Самооборона. Приемы реальной уличной драки

Автор:
Коллектив авторов

Самооборона. Приемы реальной уличной драки

Коллектив авторов

Уличный бой – это бой без правил, в котором победу часто одерживает пусть не самый сильный, но зато более ловкий и хладнокровный противник. Не существует какой-либо определенной техники уличного боя. Все приемы защиты и нападения, рекомендованные в этой книге, являются результатом слияния многих наиболее эффективных боевых техник.

Коллектив авторов

Самооборона. Приемы реальной уличной драки

Вместо предисловия

Современная цивилизация является богатым источником знаний и материальных ценностей, однако таит в себе немало опасностей. Человек на протяжении всей своей жизни вынужден сталкиваться с насилием, как психологическим, так и физическим. Источником агрессии в данном случае могут стать представители любых возрастных групп вне зависимости от их пола.

Согласно статистике, именно подростки и молодые люди, не достигшие 30 лет, чаще всего представляют собой потенциальную угрозу для общества, сделав основной средой своего обитания городские улицы и трущобы. Избежать

встречи с ними можно, ограничив время своего пребывания вне дома или офиса светлым временем суток.

Людям, которые по какой-то причине вынуждены общаться с негативно настроенными представителями общества, большую часть своего времени проводящими на улицах, рекомендуется освоить определенные способы самозащиты, чтобы при необходимости дать отпор любому, даже вооруженному, обидчику, который совершает нападение в темном переулке или в подъезде дома.

В данной книге описаны некоторые способы самообороны, которые с одинаковой эффективностью может использовать и слабая девушка, и сильный мужчина. Эта методика представляет собой целый комплекс частично модифицированных и упрощенных приемов, проверенных временем и отточенных последователями различных боевых систем – таких, как тхеквондо, самбо, ушу, карате и т. д.

Основное отличие уличных драк от официально признанных видов единоборств в том, что они не требуют каких-либо особенных навыков и знаний. Нанести ощутимый урон противнику можно с помощью любого подручного средства, например, палки, осколка кирпича или дамской сумочки. Главное – не терять самообладания и помнить о том, что основной залог успеха – быстрая реакция в совокупности с крепкими нервами.

Именно поэтому, кроме основных приемов самообороны, в данной книге рассматриваются некоторые исторические аспекты уличного боя, а также физические и психологические упражнения, которые помогут не только обрести хорошую спортивную форму, но и укрепить нервную систему.

Краткая история возникновения основных видов единоборств

«Верное поведение есть следствие познания его предпосылок» – так сказал один из известнейших философов прошлого века. Если взять это высказывание за некую аксиому, можно вывести следующее: чтобы изучить боевое искусство, необходимо внимательно рассмотреть историю его возникновения и развития.

Современный уличный бой включает в себя использование некоторых модифицированных в соответствии с условиями нашего времени приемов джиу-джитсу, айкидо, карате и самбо. Нелишним может оказаться изучение тхеквондо, которое предлагает своим адептам великолепную технику защиты и нападения. Неплохую конкуренцию восточным единоборствам составляет русский рукопашный бой.

Необходимо отметить, что часть приемов, предлагаемых данными видами единоборств, рассчитана на вооруженную руку, хотя для их исполнения совершенно не обязательно иметь в своем активе самурайский меч или кинжал. Методика фехтования с использованием обычной палки дает не менее впечатляющий результат.

Боевые искусства России

Достоверных источников о развитии боевых искусств в Древней Руси не сохранилось. О том, что единоборства все же имели место, можно судить только по церковным постановлениям. В одном из них, например, говорится: «Да изгнаны будут от сынов Божьих церквей… а случайно убитые в этих боях будут прокляты сей век и будущий».

То, как проходили эти бои, можно только предполагать, основываясь на описаниях новгородских и других былин. В этих источниках единоборства названы кулачными боями, т. е. их участники, согласно названию, боролись друг с другом на кулаках. Однако в тех же былинах сказано, что нередко в кулачных боях применялись кистени, дубинки, изредка – ножи. Кроме того, в боях использовали посохи, представлявшие собой крепкие шесты длиной более 1 м.

В 1478 году Новгород был присоединен к Московской Руси. Вскоре после этого патриарх Никон приказал сжечь все дубинки для кулачных боев, применяемые в Новгороде.

Кистенем в Древней Руси называли оружие, состоящее из короткой палки, на одном конце которой на цепи или ремне был подвешен металлический шар, а на

другом – петля, которая надевалась на руку.

О том, как развивались единоборства в период Средневековья, также известно очень мало. Некоторые сведения сохранились, но они настолько скудны, что по ним сложно воссоздать четкую картину того, как проходили бои и существовали ли мастера, обучающие других искусству сражаться. Русские летописцы не давали себе труда описывать данную сторону жизни. В связи с этим наиболее четкие представления можно получить из описаний европейцев, путешествовавших по России.

