



人民警察武力使用能力训练研究丛书

警察应急防卫

JING CHA YING JI FANG WEI

上海公安高等专科学校 编著



上海交通大学出版社
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS

人民警察武力使用能力训练研究丛书

警察应急防卫

上海公安高等专科学校 编著

上海交通大学出版社

内 容 提 要

本书是我校为应对近年来暴力抗法及袭警事件呈上升趋势,导致公安民警在完成执勤执法任务时遭袭伤亡人数逐年增加,公安民警迫切需要提高自我安全防范意识与应急防卫能力而专题开发的武力使用专业核心课程。系学校武力使用教学部门与市局实战业务部门在警察职业能力分析基础上,本着“面向实战,讲究实用,追求实效”的指导思想,将民警岗位群需要的遇袭防卫实战应用能力整合设计而成,为全国公安院校首创,并已得到实战部门及专家的充分肯定。本教材目的是通过严格系统的、紧密结合实战情境的学习训练,使学员掌握在执勤执法过程中突遭犯罪行为人为人极端危急的暴力攻击时,应急运用各类防护反击方法、手段,制止不法侵害并依法对犯罪行为人为人实施武力强制措施的综合能力。

图书在版编目(CIP)数据

警察应急防卫/上海公安高等专科学校编著. —上海:上海交通大学出版社, 2010

(人民警察武力使用能力训练研究丛书)

ISBN 978-7-313-06230-7

I. ①警... II. ①上... III. ①警察—技击(体育)—中国—教材②警察—擒拿方法(体育)—中国—教材 IV. ①G852.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第018693号

警察应急防卫

上海公安高等专科学校编著

上海交通大学出版社出版发行

(上海市番禺路951号 邮政编码: 200030)

电话: 64071208 出版人: 韩建民

上海青浦印刷厂有限公司印刷 全国新华书店经销

开本: 787mm×1092mm 1/16 印张: 3.25 数字: 70千字

2010年3月第1版 2010年3月第1次印刷

印数: 1~3030

ISBN978-7-313-06230-7/G 定价: 20.00元

版权所有 侵权必究

人民警察武力使用能力训练研究丛书编委会成员

主 任 郑万新

副主任 张 君 许 敏 刘 民 瞿启陆

委 员 庄禄虔 张 军 刘挺生 石子坚

本书编写成员

主 编 庄禄虔

副主编 李伟生 张 军 赵玉申

参 编 许德强 吕律骏 黄晓华 宣卿文 龚 昊

序

国务委员、公安部长孟建柱同志指出：“要着力提高执法素养和执法水平，要创新教育手段，改进教育方法，突出专业特色，为警务实战提供有力的人才支持”。近年来，我校通过申报创建国家级高职高专类示范性院校，不断探索公安职业教育训练的新模式，大力推进教育训练工作由学科本位向能力本位、课堂为中心向现场为中心、懂不懂向会不会的“三个转变”。坚持校局联动、战训交融的训练理念，以真实工作任务为导向，基于工作过程，突出岗位核心能力为课程体系的建设思路，以“三材合一”为课程教材编写的新要求，要求教学训练体现实用、管用、够用效能的同时，积极发挥“支撑行业、服务西部、国际交流”的辐射效应，为努力实现建设平安上海、安全办博的公安工作目标做出应有的积极贡献。

武力使用能力训练研究系列丛书紧贴时代脉搏和围绕公安工作的新任务、新要求，强化民警依法执行警务的观念、提高安全防范和警务执法程序的意识、以突出实战能力为重点，在警察职业教育理念的指导下，根据人民警察职业岗位的实际需求和工作流程确定与编排教学训练内容。理论及知识点简明扼要，易于学员自学自练，有着较好的完整性和系统性；技战术训练围绕民警执法工作程序设置，依据现行法律、法规及人民警察执法活动的规律，着力突出其实战应用性和训练对抗性特点，既考虑了公安警察院校教学训练的特点和要求，更注重对基层民警学习和掌握技战术知识提供帮助。

通过本研究丛书的实施，着重解决警务活动中技能、战术的养成问题，达到会徒手防卫控制、会使用警械、会搜身带离、会使用武器、会通信联络、会现场急救、会人群管理与控制，掌握盘查嫌疑人、查控嫌疑车辆、搜索建筑物和抓捕犯罪嫌疑人等警务实战方法的教训目标，切实提高民警的整体素质和战斗力。

学校领导对本研究丛书的编写工作十分重视，多次作出重要指示并明确提出编写要求，为研究丛书的顺利编印提供了有力保障。学校教务处、业务部、教辅中心和科研中心在文稿编辑、图片拍摄和设备保障等方面给予了大力协助，在此表示感谢。

