

Станислав Махов

КАДЕМИЯ
МАБИВ

МЕЖРЕГИОНАЛЬНАЯ
АКАДЕМИЯ БЕЗОПАСНОСТИ И
ВЫЖИВАНИЯ

ВЗРЫВНОЙ АТАКУЮЩИЙ ШТУРМОВОЙ БОЙ ГРОМ В ПОДАВЛЕНИИ ЛЮБЫХ ФОРМ АГРЕССИВНОГО НАПАДЕНИЯ

Рекомендовано
редакционно-
издательским
советом МАБИВ
в качестве
препринта

препринт



УДК 796.819
ББК 75.716
М 36

Рецензенты:

доктор педагогических наук, профессор кафедры «Теория и методика физической культуры и спорта» ФГБОУ ВО «Орловский государственный университет имени И. С. Тургенева»
Калашников А.Ф.

доцент, заведующий кафедрой «Физическое воспитание»
ФГБОУ ВО РАНХ и ГС Среднерусский институт управления – филиал г. Орёл
Ветков Н.Е.

М 36 Махов, С.Ю.

Взрывной атакующей штурмовой бой ГРОМ в подавлении любых форм агрессивного нападения : препринт [Электронный ресурс] / С.Ю. Махов. – Орел: МАБИВ, 2017. – 40 с. – Электр. опт. диск (CD-ROM).

Штурмовой бой ГРОМ (Storm Fight System – SFS) наиболее практичная, эффективная и боеспособная система личной безопасности, преподаваемая в России. Цель штурмового боя ГРОМ – выживание в любой опасной ситуации уничтожением и подавлением боеспособности противника за короткое время всеми доступными средствами.

Цель исследования – определить эффективность взрывного атакующего штурмового боя ГРОМ в подавлении любых форм агрессивного нападения.

© С.Ю. Махов, 2017

© Межрегиональная Академия безопасности и выживания, 2017

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
КИНЕМАТИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ ЧЕЛОВЕКА В ШТУРМОВОМ БОЮ ГРОМ	8
МЕХАНИКА УДАРНЫХ ФОРМ	16
МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ РАБОТЫ	24
АТАКУЮЩИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫЕ РЕАКЦИИ В ШТУРМОВОМ БОЮ	27
ОЦЕНКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ БОЙЦА К ОБЕСПЕЧЕНИЮ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ	33
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	36
ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИХ ВИДЕОФИЛЬМОВ	37
ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-ПРАКТИЧЕСКИХ СЕМИНАРОВ	37
АВТОР	39

КИНЕМАТИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ ЧЕЛОВЕКА В ШТУРМОВОМ БОЮ ГРОМ

Приспособление организма человека и животных к постоянно меняющимся условиям внешней среды осуществляется за счет сложнейших рефлекторных реакций, важное место среди которых занимают двигательные акты. Двигательная деятельность выполняется специальной системой тканей и органов, получивших название двигательного аппарата. Двигательный аппарат позвоночных животных состоит из сочлененных костей скелета и сложной системы поперечнополосатых мышц, приводящих в движение костные рычаги. С функциональной точки зрения, к двигательному аппарату относятся нейроны, проводящие нервные импульсы к мышечным волокнам.

Тело человека является от природы подвижным и очень гибким, и его нельзя сравнивать с жесткими конструкциями. Строение человеческого тела нами рассматривается как упругая и подвижная модель, использующая основные суставы в качестве подвижных шарниров, имеющих несколько степеней свободы в тех границах, которые доступны данному человеку в пределах его гибкости (рис. 1).

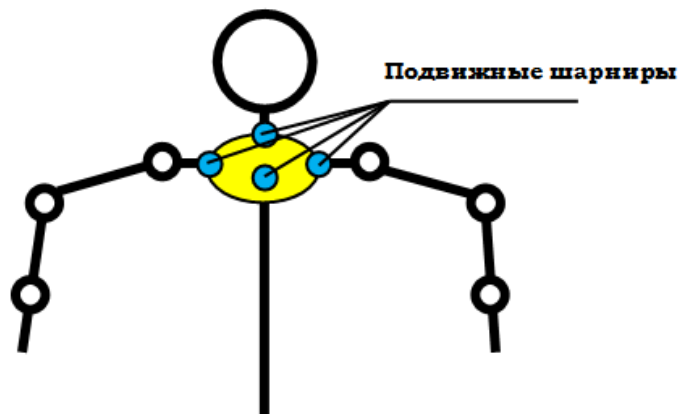


Рис. 1. Подвижная модель человека

При таком подходе, например, плечевой пояс имеет возможность не только вращаться по горизонтали, но и двигаться во фронтальной и вертикальной плоскости. При этом плечи не закреплены жестко относительно друг друга на проходящей через них оси. Такой естественный подход к анатомии человеческого тела породил все последующие решения.