Одно из самых подробных описаний было оставлено в первой трети XVI столетия Сигизмундом Герберштейном. Среди прочего он упоминал и о боевых искусствах, в которых сам превосходно разбирался. Вот строки из его записок: «Юноши, равно как и подростки, сходятся обычно по праздничным дням в городе на всем известном просторном месте, так что видеть и слышать их там может множество народу. Они созываются свистом, который служит здесь условным знаком. Услышав свист, они немедленно сбегаются и вступают в рукопашный бой: начинается он на кулаках, но вскоре бьют без разбору и с великой яростью и ногами по лицу, шее, груди, животу и паху, и вообще всевозможными способами одни поражают других, добиваясь победы, так что зачастую их уносят оттуда бездыханными. Всякий, кто побьет больше народу, дольше других останется на месте сражения и храбрее вынесет удары, получает в сравнении с прочими особую похвалу и считается славным победителем. Этот род состязаний установлен для того, чтобы юноши привыкли переносить побои и терпеть какие угодно удары».

Сигизмунд Герберштейн (1486–1566) был послом германского императора Максимилиана в России и путешественником. Он оставил для потомков книгу «Записки о Московии», замечательный план города Москвы и т. д.

В ходе драки допускались удары в грудь и лицо, причем их нельзя было назвать высокими, так как они наносились уже после того, как противник падал с ног. Никаких особых правил и запретов еще не существовало. Сражалось, как правило, большое количество бойцов. Однако бой велся не по принципу «стенка на стенку», а был «толпным», т. е. каждый боец сражался сам за себя и против всех. Участие в таком сражении требовало от бойцов мужества, умения терпеть

боль, огромной физической выносливости. Но искусством такой бой назвать было нельзя. Ведь и победителем в нем становился не самый ловкий и хорошо владеющий какими-либо особыми приемами, а самый выносливый.

В книге Герберштейна упоминается и о различных дуэлях, происходивших в тот период в России. Нередко такие дуэли представляли собой обычный рукопашный бой без правил, длившийся до тех пор, пока один из противников не будет убит. Реже участники дуэли проводили фехтовальную схватку. В России, правда, дуэль называлась Божьим судом, несмотря на то что в ней принимали участие только наемные бойцы. Однако, по свидетельству Герберштейна, хотя они и обладали храбростью, силой, выносливостью, но им все же не хватало профессионализма.

Герберштейн оставил свою рекомендацию европейским бойцам – фехтовальщикам и «рукопашникам», советуя им при сражении с московитами не пытаться победить их силой, а некоторое время обороняться, определить слабое место противника, а затем наступать, пользуясь его слабой техникой и не очень хорошим владением защитными приемами.

В первой половине XVII века в России вошли в моду показательные поединки. На них присутствовали дворяне и даже царь. В поединках принимали участие не только русские, но и немецкие бойцы. Сохранившиеся описания этих поединков свидетельствуют о том, что немцы производили на царя значительное впечатление и уезжали из России с высокими наградами.

В XVIII столетии появились первые подробные описания «стеночных» кулачных боев, сделанные русскими специалистами. Из этих источников следовало, что правила проведения поединков по-прежнему оставались очень жестокими, а профессионализм находился на очень низком уровне. Однако были предприняты попытки изменить такое положение вещей. Например, в 1726 году вышел полицейский указ, в котором говорилось: «…чтобы увечного в бою не было б и кто упадет, лежащих никого не били б». Однако бойцы резко протестовали против этого указа, заявляя, что он ущемляет их права. Только по прошествии нескольких десятилетий удалось заставить их хотя бы иногда соблюдать вышеупомянутые требования, а еще спустя некоторое время появилась поговорка «Лежачего не бьют».

Во время боя, даже так называемого кулачного, продолжали использовать кистень, короткую дубинку или нож. Противник мог дать достойный отпор только в том случае, если заранее также запасался оружием. Как правило, у каждого вступающего в бой имелись «заначки», или «вкладыши», – тяжелые железные стержни, медные монеты или свинцовые пули, спрятанные под одеждой.

Одиночные бои нередко происходили перед началом «стеночного» сражения или как отдельные поединки, в которых принимали участие представители всех сословий, в том числе и дворянского. К тому времени сформировались и некоторые правила проведения боя. Вообще, поединок в этот период все больше начинал походить на борьбу.

В XVIII веке во время поединка удар можно было наносить костяшками сжатых в кулак пальцев, при движении руки сбоку – внутренней частью кулака, при размахе сверху – нижней частью. Допускались и такие приемы, как подбивы и зацепы ног.

В 1890-х годах в России появился бокс. Он развивался как самостоятельное единоборство, а не как элемент рукопашного боя. При этом он возник не на основе «стеночного боя», и русские боксеры, как правило, не принимали участия в таких кулачных схватках. Исключение составлял Нур Алимов, выступавший под псевдонимом Кара-Малай, что в переводе с татарского означает «черный парень».

