

УДК 796.011.3

Объективная оценка ситуаций самозащиты на основе прохождения студентами ускоренного курса самообороны

Цирульников Николай Николаевич¹, кандидат педагогических наук, доцент

Приходько Андрей Митрофанович¹, кандидат педагогических наук

Сыромятников Олег Валерьевич², кандидат педагогических наук

Воробьев Сергей Николаевич³, кандидат педагогических наук, доцент

¹*Санкт-Петербургский военный институт войск национальной гвардии Российской Федерации, Санкт-Петербург*

²*Саратовский военный институт войск национальной гвардии Российской Федерации, Саратов*

³*Санкт-Петербургский государственный университет телекоммуникаций имени М.А. Бонч-Бруевича, Санкт-Петербург*

Аннотация. В статье рассматриваются результаты обучения студентов основам самообороны. Цель исследования – изучить отношение и способность студентов дать объективную оценку границам допустимой меры самозащиты от нападения после прохождения теоретического и практического курса самообороны. Установлено, что часть респондентов в случае необходимости применения приемов самообороны не исключают возможность превышения защитных действий под влиянием собственных эмоций. Студенты способны к объективной оценке границ допустимой самообороны, что проявляется в демонстрации ими различных вариантов самозащиты. Использование моделируемых ситуаций самозащиты на практике с созданием стрессовых условий обеспечит формирование вариативных способов реагирования, а также дифференцирует объективную оценку ситуации и инстинктивные реакции защищающихся.

Ключевые слова: физическая подготовка студентов, самозащита, стрессовые состояния.

Objective assessment of self-defense situations based on the completion of an accelerated self-defense course by students

Tsirulnikov Nikolay Nikolaevich¹, candidate of pedagogical sciences, associate professor

Prihodko Andrey Mitrofanovich¹, candidate of pedagogical sciences

Syromyatnikov Oleg Valerievich², candidate of pedagogical sciences

Vorobyov Sergey Nikolaevich³, candidate of pedagogical sciences, associate professor

¹*St. Petersburg Military Institute of the National Guard Troops of the Russian Federation, St. Petersburg*

²*Saratov Military Institute of the National Guard Troops of the Russian Federation, Saratov*

³*St. Petersburg State University of Telecommunications named after M.A. Bonch-Bruевич, St. Petersburg*

Abstract. The article discusses the results of teaching students the basics of self-defense. The purpose of the study is to study the attitude and ability of students to give an objective assessment of the boundaries of the permissible measure of self-defense against attack after completing the theoretical and practical course of self-defense. It was established that some of the respondents, if it is necessary to use self-defense techniques, do not exclude the possibility of exceeding defensive actions under the influence of their own emotions. Students are able to objectively assess the boundaries of permissible self-defense, which is manifested in their demonstration of various options for self-defense. The use of simulated situations of self-defense in practice with the creation of stressful conditions will ensure the formation of variable ways of response, as well as differentiate an objective assessment of the situation and the instinctive reactions of the defenders.

Keywords: physical training of students, self-defense, stress conditions.

ВВЕДЕНИЕ. Несмотря на то, что самооборона от нападения зачастую считается частью специализированной подготовки сотрудников силовых ведомств, вопросы ее практического применения имеют всеобщее значение.

Непризнание реально существующих угроз физического нападения придает термину самообороны ошибочный оттенок отсутствия функциональности [1].

Чаще всего самозащита ассоциируется с деятельностью реактивного характера, т.е. как способ отражения уже произошедшего нападения. Вместе с тем наиболее эффективным способом разрешения конфликтов является упреждающий подход, который нашел свое отражение в рабочих образовательных программах по единоборствам в вузах как одна из тем физического воспитания [2-4]. Преподаватели физического воспитания вправе выбирать различные стратегии реализации самообороны [5].

В ранее выполненных работах реализованы различные подходы к обучению самозащите от нападения и получены результаты обучения в аффективной, когнитивной и психомоторной сферах обучающихся [6].

ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ – изучить отношение и способность студентов дать объективную оценку границам допустимой меры самозащиты от нападения после прохождения теоретического и практического курса самообороны.

МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Структура исследования основывалась на теории и использовании кодирования текста. В результате опроса респондентов получен качественный анализ данных. Для достижения цели исследования разработан исследовательский инструмент, в котором использовались тематические истории, знакомящие респондента с проблемой, а затем запрашивающие его мнение по поводу решения проблемы. Итоговые данные отражали результаты обучения студентов в когнитивной сфере.

Исследование проводили со студентами технического вуза в форме ускоренного курса обучения самообороне в рамках дополнительного образования. Исследовательскую группу составили студенты ($n = 37$) в возрасте $18,5 \pm 0,5$ лет, юноши ($n = 23$) и девушки ($n = 14$).

