

УДК 796.8

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ КУРСАНТОВ ПРИЕМАМ УДАРОВ И БОРЬБЫ

Л. С. Неменков

*УО «Могилевский институт Министерства внутренних дел
Республики Беларусь»,
доцент кафедры служебно-прикладной подготовки,
доцент*

Е. А. Мосолова

*УО «Могилевский институт Министерства внутренних дел
Республики Беларусь»,
курсант 3 курса факультета милиции*

Содержание профессионально-прикладной подготовки курсантов предусматривает качественное изучение и совершенствование множества важных двигательных навыков и умений, которые позволят будущим сотрудникам органов внутренних дел (далее — ОВД) действовать профессионально в различных ситуациях по предотвращению противоправных действий со стороны правонарушителей, в частности, в обстоятельствах физического сопротивления. На занятиях по профессионально-прикладной физической подготовке значительная часть времени отводится изучению и совершенствованию приемов борьбы. Необходимость овладения ударной техникой спортивных единоборств обусловлена различными ситуациями, возникающими в процессе пресечения противоправных действий правонарушителей [1]. Особенно ярко может выражаться при активном сопротивлении и противодействии, вооруженном и/или групповом нападении. В таких ситуациях владение приемами и действиями спортивных единоборств может существенно облегчить задачу по противодействию и задержанию нарушителей. Поэтому организационно-методические аспекты, связанные с повышением эффективности обучения курсантов приемам ударов и борьбы, обладают актуальностью и практической значимостью.

Традиционно процесс изучения и совершенствования приемов и действий спортивных единоборств начинается с объяснения и показа разучиваемого технического действия. Затем занимающиеся распределяются по парам и начинают поочередное выполнение данных приемов. Продолжительность многократного выполнения, то есть отработки, новых приемов на данном этапе зависит от их технической сложности, общей физической и спортивной подготовленности курсантов. Критерием овладения двигательным действием служит

технически правильное его выполнение занимающимся. Следующим немаловажным этапом является совершенствование данных приемов и действий, которое предполагает постепенное усложнение условий их реализации, например, за счет оказания определенного сопротивления со стороны партнера. Также достигать повышения эффективности обучения и совершенствования приемов борьбы можно посредством применения кругового метода выполнения упражнения. Использование кругового метода на занятиях по профессионально-прикладной физической подготовке позволяет добиваться значительного не только психологического, но и дидактического эффекта, поскольку реализация этого метода происходит в условиях частой смены партнеров, что обеспечивает курсантам широкую вариативность выполнения приемов с партнерами разного веса и роста, уровня подготовленности.

При использовании кругового метода выполнения упражнения следует учитывать следующие организационные аспекты. Курсантов необходимо располагать по кругу, на значительном расстоянии друг от друга, чтобы при выполнении двигательного действия они не мешали друг другу. Диаметр круга определяется визуально в зависимости от количества занимающихся: если занимающихся большое количество, то круг должен быть шире, если их меньше, то круг может быть меньше по своему диаметру. Главное, чтобы при выполнении приемов/действий борьбы соблюдались правила техники безопасности. После распределения по кругу, по команде преподавателя, один из занимающихся, которого укажет педагог, начинает выполнение приема по кругу, переходя от одного курсанта к другому. Так, после проведения технического действия обучающийся быстро принимает исходную стойку и переходит к выполнению приема со следующим оппонентом. Затем выполнение приема начинает следующий из занимающихся, находящихся в кругу. Выполнение происходит до тех пор, пока все стоящие в кругу участники не выполнят данное упражнение. В ходе реализации курсантами учебного задания преподаватель следит за качеством и последовательностью выполнения приема.

Для повышения моторной плотности учебного занятия выполнение приемов по кругу может осуществляться с иным временным интервалом, например, следующий курсант, стоящий в круге, приступает к выполнению приема сразу же после предыдущего занимающегося, а не после того, как он завершил движение по кругу. При выполнении упражнений направление движения по кругу не имеет принципиального значения.

При проведении занятий по изучению и совершенствованию приемов ударной техники широко применяются различные методы теории и методики физического воспитания: целостного и расчлененного выполнения упражнения, круговой тренировки, парный метод. Это позволяет более качественно