На основе данного двигательного аппарата мы рассмотрим кинематическую модель человека (КМЧ) во взаимодействии с агрессивной средой. Кинематическая модель человека представляет собой (рис. 2):

- систему рычагов с соответствующими приводами;
- рычаги имеют определенную иерархию;

- между рычагами и приводами существует видимая связь:
- система рычагов имеет вполне четкие двигательные границы, степени свободы, характерные особенности и т. д.

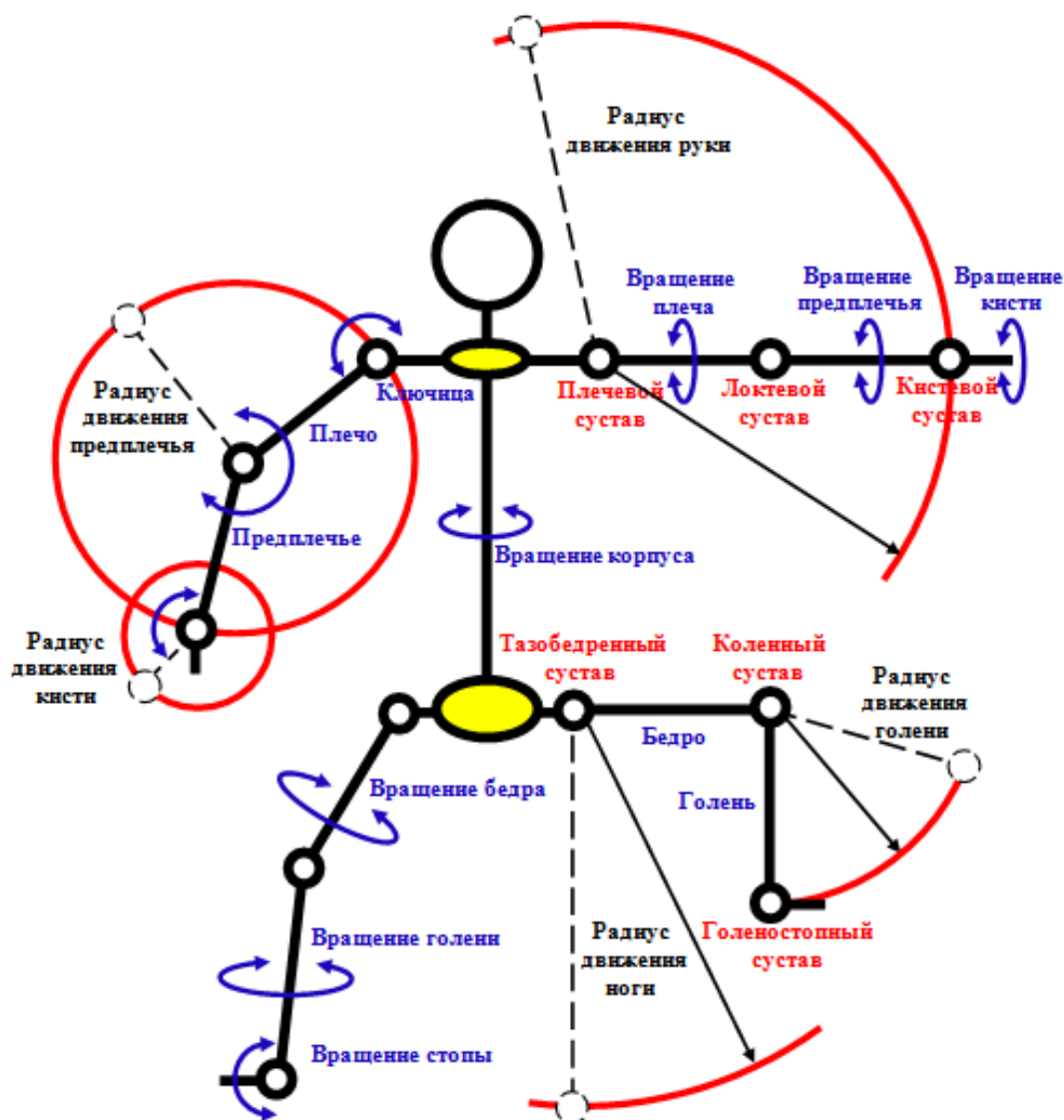


Рис. 2. Кинематическая модель человека

При построении движений представляется возможным рассматривать верхние и нижние конечности в функционировании, как отдельных элементов, так и полным компоновочным составом. Выбирая реакцию опоры, мы определяем, что:

1. В соответствии с имеющимися в человеческом теле рычагами и точками их вращения представляется возможность создать кинематическую модель человека.
2. Кинематическая модель человека составляют простые и сложные рычаги, соединенные суставными организациями, с различной степенью свободы.
3. В кинематической модели человека выделяются опорные ударные элементы (кость, локоть, плечо).

4. Имеются основные и вспомогательные суставы. Основные – многофункциональные, участвующие, как в создании собственного основного рабочего движения, так и в передаче опоры. Вспомогательные – однофункциональные, участвующие только в передаче опоры.