Верхом мастерства считалось проведение подсечки. Особое внимание стали уделять меткости удара. Однако главными качествами бойцов по-прежнему продолжали считаться сила, храбрость, выносливость, способность выдержать удар.

В XIX и начале XX века в России стали известны различные виды единоборств – такие, как международные системы фехтования, английского и французского бокса, дзюдзюцу. Некоторые сохранялись в чистом виде, правила других изменялись. Однако школ практически не существовало; солдат Российской армии, даже тех, кто входил в состав спецподразделений, основам рукопашного боя еще не обучали.

В России развитие боевых искусств началось только после Октябрьской революции, в 1920-х годах. К тому времени были уже образованы школы раннего самбо и появился вид единоборства с простым названием «рукопашный бой». Ему обучали солдат некоторых подразделений Красной армии. Кроме того, эти предшественники современных спецназовцев обучались ведению боя с применением короткого оружия, изучали навыки оказания сопротивления штыковому противнику без оружия и т. д.

Самбо

После образования СССР начал проявляться интерес граждан нового государства к комплексным боевым искусствам. Однако хороших мастеров рукопашного боя в стране в то время было немного, и самые лучшие из них, как правило, являлись сотрудниками НКВД, а учиться у них мог далеко не каждый. Тем более именно в данный период в СССР «превышение пределов самозащиты» стало преследоваться законом. В связи с этим осваивать боевые приемы разрешалось только для «служебного пользования», а наиболее эффективные из них вообще были засекречены.

Одним из мастеров высокого класса являлся Нил Николаевич Ознобишин. Дворянин по происхождению, он посвятил свою жизнь цирковому искусству и прославился как талантливый артист цирка. Одним из его увлечений стал бокс, приемы которого Ознобишин имел возможность изучать во многих странах, где побывал во время гастролей.

В 1915 году в Москве состоялся первый чемпионат Москвы по боксу. В нем принимали участие многие известные мастера того времени, в том числе и Нил Ознобишин. Абсолютным чемпионом Москвы стал татарин Кара-Малай (кстати, в том же году он завоевал и титул чемпиона России).

В период с 1918 по 1926 год Ознобишин являлся одним из тренеров бойцов Красной армии, а в 1930 году была издана его книга «Искусство рукопашного боя». Несмотря на то что данная работа была напечатана в издательстве НКВД РСФСР и это считалось гарантией одобрения советской властью всей

деятельности мастера, ему не удалось избежать преследований в период сталинских репрессий.

В 1941 году Ознобишин был арестован и сослан в Казахстан на пять лет. О дальнейшей его жизни ничего не известно.

Нельзя не упомянуть и о другом тренере – Иване Лаврентьевиче Солоневиче. Он основал свою школу, основные принципы которой изложил в книге «Самооборона и нападение без оружия». Основную технику он перенял у вольно-американской борьбы (ныне просто вольная борьба). В отличие от Ознобишина, предпочитавшего технику английского бокса, Солоневич делал упор на силовые удары, боксерские уклоны и нырки.

Как и Ознобишин, Солоневич был репрессирован. Ему удалось бежать из мест ссылки и перебраться за рубеж через финскую границу. Он принимал активное участие в основании движения «народного монархизма», написал несколько книг, в том числе и «Белую империю». Солоневич умер в 1940-х годах.

Ознобишина и Солоневича можно считать наиболее известными мастерами, стоявшими у истоков развития отечественного бокса. В то же время в СССР стал развиваться такой вид борьбы, как самбо. На формирование техники этого боевого искусства значительное влияние оказали В. А. Спиридонов и В. С. Ощепков.

Офицер русской армии В. А. Спиридонов окончил специальное училище государственной безопасности, где готовили диверсантов. Там он получил навыки нового вида единоборства под названием «боевая борьба», основывавшегося на японском искусстве ближнего боя. Используя полученные знания, Спиридонов создал собственную школу боевых искусств.

В. С. Ощепков родился на Сахалине, половина территории которого в то время принадлежала Японии. Он поступил в школу Кодокан-дзюдо, где в период обучения ему удалось получить второй дан. Некоторое время он работал на Дальнем Востоке, в Китае и Новосибирске. Приехав в Москву, он заинтересовал своими способностями многих любителей боевых искусств. За короткий срок он стал не менее популярен, чем Спиридонов, также основав свою школу. Судьба обеих школ складывалась следующим образом.

Даном в японских видах системы боевых единоборств называется степень мастерства ученика школы.

В 1930-е годы, в период массовых репрессий, Спиридонову приходилось скрывать то, что он использует традиции японской школы, а Ощепкову – нет. Система Спиридонова, предназначенная в основном для обучения диверсантов, официально перестала существовать.

В числе учеников Спиридонова значились сотрудники НКВД, приемы продолжали применяться, но практическое овладение ими проводилось только «для служебного пользования».

