



山东警察学院精品教材

SHANDONG JINGCHA XUEYUAN JINGPIN JIAOCAI

擒拿格斗

QINNA GEDOU

◎郑卫民 主编



SEU 2595426



中国人民公安大学出版社

2595426

G852.4
16

山东警察学院精品教材

擒拿格斗

郑卫民 主编



(公安机关 内部发行)
中国人民公安大学出版社
· 北 京 ·

3522258

图书在版编目 (CIP) 数据

擒拿格斗 / 郑卫民主编. —北京: 中国人民公安大学出版社, 2009. 7

山东警察学院精品教材

ISBN 978 - 7 - 81139 - 608 - 9

I. 擒… II. 郑… III. ①擒拿方法 (体育) —高等学校—教材②技击 (体育)
—高等学校—教材 IV. G852. 4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 111340 号

山东警察学院精品教材

擒拿格斗

QINNA GEDOU

郑卫民 主 编

出版发行: 中国人民公安大学出版社

地 址: 北京市西城区木樨地南里

邮政编码: 100038

印 刷: 北京泰锐印刷有限责任公司

版 次: 2009 年 8 月第 1 版

印 次: 2011 年 7 月第 2 次

印 张: 11

开 本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

字 数: 261 千字

书 号: ISBN 978 - 7 - 81139 - 608 - 9/D · 516

定 价: 26.00 元 (公安机关 内部发行)

网 址: www. phcpsu. com. cn www. porclub. com. cn

电子邮箱: cpep@public. bta. net. cn zbs@cpsu. edu. cn

营销中心电话 (批销): (010) 83903254

警官读者俱乐部电话 (邮购): (010) 83903253

读者服务部电话 (书店): (010) 83903257

教材分社电话: (010) 83903259

公安图书分社电话: (010) 83905672

法律图书分社电话: (010) 83905637

公安文艺分社电话: (010) 83903973

杂志分社电话: (010) 83903239

电子音像分社电话: (010) 83905727

本社图书出现印装质量问题, 由本社负责退换

版权所有 侵权必究

山东警察学院教材编委会

主 任 杨和德

副主任 王庆功 张兆端

委 员 (按姓氏笔画排列)

丁文俊 王凤美 王精忠 衣金梅

辛大勇 高春兴 徐仲成 隋从容

董亚军 鞠旭远

擒 拿 格 斗

主 编 郑卫民

副主编 刘 波

撰稿人 (按姓氏笔画排序)

公黎斌 杜厚英 程艳伟

编写说明

当今世界正进入经济全球化日益加深、高科技革命迅猛发展、信息技术网络日新月异的知識经济时代。我国也正处在经济转轨和社会转型的特殊历史时期。在这种背景下,中国警察高等教育如何应对知识经济和社会变革带来的严峻挑战,进一步转变教育思想和教育理念,改革警察教育体制,创新教育训练模式和教学内容,更新教学方式和方法,是我们面临的重大课题。

山东警察学院自升本以来,积极推进教学改革,按照“厚基础、宽口径,强能力、重实战,创新性、特色性,开放性、前瞻性”的原则,完成了《山东警察学院本科专业课程体系改革与建构方案》的论证;制定并完善了我院各专业本(专)科的培养方案和教学计划;出台了《山东警察学院学生实战应用能力培养实施纲要》等一系列教学规范化建设文件;先后开展了精品课程建设、课堂教学评估和竞赛、教学法律法规库、案例库和试卷库建设以及强化学生实战应用能力培养等活动,夯实了教学的各项基础工作。

为适应公安工作面临的形势变化和公安教育的现实需求,学院把教材建设作为提升课堂教学质量的重要基础工作。为此,学院成立了以山东省公安厅党委委员、山东警察学院党委书记杨和德教授为主任委员和党委副书记、副院长王庆功教授和副院长张兆端教授为副主任委员的教材编写委员会,并成立了教材编写办公室和教材编写专家组。王庆功教授具体领导和主持了精品教材的编写工作。这次精品教材的编写,共选取了本科专业基础和专业主干课程中的《刑事案件侦查》、《治安案件调查与处理》、《痕迹学》、《警察法学》、《公安应用逻辑》、《擒拿格斗》六门课程。