上海公安高等专科学校警训部
2009年12月

前 言

《警察应急防卫》是我校为应对近年来暴力抗法及袭警事件呈上升趋势，导致公安民警在完成执勤执法任务时遭袭伤亡人数逐年增加，公安民警迫切需要提高自我安全防范意识与应急防卫能力而专题开发的武力使用专业核心课程。系学校武力使用教学部门与市局实战业务部门在警察职业能力分析基础上，本着“面向实战，讲究实用，追求实效”的指导思想，将公安民警岗位群需要的遇袭防卫实战应用能力整合设计而成，为全国公安院校首创，并已得到实战部门及专家的充分肯定。

本教材的目的是通过严格系统的、紧密结合实战情境的学习训练，使学员掌握在执勤执法过程中突遭犯罪行为人为人极端危急的暴力攻击时，紧急运用各类防护反击方法、手段，制止不法侵害并依法对犯罪行为人实施武力强制措施的综合能力。

本教材由庄禄虔、李伟生、张军、赵玉申、许德强、吕律骏、黄晓华、宣卿文、龚昊等教官参与编写，并由高级教官李伟生执笔统稿。由于时间紧、任务急，本教材恐有不足和疏漏。恳请公安机关各级领导、广大民警和培训学员提出宝贵意见，以便今后修订。

编 者

2009年12月

目 录

学习领域1 防卫基本理念	1
一、基础知识	2
(一) 应急防卫的概念	2
(二) 实施武力强制措施的法律依据	2
(三) 实施武力强制措施的法律责任	2
(四) 对于执勤执法实战的重要作用	2
(五) 受击身体部位	3
(六) 防卫课程实训基本要求	3
二、思考与作业	4
三、学习评价	4
 学习领域2 防卫实战基本技法	 5
一、戒备姿势	6
(一) 自然戒备姿势	6
(二) 扶带戒备姿势	6
(三) 反击戒备姿势	6
二、移动步法 (滑步、侧闪步)	7
三、失衡保护	7
(一) 后倒	7
(二) 侧倒	7
(三) 前滚翻	7
(四) 侧前滚翻 (抢背)	8
四、防护技法	8
(一) 格挡	8
(二) 闪避	9
五、反击技法	9
(一) 直拳	9
(二) 勾拳 (上勾、平勾)	9
(三) 推掌	10
(四) 击肘	10
(五) 前踢	11
(六) 侧踹	11

(七) 顶膝	11
六、控制技法	12
七、思考与作业	12
八、学习评价	13
学习领域3 制暴招法实战应用	14
一、实战八招	15
(一) 中远距离防卫	15
(二) 近距离防卫	17
(三) 倒地后防卫	19
(四) 由后协力防卫	20
二、实战应用能力的构成	23
三、招法动作设置思路	24
四、思考与作业	24
五、学习评价	24
学习领域4 防袭法则实战应用	25
一、实战八法	26
二、实战应用能力的构成	32
三、案例评析	32
四、综合演练	33
(一) 狭窄空间(如室内场所、楼道、车内等)遇袭时的防卫	33
(二) 开阔空间(如街面执勤等)遇袭时的防卫	33
五、思考与作业	33
六、学习评价	33
学习领域5 课程考核方案	34
一、考核方法	35
二、考核内容	35
三、评定方法	35
四、评分标准	35
(一) 制暴实战招法	35
(二) 防袭实战法则	40



学习领域1 防卫基本理念

工作任务

通过采用多媒体演示、案例导入分析、分组讨论、启发引导等教法手段，使学员理解掌握实施武力强制措施的法律依据、责任及提高自我安全防范意识、掌握应急防卫技能对于执勤执法实战的重要性等基本理念和相关基础知识。

课时数：2课时（总40课时）。



一、基础知识

（一）应急防卫的概念

本课程的防卫是指人民警察在执勤执法过程中，突然遭遇犯罪行为人极端危急的暴力攻击时，紧急运用各类防护与反击方法、手段以制止不法侵害，依法对犯罪行为人实施的武力强制措施。

（二）实施武力强制措施的法律依据

依法使用武力手段制止、打击违法犯罪是国家法律赋予公安机关和人民警察的权力。它既是保护人民、维护社会稳定的需要，是对犯罪分子实施犯罪行为的震慑和遏制，也是对人民警察执法行动安全的保护。

（1）依据《中华人民共和国刑法》第二十条规定：“为了使国家、公共利益、本人或者他人的人身、财产和其他权利免受正在进行的不法侵害，而采取的制止不法侵害的行为，对不法侵害人造成损害的，属于正当防卫，不负刑事责任。”“对正在进行行凶、杀人、抢劫、强奸、绑架以及其他严重危及人身安全的暴力犯罪，采取防卫行为，造成不法侵害人死亡的，不属于防卫过当，不负刑事责任。”

