

警用腰带 实用防控技术研究

许泽程 石泽忠 著



中国人民公安大学出版社



警用腰带实用 防控技术研究

许泽程 石泽忠 著

(公安机关内部发行)

中国人民公安大学出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

警用腰带实用防控技术研究 / 许泽程, 石泽忠著. —北京: 中国人民公安大学出版社, 2015. 10

ISBN 978 - 7 - 5653 - 2421 - 5

I. ①警… II. ①许… ②石… III. ①警察—装备—应用—擒拿方法 (体育)—研究 IV. ①G852.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 247092 号

警用腰带实用防控技术研究

许泽程 石泽忠 著

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: 北京兴华昌盛印刷有限公司

版 次: 2015 年 10 月第 1 版

印 次: 2015 年 10 月第 1 次

印 张: 3.125

开 本: 880 毫米 × 1230 毫米 1/32

字 数: 73 千字

书 号: ISBN 978 - 7 - 5653 - 2421 - 5

定 价: 20.00 元 (公安机关内部发行)

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

电子邮箱: zhs@cppsup.com zhs@cppsu.edu.cn

营销中心电话: 010 - 83903254

读者服务部电话 (门市): 010 - 83903257

警官读者俱乐部电话 (网购、邮购): 010 - 83903253

教材分社电话: 010 - 83903259

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

本书获湖南警察学院学术著作出版资助

长沙市人民警察学校项目资助

湖南省公安理论与公共安全研究基地项目资助

本书为湖南省公安厅科学研究一般项目

(湘公警保明电〔2012〕45号)成果



时任湖南省公安厅常务副厅长胡旭曦、副厅长杜亚玲亲自指导警用腰带防控技术的开发



时任湖南省公安厅常务副厅长胡旭曦，时任湖南省公安厅教育训练处处长胡长春指导警用腰带开发



时任湖南省公安厅常务副厅长胡旭曦、副厅长杜亚玲指导警用腰带开发



湖南警察学院党委书记罗国文、副院长谢军与参加2012年湖南省公安系统第二届散打擂台赛开幕式上表演警用腰带防控技术的队员合影

序

当前，随着社会形势的不断变化，社会治安形势日趋严峻，各种暴力违法犯罪日益突出，为适应现实斗争的需要，提高基层公安民警应急反应和综合实战能力，湖南警察学院许泽程与长沙市人民警察学校石泽忠两位教官编写了这本《警用腰带实用防控技术研究》。

许泽程、石泽忠两位教官多年从事公安民警警务实战教学工作。本书凝结了他们多年警务实战训练的心得体会，旨在解决公安民警在没有携带警械的情况下突然遭遇违法犯罪嫌疑人时，如何发挥警用腰带的作用，有效保护自身安全，快速制服违法犯罪嫌疑人的问题。本书对警用腰带的特点、作用、使用原则进行了详细叙述，从防卫、击打、捆绑、压点控制等几方面进行了详细说明，图文并茂、通俗易懂、简单易学，既可作为警察类院校的学习教材，也可作为基层

公安民警实战训练的培训教材，还可为从事警务实战教学的同行提供借鉴和参考。

A handwritten signature in black ink, appearing to be '胡心峰' (Hu Xinfeng), written in a cursive style.

2015 年 5 月

前 言

公安部党组多次会议强调，要大力加强公安教育训练工作，切实提高公安队伍的实战能力，警察教育培训工作上了一个新的台阶。为了适应新形势下对公安工作提出的新要求，2012年7月湖南省公安厅教育训练处召集警察学院警体部负责同志，传达省厅领导指示：开发警用皮带在警务实战中防卫技术的研究，以填补国内外还没有人对警用腰带在警务实战中的运用进行深入系统研究的空白。当即研究决定，由笔者（湖南警察学院副教授）和长沙市人民警察学校石泽忠教师共同开发研究警用腰带防卫技术工作。时任湖南省公安厅常务副厅长胡旭曦同志非常重视，多次关心、过问此项工作进展情况。同年8月召集时任湖南省公安厅副厅长、政治部主任杜亚玲同志，时任湖南省公安厅教育训练处处长胡长春，湖南警察学院警体部负责同志专门听取工作汇报，笔者就警用腰带开发研究从六个方面进行了汇报：一是警用腰带研究的重要意义；二是警用腰带的概述，它的构造、特点、作用，以及使用的基本原则；三是警用腰带使用的基本技法；四是警用腰带使用的

