений отдела высшей инстинктивной стрельбы.

Упражнение 1. Когда вы будете уверенно помещать все пять пуль в пять силуэтов, не старайтесь увеличивать расстояние между вами и мишенями, старайтесь лучше достигнуть максимума скорости в выпуске ваших пяти зарядов.

Упражнение 2. Старайтесь достигнуть того же результата при слабом освещении, в сумерках, при лунном свете.

Упражнение 3. При дневном освещении закройте глаза, откройте их на секунду, запомните расположение силуэтов, закройте глаза и стреляйте в слепую, не открывая глаз; после некоторой практики вы будете не мало удивлены, заметивши, что вы все-таки довольно легко попадаете в силуэты.

Упражнение 4. По подвижной цели или небольшим птицам, или животным, но всегда на открытом воздухе.

Для всех этих упражнений следует употреблять исключительно то оружие, которое вы всегда носите с собой.

## 11. Специальные упражнения для револьверной стрельбы ночью

Значение этих упражнений чрезвычайно велико. Стрельба в ночное время или в темноте особенно из револьвера чрезвычайно затруднительна благодаря двум причинам: 1 – не видно цели, 2 – нельзя брать правильного прицела благодаря тому, что не видно ни мушки, ни прореза прицела. Прежде, чем описать некоторые специальные упражнения, скажем несколько слов о том, как бороться с этими отрицательными сторонами ночной стрельбы.

Один из способов – это иметь матово-белую запасную мушку больших размеров, которую можно надевать на настоящую, или же иметь специальный револьвер с такой мушкой. Подобная мушка будет видна только при лунном свете или же в сумерках.

В темную безлунную ночь также употребляется большая мушка, но покрывается она светящейся краской. На верхней части ствола этой же краской делаются продольные линии, при этом револьвер за несколько часов до употребления должен подвергаться действию сильных солнечных лучей. Если же он пробудет целый день в кобуре, то краска не будет светить ночью.

Кроме того, бывают также и электрические светящиеся мушки, при чем сама мушка снабжается миниатюрной лампочкой, а револьвер – батареей. Однако все эти усовершенствования, подробное описание коих не входит в наши задачи, страдают весьма многими недостатками, и поэтому лучше учиться стрелять в темноте с короткого расстояния, не пользуясь при этом ни прицелом, ни мушкой.

Это достигается упражнениями в стрельбе в темноте, в которых револьвер направляется на освещенную цель. Эта последняя освещается таким образом, чтобы свет от нее не падал на мушку и прицел.

Установка для такой стрельбы делается следующим образом: в темном помещении устанавливается цель, сделанная из прозрачной бумаги или тонкой материи, позади которой ставится горящая свеча или лампа, так чтобы отражались силуэты мушки и прицела.

Существует и другое упражнение, которое, по нашему мнению, лучше первого. Состоит оно в следующем.

В закрытом «тире» подвешивается на проволоках несколько металлических мишеней по 15-20 см диаметром, сделанных таким образом, чтобы при попадании пули каждая из них издавала особый звук, резко отличающийся от звука, издаваемого пулей при попадании в расположенный позади мишеней блиндаж.

Во внутренность каждой мишени вделывается маленький колокольчик, который звонит, если стоящий за прикрытием помощник стрелка будет дергать за проведенную к нему веревку. В тире выключают все огни и стрельба производится в темноте. Помощник дергает за веревочку не в равные промежутки времени, но совершенно произвольно, и упражняющийся, не видя мишеней, стреляет по ним по слуху.

Это упражнение весьма сходно с симпатичной игрой, которой развлекаются подвыпившие американские ковбои, по крайней мере принцип упражнений один и тот же.

Игра называется «кукушкой». После обильной выпивки играющие размещаются по углам большого деревянного барака, кто лежа, кто сидя на корточках, одним словом - в самых разнообразных положениях.

Каждый ковбой осматривает свой огромный Смит и Вессон, с которым никто из них никогда не расстается, лампа тушится старшиной артели, и игра начинается в полной темноте. По правилам игры, каждый участник имеет право, пользуясь темнотой, менять свое место, стараясь при этом делать как можно меньше шума, но при этом он обязан издать звук «ку-ку», подражая кукушке. Противник его, принявший вызов, обязан немедленно откликнуться таким же восклицанием «ку-ку». Затем оба стреляют в темноте друг в друга, стараясь определить местонахождение противника по звуку его голоса.

Эта дикая забава, оканчивающаяся часто смертью двух-трех игроков, приведена нами лишь для того, чтобы в более резкой форме подчеркнуть пользу и огромное практическое значение упражнений стрельбы «по слуху».

Человек, обладающий хорошим слухом, быстро достигает выдающихся результатов в этой специальной стрельбе. Упражнения можно разнообразить, устанавливая также и ряд мишеней позади стреляющего, так чтобы ему приходилось стрелять в двух противоположных направлениях, делая после первого выстрела полуоборот и стреляя назад.

Можно также тренироваться в такой стрельбе и днем, при чем для этого упражняющемуся завязывают глаза, и в таком виде он стреляет по мишеням вслепую. Однако такие упражнения дают меньшие результаты, нежели указанные выше.

Нечего говорить о том, что при упражнениях в ночной стрельбе следует принимать все возможные меры предосторожности, так как подобные упражнения опасны для окружающих.

## Реvolver в рукопашном бою

### 1. Приемы обращения с револьвером и стрельба в целях самозащиты

Не следует носить револьвер в заднем кармане брюк (в так называемом револьверном кармане), так как движение руки, вынимающей револьвер и направляющейся назад к карману, будет сейчас же замечено противником, который не преминет сейчас же выхватить свой собственный револьвер. Если грозит опасность нападения, следует лучше носить револьвер во внутреннем кармане пиджака (за пазухой), где обычно носят бумажник; таким образом при нападении с целью грабежа лицо, подвергшееся этому нападению, может сделать вид, что, подчиняясь требованию денег, лезет в карман за бумажником и затем, неожиданно выхватив револьвер, произвести выстрел или же сделать его сквозь подкладку, не вынимая револьвера из кармана.

Лучше всего носить револьвер в правом боковом кармане пиджака или пальто. Благодаря этому можно также неожиданно и быстро стрелять сквозь подкладку, не вынимая револьвера из кармана. При таком способе носки можно также незаметно выхватить револьвер из кармана, для чего следует повернуться к противнику левым боком, закрывая от него, таким образом, правую сторону, и, достав револьвер, стрелять из-под левой руки.

Если револьвер удастся выхватить раньше противника, то можно его обезвредить и не пуская в ход оружия. Для этого стоит навести на противника оружие (взять его на прицел) и скомандовать ему «руки вверх». Однако при этом следует быть очень осторожным и ни на один момент не спускать глаз с противника, который может так же, как и в боксе или в рукопашном бою, прибегнуть к обману, приняв такое положение, благодаря которому он, пользуясь вашей рассеянностью, может неожиданно выхватить свое оружие и выстрелить в вас.

Кроме того, важно, держа противника под угрозой револьвера и командуя ему «руки вверх», не позволять ему ни в коем случае приближаться к себе, иначе он может просто выбить оружие из ваших рук. Для этого с самого начала надо стать на почительно е расстоянии от противника и уже все время держаться на такой дистанции. Нам приходилось видеть, как при арестах револьвер приставляли к груди или виску арестованного лица.

Такие приемы смешны и допустимы лишь в романах, так как в таком положении человек, производящий арест, подвергается еще большей опасности, чем арестованный.

Если столкновение происходит в комнате, где мало места, следует еще больше опасаться обмана, так как в такой обстановке противник может свободной рукой швырнуть в вас стулом или сделать вид, что сзади вас находится его товарищ. И окликом заставит вас на момент обернуться назад и потерять его из виду. Для вашего противника этого короткого момента будет достаточно, чтобы выхватить револьвер и выстрелить в вас.

Если противник ваш – не опасный бандит и притом безоружен, то самое лучшее, конечно, – взять револьвер в руку и, не стреляя, держать его под угрозой оружия. Если противник вооружен, и вы держите его под угрозой вашего револьвера, то не следует никогда самому его обезоруживать, но прибегнуть для этого к помощи других лиц, при чем пока происходит обезоруживание, все время наблюдать за противником и держать его на прицеле.

### 2. Приемы обезоруживания при арестах

Если приходится, будучи безоружным, иметь столкновение с вооруженным противником, стоя вблизи него, или приходится его арестовывать при подобных же условиях, то можно прибегнуть к некоторым специальным приемам обезоруживания, которые изменятся соответственно обстоятельствам, при которых происходит данное столкновение.

#### 1) Помешать выхватить из кармана револьвер

а) Если револьвер находится у противника в заднем кармане брюк, и вы заметите, что рука его, определенно, двигается к этому карману, чтобы выхватить револьвер, то подскочите к нему

вплотную, как указывается нами в следующих далее отделах приемов рукопашного боя.

Пропустите левую руку в отверстие, образуемое согнутой рукой противника, опущенной им в карман, и, пропустив левую руку поверх трицепса его правой руки, соедините руки вместе, захватывая кисть левой, и сделайте резкий поворот туловищем вправо. При сильном и быстром нажиме может последовать вывих и падение револьвера на землю. При слабом – противник не сможет пользоваться револьвером или выстрелит назад.

б) Можно схватить кисть противника левой рукой, а локоть – правой и, толкая руку противника назад, сделать быстрый поворот вправо, толкая руку противника за спину и быстро пропустив свое левое предплечье между предплечьем и бицепсом противника, прижаться крепко к туловищу противника. В случае, если прием сделан в недостаточно удобный момент, и противник отбивается, можно сделать подножку, поставив неожиданно ногу перед ногой противника.

в) Можно также схватить правую кисть противника своей левой в тот момент, когда она хватается за ручку револьвера, и сделать подножку, поставив правую ногу за правую противника, одновременно нанося ему удар под подбородок.

Этот прием употребляется и против лица, которое подозревают в ношении револьвера в заднем кармане. В таком случае левая рука не схватывает кисти противника, но накладывается прямо на револьвер, находящийся в кармане противника, и выбрасывает его на землю в сторону от противника.

г) Если, несмотря на ваши усилия, противнику удастся или совсем, или наполовину выхватить револьвер из кармана, то следует схватить оружие за курок, а если он взведен – то под курок, нажимая изо всей силы на руку одной рукой и выкручивая мизинец руки противника, держащей револьвер, при помощи другой руки. Для этого не забудьте все время отводить дуло револьвера в сторону от себя.

д) Если револьвер противника находится в жилетном кармане или вообще на груди, о чем вы знаете, то не прибегайте к этим приемам, так как при подобных обстоятельствах они будут рискованны в виду того, что рука может выхватить оружие гораздо быстрее, и, делая подскок к противнику, вы можете получить выстрел в упор.

2) Каким образом, будучи безоружным, лишить своего противника, вооруженного револьвером, возможности стрелять?

Для этого существует несколько способов, но все они выполнимы лишь на близкой дистанции боя или при бое вплотную, т.е. тогда, когда можно схватить оружие противника руками. Эти приемы сводятся, главным образом, к выбрасыванию патронов из револьвера противника. Ясно, что без патронов каждый револьвер безопасен.

Приемы выбрасывания патронов различны в зависимости от систем револьверов.

а) Для всех револьверов, снабженных снизу захлопывающимся затвором, нужно делать прием вывертывания руки, одновременно ударить одной рукой по стволу револьвера и открыть большим рычаг затвора. Патроны выпадут на землю.

б) Для револьверов системы Смит и Вессон, русская модель, следует, стоя с левой стороны револьвера, схватить правой рукой оружие за середину ствола, а большой палец поместить под рычаг затвора, затем резко повернуть кисть руки на 1/4 оборота вправо, выворачивая оружие и выбрасывая из него патроны.

в) Для револьвера системы Веблей следует, вывертывая револьвер, захватывать оружие большим пальцем поверх затвора, а не из-под низу, как в других системах.

г) Во всех системах револьверов с неподвижной рамой, как, например, в новых моделях системы Кольта, Маузера, Смита и Вессона, обезоруживая противника, следует, захватывая затвор оружия, толкать барабан обратно при помощи указательного и среднего пальцев, но не повертывать его и одновременно нажимать мизинцем

на экстрактор. Однако этот прием гораздо труднее, нежели приемы, употребляющиеся для других систем оружия.

д) Действие курковых обычных револьверов можно парализовать, подводя большой палец руки под курок револьвера. Или же после первого выстрела (отвести дуло револьвера от себя в сторону) можно, если, конечно, обладаешь сильной кистью, захватив барабан, держать его крепко, не позволяя повертываться.

Приемы "а", "б", "в", "г" и "д" исполняются в виде упражнений против противника, вооруженного револьвером с пустыми гильзами.

### **3. Бой невооруженного с противником, вооруженным револьвером**

Человек, вооруженный револьвером, чрезвычайно опасен. Только в дешевых романах мы читаем про такие случаи, когда агенты полиции или спортсмены-боксеры шутя разделяются с преступниками, вооруженными огнестрельным оружием. Хорошо направленная пуля всегда сделает бессильным любой прием борьбы. Значит ли это, что невооруженный человек остается без всяких средств защиты против револьвера? Мы этого не думаем. Положение опасно, слов нет, но не безнадежно.

Возьмем самый отчаянный случай, когда противник, держась от вас на почтительном расстоянии, первым выхватит револьвер и направит на вас.

Если дело сводится к простой угрозе, как это бывает при грабежах и вооруженных нападениях, если вам говорят, например: «бросьте палку на землю... дай эту бумагу... открой дверь, или я стреляю», вам остается только подчиниться и повиноваться – и ждать удобного случая для того, чтобы одержать верх.

Отбросьте ложное самолюбие. Лишь при наличии исключительных обстоятельств, когда приходится ставить все на карту, допустимо другое поведение. Здесь же будьте пайнкой! Всякое геройство при подобных обстоятельствах и бесполезно, и смешно.

Постарайтесь успокоить противника как действиями вашими, так и словами. Поднимите руки вверх, бросьте на землю трость или нож, если таковые находились у вас в руках, скажите торопливо и несколько испуганно: "О, только не надо револьвера, у меня его нет," или «Не будете же вы стрелять в безоружного,» или «Если вы выстрелите, вам грозит суд присяжных» и т.д.

Подчинитесь вполне, обещайте все, чего от вас не вздумают потребовать: обещания, сделанные под угрозой револьвера, не действительны.

Одним словом, постарайтесь усыпить подозрительность и бдительность противника, добейтесь того, чтобы он опустил свое оружие или положил его в карман. Лишь только тогда можно неожиданно привести в исполнение один из тех решительных приемов или ударов, которые лучше всего вам удаются.

Само собою разумеется, что и это надо делать лишь тогда, когда подвернется действительно серьезный случай, так как иначе, если ваш прием вам не удастся, и вы не одержите верха над противником, то последний уже не будет больше колебаться и уложит вас на месте.

Но если же дело происходит в закрытом помещении (комнате), и противник несговорчив или не намерен вас щадить, так как цель его – не ограбление вас, но месть, то в таком случае придется принять бой. Если противник находится на таком расстоянии от вас, что немислимо помешать ему выстрелить одним из указанных приемов или нельзя применить удара и захвата борьбы, то действуйте следующим образом.

Схватите первый попавшийся стул или кресло (если можно, то мягкое, сильно набитое кресло), используйте его как щит, делая быстрые скачки вправо и влево; пули благодаря этому могут пролететь мимо или же заденут вас, пройдя сквозь кресло; в последнем случае, если револьвер не особенно высокого качества, они только сделают вам контузию.



Может быть также – в жизни все может случиться -вам удастся нанести удар креслом по голове или в лицо противника, или же ударить его по руке, держащей револьвер, и, пользуясь этим, подскочить к нему, повалить его на землю и обезоружить.

Часто пишут о случаях, когда ударом палки по кисти руки противника удавалось вышибать у него револьвер. В теории, конечно, это допустимо, но на практике это почти невозможно, а потому мы не рекомендуем употреблять палки против человека, вооруженного револьвером, даже в тех случаях, если бы вам посчастливилось ее иметь в руках.

Если столкновение происходит под открытым небом, то лучше всего бежать, и у вас девяносто шансов из ста за то, что противнику не удастся вас подстрелить. Большинство лиц, носящих при себе револьвер, кроме людей военных, не умеют им пользоваться, часто они даже не дают себе труда «пристрелять» свое оружие, а если это и бывает, то раз или два случайно по неподвижной мишени.

Поэтому, спасаясь бегством от лица, вооруженного револьвером, у вас много шансов избежать опасности быть застреленным. Стрелять по убегающей цели – одно из самых трудных упражнений револьверной стрельбы и почти нигде не практикуется.

Если противник остается стоять на месте, чтобы лучше прицелиться, то он может сделать лишь один более или менее удачный выстрел – это первый – а остальные уже будут трудны для него. При скорострельной стрельбе револьвер может дать в 12 секунд всего 6 выстрелов, а за этот промежуток времени каждый нормальный человек, спасающийся от опасности, покрывает дистанцию в 100-120 метров, т.е. будет неуязвим для последних трех выстрелов.

Но, убегая, вам все же следует стараться, чтобы вас не задел выстрелы, а для этого, прежде всего, бегите не слева направо, а справа налево; всякий плохо тренированный стрелок почти всегда берет прицел слишком вправо, и вы, таким образом, увеличиваете свои шансы.

Кроме того, убегая, старайтесь поместить между собой и противником всевозможные препятствия, которые вам попадутся на пути – забор, деревья, столбы телеграфные, будки и т.д. Эти препятствия сильно стеснят стрельбу противника.

