



Liberté · Égalité · Fraternité

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

MINISTÈRE DE L'INTÉRIEUR,  
ET DE L'AMÉNAGEMENT DU TERRITOIRE

# EXAMEN PROFESSIONNEL BRIGADIER - CHEF DE POLICE UNITÉ DE VALEUR N° 1

---

## ACTIVITÉS PHYSIQUES ET PROFESSIONNELLES

---

PARCOURS PROFESSIONNEL

TOME 6

TECHNIQUES DE DÉFENSE ET D'INTERPELLATION

**ÉDITION : 2007**

---

DIRECTION GÉNÉRALE DE LA POLICE NATIONALE  
DIRECTION DE LA FORMATION DE LA POLICE NATIONALE  
SOUS-DIRECTION DES ENSEIGNEMENTS  
BUREAU DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET PROFESSIONNELLES



---

## AVERTISSEMENT

---

Ce fascicule a été conçu et réalisé par le bureau des activités physiques et professionnelles de la Direction de la Formation de la Police Nationale

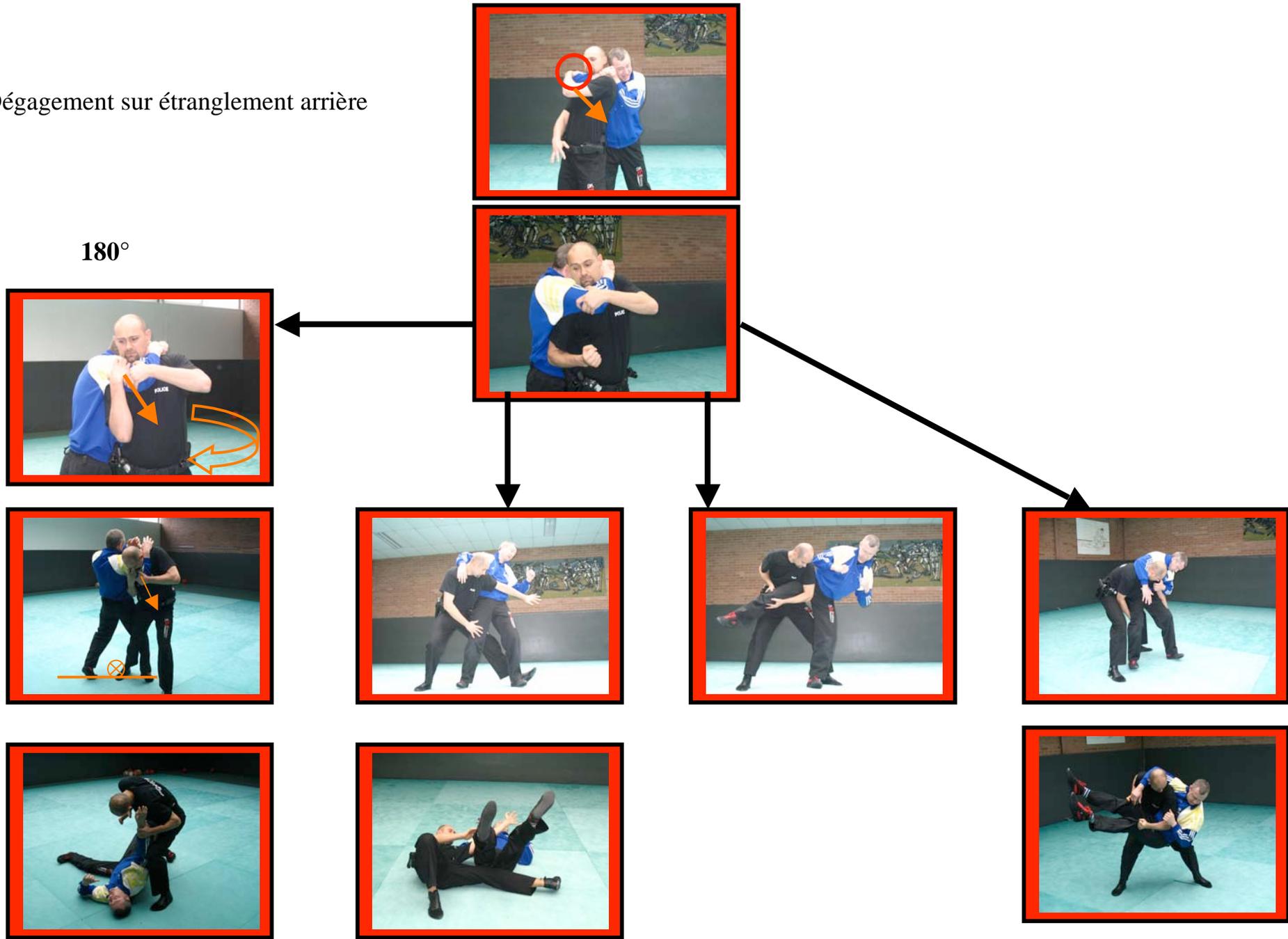
Il est destiné à la préparation de l'examen professionnel pour l'accès au grade de brigadier chef de police

Vous pouvez obtenir des renseignements complémentaires sur le site intranet de la DFPN dans l'espace « forum », rubrique brigadier chef ou en vous adressant à la délégation régionale au recrutement et à la formation

**A – Techniques de défense et d'interpellation**

1. Dégagements sur étranglement arrière
2. Dégagements par plonger du bras
3. Dégagements sur saisie
4. Désarmements par enroulement
5. Coups frappés
6. Esquives
7. Défenses sur attaques bâton
8. Défenses sur attaques armes de perforation
9. Maîtrise d'individus
  - 9.1. Clé de bras
  - 9.2. Etranglement arrière
  - 9.3. Ramassement de jambes

1. Dégagement sur étranglement arrière



## 1° - LE PLONGER DU BRAS

Si, par suite d'une erreur d'appréciation des distances ou de l'impossibilité d'avoir pu utiliser une esquivé, le policier s'est fait saisir par le vêtement, il est nécessaire d'employer une technique de riposte pour se dégager.



La situation la plus courante est la prise de face par une main au niveau du haut du buste.



Pour se libérer de cette posture, effectuer, après élévation, un mouvement plongeant du bras.



Prolonger le mouvement en diagonale vers la jambe arrière suivi d'un coup frappé adapté.

### FAUTE A EVITER

- Prise de garde inversée car, dans ce cas, le mouvement plongeant est bloqué sur la jambe avant.

### CONSEQUENCES

- Inefficacité du dégagement.