В наши дни лучшим последователем системы Спиридонова является А. А. Кадочников. Он получил подготовку в спецподразделении флота в качестве боевого пловца. Кадочников предложил свои разработки, которые пригодны для применения во время боевых действий и при обычной уличной потасовке. Свою систему он назвал боевым самбо.

Ретюнских, ученик Кадочникова, разработал собственную систему, которая получила название «Российская отечественная система самозащиты» (РОСС). В ее основу легли основные приемы самбо, дзюдо и личный опыт Ретюнских.

Что касается Ощепкова, то он был арестован как «агент японского милитаризма» и вскоре скончался в тюрьме. На основе его школы и был создан такой вид борьбы, как самбо. Официально основателем этого вида боевого искусства был объявлен А. Харлампиев.

В 1938 году был издан указ Комитета по делам физкультуры и спорта, согласно которому разрешалось официальное существование этого вида единоборств. В документе не упоминалось о создателе самбо и его знаниях, полученных на Востоке, а лишь говорилось о том, что новые технические приемы были сформированы «…из наиболее ценных элементов национальных видов борьбы нашего необъятного Советского Союза – грузинской, таджикской, казахской, узбекской, киргизской и некоторых лучших приемов других видов борьбы». Однако первые руководители этой школы, не желая разделить судьбу Ощепкова, сделали все для того, чтобы она перестала быть похожей на восточное боевое искусство. Сначала она считалась лучшей боевой школой в

стране, но со временем переродилась в одно из многих, причем не самое лучшее спортивное единоборство.

После распада Советского Союза появились люди, называвшие себя мастерами различных «древних видов украинских, белорусских» и других видов борьбы, якобы на долгое время забытых. Таковы единоборства с оригинальными названиями «славяно-горицкая борьба», «казачий стиль», «велесовая борьба» и т. д. Однако документально существование таких видов борьбы не подтверждено.

Боевые искусства Азии, Кавказа и Сибири

Упоминание о грузинской, таджикской и других видах борьбы, перечисленных в указе Комитета по делам физкультуры и спорта, – не пустой звук. На территории Грузии и Таджикистана, являвшихся союзными республиками большую часть XX века, также издавна развивались свои, национальные боевые искусства. В основу всех этих видов легла «поясная» борьба, включающая в себя стационарный захват одной или двумя руками, подъем, сваливание, броски наземь и т. д. Реже применяются броски через ноги, еще реже – захваты за ноги.

В отличие от России в мусульманских республиках и у народов Сибири существовали строгие правила ведения борьбы. Так, удары ногами не допускались. Разрешалось проводить отталкивание ногой в некоторых конных видах борьбы. Причем толчок следовало наносить в бок лошади, что в соответствии с другими приемами помогало выбить противника из седла. Согласно правилам одной из школ, было вполне допустимо фиксировать руки на поясе противника, в другой же это строго воспрещалось. Удары, как в русских кулачных боях, в Азии не применялись.

У многих мусульманских народов – узбеков, татар и др. – распространены не кулачные бои, а виды борьбы, проводившейся в качестве поединка. Такие поединки проходили на специально предназначенной и оборудованной для этого площадке, которая называлась майданчик.

Виды борьбы, распространенные у кавказских народностей, имеют некоторые отличия от азиатских. Например, абсолютно жесткая фиксация рук допускается очень редко. В Грузии и Армении захват руками за пояс производится выше талии, а в Азербайджане – ниже.

У сибирских народов распространены различные виды боевых искусств: борьба, фехтование и конные состязания. Национальной борьбой бурят является бухэ барилдаан («борьба силачей»), у бурятских родоплеменных групп также популярен вид хара моритон («черные всадники»). Последний представляет собой смесь элементов искусства верховой езды и борьбы, а также сражения с применением таких видов оружия, как аркан, кнут, ремень и т. д. Похожие виды единоборств довольно популярны у тувинцев.

Все эти разновидности борьбы в действительности не оказали большого влияния на формирование и развитие самбо. Скорее наоборот, именно благодаря самбо были открыты новые формы национальных видов единоборств.

Боевые искусства Европы

В Средние века в Европе сложились свои традиции и особенности проведения поединков. Их суть заключалась в том, что бой проводился воинами, одетыми в доспехи или латы. В связи с этим кулачный удар не был распространен. Чаще всего противника били ладонью или тыльной стороной руки, защищенной железной перчаткой.

В Европе причина популярности рукопашного поединка заключалась именно в том, что его участники были защищены латами, и противника не так-то просто было поразить с помощью оружия – меча или копья. Популярными были и некоторые бойцовские приемы, например бросок с разворотом. Главными в ходе боя все же оставались удары. Обычно разрешалось наносить их не только руками, но и ногами. Допускались удары в живот и грудь, но преобладающими являлись удары в голову.

