

## ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ УДАРАМ В ПРОЦЕССЕ ИХ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

### THE ORGANIZATION AND THE METHODOLOGY OF THE TRAINING OF POLICEMEN TO FIGHTING IN THE PROCESS OF THEIR PHYSICAL TRAINING

*Аннотация.* Статья посвящена методике обучения ударной технике боевых приемов борьбы сотрудников органов внутренних дел во время выполнения оперативно-служебных задач. В ходе исследования делаются выводы о недостаточной подготовленности в ударной технике практических сотрудников органов внутренних дел, что отражается на эффективности применения боевых приемов борьбы в служебной деятельности. Обосновывается значение ударных боевых приемов борьбы сотрудниками органов внутренних дел в разделе служебной подготовки. Даются методические рекомендации по самостоятельному разучиванию, тренировке и совершенствованию основ техники нанесения ударов. В результате проведенного исследования определен алгоритм действий сотрудника полиции в ситуациях оказания правонарушителем неповиновения или активного физического сопротивления с применением ударов. Предлагается в перечень задач для проверки уровня владения сотрудниками полиции боевыми приемами борьбы по уровню «Усиленная физическая подготовка» включить выполнение комбинаций и серий из двух и более ударов.

*Summary.* The article is devoted to the methodology of learning the striking technique of combat techniques for the struggle of co-employees of the internal affairs bodies during the implementation of operational and service. In the course of the study, conclusions are made about the lack of preparedness in shock equipment of policemen. It affects the effectiveness of the use of combat techniques of struggle in professional activities. The significance of shock fighting techniques of struggle of police officers in the section of service training is substantiated. Guidelines are given for self-learning, training and improving the basics of striking technique. As a result of the study, the algorithm of actions of a police officer in situations of disobedience or active physical resistance by the offender with the use of blows was determined. It is proposed to include the execution of combinations and series of two or more strikes in the list of tasks for checking the level of police officers' proficiency in fighting techniques according to the «Enhanced physical training» level.

**Ключевые слова:** удар, техника нанесения ударов, серии и комбинации ударов, ударные боевые приемы борьбы, пассивное, активное и агрессивное противодействие, алгоритм действий сотрудников.

**Keywords:** strike, striking technique, series and combinations of strikes, striking fighting techniques, passive, active and aggressive countermeasures, algorithm of employees' actions.

Применение ударной техники сотрудником органов внутренних дел является эффективным боевым приемом в ситуациях физического противодействия правонарушителя. Результат его воздействия зависит от силы, быстроты

и точности нанесения удара, являясь мгновенным упреждающим или контратакующим приемом на агрессивные действия правонарушителя.

Выполнение техники и тактики применения ударов в системе физической подготовки сотрудников МВД России рассматривалось в работах И. Е. Жеребцова, Е. В. Мальченкова [1], А. И. Кравчука, Е. В. Панова [2], В. В. Волосатых, А. Г. Жугова, В. А. Тихонова [3], С. В. Кузнецова, А. Н. Волкова, А. И. Воронова [4], А. А. Лукутина, Н. Н. Устюжанина, А. И. Орлова [5], Л. В. Кана, А. А. Лунина [6], Е. И. Трояна, А. А. Гусева, Е. А. Лобанина [7].

Так, например, С. В. Кузнецов определяет удар как форму силового воздействия на человека, какие-либо объекты, резкий и сильный толчок рукой, ногой, а также использование подручных и специальных средств, оружия при этом [4].

Википедия трактует удар в боевых искусствах как импульсное направление движения, действие, заключающееся в поражении объекта или субъекта с целью изменения его физического состояния. Удар — это комплексное понятие, включающее в себя совокупность наступательных действий ударного характера, которые человек способен выполнить конечностью тела, корпусом или головой. Также удар может быть нанесен оружием (холодным или огнестрельным), предметом хозяйственного назначения или любым случайным предметом, по размерам пригодным для использования в наступлении и обороне в рукопашном бою [8].

В системе боевых приемов борьбы удар нами рассматривается как резкое целенаправленное мышечное силовое действие, направленное на определенную область тела, в результате скоординированной быстрой мускульной силы человека [9].

Несмотря на различное смысловое содержание приведенных определений, важно отметить, что они раскрывают сущность боевого приема удара как резкое, импульсивное, быстрое целенаправленное мышечное силовое воздействие на объект или субъект с целью изменения его физического состояния. Данный боевой прием дает возможность сотруднику мгновенно тактически реагировать на силовое противодействие в служебно-оперативной обстановке.

