

Атмосфера соревнований была поистине наполненной искренним дружелюбием, взаимной радостью. Участники дружно болели за свои команды, поддерживали соперников, получили огромный заряд бодрости от наслаждения природой и попробовали вкусную кашу с чаем из полевой кухни. Команды успешно состязались в лыжных гонках, биатлоне, конькобежной эстафете, турнире по хоккею.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, можно сделать вывод – совместная деятельность коллективов кафедр физической культуры медицинских вузов Санкт-Петербурга ведёт не только к росту физического совершенства студентов (укреплению здоровья, формированию необходимых физических качеств, формированию ценностных ориентаций студента на ЗОЖ), но к становлению иерархии личностных ориентиров, направленных как на физическую, так и духовную составляющую личности. Повышение интереса к соревновательной деятельности независимо от группы здоровья ведет к усилению мотивации студентов, делает его более мобильным, динамичным, способным к познанию уже открытого и открытию нового.

ЛИТЕРАТУРА

1. Проведение спортивно массовых мероприятий в медицинских вузах Санкт-Петербурга как форма социализации студенческой молодежи / М.Е. Тараканова, Л.И. Халилова, И.В. Складорова, Л.В. Мальцева // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 3 (205). – С. 464–467.

REFERENCES

1. Tarakanova, M.E., Khalilova, L.I., Sklyarova, I.V. and Maltseva, L.V. (2022), “Carrying out mass sports events in medical universities of St. Petersburg as a form of student youth socialization”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafita*, No. 3 (205), pp. 464-467.

Контактная информация: irekovnal@mail.ru

Статья поступила в редакцию 25.04.2023

УДК 378.147:796.819

ОПТИМИЗАЦИЯ ОБУЧЕНИЯ БОЕВЫМ ПРИЕМАМ БОРЬБЫ В УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ОВД

Алексей Олегович Цыганок, кандидат педагогических наук, доцент, Антон Андреевич Вяткин, кандидат педагогических наук, доцент, Павел Викторович Шаров, старший преподаватель, Санкт-Петербургский университет МВД России, Санкт-Петербург

Аннотация

В статье изучены противоречия между предъявляемыми требованиями к уровню владения боевыми приемами борьбы и их реально низкой степенью усвояемости слушателями образовательных организаций МВД, осуществляющих начальную подготовку. Исследование показало, что детализация вопроса разработки современной, построенной на принципе диверсификации, тренировочной программы и методики обучения боевым приемам борьбы, где в основе отдельной темы заложен объединяющий базовый прием оптимизирует формирование навыков.

Ключевые слова: оптимизация, боевые приемы борьбы, начальная подготовка сотрудников ОВД, объединяющий базовый прием.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.04.p442-447

OPTIMIZATION OF TRAINING IN COMBAT TECHNIQUES OF FIGHTING IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF INITIAL TRAINING OF POLICE OFFICERS

Aleksei Olegovich Tsyganok, the candidate of pedagogical sciences, docent, Anton Andreevich Vyatkin, candidate of pedagogical sciences, docent, Pavel Viktorovich Sharov, the

Abstract

The article examines the contradictions between the requirements for the level of proficiency in combat fighting techniques and their really low degree of assimilation by students of educational organizations engaged in initial training. The study showed that detailing the issue of developing a modern, based on the principle of diversification, training program and methods of teaching combat techniques of wrestling, where a unifying basic technique is laid at the heart of a separate topic, optimizes the formation of skills.

Keywords: optimization, combat fighting techniques, initial training of police officers, unifying basic technique.

ВВЕДЕНИЕ

Условия осуществления правоохранительной деятельности в современном социуме изменяется, одновременно с этим повышаются требования к уровню владения навыками боевых приемов борьбы выпускников образовательных организаций МВД, осуществляющих начальную подготовку и переподготовку. Повышение юридической грамотности, некоторая спортивная подготовленность в единоборствах криминогенных слоев общества, особые требования возможностей применения оружия сотрудниками ОВД, служебно-боевые ситуации на коротких дистанциях только ужесточают требования к планированию и методике проведения практических занятий по боевым приемам борьбы. По мнению ведущих специалистов, необходимость интенсификации боевой учебы предполагает изыскание новых средств и способов организации физической подготовки, которые должны наиболее полно охватывать характер боевой деятельности [1]. В связи с этим назревает потребность в диверсификации построения программ и методик обучения боевым приемам борьбы в условиях временных затрат образовательной организации, осуществляющей подготовку в короткие сроки.