# DEGAGEMENT SUR SAISIES AU REVERS A LA MANCHE A L'EPAULE

## DEGAGEMENT PAR PLONGEE DU BRAS



LES TROIS PHASES  
DU DEGAGEMENT  
PAR PLOGEE  
DU BRAS



DETAIL :



# DEFENSE SUR CEINTURE ARRIERE

PAR RAMASSEMENT DE JAMBE



OU





Opportunité d'une jambe entre celles du policier





**CEINTURE BRAS PRIS**



**Les bras du policier sont dessous**



# **DEFENSE SUR CEINTURE DE FACE**



**CEINTURE BRAS LIBRE**



**Les bras du policier sont dessus**



# DEFENSE SUR COLLIER DE COTE



# DEFENSE SUR COLLIER DE FACE

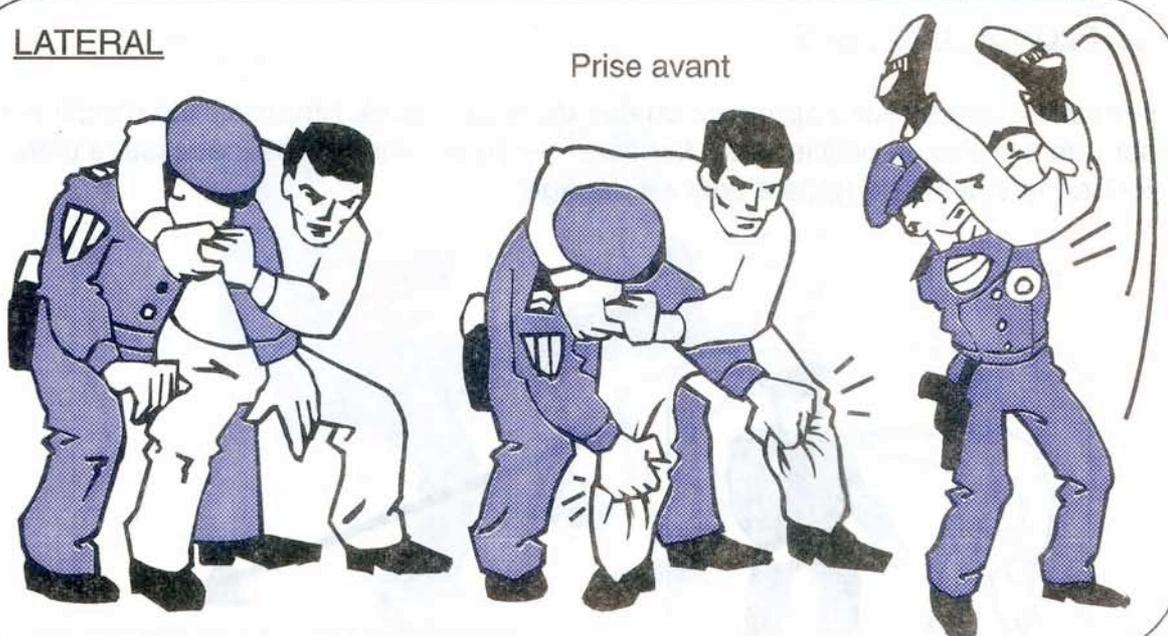


CONTROLE DE TETE



## 2° - LE RAMASSEMENT DE JAMBES

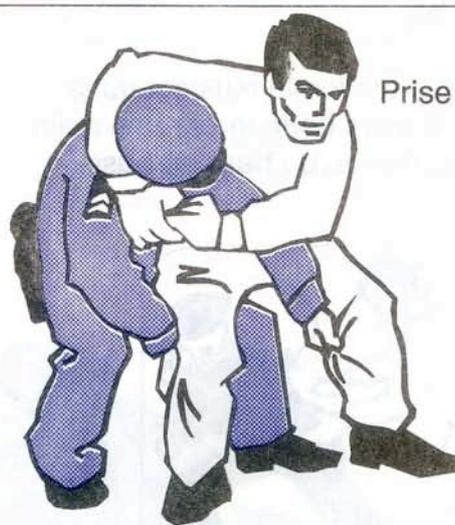
### LATERAL



### Prise arrière



### Prise mixte



### ARRIERE



**Attaque de haut en bas  
Bâton long ou lourd tenu à deux mains**



**Attaque circulaire  
Bâton long ou lourd tenu à deux mains**



**Attaque circulaire ligne basse oblique  
remontant  
Bâton tenu à deux mains.**



**Attaque de haut en bas  
Bâton tenu à une main.**



**Attaque circulaire  
Bâton tenu à une main**



**Attaque circulaire oblique  
Bâton tenu à une main**



## Attaque circulaire oblique



## Attaque revers



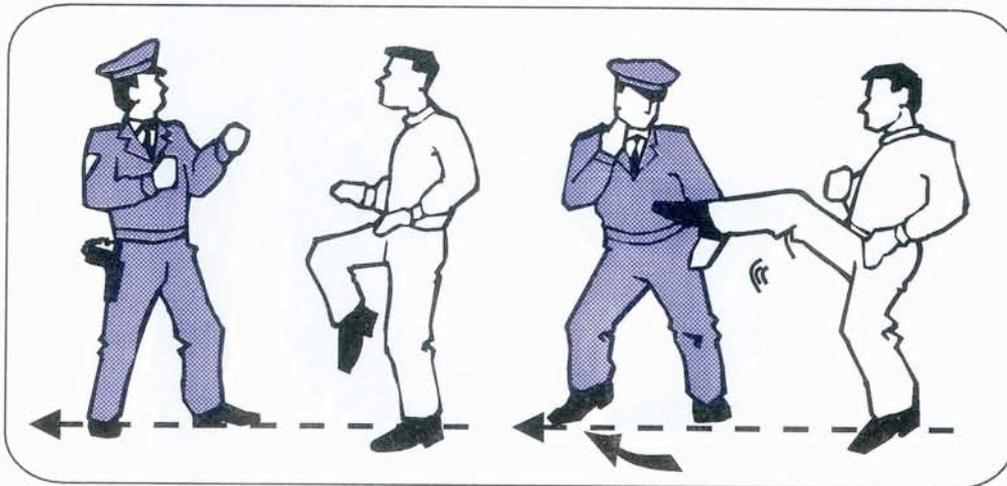
## Attaque revers médian



L'esquive est l'effacement de tout ou partie du corps afin de se soustraire à une attaque, de près ou à distance, avec ou sans objet tenu ou projeté. Le fonctionnaire de police choisit l'esquive la mieux appropriée.