在教材编写过程中,我们力求突出以下特点:

创新性。大学的使命不仅在于知识的传承,更在于知识的创新。教材是一种文化传递,是传播人类智慧和文明的重要载体。在教材编写过程中,我们在注重教材知识传承作用的同时,更加注重总结和提炼当代警务创新实践中的新理念、新方法、新经验和新知识,使之升华并融入到教材内容之中,从而使教材具有突出的时代特征、鲜明的理论观点、丰富的思想内涵、较高的学术品位,以满足教学的需要。同时力求通过内容创新和体例创新,启迪学生的思维,培养学生的问题意识、研究精神和探索精神,发展学生的主体意识与创新能力。

实战性。公安工作是实战性很强的工作。教材编写过程中,我们在注重提升理论的概括性和先进性,注重学科体系构建的系统性的基础上,坚持“应用为本,突出实战”的原则,力求做到教材内容紧紧围绕学生实战应用能力培养,紧贴鲜活生动的警

务实践,理论内容系统精练,案例选择经典新颖,实现理论教学与实践教学相互协同、相互促进,以培养具有扎实理论功底和较强实战应用能力的应用性、复合型人才。

针对性。当前,公安机关正积极推进以公安信息化建设、执法规范化建设和构建和谐警民关系为内容的“三项建设”。为此,我们紧紧围绕当前公安工作和公安队伍建设的现实需要,紧紧围绕公安理论与实践的难点热点问题,紧紧围绕公安基层实战需求,以规范简练的语言阐述当前公安工作中的基本理论和重大理论问题,并积极从理论上破解当前公安实践中的热点和难点问题,从而做到贴近时代、贴近实践、贴近学生,增强教材的针对性,提高对学生的说服力、感染力和亲和力。

前瞻性。当前,我国正处于发展的重要战略机遇期,同时又处于人民内部矛盾凸显、刑事犯罪高发、对敌斗争复杂的时期。公安机关既面临前所未有的机遇,又面临前所未有的挑战。在这种形势下,没有先进科学的理论作指导,公安工作就像“盲人骑瞎马,夜半临深池”。为此,在教材编写过程中,我们密切关注世界警务革命的发展趋势,积极吸收借鉴世界科技发展成果,充分汲取本学科和相关学科的前沿理论成果,以世界眼光和战略思维来研究和预测当代中国警务发展的大趋势,努力使这批教材成为警学理论的时代精华,做到以新的理论引领新的实践。

山东警察学院教材编写委员会

2009年2月20日



目 录

CONTENTS

◇ 第一章 基础理论	1
第一节 擒拿格斗的概念	1
第二节 擒拿格斗的形成与发展	3
第三节 擒拿格斗的特点和作用	6
第四节 擒拿格斗的要素	8
第五节 擒拿格斗的原则	12
第六节 人体关节与要害部位	16
第七节 擒拿格斗损伤特点与急救	18
◇ 第二章 基本功	21
第一节 肩功和手臂功	21
第二节 腰功	22
第三节 腿功	23
第四节 排打功	26
第五节 倒功	28
◇ 第三章 基本技术	34
第一节 手型和步型	34
第二节 实战姿势和步法	37
第三节 基本打法	41
第四节 基本踢法	54
第五节 摔法技术	63
第六节 组合技术	71
◇ 第四章 应用技术	80
第一节 控制与解脱技术	80
第二节 突袭控制技术	97



第三节 防夺凶器技术	110
第四节 搜身技术	129
第五节 手铐使用技术	134
第六节 捆绑技术	140
第七节 警棍使用技术	143
第八节 押解技术	158

◇ 后 记	164
-------------	-----



第一章 基础理论

擒拿格斗是人民警察在执法活动中必须掌握的实战技能之一，其目的是制止违法犯罪行为，制服、擒获犯罪嫌疑人，保证警察的自身安全。正确理解擒拿格斗的含义，了解擒拿格斗的形成与发展、特点与作用，研究擒拿格斗的要素，遵循擒拿格斗的原则，掌握人体关节与要害部位、擒拿格斗训练损伤特点和急救方法，可为学习擒拿格斗技术，全面提高擒拿格斗水平打下坚实的理论基础。

