

Приложение № 3
к Положению о Спартакиаде среди
коллективов физической культуры
Организации «Динамо» № 25,
посвященной 100-летию Общества
«Динамо», в 2023 году

БИЛЕТЫ

I тура демонстрации технических действий самозащиты без оружия

Билет № 1

1. Ограничить свободу передвижения ассистента загибом руки за спину «толчком» и сопроводить его 2-3 метра.
2. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом кулаком прямо в голову, и сопроводить его 2-3 метра.
3. Ограничить свободу передвижения ассистента, захватившего предплечья (рукавов) сотрудника спереди, и сопроводить его 2-3 метра.
4. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом ножом прямо в живот, и сопроводить его 2-3 метра.
5. Ограничить свободу передвижения ассистента, угрожающего сотруднику пистолетом спереди в упор, и сопроводить его 2-3 метра.

Билет № 2

1. Ограничить свободу передвижения ассистента загибом руки за спину «нырком» и сопроводить его 2-3 метра.
2. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом кулаком прямо в туловище, и сопроводить его 2-3 метра.
3. Ограничить свободу передвижения ассистента, захватившего предплечья (рукава) сотрудника спереди двумя руками, и сопроводить его 2-3 метра.
4. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом ножом прямо в шею, и сопроводить его 2-3 метра.
5. Ограничить свободу передвижения ассистента, угрожающего сотруднику пистолетом сзади в упор, и сопроводить его 2-3 метра.

Билет № 3

1. Ограничить свободу передвижения ассистента загибом руки за спину «рывком» и сопроводить его 2-3 метра.
2. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом кулаком сбоку в голову, и сопроводить его 2-3 метра.
3. Ограничить свободу передвижения ассистента, захватившего за шею (одежду на груди) сотрудника двумя руками, и сопроводить его 2-3 метра.
4. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом ножом сбоку в туловище, и сопроводить его 2-3 метра.

5. Ограничить свободу передвижения ассистента, угрожающего сотруднику автоматом (ружьем) спереди в упор, и сопроводить его 2-3 метра.

Билет № 4

1. Ограничить свободу передвижения ассистента загибом руки за спину «замком» и сопроводить его 2-3 метра.

2. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом кулаком сбоку в туловище, и сопроводить его 2-3 метра.

3. Ограничить свободу передвижения ассистента, обхватившего туловище сотрудника сзади под руками, и сопроводить его 2-3 метра.

4. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом ножом сбоку в шею, и сопроводить его 2-3 метра.

5. Ограничить свободу передвижения ассистента, угрожающего сотруднику автоматом (ружьем) сзади в упор, и сопроводить его 2-3 метра.

Билет № 5

1. Ограничить свободу передвижения ассистента рычагом руки через предплечье и сопроводить его 2-3 метра.

2. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом кулаком снизу в подбородок, и сопроводить его 2-3 метра.

3. Ограничить свободу передвижения ассистента, обхватившего туловище сотрудника сзади над руками, и сопроводить его 2-3 метра.

4. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом ножом снизу в живот, и сопроводить его 2-3 метра.

5. Ограничить свободу передвижения ассистента, пытающегося достать оружие из нагрудного кармана, и сопроводить его 2-3 метра.

Билет № 6

1. Ограничить свободу передвижения ассистента дожимом кисти («под ручку») и сопроводить его 2-3 метра.

2. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом кулаком снизу в живот, и сопроводить его 2-3 метра.

3. Ограничить свободу передвижения ассистента, обхватившего туловище сотрудника спереди под руками, и сопроводить его 2-3 метра.

4. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом ножом сверху в голову, и сопроводить его 2-3 метра.

5. Ограничить свободу передвижения ассистента, пытающегося достать оружие из кармана брюк (кобуры), и сопроводить его 2-3 метра.

Билет № 7

1. Ограничить свободу передвижения ассистента скручиванием руки наружу («рычаг руки наружу») и сопроводить его 2-3 метра.

2. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом кулаком сверху в голову, и сопроводить его 2-3 метра.

3. Ограничить свободу передвижения ассистента, обхватившего туловище сотрудника спереди над руками, и сопроводить его 2-3 метра.

4. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом ножом наотмашь в шею, и сопроводить его 2-3 метра.

5. Ограничить свободу передвижения ассистента, пытающегося обезоружить сотрудника (изъять оружие из кобуры) при подходе спереди, и сопроводить его 2-3 метра.

