



المملكة العربية السعودية
وزارة الداخلية
الأمن العام - شؤون التدريب

مَدِينَةُ تَدْرِيبِ الْأَمْنِ الْعَامِ بِمَنْطِقَةِ الْقَصِيمِ

دليل مهارات الاشتباك والسيطرة
بمدينة تدريب الأمن العام بمنطقة القصيم

١٤٤٦ هـ / ٢٠٢٤ م





المملكة العربية السعودية
وزارة الداخلية
الأمن العام / شؤون التدريب
مدينة تدريب الأمن العام بمنطقة القصيم

دليل مهارات الاشتباك والسيطرة بمدينة تدريب الأمن العام بمنطقة القصيم

الإعداد

عقيد / عبدالمجيد بن عبدالله الخضر
ملازم أول / فيصل بن علي أبا الخيل
رقيب أول / بندر بن سليمان الخراز

المتابعة والتصميم

عقيد / أمجد بن عبدالعزيز الدعيج

الأشراف

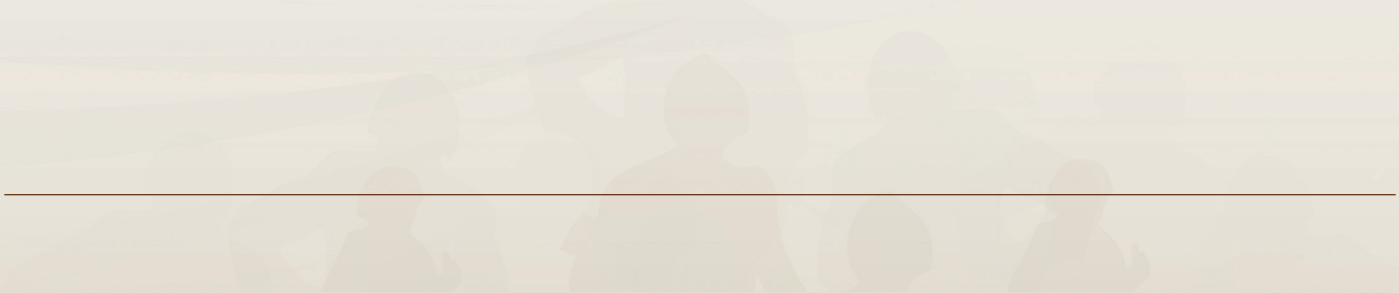
عقيد . ركن / عبدالله بن جهجاه العتيبي
قائد مدينة تدريب الأمن العام بمنطقة القصيم

دائرة القصيم

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



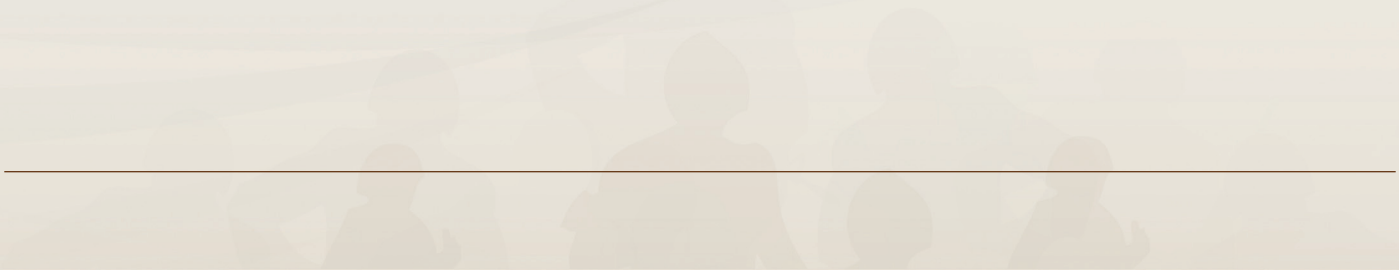
ناصر الفايض





المحتوى

(٧) المقدمة
(٨) تعريف الاشتباك و السيطرة
(٨) أهداف البرنامج
(٩) قواعد السلامة العامة
(١٠) مدخل للسيطرة
(١١) مهارات الاشتباك والسيطرة
(١٢) آلية تنفيذ البرنامج
(١٧) الخاتمة





دار الفقيه

المقدمة

الحمد لله رب العالمين , والصلاة والسلام على خير المرسلين وبعد

الاشتباك والسيطرة تعد من المهارات الفنية المهنية التي لا بد من أن يتمتع بمهاراتها جميع رجال الأمن لما لأهميتها أثناء أداء أعمالهم بالميادين ومواجهة الجمهور وتنفيذ التوجيهات بالقبض على المتهمين في حينه .