Студенты, принявшие участие в исследовании, не имели практического опыта и теоретических знаний в области самообороны.

Целью ускоренного курса являлось ознакомление студентов с основными принципами и теоретическими основами самообороны, освоение базовых навыков, обеспечивающих элементарную физическую защиту. Время, отведенное на курс, составило 36 часов. Содержание курса включало теорию самообороны (тактику, возможные ситуации единоборств, юридическое определение необходимой самообороны); упражнения разминки борца; выполнение стоек, перемещений, блоков, ударов; подвижные игры на основе единоборств; простейшие защитные и атакующие действия. В процессе подвижных игр на основе единоборств обучаемые выполняли различные виды физического контакта – захваты, освобождения от захватов, удары рукой и ногой.

Образовательные цели обучения классифицировали по уровням сложности и специфичности на основе таксономии Блума.

На первоначальном этапе преподаватель теоретически информировал студентов о возможных способах нападения, технике выполнения приемов, начального опыта самообороны. Ожидаемые результаты обучения относились к когнитивным сферам деятельности на уровне знания теории, понимания систематики приемов и действий, осознанного применения приемов самообороны.

Практическая часть курса проводилась в форме проблемного обучения и была направлена на освоение техники приемов самообороны. После показа и объяснения техники приема преподавателем студенты повторяли структуру действий и искали собственные способы решения двигательной задачи. После указаний преподавателя по исправлению ошибок студенты старались устранить недостатки при выполнении защиты.

Данные проанализированы с использованием программного обеспечения Statistica 10.0.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Посредством наблюдения установлено, что отдельные студенты воспринимают физическое единоборство с другим человеком в качестве негативного стрессового фактора. В начале курса присутствовали негативные эмоции, связанные с потерей безопасной дистанции. С проведением подвижных игр на основе единоборств негативный психологический фон изменился на позитивный. Положительный опыт игровых занятий способствовал погружению в тренировочную деятельность, развитию психических качеств студентов – смелости и решительности в действиях, выдержки и самообладания при выполнении приемов самообороны.

Содержание приемов самообороны изучали концентрированно, на основе изложения биомеханических принципов защиты. На данном этапе обучения студенты, используя теоретические знания и мыслительные процессы, рассматривали различные варианты возможных атак и защит, задавали вопросы о действиях в различных ситуациях.

В результате теоретических занятий студенты усвоили понятие техники самообороны и ее соответствие требованиям законодательства. Поскольку полученные теоретические знания не позволяли обучаемым оценить границы допустимости применяемых мер самообороны, было проведено практическое обучение правовым основам необходимой меры самозащиты. На практических занятиях студенты ознакомились с понятием необходимой самообороны согласно установленным законом требованиям.

После завершения практической части курса со студентами был проведен опрос, в котором они прокомментировали проблему и поделились своими взглядами на различные ситуации самообороны.

По ответам на вопрос «Поделитесь своим мнением о концепции необходимой защиты» определяли, какую информацию студенты запомнили о допустимых мерах самообороны. Ответы показали, что все студенты поняли определение необходимой меры защиты. Ими были представлены различные толкования правового статуса необходимой защиты, включая конкретные примеры. Оказалось, что на основе интерпретации и демонстрации определенных вариантов самозащиты студенты смогли понять обстоятельства, при которых они могут совершить действие, в иных ситуациях считающееся преступным.

Большинство студентов, затронувших проблему адекватности защиты, определили ее как действия, необходимые для пресечения нападения с возможными последствиями нанесения травмы нападающему, примерно равными причинению ущерба в случае состоявшегося нападения. При этом обучаемые осознают, что для успешной самообороны уровень ответных мер в техническом исполнении должен

превосходить уровень подготовленности нападающей стороны. В связи с этим необходимая и достаточная самооборона может быть более наступательной, чем действия нападающей стороны.

Результаты обучения теории самообороны на первых двух уровнях таксономии образовательных целей – знания и понимания – диагностируются как достаточно высокие.

Во второй части исследования студентам было предложено проанализировать и высказать свое мнение о тематической истории, содержащей ситуацию агрессивного поведения. С помощью проведенного опроса исследовали результаты обучения на более высоких уровнях когнитивной предметной области таксономии образовательных целей.

В результате проведенного исследования установлено, что обучаемые адекватно понимают концепцию самообороны и правильно оценивают направленность и результаты выполняемого действия. По их мнению, правильным решением в случае агрессивного нападения должно стать обращение в полицию. В то же время, многие из них солидарны с поведением защищающегося, превысившего меру допустимой защиты, и на его месте действовали бы точно так же. Прохождение теоретического и практического курса основ самообороны позволяет студентам оценивать ситуацию с точки зрения требований законодательства. Несмотря на это, часть респондентов в случае необходимости применения приемов самообороны не исключают возможности превышения защитных действий под влиянием собственных эмоций.