第一节 擒拿格斗的概念

擒拿格斗从广义上讲，是在抵御敌人的争斗中，针对人体各部关节和穴位，施以切、点、搬、拿、闭、锁、封、扣、压、拧、转等方法，使对方失去反抗能力的技击术。

在人类漫长的发展进程中，从原始社会人类为生存而同自然界的各种野兽进行生死搏斗后，格斗最早就应用于军事斗争中。早在夏朝，军队中就有了对士兵进行徒手格斗和各种兵器的训练。秦朝时，秦始皇统一六国后，“收天下兵器铸铜人”大批士兵“解甲归田”。士兵离开军队后，格斗技术广传于民间，并出现了“角抵”、“手搏”等徒手格斗的对抗形式。

三国时期，“角抵”、“手搏”技术又被沿用到军队训练中，格斗技术遍布于军队和民间。南北朝时推行府兵制，对士卒的身体条件和技能等均有了标准。如军队对士兵要求既要会疾跑，又要能攀高越堙；既要善射和使用长短兵器，又要会擒拿格斗技术。

隋唐时期社会经济的繁荣，促进了格斗技术的发展。尤其是在创立了武举制后，武术格斗的发展被赋予新的动力，习武之风盛行，军队中的格斗技术水平也得到了广泛的提高。宋朝以善文武者治天下，这在很大程度上促进了格斗术的发展。这一时期，比武打擂台被作为选拔武状元的主要方式。

明、清时期，格斗技术又有了进一步的发展，形成了各种武术流派。在技法上也有了进一步的提高，拳、掌、肘、膝、头、足等都可以运用到格斗中，格斗技法除了在军队中使用外，在民间也得到了空前的发展。形成了南武当、北少林的格局，格斗的踢、打、摔、拿四大技击技术逐步形成。



随着现代社会的发展,格斗技击的比武、比赛等现已被民族传统体育所包含,其目的是强身健体、提高竞技水平,通常以武术散手、自由搏击、武林大会等形式组织竞赛,擒拿格斗一词在民间已很少提及。

擒拿格斗从狭义上讲,是特指人民警察在执行职务活动中,在制止违法犯罪行为或遇到不法侵害时,依法使用武器和警械,或在不能以及来不及使用武器或警械的情况下,以徒手形式制服、擒获犯罪嫌疑人,保证警察生命安全的一项专业技术,是人民警察依法使用武力的一种形式,是人民警察为保证顺利执行职务而必须掌握的一项重要重要的实战技能。

人民警察擒拿格斗技术是以中国传统武术踢、打、摔、拿四大技击技术为基础,吸收借鉴欧美的拳击、韩国的跆拳道、日本的柔道、泰国的泰拳和武术散手等项目的技术精华,根据公安实际斗争的需要而逐渐发展起来的。它与以上竞技体育项目同属于技击范畴,有着攻防性和对抗性的共同点,又有着本质的区别。

区别一:技击对象不同。竞技体育的技击对象是竞赛对手,对方仅是在竞赛意义上作为对手而存在,而不是作为社会意义上的敌对方。警察擒拿格斗的技击对象则是危害国家安全、扰乱社会治安、侵害人民生命财产安全的犯罪嫌疑人,是被实施打击的对象。

区别二:技击目的、时机不同。竞技体育技击项目的目的,是比赛双方通过激烈的攻防对抗而战胜对手,是以交流技艺,提高技战术水平,强健体魄为宗旨。而擒拿格斗则是通过实施必要的攻击手段,控制、擒获犯罪嫌疑人,以维护法律尊严,保卫国家和人民生命财产安全、制止违法犯罪行为为目的。竞技体育的技击是双方在同等条件下进行的,而擒拿格斗双方的攻防时机是不确定的,具有非常强的突变性。

区别三:技击形式不同。竞技体育技击项目是在比赛规则的限制范围内,在裁判的主持裁决和护具保护下一对一进行的运动,具有公正、安全性。而擒拿格斗则是人民警察为保护人民生命财产安全、制止犯罪行为在与犯罪嫌疑人作殊死搏斗,生命安全随时受到威胁,而且双方在人数对比上也是不确定的,随时都可能发生变化。

