



ЛИЧНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

Электронный учебный курс

УДК 159.9
ББК 88.53
М 36

Рецензент: Калашников А.Ф. – доктор педагогических наук, профессор кафедры теории и методики физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО «ОГУ имени И.С. Тургенева»

М 36 Махов С.Ю.

Личная безопасность [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / С. Ю. Махов – Электрон. текстовые данные. – Орел: МАБИВ, 2020. – 173 с.

Личная безопасность представляет собой жизненную стратегию самообеспечения безопасности человека в любых опасных и чрезвычайных ситуациях. Стратегия личной безопасности заключается в возможности быть готовым к любым опасностям и неожиданностям, победы над собой (страх, усталость, неуверенность, голод, холод), мобилизации внутренних сил на преодоление внешних обстоятельств и выполнение необходимых задач, будь то автономное существование в природной среде, самооборона от преступного нападения, сохранение здоровья, безопасное поведение в социуме, преодоление психологического кризиса.

Предназначено для инструкторов, тренеров, педагогов дополнительного образования, специалистов в области личной безопасности и самообороны.

© С.Ю. Махов, 2020

© Межрегиональная Академия безопасности и выживания, 2020

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

РАЗДЕЛ 1. Философия выживания

Тема 1. Борьба за выживание

Тема 2. Целостность личности

Тема 3. Преодоление страха

Тема 4. Личная ответственность

Тема 5. Присутствие во всем

Тема 6. Философия Воина

РАЗДЕЛ 2. Теория личной безопасности

Тема 7. Сущность личной безопасности

Тема 8. Стратегии обеспечения личной безопасности

Тема 9. Алгоритмы взаимодействия с агрессивным нападением

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

ВИДЕО

КОНТРОЛЬНЫЙ ТЕСТ

АВТОР

ВВЕДЕНИЕ



В реальной жизни практически каждый человек хотя бы раз сталкивался с проявлением агрессии по отношению к себе, но большинство людей очень мало делают для того, чтобы защитить себя от преступного посягательства. Наше общество, наиболее пренебрежительно относится к проблеме личной безопасности граждан. Гарантированно защищенным от преступного посягательства не может быть ни один человек.

Преступники не делают скидку ни на возраст, ни на пол, ни на социальный статус. Их не останавливает ни известность человека, ни угроза последующего наказания.

Жертвой преступлений может оказаться каждый!

Стратегия личной безопасности представляет собой цель и общее направление действий человека по обеспечению собственной безопасности от преступных посягательств.

Только формирование стратегии личной безопасности, согласно индивидуальным особенностям человека, может обеспечить безопасность и выживание в любой опасной ситуации.

Необходимость в безопасности была и есть актуальна во все времена. Человек живёт в условиях, где опасность для него слишком велика, особенно когда инстинкт самосохранения приглушён ложной иллюзией безопасности созданной мифом о цивилизованности общества.

Поэтому человек желающий обезопасить себя и своих родных должен владеть навыками штурмового боя ГРОМ, обеспечивающего личную безопасность в любой экстремальной ситуации.



Штурмовой бой ГРОМ (Готовность-Решительность-Отвага-Мужество) – это не спорт и не бойцовское шоу, а жизненная необходимость в обеспечении личной безопасности человека при агрессивном нападении.

Штурмовой бой ГРОМ (Storm Fight System – SFS) наиболее практичная, эффективная и боеспособная система личной безопасности, преподаваемая в России. Здесь нет секретных приемов и боевой магии, есть ЗНАНИЯ, ПРАКТИКА, ОПЫТ.

Штурмовой бой ГРОМ представляет собой эффективную технологию обеспечения личной безопасности человека в подавлении любых форм агрессивного нападения за короткое время всеми доступными средствами.



Штурмовой бой ГРОМ представляет собой эффективную технологию обеспечения личной безопасности человека в подавлении любых форм агрессивного нападения за короткое время всеми доступными средствами.

Штурмовой бой ГРОМ – активное наступательное подавление боеспособности противника независимо от его физических данных и степени боевой подготовки. Штурмовой бой ГРОМ наиболее применим в условиях уличной драки, а также в ситуациях, требующих принятия единственно правильных решений. Не имеет существенного значения, занимался человек единоборствами или нет, сильный он или слабый, вооружен или безоружен. Обучение штурмовому бою ГРОМ не потребует много времени и специально оборудованного зала, а высоких результатов вы добьетесь даже при минимальных усилиях. Занятия по штурмовому бою ГРОМ научат вас адекватному реагированию в опасных ситуациях, и даже если вы только познакомитесь с ней, это уже вооружит вас!

Штурмовой бой ГРОМ
необходима в первую очередь
для тех, кто чувствует
потребность в самозащите и
понимает, что рассчитывать
можно только на самого себя,
что на улице помощи может не
быть или она придет слишком
поздно!

Штурмовой бой ГРОМ –
оружие, которое нельзя отнять
или потерять, оно всегда с
тобой!



РАЗДЕЛ 1. ФИЛОСОФИЯ ВЫЖИВАНИЯ



Тема 1. Борьба за выживание

Мужество – это не врожденное качество, а постоянно приобретаемое чувство уверенности, силы и свободы. Быть мужественным человеком, значит следовать до конца своим убеждениям, долгу и чести. (С. Махов)

Настоящее время характеризуется разгульным бандитизмом, чудовищным развратом, ненавистью к благополучию соседа, неумным пьянством и обжорством, обнищанием духовности и разложением морали, глупостью и бездарностью. Все это убивает в нас Человека, и все более превращает в животных. И нам будет стыдно смотреть в глаза нашим детям, женам, родителям. Мы должны найти в себе силы встать с колен в полный рост и прямо посмотреть в глаза действительности.