На городской улице таких препятствий еще больше, достаточно свернуть в первую попавшуюся подворотню или переулок.

Если нападающий предпочтет сам броситься за вами вдогонку, стреляя на ходу, то его шансы попасть в вас еще больше уменьшатся, если он только не исключительный стрелок, так как стрелять из револьвера на бегу чрезвычайно трудно.

#### **4. Перестрелка двух лиц, вооруженных револьверами**

Если дело происходит на расстоянии и на улице, то следует стать за какое-нибудь прикрытие – фонарный столб, угол дома и т.д., – затрудняя тем стрельбу противника. Не следует стоять боком к противнику под тем якобы предлогом, что в таком положении представляешь меньшую площадь прицела для противника. Дело в том, что в таком положении наиболее важные для жизни органы могут быть пробиты насквозь или задеты пулей, тогда как стоя лицом к противнику, можно быть раненым несколькими пулями, но не опасно для жизни.

Первая задача в таком бою – это первому во что бы то ни стало задеть и поранить противника. Не следует заботиться о том, чтобы старательно выцеливать наиболее важные органы, гораздо важнее первому попасть в противника. Если противник выстрелит и ляжет на землю, то и самому следует лечь на землю, так как это может быть уловкой противника, и не следует подходить к нему близко, пока не удостовериться, что он вредить не может.

Если противник – не опасный бандит, который решил идти до конца, то следует постараться прострелить ему руку или ноги. Вообще же говоря, лучше всего целить в грудь, после – в голову, так как последняя больше двигается и представляет меньшую площадь.

Выстрел, попавший в легкие, прерывает дыхание человека и, воспрещая ему всякое движение, моментально останавливает бой.

Если противник – скверный стрелок, то можно стрелять по нему с дальней дистанции до 110 метров из обычного револьвера. Вообще, если нападающий – плохой стрелок, он меньше опасен, чем сильный человек, хорошо владеющий ножом, и последнего следует более бояться, не подпуская близко к себе, особенно в темноте.

Когда нападение, засада или перестрелка совершается в доме, то, выходя на подозрительный шум, не следует брать с собой свечи или фонаря, так как человек представляет собой ярко освещенную цель для, быть может, где-нибудь притаившегося и невидимого врага. Лучше, определив по шуму местонахождение противника, незаметно протянуть руку к электрическому выключателю, повернуть его, одновременно стреляя. Следует помнить, что в комнате двери не представляют абсолютно никакой защиты против револьверных выстрелов, которые их легко пробивают, поэтому не следует за ними укрываться.

Что касается до обманов (финтов), особенно в начале столкновения, когда они часто влекут за собой первый выстрел, имеющий решающее значение на исход всего боя, то их множество, что нам не хватило бы места их здесь все перечислять. Приведем наиболее яркий пример одного из таких финтов, который особенно часто применяется в Америке. Один из противников, имея в виду какое-либо опасное дело, вооружается двумя револьверами. Один огромных размеров он вешает в кобуре на пояс на виду у всех, а другой, маленький, прячет в рукаве и так, чтобы в нужный момент его удобно было схватить и пустить в дело. Когда дело доходит до столкновения, то другой противник ожидает момента, когда первый схватится за ручку большого револьвера, чтобы положить его на месте, и, вместо этого, получает пулю в лоб от из маленького спрятанного в рукаве револьвера своего более дальновидного противника.

## **ОТДЕЛ II** **2-я БОЕВАЯ ДИСТАНЦИЯ – УДАРЫ НОГОЙ**

### **Общие замечания**

Приступая к изложению одного из отделов французского бокса, а именно ударов ногой, мы должны предупредить читателя, что последний подлежит реформе применительно к реальным условиям уличного боя. Современная школа его и господствующие методы преподавания во Франции преследуют главным образом цели физической культуры в ущерб личной обороне.

Мы говорим, что старая школа, носившая название «Шоссон», была более практична, она не была обставлена столькими ненужными условностями, как современная.

Поэтому нам придется внести не мало изменений и практических указаний в современную систему, хотя техническую часть мы постараемся изложить по плану ее знаменитого основателя французского профессора Шарле-мона (старшего).

Система французского бокса состоит из большого количества ударов ногами и кулаком, но так как последние составляют сущность английского бокса, изложение коего последует несколько далее, то нам не имеет смысла заниматься здесь разбором кулачных ударов, тем более что в американской системе они разработаны гораздо практичнее, нежели во французской, значительно устаревшей. Наиболее отличительной стороной французского бокса являются удары ногами, а потому сейчас мы и приступим к их изложению.

Существуют два вида ножных ударов:

1. Удары, выполняющиеся довольно просто, но требующие некоторой работы над собой для того, чтобы их можно было исполнить с должной быстротой и силой. Они применяются как для нападения, так и для защиты и очень практичны. К ним мы причисляем следующие:

- 1) нижний удар ногой,
- 2) горизонтальный удар ногой в бок,
- 3) шассе-круазе вниз или в корпус,
- 4) прямой удар ногой.

2. Второй вид ударов гораздо сложнее по исполнению, он требует некоторой физической подготовленности. Мы его относим к так называемым сложным ударам. Ученики могут

научиться их исполнять при настойчивой работе. Эта категория ударов в высокой степени развивает гибкость ног. Ко второй категории можно отнести следующие удары:

- 1) удар ногой в грудь,
- 2) удар ногой в лицо,
- 3) удар ногой с пируэтом,
- 4) удар обратной стороной ноги.

Удары эти производятся как правой, так и левой ногой, при чем можно их наносить из левой, а также из правой стойки.

Ниже мы даем описание техники каждого удара, предполагая, что оба противника находятся в левой стойке.

## **Стойки**

Стойкой называется определенная позиция, которую принимают, находясь против противника. Эта позиция дает много выгоды как для нападения, так и для защиты. Вы находитесь в левой стойке, когда левая половина туловища выдвинута вперед, и в правой стойке, когда выдвинута вперед правая сторона. Вы находитесь в ложной стойке, когда вы стоите в другой стойке, нежели ваш противник

Все упражнения и приемы французского бокса должны выполняться в обеих стойках так, чтобы все члены и мускулы развивались одинаково. Очень часто одна сторона обладает меньшим развитием, поэтому на ней необходимо работать вдвойне.

Переход из левой стойки в правую во время боя называется «переменой стойки», ее можно делать как вперед, так и назад. Перемена стойки вперед служит для того, чтобы, приблизившись к противнику, затруднить его движения и этим парализовать его защиту. Переменяя стойку назад, вы удаляетесь от противника, что дает возможность уклоняться от его ударов, не прибегая к защите руками.

## **Простые удары**

### **1. Нижний удар ногой.**

В бою этот удар наиболее выгодный из всех. Он быстр, его исполнить легко, он действует на противника, незнакомого с ножными ударами, заставляя его врасплох своей неожиданностью. Если в удар вложить достаточно силы и нанести его из положения «ложной стойки», можно легко сломать им ногу противника, так как удар попадает прямо по «tibia». Исполняется он следующим образом: согнув слегка правую ногу, быстро выбросить ее прямо вперед, так чтобы ударить левую ногу противника внутренней стороной подошвы ноги, при чем каблук как бы срезывает внутреннюю часть левой ступни противника, минуя ее. Внутренняя сторона ступни правой ноги должна быть втянута носком вниз и вывернута в правую сторону.

Чтобы помочь движению ноги, вы отбрасываете руки назад, сохраняя их вытянутыми по обе стороны туловища, верхняя часть корпуса откидывается также назад, все это выполняется, конечно, в один темп.

От нижнего удара ноги существуют следующие способы защиты:

- 1 – оттягивание ноги,
- 2 – перемена стойки назад,
- 3 – остановочный удар
- 4 – захват ноги руками,

5 – отвод ноги в сторону, который состоит в том, что ногу отводят горизонтально вправо и вперед, одновременно нанося противнику удар кулаком в лицо или в корпус вместе с прыжком на месте или вперед.

Оттягивание ноги позволяет немедленно ответить противнику несколькими ударами, например, нижним ударом ноги, горизонтальным ударом, ударом ноги в грудь, ударом ноги в лицо, шассе в туловище или в ногу, шассе-круазе в туловище или в ногу.

Описывая различные удары, мы будем стараться разбирать каждое движение по разделением.

## 2. Горизонтальный удар ногой.

Этот удар приходится, обыкновенно, по ребрам противника при правильной стойке и в диафрагму при неправильной. Исполняется он следующим образом:

1) Повернуться на пятке левой ноги, лицом в левую сторону, не двигая головы, носок ноги направить в левую сторону. Чтобы облегчить поворот, следует приподнять пятку правой ноги. В то время как туловище делает поворот, руки следуют за его движением, не меняя положения стойки. Они очутятся тогда сзади, чтобы служить противовесом для нападающей ноги. Корпус держится прямо, левая нога выпрямлена.

2) Поднять правую ногу, согнув ее горизонтально вперед, носок ноги вытянут вниз и находится на уровне колена левой ноги; пятка – как можно ближе к задней стороне ляжки.

3) Вытянуть ногу в горизонтальном положении, нанося удар носком в ребра или диафрагму.

4) Сделав удар, согните ногу назад, одновременно повертываясь вправо на левой пятке, и верните правую ногу в исходное положение, при чем руки принимают прежнее положение «стойки».

Защита от горизонтального удара в бок с правой ноги.

1. Для защиты от удара, быстро опустите левое предплечье, не передвигая локтя с места, и кистью левой руки, сжатой в кулак, наносите сухой удар сверху вниз по правой ноге противника, одновременно слегка отклоняя ее влево.

2. Можно избежать удара захватом ноги противника одной или обоими руками, сшибая противника на землю.

Ответные удары. Отбив горизонтальный удар в бок, можно ответить одним из следующих ударов – ударом левой руки с прыжком в лицо противника, ударом в ребра или ударом правой руки в лицо с наклоном вперед, свингом в ребра или лицо с правой руки, нижним ударом ногой, горизонтальным ударом ноги в бок, ударом ноги в грудь, ударом ноги в лицо, шассе с левой ноги с прыжком, шассе правой ногой в туловище и по ноге.

Отбив удар во внутрь стойки, можно сделать ответный удар в виде шассе с правой ноги в корпус.

## 3. Шассе-круазе с прыжком.

Это очень сильный удар, нанесенный совершенно выпрямленной пяткой в корпус. Он сбивает с позиции и может сшибить на землю противника, более тяжелого, нежели вы сами. Попав по голени ноги, он может ее сломать, а удар, нанесенный немного повыше колена, свободно вывихивает ногу.

Исполняется удар следующим образом: из положения стойки отталкиваются правой ногой, делая прыжок вперед и вытягивая правую руку назад для равновесия, левая остается у груди. Затем правая нога переносится вперед позади левой, одновременно с подпрыгиванием на правой ноге, а левая сгибается в колене и выбрасывается вперед, ударяя полной ступней в корпус противника, затем вы делаете все движения в обратном порядке и возвращаетесь в положение стойки.

Защита от удара.

- 1) – та же, что и для горизонтального удара в бок.
- 2) – можно также отбить во внутрь, нанося удар сверху и отклоняя руку в сторону.
- 3) – третья защита заключается в том, чтобы ударять обоими руками вместе, положив их одна на другую.
- 4) – сделать захват ноги противника обоими руками.
- 5) – встретить его ногу остановочным ударом ноги.
- 6) – можно сделать уклонение от удара отводом ноги в сторону, сопровождаемое ответным ударом кулака в лицо, ударом кулака в бок, свингом, остановочным шассе.

Одним словом, для ответов можно производить удары, употребляемые против горизонтального удара в бок, предварительно отбив ногу противника.

#### **4. Шассе в туловище или по ноге.**

Находясь в левой стойке, надо обернуться прямо лицом к противнику, присев на обоих ногах.

1) Быстро поставив правую ногу около левой по правую сторону с носком, обращенным назад; все эти движения делать, сохраняя ноги все время согнутыми.

2) Затем быстро разгибают и выбрасывают вперед левую ногу, как бы прогоняя ее правой; носок ноги в этот момент повернут вовнутрь, так что удар приходится каблукон ноги, а центр тяжести переносится на правую ногу, которая должна быть сильно согнута в колене, что помогает вытягивать левую ногу как можно дальше вперед. Корпус сильно поворачивают вправо.

Как первое, так и второе движение, естественно, должны сливаться в одно, так чтобы выпад правой ноги, поворот туловища и удар левой ноги составляли одно движение.

Чтобы снова принять положение стойки, достаточно проделать указанные выше движения в обратном порядке.

Примечание.

Необходимо:

- 1) – вначале движения сохранить обе ноги согнутыми, иначе удар не будет иметь абсолютно никакой силы.
- 2) – начинать движение, обернувшись лицом к противнику, иначе движение туловища не сыграет никакой роли в ударе.
- 3) – не подпрыгивать, делая нижнее шассе, но скользить по полу.

Шассе можно делать с места, подпрыгивая на одной ноге, двигаясь вперед. Можно подпрыгивать с передней, ближайшей к противнику ногой. Можно наносить удар, придвигая левую ногу к противнику, сопровождая его обманом – ударом той или другой руки.

*Защита и ответные удары.*

*Все способы защиты и ответы, употребляемые против горизонтального удара в бок, годятся и для шассе.*

## **5. Прямой удар ногой.**

Этот крайне жестокий удар обыкновенно наносят в нижнюю часть живота, в половые органы. Часто его употребляют как остановочный удар против противника, когда он бросается вперед с опущенной головой; вы наносите в таком случае удар носком в диафрагму противника.

Исполнение.

1) – поднять правую ляжку вперед, согнув ногу в коленном суставе как только возможно, до того положения, пока колено не очутится на уровне талии; нога сохраняется вытянутой, носок книзу, корпус слегка отгибается назад.

2) – выбросить правую ногу вперед по прямой линии, ударяя носком, в то время как руки отбрасываются назад по обоим сторонам туловища.

3) – как только удар нанесен, быстро вернуться в положение стойки.

Защита – та же, что и против горизонтальных ударов в бок, но удар наносится сверху вниз. Можно сделать захват ноги, пропустив левую руку под ногу противника, опрокидывая его на землю. Можно, наконец, сделать захват обоими руками.

*Ответные удары, употребляемые против прямого удара, те же, что и против горизонтального в бок.*

## **Сложные удары**

К так называемым «сложным ударам» относится большинство высоких ударов ногой по верхней части туловища противника. Эти удары на состязаниях французского бокса производят бо льшо й эффект и о чень нр вятся публике, но зрители в душе все же не вер я, что бы в обстановке серьезного дела эти удары могли пригодиться благодаря трудности их выполнения. Преподаватели сами в большинстве случаев разделяют это мнение.

Однако это далеко не так. Мы знаем на практике много случаев, когда высокие удары ногой не только оказывались полезными в уличных столкновениях, но сразу заканчивали бой благодаря своей исключительной силе. Неужели можно предполагать, что удар руки чемпиона мира боксера Демпси будет сильнее, чем удар обутой в городской ботинок ноги даже обыкновенного нормально-развитого человека, попавший в диафрагму или лицо противника; сила таких ударов очевидна сама собой.

Далее: говорят, что слабой стороной верхних ударов является якобы то обстоятельство, что ногу приходится забрасывать чересчур высоко, чтобы достать лицо или грудь противника. Такое мнение нам кажется совершенно неосновательным. Мы вправе тогда спросить: почему же человек, прилично тренированный и наносящий эти удары на состязаниях с такой легкостью, не в состоянии наносить их в реальном бою? Нет, – повторяем мы еще раз, – со стороны человека, привыкшего наносить эти удары и хорошо тренированного, не будет неосторожностью наносить удары ногой выше пояса; все дело зависит от индивидуальной гибкости ног и системы тренировки. Кроме того, часто противник бывает низкого роста, приседает на ногах, сильно наклоняется вперед, а поэтому ему легко наносить удары не только по туловищу, но и в лицо, не теряя равновесия.

Возражающие забывают, что кроме того, еще имеет большое значение уровень почвы. Если вы стоите на тротуаре, а ваш противник на мостовой, то все шансы на вашей стороне для

употребления именно высокого удара.

### 1. Удар ногой в грудь.

Этот удар выполняется так же, как и горизонтальный удар ногой в бок, с той лишь разницей, что удар приходится на высоте груди противника. Его можно делать лишь в «ложной стойке». Только в таком положении грудь противника достаточно открыта для удара.

Защита делается из ложной стойки, защищающийся – в левой, а наносящий удар – в правой. Отводят удар левой рукой, ударяя сверху левую ногу противника; рука раскрыта, пальцы вместе, предплечье почти в вертикальном положении, локтем вниз. Можно сделать захват ноги обоими руками.

Отбив удар, можно сделать ответный удар правой рукой в лицо, шассе-круазе с прыжком, шассе с левой ноги в туловище и по ноге противника.

### 2. Удар ногой в лицо.

Удар ногой в лицо выполняется так же, как и все горизонтальные удары. Разница лишь в цели удара. Защищаются от удара, поднося перчатку в уровень с плечом или отталкивая ногу противника в сторону предплечьем ближайшей руки. Захват обоими руками возможен. После защиты можно ответить противнику ударом правой руки в бок, свингом, нижним ударом ноги, шассе левой ногой с прыжком и шассе-круазе с прыжком.

### 3. Удар ногой с поворотом.

В демонстрациях и состязаниях этот удар производит большой эффект благодаря своей гибкости и красоте, но он труден в исполнении и требует большого равновесия. Как тренировочное средство он очень хорош. Он употребляется в тех случаях, когда сделан горизонтальный удар в бок, отведенный противником во внутрь, чтобы вас перевернуть и ответить другим ударом. Чтобы остановить этот последний удар, вы и наносите удар ногой с поворотом как раз в этот момент.