区别四:技击手段不同。竞技体育项目是双方在同等条件下,均以徒手的方式进行比赛,不可附加任何器械。擒拿格斗则不同,人民警察在执法过程中,随时都可能遭到持有各种凶器的不法分子的侵害,同时法律也赋予人民警察使用武器和警械的权利。为了达到克敌制胜的目的,可以使用非正常的技击方法,来控制犯罪嫌疑人。

综上所述,擒拿格斗是人民警察在执法活动中必须掌握的一门特殊的技击术。它与竞技体育技击项目有着一定的共性,又具有区别于一般技击技术的特殊性。

人民警察擒拿格斗技术经过长期的斗争实践和发展,已经形成了由基础理论、基本功、基本技术和应用技术组成的完整体系,其主要表现形式为:徒手对徒手、徒手对凶器、警械对徒手、警械对凶器和使用武器等。其中徒手格斗实战技术是警察擒拿格斗技术的基础。



第二节 擒拿格斗的形成与发展

人民警察的擒拿格斗技术,是根据我国公安工作的性质、特点和要求,以中华民族传统武术的踢、打、摔、拿四大技击方法为基础,吸取国内外竞技体育技击项目的技术精华,在解放军侦察兵《捕俘技术》和武警部队《擒敌技术》的基础上初步形成,并在长期的公安工作实践中逐步调整、充实、发展和完善起来的。

人民警察擒拿格斗归纳起来可分为起步创建、基本形成、恢复调整、发展完善四个时期。

一、起步创建时期

这一时期主要是指1927年至1948年,正处于革命战争年代。早在中国共产党建立初期和红色政权创建初期,我们党的第一代保卫工作人员,在保卫党的各级组织和领导人的安全,保卫红色政权和红军安全的斗争中,就广泛运用了擒拿格斗技术。中国人民公安保卫工作,开始于中国共产党成立不久的20世纪20年代,最早建立的保卫组织是中央特科。1927年,大革命失败后,中共中央成立了特别委员会,下设中央特科,其主要任务是保卫党的领导人,保卫党的工作机关,打击敌特分子,镇压叛徒,营救被捕同志。1931年11月在江西瑞金建立了中华苏维埃共和国中央临时政府,下设国家政治保卫局,是特定意义上的我国公安机关的雏形,负责苏区革命政权的保卫工作和社会治安。通过了《内务部暂时组织纲要》,规定由各级行政科负责管理民警厅和刑事侦探局,任务是管理、训练、监督和指导民警维持市面的治安,管理、训练刑事侦探和执行锄奸反特、逮捕各种刑事犯等任务。训练内容主要是射击、刺杀、棍棒等技术。当时政治保卫局人员基本上都是从部队中抽调组成,所以对人员的训练工作都是按人民军队的要求严格进行的。

1938年5月,我党建立了第一支人民警察队伍——延安警察队,队员穿着统一制式服装。延安警察队的建立标志着人民公安机关的创立。由于工作性质的转变,警察队日常训练内容也由军事射击、刺杀技术、刀枪和棍棒操练逐步转入擒拿技术科目的训练,训练内容主要有各种武术流派的拳术、摔跤、功力练习和徒手对抗搏斗等。

1939年6月,晋察冀抗日根据地建立了第一个人民公安机关——晋察冀公安局。此后,在全国各抗日根据地相继设立了公安局,到解放战争时期,公安机关有了更大的发展,为以后建立全国统一的公安体制奠定了基础。这一时期,格斗、擒拿、捕俘技术受到高度重视,各地区根据自己的实战需要初步形成了一套行之有效的组织、训练、检查体系。

抗日战争至解放战争期间,在革命圣地延安,练兵习武、强身健体活动蓬勃发展,部队通过武装跑步、射击、刺杀等训练提高战士军事素质,边区举行扩大运动会上,有大刀、长矛等民间器械套路对练表演和摔跤比赛。