### L'ESQUIVE TOTALE

C'est l'effacement du corps par un déplacement latéral d'un ou des deux appuis, qui peut également s'effectuer obliquement en avant ou en arrière.



ESQUIVE LATÉRALE



Le fonctionnaire de police  
a toujours la jambe  
à l'arrière côté arme

ESQUIVE ARRIÈRE

Dans certaines situations une esquive partielle peut s'avérer utile.

### L'ESQUIVE PARTIELLE

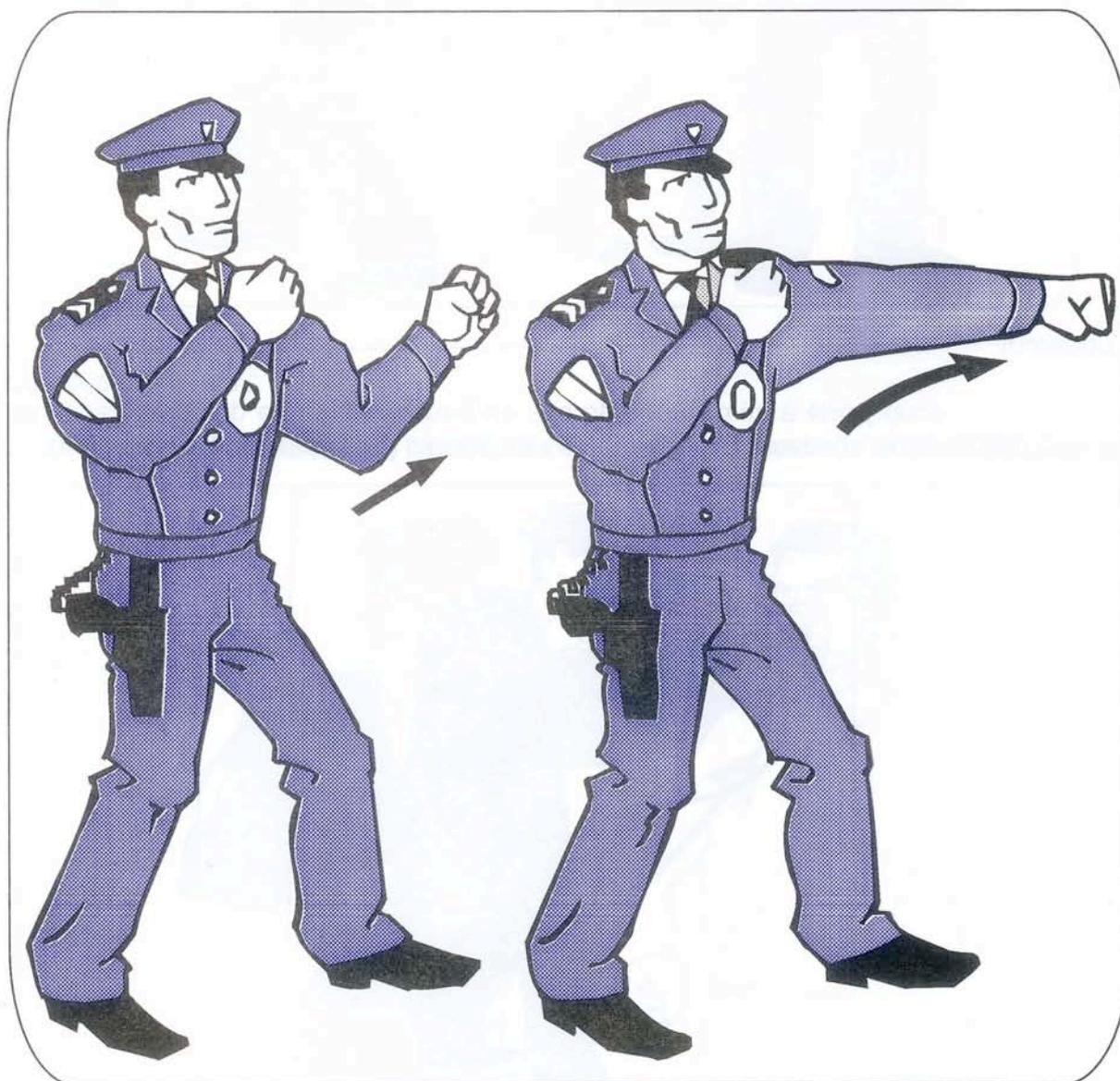
C'est l'effacement de la partie du corps menacé, sans déplacement des appuis : vers la gauche, la droite, vers l'avant (gauche et droite) ou vers l'arrière.

Les coups frappés peuvent occasionner des lésions graves. Aussi, convient-il d'utiliser ces techniques uniquement en cas de nécessité.