Удар наносят ногой, стоящей сзади, ударяя пяткой в корпус или в ногу противника, вытягивая ногу прямо, как в шассе-круазе или шассе. Исполнение.

1-е движение: повернуться на пятках обеих ног вправо, делая полуоборот так, чтобы правое плечо очутилось впереди, а левое – сзади; голова поворачивается вправо, лицом к противнику.

2-е и 3-е движения: удар наносится в туловище или по ноге.

*Защита. Если удар нанесен в туловище, то отводы удара и ответы те же, что и для горизонтального удара в бок, а если удар нанесен в ногу, то ногу оттягивают так же, как при нижнем ударе ноги.*

Удары обратной стороны ноги. Это блестящие удары. В состязании они производят много эффекта, но требуют большой точности исполнения, а потому трудны.

Бывают нескольких родов ударов: «передней» ногой, «задней» ногой, с места, с прыжком и с поворотом.

#### **4. Удар с правой (задней) ноги, обратной сто-роной (на месте).**

Повернуться на левой ноге так же, как и при первом движении горизонтального удара в бок, Рис 30– уаяР ногой в лик° в виде и одновременно выбросить правую ногу (не напрягая ее) влево, описывая дугу от левой ноги до правой стороны туловища противника, так чтобы удар пришелся подошвой правой ноги.

#### **5. Тот же удар, но с передней (левой ноги) на месте.**

Повернуться так же, как мы говорили выше, но на правой ноге и в правую сторону, взмахнув левой ногой вправо, описывая дугу от правой ноги к левой половине лица противника.

#### **6. Тот же удар с прыжком.**

Он делается с передней ноги с тем же выпадом вперед, который употребляется при шассе-круазе. Но нога вместо того, чтобы ударить в туловище, наносит удар в лицо.

*Защита та же, что и при ударах в лицо.*

### **Техника захватов ног руками**

Завладеть ногой ловкого рукопашного бойца вовсе не так легко, как это принято думать, надо не только схватить ее, но еще и суметь удержать в руках. Приемы эти очень выгодны, благодаря им можно легко свалить противника на землю.

#### **1. Захват ноги, наносящей нижний удар.**

Если удар нанесен правой ногой, быстро наклонитесь вперед, схватив ногу под пятку левой рукой, в то время как правой ногой слегка отступите назад и вправо. Затем притягивайте противника за ногу к себе, заставляя его падать вперед. Если он не совсем упадет на землю, то бросают ногу и наносят ему левой рукой удар в лицо.

Для того, чтобы вырвать захваченную противником ногу, делают поворот влево, сильно откидывая корпус назад, и с силой притягивают ногу к себе.

#### **2. Захват ноги на горизонтальный удар ногой в бок.**

Когда удар наносится с правой ноги, ее следует захватить левой рукой под пятку, затем тянуть к себе, чтобы заставить противника упасть вперед. В случае нужды делают удар ногой или рукой.

Чтобы освободиться от захвата, надо повернуться так, как мы указывали выше.

#### **3. Захват ноги обоими руками.**

Этот захват можно делать на все удары; ногу захватывают обеими руками, скрестив их друг на друге на манер столярных тисков – левая рука снизу держит носок ноги, правая сверху держит ногу у подъема.



Затем, подняв ногу как можно выше, меняют стойку назад и откидывают корпус. Если противник умеет удерживать равновесие, ему наносят нижний удар ногой, который сшибает его с последней точки опоры.

Есть несколько способов высвободить ногу из захвата обоими руками.

Вот наиболее практичные:

1) – как только вы почувствуете, что нога захвачена, притяните ее с силой к себе (согнув в колене) и нанесите один или два удара в лицо противника.

2) – притяните ее к себе, затем толкните вперед, ударяя каблуком; если захват сделан неправильно или слабо, то противник не только выпустит захваченную ногу, но, получив удар, потеряет равновесие.

3) – если почувствуете, что сами потеряли равновесие, бросьтесь на землю на руки, укорачивая свою ногу так, чтобы приблизиться к противнику, затем свободной ногой наносите шассе по передней ноге противника.

#### **4. Захваты противника между ног.**

Такими захватами очень легко бросить противника на землю, но они трудны, требуют быстроты, а главное, нужно ловко найти благоприятный момент.

При атаке противника горизонтальным ударом в бок, ударом ноги в грудь или в лицо захватывают левой рукой ногу, наносящую удар, а правую ногу одновременно выставляют вперед или меняют стойку вперед; затем, захватив правой рукой затылок противника, наваливаются на нее всем телом. Захваченную ногу поднимают вверх, поворачивая противника вниз головой.

### **Остановочные удары**

Остановочными ударами называются такие, которые останавливают атаку противника в самом начале ее развития и препятствуют удару достигнуть цели. Нечего говорить, что они очень практичны и интересны для нашей задачи, но требуют большой быстроты и находчивости. Так как удары эти не требуют передвижений, то они обладают большой устойчивостью.

Остановочные удары бывают двоякого рода: передней ногой, когда противник находится близко, и задней, – если противник находится на дальней дистанции. Удары эти делают без размаха, и они должны быть очень короткими.

1. Остановочный удар «шассе» передней ногой на нижний удар ногой и нижнее шассе-круазе противника. В момент, когда противник наносит один из упомянутых выше ударов, вы ударяете прямым ударом пяткой передней ноги по ноге противника.

2. Остановочный удар «шассе» передней ногой в туловище употребляется против любого удара противника, будь то кулак или нога. В серьезном бою он удобен против противника, бросающегося с поднятыми руками, чтобы схватить вас за горло или поперек талии.

3. Остановочный удар «шассе» задней ногой исполняется совершенно так же, как и предыдущее шассе, но удар производится задней ногой по ноге противника или же в туловище.

4. Остановочный удар носком ноги делается так же, как и горизонтальный удар ногой в бок, передней ногой в «диафрагму» на любую из нижеследующих атак: удар кулаком в лицо, нижний удар ногой.

### **Средства против контратак.**

Мы уже указывали, что употребление нижнего удара ноги подставляет вас под частые контр-атаки противника, т.е. противник отводит ногу в сторону, избегая вашего удара, и в то же время бросается вперед, часто вместе с прыжком, атакуя вас ударом кулака. Если противник опытнее вас в кулачном бою и тяжелее, то он почти наверняка прибегнет к такой тактике; первый удар, нанесенный с прыжка и издалека, вряд ли будет очень сильным; его еще можно «принять», но последующие будут наверняка опасны.

Такие контр-атаки выгодны лишь в «правильной» стойке, когда противник может бить с передней руки; но нам ведь известно, что «нижний удар ногой» можно применять с пользой, когда находишься в «ложной стойке», а при ней контр-атакующий подставляет себя под остановочные удары как вашей руки, так и ноги.

### **Специальные остановочные удары против контр-атак.**

Каждый боец должен научиться не только быстро и уверенно атаковать, но и, нанеся первый удар, суметь подкрепить его немедленно несколькими другими ударами, нанесенными сознательно и в известном порядке. Не менее важно уметь и самому защищаться от контр-атак противника. В этом искусстве можно тренироваться без конца, и каждый раз найдется в нем что-нибудь новое. Есть несколько специальных способов такой тренировки.

Помните прежде всего, что недостаток нижнего удара ногой заключается в том, что он ставит противника в выгодные условия для контр-атаки, поэтому не наносите нижнего удара подвижному противнику, который прыгает перед вами, потому что он только и ждет вашего удара, чтобы, уклонившись от него, броситься на вас вплотную.

Необходимо на уроках давать ученику возможность практиковаться в остановочных ударах в ответ на неожиданные контр-атаки, при чем исполнение последних лежит всецело на преподавателе. Вот несколько примеров таких остановочных ударов.

### **Значение удара ног в бою**

Итак, мы начинаем рассматривать французский бокс не с точки зрения «великолепного спорта» и «отлично развивающего разностороннего упражнения». Эти качества мы вполне признаем за «саватт»; сейчас мы рассматриваем «саватт» с точки зрения пригодности его в реальном бою, когда вопрос о жизни и смерти решается часто во-время и удачно исполненным приемом.

В «самозащите» удар ног играет роль «артиллерии». Удар ногой, попавший в хорошее место, обычно не требует дополнительных действий, чтобы покончить с противником. Мало того, простая угроза ноги держит противника на почтительном расстоянии. Часто во время боя приходится так сблизиться с противником, что удары ногой применять бывает немислимо. Тогда приходится обращаться «к пехоте», т.е. к ударам кулака.

### **Нижний удар ногой.**

Мы уже показали технику его исполнения, как он применяется на тренировке, в состязаниях и во время изучения. Теперь мы рассмотрим его с боевой точки зрения.

Удар, безусловно, хорош, и прибегать к нему не следует, необходимо только внести

следующие уточнения и изменения:

1. Исполнять удар исключительно в ложной стойке, так чтобы он приходился по кости, а не по икре ноги.

Действительно, когда оба противника находятся в одинаковой стойке, т.е. они имеют одну и ту же ногу впереди, удар приходится по икре. Результатом такого удара будет лишь временное падение противника, да и то при условии, что нанесенный удар будет сильным и тяжелым.

2. Корпус не должен вместе с руками откидываться назад. Руки необходимо держать впереди, потому что на нижний удар в большинстве случаев бывают немедленные ответные удары и атаки, и вам тогда придется прибегать к ударам кулака; имея руки впереди, вы будете в полной к тому готовности.

3. Чем ниже наносить этот удар, тем он сильнее; если противник ниже, можно нанести удар повыше под коленную чашечку, нанося его как «прямой удар», но ребром ноги.

4. Надо как можно больше сгибать ноги – это придает силу удару.

5. Есть еще очень хороший способ наносить «нижний удар», нанося его с левой ноги; тогда опускают левую руку вниз, совершенно вытянутую, а правой прикрывают живот, на заднюю ногу при этом сильно садятся. При ударе правой ногой действуют наоборот. Положение откинутой руки помогает сохранять равновесие, другая рука защищает слабое место. Против человека, владеющего английским боксом, немыслимо принимать такое положение, т.к. рискуешь слишком многим. Самое лучшее – держать обе руки впереди.

Для боя особенно важно запомнить следующее: нижний удар ногой дает максимум эффекта лишь тогда, когда центр тяжести противника целиком покоится на атакованной ноге.

Примечание. Этот удар необходимо изучать самым настойчивым образом. Это самый простой, но действительный способ атаки.

Относительная легкость его исполнения заставляет, к сожалению, «новичков» думать, что после нескольких уроков они его вполне усвоят. В действительности же они сумеют только «изобразить» его. А для того, чтобы наносить его с силой, меткостью и во-время, надо много практики и работы. Мало того, его необходимо наносить очень быстро и в то же время не терять силы. Возвращение в стойку должно быть быстрое. Многие пользуются этим ударом неправильно – они дают лишь толчок ногой, но не удар. Удар должен быть одновременно и сухим, и с нажимом, а это может быть достигнуто лишь упражнениями на манекене, с ногами, обутыми в городские ботинки.

### **Остановочный прямой удар в половые органы задней ногой.**

В этом случае нога только начинает движение нижнего удара в виде быстрого финта и продолжает его во время контр-атаки противника прямым ударом носком ноги.

### **Передней ногой.**

В этом случае задняя нога, начиная обманное движение нижнего удара, останавливается на полпути и ставится на землю, в то время когда передняя нога поднимается. Противник получает этот остановочный удар в самом невыгодном положении; последствия этого удара, конечно, ужасны.

Находясь в ложной стойке – вы в правой, он в левой, – вы начинаете нижний удар, но, вместо того чтобы довести его до конца, ставите левую ногу несколько впереди правой (на 40 см). Противник в этот момент бросается на вас, нанося левой прямой удар кулаком в лицо, вы же встречаете его прямым ударом правой ноги.

### **Остановочный горизонтальный удар передней ногой.**

Очень практичен в «правильной» стойке, так как тогда носок ноги ударяет прямо в «солнечное сплетение»; не так удобен в «ложной» стойке, т.к. тогда можно промахнуться или ударить чересчур высоко или низко; в наилучшем случае может получиться довольно тяжелый удар в ребра.

### **Остановочный шассе в туловище каблуком ноги.**

Этот остановочный удар обладает большой толкающей силой; при равном весе он отбрасывает противника назад, сводя на нет его контр-атаку даже и в том случае, если не удастся попасть каблуком, что бывает довольно часто. Остановочный удар больше отталкивает противника, чем наносит удар ему. Уступая противнику в весе, лучше не употреблять подобного удара или же наносить его в колено.

### **Остановка горизонтальным ударом (носком передней ноги).**

Производится легче и делает больше вреда противнику, но зато при запоздании удара вместо него сделаете толчок, а, пропустив момент, попадаете в опасное положение, так как вместо ступни ударите противника верхней мягкой частью ноги.

Обычно остановочный удар делается с той же ноги, которая делает и обманный (финт); иногда его можно делать и с другой. Например, оба в левой стойке, один делает финт нижнего удара правой ногой в тот момент, как противник контр-атакует, ставит правую ногу на землю и делает остановочный удар левой ногой в туловище в виде «шассе» или «носком» ноги. Однако такой способ действий чересчур медлен для серьезного боя. Лучше всего, если нижний удар ногой инстинктивно трансформируется в «остановочный», не меняя ноги.

Если вам представится возможность встретить атакующего кроссом в челюсть или, что вернее, опперкотом (если он наклонился), результат будет удовлетворителен, но будет еще лучше, если вы встретите противника ударом ноги. Вы или совсем не атакуйте нижним ударом ноги, или должны выучиться останавливать контр-атаку противника, наносимую ударами кулака, хорошим ударом ноги, выбирая удар применительно к положению противника.

### **Шассе ногой нижнее.**

Удар вполне практичен в боевой обстановке. Он хорошо удаётся в такой комбинации: финт удара передней рукой, за которым следует «нижнее шассе ногой». Попробуем разобраться в этой комбинации. Для того, чтобы шассе было сильным, необходимо, чтобы атакующий имел центр тяжести на передней ноге; такое положение получается, когда вы сделаете финт прямого удара рукой в лицо, – шассе следует немедленно за финтом. Чем дальше финт, тем легче удаётся шассе.

На улице неопытный противник всегда будет пойман на финт; стараясь защищаться, он полностью получает шассе, т.е. удар сломает ему ногу.

Если противник делает финты высокими ударами ноги, у вас прекрасный случай нанести ему очень сильное шассе в тот момент, как он ставит ногу обратно на землю.

Если ваш уличный противник окажется настоящим боксером, то вы можете произвести такую комбинацию: финт шассе вниз, финт удар вниз рукой и удар шассе вниз или финт шассе вниз, финт рукой в лицо и удар верхним шассе – но запомните: берегитесь остановочных ударов. Строго говоря, для обыкновенного противника «улицы» эти движения были бы излишни. Еще раз повторяем: шассе вниз – один из лучших ножных ударов как для атаки, так и для ответа. Им необходимо научиться владеть вполне. Делая его, помните, что ступня задней ноги не должна производить шума; последний доказывает, что вы прыгаете, а при прыжке вы зависите от состояния грунта: если грунт скользкий – падаете на землю, если тяжелый – удар теряет быстроту.

Что лучше – носок или пятка? Если дело идет об ударах по туловищу, то мы предпочитаем удары носком ноги. Дело в том, что каблуком наносить такие удары трудно. В большинстве случаев противник получает удар верхним краем подошвы, а не каблуком; даже тогда, когда удар приходится каблуком, то и здесь нога больше толкает, нежели ударяет, а с точки зрения настоящего боя это большой недостаток.

Возьмем, например, шассе-круазе. Если им владеют хорошо, удары получаются чрезвычайно сильные. Они отбрасывают противника спиной на землю, но не приносят ему вреда, сила их больше толкающая, нежели ударяющая. Если противник тяжелее вас, вы сами упадете от своего собственного удара, как бы ударившись о стенку. Кроме того, этот удар требует много места, он тем сильнее, чем дальше от противника его начинают.

При таких условиях противник, обладающий некоторой быстротой, всегда успеет увернуться, поставив вас в скверное положение. Главный недостаток – отсутствие резкости. Поэтому я советую, делая его, не скрещивать ног, а сменять их одну другой. Так задняя нога занимает место передней, а передняя наносит удар.

Не сгибайтесь сильно ударяющей ноги, лучше сгибайтесь другую. Благодаря этим небольшим изменениям удар получится короче, суше, движение координируется в один темп, удар становится много быстрее, и наносить его можно с более близкого расстояния.

### **Горизонтальные удары ногой в живот.**

Горизонтальные удары в живот очень практичны, они быстры и великолепно поражают противника. Можно делать такие удары в виде шассе передней ногой с прыжком, как в шассе-круазе; здесь я рекомендую скрещивание заменить простой сменой ног. Однако простой горизонтальный удар задней ногой предпочтительнее предыдущего – он прямее и более силен.

Чтобы правильно нанести горизонтальный удар носком в живот, делают следующее: стоя в правой стойке, левую ногу помещают горизонтально за правую на высоте колена и, поворачиваясь вправо, выбрасывают ее вперед.

### **Прямой удар.**

Инстинктивно каждый человек сможет – хорошо ли плохо ли – его исполнить; прямой удар наносят в половые органы, вниз живота и даже в туловище. Если противник сильно наклонен вперед, удар опасен и практичен, но легко подставляет себя под остановочные удары и захваты ног. Удар наносится задней ногой снизу вверх.