在残酷的革命战争年代，格斗主要以提高军事素质和杀敌本领为目的，战士们以平时练就的武艺技术，结合战斗实际需要，创造运用并总结传授适合近战、夜战的搏杀技术，徒手摸哨、捕俘技术等，简单易学，实战效果显著。这些实战技术，对公安机关逐步形成发展的擒拿格斗技术产生了深远的影响。

二、基本形成时期

这一时期主要是指1949年至1966年，即建国初期到“文化大革命”以前。抗美援朝期间，中国人民志愿军在朝鲜战场上，创造性运用和发展了侦察兵捕俘技术，取得了显著的成果。由解放军总参谋部颁布执行的侦察兵专业分队捕俘技术教材，成为我国军警部队第一部系统训练擒拿格斗技术的教材。各级公安机关和公安部队，在执行维护社会治安和内卫执勤等任务中，以及在“镇压反革命运动”、剿匪反特和“肃清反革命运动”的斗争中，借鉴解放军侦察兵的捕俘技术，不断总结对敌斗争经验，经过逐步修改与补充，初步形成了具有公安特色的擒拿格斗技术。1959年由武警部队司令部颁发了第一本擒敌技术教材，取名《格斗》，1960年公安部四局内部印制了徒手格斗教材《应用技术》。1963年武汉公安部队在全国擒敌技术专职教员集训期间，编写了中国人民解放军公安部队《擒敌技术教材》。1964年，在中国人民解放军开展的“大比武”练兵热潮中，解放军侦察兵的捕俘技术和公安部队的擒敌技术获得飞跃发展。1965年，总参军训部编写了《步兵分队格斗教材》，使部队格斗训练在内容上逐步走上规范化。

这一时期，格斗主要以军队侦察兵的捕俘技术和公安武警的擒敌拳练习为主。它是我国军警擒拿格斗技术发展的一个重要时期，擒拿格斗内容基本形成，但技术和训练形式单一。1966年至1976年，在“文化大革命”中，公检法机关遭到冲击，包括擒拿格斗技术在内的各种技术技能训练被迫停止，研究工作停滞不前。

三、恢复调整时期

这一时期主要是指1978年至1996年，处于改革开放时期。党的十一届三中全会召开，党和国家的工作重点转移到经济建设上，公安机关专门负责社会治安和国内的安全保卫工作。公安部武装民警局，根据新形势下执行任务的实际需要，为尽快恢复擒敌技术训练，于1978年在济南组织了全国擒敌技术骨干集训，并重新编写了《擒敌技术教材》。1984年11月，全国公安教育工作会议决定组织编写人民警察学校公安专业教材。1986年4月由公安部教育局组织编写的《军事体育》教材中，正式使用“擒拿格斗”一词，并且将内容分为基本知识、基本技术、擒拿技术、格斗技术、套路练习、警械使用和辅助练习七章。对警察擒拿格斗技术的内容第一次做了归纳。1988年7月在北京举办了首届全国军警格斗大赛，同年，国家教委组织全国专家、教授召开了“警察体育”学科论证会，1989年中国人民公安大学设立了警察体育专业，从此警察体育成为体育学科中的一门独立学科，擒拿格斗成为警察体育学科的重要组成部分。1990年在上海举办了全国公安院校散打比赛。1992年之后，与擒拿格斗相关的各种专



著出版,出现百花齐放、百家争鸣的局面,专家、学者对擒拿格斗的名称,包含的内容,训练的形式等发表见解,充分论证。这是擒拿格斗发展的又一个重要时期。

这一时期,总结了“文化大革命”以前的擒敌技术经验,根据新形势下的实际需要,进行了调整和补充,确定了擒拿格斗名称,并赋予了新的内容,在继承部队侦察兵捕俘技术和武警擒敌技术的基础上,吸收借鉴竞技体育中武术、散手、拳击、柔道、摔跤、跆拳道等技击项目的优点,初步总结出适合人民警察使用的擒拿格斗技术。训练内容更加科学合理,突出个人技术运用,由过去的套路化训练向应用型转变,训练形式也更加丰富灵活。