ففي حال تمكن المتدرب من تعلم المهارات الأساسية بتمعن فسيجد بنفسه التحول الكبير في أداء مهام عمله وسرعة تنفيذ البلاغات والقبض على المتهمين دون الإضرار بنفسه أو بغيره .

ومن هذا المبدأ تم تحديد الأسس والأولويات في التعلم بالصالات الرياضية الخاصة بمدينة تدريب الأمن العام بمنطقة القصيم من قبل المدربين المختصين .

والهدف هو نقل المعلومة الصحيحة والسليمة للمتدربين على أكمل وجه ومعرفتهم بالطرق والأساليب التي يجب عليهم التمكن منها لدفع أي ضرر قد يتعرض له الشخص (لا قدر الله) حال احتياجه.

والله الموفق .



تعريف الاشتباك والسيطرة :

التمكن من الخصم بالسيطرة الكاملة على حركته لمنع مقاومته واقتياده بعد ذلك .

أهداف البرنامج :

- تأهيل المتدربين على مهارات الهجوم والدفاع عن النفس بغرض السيطرة بالأيدي وفق برنامج الدورة بدون استخدام السلاح .
- اكتساب المتدربين مجموعة من المهارات القتالية التي تمكنهم من مواجهة خصم أو أكثر ومقاتلته والتغلب عليه.
- الحصول على الخبرة الكافية من أجل توظيفها في العمل .
- إلمام المتدرب بمبادئ القتال يرفع شعوره بالشجاعة والثقة بالنفس .
- تعلم نتائج ضرب الخصم في نقاط الضعف وتأثيرها .

تذكر دائماً :

أن المهارة الأساسية للاشتباك والسيطرة تحتاج إلى :
(السرعة – القدرة – التوافق العضلي – سرعة رد الفعل – الرشاقة – الدقة)

نصائح مهمة للمتدرب ...

- حافظ على الهدوء التام أثناء الشرح .
- عدم استخدام القوة المفرطة أثناء تطبيق الحركات بينك وبين زميلك أو مع المدرب .
- التزم بتعليمات المدرب المتخصص بالمجال وذلك لتلافي حدوث الإصابات .

قواعد السلامة العامة :

اولاً : فيما يخص المدرب :

- أ) عدم وجود أجسام صلبة داخل حيز الشرح أو التطبيق.
- ب) الحضور باللبس الرياضي .
- ج) عدم ارتداء الساعة والخاتم وأي شيء من شأنه إحداث أي أذى .

ثانياً : فيما يخص المتدرب :

- أ) عدم ارتداء الساعة والخاتم وأي شيء من شأنه إحداث أي أذى .
- ب) الحضور باللباس المناسب للتدريب والتأكد من عدم وجود أجسام صلبة أو حادة فيه .



مدخل للسيطرة :

شرح عام لمدخل فنون القتال العسكري والمهارات التي يتدرب عليها ضمن البرنامج التدريبي المعد لذلك ، وأن النقطة المهمة هي المحافظة على سلامتك أولاً كمدرّب من خلال اتباع قواعد السلامة العامة والحرص على تنفيذها من قبل المتدربين ، ومن أهم الأسس التدريبية هي رفع المستوى اللياقى والبدني للمدرّب والمتدرب ليكون الجسم قادر على تنفيذ الحركات القتالية ، وعليه يكون بعد تعلم الحركات المهارية الفنية ألا يقوم المتدرب باستعراض عضلاته أمام أي شخصاً آخر إلا من صرح له بالاشتباك معه والقبض عليه ، وأن الهدف الأول والأهم من تعليمه هذه الحركات ليس إلا لسرعة تنفيذ عملية القبض على المتهم بأسرع وقت ممكن .

يجب على المدرّب اتباع الخطوات التدريبية المهمة وهي كالآتي :

- التعريف بنفسك أولاً .
- عدم التعالي والتباهي بقدراتك الشخصية.
- قبل البدء بالشرح النظري والتطبيق العملي يجب على المدرّب نشر المتدربين بشكل مربع ناقص ضلع أو نصف دائرة وعلى ألا يكون أحدهم خلف المدرّب أثناء الشرح والتأكد من أن الجميع بموقع يسمح لهم رؤية الحركة بالشكل الصحيح (الشكل ١).
- ضبط النفس وإبداء الابتسامه للمتدربين وتعليمهم التعليم الصحيح والسليم .
- خلق الحوارات وتمكين الآخرين من الاستماع والنقاش في الحوار .
- توزيع المجموعات وخلق المنافسة للوصول للهدف المرجو .
- سؤال المتدربين عن طبيعة عملهم ومن خلال ذلك يتم تقديم شرح للحالات التي قد تواجههم في شتى أماكن أعمالهم (مركز ضبط أمني ، مركز شرطة ، دورية ميدانية ، حراسات) .
- إثارة الدوافع والخوافز .
- استخدام المتدربين في نشر ثقافة القتال بين زملائهم من خلال الحديث عن برنامج الدورة وشرح بعض الحركات لهم في العمل .