### **Горизонтальный удар в лицо.**

Человек высокого роста, обладающий большой гибкостью, может позволить себе исполнять его в серьезных случаях, если противник уступает ему в росте и наклонился вперед. Если удар попадет, успех обеспечен; сила его вполне достаточна, чтобы решить исход боя. Можно, правда, ожидать, что противник, захватив ногу, заставит употребляющего удар потерять равновесие, но это не так-то легко, если последний хорошо тренирован в ударах ногами.

### **Захваты ног.**

Захваты ног и способы освобождаться от них составляют один из наиболее важных отделов техники ножных ударов. Необходимо самым серьезным образом тренироваться не только в захватах ног, но и во всех способах выводить противника из равновесия. Нет никакого смысла пользоваться ударами ног, если в случае нужды вы сумеете освободить захваченную противником ногу; хорошо владеющий техникой легко освобождается от любого захвата ноги.

### **Особый захват вольно-американской борьбы «кэтч-эз-кэтч-кэн», применяемый для защиты от ударов ног.**

Находясь в правильной левой стойке, я атакую вас горизонтальным ударом ноги, отпаривайте его обычным способом, но продолжайте парад, обхватывая мою ногу снизу, другую руку наложите на тibia; резким движением вывертывайте ногу слева направо, вы немедленно вывихиваете колено, в то время как противник еще не свалился на землю.

### **Тактика ножных ударов в уличном бою**

Обычно в уличном бою чаще всего рискуешь получить «прямой удар ноги», который можно в некоторых случаях остановить подставкой каблука таким же способом, как если бы вам наносили «нижний удар ногой». Получив такой остановочный удар, противник наверняка не сможет продолжать бой.

Во всяком случае вам легко удастся захватить его ногу, особенно если вы в то же время перемените стойку назад.

Как только противник упал, вы делаете ему ножной замок; результат будет самый продолжительный. Если же вы сделаете захват повыше, следствием будет верный вывих; таким образом вы сможете регулировать эффект приема в зависимости от обстоятельств.

В настоящем бою мы, конечно, имеем в виду не «бой на ринге», а нападение или обыкновенную драку в закрытом помещении. Часто случается, что недостаток места не позволяет применять удары ногами; наконец, в начале столкновений иногда приходится стоять очень близко к противнику, а в некоторых случаях – вплотную. Во всяком случае нанести два удара ногой удастся очень редко; если первый удар не попадает в цель, то нечего надеяться нанести второй, так как за этот, хотя и короткий, промежуток времени вы успеете сблизиться с противником. Но если первый удар ногой удался, т.е. если вы правильно выбрали момент, попали в намеченное место и нанесли удар в пределах наибольшей силы, противник наверняка будет выведен из боя.

Никогда не давайте удара ногой противнику, будучи на близком расстоянии от него или не зная точно, в какое место вы бьете, как бы сильны вы ни были в ножных ударах.

Не делайте ничего приблизительно. Если живот противника не защищен или нога его естественно подставлена под удар, не теряйте ни секунды времени, бейте изо всей силы или низким ударом ноги, или горизонтальным ударом в живот, не делая широкого замаха ногой, и держите все время мысль, что вам придется еще продолжать бой и притом на кулаках. Не забудьте, что хотя обутая в ботинок или сапог нога – и страшное оружие, но ее следует направлять лишь в самые чувствительные места противника, так как главная задача боя – немедленно обезвредить противника. Сильный удар, но нанесенный сгоряча и куда попало, всегда произведет меньший эффект, нежели легкий удар, попавший в слабое место.

Стратегия серьезного боя не преследует задачи сделать просто «больно» противнику; если последний опасен, то эффект боли вызовет лишь отчаяние и злобу, которые удесятят его силы. Стратегия требует привести противника в состояние невозможности сопротивляться.

Если вам грозит большая опасность, не забывайте о прямом ударе ногой в половые органы и вниз живота спереди, или даже сзади, если вам удалось повернуть противника и зайти к нему с тыла.

Становиться в стойку на улице не только бесполезно, но даже опасно, так как этим вы заранее предупреждаете противника о ваших намерениях. Но раз вы привыкли работать в стойке и не можете без нее обойтись, то, по крайней мере, держитесь в «сжатой» стойке, так чтобы вам не захватили руки каким-либо приемом борьбы.

Преподаватели «саватт» отчего-то имеют тенденцию заставлять своих учеников работать в «правильной» стойке. А между тем нужно уметь работать в обеих стойках, т.е. в правой и в левой, а особенно в ложной стойке.

Английские и американские боксеры поступают крайне неосторожно, работая почти всегда в левой стойке. Многие любители боксеры, даже с хорошей репутацией, совершенно дезорганизованы, теряясь с противником, употребляющим правую стойку.

## **Методические указания**

В общем мы видим, что «саватт», если отбросить его общепризнанную полезность как гимнастического упражнения, даст кое-что и в смысле самозащиты. Относясь к нему критически и с должной осторожностью, можно использовать не мало приемов, имеющих практическое значение в серьезном бою, а, изменив детали других, можно еще более увеличить ценность содержащегося в нем тактического материала. Неиспользованный в таком смысле материал имеет все же значительную ценность, как ряд подготовительных гимнастических и тактических упражнений, работа над которыми воспитывает и формирует бойца. В нашем руководстве мы не задавались целью излагать полностью всю техническую часть системы; мы выбрали лишь то, что находим наиболее практичным; мы предполагаем, что наши читатели уже знакомы как с боксом, так и с другими видами самозащиты, если не практически, то теоретически, и надеемся, что принятая нами терминология их не затруднит. Зато теорию «ножных ударов» мы излагаем по возможности шире, так как она имеет большое практическое применение в условиях серьезного боя. Теперь мы дадим несколько методических указаний для работы с учениками.

## **Тренировка**

Необходимо привыкнуть наносить нижние удары ногой по какому-либо твердому предмету; необходимо как закалить ногу, так и выработать силу удара.

### **Упражнение 1.**

**Развитие силы удара.** Эти упражнения делаются на особом манекене, и удары наносятся по мешку, набитому песком и подвешенному к потолку. Для этой тренировки следует надевать на ноги городские ботинки, конечно, очень прочные. Здесь вы главным образом должны работать методом нижнего удара ноги, как одного из наиболее практичных в бою. Вы должны научиться, не останавливаясь, делать серии ударов, не причиняя себе вреда. Удары нижние должны обладать большой меткостью и быстротой, для чего мы рекомендуем всем преподавателям давать ученикам следующие упражнения.

## Упражнение 2.

**Развитие меткости и быстрота удара ноги.** Это упражнение мало кому известно. Инструктор или товарищ по занятиям держит перпендикулярно и близко от земли палочку на расстоянии нижнего удара ноги от вас; неожиданно он упирает конец палочки в землю, оставляя ее в таком положении 1 -2 секунды, в продолжение которых вы должны успеть нанести нижний удар ногой.

1-я степень трудности. Палку ставят на землю в неровные промежутки времени, стараясь сделать вид, что ставят ее, тогда как на самом деле не доводят ее до земли. Одним словом, в полной мере подражают боксерским финтам.

2-я степень трудности. Можно делать упражнение все более и более трудным, постепенно укорачивая время, данное на производство удара.

3-я степень трудности. Удалять постепенно палку, развивая таким образом способность наносить длинные удары (ученик стоит на месте). 4-я степень трудности. Удалять палку для того, чтобы ученик развил способность определять расстояние, нужное для удара (ученик двигается). Часто приходится ловить момент, когда противник, сделав верхний удар, ставит ногу обратно на землю, и в тот момент ему наносят удар. Последнее упражнение великолепно подготавливает именно к этим ударам.

## 2. Изучение техники ударов

1) Следует тренироваться в «инстинктивных» остановочных ударах на контр-атаку противника кулаком, после того как вы нанесли ему нижний удар ногой.

2) Необходимо специально тренироваться в захватах ног противника, используя все способы, которые эти захваты представляют, для того чтобы свалить противника.

3) Работайте в равной степени как над низкими ударами, так и над высокими. При высоких ударах старайтесь попадать в диафрагму, сердце, ребра и лицо.

4) Работая над шассе-круазе, не скрещивайте ног, а просто замените одну ногу другой. В остальных ударах старайтесь делать все движения в один темп.

5) Обязательно работайте параллельно в правой и в левой стойке, а также в положении «ложной» стойки.

6) Все удары делайте как правой, так и левой ногой, как впереди стоящей, так и сзади стоящей ногой.

7) Больше работайте над ударом с поворотом, и хотя не следует его намеренно наносить, но в некоторых случаях он может быть полезен. Например, если противник заставляет вас обернуться к нему спиной.

8) Тренируясь с противником, не привыкайте драться на большой дистанции, как учит современная система, а наоборот, сближайтесь с ним и привыкайте наносить «прямые удары ногой» с самого близкого расстояния.

9) Не следует мною ходить и делать круазе – это удаляет вас от противника на такую дистанцию, которая совершенно не употребляется в настоящем бою.

10) Не изучайте ударов руками по руководствам французской школы. Они устарели, да,



кроме того, написаны не бойцами, а преподавателями, которые главное внимание обращали на удары ног как основу французского бокса.

11) Для работы рук руководствуйтесь принципами английской и американской школ.

12) *Если хотите стать хорошим «бойцом», с самого начала отбросьте «низкую» стойку (с наклоном вперед) -так называемую американскую. На ринге, где употребляют лишь одни кулачные удары, она превосходна, но во время серьезного боя она подставит вас почти под все удары ног и наиболее опасные приемы борьбы джиу-джитсу.*

13) С самого начала вы должны привыкнуть практиковать ножные удары, не объявляя «туше» (полученных ударов). Это самый лучший способ вольного боя. Боксирующий по французской системе привык делать паузу после самого легкого удара, будучи уверен, что противник не станет его преследовать; он совершенно беспомощен в драке с английским боксером, контр-атака, бешеный натиск и серия ударов которого сбивают его с позиции.

### 3. Предварительные упражнения в гибкости и равновесии

Начиная работать над ножными ударами, вам придется потратить несколько уроков на упражнения в «воздух». Они имеют целью развить гибкость и приобрести необходимое равновесие, так как не так легко, стоя на одной ноге, наносить другой сильный удар. Мы уже говорили о том, что упражнения эти выполняются без противника, по разделениям.

### 4. Вольный бой

Вольный бой – это, до известной степени, условное применение на практике в тренировочном зале всех пройденных учениками уроков.

Работая в вольном бою, ученик первое время чувствует себя очень дезорганизованным, предоставленным самому себе. Не имея под рукой указаний инструктора, он должен сам комбинировать свои атаки и контр-удары. Ему придется немало поработать над собой, прежде чем он научится разбираться в тактике и мельчайших движениях противника. Чтобы научиться хорошо владеть ножными ударами, надо приобрести «глаз», т.е. оценку, хладнокровие, глазомер, быстроту и ловкость. По большей части это природная способность, но ее нужно развить.

Более слабый физически противник, но обладающий этим природным качеством, будет часто иметь преимущество над более сильным. Хладнокровие достигается практическим опытом, быстрота и ловкость – упражнениями.

### 5. Таблицы упражнений для преподавателей

Вот серии упражнений, которые не имеют прямого отношения к «самозащите», но которые будут вам очень полезны.

#### *а) Упражнения в «правильной стойке» (с противником)*

1. Атакуйте меня нижним ударом ноги с места.
2. То же на ходу.
3. Отскакивайте на мое движение вперед. Атакуйте нижним ударом ноги.
4. Я атакую нижним ударом, защищайтесь, отвечайте нижним ударом.
5. На ту же атаку – защита: отвечайте передней рукой с прыжком.
6. На ту же атаку остановите меня горизонтальным ударом на месте в «диафрагму» (повторите 3 раза это упражнение),
7. На ту же атаку остановите меня «шассе» каблуком в туловище.
8. Повторите оба последовые остановочные удары (6 и 7) с прыжком.
9. Атакуйте меня горизонтальным ударом ноги.

10. Та же атака, но в виде двойного удара, чередуя ноги.
11. Удар ногой в лицо я отбиваю. В тот момент, когда вы возвращаетесь в стойку, я вас атакую нижним ударом ноги. Уклонитесь от удара и атакуйте передней рукой (повторите три раза это упражнение).
12. Я вас атакую нижним ударом ноги. Отбейте и сделайте контр-удар в туловище в виде «шассе» задней ногой.
13. Атакуйте меня прямым ударом задней ноги; как только последняя нанесла удар, поставьте заднюю ногу вперед на землю и дайте второй прямой удар другой ногой (находящейся теперь сзади).
14. Финт нижнего удара ногой. Горизонтальный удар ногой.
15. Финт нижнего удара ногой. Удар ногой в лицо.
16. Финт удара кулаком в лицо. Шассе-круазе в туловище (повторите три раза это упражнение).
17. Отбейте мое шассе-круазе, заставляя меня повертываться, и отвечайте двумя ударами кулака – один в бок, другой в лицо.
18. Финт нижнего шассе, удар кулаком в лицо.
19. Финт удара кулаком в лицо. Нижнее шассе (повторите пять раз это упражнение).
20. Финт нижнего шассе, финт удара кулаком в лицо и нижнее шассе.
21. Финт нижнего шассе, финт удара кулаком в лицо и шассе-круазе в туловище.
22. На мое шассе нижнее атакуйте свингом передней руки, за которым следует кросс с другой руки.
23. Горизонтальный удар передней ногой с прыжком (повторите пять раз это упражнение).
24. На мое шассе-круазе остановите меня остановочным ударом каблука по ляжке.
25. На ту же атаку наметьте остановочный удар носком ноги в половые органы.
25. Атакуйте меня горизонтальным ударом передней ноги с прыжком. Я захватываю вашу ногу обоими руками. Укоротите ногу, вытяните ее, и если этот прием не заставляет меня выпустить ее, нанесите мне два удара кулаком в лицо, начиная их с передней руки (повторите это три раза).
27. Отбейте горизонтальный удар ногой, слегка притягивая ногу к себе, и сделайте контр-прямым ударом с той же руки с прыжком.
28. Та же защита и ответ нижним ударом ноги.
29. Отпарируйте удар ногой в лицо и дайте ответ нижним шассе.
30. На первое движение моего шассе-круазе атакуйте прямым ударом руки в лицо с прыжком.
31. Атакуйте меня шассе-круазе. Я отбиваю удар во внешнюю сторону, заставляя вас повернуться. Поставьте атаковую ногу на землю и исполните удар ногой с поворотом.
32. Финт шассе нижнего передней ногой и шассе в туловище задней ногой.

*б) Упражнения в «ложной»стойке*

1. Повторите два раза подряд нижний удар ногой в ложной левой стойке, затем в «настоящей» правой стойке.
2. Атакуйте меня горизонтальным ударом ноги в грудь, я захватываю ногу, освободите ее (повторите пять раз это упражнение).
3. Атакуйте меня ударом ноги в лицо, я отбиваю удар и отвечаю нижним ударом ноги. Остановите меня по тibia.
4. Финт нижнего шассе, финт удара кулаком в лицо с прыжком и удар кулаком в ребро задней рукой.
5. Финт нижнего шассе, горизонтальный удар задней ногой (повторите это упражнение три раза).
6. На мой нижний удар ногой атакуйте ударом задней руки с наклоном вперед.
7. Я делаю финт горизонтального удара ногой. Отскочите назад и в момент, когда я ставлю ногу на землю, чтобы продолжать шассе-круазе, сделайте нижнее шассе.
8. Отбейте мой удар ногой в бок и захватите ногу обоими руками. Тяните и поднимайте ее,

меня стойку назад, чтобы меня свалить.

9. На мой прямой удар ногой, меня стойку назад, схватите мою ногу снизу вверх за пятку и носок обоими руками, поднимайте и толкайте ее, одновременно в случае нужды меня стойку вперед.

10. Если я бросаюсь на вас, нагибаясь вперед, остановите меня прямым ударом ноги (повторите пять раз).

11. Я вас атакую финтом нижнего шассе и ударом руки в лицо – уклоняйтесь во внешнюю сторону и остановите меня кроссом задней руки в челюсть.

12. Наметьте мне нижний удар ногой; в тот момент, как я атакую прямым ударом передней руки, остановите меня носком той же ноги под ложечку (диафрагму).

Все эти упражнения – лишь ничтожная часть различных возможных комбинаций, тем не менее они так подобраны, что составляют в своем роде «гамму», ежедневное повторение которой может послужить очень полезной тренировкой для ног.

Вам вряд ли часто придется применять на улице такие сложные движения, но немыслимо ограничиваться практикой исключительно тех движений, которые понадобятся в уличном бою; наоборот, необходимо искать трудных положений и практиковать их, иначе вряд ли возможно будет выработать столь необходимые в серьезном бою гибкость и быстроту.

## ОТДЕЛ III

### 3-я БОЕВАЯ ДИСТАНЦИЯ. КУЛАЧНЫЕ УДАРЫ.

*Кулачные удары, их роль в самозащите*

#### 1. Общий недостаток кулачных ударов

Неудобство кулачных ударов заключается в том, что, нанося их, рискуешь повредить себе руки. Рука – орган, предназначенный природою для захвата и зажима. Она создана для того, чтобы схватывать, а не для того, чтобы бить. Суставы пальцев нежны для того, чтобы выдерживать чрезмерно сильный удар руки.