基本套路（已编创十个动作套路）；五是警用腰带的捆绑技术；六是警用腰带的压点控制，并现场进行了动作演示。湖南省公安厅领导对取得的成绩给予了高度的肯定，要求动作的开发必须实用、简单，并指示要求组织 40 人的表演队在湖南省公安系统第二届散打擂台赛开幕式上进行表演。在时间紧、任务重的情况下，两位老师利用业余时间认真组织训练，圆满地完成了领导交办的工作任务，湖南新闻媒体就开幕式作了专题新闻报道。

“警用腰带在警务实战中的防卫研究”报湖南省公安厅科学研究一般项目、湖南警察学院科研项目，两个项目均获通过。并且将警用腰带攻防、套路动作技术在长沙市人民警察学校网站的培训学习栏目中挂出，供长沙基层民警学习、交流，获得了良好的社会效益。

本书的出版，得到了时任湖南省公安厅常务副厅长胡旭曦同志、主管教育训练工作的时任湖南省公安厅副厅长杜亚玲同志、教育训练处的领导，以及警察学院领导、警体部领导和老师的大力支持与关心；同时湖南警察学院 2011 级治安专业学生黄林聪、曾准晤、方详三人为动作拍摄作为配手做了大量的工作，在此一并表示衷心的感谢。

限于水平与经验，加之时间紧促，若有疏漏和不妥之处在所难免，恳请广大同行与读者提出宝贵意见，以便修改和完善。

许泽程

2015 年 5 月

目 录

第一章 警用腰带实用防控技术概述	(1)
第一节 警用腰带的特点	(2)
第二节 警用腰带的作用	(4)
第三节 警用腰带使用的原则	(5)
第二章 警用腰带使用基本技法	(7)
第一节 预备姿势	(7)
第二节 击打技术	(11)
第三节 格挡防守技术	(27)
第三章 警用腰带使用基本套路	(32)
第一节 基本套路动作	(32)
第二节 基本套路动作说明	(33)
第四章 警用腰带捆绑技术	(66)
第一节 体前手腕捆绑	(66)

第二节	体后捆绑	(69)
第三节	卧地捆绑	(73)
第五章	警用腰带压点控制	(74)
第一节	头部压点控制	(74)
第二节	躯干压点控制	(79)
第三节	四肢压点控制	(82)

第一章 警用腰带实用 防控技术概述

警用腰带是人民警察警用装备之一，它分为外腰带、内腰带两种。通常情况下外腰带主要是佩戴警用装备执勤和队列训练时使用较多，内腰带一般作为生活中皮带之用，警用腰带一般指的就是警用内腰带。国家非常重视人民警察装备的配备，警用装备在警察执法行动中也确实发挥了重要作用，如警用喷雾剂、警棍、手铐等。警察在执法行动中，在没有携带警用装备和武器的时候，警用腰带就可以充分发挥它的防身自卫的功效。提高警察执法行动中的防卫能力，充分利用随身携带的器材，并在执法实践中灵活运用，这是现实斗争的需要，是有效打击各种违法犯罪活动的需要，是提高擒获、制服犯罪分子和犯罪嫌疑人能力和成功率的需要，也是减少警察遭受不法侵害、有效保护自身安全的需要。正确利用警用腰带，充分发挥它的作用，能够有效地保护人民警察的生命安全，最大限度地减少人员的伤亡，圆满地完成执法任务，树立人民警察的高大形象，提高人民警察的执法水平。

第一节 警用腰带的特点

警用腰带主要由腰带前部（腰带头）、中部和尾部构成，腰带前部主要是钢质材料构成，腰带中部与尾部是由软质的牛皮构成，腰带一般情况下是系在腰部以稳住我们的外长裤，是必不可少的用品。