Находясь под влиянием эмоций, студентам сложно дать объективную оценку границам допустимой самообороны, несмотря на то что прохождение теоретического курса дает им возможность описать границы самообороны с юридической точки зрения.

Из вышесказанного можно установить различия между реакцией в когнитивной и аффективной сферах.

ВЫВОДЫ. С точки зрения теории проведения защитных действий студенты способны к объективной оценке границ допустимой самообороны, что проявляется в интерпретации и демонстрации ими различных вариантов самозащиты.

Использование моделируемых ситуаций самозащиты на практике с созданием стрессовых условий выполнения приемов обеспечит формирование вариативных способов реагирования студентов на нападение извне, а также дифференцирует объективную оценку ситуации и инстинктивные реакции защищающихся.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Соломатин С. В., Соломатин А. В., Николаев И. В. [и др.]. Развитие эмоционально-волевой сферы как фактор устойчивости технических навыков и координации квалифицированных борцов самбо. DOI 10.34835/issn.2308-1961.2021.3.p405-409 // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 3 (193). С. 405–409.
2. Миронов А. О., Понимасов О. Е., Морозова Л. В., Мельникова Т. И. Антикризисная стратегия реализации физического воспитания студентов в условиях ограничения жизнедеятельности // Теория и практика физической культуры. 2023. № 3. С. 61–62.
3. Кирьянова Л. А., Понимасов О. Е., Колесников Н. В., Виноградова О. П. Полифункциональная фитнес-технология физического воспитания студентов управленческих специальностей // Теория и практика физической культуры. 2023. № 7. С. 74–76.
4. Зюкин А. В., Понимасов О. Е. Культурологическая модель физкультурно-педагогического образования студентов. DOI 10.25807/22224378_2022_4_56 // Научное мнение. 2022. № 4. С. 56–60.

5. Миронов А. О., Симаков А. М., Понимасов О. Е. Проявление односторонней инверсии в ударной технике квалифицированных тхэквондистов // Теория и методика ударных видов спортивных единоборств : материалы III Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной памяти К.В. Градополова. Москва : РУС«ГЦОЛИФК», 2023. С. 94–99.
6. Кузнецов П. К., Понимасов О. Е. Смысл и искусство самообороны как производного боевых искусств // Научные труды Северо-Западного института управления РАНХиГС. 2022. Т. 13, № 4 (56). С. 151–159.

REFERENCES

1. Solomatin S. V., Solomatin A. V., Nikolaev I. V. [etc.] (2021), “Development of the emotional-volitional sphere as a factor in the stability of technical skills and coordination of qualified sambo wrestlers”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 3 (193), pp. 405–409.
2. Mironov A. O., Ponimasov O. E., Morozova L. V., Melnikova T. I. (2023), “Anti-crisis strategy for the implementation of physical education of students in conditions of disability”, *Theory and practice of physical culture*, No. 3, pp. 61–62.
3. Kiryanova L. A., Ponimasov O. E., Kolesnikov N. V., Vinogradova O. P. (2023), “Multifunctional fitness technology for physical education of students of management specialties”, *Theory and practice of physical culture*, No. 7, pp. 74–76.
4. Zyukin A. V., Ponimasov O. E. (2022), “Culturological model of physical culture and pedagogical education of students”, *Scientific opinion*, No. 4, pp. 56–60.
5. Mironov A. O., Simakov A. M., Ponimasov O. E. (2023), “Manifestation of one-sided inversion in the striking technique of qualified taekwondoists”, *Theory and methodology of striking types of combat sport*, Materials of the III All-Russian scientific and practical conference with international participation, dedicated to the memory of K.V. Gradopolov, Moscow, RUS “GTSOLIFK”, pp. 94–99.
6. Kuznetsov P. K., Ponimasov O. E. (2022), “The meaning and art of self-defense as a derivative of martial arts”, *Scientific works of the North-West Institute of Management RANEPa*, V. 13, No. 4 (56), pp. 151–159.

Информация об авторах:

Н.Н. Цирульников, доцент кафедры физической подготовки и спорта, tsirulnikovnn@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0001-8289-1198>.

А.М. Приходько, старший преподаватель кафедры физической подготовки и спорта, prihodkostar@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0001-4038-6097>.

О.В. Сыромятников, заместитель начальника кафедры физической подготовки и спорта, Zema_01@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0006-0758-9059>.

С.Н. Воробьев, доцент кафедры физического воспитания, sergeyvorobey@gmail.com, <https://orcid.org/0006-0009-8914-2655>.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию 22.03.2024.

Принята к публикации 19.04.2024.