四、发展完善时期

这一时期主要是指1996年至今。随着我国对外开放和社会经济的不断发展,社会治安形势日趋严峻,民警在执行职务过程中受侵害的现象十分突出。据统计,每年约有500余名警察牺牲,数以千计的警察受伤,人民警察天天有牺牲,时时在流血。公安部高度重视民警的生命安全,针对民警在执法过程中运用方法不当、造成伤亡的情况,公安部政治部组织有关院校及一线富有经验的专家民警进行研究,并于1996年编写出版了《警察查缉战术教程》,1996年和1998年在珠海和杭州组织了战术培训班,1998年在广东举办了首届警察战术理论研讨会。从此,战术训练在全国公安院校和一线民警中全面启动。警察查缉战术的诞生,对擒拿格斗的发展起到了积极的促进作用。1999年公安部教育局出版的人民警察高等教育(专科)规划教材《警察体育教程》中,对擒拿格斗部分进行了更为科学合理的定位。2000年公安部颁布了《公安民警体育锻炼达标准》,把体现擒拿格斗基本技术的新式擒敌拳作为达标项目。2001年公安部前卫体协借鉴泰国搏击技术,举办了格斗技术教练员培训班,先后举办了警察搏击赛、中泰对抗赛和首届国际警察搏击大赛。2001年11月公安部颁布实施了《公安机关人民警察训练条令》,明确规定人民警察在初任训练、专业训练和晋升训练中,必须进行包括擒拿格斗技术在内的技能训练,以提高各级民警的实战本领,更好地打击犯罪,减少不必要的伤亡。2002年公安部关于《公安教育发展“十五”规划》中明确指出:“十五”期间,要加大警务技能开发的力度和实战训练比重,并取得一批有质量的开发和训练成果。公安院校、培训机构和公安机关要联合攻关,研究确定科学有效的警务技能训练内容和教学体系,将警务技能及战术训练作为必修课程和必训科目,有针对性地加强查缉、防卫、射击、格斗、攀登、泅渡、驾驶等警务技能训练。

当前,我国的政治、经济发展处于一个新的历史时期,社会治安形势对公安机关提出了严峻的挑战,同时也给擒拿格斗技术发展提出了新的要求,即擒拿格斗技术要向着科学化、法制化、实战化方向发展。

擒拿格斗科学化,即建立擒拿格斗科学完整的体系。人民警察擒拿格斗技术按照基础理论、基本功、基本技术和应用技术科学划分。它以中国传统技击理论和徒手踢、打、摔、拿四大技击术为基础,根据公安工作的性质、特点和要求,配以武器和警械使用,依法实施铐、搜、押等技术,把发展身体、掌握技能和实际运用科学有机地结



合起来,充分达到擒拿格斗控制与防卫理念的统一。

擒拿格斗法制化,即依法使用擒拿格斗技术。擒拿格斗是一项高对抗的执法活动,是人民警察使用武力的一种形式。警察在执行职务中,必须确实履行好法律赋予的权力,严格遵照有关法律法规执行,依法使用擒拿格斗技术,将擒拿格斗技术在法律允许的范围内,最大限度地发挥作用。做到依法使用,既无不足,又不过度。

擒拿格斗实战化,即擒拿格斗技术训练要贴近实战。“练为战”,要根据公安工作实际,加强实战对抗训练和模拟战术演练,突出单警徒手控制能力培养和熟练使用武器、警械技术,树立良好的战术意识,加强相互配合,协同作战,建立科学的警力对比优势,提高快速反应能力和综合应变能力,以最佳的谋略、最小的代价换取擒拿格斗的胜利。

第三节 擒拿格斗的特点和作用

研究擒拿格斗的特点,正确认识擒拿格斗的作用,有利于确立擒拿格斗在实战技能中的主导地位,从而使擒拿格斗技术在公安实际工作中发挥更大的作用。

一、擒拿格斗的特点

(一) 以擒为主,防控结合,速战速决

使用擒拿格斗技术一是制止违法犯罪行为,缉捕擒获犯罪嫌疑人,使其受到法律的制裁,属于主动出击式。二是在执法中遇到不法侵害,依法实施防身自卫,属于被动防卫式。尽管在运用技术的时机上有所区别,但两者相互作用,互为补充。无论采用踢、打、摔、拿技术,还是上铐、搜身、押解和使用武器、警械,都要体现以擒为主的指导思想,在突袭控制中加强自我保护,在防卫中有效使用技术,防卫与控制技术相互结合,达到制服、擒获和安全防卫的效果。无论是主动突袭控制还是被动防卫,都应速战速决,体现出“一招制敌”。在动作要领上要“快、准、狠”,力争一招见效,在技术运用上要干脆、利落,力求圆满快速。