## 1° - LES COUPS FRAPPES AVEC LES MEMBRES SUPERIEURS ET AVEC LA TETE

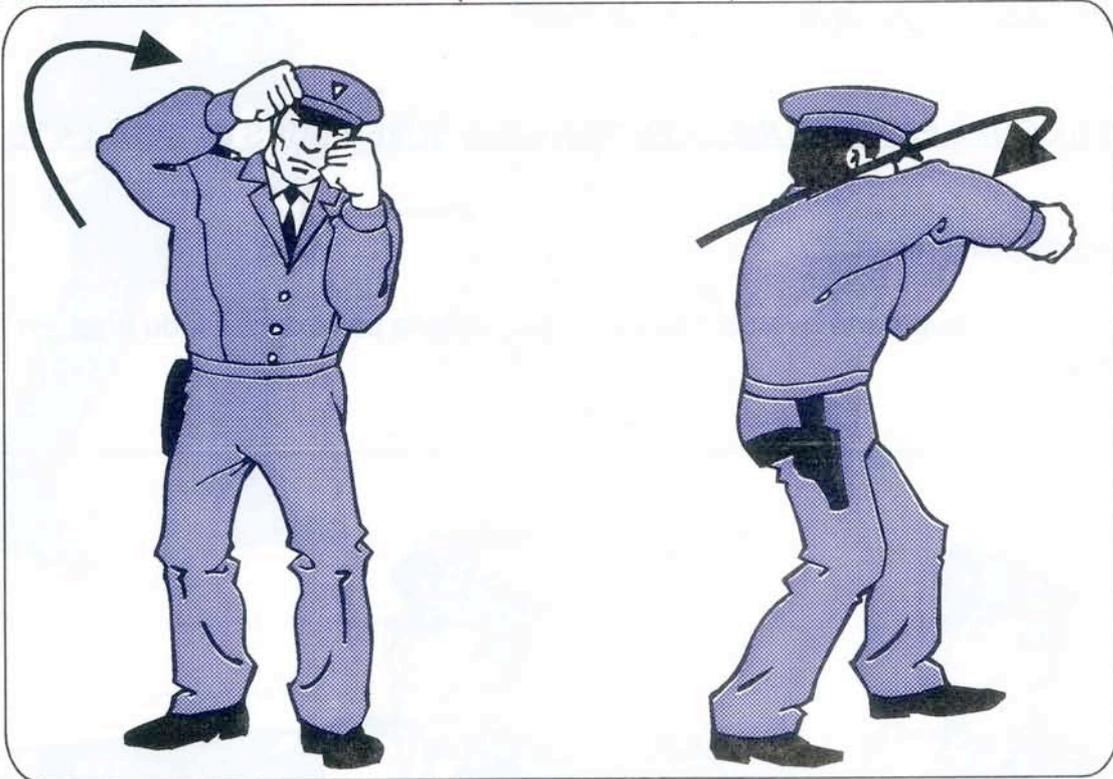
Le coup de poing direct

- coup porté avec la tête des métacarpiens par extension du bras, en rotation interne.



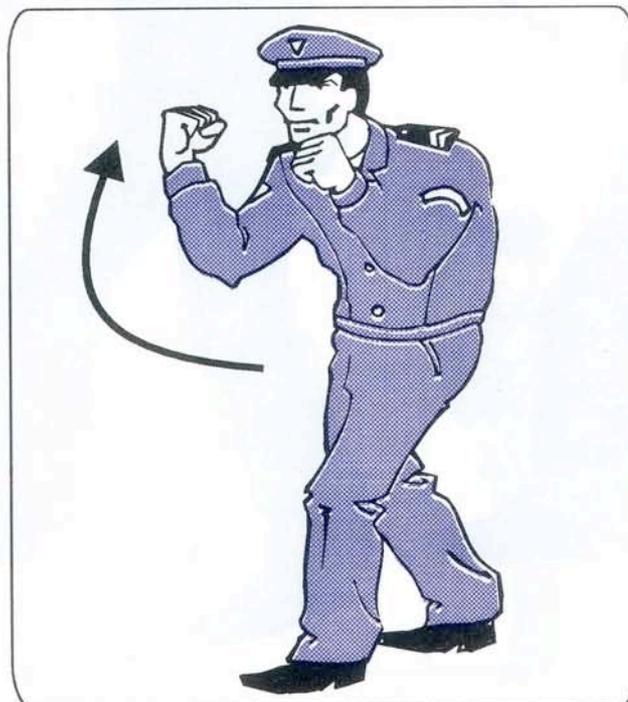
## Le coup de poing circulaire

- coup porté latéralement bras semi-fléchi avec la tête des métacarpiens dans un mouvement semi-circulaire (bras dit en crochet).



## L'uppercut

- coup porté à mi-distance de bas en haut avec la tête des métacarpiens, sur une offensive de «l'adversaire». Symétrie des appuis (Ex : bras droit, appui droit).



## Le coup du talon de la main

- coup porté avec la base palmaire de la main ouverte

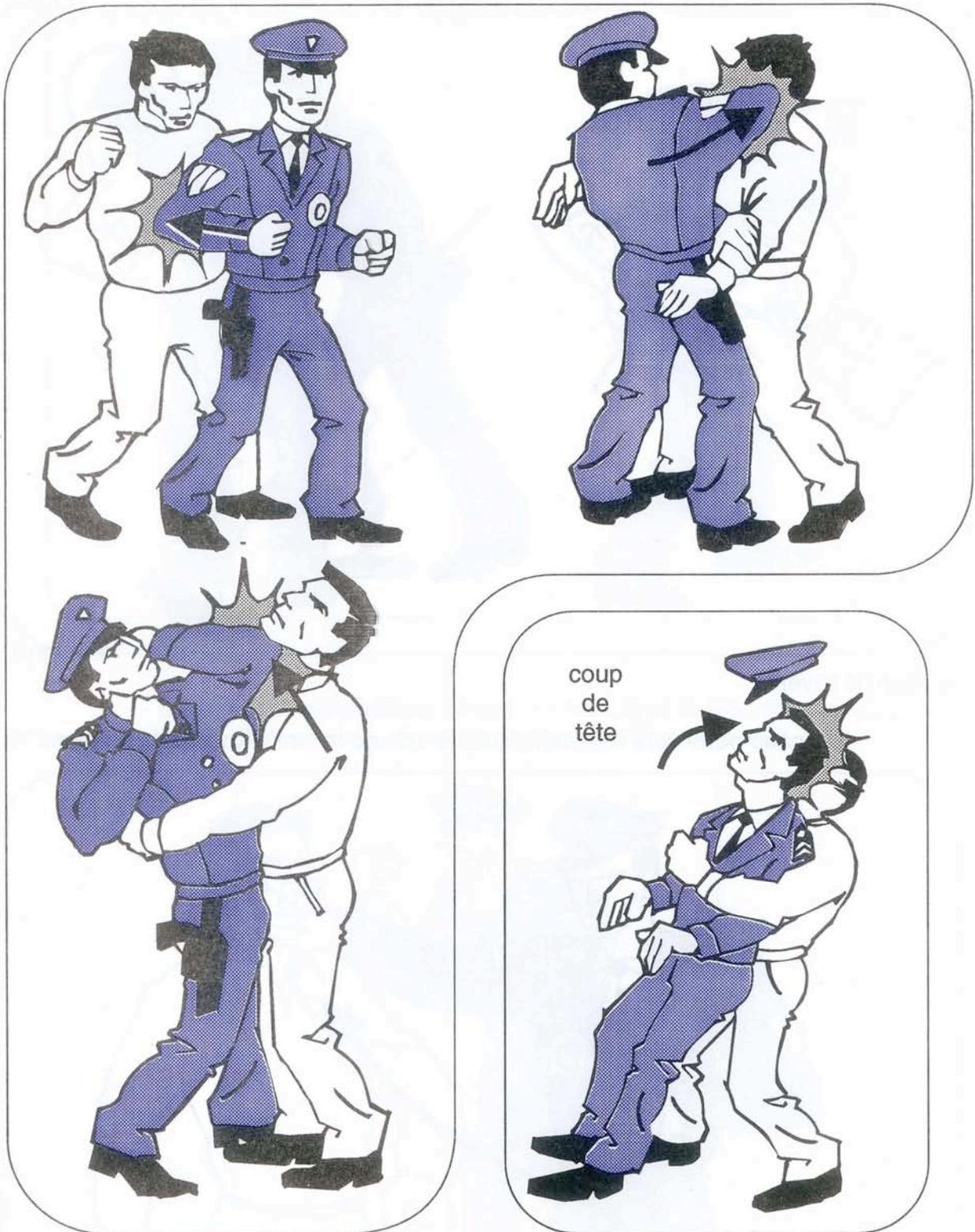


## Le coup de revers

- coup porté vers l'extérieur avec le dos de la main ouverte ou fermée.