Даже несмотря на большую физическую силу, боец, разумеется, не мог проломить кулаком крепкую сталь, которая во многих случаях выдерживала даже удар меча. В связи с этим, для того чтобы одержать победу над противником, требовалось повалить его на землю и провести болевой прием – залом, который оказывал воздействие, как правило, в месте соединения суставных мышц. После этого следовало обезоружить противника и довести его до физического изнеможения. На завершающем этапе поединка противнику наносился удар оружием по стыку латных пластин. Для ведения подобного боя в средневековой Европе существовало около сотни различных приемов. Если участники поединка начинали сражение верхом на лошадях, следовало сорвать с ноги противника стремя, а затем выбить его из седла.

Существовала особая техника сражения без доспехов, с оружием или без него. Например, в ходе боя на мечах участник, оказавшись вплотную к своему противнику, мог первым бросить свой меч на землю и затем стремительным движением выбить оружие из рук противника.

В Средние века в Европе были широко распространены поединки. Среди представителей городской буржуазии наиболее популярной являлась борьба. С 1200 года регулярно проводились турниры, в которых лучшие из лучших демонстрировали свое мастерство.

В европейских странах существовало множество всевозможных систем ведения боя.

Для представителей разных сословий – крестьянского, городского, рыцарского – существовали свои системы. Причем нередко нанесение ударов имело второстепенное значение, а на первое место выходили бойцовские приемы. Исключение составляла лишь Британия, где, напротив, бойцовские приемы служили в качестве дополнения к ударам.

Во всех европейских странах в Средние века нередко происходили дуэли. Они представляли собой ссоры, перераставшие в вооруженные схватки, при этом о соблюдении каких-либо правил не могло быть и речи. Дуэль обычно продолжалась до тех пор, пока один из участников не погибал или не получал серьезных ранений.

Первой страной, в которой удалось искоренить такое явление, как дуэль, стала Англия. Здесь были приняты строгие законы против выяснения отношений подобным образом, и спустя некоторое время дуэли прекратились. Однако вскоре в стране широкую популярность стал приобретать кулачный бой, в дальнейшем названный английским боксом.

Английский бокс

Временем основания английского бокса, впоследствии распространившегося и в других странах, официально назван 1719 год. Однако после этого техника бокса продолжала совершенствоваться примерно в течение ста лет. На начальном этапе развития этого вида борьбы требовалось в ходе боя только наносить и отражать кулачные удары. Правил не существовало, побеждал тот, кто оказывался более выносливым. Таким образом сражались первые боксеры.

Лидером в боксерских поединках данного периода чаще всего выступал Джеймс Фигг. Он стал первым чемпионом по английскому боксу и носил этот титул в течение 15 лет. Фигг также являлся организатором призового ринга и первым преподавателем кулачного боя в своей стране.

Второй этап становления английского бокса можно назвать этапом первых правил. Самым известным боксером этого периода являлся Джонс Браутон, чемпион Англии с 1740 по 1750 год, ставший основоположником современного направления в этом виде спорта. Он был не менее популярен, чем его предшественник Фигг, и к тому же значительно превосходил его в мастерстве.

Браутон предложил свои правила ведения боя: поединки должны были проходить на специальной площадке – ринге.

Джонс Браутон изобрел специальные перчатки для бокса. Однако сначала они применялись только на тренировках. На ринг же спортсмены продолжали выходить с незащищенными руками, что нередко становилось причиной травм.

Весь поединок разделялся на периоды – раунды, но они не были ограничены во времени. Раунд заканчивался после того, как один из участников падал на землю. Каждый матч включал в себя от 30 до 70 раундов. Общая продолжительность матча могла составлять от 20 минут до 4 часов. Однако техника бокса продолжала оставаться очень простой. От участников поединка по-прежнему требовалось не мастерство, а выносливость и сила.

Третий этап принято называть этапом новой школы бокса. Звездой английского бокса в этот период являлся Даниэль Мендоза.

В 1792 году Мендоза был провозглашен очередным чемпионом Англии. Он, в отличие от своих предшественников, имел обширные познания в теории боя и владел его техникой. Кроме того, Мендоза обладал и талантом педагога, благодаря чему смог создать свою школу бокса, которая завоевала большую популярность во Франции.

Однако прославиться Мендозе удалось не сразу. Сначала его техника казалась непривычной для других боксеров и зачастую вызывала у них недоумение. Он обдумывал тактику ведения боя, быстро передвигался по рингу, стремительно наносил удары, и именно это помогло ему провести 32 боя против самых сильных боксеров того времени. В те времена такое количество боев считалось огромным достижением. Многие боксеры тогда могли похвастаться максимум двадцатью боями, в которых им довелось принимать участие. Мендоза оставался чемпионом до 1775 года, после чего все же проиграл в одном из поединков боксеру Джону Джексону.