一、刚柔并济

警用腰带材质集“柔”“韧”“刚”等特性于一体。由于警用腰带是由牛皮和钢质的皮带头所组成，因此它具备刚柔于一体的特性。依据不同的具体情况，有选择地使用皮带软质部分进行击打、捆绑。情况紧急的时候可以使用皮带头击打对方，或者使用压点进行控制。

二、携带方便

民警“随身携带”“随手拈来”，具有使用方便、快捷、简单的优点。警用腰带是我们警察随身所携带的生活常用品，可以随时随地拿来进行防卫。教学中依据公安工作的特点和学员的具体情况所编排的动作简单、实用，便于学员学习掌握，能使警察在较短的时间内掌握警用腰带的基本技法，并在实战中良好的运用。

三、远近兼顾

警用腰带在武术中属于软兵器，持腰带头部可以对远距离的目标实施击打。持握腰带尾部时似武术中的“流星锤”，可以重击近距离的危险对手。

四、攻防兼备

攻防兼备、震慑力强。由于警用腰带具有一定的长度，能够远距离击打对方，技击时动作幅度可以依据具体情况调整大小，特别是腰带头击打有一定的杀伤力，对企图实施暴力的群体具有以少胜多和较强的威慑作用，致使对方不敢贸然接近民警，对民警的安全起着重要作用。腰带对折持握可以格挡对方进攻之器具，具有一定的防守作用。

五、强身健体

警用腰带是警察锻炼身体比较好的一种训练工具。利用腰带进行身体训练，可以锻炼人体的柔韧性与协调性，对运动技能的形成起到良好的促进作用。

六、训练与表演

警用腰带防卫技能技术来自武术的器械套路，动作简单、优美，内容丰富，幅度可大可小，强烈的视觉、声音效果，适合在各种大型活动中表演。该训练项目的学习与普及，可以作为公安院校特色教学内容之一。

第二节 警用腰带的作用

在警务实战中，面对徒手或持短凶器的犯罪分子，利用警用腰带（长器械）进行防卫，能够占据一定的优势。

一、击打、防守的作用

在警务实战中遇到暴力抗法、危及自身安全的时候，警察可以利用警用腰带打击、制服犯罪嫌疑人，所采用的技术动作有劈、抽、横扫、抛击等，遇到对手持凶器行凶的时候，可以利用腰带进行格挡，以保护自身的安全。

二、作为压点控制的工具

在执法过程中遇到犯罪嫌疑人不配合、过分纠缠、不愿离开现场等情况的时候，可以利用腰带头部分对犯罪嫌疑人四肢敏感部位实施压点控制，使犯罪嫌疑人感到痛楚，影响反抗行为，迫使其服从警察的指挥。

三、捆绑犯罪嫌疑人的器械

在执法过程中当犯罪嫌疑人被制服时，为了防止犯罪嫌疑人逃脱、自杀等意外的发生，可以利用警用腰带对其实施捆绑，捆绑的技术主要包括正面捆绑、背后捆绑、八字捆绑等。

四、临时止血的工具

在执法过程中遇到群众、同伴、自己出现外伤出血的时候，可以将警用腰带当作临时的止血工具，主要是对四肢实施加压包扎止血。

五、锻炼身体的方法

警察锻炼身体的方法多种多样，利用警用腰带进行身体训练，不受场地、器材、时间的影响，可以随时随地开展训练，能够丰富警营文化生活。

第三节 警用腰带使用的原则

一、依法行动、安全防控

依法、安全、有效是人民警察使用武力的基本要求。警用腰带属于非致命性器械，必须遵循非致命性器械的使用规定与程序。警务实战中，战术“三要素”中的距离是我们保证安全的主要要件，拉开了距离才能很好地保护自己，充分发挥警用腰带的作用，才能施展动作。特别是犯罪嫌疑人持有凶器的时候，不要贸然靠近，以免造成不必要的伤亡。

二、使用方法得当

视情况使用腰带头部或尾部进行击打，注意不要防卫过