(二) 武器威慑,警械配合,徒手控制

擒拿格斗技术是人民警察依法使用武器和警械,以徒手的形式最终制服犯罪嫌疑人并将其有效捆绑押解到司法机关。法律赋予了人民警察使用警械、武器的权力。执法中,根据犯罪性质和危害的程度区别对待,发挥武器对犯罪嫌疑人的心理震慑作用,配合使用警械给予打击,可以减少徒手格斗对警察身体的威胁。也可以先使用徒手控制技术,根据暴力抗拒程度的升级,再相应地使用警械和武器。不管何时使用何种警械和武器,最终都要使用徒手控制技术制服并捆绑。在法律允许的范围内,以徒手控制为主,合理使用警械和武器,对有效控制犯罪嫌疑人,保证警察的生命安全十分重要。

(三) 高谋略性,对抗性强,危险性大

擒拿格斗是斗智、斗勇、斗力的执法活动,带有强烈的武力对抗性。人民警察必



须要有聪明的智慧和高度的谋略性,才可能在对抗中以最小的代价换取最佳的战绩。训练中,进行拿关节、击要害等实战对抗,稍有不慎就会发生软组织损伤、脱臼、骨折、昏迷、休克等。实战中,面对着穷凶极恶的歹徒,则要冒着付出生命代价的危险,进行激烈的殊死搏斗,负伤、牺牲的可能性随时存在,人民警察的工作性质决定了擒拿格斗具有很大的危险性。

(四) 技术精炼,易于掌握,实用性强

擒拿格斗基本涵盖了人民警察在执法中为制止犯罪行为或不法侵害而需要掌握的主动控制技术和被动防卫技术。集中了踢、打、摔、拿四大技击技术的精华,技术精炼、动作简单易学。根据工作需要和年龄的不同,灵活掌握,可以系统学习,也可以选择有针对性地学习部分内容。擒拿格斗技术可以满足不同警种的实战需求,实用性强,可根据不同的工作要求,在不同的环境和敌我态势下,针对不同的对象,相机处置,随机应变,灵活运用各种技战术,以达到不同的控制效果。

二、擒拿格斗的作用

(一) 擒拿格斗是人民警察克敌制胜必须掌握的重要技能

作为必须掌握的重要实战技能,擒拿格斗是人民警察同违法犯罪行为作斗争的有效方法和手段。熟练掌握擒拿格斗技术是提高控制擒获犯罪嫌疑人能力的需要,也是减少警察遭受不法侵害、有效保证自身安全的需要。当前社会治安形势日趋复杂,运用高科技手段犯罪和暴力性犯罪案件大幅度上升,暴力袭警、拒捕等屡有发生且手段更加狡猾、凶残,人民警察在执行职务中伤亡人数不断增加,对敌斗争正面临新的挑战 and 考验。就警察自身而言,缺乏临战意识、克敌制胜的技能和合理运用技能的方法是造成警察伤亡的主要原因。提高警察的临战意识,熟练掌握简捷实用的擒拿格斗技巧和行之有效的攻防战术方法,采取合理有效的处置措施,制止犯罪,控制擒获犯罪嫌疑人,保护自身安全已成为警察实战技能训练的当务之急。如今,擒拿格斗已被列为人民警察必须掌握的一项重要技能和公安警察院校的必修课程,要求新从警人员必须掌握,在职民警必须坚持经常化训练。随着擒拿格斗技术的不断发展,人民警察在执行职务时临战意识的不断加强,对人民警察使用警械和武器以及其他强制手段的法律规定不断完善,擒拿格斗在有效制止犯罪行为、控制擒获犯罪嫌疑人以及保障人民警察自身安全的独特作用,越来越被各级公安机关和广大公安民警所认识。实践证明,熟练掌握擒拿格斗技术,就可在实战中以最小的代价获取最佳的战绩。

