

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

- Глава 1. Теоретическая подготовка.
- 1.1. Цель, задачи и научные основы дисциплины
 - 1.2. Рукопашный бой в современных условиях.
 - 1.3. О Разведчиках.
 - 1.4. Общие понятия, классификация и терминология рукопашного боя.
 - 1.5. Побеждает система.
 - 1.6.
 - 1.7. Классификация и терминология, применяемая для обозначения действий рукопашного боя
 - 1.8. Методы физической подготовки
 - 1.9. Методы развития двигательных навыков
 - 1.10. Определение и контроль физической нагрузки
 - 1.11. Самоконтроль
 - 1.12. Индексы для проверки адаптации к нагрузкам и общей тренированности
 - 1.13. Учебные занятия
 - 1.14. Физическая тренировка в процессе учебно-боевой деятельности
 - 1.15. Физические упражнения при передвижении войск транспортными средствами
 - 1.15. Вопросы техники безопасности при проведении занятий рукопашным боем
 - 1.16. Методика проведения занятия
 - 1.17. Методика обучения приемам
 - 1.18. Методика обучения приемам боя рукой и ногой
 - 1.19. Обучение действиям и основам тактики рукопашного боя
 - 1.20. Методика обучения приемам боя в захвате с противником
 - 1.21. Методика обучения приемам обезоруживания противника
 - 1.22. Материальное обеспечение занятий по рукопашному бою.
- Глава 2. Приемы и способы силового задержания и захвата в плен
- 2.1. Болевые приёмы, стоя для задержания и сопровождения
 - 2.2. Приёмы и действия при проверке документов

- 2.3. Защита от ударов ножом, с последующим задержанием
- 2.4. Обезоруживание противника при угрозе пистолетом
- 2.5. Действия военнослужащего против попыток обезоружить
- Глава 3. Применение удушающих приемов при задержании или при захвате в плен
- Глава 4. Освобождение от захватов с последующим задержанием
- Глава 5. Задержание с применением бросков
- Глава 6. Петли для связывания
- Глава 7. Применение болевых приемов стоя: рычага руки наружу, рычага руки внутрь
- Глава 8. Биомеханика
- 8.1. Рычаги.
8. 2. Центры управления человеческим телом при проведении бросков
- Глава 9. Обыск. Наружный осмотр
- Глава 10. Опыт задержаний сотрудниками НКВД, МГБ, КГБ
- Глава 11. Захват в плен
- Глава 12. Команды для военнопленного
- Глава 13. Вытаскивание военнопленного из автомашины при захвате в плен
- Глава 14. Надевание наручников
- Глава 15. Нормативы по физической подготовке иностранных армий для сравнения
- Глава 16. Психологическая подготовка
- Глава 17. Женевская конвенция о правах военнопленных
- Глава 18. Информационная война.
- Глава 19. Терминология приемов, применяемая для обозначения техники рукопашного боя