Les coups de coude



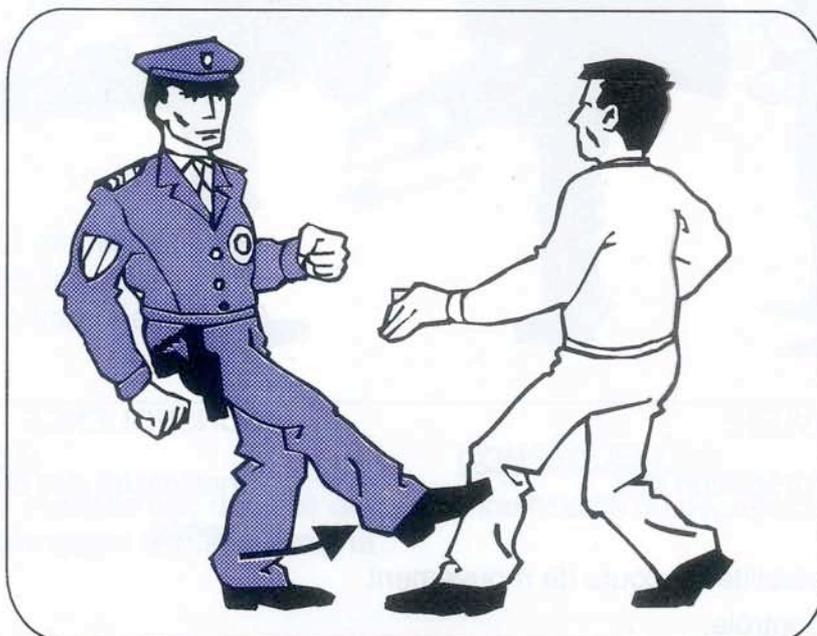
## 2° - LES COUPS FRAPPES AVEC LES MEMBRES INFERIEURS

- coup porté avec le genou dans un plan vertical ou horizontal



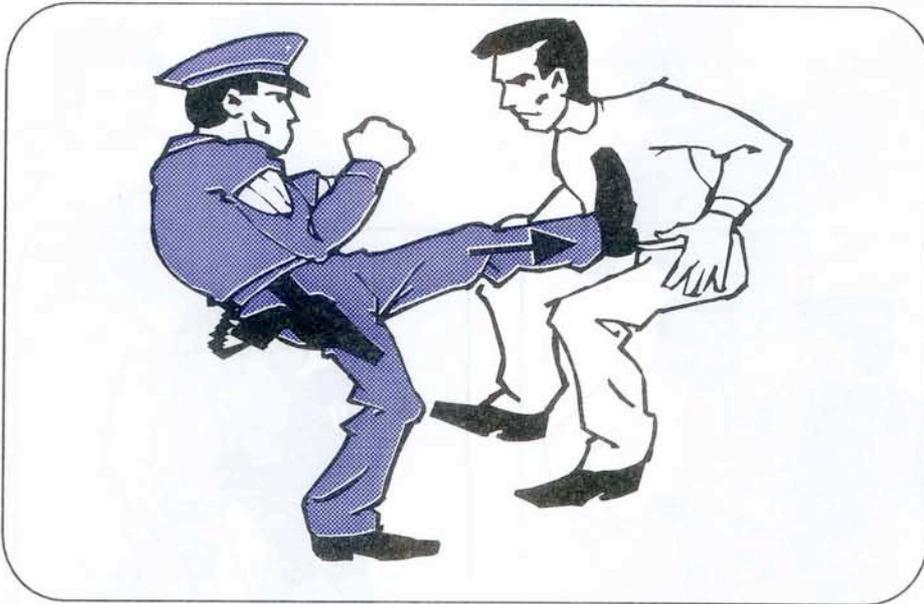
Le coup de pied en ligne basse

- coup porté avec le pied au-dessous du genou (tibia)



## Le coup de pied direct

- coup porté avec la pointe du pied ou le coup de pied.



## Le coup de pied circulaire

- coup porté avec la pointe du pied, ou le coup de pied, ou encore le tibia, dans un plan horizontal ou oblique, selon le principe du mouvement «fouetté».



### FAUTES A EVITER

- Mauvaise appréciation des distances
- Manque de stabilité en cours de mouvement
- Manque de contrôle.

### CONSEQUENCE

- Inefficacité des coups portés.

## LES PARADES FACE A UN BATON COURT

Parades sur bâtons afin de se placer dans une position prédominante permettant de graduer la riposte



Sur coup de haut en bas



Sur frappe circulaire niveau haut



Sur frappe circulaire niveau moyen



Sur frappe en revers niveau haut



Sur frappe en revers niveau moyen

Une fois en position prédominante, possibilité de :

- Repositionnement à distance en attitude de garde
- Enchaînement par riposte
- Enchaînement par :
  - hyper torsion flexion
  - hyper flexion torsion
  - hyper extension du brasAvec ou sans amenée au sol
- Désarmement

## LES PARADES FACE A UN BATON LONG OU UN BATON LOURD



Défense au moment de la phase d'armée



Défense après déclenchement de l'attaque

Attaque de haut en bas



Défense au moment de la phase d'armée



Défense après déclenchement de l'attaque

Attaque circulaire



Défense au moment de la phase d'armée



Défense après déclenchement de l'attaque

Attaque en revers

---

**Etre capable d'apporter une réponse physique adaptée, individuelle ou collective, à toute situation à risque.**

**Etre capable de gérer à mains nues une agression armée.**

*Savoir mettre en œuvre une organisation défensive face à une attaque couteau ( esquive - parade – riposte – contrôle ).*

---

## DEFENSE SUR ATTAQUE COUTEAU

**Définition** : La défense à mains nues face à un couteau consiste à réagir pour éviter la première attaque afin de pouvoir organiser une suite adaptée.