Конечно, если боевая боксерская перчатка весом в 3 или 4 унции, защищает кулак, – это дело другое. Но большинство ударов, которые мы видим на ринге, на состязаниях бокса и которые приводят нас в восхищение своей силой, совершенно не практичны в бою на голых кулаках. В старое время, когда бои в Англии происходили на голых кулаках, без перчаток, они длились гораздо дольше, нежели теперь, а между тем боксеры прибегали к приемам борьбы. Они швыряли друг друга на землю с большой силой, может быть пять или шесть раз за четверть часа боя. Обладая не меньшей физической силой, чем современные, они должны были бы кончать бой очень быстро; а между тем их матчи всегда длились очень долго. В большинстве случаев они заканчивались потому, что один из соперников был скорее истощен, нежели побит.

Причина этого лежит в том, что руки их не бинтовались и не предохранялись перчатками, и поэтому они не могли наносить своих ударов изо всей силы.

Возьмем наиболее характерные случаи из истории профессионального английского ринга. В 1842 году боксеры Чарли Фримэн и Билль Пирри дерутся в одном состязании три дня – 14, 16 и 20 декабря – и в трех различных городах; победителем 20-го декабря выходит Фримэн на 108 раунде после боя в 2 часа 3 минуты. Не забудьте, что по старинным правилам каждый раунд заканчивался лишь после падения кого-либо из соперников на землю. Значит, оба боксера упали 108 раз за один бой; куда же спрятали они свои нокаутирующие удары? В сентябре 1845 г. Бендинго бьет в городе Сэтфильде Бен Каунта после 2 часов 10 минут боя на 93 раунде. Каким способом? – Его противника признают побежденным за неправильный удар.

В 1853 году Гарри Брум бьет Гарри Орма в 2 часа 18 минут после 37 раундов; здесь только 37 падений за 2 часа и 18 минут боя.

Бой знаменитого Тома Сойерса против Аарона Джонса продолжался ровно 3 часа и был остановлен из-за темноты.

Не будем далее настаивать, исторические данные говорят сами за себя.

Одним из основных правил старинных бойцов было не парировать удар или уклоняться от него, а наоборот, получать его на какое-либо костистое место лица или головы для того, чтобы противник разбил себе руки. Том Крибб, один из знаменитейших бойцов старой Англии XVIII века, славился специальностью «разбивать своей головой кулаки противников». Этим способом он многих победил, (между прочим, знаменитого Джэм Белчера).

Наконец, каждый раз, как известный Джон Л. Сюзливен, бывший чемпион Америки, дрался с чемпионом Англии Чарли Митчелль в перчатках, последний не мог устоять против американца, который был выше и тяжелее его. Напротив, как только бой был на голых кулаках, он продолжался 2 часа с половиной. Оголенность рук компенсирует разницу в весе. Самый сильный не в состоянии вложить всю свою силу в удар голой рукой.

Тренируясь на мешке с песком, закаляя себе суставы пальцев различными способами, можно, конечно, выдубить себе кожу и получить ее как естественные перчатки; но такие способы тренировки непригодны для обыкновенных людей. Кроме того, на улице туловище прикрыто и защищено одеждой, иногда чрезвычайно плотной, а потому все удары по туловищу, так блестяще удающиеся на ринге, в этих условиях имеют гораздо меньше шансов на успех. Большею частью, исполняя их, достигаешь лишь того, что серьезно ранишь себе кисти о пуговицы, часы или другие твердые предметы, находящиеся в карманах противника.

## 2. О системах кулачного боя

### *Американский метод или английский ?*

В последнее время старательно противопоставляют старому классическому английскому стилю «американский метод», и притом с такой настойчивостью, что предполагаешь, будто он включает в себе абсолютно специальные и новые способы атаки и защиты. Заметьте, что большинство тех, кто его рекомендует «чрезмерно» на словах или пером, или совершенно не надевало перчаток, или в глаза не видало ни одного американского боксера. А, в общем, все они вряд ли сумели бы провести точную границу между новым стилем и старым.

Знаменитые американские боксеры последнего двадцатилетия, как Корбет, Питер Джексон, Джон Сюзливен, Диксон, Гриффо и многие другие, держались исключительно английских принципов; некоторые другие, более молодые, между которыми сперва надо отметить Томми Бернса, усвоили себе несколько специальный стиль. Этот стиль как нельзя лучше подходил к данным бывшего чемпиона мира Бернса. И нам кажется, что большинство боксеров из молодежи стало копировать его из чувства «фетишизма», поклоняясь своему кумиру.

Как культурный человек, Берне много писал, издал несколько руководств по боксу и этим много способствовал распространению своей системы. Во время своего турнэ по Англии в 1908 г. он привел в восторг англичан и английские спортивные организации. Они просили его написать книгу, в которой бы он изложил свою систему. Воспользовавшись случаем, Берне издал в Англии книгу «*The Art of Boxing*», за которую получил крупные деньги. Те, кто читали эту книгу и понимают кое-что в боксе, могут сказать, что нового он ничего не дал. Насколько был искренен Берне в своем сочинении – большой вопрос. Мы, издавшие матч Бернса с Джонсоном на чемпионате мира, знаем лишь одно – что в «инфайтинге» он не существовал, Джонсон распоряжался им как угодно, а «инфайтинг» – самая характерная черта его стиля, т.е. американского.

Как определить этот американский стиль? Впрочем, вкратце можно сказать, что он заключается в очень ловкой утилизации условностей ринга и удалении от настоящего боя".

Этот стиль обуславливает бой на более близком расстоянии и, следовательно, требует меньшего употребления прямых ударов с выпадом или на месте, нежели полу-косых кроссов, очень коротких. Требуется меньше самому атаковать, а скорее вызывать противника на атаку, чтобы встретить его ударом и нанести серию кроссов и опперкотов и, наконец, принять положение, при котором наиболее чувствительные места спрятаны. Из сказанного вы видите, что

такая тактика очень удобна для человека низкого роста, уступающего в весе противнику; таковым и был Берне, рост которого равнялся 1 м 56 см.

Вот все характеризующие этот стиль данные.

Ноги вовсе не работают быстрее в этом знаменитом «методе», что бы там не говорили. Корбет, чемпион Америки, который обладал идеально классической работой ног, и Дрисколль, чемпион Англии легкого веса, дают нам блестящие образцы быстроты и легкости в передвижениях. Дрисколль – сам англичанин и не имеет, например, ничего общего с системой Бернса. Однако он был непобедим в Америке, на родине «знаменитого метода». Старые бойцы всегда придавали огромное значение скорости передвижений на ринге. Наконец, «мнимое» упразднение свинга также приписали американскому методу. А между тем этот род «пощечины закрытым кулаком» никогда серьезно не употребляется на ринге ни одним хорошим боксером. Кроме того, он силен лишь тогда, когда наносится тяжелой перчаткой, образующей на кисти руки род отвеса.

Многие старинные и признанные авторитетами руководства и исследования о боксе – между прочим, исследование О'Донелли – в один голос заявляют, что, нанося свинг, рискуешь больше вывихнуть кисть, нежели причинить какой-либо вред противнику.

В те времена, когда боксерские состязания происходили на голых кулаках, употреблялись одни лишь прямые удары или удары сверху по той простой причине, что различные удары согнутой в локте рукой, составляющие базис американской системы, часто расшибали кулаки, если они не были защищены перчатками. Рука создана для того, чтобы хватать. Англичане совершенно справедливо учли это. Американцы часто упрекали английских боксеров в том, что они бьют так, точно боятся повредить кулаки.

Этот упрек – лучший комплимент, который можно сделать английской системе.

Очевидно, что с бинтами и перчатками, образующими вокруг пальцев род древне-греческой «щесты», можно бить под любым углом. Да, кроме того, можно и парировать удары посредством «блокировки», что при голой руке совершенно невысказуемо.

Так называемый «Краучинг» – тоже далеко не новость.

Знаменитый Крибб, разбивавший кулаки своим противникам, подставляя свой череп, имел стойку, совершенно аналогичную с Джэффризом и Бернсом.

Не станем отрицать, что такое положение выгодно на ринге. Оно выгоднее для полугоризонтальных ударов и хорошо защищает от наиболее опасных ударов. Но в условиях уличного боя, когда приходится опасаться приемом борьбы, особенно же приемов японской борьбы, оно является одним из самых опасных.

Этот тип стойки является тем положением, которое японские бойцы называют «роковой ошибкой», т.к. оно позволяет противнику нанести много опасных ударов.

Крибб, несмотря на свою исключительную физическую силу, всегда говорил, что боится одних лишь подножек, так как часто делался их жертвой.

### **3. Состязания боксеров на «ринге» и настоящий бой**

Повторяем еще раз, американская тактика имеет преимущество на ринге. Но для тех, кто, занимаясь боксом, имеет в виду самозащиту, мы говорим: «Изучайте старую систему, употреблявшуюся в то время, когда боксерские матчи происходили почти в одинаковых условиях с уличным боем».

Бой «вплотную» (на близком расстоянии от противника или, как американцы называют его, «инфайтинг») – тоже не новость.

Один из знаменитейших бойцов Англии, Джем Белчер был специалистом «инфайтинга», и это было не в 1923 г. или 1927 г., а в 1830 г.

В любую эпоху существовали чемпионы, которые по природным данным или из расчета были ловкими инфай-терами (бойцами «вплотную»). Надо быть совершенно незнакомым с историей бокса, чтобы признать одних только современных боксеров новаторами в этом деле.

Теперь посмотрим, насколько полезен инфайтинг.

С близкой дистанции удар всегда сильнее. Прямой удар левой рукой с прыжком всегда слабее удара с места, а поэтому особенно и силен кросс, употребляемый в инфай-тинге. Но на

такой короткой дистанции всегда грозит возможность захвата противником каким-либо другим приемом борьбы. Ведь, в конце-концов, бой на голых кулаках с приемами борьбы запрещен очень недавно. В самом начале профессионального бокса он был очень практичен. Каждый призовой боец был также и ловким борцом, как только бойцы схватывались за руки и шли в клинч, противника с силой бросали на землю, и он отделялся не дешево.

В те времена редко приходилось видеть такие бесконечно скучные клинчи, которые так утомительны для зрителей современных боев.

Можем с уверенностью сказать, что самые искусные инфайтеры вряд ли решились бы так уверенно приближаться вплотную к своему противнику, если бы клинч грозил им ловкой подножкой или жестким падением на землю. Да к тому же вряд ли они при этих условиях наклонялись бы так неосторожно вперед, как они это делают теперь.

Когда в Англии и Америке правительства запретили в состязаниях употреблять подножки и старые приемы борьбы, то все же англичане сохранили неприкосновенной свою старую систему боя, выбросив из нее только борьбу. Американцы же, наоборот, воспользовались этим запрещением и изменили свою систему.

В состязаниях на ринге бесспорно этой последней американской системе принадлежит пальма первенства.

На улице мы предпочитаем старый стиль, при котором можно наносить удары издали и который держит противника в почтительном отдалении.

Испытайте эту разницу сами на себе, в вольном бою с боксером, который хорошо знает вольно-американскую борьбу, и продолжайте бой в инфайтинге приемами борьбы. Тогда вы сами увидите, что будете держаться в стойке, совершенно выпрямившись, а не приближаться к противнику вплотную, и будете наносить ему удары издали.

В довершение ко всему припомните еще об ударах ногами, про которые говорилось раньше, что они удаются лучше тогда, когда противник наклоняется вперед.

#### 4. Применение кулачных ударов в рукопашном бою

В серьезном бою удары голым кулаком следует употреблять лишь при самых благоприятных для того условиях.

Свинги, например, совершенно бесполезны; употребление их допустимо только в толстых перчатках, которые дают размах; мы предпочитаем очень короткие кроссы и опперкотты в челюсть – их можно наносить либо в виде атакующих, либо в виде остановочных ударов.

Не следует никогда самому употреблять свингов, но необходимо выучиться от них защищаться. В настоящем бою из ударов английского бокса употребляются всего лишь четыре удара: прямой удар, кросс, опперкотт и хук.

Хук на практике является тем же кроссом. Хук – это прямой удар, но наносится он в виде полудуги, так чтобы попасть в челюсть или в шею.

На улице в большинстве случаев будет достаточно прямого удара в виде атаки или остановочного; не умеющий драться противник почти всегда бьет правой рукой и косым ударом с плеча. Дайте ему изо всей силы левый прямой удар, слегка уклоняясь головой от его удара вправо, и вы можете быть уверены, что приведете его в жалкое состояние.

По общему правилу левый прямой удар с места или с прыжком захватывает врасплох и почти наверняка; нападающий получает удар в то время, когда он его не ожидает на такой дистанции, на которой считает себя в безопасности.

Поэтому старайтесь серьезнее работать над левым прямым ударом; приобретите уверенность в том, что в нужный момент вы сможете нанести его с надлежащей быстротой, силой и меткостью.

\* Запомните еще один совет общего характера: как только вам удалось попасть в противника каким-либо ударом, дублируйте, утраивайте его, даже если первый удар сильно повредил противнику.

*Замечания. Старайтесь попасть в нижнюю челюсть противника. Лоб чересчур тверд, знаменитый удар между глаз, о котором так часто упоминают в романах, до сих пор не остановил еще ни одного опасного противника.*

*Удар в глаз служит причиной очень сильного воспаления, которое заставляет противника ходить дней 15 «с фонарем», действует лишь на самолюбие, но немедленного эффекта не дает.*

*Нос гораздо чувствительнее, но все-таки это не вывод противника из боя.*

*Я настаиваю на том, что на улице нужно прибегать лишь тогда к ударам кулака, когда противник станет в удрбное положение, но раз решившись применить удар, необходимо, чтобы противник был тут же неспособен продолжать бой.*

Если у вас достаточно меткости для того, чтобы чисто попасть в угол, образуемый верхней губой и носом, слегка снизу вверх (но не совершенно снизу вверх), то пользуйтесь всяким удобным случаем. Это очень чувствительное место. Среди японцев этот удар считается очень опасным, однако японцы наносили его иначе – не кулаком, а ребром ладони; для того, чтобы нанести удар ребром, необходимо стоять рядом с противником, между тем как в бою вам придется стоять почти всегда против противника. Так что, пожалуй, японский удар в кулачном бою не применим.

Какой бы удар вам не приходилось употреблять, всегда старайтесь наносить его по нижней челюсти. Помимо того, что она связана со многими очень важными нервными центрами, она очень слаба сама по себе. Челюсть соединена с костями черепа очень легкими связками, и если поддерживающие ее мускулы не достаточно напряжены, а зубы, например, не стиснуты, то довольно даже легкого удара, чтобы ее вывихнуть или, по крайней мере, сделать сотрясение, распространяющееся по всему телу.

Ни одно место человеческого тела под влиянием удара не получает такого стремительного аффекта.

Опперкотт, когда можно его нанести, является одним из лучших в серии так называемых нокаутирующих ударов; получивший его обыкновенно падает на спину, при чем расстается с несколькими зубами.

Я вам неоднократно советовал дублировать и утраивать ваши удары, но из-за этого вовсе не следует торопиться нанести первый удар серии. Всегда помните, что довольно иногда одного удара, чтобы уложить противника, но при условии, что он будет нанесен хорошо и попадет в нужное место.

Почти всегда, даже в настоящее время, когда английским боксом владеют многие, особенно за границей, противник, с которым сведет вас случай на улице, будет менее вас опытен в боксе, и вы сумеете ему нанести удар в любое место и тем способом, который вам будет нужно.

Следовательно – только не торопитесь.

Иногда самое трудное – это во-время уклониться от удара или отпарировать его; обычно поднимают руку для парада чересчур рано, а потому удар противника минует руку и попадает в цель; поэтому помните, что существуют только два средства получить удар противника: первое заключается в том, чтобы совсем его не парировать, а второе – в том, чтобы его парировать слишком рано.

Вряд ли неопытный противник успеет заметить чересчур быстрый или сложный обманный удар с вашей стороны. В большинстве случаев всякий финт против такого противника бесполезен; достаточно прямого удара без предварительного обмана; если же в крайнем случае будет необходим финт, то необходимо сделать его как можно проще и понятнее для противника.

Если вы делаете верхний финт против неопытного противника, делайте его поверх головы по направлению шляпы и очень быстро. Если же вы обманываете противника вниз, то угрожайте финтом в нижнюю часть живота. Благодаря такому способу неопытный противник, стараясь отразить удар, будет парировать очень широкими движениями.

Помните, что действие финтов на противника зависит также и от неожиданности их. Если финт делается из неподвижного положения, то он получается и естественнее, и неожиданнее.

## **5. Тактика кулачного уличного боя и тактические упражнения для преподавателей**

Если противник нападает на вас в старой стойке уличных хулиганов и грабителей (левая рука горизонтально вытянута перед туловищем, правый кулак оттянут назад), то достаточно

сделать финт в нижнюю часть туловища и бить вверх. Мы можем рекомендовать, например

- а) – финт левой в туловище, удар в челюсть с той же руки;
- б) – финт правой в туловище, удар левой в челюсть, прямой или в виде кросса.

Эта последняя комбинация особенно практична и решает исход боя.

Менее всего я советую финт левой вниз и удар правой в лицо, так как противник, по всей вероятности, умеет пользоваться лишь своей правой рукой, и если в этот момент он нанесет удар справа, то в результате будет нежелательный двойной удар.

Если тело противника будет прикрыто легкой одеждой, то можно нанести ему удар под ребра или диафрагму в следующей комбинации:

- а) – финт правой в лицо и кросс левой в диафрагму (очень хорошо дублировать этот последний кроссом с правой в челюсть);
- б) – финт левой рукой в лицо и удар правой в сердце также недурны.