（2）依据《中华人民共和国人民警察法》第十、第十一条及《中华人民共和国人民警察使用警械和武器条例》第二、第七、第八条规定，为制止严重违法犯罪活动的需要，可依法对犯罪行为人实施武力强制行为。

（三）实施武力强制措施的法律责任

人民警察使用武力强制手段的目的是有效阻止、控制违法犯罪行为人，在使用中不能故意造成人身伤害。如果违法犯罪行为人已经中止犯罪行为、服从命令，或者由于人民警察使用武力手段的作用造成其已丧失反抗能力时，人民警察就不得再继续使用武力手段。否则，就属于武力过当，要承担相应的法律责任。违法使用警械、武器，造成不应有的人员伤亡、财产损失，构成犯罪的，依法追究刑事责任；尚不构成犯罪的，依法给予行政处分；对受到伤亡或者财产损失的人员，由该人民警察所属机关依照《中华人民共和国国家赔偿法》的有关规定给予赔偿。

（四）对于执勤执法实战的重要作用

近年来，暴力抗法和袭警事件呈上升趋势，也由于部分人民警察自我安全防范意识及应急防卫能力不足，导致在完成执勤执法任务时遭袭伤亡人数逐年增加，凸显出人民警察熟练掌握应急防卫技能以及提高自我安全防范意识的紧迫性与必要性。

对违法犯罪行为人或嫌疑人实施武力强制措施是国家法律赋予人民警察依法履行职责，有效制止违法犯罪行为，维护公共安全和社会秩序，保护公民及自身人身安全和合法财产，保护公共财产的重要保障。



（五）受击身体部位

1. 伤害等级

身体部位在遭受暴力打击后，会产生不同的应激反应，造成不同的伤害后果；依据不同部位及后果，可分为三个等级：

（1）最低打击等级：一般不会致人死亡或重伤，只会造成暂时性的轻微伤害。如图所示，绿色区域属于最低打击等级。

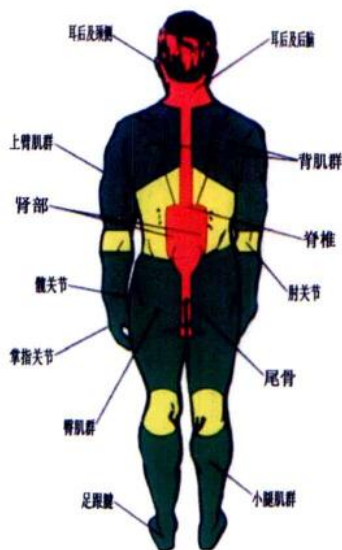
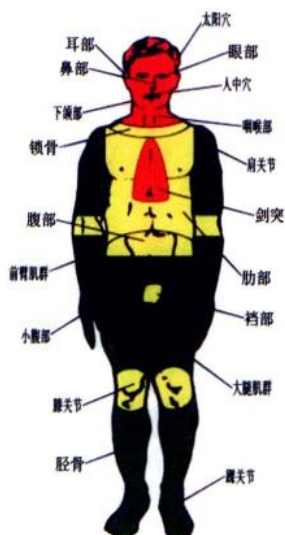
（2）中等打击等级：一般不会致人死亡，但可能造成较为严重的伤害，恢复周期也可能长于绿色区域。如图所示，黄色区域属于中等打击等级。

（3）最高打击等级：可能导致重伤、昏迷甚至死亡。如图所示，红色区域属于最高打击等级。

2. 主要部位名称

（1）正面：太阳穴，耳部，眼部，鼻部，人中穴，下颌部，咽喉部，锁骨，肩关节，剑突，肋部，腹部，前臂肌群，小腹部，裆部，大腿肌群，膝关节，胫骨，踝关节。

（2）背面：耳后及颈侧，耳后及后脑，背肌群，上臂肌群，脊椎，肾部，肘关节，髋关节，尾骨，臀肌群，掌指关节，小腿肌群，足跟腱。



（六）防卫课程实训基本要求

1. 强调实战

防卫应用技能教学及训练必须密切结合防卫理念与案例情境，重点加强徒手攻



防对抗实战形式训练，以有效提高相关专项素质与对抗能力。

2. 注重实效

保证训练有适当强度、密度和运动量，做到实训过程明了、重点突出、效果显然。

3. 精讲勤练

严格遵循动作技能形成客观规律，精讲解勤示范、先分解后完整、由浅入深、循序渐进、反复详熟。

4. 强化态度

要将职业态度教育内容（法律、安全、程序、战术意识；认真负责、勇敢顽强、灵活机智、自信果断的作风；吃苦耐劳、勇于奉献和团结协作的精神）贯穿学习与训练始终且重点强化。

