

<<警察技能实训教程>>

图书基本信息

书名：<<警察技能实训教程>>

13位ISBN编号：9787309081435

10位ISBN编号：7309081439

出版时间：2011-6

出版时间：复旦大学

作者：苗伟明

页数：279

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<警察技能实训教程>>

内容概要

警察技能是警察必须具备的基本素质，熟练掌握警察技能是警察完成各项执勤任务的基本条件。

《警察技能实训教程》是华东政法大学专业教师与上海市公安边防总队武警官兵多年合作探索的结晶，是华东政法大学公安类专业本科学生实践教学改革项目（“学生专业技能培养的实践创新”）的主要成果，也是专为高校培养公安类专业本科学生警察技能的实践教学教材。

由苗伟明等编著的《警察技能实训教程》图文并茂、生动直观，以简单易学、简明易行、循序渐进、注重实战为特色，以适应现代警务实战需要为重点，由“基本知识”、“基础训练”、“专项训练”、“技术动作训练”等四人部分组成。

内容涉及“警察基本知识”、“警察体能原理及训练”、“擒敌与格斗技术训练”、“控制与解脱技术训练”、“搜身与带离技术训练”、“警械原理及使用技术训练”、“枪械原理及使用技术训练”、“手势联络及训练”等八个方面，基本涵盖了现代警务实战所需的各项技能。

<<警察技能实训教程>>

作者简介

苗伟明，男，1960年1月生，上海人。

1983年毕业于复旦大学分校，获法学学士学位；2003年毕业于美国檀香山大学，获工商管理硕士学位。

现为华东政法大学副教授、硕士生导师。

致力于犯罪学、刑事可法、安全管理、行为科学研究多年。

<<警察技能实训教程>>

书籍目录

前言

警察知识篇

第一章 警察的概念和本质

第一节 警察的词义演变及科学概念

- 一、中国“警察”的词义及演变
- 二、西方“警察”的词义及演变
- 三、“警察”与“公安”的关系
- 四、“警察”概念的综合涵义

第二节 警察的本质属性和基本特征

- 一、警察的本质属性
- 二、警察的基本特征

第三节 警察的基本职能和基本手段

- 一、警察的基本职能
- 二、警察的基本手段

第二章 警察的产生及历史形态

第一节 警察的产生

- 一、警察是一个历史范畴
- 二、警察产生的条件

第二节 警察的历史形态

- 一、古代警察
- 二、近代警察
- 三、现代警察

第三章 中国警察的产生和历史演变

第一节 中国的古代警察和近代警察

- 一、中国古代警察的产生和发展
- 二、中国近代警察的产生和发展

第二节 中国人民警察事业的形成和发展

- 一、中国人民警察的含义
- 二、新中国成立前后的人民警察事业

第四章 中国人民警察的本质

第一节 中国人民警察的本质属性

- 一、人民警察是人民民主专政的重要工具
- 二、人民警察是国家治安行政管理和刑事司法力量
- 三、人民警察具有武装性质

第二节 中国人民警察的基本职能和宗旨

- 一、人民警察的基本职能
- 二、人民警察的宗旨

警察体能篇

第五章 警察体能训练的基本知识

第一节 体能和警察体能概述

- 一、体能
- 二、警察体能

第二节 警察体能训练概述

- 一、警察体能训练的概念、目的和意义
- 二、警察体能训练的要求和原则

<<警察技能实训教程>>

第三节 体能训练中人体生理机能的变化规律

- 一、机能动员阶段
- 二、稳定工作阶段
- 三、疲劳阶段
- 四、恢复阶段

第六章 科学化警察体能训练的措施和方法

第一节 科学化警察体能训练的基本措施

- 一、“上下搭配”的训练措施
- 二、“前后搭配”的训练措施
- 三、“伸屈搭配”的训练措施
- 四、“内外搭配”的训练措施

第二节 科学化警察体能训练的基本方法——间歇训练法

- 一、间歇训练法的概念、目的和原理
- 二、间歇训练法的具体应用

第七章 警察体能训练的组织与实施

第一节 警察体能训练的训前准备

擒敌技术篇
控制解脱篇
搜身带离篇
警械使用篇
枪械使用篇
手势联络篇
附录

<<警察技能实训教程>>

章节摘录

版权页：插图：（一）精神压力过大所谓精神压力，就是射手对预期命中目标的期望和害怕脱靶的顾虑两者交错作用而形成的一种情绪重负状态。

在这种状态下，会使射手焦虑不安，精神紧张，神经过度兴奋，呼吸急促，血压上升，肌肉紧张。

一旦这种压力状态过长，体内环境的平衡稳定状态就会遭到破坏，导致思维紊乱、反应迟钝、精力分散、知觉度低、动作不灵活或健忘等。

造成射手精神压力的原因：一是考核的重要性；二是领导、教员等对成绩的渴求；三是对考核成绩和名次过高的期望；四是射手的性格及神经类型属于急躁、神经过敏、情绪不稳定、易受干扰等。

对于技巧性很强，要求动作感觉极其细腻的静力性射击项目来说，在沉重的精神压力状态下，由于紧张的心情、过快的心跳、急促的呼吸、紧张颤抖的肌肉和僵硬而不协调的动作，就会使据枪姿势的平衡和稳固性受到破坏，造成射击姿势难以稳固，枪的晃动量增大且无规律，运枪也不均匀，导致瞄准线在瞄准点附近区域内相对稳定的时机和时间就少和短，其完成击发的时间就少，每发射一发子弹所需的动作过程时间就长，而射击条件规定目标出现的时间是30秒，这样射手在原有的精神压力下又会背上新的压力：一是枪不稳击发也打不中和不击发又打不出去的恐惧矛盾压力；再就是不击发就不能在规定的时间内完成射击的时间紧迫压力。

在几种精神压力的交错作用下，紧张的心情就加剧。

随着射击规定时间迫近，要么是因姿势不稳捕捉瞄准点抢时抢扣，要么是因食指疲劳、僵硬和不灵活而有意识地加力扣压。

由于抢时抢扣和用力过大，从而形成猛扣扳机。

<<警察技能实训教程>>

编辑推荐

《警察技能实训教程》：警察体能，擒敌技术，控制解脱，搜身带离，警械使用，枪械使用，手势联络。

<<警察技能实训教程>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>