Но против неопытного противника мы вам особенно советуем употреблять удары левой – главным образом, чтобы избежать взаимного двойного удара с правой руки.

Набейте как следует руку на этих немногих ударах, научитесь наносить их с большой быстротой и силой. Этого достаточно.

Кроме этого, я могу рекомендовать вашему вниманию еще несколько комбинаций:

1) Финт с правой в бок; прямой удар левой в лицо дублируйте с той же руки в лицо и утраивайте кроссом правой в челюсть.

2) Из правой стойки: финт правый прямой в сердце, прямой в челюсть с той же руки дублируйте левым «опперкоттом».

3) В стойке вправо финт левого прямого в лицо, кросс правой в сердце, опперкотт с левой в челюсть. (Предполагаем, что противник ваш находится в левой стойке, а все неопытные бойцы обычно инстинктивно принимают именно это положение).

## **6. Отвод ударов снаружи во внутрь стойки в условиях рукопашного боя**

В спортивном боксе теперь уже почти совсем не употребляют защиту отводом руки противника снаружи во внутрь его стойки, а между тем в серьезном бою такой способ защиты чрезвычайно полезен: он позволяет наносить противнику сильные удары, не заботясь о контрударах, которые противник при таком отводе руки не может наносить. Опытный боксер может, конечно, отыграться, но обыкновенный уличный противник, даже опытный в бою, не сумеет выйти из неприятного положения (рис. 40).

Удар или финт левой вы парируете правой рукой, делая туловищем 1/4 оборота влево; очутившись в таком положении, вы можете великолепно сделать контр-удар в виде очень сильного кросса или опперкотта.

Удар правой руки противника (на улице особенно часто атакуют именно этой рукой) отводите во внутрь своей левой рукой и бейте правой – результатом будет верный нок-аут.

Можно также делать отвод другой рукой (правой) в том же направлении. В этом случае подхватывают руку противника и заставляют последнего слегка повернуться вокруг самого себя. После чего можно сделать рипост по затылку или по шее.

Точно так же можно «отводить» левую руку противника своей левой.

## **7. Употребление «бокового шага» в рукопашном бою**

Этот прием английского изобретения имеет серьезное значение, помогая уклониться от нападающего противника, бросаясь в сторону.

Он может быть очень полезен в серьезном бою в том случае, когда при неожиданной атаке нет возможности отскочить назад и приходится идти в сторону.

Предположим, что вы находитесь в левой стойке; отведите левую ногу за правую и перенесите центр тяжести, бывший ранее на правой ноге, на левую ногу; затем сделайте прыжок вправо совершенно так же, как если бы вы наносили удар правой рукой с прыжком (конечно, без движения рук). И примите вашу обычную стойку лицом к противнику. Это кажется очень простым, а между тем это движение настолько трудно «поймать», насколько полезно им владеть.



Чтобы сделать «боковой шаг» в левую сторону, достаточно нанести прямой удар левой рукой, прыгая одновременно в сторону, но не доводя удара до конца; даже лучше оставить руки в покое, ограничиваясь движением ног.

При случае можно сделать эту атаку в бою вместо финта, а затем сделать неожиданно «боковой шаг» вправо, который захватит противника врасплох.

## 8. Уклонение от ударов в рукопашном бою

По большей части они непрактичны в серьезном бою, так как дают возможность противнику сделать захват или применить какой-либо прием борьбы. Но иногда может встречаться надобность прибегнуть к ним. В этом случае они должны быть чрезвычайно просты. Прибегайте к ним лишь при крайней необходимости или если вам придется драться с боксером.

Теперь перейдем к технике исполнения тех ударов, которые нам могут пригодиться в серьезном бою. Многие читатели, вероятно, удивятся, не найдя в этом отделе тех тонких и эффектных комбинаций, которые они так часто встречали в руководствах американского или английского спортивного бокса. Что ж делать? Мы признаем за спортивным боксом все его достоинства, согласны с тем, что он служит хорошей косвенной подготовкой к серьезному бою (особенно состязания бокса), но не считаем его средством для прямой подготовки к серьезному бою. В этом отношении наши дороги резко расходятся; все хитрые и остроумные комбинации спортивного бокса, которые производят эффект в состязаниях, для нас представляют ненужный балласт. Наша система проще, она может быть.

не так заинтересует, но зато она значительно практичнее. Последователям нашей системы и нет надобности сделаться чемпионами бокса, т.е. узкими специалистами, так как наша система включает много элементов, которыми надо владеть в совокупности. Наши последователи должны усвоить различные приемы боя. Желая достигнуть успехов в искусстве рукопашного боя бесполезно тратить время и внимание на изучение деталей каждого элемента в отдельности, часто интересных и нужных для специалиста.

## Техника кулачных ударов старой школы английского боя на голых кулаках

### 1. Длинные удары

*Прямой удар передней рукой. В левой стойке – левой рукой; в правой – правой.*

Прямой удар передней рукой исполняется следующим образом.

Из положения стойки, в которой локоть должен касаться ребер, вытяните руку вперед, кисть ногтями почти вверх; одновременно наклоните корпус вперед (не утрируя); задняя рука держится у диафрагмы, прикрывая ее, или же поднимаете предплечье в уровень и перед подбородком, в случае если предполагается остановочный удар со стороны противника. Необходимо, чтобы рука, наносящая удар, плечо и корпус вытягивались вперед одновременно, иначе удар не будет иметь никакой силы. Если удар будет нанесен после того, как туловище наклонится вперед, он даст лишь толчок, а атакующий рискует получить со стороны противника целый ряд остановочных ударов.

Наклон должен давать руке максимум растяжения, но не выводить туловище из равновесия.

Чтобы определить дистанцию, которую должен пробежать прямой удар, станьте перед стеной и, вытянув руку прямо перед собой, попробуйте сделать ею толчок вперед. Это поможет вам точно определить конечную точку движения руки вперед и правильно определить необходимый наклон корпуса.

Настоятельно рекомендуем наносить удар головкой больших фалангов пальцев, для чего держите кисть всегда в правильном положении.

Движение руки необходимо координировать с импульсом задней ноги и с движением бедер.

В каждое движение вкладывайте максимум своей силы, будь то руки или ноги. Сама

практика покажет, что чем сильнее удар, тем он делается быстрее.

На первых уроках вы самым тщательным образом должны следить за правильностью наносимого удара; если вы усвоите его с самого начала неправильно, потом исправлять будет трудно.

#### *Прямой удар задней рукой*

Исполняется следующим образом. В стойке кулак руки находится напротив груди немного выше диафрагмы, при чем кисть не прижимается вполне к последней. Вы слегка отводите кулак в сторону от туловища, кисть руки ногтями вверх, и вытягиваете руку согласно принципам, указанным выше; другой кулак – левый – помещается перед диафрагмой, если только тактическое соображение не принуждает вас поднять предплечье к подбородку для защиты. При всех прямых ударах задняя нога должна всей ступней покоиться на земле, т.е. совершенно обратно тому, что преподают многие преподаватели – англичане и американцы. Таким способом вы, во-первых, гораздо сильнее и суше наносите удар, а во-вторых, не теряете равновесия (рис. 84 и 85),

#### *Прямой удар передней рукой с выпадом*

Наносится так же, как с места, но к удару прибавляется легкий выпад, совершенно такой же, как в фехтовании; задняя нога должна быть вытянута.

#### *Прямой удар передней рукой с прыжком*

Наносится, отталкиваясь задней ногой от земли и одновременно выбрасывая переднюю ногу на две ступни вперед; правая нога следует за левой и ставится сзади нее. Носок правой ноги сильно упирается в землю, а пятка приподнята, рука должна ударить противника в тот самый момент, как левая нога приземляется (рис. 42).

Левый прямой удар с прыжком делается часто с боку, т.е. вместо того, чтобы подпрыгнуть к противнику, вы прыгаете слегка влево, поворачивая носок левой ноги в правую сторону и ставя правую ногу сзади левой по общему правилу (упражняющийся в левой стойке).

Примечание. Самые сильные удары, конечно, те, которые наносятся с места или с очень небольшим выпадом, но, с другой стороны, удары с прыжком действуют на противника своей неожиданностью, захватывая противника на таком расстоянии, на котором он считал себя в полной безопасности.

Боксерам часто приходилось на улице выполнять такие удары с прыжком против хулиганов, которые нарочно затевали с ними ссоры, чтобы иметь случай подраться. Несмотря на то, что хулиганы имели совершенно правильную стойку и сами вызывали нападение, боксеры почти всегда захватывали их врасплох прямым ударом с прыжком. Специально тренируясь в этих ударах, можно научиться наносить их с удивительной быстротой.

Однако на той дистанции, с которой обыкновенно наносятся эти удары, можно легко наносить и удары ногами.

#### *Прямой удар задней рукой в туловище*

Его обыкновенно наносят или с места, или делая легкий выпад вперед.

Прямые удары в туловище выполняются совершенно так же, как и удары в лицо; что же касается положения кисти, то оно должно оставаться совершенно таким же, как

в верхних ударах. В бою в перчатках английские и американские преподаватели требуют иначе: чтобы кисть была вывернута ногтями вниз. Но если голому кулаку придать такое положение, то удар попадет не основанием больших фалангов пальцев, а основанием маленьких фалангов, что невыгодно во всех отношениях.

Мы уже не раз упоминали о том, что в серьезном бою удары по туловищу противника не играют такой роли, как на ринге. На противнике одежда, поэтому у него, так или иначе, трудно найти чувствительные места – сердце, живот, – да, кроме того, пуговицы его жилета, часы и другие твердые предметы могут серьезно поранить ваши руки.

## 2. Короткие удары

### *Удар «кросс»*

Кроссы очень полезно употреблять, находясь на близком расстоянии от противника. Самое трудное – это схватить тот момент, когда их нужно наносить. Этот момент определяется

следующим образом.

Ведя бой с противником на длинных ударах, вы вдруг замечаете, что настолько приблизились к нему, что ваши прямые удары дают лишь одни толчки. Вам не хватает места для размаха, чтобы наносить сильные прямые удары. Тогда знайте, что настал момент бить противника «крессами».

#### *Кресс правой рукой*

Выполняется он следующим образом: сначала отстраните кулак от груди, как в прямом ударе; затем, почти не отделяя локоть руки от бедра, поворачиваетесь на правой пятке липом влево, слегка приподняв носок ноги. В общем, рука почти не разгибается в локтевом суставе, удар наносится скорее поворотом туловища.

#### *Кресс левой рукой*

Исполняется точно таким же образом, что и правой, но отодвигание кулака от груди (принимая во внимание позицию рук в левой стойке, конечно) излишне.

Нанося кресс, следует держать кисть руки так, чтобы большой палец лежал сверху; действительно, эти удары наносятся по челюсти сбоку слева направо или справа налево, а не сзади наперед, как прямые.

Никогда не следует держать кисть ногтями вниз, как это делают очень многие. Во-первых, при таком способе можно повредить руку, а во-вторых, при ударе очень трудно не поднимать локтя наверх, что, конечно, сильно ослабляет удар, так как предплечье при таком положении не составляет одного целого с верхней частью руки и плечом.

#### *Отперкотт*

Этот сильный удар наносится как правой, так и левой рукой. Рука сгибается в локте, замах делается по полуокружности, и удар наносится снизу вверх под подбородок противника. Если голова противника совершенно опущена, вы заканчиваете удар, вывернув кисть ногтями вниз, чтобы удар пришелся как раз большими косточками кисти, если же, наоборот, она только полуопущена, оставьте почти сверху, чтобы удар пришелся опять тем же самым местом.

#### *Парировка ударов*

Обыкновенно парируют удары предплечьем руки, отбрасывая сухим ударом руку противника снизу вверх и в сторону, или отводят руку противника горизонтальным движением, или, наконец, для той же цели пользуются задней рукой самого противника.

Эти способы парировок общеизвестны, и подробное описание их можно найти в любом элементарном учебнике бокса.

Однако надо сознаться, что русские боксеры хотя в теории и великолепно знакомы со всеми видами парировок, но на практике их совершенно игнорируют, предпочитая пользоваться уклонениями. А потому изучающие самозащиту ни в коем случае не должны подражать пагубному примеру своих собратьев боксеров-спортсменов.

### **3. Уклонения**

Уклонением называется способ избежать удара наклонением головы вправо или влево в сторону от удара или нырком под руку противника, наносящую удар, при чем последняя проходит мимо и попадает в пустое пространство. Можно избегать удара противника, откидывая всю верхнюю часть туловища назад или перегибаясь в правую или левую сторону.

Уклонения требуют со стороны боксера быстроты, гибкости и глазомера, каковые качества достигаются умело направленными упражнениями физической культуры, а главное – практикой. Это одна из самых трудных областей бокса.

Наш взгляд на значение уклонений в серьезном бою мы уже высказали, а потому и не считаем нужным далее останавливаться на этом. Рассмотрим лучше с практической стороны, что из себя представляет «остановочный удар».

### **4. Остановочные удары**

Обычно, уклоняясь от удара противника, стараешься одновременно ответить ему таким же ударом.

Такой способ наносить удары дал имя целой категории ударов, которые известны под названием «остановочных».

Допустим, что вы находитесь в левой стойке и атакованы противником левым прямым ударом. В этом случае вы отклоняете голову и верхнюю часть туловища довольно сильно в правую сторону и в то же время из слегка наклоненного положения сами наносите левый прямой удар в лицо противника. Рука противника проходит мимо вашей головы, в то время как вы сами наносите чистый удар противнику. В этом случае ваш прямой удар будет называться прямым «остановочным» ударом.

Можно на тот же удар противника ответить левым остановочным нижним ударом, т.е. в ребра или сердце.

Избегая удара, следует, по возможности, уклоняться во внешнюю сторону от руки, наносящей удар, так чтобы не быть под угрозой удара другой руки противника.

Находясь в правильной стойке, т.е. левой, на прямой и левый удар противника вы должны уклоняться вправо, а на правый прямой – влево. Однако это правило, о котором следует помнить, имеет исключение. Чаще уклоняются влево от левого прямого, останавливая противника ударом правой руки в ребро или правым кроссом в челюсть.

#### *«Остановочный кросс»*

Соединив кросс с уклонением, мы получим великолепный остановочный удар, особенно ценный для боя на голых кулаках. Он очень удобен на близкой дистанции. Наносить удар следует косточками больших фалангов пальцев.

Наносите удар, приближаясь как можно ближе к противнику, все мускулы руки должны быть напряжены, начиная от кулака до плеча исключительно. Мы еще раз напоминаем, что сила этого удара зависит исключительно от наклона и поворота туловища, а не разгибания руки.

Благодаря полному напряжению руки вы менее рискуете получить повреждение пальцев или вывихнуть кисть

## ОТДЕЛ IV

### 4-я БОЕВАЯ ДИСТАНЦИЯ. БОЙ ВПЛОТНУЮ В СТОЙКЕ БЕЗ ОБХВАТА

#### Особенности

В рукопашном бою противники, как мы уже неоднократно говорили, быстро сближаются друг с другом, так же как и боксеры во время состязаний при взаимном бешеном натиске сходятся в клинче, т.е., другими словами, ведут бой вплотную. Но если боксеры во время состязаний ограждены правилами от получения различных так называемых «неправильных», т.е. опасных для жизни ударов, которых существует не малое количество, то не так обстоит дело с лицами, которым в силу различных обстоятельств приходится принять активное участие в серьезном рукопашном бою. В настоящем серьезном бою, где «неправильных» ударов не существует вовсе, а «правильными» считаются лишь те, которые дают перевес над врагом, противники пользуются очень многими весьма опасными ударами, которые чаще всего применяются в тот момент, когда противники, с одной стороны, еще не успели обхватить друг друга руками, а с другой – находятся в самой опасной близости друг к другу. Такое взаимное положение противников, которое мы называем «бой в стойке вплотную без обхвата», не допускает применения ни ножных, ни обычных кулачных ударов, ибо для последних негде и некогда искать нужного размаха. В этом положении невозможно даже применение приемов борьбы, ибо противники не успели еще приобрести ни необходимой устойчивости, ни контроля над действиями противника (нащупывание) благодаря отсутствию взаимного контакта, без каких-либо условий применение приемов борьбы немыслимо. Именно в этом, с нашей точки зрения, самом опасном фазисе боя противники (любители поножовщины) прибегают обычно к ножу, закладкам, болтам, гирькам и другим подобным «прелестям», которые при бое вплотную всегда легче незаметно пустить в действие.

Когда противники находятся в фазисе «боя в стойке в обхват», это сделать гораздо труднее, так как благодаря обхвату или захвату вы уже контролируете противника или, как говорят «борцы» на своем образном языке, «чувствуете его» и всегда можете вовремя предупредить злой умысел противника.

На какие же средства нападения, а главное, защиты может рассчитывать лицо, изучающее искусство рукопашного боя, для того чтобы с успехом выдержать этот тяжелый момент боя?

Приемов для этого существует не мало, но прежде, чем изложить их, попробуем дать несколько средств, для того чтобы, по возможности, избежать совсем этого опасного фазиса боя или же, по возможности, занять наиболее выгодную позицию, чтобы с успехом провести его.

Для этого нужно, во-первых, научиться быстро подходить вплотную к противнику, пользуясь для того всеми промахами его атаки, а во-вторых, подходя к противнику, уметь одновременно завладевать его руками. Нам известны следующие удобные для этого приемы.