С триумфа Джона Джексона в истории бокса, по мнению специалистов, началась золотая эра данного вида борьбы. Этот спортсмен стал невероятно популярен, несмотря на то что за все время своей спортивной карьеры провел всего три матча. В третьем из поединков он одержал победу над Мендозой и в течение трех лет оставался абсолютным чемпионом Англии, так как не нашлось ни одного желающего сразиться с ним. Джексон ушел с ринга, так и оставшись непобежденным. Джексон также занимался преподавательской деятельностью. Покинув боксерский ринг, он все же продолжал принимать участие в тренировочных боях, в ходе которых демонстрировал великолепную технику. Кроме того, он также выдвинул предложение о ведении боя в перчатках, но поддержки среди других приверженцев бокса не нашел.

Историки приписывают Джексону изобретение так называемого прямого удара, который стал основой английского бокса.

В 1838 году были приняты правила «Лондонского призового ринга», за основу которых были взяты правила Браутона. Они действовали до тех пор, пока участники поединков выходили на ринг без перчаток.

Одним из наиболее ярких представителей боксерской элиты этого периода являлся Бенджамен Коунт. Во время ведения боев он делал упор на силу и выносливость, не придавая большого значения защите. Тем не менее подобная тактика помогла ему завоевать в 1841 году титул чемпиона Англии, когда он победил Уорда в 35-раундовом поединке.

В конце 1850-х годов самым выдающимся боксером, принимавшим участие в поединках без перчаток, был Том Сойерс. Он начал заниматься боксом с детства и выступал на ринге с 12 лет (с 1849 года). Сойерс провел 16 боев, из которых поражение потерпел только в двух. Ему удалось одолеть многих сильных противников того времени. Чемпионом Англии Сойерс являлся с 1857 по 1860 год.

Кроме того, именно благодаря Сойерсу был организован и проведен первый международный матч. В нем принимали участие сам Соейерс и чемпион Америки Хинэн. Матч длился в течение 42 раундов (2 часов 6 минут) и завершился вничью.

Примерно в этот же период, во второй половине 1850-х годов, в истории бокса появился чемпионский пояс. Им награждали чемпиона, и тот хранил его до своего первого поражения, после чего титул чемпиона и чемпионский пояс переходили к новому победителю. Первый пояс был выполнен из красного бархата и украшен полосками кожи и маленькими серебряными щитами. Его изготовили на средства, собранные любителями бокса по подписке. На серебряных щитах были выгравированы имена чемпионов по боксу.

Самый продолжительный бой без перчаток состоялся в 1855 году между боксерами Смитом и Келли. Они выясняли отношения в течение 6 часов 15 минут. Самый короткий матч длился всего 30 секунд. Он проходил в Северной

Америке. Последний бой без перчаток, датируемый 8 июля 1889 года, состоялся в США. В нем принимали участие боксеры Салливан и Кильрейн.

Началом эры современного бокса принято считать 1867 год, когда были официально приняты правила маркиза Квинсберри. Одним из главных пунктов стало применение специальных боксерских перчаток. Благодаря введению новых правил бокс начал развиваться гораздо быстрее, чем раньше, поскольку повысилась безопасность бойцов и стала совершенствоваться тактика боя. Вторым важным условием, указанным в этих правилах, являлось разделение соперников по весовым категориям.

К концу XIX века начали регулярно проводиться чемпионаты по боксу, на которых оспаривалось звание чемпиона мира, и практически сразу же лидерство завоевала Америка.

В 1882 году первым чемпионом мира был признан американец Джон Салливан. Он одержал ряд побед над спортсменами Америки и Европы. Его манере ведения боя была присуща медлительность движений, но при этом отмечалась огромная сила удара. Нередко боксер завершал матчи, отправляя своих противников в нокаут. Полагают, что именно Салливан изобрел нокаутирующий удар в челюсть. В целом развитие профессионального бокса шло достаточно быстро.

Любительский бокс формировался гораздо медленнее. В программу Олимпийских игр, например, бокс был введен только в 1904 году, чемпионаты Европы стали проводить с 1924 года (раз в два года), в 1974 году прошел первый чемпионат мира по этому виду спорта.

В современном боксе раунд длится три минуты. Любительский матч включает в себя три раунда, матч профессионалов – от 4 до 15 раундов. Любители используют 285-или 228-граммовые перчатки, профессионалы – 228-граммовые, в редких случаях – 171-граммовые.

Французский бокс

Очень часто непрофессионалы путают такие понятия, как французский бокс и саватэ. В действительности же французский бокс как один из видов единоборств окончательно сформировался на основе саватэ примерно в 1830-х годах.

Саватэ было наиболее распространено у представителей преступного мира Парижа, которым нередко приходилось защищать свои интересы с помощью кулаков.

В саватэ для нанесения ударов использовались в основном ноги, применялась низкая защитная стойка, при которой ладони рук были открыты, а сами руки располагались фронтально. Допускались удары в лицо; они наносились не кулаком, а открытой ладонью. Ногами разрешалось наносить удары в голень, колено и пах. Существовала также и техника захватов.