Проблема заключается в противоречии между предъявляемыми требованиями к уровню владения боевыми приемами борьбы и их реально низкой степенью усвояемости по причине недостаточной разработанности дидактической системы подготовки слушателей. Такое положение обосновывает детализацию вопроса разработки современной, построенной на принципе оптимальности, тренировочной программы и методики обучения боевым приемам борьбы сотрудников полиции, получающих начальное образование в учебных заведениях профессиональной подготовки.

Объект исследования – процесс обучения боевым приемам борьбы сотрудников полиции на этапе начальной подготовки.

Предмет исследования – методика тренировочной программы обучения боевым приемам борьбы в условиях временных затрат начальной подготовки сотрудников ОВД

Цель исследования – совершенствование методики обучения боевым приемам борьбы сотрудников полиции на основе принципа оптимальности в условиях временных затрат предусмотренных учебной программой образовательных организаций начальной подготовки, переподготовки.

Задачи исследования: провести анализ действующей программы обучения боевым приемам борьбы, слушателей института-факультета профессиональной подготовки Санкт-Петербургского университета МВД России; разработать экспериментальную программу и методику обучения боевым приемам борьбы на основе принципа оптимальности; экспериментально проверить программу обучения боевым приемам борьбы.

Предполагается, что внедрение принципа оптимальности в программу обучения боевым приемам борьбы позволит повысить уровень готовности сотрудников полиции к выполнению оперативно-служебных задач в условиях временных затрат образовательных организаций переподготовки и повышения квалификации.

МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Для решения задач исследования применялись методы анализа руководящих документов, регламентирующих образовательный процесс по физической подготовке; метод педагогического наблюдения; метод анализа научно-методической литературы, отражающей подготовку сотрудников полиции к боевым приемам борьбы. Для сравнения общей физической подготовленности групп использовались общепринятые тесты физической подготовки сотрудников полиции. Проверка эффективности экспериментальной программы и методики обучения осуществлялась в результате педагогического эксперимента. Уровень подготовленности в применении боевых приемов борьбы оценивался согласно статье 201–205 приказа МВД России от 5 мая 2018 г. № 275, выявление достоверных различий проводилось по методике определения различий независимых выборок, по x – критерию Ван-дер-Вардена.

Исследовательской группой проанализирована методика проведения более 100 учебных занятий боевыми приемами борьбы в институте-факультете профессиональной подготовки, переподготовки и повышения квалификации Санкт-Петербургского университета МВД России. Результаты анализа показали, что руководители учебных занятий придерживаются классической схемы периодизации изучения тем учебного плана. Планируемые приемы для изучения на отдельных практических занятиях не имеют общей системы обучения. Как следствие, вся механика движения приема запоминается с усилиями.

Понятие оптимальность – означает наиболее благоприятный, наилучший. В основу экспериментальной учебной программы и методики обучения боевым приемам борьбы, были включены лучшие педагогические принципы тренировочного процесса спортсменов: направленность на максимально возможный результат; индивидуализация; единство общей и специальной подготовки; непрерывности; постепенности в наращивании нагрузки.

Модернизацию содержания и методики проведения отдельного практического занятия, решено было провести путем включения в содержание подготовительной части: специальных средств, повторяющих структуру предстоящих к обучению приемов; упражнений из тактико-специальной подготовки; совершенствование приемов, действий, изученных на предыдущих практических занятиях; упражнений на месте, выполняемых вдвоем.