Тактика применения сотрудником удара может рассматриваться по результату его воздействия на правонарушителя в ходе решения служебно-оперативных действий:

- Отвлекающие удары — слабые по силе и тактически ложные, цель которых — отвлечь внимание правонарушителя от основных действий сотрудника полиции.
- Шокирующие удары (вызывающие болевой шок) — наносимые в уязвимые места на теле правонарушителя, средние по силе воздействия, цель

которых — вызвать болевой шок (устраняя временное противодействие сотруднику полиции) для выполнения следующих технико-тактических действий.

- Поражающие удары (вызывающие потерю сознания или летальный исход) — наносимые максимально сильно в уязвимые места на теле правонарушителя с целью его нейтрализации.

Опыт работы по физической подготовке с практическими сотрудниками органов внутренних дел в Казанском юридическом институте на заочной форме обучения и на курсах повышения квалификации показывает, что техникой нанесения ударов владеют не более 25 % слушателей, являющихся действующими сотрудниками органов внутренних дел. Из проведенного анализа анкетирования и опроса было установлено, что сотрудники получили базу техники нанесения ударов в спортивных секциях (в юношеском возрасте) или во время службы в армии. По окончании заочной формы обучения и курсов повышения квалификации слушателями Казанского юридического института МВД России было установлено, что при более основательном изучении и рассмотрении ударной техники степень владения ударами и тактикой их применения повышается в среднем до 35–40 %.

На наш взгляд, данным приемам не уделяется должного внимания при их изучении или практически они не изучаются ввиду того, что не включены в перечень задач, связанных с ограничением свободы передвижения ассистента, для проверки уровня владения сотрудниками органов внутренних дел боевыми приемами борьбы по разделу «Усиленная физическая подготовка».

В Наставлении по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации, утвержденном приказом МВД России от 1 июля 2017 г. № 450, в разделе 56 «Обучение ударам и защита от ударов» [10] дается краткое описание выполнения 20 ударов руками и ногами, что не позволяет в полной мере охарактеризовать, изучить и освоить технику нанесения ударов. Пункт 56.22 данного наставления дает пояснения: «Удары могут проводиться в виде комбинаций (серий) из двух и более ударов с места или с подшагом (подскоком) и включать следующие сочетания: “рука — рука, рука — нога, нога — рука, нога — нога”» [10]. В дальнейшем нет описания основ серий и комбинаций ударов, но в то же время подробно описываются приемы бросковой техники, болевых приемов борьбы, освобождений от захватов и т. д. Сама техника выполнения удара рассматривается попутно в момент изучения защиты от ударов, с основным акцентом на выполнение защитных действий или нанесение расслабляющего удара в ходе разучивания боевых приемов борьбы. На итоговых занятиях в момент сдачи зачетных требований при демонстрации боевых приемов борьбы сотрудники не могут технично и верно выполнить удар, путаясь в двигательных действиях. Сотрудник, который не владеет техникой нанесения удара и не понимает степени его воздействия

на правонарушителя, затрудняется в выборе защитных действий от ударов, в результате не может противостоять ударной технике правонарушителя, выполняя неэффективную защиту от ударов. Данный факт подтверждается видеосюжетами в СМИ.

Овладение навыком применения ударной техники сотрудниками органов внутренних дел (полиции) в область уязвимых мест, точек на теле человека, позволит предвидеть возможные последствия ударов и соответственно придерживаться тактически грамотной линии поведения в ситуации ожесточенного физического противодействия со стороны правонарушителя, с применением атакующих действий (захватов, бросков, ударов руками или ногами, ударов предметами, с использованием оружия) [11]. Ударная техника боевых приемов борьбы дает возможность сотруднику органов внутренних дел оперативно и эффективно применять ударные боевые приемы, выстраивать тактику действий в ситуациях с применением физической силы и с учетом минимизации наносимого ущерба как сотруднику, так и правонарушителю.

На наш взгляд, исходя из вышесказанного, необходимо больше времени уделять изучению техники нанесения ударов, применяя их в превентивных и контратакующих действиях сотрудником полиции.

Особенностью обучения боевым приемам борьбы является необходимость включения методов, помогающих построить обучение так, чтобы сотрудник мог применять приемы в реальных условиях. Методика разучивания и нанесения ударов должна рассматриваться с точки зрения тактических действий сотрудника полиции в ситуациях служебной деятельности. Сотрудниками полиции удары применяются, прежде всего, с целью ослабления силы сопротивления, снижения эффекта атакующих действий нападающего, кратковременного изменения его мышечного тонуса, межмышечной координации, изменения позы, положения тела в пространстве, выведения из равновесия, переключения (отвлечения) внимания, создания ложного представления о характере последующих действий [4].