5. 防范事故

要做到组织严密，施教前做好安全教育工作，严格遵纪守法，教官在训练中要时时注意观察，发现安全隐患要及时排除，尽力防范事故发生。

6. 观察疏导

在组织实战演练时，学员的身心会始终承受高压状态，教官应细心观察每位学员的实训状态，做好疏导调整。

二、思考与作业

（1）正当防卫的法律依据包括哪些主要内容？

（2）受击身体部位中的中等及最高等级包括哪些身体部分？

（3）本课程实训应贯彻哪些基本要求？

三、学习评价

评价内容	知 识 掌 握				职 业 态 度 树 立			
评价等级	A	B	C	D	A	B	C	D
个人测评								
小组测评								
存在问题								
改进方法								



学习领域2 防卫实战基本技法

工作任务

通过贯彻课程实训要求及结合实战对抗形式的防卫基本技法训练，提高学员的灵敏性、协调性、爆发力、抗击力等专项身体素质，培养勇敢顽强的战斗精神，为学习掌握制暴实战招法及防袭实战法则夯实基础。

课时数： 10课时（总40课时）。



一、戒备姿势

(一) 自然戒备姿势

- (1) 右脚向右后方撤半步，身体右转成半侧身自然站立。
- (2) 两手自然下垂腿部两侧，目视前方，神态自然，保持警戒状态。



(二) 扶带戒备姿势

- (1) 右脚向右后方撤半步，身体右转成半侧身站立。
- (2) 两手置于警械腰带上，目视前方，保持警戒状态。



(三) 反击戒备姿势

- (1) 右脚向右后方撤一步，侧身站立，两膝自然弯屈，两脚距离约与肩同宽；左脚尖稍内扣，右脚跟微抬，身体重心在两腿之间。
- (2) 两手握拳，左前右后屈臂齐胸抬起；右臂贴靠右侧肋部；收腹含胸，下颌微收，闭嘴合齿，目视前方，保持防护与反击状态。





二、移动步法（滑步、侧闪步）

（1）戒备姿势站立。

（2）一脚主动移一步，另一脚随即跟进；两脚保持原间距并维持姿态或配合实施防护及反击技法。

三、失衡保护

（一）后倒

（1）两腿屈膝半蹲，上身稍前倾。

（2）身体下坐，重心向后，以臀、腰、背依次滚动触地，同时两手臂、掌主动拍地缓冲，下颌内收，防止头部着地，双脚自然抬举。



（二）侧倒

（1）两腿屈膝下蹲，身体重心向右后下沉，右腿自然摆起。

（2）右脚向前擦地滑伸，左手放在腹部上，右侧腿、臀、腰、背着地，同时右手臂、掌主动拍地缓冲，下颌及上身内收，目视前方。



（三）前滚翻

（1）双腿屈膝下蹲，上体向前倾俯，双手掌向前侧方撑地。

（2）手掌前侧撑地，两脚蹬地，同时提臀、屈臂、低头、团身向前滚翻，使头后部、背、腰、臀依次着地后，收下颌，上身前压重心前移成蹲起。



(四) 侧前滚翻 (抢背)

(1) 左脚向上一大步，上体自然向前倾俯，膝关节微屈，右脚跟提起，左前臂内旋，手掌横摆向前支撑地面，右手在右前侧扶地支撑。

(2) 身体侧向前团身滚翻，使左掌、臂、肩、背、臀部依次着地后，收下颌，上身前压重心前移，两脚顺势成左前右后状跪蹲起。



四、防护技法

(一) 格挡

(1) 反击戒备姿势站立。

(2) 以左(右)小臂微内旋向外侧挡架住对方小臂前端，拦阻对方攻击，格挡后即还原。





（二）闪避

（1）反击戒备姿势站立。

（2）双腿屈膝，重心下降，收腹含胸略低头避让对方侧向攻击；如遇直线攻击，则可直接侧向闪躲。

（3）同时两手回收至于左右下颌两侧，两肘紧护两肋；闪避后即还原。



五、反击技法

（一）直拳

（1）反击戒备姿势站立。

（2）以右脚前脚掌为轴，蹬地并向内扣的同时转腰送肩，右拳微内旋成直线向前方目标出击，力达拳面。

（3）左拳内收，防护于下颌处；击打完毕后即还原。



（二）勾拳（上勾、平勾）

（1）反击戒备姿势站立。

（2）上体略下潜膝内扣，身体微向右转作预摆，身体重心移至右脚。

（3）向左转腰挺膝，身体重心前移至左脚，利用顶膝转腰之力，屈肘直线向前上方击打目标；或抬右肘，右拳里扣，由右后方向左前方平侧摆击目标，力达拳面；左拳内收，防护于下颌处；击打完毕后即还原。