### **1. Прием приблизиться к противнику и завязать бой вплотную, когда противник наносит удары ногами.**

*1-й случай*. Если противник наносит вам удары ногами, направляя их по вашим ногам, вам можно подойти к нему вплотную, употребив для этого следующий способ. В момент одного из его ударов вы откидываете свою впереди стоящую ногу во внешнюю сторону от ноги противника и прыгаете вперед, одновременно нанося кулаком удар, однако не вкладывайте силу в свой удар, ибо цель его – лишь обмануть противника, на самом же деле, атакуя прыжком, вы должны постараться захватить обе руки противника. Делается так: вы пропускаете руки между рук противника (движение должно несколько напоминать 1-й момент плавания «а-ля-брас») и, с силой упиравшись на руки противника, отводите их назад по обе стороны туловища.

Правда, этим способом вы заставляете бездействовать противника всего лишь одну секунду, но этого вполне достаточно, чтобы овладеть своей новой позицией и восстановить свое равновесие. Вы будете в устойчивом клинче и в готовности наносить любые удары, возможные при «бое вплотную», а также применить при первой возможности приемы борьбы.

Этот прием утилизирует слабое равновесие противника, наносящего удар ногой, а также и то, что человек, наносящий удар ногой, не может одновременно оказывать сильное сопротивление руками.

Многие, вероятно, возразят, что в подобном случае лучше нанести противнику сильный удар кулаком. Отнюдь нет. Правда, удар у нас пропадает, но при данных условиях он не может быть сильным, а следовательно – иметь решающее значение на исход боя, а между тем вам пришлось бы искать нового случая, чтобы занять то выгодное положение, которое мы вам рекомендуем использовать с самого начала схватки.

Как только вам удалось приблизиться «вплотную» к противнику, «прицепитесь» к нему и бейте его изо всех сил, не давая передышки и не позволяя оттолкнуть себя на такую дистанцию, на которой он смог бы пустить в ход ножные удары.

Самое трудное заключается не столько в том, чтобы суметь войти «вплотную», сколько в том, чтобы, войдя «вплотную», суметь немедленно продолжать бой целой серией кулачных и других ударов.

Если вы, находясь вплотную к телу противника, займете плохое положение, если вам придется искать равновесия, если удары не будут сливаться свободно, сильно и гармонично с

вашим натиском, если вы не чувствуете в себе достаточно силы для того, чтобы их наносить, значит, ваш способ входить «вплотную» страдает крупными недостатками, и нужно постараться его исправить.

*2-й случай.* Если противник ведет нападение прямыми ударами носком ноги, будьте осторожны, не пытайтесь сразу входить вплотную, лучше захватите руками его ногу, но лишь для того, чтобы сейчас же ее бросить и подойти «вплотную». На улице придется иметь дело именно с такими ударами. Помните, что самый лучший способ сделать захват ноги заключается в том, чтобы переменить стойку назад в тот момент, как вам наносят удар, – нога при этом «как бы сама собой» попадает к вам в руки. Можно остановить прямой удар также ударом ноги по «кости» или по «чашке» ноги, но атаковать или идти «вплотную» на противника при этом ударе в большинстве случаев опасно.

*3-й случай.* На все высокие удары ног по туловищу подходите к противнику уверенно, но делайте это в самом начале атаки противника: не запаздывайте с прыжком вперед, иначе вы лишь поможете противнику, удвоив силу удара, так как сами пойдете навстречу последнему.

Если момент для прыжка схвачен правильно, то всякий боковой удар причинит вам лишь легкий толчок, а для перпендикулярного удара нога противника не успеет как следует разогнуться.

## **2. Прием приблизиться к противнику «вплотную» и завязать бой в выгодном положении для применения ручных приемов, когда противник употребляет кулачные удары.**

Если противник ведет с вами бой кулачными ударами, вы также можете подойти к нему «вплотную» при помощи описанного нами выше «плавательного движения», выбрав для этого двойной удар противника с правой и левой руки или обратно.

Точно так же можно входить в контакт с противником при помощи движения «простого уклона от удара кулака». Если вы в левой стойке, то делайте уклон вправо. В этом случае остерегайтесь подцепить по дороге удар снизу или «опперкотт». Старайтесь захватить вашего противника сбоку или со спины; иногда условия боя позволяют выполнить это легко, особенно если вы умеете хорошо парировать кулачные удары «внутри стойки». В этом последнем случае у вас много шансов взять инициативу боя в свои руки и перевести его на землю, сшибая своего противника с ног броском с бедра, подножкой или каким-либо другим приемом борьбы, избегая таким способом более или менее длительной борьбы «вплотную в стойке».

Однако не всегда бывает возможно избежать таким простым способом такого серьезного фазиса боя, как «бой вплотную в стойке», и часто, даже сблизившись с противником, не всегда удается сделать ему немедленный захват или зажим без предварительной подготовки, необходимой для всякого решающего исход боя решительного удара или приема.

Более того, вы рискуете подцепить какой-либо опасный удар со стороны противника. Поэтому необходимо быть знакомым со всеми ударами и приемами, которые можно с успехом применять, находясь в положении «боя вплотную в стойке» как для того, чтобы не нарваться на какой-либо неожиданный удар со стороны противника, так и для того, чтобы посредством этих ударов подготовить почву для решительного удара.

### **Удары, употребляемые в бою вплотную в стойке без обхвата**

Вот общий перечень этих ударов:

- 1) – удары кулаком «с навеса»,
- 2) – удары кулаком горизонтально-молотообразные,

- 3) – удары ребром руки,
- 4) – удары локтем,
- 5) – удары предплечьем, прямые и горизонтальные,
- 6) – удары ладонью,
- 7) – удары пальцами,
- 8) – удары верхней частью руки,
- 9) – удары плечом,
- 10) – удары головой,
- 11) – удары коленом,
- 12) – удары назад пяткой ноги.

Все эти удары можно употреблять лишь в момент боя, когда противники находятся в стойке вплотную; в другие моменты боя их почти невозможно употребить с каким бы то ни было шансом на успех, зато они оказывают огромную пользу там, где немисливо употреблять ни ударов ногами, ни обычных кулачных ударов с размахом, ни приемов борьбы.

Однако ценность их не в этом. В разгар боя очень трудно наложить на сильного свежего противника какой бы то ни было захват или применить к нему прием борьбы, не маскируя его каким-либо ударом или обманом. Часто бывает немисливо с успехом применять приемы борьбы, даже применяя маскировку; необходимо вывести противника из равновесия, ошеломить его градом ударов, так чтобы он растерялся, и лишь тогда только можно пустить в ход приемы вольной борьбы. Потерявший хладнокровие, сбитый с позиции, одним словом, растерявшийся противник легко делается жертвой любой подножки, броска или захвата. Достигнуть этого результата обычными кулачными или ножными ударами, употребляемыми в боксе, не представляется возможным в виду чересчур малого расстояния между обоими противниками; но за то указываемые нами ниже удары как раз будут наиболее пригодными для таких именно случаев. Вот в чем состоит их техника.

*1) Удары кулаком «с навеса».*

Удары кулаком с навеса делаются как правой, так и левой рукой. Удар наносится двояким способом: 1) – при некотором удалении от туловища противника, позволяющем делать замах, удар наносится сверху вниз рукой, согнутой под прямым углом, замахиваясь вверх движением плеча, так чтобы удар пришелся ребром кисти, у мизинца сжатой в кулак; целью для удара обычно служит лицо противника; иногда же его наносят по ключицам. 2) – при другом способе, когда нет места для замаха плеча, удар наносится простым разгибанием предплечья руки, обычно левой, прямо из стойки. В этом случае удар наносится в переносицу обратной стороной ладони, сжатой в кулак.

*2) Горизонтальные «молотообразные» удары кулаком.*

Молотообразные удары наносятся обычно тогда, когда руки противника мешают вам нанести удар спереди. Поэтому замах делается снаружи вне стойки противника, а удар наносится поверх его рук, так чтобы кулак попал по челюсти или голове противника с правой или левой стороны.

Движение замаха производится следующим образом: если удар наносится с правой руки, то поднимают согнутую под прямым углом в локте руку к правому уху прямо из положения стойки, так чтобы кулак был на уровне уха и большим пальцем обращен к нему; затем, замахнувшись таким образом, ведут руку кругообразным движением вправо и вниз, вывертывая кисть, чтобы удар пришелся со стороны мизинца сжатой в кулак руки.

Удар этот наносится, как мы уже говорили, по челюсти как с правой, так и с левой стороны, или же по затылку, боку шеи и за ухо. С левой руки его наносят еще в висок, особенно тогда, когда в кулаке зажат болт или какая-нибудь закладка.

Этих ударов надо особенно опасаться при «бое в стойке вплотную», так как они очень употребительны.

3) *Удары предплечьем, прямые и горизонтальные*, наносятся так же, как и предыдущие. Разница лишь в цели удара и в том, что удар, вместо кулака, наносится предплечьем руки. Его предпочтительней наносить тогда, когда вследствие близости к туловищу противника становится трудно наносить даже молотообразные и навесные удары кулаком, так как удар предплечьем при одинаковом размахе будет всегда короче кулачного удара. Нанося кулаком противнику навесные молотообразные удары, а также предплечьем руки, старайтесь вложить в них весь вес туловища – что возможно даже при бое вплотную – делая маленький поворот верхней частью туловища в правую или левую сторону от противника или же откидывая верхнюю часть туловища назад. Удары предплечьем руки особенно эффективны благодаря тому, что они наносятся костью руки.

Целью ударов помимо тех, что мы указывали для предыдущих ударов, должно (особенно) служить «адамово яблоко», шея и затылок.

4) *Удары верхней частью руки.*

Такие удары также возможны при бое вплотную. Нанося их, следует замахиваться согнутой в локте рукой прямо назад на уровне собственного подбородка, затем руку ведут (при ударе правой рукой) справа налево, не разгибая ее и не опуская локтя, так чтобы удар пришелся по шее противника внутренней стороной верхней части руки, т.е. бицепсом.

Удары можно наносить как правой, так и левой рукой.

5) *Удары ребром кисти руки.*

Удары ребром кисти отличаются по своему направлению и положению кисти в момент контакта с противником. Так, например, для правой руки можно употреблять с успехом две разновидности:

1) – удар наносится по правую от себя сторону, кисть в момент удара должна быть вывернута ладонью вверх;

2) – следует наносить удар с левой от себя стороны, держа руку поперек туловища, при чем в момент удара кисть будет обращена ладонью книзу, а самый удар придется вместо левой по правую сторону противника. Все, что мы говорили о правой руке, относится также и к левой. Удар должно направлять в чувствительные точки, однако целью для таких ударов лучше всего выбирать затылок и шейную боковую артерию – для удара с вывертыванием ладони кверху, и «адамово яблоко» – при ударе ладонью книзу.

Есть много разновидностей ударов ребром руки, как-то: удары по туловищу и рукам, удары по горлу, стоя рядом с противником, как это рекомендуют делать японцы; однако же мы советуем всем лицам, желающим серьезно изучить рукопашный бой, практиковаться лишь в вышеприведенных двух ударах и исполнять их так, как показано на прилагаемых к тексту фотографиях. Эти два удара сами по себе очень хороши при условии, что наносить их будут с достаточной силой и сухостью, так чтобы рука, коснувшись пораженной точки на теле противника, тотчас же отскакивала обратно.

При ударе рука касается противника ребром кисти со стороны мизинца. Японцы, часто употребляющие подобные удары и объясняющие их силу меньшей площадью поражаемого пространства сравнительно с ударами кулаком, благодаря чему вся сила удара как бы локализуется в одной небольшой поражаемой точке, – японцы, повторяем мы, обычно выдерживают тяжелый способ тренировки, имеющий целью закалить ребро кисти, однако их способ, заключающийся в упражнениях в ударах ребром кисти по дереву, для нас не годится, да и совершенно не нужен. Для того, чтобы с успехом употреблять в серьезном деле указанные нами два удара, достаточно лишь слегка закалять кисть руки ударами ребром по мешку с песком.

Применяя удары ребром руки, не забывайте вкладывать в них весь вес, весь рывок корпуса и ног, так же как это практикуется и для других ударов.

6) Удары локтями рук очень практичны в рукопашном бою в стойке вплотную.



Несмотря на то, что их существует много типов, мы вам рекомендуем употреблять и изучать всего лишь 5 вариантов, а именно:

- 1) – горизонтальный удар локтем,
- 2) – вертикальный удар,
- 3) – удар спереди назад,
- 4) – обратный удар
- 5) – удар с поворотом.

Эти пять ударов удобны тем, что механизм их позволяет наносить все эти пять различных ударов в виде одной серии быстро следующих друг за другом ударов. Финальное движение одного является исходным (начальным) движением для другого.

Однако вернемся к технике их исполнения.

*а) Вертикальный удар локтем* выполняется как левой, так и правой рукой. Допустим, что вы делаете его левой рукой из положения боксерской стойки. Для этого оттяните руку назад, сгибая ее в локте, так чтобы предплечье почти легло на бицепс руки, образуя с верхней частью руки острый угол; кулак должен быть повернут пальцами вверх; затем быстро выбросьте локоть руки снизу вверх и немного вперед, так чтобы локоть очутился впереди, ударя вашего противника под подбородок. Кулак руки в челюсть. в момент удара должен почти касаться дельтовидного мускула. Чем больше рывка всего тела вы сумеете вложить в удар, тем, конечно, лучше. Целью удара обычно служит подбородок противника.

*б) Горизонтальный удар локтем.* При горизонтальном ударе поступают следующим образом. Из той же левой стойки поднимают согнутую в локте руку до уровня левого плеча, затем резким поворотом верхней части туловища слева направо выносят локоть вперед и вправо, так что удар локтя попадает в челюсть противника сбоку по его правую сторону. Для правого горизонтального удара поступают точно таким же образом.

*в) Удар локтем спереди назад.* Этот удар, довольно слабый, употребляется лишь в исключительных условиях, когда, например, противник собирается обхватить вас сзади, сбоку или уже взял вас за задний пояс.

В первом случае удар наносится в «диафрагму», живот или половые органы; при чем если действуют левой рукой, то наносят удар согнутой рукой, опустив ее вниз по направлению спереди назад, локоть при этом несколько вывертывается наружу, благодаря чему локоть больше зарывается в тело противника. Когда удар нанесен, следует нажать всем весом туловища на локоть и давить на него что есть силы. Удар требует со стороны исполнителя много меткости и точности, почему лицам, не владеющим хорошо этим ударом, не советуем его применять. Во втором случае удар наносится таким же способом, но в лицо противника.

*г) Обратные удары локтем выполняются как правой, так и левой рукой.* Если вам надо нанести удар с левой руки, поступайте следующим образом: из левой боксерской стойки перенесите руку, согнутую в локте, с левой стороны на правую, так чтобы предплечье очутилось поперек груди, кулак касался правого плеча, между тем как левое плечо и левый локоть поднимаются вверх, так чтобы очутиться слегка выше правого плеча и лежащего на последнем левого лака. Одновременно с движением руки верхняя часть туловища делает поворот слева направо и немного отклоняется назад, между тем как правой ногой берут шаг в сторону от противника. Все эти на первый взгляд сложные, на самом же деле простые движения составляют так называемый «замах».

Для удара сделайте резкий поворот туловища справа налево, одновременно с силой выбрасывая локоть вперед немного справа налево и метаясь в лицо, шею сбоку или заушную впадину противника.

Для правой руки делаются те же движения, но в обратном порядке.

д) *Удар с поворотом.* Удары локтем с поворотом очень эффективны, но специально ими пользоваться мы не рекомендуем. Эти удары могут пригодиться лишь тогда, когда противник или силой заставляет вас повернуться к себе спиной или боком, или же в случае, когда вам придется повернуться спиной к противнику вследствие собственного неудачного размаха. В таких случаях удары эти, вследствие своей силы, могут оказаться очень полезными. Предположим, что, находясь вплотную, сильно размахнувшись, нанесли левый горизонтальный удар локтем в лицо противника, но последний успел вовремя увернуться, и ваш размах заставил вас повернуться к противнику спиной. Тогда, не останавливая вращения туловища, поднимите правый локоть до уровня плеча и, совершив полный оборот до положения лицом к противнику, наносите удар локтем правой руки, который угодит противнику в то же место, куда вы ему метили первым ударом.

7) *Удары ладонью руки.* Целью этих ударов служит обычно подбородок и нос. Эти удары служат для того, чтобы оглушить противника, отвлечь его внимание от другого более важного удара. Удар ладонью под подбородок часто употребляется и для того, чтобы помешать противнику следить за вашими действиями, откидывая ему голову далеко назад, благодаря чему легко бывает незаметно провести ту или другую подножку.

При захвате противником на передний пояс, а также на многие однородные приемы, удар ладонью под подбородок помогает освободиться от захвата или же предупреждает его. Вообще же удары ладонью редко употребляются как самостоятельные – обычно их сопровождает какой-либо другой, более серьезный и решительный удар; тем не менее изучать их необходимо, ибо в бою они могут оказаться весьма полезными.

Исполняются они весьма просто как левой, так и правой рукой. Находясь в левой стойке против противника, вы резко поворачиваете верхнюю часть туловища справа налево, одновременно выбрасывая правую руку вперед и немного снизу вверх, так чтобы раскрытая кисть была повернута к противнику внутренней частью. Удар наносится мягким основанием ладони под подбородок противника, чтобы, упираясь в него, сильно откинуть ему голову назад. Удар наносится рывком всего туловища.левой рукой удар наносится совершенно так же, как и правой.