организовывать процесс профессионально-прикладной подготовки курсантов. В спортивных единоборствах широко используются различные виды ударных действий. Во многом ударные действия, выполняемые в единоборствах, схожи по своей структуре и технике с ударами, которые изучаются курсантами на учебных занятиях. Технические действия ударной направленности, как правило, применяются в процессе противостояния, как у спортсменов, так и у сотрудников ОВД. Однако процесс противостояния в схватке с правонарушителем и в спортивной поединке кардинально отличается. Алгоритм реализации противостояния в спортивных единоборствах строго подчинен установленным правилам в данном виде спорта. Соревновательные поединки у спортсменов-единоборцев строго регламентированы временными параметрами и разрешенными видами различных ударных действий руками и ногами. Соревновательная деятельность спортсменов происходит на определенных спортивных площадках, которые создаются для проведения соревнований разного уровня. Данные спортивные площадки имеют определенные размеры и покрытие, которые определены правилами соревнований. Кроме того, ударные действия и способы их выполнения в той или иной ситуации в каждом виде спортивных единоборств имеют свою специфику, которая регламентирована правилами. В то же время ведение противодействия в процессе предотвращения противоправных действий в отличие от соревновательной деятельности единоборцев обладает множеством отличительных моментов. Так, задержание и противодействие правонарушителю не происходит в строго определенных местах и в конкретно определенное время. Процесс противостояния нарушителю не подчиняется определенным правилам, которые могли бы оказать влияние на исход поединка. К тому же при проведении задержания сотрудник может столкнуться не с одним правонарушителем, а с несколькими агрессивными людьми, демонстрирующими открытое сопротивление и неподчинение требованиям представителя власти. Местами столкновения могут быть различные виды транспорта, жилые и нежилые помещения, лифты, лестничные пролеты и др. Поэтому в процессе обучения и совершенствования ударной техники курсантов особое значение принадлежит моделированию различных видов ситуаций, в которых может происходить сопротивление правонарушителя. Способность быстрой оценки ситуации и оперативного реагирования выступает залогом эффективности действий сотрудника ОВД по задержанию нарушителя или предотвращению противоправных действий.

После овладения курсантами определенными техническими приемами начинается их дальнейшее совершенствование с целью формирования навыков применения двигательных действий в нестандартных ситуациях служебной деятельности. Это обусловлено тем, что совершенное владение тем или иным

техническим приемом не является гарантом его успешного применения для оказания сопротивления действиям правонарушителя в неопределенных условиях. Также непредсказуемость в своих действиях может использовать и сотрудник для введения нарушителя в замешательство или заблуждение, что позволит ему произвести успешное задержание или разрешение конфликтной ситуации.

При обучении бросковой и ударной технике физическая нагрузка на занятии должна строго дозироваться. На этапе совершенствования технических действий нагрузка и частота их выполнения постепенно увеличиваются до тех пор, пока занимающиеся не смогут провести то или иное техническое действие в процессе полного противостояния сопернику. Таким противостоянием выступает учебная схватка или учебное задержание, где курсанты могут применить имеющийся арсенал технических действий. Кроме того, многие курсанты, занимающиеся в спортивных секциях по определенным видам единоборств (самбо, дзюдо, карате, рукопашный бой и т. д.), совершенствуют свой уровень проведения соревновательных схваток, принимая участие в соревнованиях различного уровня. Для проведения учебных и соревновательных схваток курсанты должны обладать соответствующим уровнем физической, технической, тактической и психологической подготовки.

Безусловно, в процессе обучения и совершенствования ударной техники на учебных занятиях происходит физическая и техническая подготовка курсантов. Сложнее обстоит дело с тактической подготовкой, которая включает непосредственно элементы противостояния, что не всегда используется на учебных занятиях. Поэтому в процесс совершенствования приемов борьбы и различных видов ударов необходимо вводить определенные тактические приемы. К таковым в первую очередь относятся технические комбинации, предполагающие быстрый переход от одного технического действия к другому. Тактическими компонентами могут являться различные виды перемещений, способствующие сокращению или увеличению дистанции с соперником для выполнения технического действия или его парирования. Эффективными тактическими приемами являются различные виды толчков, уклонов, наклонов и ложных движений [2]. Использование различных приемов и действий тактической деятельности существенно повышает уровень профессионально-прикладной подготовки сотрудников.

Таким образом, при обучении курсантов различным видам ударной техники можно с успехом использовать технические приемы из различных видов единоборств. Однако не следует забывать о специфике противостояния в реальном поединке во время открытого сопротивления правонарушителя, когда сотруднику надлежит действовать в непредсказуемой ситуации, которая не

определяется и не регламентируется определенными правилами, в отличие от соревновательного поединка. Поэтому включение в образовательный процесс курсантов различных технических и тактических компонентов спортивных единоборств, проведение поединков на основе моделирования нестандартных ситуаций в условиях, приближенных к профессиональной деятельности сотрудников, позволит сформировать у них необходимый базис для успешного решения оперативно-служебных задач, требующих силового пресечения различных противоправных действий нарушителей.

1. Неменков Л. С. Тактико-техническая подготовка курсантов к выполнению приемов самозащиты с использованием средств спортивных единоборств // Актуальные вопросы права, образования и психологии : сб. науч. тр. / Могилев. ин-т МВД. Могилев, 2019. Вып. 7. С. 154–160. [Вернуться к статье](#)

2. Гожин В. В., Малков О. Б. Теоретические основы тактики в спортивных единоборствах : учеб. М. : Физкультура и Спорт, 2008. 232 с. [Вернуться к статье](#)