Билет № 8

1. Ограничить свободу передвижения ассистента скручиванием руки внутрь («рычаг руки внутрь») и сопроводить его 2-3 метра.

2. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом ребром ладони наотмашь в шею, и сопроводить его 2-3 метра.

3. Ограничить свободу передвижения ассистента, захватившего сотрудника за волосы на голове спереди, и сопроводить его 2-3 метра.

4. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом ножом наотмашь в туловище, и сопроводить его 2-3 метра.

5. Ограничить свободу передвижения ассистента, пытающегося обезоружить сотрудника (изъять оружие из кобуры) при подходе сзади, и сопроводить его 2-3 метра.

Билет № 9

1. Ограничить свободу передвижения ассистента загибом руки за спину «толчком» и сопроводить его 2-3 метра.

2. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом кулаком наотмашь в туловище, и сопроводить его 2-3 метра.

3. Ограничить свободу передвижения ассистента, захватившего сотрудника за волосы на голове сзади, и сопроводить его 2-3 метра.

4. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом палкой прямо в живот, и сопроводить его 2-3 метра.

5. Ограничить свободу передвижения ассистента, угрожающего сотруднику пистолетом спереди в упор, и сопроводить его 2-3 метра.

Билет № 10

1. Ограничить свободу передвижения ассистента загибом руки за спину «нырком» и сопроводить его 2-3 метра.

2. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом подъемом стопы снизу в пах, и сопроводить его 2-3 метра.

3. Ограничить свободу передвижения ассистента, захватившего ноги сотрудника спереди, и сопроводить его 2-3 метра.

4. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом палкой сбоку в туловище, и сопроводить его 2-3 метра.

5. Ограничить свободу передвижения ассистента, угрожающего сотруднику пистолетом сзади в упор, и сопроводить его 2-3 метра.

Билет № 11

1. Ограничить свободу передвижения ассистента загибом руки за спину «рывком» и сопроводить его 2-3 метра.

2. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника прямым ударом подошвенной части стопы в живот, и сопроводить его 2-3 метра.

3. Ограничить свободу передвижения ассистента, обхватившего шею сотрудника плечом и предплечьем сзади двумя руками, и сопроводить его 2-3 метра.

4. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом палкой сбоку в голову, и сопроводить его 2-3 метра.

5. Ограничить свободу передвижения ассистента, угрожающего сотруднику автоматом (ружьем) спереди в упор, и сопроводить его 2-3 метра.

Билет № 12

1. Ограничить свободу передвижения ассистента загибом руки за спину «замком» и сопроводить его 2-3 метра.

2. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом подъемом стопы сбоку в туловище, и сопроводить его 2-3 метра.

3. Ограничить свободу передвижения ассистента, захватившего предплечья (рукавов) сотрудника спереди, и сопроводить его 2-3 метра.

4. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом палкой сверху в голову, и сопроводить его 2-3 метра.

5. Ограничить свободу передвижения ассистента, угрожающего сотруднику автоматом (ружьем) сзади в упор, и сопроводить его 2-3 метра.

Билет № 13

1. Ограничить свободу передвижения ассистента скручиванием руки внутрь («рычаг руки внутрь») и сопроводить его 2-3 метра.

2. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом кулаком прямо в туловище, и сопроводить его 2-3 метра.

3. Ограничить свободу передвижения ассистента, захватившего за шею (одежду на груди) сотрудника двумя руками, и сопроводить его 2-3 метра.

4. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом палкой наотмашь в туловище, и сопроводить его 2-3 метра.

5. Ограничить свободу передвижения ассистента, пытающегося достать оружие из нагрудного кармана, и сопроводить его 2-3 метра.

Билет № 14

1. Ограничить свободу передвижения ассистента дожимом кисти («под ручку») и сопроводить его 2-3 метра.
2. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом кулаком сбоку в голову, и сопроводить его 2-3 метра.
3. Ограничить свободу передвижения ассистента, обхватившего туловище сотрудника сзади под руками, и сопроводить его 2-3 метра.
4. Ограничить свободу передвижения ассистента, атакующего сотрудника ударом палкой наотмашь в голову, и сопроводить его 2-3 метра.
5. Ограничить свободу передвижения ассистента, пытающегося обезоружить сотрудника (изъять оружие из кобуры) при подходе спереди, и сопроводить его 2-3 метра.