В содержание основной части включались приемы и специальные действия, имеющие в своей основе проведение одного, базового, приема. Через многократное повторение базового приема в различных вариантах его применения происходило максимальное возбуждение нервной системы что положительно влияло на сокращение времени рефлекса на ответные действия [2]. Тренировку изученных приемов рекомендовалось проводить путем моделирования ситуаций: когда правонарушитель неповинуется действиям сотрудника полиции, но при этом не оказывает сопротивления; активно сопротивляется действиям полицейского; активно противодействует применяемым приемам; противодействует сотруднику с использованием огнестрельного, холодного оружия, подручных средств; в условиях, когда правонарушитель имеет численное превосходство.

Разработанная методика подчеркивает необходимость применения принципа формирования навыка – многократное повторение из различных положений как сотрудника, так и ассистента, действующего за правонарушителя, в атаках, защитах.

Содержание основной части дополнялось, физическими упражнениями развивающими специальные качества: взрывную силу, скоростную выносливость, «цепкость» силу: сгибания и разгибания рук, в упоре лежа, выполняемые с интенсивным отталкиванием от поверхности площадки; отталкивание одной рукой от стены (партнера); перебрасывание набивных мячей, весом от 5 кг; челночный бег 3x10, 10x10 м; положения вися, держась руками за полотенце; упражнения в перекидывании небольших предметов.

Исследование эффективности экспериментальной программы обучения боевым приемам борьбы, проводилось на базе института-факультета профессиональной

подготовки переподготовки Санкт-Петербургского университета МВД России. Для проведения эксперимента были определены две группы испытуемых контрольная группа (КГ) 14 человек и экспериментальная группа (ЭГ) 14 человек, всего было привлечено 28 слушателей, начавших свое обучение в сентябре 2022 года. Контрольная группа (КГ) состояла из 5 сотрудников мужского пола, средний возраст $27,6 \pm 5,4$ и 9 сотрудников женского пола средний возраст $23,5 \pm 1,5$. Экспериментальная группа (ЭГ) состояла из 4 сотрудников мужского пола, возраст $27 \pm 0,8$ и 10 сотрудников женского пола, средний возраст $24,3 \pm 1,4$.

Для сравнения уровня физической подготовленности, в начале эксперимента проводилось тестирование уровня развития быстроты (челночный бег 10x10 м – мужчины, женщины), уровня развития силы (сгибание и разгибание рук в упоре лежа – мужчины, женщины; наклоны туловища из положения лежа – женщины; подтягивание на перекладине – мужчины), выносливости (бег на 1 км – женщины, бег на 5 км – мужчины). Результаты тестирования представлены в таблице 1.

Результаты проведенного тестирования общей физической подготовленности достоверных различий в КГ и ЭГ не выявили.

Таблица 1 – Результаты тестирования общей физической подготовленности КГ и ЭГ в начале педагогического эксперимента

Упражнения тестов	Ед. измер.	КГ (n=14)	ЭГ (n=14)	P
Сотрудники мужского пола				
Подтягивание на перекладине	кол-во раз	13±2,8	14±1,1	p>0,05
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	кол-во раз	32±3,4	44±12,7	p>0,05
Челночный бег 10x10 м	с	27,8±1,4	28±1,8	p>0,05
Бег на 5 км	мин, с	29,52±0,01	30,26±0,01	p>0,05
Сотрудники женского пола				
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	кол-во раз	20,3±3,5	18±3,8	p>0,05
Наклоны туловища вперед из положения лежа на спине	кол-во раз	32,7±6,6	28,5±8,3	p>0,05
Челночный бег 10x10 м	с	29,6±2,3	32,7±3,8	p>0,05
Бег на 1 км	мин, с	5,27±0,01	5,42±0,01	p>0,05

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Анализ действующей программы обучения боевым приемам борьбы, рассчитанной на 5 месяцев обучения, выявил классическую методику последовательности прохождения учебного материала: первоначально изучаются приемы и способы страховки и самостраховки, для предотвращения получения различного рода травм, затем осваиваются основные болевые «загибы и рычаги» проводимые на руки правонарушителю. Далее, отдельно осваиваются производные от базовых приемов действия: освобождения от захватов и обхватов; защиты от ударов; досмотры и другие действий предусмотренные программой изучения боевых приемов борьбы, таблица 2.