**Conduite à tenir** : Dans le cas où le policier visualise suffisamment à l'avance le couteau porté par l'agresseur et qu'il dispose de l'espace nécessaire, il lui est recommandé d'utiliser une arme intermédiaire (voir fiche technique « **Moyens intermédiaires de défense** »).

Après analyse de la situation et évaluation du degré de dangerosité du couteau (prise d'informations), il est possible de graduer la riposte.

Compte tenu des éléments constitutifs de la légitime défense, le policier peut être amené à intervenir au moyen de son arme administrative.

Lorsqu'il est contraint de réagir de manière « réflexe » de façon à sortir de l'axe d'attaque, il essaie de fermer la garde de l'agresseur pour l'empêcher d'utiliser sa main libre. Il se trouve ainsi à l'abri ce qui lui permet d'être en position de graduer une riposte adaptée.

Toutefois une arme blanche pouvant être sortie rapidement et pour peu que le policier se trouve à proximité, celui-ci pourra juste bloquer l'attaque mais n'aura pas le temps de sortir de l'axe.

Dans un contexte d'intervention atypique lié à l'environnement ou à l'urgence, la distance ne permet pas forcément de travailler avec le bras fort. Il faut s'adapter et parer au plus pressé, ce qui peut amener le policier à bloquer avec le bras faible et riposter simultanément avec le bras fort (métro, protection rapprochée, menottage,...).

Le fait de travailler avec le bras fort permet pour un droitier qui bloque l'attaque d'un autre droitier (90% des cas) de sortir de l'axe et de se mettre à l'abri.

Pour le cas où l'attaque est effectuée du côté opposé à son bras fort, le policier effectue un blocage avec son bras situé le plus près du couteau. Le policier qui se retrouve dans l'axe de l'agresseur dans un premier temps doit rapidement effectuer une esquive et fermer la garde de ce dernier.

**A propos de l'arme blanche :** L'arme blanche fait peur à juste titre, car elle apparaît souvent sans que l'on s'en aperçoive.

L'agresseur qui montre ostensiblement son couteau pour effrayer et dans le but d'obtenir ce qu'il veut n'a généralement pas forcément l'intention de l'utiliser, en tout cas pas dans un premier temps. En effet, l'attaque aurait déjà été réalisée s'il l'avait souhaité.

De même celui qui montre son arme à la suite d'une altercation le fait généralement pour dissuader son vis-à-vis de continuer.

Mais l'irréparable peut être commis si ce dernier s'approche et que la bagarre éclate. Des études statistiques menées aux états unis ont montré que lors d'agressions **réelles** la victime n'a aperçu l'arme que dans 20% des cas.

Encore ne s'agit-il là que de témoignages de personnes ayant survécu à l'agression. Les autres victimes n'ayant pu parler, cette statistique peut même être considérée comme optimiste.

Ceci amène à dire que lorsqu'on effectue des gestes de défense sur une attaque à l'arme blanche, **il faut réagir sur des « formes de corps »** et se protéger d'une façon efficace même si l'on pense que l'agresseur n'a rien dans les mains.

Celui qui en veut à la vie de quelqu'un masquera jusqu'au bout ses intentions et surtout son arme.

Une attaque au couteau est fulgurante, silencieuse, conçue pour tuer. Cette arme appelée aussi « l'arme froide » a un effet terrorisant et paralysant sur bon nombre de personnes. Il faut que la réponse soit efficace, que la parade et la riposte soient quasiment simultanées. Ce sera la seule et unique chance de s'en sortir.

Si l'on a la chance d'apercevoir le couteau on se donnera les moyens de faire face, mais dans tous les cas il faudra envisager une blessure plus où moins importante (plaie, hémorragie, ...).

Certaines victimes sont en état de choc à la simple vue d'une arme blanche et son tétanisées par la pénétration de la lame dans le corps. Résignées, elles continuent à subir l'agression sans réagir jusqu'à son issue fatale.

A cet égard il convient de mentionner le gilet pare-balles à port dissimulé qui constitue une protection à ne pas négliger.

Cependant compte tenu de la multiplicité des coups de couteau quelquefois constatée et de la pénétration recherchée par l'agresseur, il est possible que l'arme rentre dans des zones non protégées.

Ces zones sont très souvent létales du fait de la trajectoire montante, descendante ou latérale (carotide, sous-clavière, fémorale, foie, rate...)

### **Conseils pratiques :**

- Utiliser l'environnement en interposition (chaises, tables, mobilier, véhicules,...)
- Protéger les zones létales
- Les blocages s'effectuent avec le dos de la main de manière à préserver l'intérieur de la main et de l'avant-bras (zones exposant le réseau artériel et ligamentaire)
- Ne pas donner de coup de pied en ligne haute
- Se déplacer en permanence
- Eviter d'aller au sol avec un individu armé
- Ne pas chercher à attraper la main armée
- Faire attention à l'entourage
- Si l'individu lâche son arme, l'écarter dans un premier temps
- Ne laisser à personne la possibilité de s'en emparer
- Si l'individu prend la fuite, proscrire toute poursuite par un fonctionnaire seul

On peut distinguer 5 axes d'attaques principaux :

## **I – ATTAQUE VENANT DU HAUT**

Sur une attaque venant du haut l'option préconisée consiste en une parade main forte bloquée - frappée ( forme de toit 45°). Elle est suivie d'un contrôle du bras armé avec la main faible et d'une riposte main forte avec reprise de distance et si nécessaire sortie de l'arme.



## II – ATTAQUE VENANT DU BAS

Sur une attaque venant du bas l'option préconisée consiste en une parade main forte bloquée frappée ( forme de toit inversé 45°). Elle est suivie d'un contrôle du bras armé avec la main faible et d'une riposte main forte avec reprise de distance et si nécessaire sortie de l'arme.