Одним из лучших учителей саватэ был признан Шарль Лекор. Именно он на основе лучших приемов саватэ и некоторых приемов английского бокса разработал технику французского бокса. Прошло десятилетие после официального признания французского бокса, и ученики Лекора достигли такого профессионализма, что не могли найти себе достойных противников, которые согласились бы встретиться с ними в бою. Одним из учеников Лекора являлся аллермонт, ставший впоследствии знаменитым тренером. Во второй половине XIX века отцом и сыном Шарлемон в стране была основана Академия французского бокса. Необходимо отметить, что на современном этапе уровень французского бокса очень высок и не уступает некоторым китайским единоборствам. Техника ведения боя включает в себя:

– боевые удары ногами;

– задние удары ногой;

– очень высокие круговые удары ногами в голову соперника;

– технику подсечек.

Лучшей книгой, в которой описывается история развития и техника французского бокса, считается работа Де Аморика. Она была издана в 1889 году.

Наивысшего мастерства мастера французского бокса достигли в ударах ногами. Вот как описал такие удары Петри Вильяме в своей статье «Физическая культура», опубликованной в 1900 году: «Профессора этого искусства практикуются ежедневно в длинных высоких ударах ногой по воображаемой цели. Их точность бесподобна. Высоким боковым ударом они сбивают пепел с сигары, не задевая при этом огня. Они никогда не теряют равновесия, вес тела находится на задней ноге, в то время как передняя (фронтальная), чуть раскачиваясь, готова к мгновенному удару».

Джон Гиббли в своей книге «Секреты боевых искусств мира», изданной в 1963 году, привел описание своей встречи с мастером французского бокса Фенье: «Он зажег сигарету и предложил мне, сделав несколько затяжек, держать ее в зубах. Пристально взглянув на нее, он резко ударил ногой…

Я сделал затяжку, но… закурить не смог – огня не было! Фенье ударил ногой так, что я даже не ощутил удара».

В начале XX века в связи с экономическими проблемами и военными действиями во Франции традиции французского бокса на некоторое время были забыты. Однако мастерам удалось сохранить часть знаний о технике этого единоборства, и сейчас интерес к нему снова начал расти.

Боевые искусства Китая

Боевые искусства Китая имеют давнюю историю. Они развиваются на протяжении отнюдь не нескольких десятилетий, как, например, самбо, и не два-три столетия, как бокс, а уже более десяти столетий. Некоторые из них популярны во всем мире, о других же мало известно и до сих пор. Одним из видов боевых единоборств Китая является ушу.

Ушу

Под термином «ушу» понимают общее название различных традиционных китайских боевых искусств. Дословно «ушу» переводится как «воинское искусство». В различных источниках встречаются также названия «кун-фу» («кунг-фу») и «китайский бокс», которые являются родственными видами ушу, но распространены в основном в западных странах.

Весь период развития ушу неразрывно связан с изменением политической обстановки в стране. Во времена, когда у власти находились китайские правители, развитие ушу поддерживалось ими и этот вид боевого искусства вводился в качестве обязательной дисциплины в программу обучения солдат китайской армии. Однако довольно длительный период в истории этого государства власть принадлежала иноземцам (монголам и др.), которые стремились к искоренению китайских традиций, в том числе и ушу.

Легенда называет основателем ушу индийского миссионера Бодхидхарму. В VI веке он пришел в Китай и начал проповедовать в монастыре Шаолинь, неподалеку от Лояна. Здесь он создал шаолиньский стиль ушу. Через некоторое время монахи монастыря, используя свое искусство, помогли второму императору династии Тан – Ли Шиминю – вернуть себе трон, а правитель в благодарность за это разрешил им вести подготовку воинов в монастырских стенах.

Начальный уровень системы ушу существовал, по всей видимости, начиная с глубокой древности. Однако до III–IV веков н. э. вся методика ушу представляла собой лишь способ подготовки воинов, так называемое воинское ремесло. Приемы ушу в то время имели вид танцевально-боевых упражнений, а спустя некоторое время превратились в учебную дисциплину, которая преподавалась в специальных учебных заведениях.

Об этом раннем периоде развития ушу сохранились некоторые исторические сведения. Например, известно, что в конце II столетия н. э. все способы воинской подготовки (цзюэди, или борьба; шоубо, или рукопашный бой; техники работы с оружием) были объединены в систему уи. Этот термин был в ходу в течение многих веков и являлся синонимом ушу.

В течение нескольких веков боевое искусство ушу развивалось только в стенах монастыря Шаолинь. Так продолжалось до сунской эпохи (960-1279), когда многие усэны (монахи-бойцы) начали слагать с себя монашеские обязанности и уходить в мир. В то же время в стране отмечались гонения на буддизм. В связи с этим к началу XIII века шаолиньское ушу пришло в упадок.

В 1220-х годах один из монахов Шаолиня по имени Цзюэюань постарался возродить древние традиции ушу, которые считались утраченными. Но в действительности он создал новый стиль, который существует и сегодня.