(二) 擒拿格斗是人民警察提高队伍战斗力的重要方法

提高警务实战技能水平是公安机关队伍建设的重要组成部分,熟练掌握运用擒拿格斗技术是提高队伍战斗力最为有效的方法之一。衡量警察战斗力的标准,不仅要要看其装备水平,还要看其体能状况和整体组织指挥、协调配合能力以及专业技能水平和实战运用能力。坚持对民警进行经常、系统性的擒拿格斗技术训练,不仅能使其全面掌握和长期保持使用列装警械、武器和实战技战术的能力,而且能有效地增强体质,强健体魄,增进健康,提高速度、力量、耐力、灵敏、柔韧等身体素质和抵抗外力击



打的能力,培养对抗意识和良好的心理素质,以保证警察更好地在实战中发挥各种技术技能,合理巧妙地运用各种战术,使身体承受激烈而残酷的搏斗与对抗,适应恶劣的环境,处置复杂多变的情况,机智果断、勇敢顽强地战胜并控制各种犯罪嫌疑人,提高自我保护的能力,以确保圆满完成维护社会安定,为经济建设保驾护航的艰巨使命。

(三) 擒拿格斗是培养人民警察意志品质和战斗作风的重要途径

擒拿格斗是警察执法中一种高对抗性、高风险的活动,它要求警察应具备坚定、沉着、机智、果断、勇敢、顽强的品质。公安机关的性质决定了擒拿格斗训练是按照从难、从严、从实际出发,严格要求、严格训练的原则进行的,紧张的竞争气氛、超负荷的大运动量、大强度训练和实战对抗的激烈残酷程度,对培养人民警察勇敢顽强、沉着冷静、机智果敢、坚韧刚毅的意志品质和服从命令、听从指挥、不怕牺牲、敢于拼搏、协同作战、顾全大局的战斗作风以及立警为公、执法为民的高尚道德情操与职业风范具有显著和独特的作用,是培养人民警察意志品质和战斗作风的重要途径,也是任何其他训练项目无法替代和比拟的。

第四节 擒拿格斗的要素

擒拿格斗的胜负受多种因素的影响,科学、客观的研究和揭示擒拿格斗要素的规律,对提高警察擒拿格斗训练水平,确保实战中克敌制胜具有十分重要的作用。

一、体能要素

体能是指人体活动的一种能力,通常是指人体在运动、劳动与生活中表现出来的力量、速度、耐力、灵敏和柔韧等身体素质的机能能力。警察应具备良好的体能,这是由其工作性质所决定的。在使用擒拿格斗技术时,动作必须要迅速,达到瞬间制胜;身体必须要强壮,要有足够的力量制服犯罪嫌疑人;必须保持持续的速度,具有耐久的作战能力;在多变的对抗中,具有灵活、协调使用技术和武器、警械的能力。

警察的体能是由力量素质、速度素质、耐力素质、灵敏素质和柔韧素质组成的有机的统一整体,各项素质之间密切联系,相互作用。全面提高警察的体能水平,可以有效保障警察更好地在擒拿格斗中发挥各种技术作用,合理巧妙地运用各种战术,承受激烈而残酷的搏斗与对抗;适应恶劣的环境,处置复杂多变的事务;机智灵活、勇敢顽强地战胜并制服、擒获凶恶的犯罪嫌疑人,同时可以防止不法侵害,有效地保证警察自身的安全。体能是人民警察取得擒拿格斗胜利的基础。

警察力量素质的训练应侧重于最大力量、速度力量和力量耐力。速度素质训练应侧重于反应速度、动作速度和动作频率。耐力素质训练应侧重于一般耐力、速度耐力和力量耐力。灵敏素质和柔韧素质决定着速度、力量和耐力的发挥,技术动作的幅度和质量,训练应结合擒拿格斗技术专项进行灵活、协调性等综合练习。