8) *Удары пальцами.* На первый взгляд незначительные удары эти, однако, весьма опасны и более часто употребляются в повседневной жизни, нежели это обычно принято думать. Каждому сколько-нибудь внимательному наблюдателю уличных драк наверное бросалось в глаза, как часто и с каким успехом применяют свои пальцы и ногти женщины, особенно в драках с такими же представительницами слабого пола. Удар пальцами имеет не мало различных вариантов, но мы приведем здесь лишь такие, с которыми чаще всего можно столкнуться в повседневной жизни.

Существуют 2 основных типа, из которых первый представляет собой чистый удар двумя пальцами, прямыми или скрюченными, как одной, так и обоими руками, между тем как второй тип включает в себе так называемые удары с нажимом.

а) *«Удар вилки».* Это один из самых употребительных ударов пальцами, особенно в преступном мире Запада. С ним можно столкнуться не только в бою вплотную в стойке, но и в бою на земле. Удар наносится концами указательного и среднего пальцев, выпрямленных наподобие «вилки». Целью удара являются глаза, при чем метиться надо в нос, так чтобы оседлать пальцами переносье - "надеть очки", как образно выражаются бандиты на своем оригинальном наречии. «Надевать очки» следует так, чтобы кисть руки была повернута ладонью книзу. Этот удар требует много меткости, а следовательно особой выучки; за неимением таковой

лучше его и не пробовать применять в серьезном деле, зато вдвойне нужно его опасаться. Удар наносится почти так же, как удар кулаком, т.е. с большой силой. Результаты его – выдавливание обоих глаз противника, в лучшем случае временное ослепление. Если вашей жизни грозит опасность, и вы сумеете исполнить удар – не колебайтесь.

*б) Удар скрюченными пальцами одной руки.* Для этого удара употребляют также указательный и средний пальцы, но удар наносится не концами, а головками больших фаланг крючкообразно согнутых пальцев. Целью их служит «диафрагма», а удар наносится с большой силой совершенно так же, как удар кулаком. Между прочим, такие удары гораздо лучше нащупывают нервные центры «солнечного сплетения», нежели удары кулаком, они как бы лучше «проникают». Хотя они слабее кулачных ударов, но при точном попадании в «нервный центр» противника дают гораздо лучший результат.

*в) Удар четырьмя скрюченными пальцами обеих рук.* Эти удары наносятся так же, как и предыдущие, но обоими руками, сложенными вместе. Цель ударов та же, что предыдущего, но, кроме того, ими пользуются как горловыми ударами.

*г) Удар головками указательных или двух средних пальцев той и другой руки.* Эти удары предназначаются главным образом для шеи и горла противника. Удар наносится сразу правой и левой рукой, головками согнутых указательных или же средних пальцев.

Для того, чтобы научиться правильно держать пальцы, поставьте кисть на стол, согнув пальцы так, как будто вы собираетесь играть на рояле, затем поднимите и, согнув до отказа указательный палец, отставьте его как можно дальше от других пальцев.

Нанося удар, держите обе руки на одном уровне прямо перед собой, выставив согнутые указательные пальцы и сжав остальные в кулаке. Затем наносите удар по направлению от себя к противнику в намеченное место, сводя руки от наружи кнутри; нанося удар, вы как бы «защемляете» намеченную точку между ударяющими пальцами. Нанося удар, сдавливайте как можно сильнее. При ударах, имеющих целью горло, старайтесь поместить пальцы по обоим сторонам «адамова яблока», затем, нанося сильный удар, сдавливайте пальцы, сводя их вместе. Результат будет хорош.

*д) Удар с «накладкой пальцев».* Эти удары выполняются обычно, нападая на противника сзади, и большей частью сопровождаются ударом коленом или подножкой.

Удары эти очень практичны, но лишь при вышеупомянутом условии. Накладка делается обычно всеми пятью пальцами какой-либо руки, между тем как нажим на оба глаза противника производится двумя пальцами – средним и указательным.

Накладывая пальцы на лицо противника следует со стороны лба как раз под глазными впадинами, упираясь ладонью в верхнюю часть головы; рука должна лежать так, чтобы указательный и средний пальцы находились как раз под глазными впадинами. Другая рука обычно отбрасывает голову противника назад. Иногда захватывают лицо противника пальцами обеих рук: пальцы правой руки захватывают правую сторону лица, пальцы левой – левую. При нападении с фронта, пальцы накладывают со стороны подбородка противника так, чтобы указательный и средний пальцы находились под глазными впадинами.

*9) Удары плечом* хотя и не являются в собственном смысле ударами, все же могут очень часто принести большую пользу. Они особенно приобретают значение при разнице в росте между противниками, и в таком случае их лучше всего делать в челюсть. Удар плечом, точнее говоря, есть "подставка плеча бросающемуся или напирющему на вас противнику. Это в некотором роде тот же остановочный удар, употребляемый в боксе.

Техника этого удара весьма проста, но пользоваться обстоятельствами надо умеючи, что достигается лишь практикой. «Подставка» делается как правым, так и левым плечом.

Если «подставка» делается левым плечом, то в момент броска противника вперед вы, резко обернувшись слева направо, подставляете под его челюсти свое левое плечо, выдвинутое сильно вперед, и подбрасываете его вверх, сильно выпрямляя ноги. Подставляя правое плечо, вы исполняете то же движение, но в обратном порядке.

10) *Удар коленом ноги* – один из самых практичных, пасных и наиболее употребительных ударов рукопашного боя.

Действительно, находясь столь близко от противника, как при бое вплотную, легко как получить, так и самому нанести удар коленом в половые органы. Гораздо реже наносится он в живот или лицо – для этого нужны особенно благоприятные обстоятельства.

Очень часто удары коленом комбинируются с накладкой пальцев, о которой мы уже говорили в своем месте. При ударах коленом следует упираться руками в противника. Особой техники удары эти не требуют и понятны каждому. Удары коленом можно употреблять также, захватывая противника со спины, и в этом случае удар следует наносить в почки или поясницу. В серьезном бою, желая захватить противника на передний пояс, почти всегда рискуешь получить удар коленом в половые органы

11) *Удар каблуком ноги назад*. Этот простой удар употребляется в тех случаях, когда вы схвачены сзади или во время боя повернулись случайно к противнику спиной или боком. Удар наносится каблуком в половые органы. Удар производится двояким способом, в зависимости от обстоятельств, – или простым сгибанием ноги в колене, или с замахом ногой вперед, вынося колено вперед и вверх и затем нанося удар спереди назад. Иногда такие удары наносятся также и по ногам противника.

12) *Удары головой*. Об этих оригинальных ударах и средствах защиты от них мы будем говорить подробнее в конце этой книги в разделе, посвященном тактике преступного мира, здесь же мы постараемся изложить лишь технику приемов. *Удары головой* бывают нескольких видов.

а) *Удар головой в живот с подхватом ног спереди* исполняется следующим образом: сильно наклонив туловище вперед, подхватывают ноги противника обоими руками, схватив их у колен, затем, повернувшись слегка в правую или левую сторону, дают сильный удар боком в пах или нижнюю часть живота, затем резко выпрямляются, выпуская ноги противника, и сшибают его таким образом на землю навзничь.

б) *Удар головой в почки с подхватом ног сзади*. Этот удар применяется лишь в тех случаях, когда вам удалось захватить противника со спины. Быстро нагибаясь и отворачивая голову в правую или левую сторону, подхватите противнику ноги как можно ниже около ступней, затем быстро поднимаясь и сделав рывок рук вверх, изо всей силы ударьте противника боком головы в почки.

Противник падает на лицо.

в) *Удар головой в лицо спереди* исполняется следующим образом. Схватите противника обоими руками за одежду или позади затылка и нанесите изо всей силы удар головой в лицо, низко наклоняя голову. Мы вам не советуем специально пользоваться этим ударом, но если представится удобный случай, не упустите возможности воспользоваться им, так как это весьма серьезный удар, особенно пригодный для боя вплотную.

г) *Удар затылком в лицо* применяется лишь тогда, когда противник делает вам задний пояс или обхватывает вас сзади под руки. Нагнув голову вперед, упритесь руками в обхватывающие вас руки противника, чтобы иметь точку опоры, затем резким движением отбросьте голову назад, ударяя противника затылком в лицо. Противник получает удар

полностью вследствие того, что руки его заняты обхватом и не могут вовремя защищать лицо.

## **ОТДЕЛ VI**

### **ПРИЕМЫ ПРОТИВ НОЖА И ДРУГОГО НЕПРЕДВИДЕННОГО ОРУЖИЯ**

#### **1. Приемы борьбы против противника, вооруженного ножом, и приемы обезоруживания его**

Противник, вооруженный ножом, не должен смущать вас более, чем если бы он был с пустыми руками. Смотрите на дело так, как будто он вам просто наносит кулачные удары, слегка опаснее обыкновенных.

Если место боя вам позволяет отбросить его ударами ног, если он весом легче вас, попробуйте даже сделать ему «шассе круазе», которое опрокинет его на спину. Во всяком случае ему трудно будет приблизиться к вам, не получив по дороге серьезных ударов, если только он сам не очень хорошо владеет кулачным и ножным ударом.

На более близкой дистанции против ударов ножом сверху вниз джиу-джитсмены рекомендуют нижеследующий прием.

Ключ для предплечья. Парируйте удар левой рукой и тотчас пропустите правую руку за руку противника, держащую нож, затем соедините кисти обеих рук. Вам надо лишь крепко нажать, чтобы вывихнуть или сломать руку; нечего говорить о том, что нож немедленно выпадет из руки.

Но чтобы выполнение приема было легким, необходимо парировать удар ножа в тот момент, когда рука противника находится еще в согнутом положении, т.е. нужно, чтобы вы превосходили противника в быстроте движений и ловкости, а такое превосходство требует от вас умения исполнить любую защиту и каунтер бокса.

Можно выполнить этот прием еще следующим образом: схватите кисть руки противника своей левой рукой, так чтобы большой палец находился внизу, пропустите правую руку под локоть противника и резким движением захватите правой рукой собственную кисть левой руки, затем сделайте ключ. Таким образом предплечье вашей руки ударяет по

сгибу локтя, заставляя руку согнуться в локтевом суставе. Таким образом мы познакомились со способом защиты против ударов ножом сверху вниз, теперь же постараемся усвоить себе приемы, применяемые против ударов ножом снизу вверх.

Ключ N 2. Удар ножом, нанесенный снизу вверх, парируется и останавливается так же, как обыкновенный удар кулаком в туловище, но в таких случаях с пользой можно употребить и нижеследующий прием.

Предположим, что вам наносят удар ножом с правой руки. Парируйте его предплечьем правой руки, сильно и чисто нанеся удар по локтевому суставу (сгибу) с внутренней стороны. Затем схватите кисть противника левой рукой большим пальцем вниз и, захлестнув правой рукой за предплечье противника, захватите правой рукой собственную кисть левой руки, что помогает согнуть руку противника.

Если вы не успеете парировать удар ножа указанным способом, то просто нанесите противнику опперкотт с левой руки, если он держит нож в правой, и обратно, с правой, если он держит нож в левой, так чтобы при любой случайности нож мог бы задеть лишь мясистые части

верхней половины вашей ляжки.

*Удары ногой и кулаком удобнее ключей для защиты от ударов ножом вообще.*

В обыденных случаях неопытный противник старается обыкновенно схватить вас невооруженной рукой, чтобы ударить вас ножом, который он держит в другой. Делая это, он обычно подставляет себя под самые опасные удары и приемы (захваты), особенно под ключи. Вы делаете ключ, конечно, той руке, которая не держит ножа.

## **2. Действия против противника, вооруженного ножом, в бою на земле**

Допустим, что вы опрокинуты на землю противником, держащим в руке нож. Если вы хорошо прошли практический курс джиу-джитсу, вы легко сделаете ему «обратный ручной замок». Если он схватил вас левой рукой за горло, а правой собирается пронзить ножом, у вас получается великолепная обстановка для применения «обратного ручного замка» (само собой разумеется, что замок нужно сделать на левую руку). Но если вы еще мало знакомы с джиу-джитсу, не доверяете своему искусству и боитесь, что замок у вас сорвется, то самое лучшее – это резко притянуть противника к земле, схватив его за отвороты одежды, волосы или бороду и одновременно оттолкнуть его колена ступнями своих ног. Затем встряхивайте его изо всей силы во все стороны. Вытянутый во всю свою длину и встряхиваемый, он не может нанести вам удара. Тогда быстрым рывком переверните его и, прижав под колено его вооруженную руку, продолжайте бой.

Если, благодаря несчастному стечению обстоятельств, вы, занимая «неправильное» положение, очутились под противником, вооруженным ножом, вы прежде всего должны притянуть книзу его голову, как мы указывали выше. Если нож находится у него в правой руке, притяните его в левую сторону, продолжая его встряхивать во все стороны, и старайтесь схватить удобный момент для переката (перевертывания противника); если нож в левой руке, то притягивать голову следует, конечно, в правую сторону. Рывок надо делать снизу вверх, но также и слегка в сторону, так чтобы вооруженная ножом рука принуждена была бы упереться в землю. Если вам тогда удастся захватить одной рукой рукав противника слегка повыше и удержать в другой отворот одежды, то дело от этого лишь выиграет. Мы были бы очень удивлены, если бы противник, барахтаясь и отбиваясь, не дал бы вам случая перевернуть его или высвободить свои ноги. Заметьте еще, что, если он не имеет привычки к джиу-джитсу, он вместо того, чтобы прильнуть как можно плотнее к вашему телу, займет, по всей вероятности, неправильное положение, а потому неоднократно повторяемые удары коленом в половые органы могут вполне заменить всякую другую защиту.

Здесь, как и во всех приводимых нами примерах, мы предполагаем, что противник сильнее вас физически, иначе вам будет нетрудно попросту схватить, вывернуть и разжать ему кисть руки – но осторожней – чтобы он не мог, выпуская нож из правой, схватить его левой рукой и нанести вам удар.

## **3. Разновидности ножевых ударов, употребляемых в поножовщинах, и общая тактика защиты**

Противник, наносящий режущие удары ножом, а не колющие (т.е. острием), считается опасным.

Удар острием ножа, направленный неопытным противником, очень легко парируется и, если от него уклонишься и не совсем чисто, то он все же скользнет по одежде и даже по коже. Жертвы ночных нападений, поножовщины и бандиты, дерущиеся между собой, получают иногда до тридцати ножевых ран (ударов), из которых только два или три проходят сквозь верхние

покровы и причиняют поражения. И наоборот, малейший удар ребром лезвия (режущей стороной ножа) уже причиняет рану.

Все это, конечно, при том условии, что лезвие будет чрезвычайно тонко и отточено, так как не многие ножи-кинжалы, в особенности из тех, которые употребляют в поножовщинах, отличаются такой остротой. Одна лишь бритва и некоторые сорта ножей для мясников могут без большого усилия прорезать насквозь одежду. Удары ребром ножа (режущие) требуют большого искусства и массы находчивости, чувствительной руки и быстроты, почему бандиты предпочитают им тяжелые удары острием, наносимые с большим размахом и изо всей силы. Удары ребром ножа только тогда достигают максимума своей эффективности, когда они коротки, быстры, и когда сила вкладывается в них лишь в момент контакта оружия с телом противника. Они требуют от своего исполнителя в буквальном смысле искусства фехтовальщика. От них уклоняются и их парируют так же, как удары кулаком, но надо быть осторожным, так как малейший контакт дает им возможность резать.

Можно уже в самом начале нападения заметить, собирается ли противник наносить режущие удары или колющие (кроме случаев неожиданных нападений). Манера держать оружие и способ действий сильно различаются, и в большинстве случаев, если противник хочет наносить режущие удары, он воспользуется для этого бритвой. В этом последнем случае особенно старайтесь не подпускать к себе противника. Удары ног вам будут при этом особенно полезны.

В руках неопытного противника нож лишь тогда представляет из себя действительно опасное оружие, когда дело идет о неожиданном нападении. Знаменитый французский апаш говорил своим друзьям приблизительно следующее: «Есть только один неотразимый удар – это удар ножом между плеч... хорошие туфли или совсем босиком, чтобы идти за „баринном“, чтобы он тебя не слышал, и валяйте сверху вниз... слегка влево, так-то лучше выходит».

Но если вы хорошо тренированы в обыкновенном бою и видите приближающееся нападение, то хотя бы оно и усложнилось ударами ножа, вы не найдете его опасным.

### **Непредвиденное оружие. Специальные обманы в бою**

В руках противника, специально работавшего по системе «рукопашной», каждый предмет может превратиться в грозное оружие самозащиты, как, например: бутылка, чернильница, спичечница, толстая книга и проч.

Мы лишь скажем в виде напоминания, что для человека, обладающего хорошим глазомером, ловкостью, находчивостью и решительностью, такие безобидные на первый взгляд предметы, как камни, подсвечники, бутылки и проч. могут служить оружием, во-первых, прямым, чтобы нанести при помощи их какой-либо удар, а также косвенным, при помощи которого можно отвести глаза противнику.

Против ножа, да и при всех других обстоятельствах сделайте себе оружие из любого предмета, попавшего вам под руку. Он, по всей вероятности, не послужит вам для того, чтобы нанести им удар, но для того, чтобы, как мы только что говорили, отвратить в другую сторону внимание противника и благодаря этому нанести последнему обыкновенный удар бокса или прием джиу-джитсу. Если вы, схватив спичечницу, сделаете вид, что бросаете ее в противника, вы тотчас же получите возможность нанести ему самый классический удар ногой в грудь.

Даже если схваченный вами предмет не имеет по форме ничего общего с оружием, он, тем не менее, сослужит вам хорошую службу. Иногда достаточно малейшего пустяка, чтобы отвлечь внимание противника, но надо исполнить этот пустяк с большим правдоподобием.