Однако в связи со сложной политической обстановкой в стране (власть в ней захватили монголы) и преследованиями китайцев традиции ушу здесь не были популярны. Только после того, как к власти вновь пришла китайская династия, это единоборство снова стало развиваться. Во второй половине 1500-х годов генералом Ци Цзигуаном была написана книга «Цзисяо синьшу» («Новая книга записей о достижениях (в военном деле)»). В ней подробно описывались все наиболее популярные системы военной подготовки. Довольно много внимания в этой работе уделялось и ушу. Кроме того, именно Ци Цзигуан ввел обязательное изучение данного единоборства всеми воинами, в том числе и офицерами. Благодаря нововведениям генерала ушу в XVI веке получило широкое распространение в Китае.

Однако это продолжалось сравнительно недолго. В 1644 году император династии Мин был свергнут и к власти пришла маньчжурская династия Цин, а через некоторое время ушу из категории легальных боевых искусств перешло в разряд тайных. Императоры династии Цин правили страной до 1911 года, и все это время изучать различные стили ушу можно было только в специально созданных тайных обществах.

В XVI веке прибрежные земли Китая стали подвергаться нападениям японских пиратов. Ци Цзигуану было приказано «покарать бандитов и оберечь народ». Однако войска на побережьях были малочисленны, и пираты-самураи легко побеждали их. Местные отряды самообороны также не могли противостоять японцам. В связи с этим Ци Цзигуан принял решение привлечь в военные отряды бойцов ушу, благодаря чему японцы были очень скоро побеждены.

В XIX веке в стране часто происходили народные восстания (восстание «восьми триграмм», «опиумные войны», война тайпинов, боксерское восстание). Многие из них были организованы различными тайными обществами, в том числе и Центром изучения ушу. Однако повстанцам не удавалось поколебать власть иноземной династии Цин, а в ходе одного из восстаний Центр изучения ушу был окончательно разгромлен и многие мастера ушу погибли. Однако традиции этого вида боевых искусств все же не были утрачены полностью, и спустя несколько десятилетий деятельность Центра изучения ушу возобновилась.

В 1909 году мастер стиля мицзунцюань Хо Юаньцзя основал в Шанхае академию боевых искусств под названием Ассоциация Цзиньу, в которой преподавалась техника ушу. В академию приглашались ведущие мастера различных традиционных стилей и направлений боевых искусств. Были разработана классификация ушу и специальные программы для массового обучения этому искусству. Через год после открытия Ассоциации Цзиньу в Шанхае прошли первые показательные выступления. Воспитанники демонстрировали зрителям парные комплексы и принимали участие в поединках.

К 1917 году филиалы Ассоциации Цзи-ньу появились в городах Гуанчжоу, Ухань, Цзянси и др. Еще через четыре года были открыты отделения по обучению ушу в Гонконге и некоторых странах Юго-Восточной Азии – Вьетнаме, Малайзии, Сингапуре,

Филиппинах и пр. К концу 1920-х годов в Азии существовало уже 42 филиала Ассоциации Цзиньу.

В 1928 году с целью «консолидировать боевые искусства Китая, собрав вместе великих мастеров», в стране был основан Центральный институт гошу (ушу). Его ректором назначили генерала Чжжан Чжицзяна, поклонника ушу и сторонника введения этого единоборства в армии.

Первоначально в институте были созданы Шаолиньский и Уданский факультеты, но их представители сразу же начали враждовать друг с другом. В том же 1928 году произошла дуэль между сотрудниками обоих факультетов, после чего разделение было упразднено. В начале 1930-х годов отделения Центрального института гошу открылись во многих провинциях страны.

В первые годы своего существования институт не получал достаточного финансирования, но вскоре этот вопрос решился довольно оригинальным способом. Сборная мастеров ушу отправилась на гастроли по странам Юго-Восточной Азии, где проходили показательные выступления. Одновременно был объявлен сбор благотворительных средств на развитие традиций гошу.

В первой половине XX века правители и высокопоставленные чиновники Китая всячески оказывали содействие развитию ушу. В частности, Сунь Ятсен был членом тайного общества, в котором изучал боевые искусства; генералиссимус Чан Кайши активно поддерживал проведение соревнований по ушу и лично присутствовал на них.

В 1936 году команда института принимала участие в показательном выступлении на XI Олимпиаде в Берлине.

Однако в 1937 году, когда началась Японо-китайская война и последовавшая за ней Вторая мировая, деятельность института временно прекратилась. Ректор отправился на фронт, где принял командование одним из участков боевых действий, а после наступления японцев сотрудники института были эвакуированы. Они некоторое время работали в Бэйпэе, затем в Чунцине, Чанша, Гуйлине и Куньмине. Однако частые переезды препятствовали нормальной организации занятий, финансирование прервалось, многие студенты покинули институт и ушли на фронт.

Конец ознакомительного фрагмента.

Купить: https://tellnovel.com/kollektiv-avtorov_/samooborona-priemy-real-noy-ulichnoy-draki

надано
Прочитайте цю книгу цілком, купивши повну легальну версію: Купити