Рассматривая и моделируя алгоритм действий сотрудников полиции по выполнению оперативно-служебных задач с нанесением ударов, можно рассмотреть следующие стандартные ситуации:

*Ситуация 1.* Оказание правонарушителем неповиновения, связанного с пассивным сопротивлением (не оказывает физического сопротивления, но и не выполняет требования) сотруднику полиции. Перед сотрудником полиции стоит задача — доставить правонарушителя в отдел внутренних дел для выяснения личности и обстоятельств, контролируя его действия в процессе сопровождения. В данной ситуации применяется техника нанесения отвлекающих ударов (слабые по силе и ложные по траектории движения). Исходя из ситуации, в удобный момент нанести удар в область головы, или шеи, или живота.

В момент реакции правонарушителя на данное отвлекающее действие выполняется переход на ограничение свободы передвижения одним из боевых приемов с последующим болевым контролем и сопровождением.

*Ситуация 2.* Оказание правонарушителем активного сопротивления сотруднику полиции (пытающимся выполнить захват или нанести удар). Задача сотрудника полиции — деморализовать его активные действия, взять под контроль и доставить в отдел внутренних дел для выяснения обстоятельств. Применяется техника нанесения шокирующих ударов (вызывающих болевой шок). Исходя из ситуации, в удобный момент выполнить удар в уязвимое место: область живота (солнечного сплетения, печени, селезенки, низа живота), или внутренней (внешней) части бедра, или по голени. В момент реакции правонарушителя на болевой шок перейти на ограничение свободы передвижения одним из приемов с переходом на болевой контроль или сковывание наручниками и сопровождение.

*Ситуация 3.* Оказание правонарушителем агрессивного физического сопротивления с угрозой нанесения тяжких телесных повреждений или смерти гражданам или сотруднику полиции. Задача сотрудника полиции — нейтрализовать правонарушителя. Применяется техника нанесения поражающих ударов (вызывающих потерю сознания). Исходя из ситуации, в удобный момент выполнить удар в уязвимое место: в голову (висок, затылок, темечко), шею, грудь (в область сердца), позвоночник, в низ живота или в пах. В ходе нейтрализации правонарушителя убедиться в достижении поставленной цели, в дальнейшем действовать по ситуации.

Преимуществом разучивания техники нанесения ударов перед другими приемами боевой борьбы является возможность самостоятельно, индивидуально осваивать базовую технику выполнения удара, что дает возможность рационально использовать время сотрудника, отведенное на занятия по разделу «Специальная физическая подготовка».

На основании анализа, обобщения и педагогического опыта работы с курсантами и слушателями Казанского юридического института МВД России нами предлагается следующая методика самостоятельного разучивания, тренировки и совершенствования техники нанесения ударов.

Рассматривая методику техники нанесения удара, необходимо обратить внимание на его качественные характеристики. Эффективность удара зависит от силы, быстроты и точности его нанесения. Сила и скорость удара достигается последовательным включением в него больших мышечных групп и максимальным напряжением всех мышц, участвующих в ударе в момент соприкосновения ударной поверхности с целью [1].

Методика разучивания и совершенствования техники нанесения ударов выполняется в следующей последовательности:



### **1-й этап** — индивидуально.

- Ознакомиться с описанием или видеоматериалом техники нанесения удара. Обратит внимание на ключевые (основные) моменты в технике выполнения удара.

- Выполнить удар на месте в медленном, а затем среднем и быстром темпе с учетом основных моментов техники удара (желательно перед зеркалом).

- Выполнить удар в движении (вперед и назад) в среднем и быстром темпе. Обращать внимание на ключевые моменты в технике выполнения конкретного удара в ходе передвижения.

- Выполнить удар с места по спортивному снаряду (боксерскому мешку или настенной подушке), обращая внимание на ударную дистанцию и ключевые моменты в технике выполнения конкретного удара.

- Выполнить удар в движении по спортивному снаряду (выполняя шаги назад, в сторону и вперед). Сохранять ударную дистанцию, контролировать основные моменты техники выполнения удара.

- Выполнить серии и комбинации ударов аналогично вышеперечисленным действиям. Обратит внимание на то, что в серии или комбинации ударов первый удар является дезориентирующим, а последний — нокаутирующим. Наиболее эффективными являются серии и комбинации из трех ударов.

Серия ударов в единоборстве — это нанесение однотипных (одинаковых) ударов, выполняемых подряд за минимально короткий промежуток времени в рамках одной атаки [1].

Комбинация ударов в единоборстве — это выполнение разнообразных ударов по стилю и силе во время атакующих или защитных действий за определенный промежуток времени [1].

### **2-й этап**

В паре с ассистентом:

- Выполнить удар на месте в медленном темпе с учетом основных положений техники удара (ассистент экипирован боксерскими лапами, макиварами, шлемом и нагрудным жилетом). Контроль основных моментов техники выполнения удара. Нарботка чувства дистанции и ассистента.