الشكل (١)

مهارات الاشتباك والسيطرة (الشكل ٢-٣):

- مهارات التخلص من المسك الأمامي بالأيدي والسيطرة على الخصم .
- مهارات التخلص من المسك الخلفي والسيطرة على الخصم.
- مهارات الهجوم والسيطرة بالأيدي على الوجه من الأمام.
- مهارات الهجوم والسيطرة بالأيدي على الصدر من الأمام.
- مهارات صد الهجوم بالعصا.

(الشكل ٣)



(الشكل ٢)



آلية التدريب والبرنامج المنفذ :

وتنقسم آلية التدريب في تنفيذ البرنامج التدريبي إلى ٣ مراحل أثناء أداء الحصص التعليمية (٣ ساعات تدريبية باليوم - ٤ حصص) وهي كالآتي :

المرحلة الأولى: بداية تنفيذ البرنامج اليومي:

تمارين رياضية للإحماء ورفع المعدل اللياقي والمرونة العضلية خلال مدة أقصاها ساعة ونصف (حصتين تعليمية).

المرحلة الثانية: أثناء تنفيذ البرنامج اليومي :

شرح نظري للمهارات الفنية ولل فنون القتالية خلال مدة أقصاها ٤٥ دقيقة (حصة تعليمية واحدة).

المرحلة الثالثة: نهاية تنفيذ البرنامج اليومي :

تطبيق عملي للمهارات الفنية ولل فنون القتالية التي تم تعلمها وذلك خلال مدة أقصاها ٤٥ دقيقة (حصة تعليمية واحدة).

وهنا نعرض نموذج لجدول توضيحي لتنفيذ البرنامج :

اليوم	الحصة الأولى	الحصة الثانية	الحصة الثالثة	الحصة الرابعة
الأحد	تمارين رياضية	تمارين قوة تحمل	تدريب نظري	تطبيق عملي
الاثنين	تمارين رياضية	تمارين قوة تحمل	تدريب نظري	تطبيق عملي
الثلاثاء	تمارين رياضية	تمارين قوة تحمل	تدريب نظري	تطبيق عملي
الإربعاء	تمارين رياضية	تمارين قوة تحمل	تدريب نظري	تطبيق عملي
الخميس	تمارين رياضية	تمارين قوة تحمل	تدريب نظري	تطبيق عملي

ملاحظة : يتم التحكم بآلية تنفيذ البرنامج حسب مدة انعقاده وعليه يتم توزيع الشروحات والتمارين على إثره .

تعليمات هامة :

- احرص على التمارين الرياضية ورفع المعدل اللياقي البدني وتقليل الجهد للمتدرب وذلك منعاً لحدوث الإصابات مستقبلاً .
- لكل سؤال إجابة فلا تتردد بالبحث عن الإجابات وسماع أسئلة المتدربين التي تفتح آفاق أكبر للتعلم العميق وتطوير المهارات الشخصية دائماً.





الخاتمة

في نهاية البرنامج نتعلم أن كل فرد لا بد أن يكون دائم الجاهزية ومستعد للاشتباك والتخلص والسيطرة على خصمه في أي وقت ، فإن القليل من الجهد بالتدريب يوفر الكثير من الوقت أثناء تأدية المهمة المكلف بها ويحافظ على سلامتك الشخصية وسلامة غيرك أثناء أدائها .

وفي الوقت نفسه تكتسب الميزة الأسمى للسيطرة على خصمك والقبض عليه بأقل جهد وإيجاد الحلول السريعة لأي طارئ أثناء العمل لا قدر الله

وقد تم إعداد هذا الدليل الإرشادي لمهارات الاشتباك والسيطرة بمدينة تدريب الأمن العام بمنطقة القصيم ليكون مساعداً للمدرب في تنفيذ مهامه ومرشداً له .

(وعليه الاستزاده من الحقيبة التدريبية)

والله الموفق .





مَدِينَةُ تَدْرِيبِ الْأَمْنِ الْعَامِّ بِمَنْطِقَةِ الْقَصِيمِ