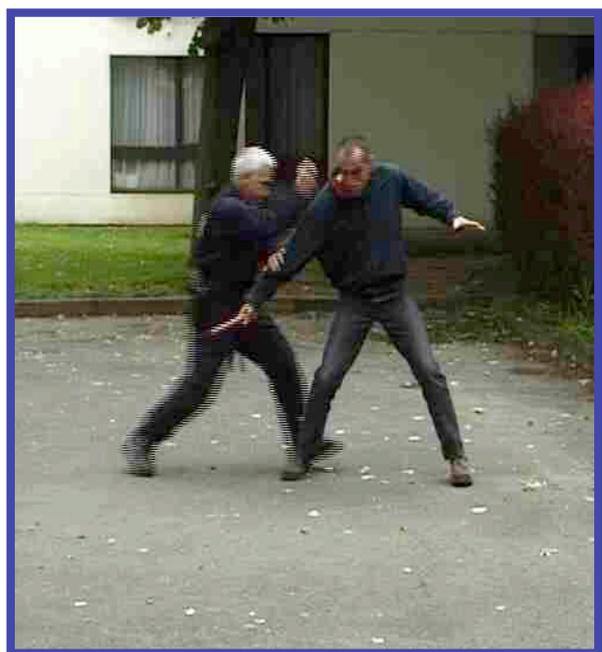


### **III – ATTAQUE CIRCULAIRE**

Sur une attaque circulaire l'option préconisée consiste pour le policier à effectuer simultanément un effacement du corps et une parade (angle droit) à l'aide de son bras fort, suivie d'une esquive en rotation qui l'amène à sortir de l'axe.

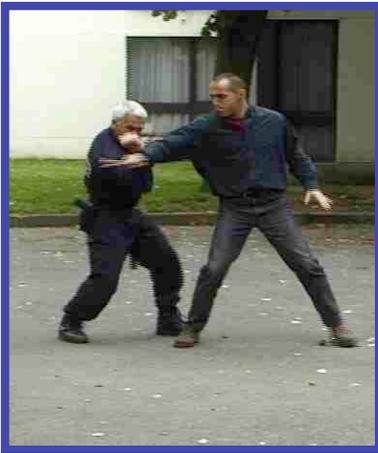
Il fait passer le bras armé devant lui de manière à « fermer la garde » de l'agresseur.

Il effectue ensuite un contrôle du bras armé avec la main faible et une riposte main forte avec reprise de distance et si nécessaire sortie de l'arme.



#### **IV – ATTAQUE EN REVERS**

Sur une attaque en revers l'option préconisée consiste en une parade main forte bloquée - heurtée (angle droit). Elle est suivie d'un contrôle du bras armé avec la main faible et d'une riposte main forte avec reprise de distance et si nécessaire sortie de l'arme.



#### **V – ATTAQUE EN PIQUE**

Sur une attaque en piqué, le policier effectue simultanément une parade en opposition qui a pour objectif de dévier l'attaque de sa trajectoire initiale ainsi qu'un déplacement latéral pour sortir de l'axe d'attaque. Elle est suivie d'un contrôle du bras armé avec la main faible et d'une riposte main forte avec reprise de distance et si nécessaire sortie de l'arme.



## Commentaires techniques :

- ☞ Si la distance le permet et que l'arme est visible dans la main de l'agresseur, le policier peut se saisir de son arme administrative pour donner des injonctions afin que l'individu lâche son couteau.
- ☞ La prise de distance est déterminée par rapport aux appuis de l'agresseur et non pas par rapport à l'arme afin d'éviter le phénomène d'aspiration. Ce phénomène est lié au fait que l'agresseur fléchisse progressivement son bras en le rapprochant de son corps, pour ensuite détendre son bras armé vers le policier qui se sera imprudemment rapproché.
- ☞ Dans le cas où le policier, suite à la phase préliminaire (parade – esquivé – riposte), réussit à saisir la main armée de l'agresseur, il peut tenter un désarmement en inversant le sens de la trajectoire afin d'empêcher ce dernier de saisir l'arme avec la main libre.
- ☞ En cas d'agression à l'arme blanche, le sujet atteint n'est pas forcément conscient de la gravité de sa blessure. Il convient d'être à même de porter les premiers secours adaptés (voir fiche technique « **Premiers secours en intervention** »), et en tout état de cause d'orienter le blessé vers une structure médicale même face à une blessure d'apparence bénigne.
- ☞ Le couteau constituant un terme générique s'applique par extension à toute autre arme par destination (tournevis, tesson de bouteille...)

## OPPORTUNITES DE MAITRISE D'INDIVIDU PAR CLES DE BRAS



Sur saisie de poignet en vis à vis



Fermeture de garde



Intervention de la seconde main

### **CLE DE BRAS EN ELONGATION :**

Agir par étirement du bras avec action de contrainte sur le poignet



Déplacement en reculant pour clé de Bras en élongation



Sur saisie de poignet en vis à vis



Fermeture de garde



Intervention de la seconde main  
Pour conclure la clé

**CLE PAR HYPER-TORSION FLEXION :**

Action sur le bras puis le poignet. Rester debout pour conclure la clé ou pour enchaîner



Sur saisie de poignet croisée



Intervention de la main



### **HYPER FLEXION-TORSION**

Flexion de la main, suivie d'une torsion du bras.

Action de la deuxième main en renfort  
**DEFENSE SUR SAISIES DES VETEMENTS**



Sur saisie du revers



fixer la main de l'individu



Engager la clé



conclusion au sol

**HYPER FLEXION-  
TORSION**  
Flexion de la main, suivie  
d'une torsion du bras.



SUR SAISIE AU REVERS, REACTION PAR :