- Выполнить удар в движении в среднем и быстром темпе. Обратит внимание на координацию выполняемых движений рук и ног в момент передвижения и выполнения удара.

- Выполнить серии или комбинации ударов в движении в среднем и быстром темпе. Акцентировать внимание на нанесении ударов по разным уровням и уязвимым местам на теле человека.

- Выполнить удары в комбинации с другими боевыми приемами борьбы в движении в среднем и быстром темпе. Обратит внимание на переходы

от ударной техники к бросковой технике, технике выполнения болевых, удушающих приемов и болевого контроля правонарушителя.

- Ситуативный тренинг. Нарработка алгоритма действий сотрудника полиции в ситуациях применения ударов в оперативно-служебной деятельности. Правонарушитель оказывает пассивное, активное и агрессивное противодействие. Сотрудник оценивает ситуацию, выбирает алгоритм действий, по обстановке применяя ударную технику нанесения удара в комбинации с другими приемами боевой борьбы.

Таким образом, результаты нашего исследования дают основания полагать, что для качественной профессиональной подготовки необходимо более углубленное рассмотрение и изучение ударной техники сотрудниками органов внутренних дел. Для этого необходимо в наставлении по физической подготовке сотрудников внутренних дел дать более подробное описание техники ударов, серий и комбинаций ударов, разработать и включить удары, серии и комбинации ударов в перечень задач, связанных с ограничением свободы передвижения ассистента, для проверки уровня владения сотрудниками органов внутренних дел боевыми приемами борьбы по разделу «Усиленная физическая подготовка».

Демонстрацию на итоговых занятиях атакующей ударной техники целесообразно выполнять на боксерских мешках, настенных подушках или боксерских лапах в паре с ассистентом.

1. Жеребцов И. Е., Мальченков Е. В. Специальная физическая подготовка : учеб.-метод. пособие. Барнаул : Барнаул. юрид. ин-т МВД России, 2006. 87 с.

[Вернуться к статье](#)

2. Кравчук А. И., Панов Е. В. Боевые приемы борьбы : учеб.-метод. пособие. Красноярск : Сиб. юрид. ин-т МВД России, 2007. 280 с. [Вернуться к статье](#)

3. Волостных В. В., Жуков А. Г., Тихонов В. А. Энциклопедия боевого самбо. М. : Олимп, 1993. 550 с. [Вернуться к статье](#)

4. Кузнецов С. В., Волков А. Н., Воронов А. И. Теоретические основы организации физической подготовки сотрудников органов внутренних дел РФ : учебник. М. : ДГСК МВД России, 2016. 328 с. [Вернуться к статье](#)

5. Лунин А. А., Устюжанин Н. Н., Орлов А. И. Методика обучения сотрудников органов внутренних дел рукопашному бою с правонарушителем : учеб.-метод. пособие. Н. Новгород : Нижегород. акад. МВД России, 2009. 61 с. [Вернуться к статье](#)

6. Кан Л. В., Лунин А. А. Особенности методики преподавания боевых приемов борьбы сотрудниками МВД России : метод. рекомендации. Домодедово : ВИПК МВД России, 2014. 50 с. [Вернуться к статье](#)

7. Троян Е. И., Гусев А. А., Лобанин Е. А. Физическая подготовка сотрудника полиции / под ред. Е. И. Трояна. Тюмень : Тюмен. ин-т повышения квалификации сотрудников МВД России, 2020. 184 с. [Вернуться к статье](#)

8. Удар (Боевые искусства) [Электронный ресурс] : Википедия. URL: [https://ru.wikipedia.org>Удар\\_\(Боевые\\_искусства\)](https://ru.wikipedia.org>Удар_(Боевые_искусства)) (дата обращения: 09.04.2022). [Перейти к источнику](#) [Вернуться к статье](#)

9. Кубасов О. П. Обучение технике нанесения ударов в системе физической подготовки сотрудников органов внутренних дел : учеб.-метод. пособие. Казань : КЮИ МВД России, 2020. 60 с. [Вернуться к статье](#)

10. Наставление по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации [Электронный ресурс] : приказ М-ва внутр. дел Рос. Федерации, 1 июля 2017 г. № 450. URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201708180039?rangeSize=Все> (дата обращения: 09.04.2022). [Перейти к источнику](#) [Вернуться к статье](#)

11. Горелик А. В., Гуралев В. М. К вопросу о специфике полицейской ударной техники выполнения боевых приемов борьбы // Пед. науки. 2018. № 14. С. 285–288. [Вернуться к статье](#)