Рассматривая кинематическую модель человека, мы отмечаем тот факт, что все суставные организации обладают одним очень важным свойством – вращением. Однако это свойство для каждого отдельного сустава выражено вполне определенной степенью свободы.

Кистевые удары лучезапястного сустава. В механике кистевого удара лежит вращение рычага кисти с центром вращения, проходящим через лучезапястный сустав (рис. 3).

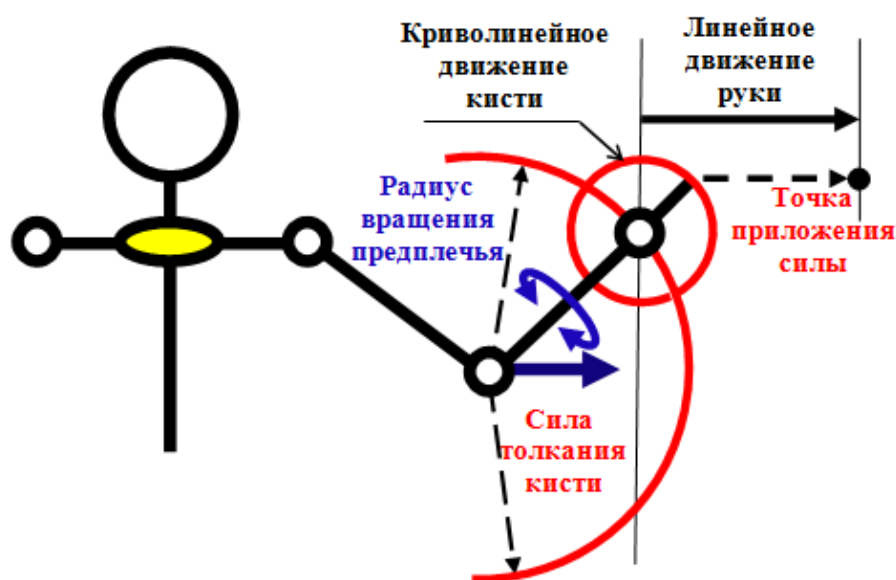


Рис. 3. Кистевые удары

В зависимости от разворота рычага кисти, удары могут производиться по круговым траекториям вовнутрь-наружу, а также линейным перемещением кулака или кисти до точки приложения силы. Кистевой удар усиливается вращательным движением предплечья. Преимущество кистевого удара в его непредсказуемости, большой скорости и легкой управляемости. Удар может выполняться с любой точки пространства и легко перенаправляться по траектории движения кисти.

При выполнении линейного удара точка приложения силы находится на конце кулака. В данном случае, локоть толкает предплечье, а не кулак тащит за собой всю руку. Удар фиксирует лучезапястный сустав, и кулак лежит в плоскости его развития. Техника кистевых ударов основана на технике ножевого боя.