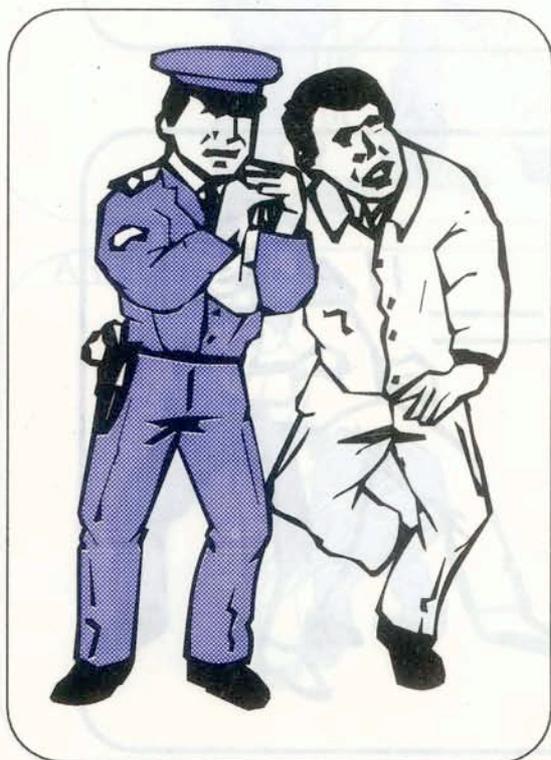
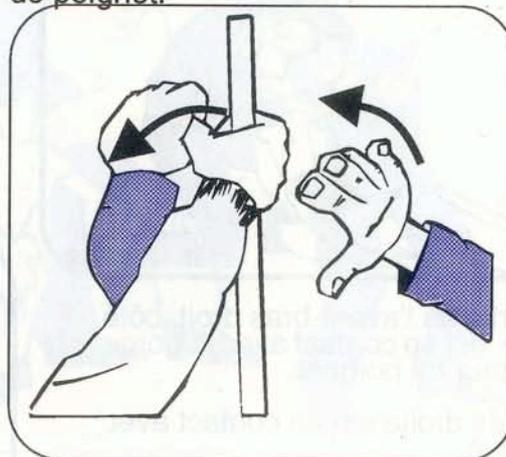
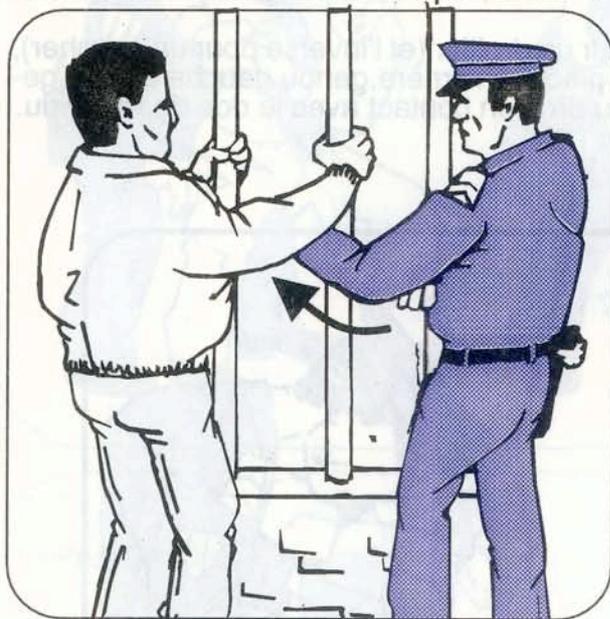
HYPER-TORSION / FLEXION



## 2° - CLE DE POIGNET

L'efficacité de la clé de poignet se ressent par une douleur à l'articulation, qui est provoquée par une flexion forcée.

Les dessins montrent une adaptation de la clé de poignet.



Dans certains cas, il est nécessaire d'effectuer une clé de poignet en hyperflexion.

L'hyperflexion du poignet consiste en une saisie au niveau de la face interne du coude droit de l'individu; tandis que l'autre main, pouce au-dessous, vient saisir le poignet en hyperflexion.

Faute à éviter : Manque de contrôle du coude.

## 1° - L'ÉTRANGLEMENT

Pour conduire un individu récalcitrant, on peut utiliser la conduite par étranglement arrière avec l'avant-bras.



La partie de l'avant-bras droit, côté pouce, est en contact avec la gorge à hauteur du poignet.

L'épaule droite est en contact avec la nuque.

La main gauche dirigée vers le haut vient saisir la main droite, paume contre paume, tout en conservant l'avant-bras gauche en contact avec le dos.

La tête bloque la partie latérale de la tête adverse.

L'étranglement est la résultante d'un mouvement circulaire horizontal du bras, d'une poussée de l'épaule droite et d'un déséquilibre arrière du buste.

Pour un droitier (et l'inverse pour un gaucher), se placer à l'arrière, genou gauche au sol, genou droit en contact avec le dos de l'individu.



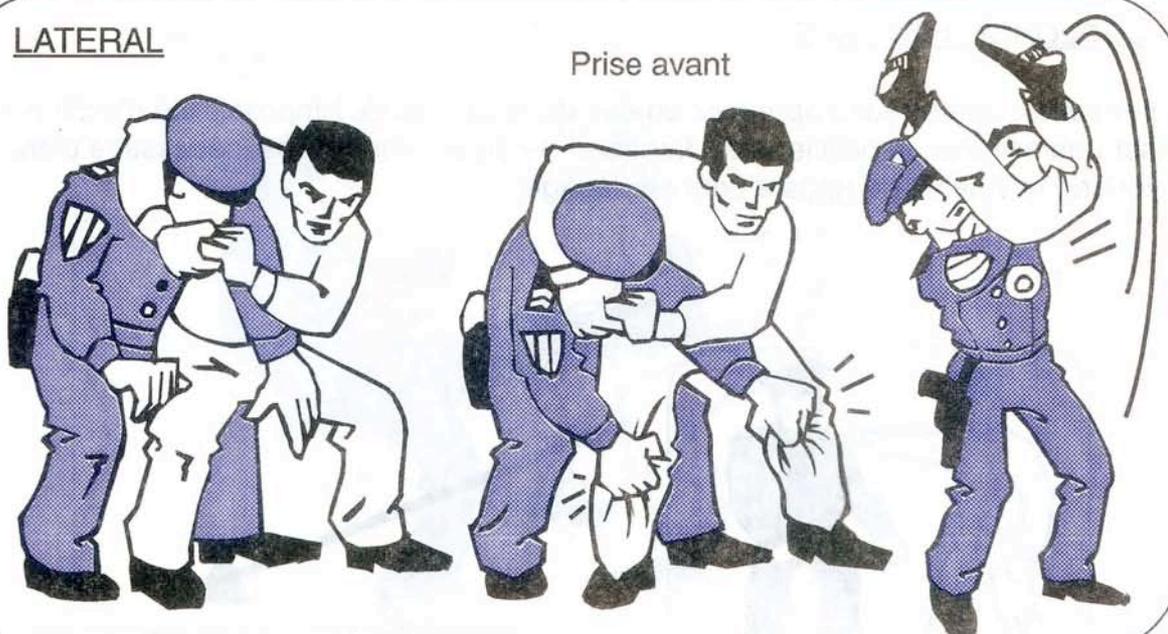
L'étranglement arrière est plus communément utilisé sur un individu qui se tient debout, mais il est également efficace pour faire lever un individu assis.

Dans ce cas, le fonctionnaire doit éviter un serrage excessif et faire en sorte que l'individu conserve des appuis au sol pendant le mouvement ascendant. En cas de déséquilibre, il y a risque d'asphyxie et de syncope.



## 2° - LE RAMASSEMENT DE JAMBES

### LATERAL



### Prise arrière



### Prise mixte



### ARRIERE