Результаты исследования типовой программы показали, что в среднем слушатели института-факультета приемы осваивают на протяжении 20 недель по 2 раза в неделю с преподавателем и 1 раз в часы самостоятельной подготовки. Такое положение не противоречит научным исследованиям в формировании и поддержании на требуемом уровне навыков рукопашного боя. Однако замечено, что механика движений всех запланированных к обучению приемов на одном практическом занятии различается, что значительно увеличивает процесс запоминания.

Проведя анализ предстоящей деятельности выпускников образовательных организаций начальной подготовки и переподготовки сотрудников ОВД, была сформирована, наиболее оптимизированная, программа обучения боевым приемам борьбы, построенная на принципе диверсификации. Она фасилитирует дидактический процесс развития навыков боевых приемов борьбы, путем включения в учебные вопросы практического занятия, комплекса приемов и действий, в основе которых лежит базовый прием (болевого или бросок, рекомендованный Наставлением по физической подготовке). К примеру: первоначально разучивается болевой прием на неподвижном ассистенте, в следующем вопросе он

уже совершенствуется при обучении защитных приемов от ударов, обезоруживании, освобождениях от захватов и обхватов, вариантов досмотра, сковывания наручниками, связывания, оказания помощи напарнику. При этом главным в обучении остается процесс совершенствования при постепенно усложняющихся условиях проведения, таблица 3.

Таблица 2 – Классическая схема структурирования тем при изучении боевых приемов борьбы

Темы	Количество часов занятий с преподавателем	Количество часов занятий самостоятельно	Всего
Приемы страховки и само страховки	4	2	6
Болевые приемы	6	6	12
Броски	4		4
Удары и защита от ударов	6	4	10
Освобождение от захватов и обхватов	4	2	6
Пресечение действий с огнестрельным оружием	4	2	6
Сковывание наручниками, связывание	4		4
Наружный досмотр	4		4
Действия с применением палки специальной	4		4
Учебно-боевая практика и тактика применения БПБ	18	4	22
Всего	58	20	78

Таблица 3 – Экспериментальная программа обучения боевым приемам борьбы

Темы	Кол-во часов занятий с преподавателем	Количество часов занятий самостоятельно	Всего
Подготовительные приемы и действия	2	2	6
Загиб руки за спину: освобождение от захватов и обхватов, защиты от ударов, досмотр, сковывание наручниками связывание, оказание помощи	12	6	18
Рычаг руки внутрь: освобождение от захватов и обхватов, защиты от ударов, обезоруживание, действия против огнестрельного оружия	10	6	16
Рычаг руки наружу: освобождение от захватов и обхватов, защиты от ударов, обезоруживание, действия против огнестрельного оружия	8	4	12
Бросок задней подножкой и задней подножкой с захватом ноги: задержание, освобождение от захватов и обхватов, защиты от ударов, обезоруживание	6		6
Бросок через бедро: задержание, освобождение от захватов и обхватов, защиты от ударов	6		6
Действия с применением палки специальной	4		4
Учебно-боевая практика и тактика применения приемов и действий	12	4	16
Всего	58	20	78

Предлагаемая, экспериментальная программа, оптимизирована на усвоение большого объема приемов в минимальный промежуток времени. Темы экспериментальной программы, время для их прохождения имеют некоторые различия от стандартной а общий объем и частота проведения занятий остаются неизменными: 20 недель, 2 раза в неделю по 2 часа с преподавателем и один раз в неделю 2 часа самостоятельной подготовки.

Для проверки эффективности экспериментальной программы, в конце пятимесячного обучения в институте-факультете профессиональной подготовки, был проведен заключительный этап педагогического эксперимента, проверки подготовленности слушателей применять боевые приемы борьбы. Результаты оценки представлены в таблице 4.

Таблица 4 – Результат педагогического эксперимента сравнения уровня подготовленности КГ и ЭГ по боевым приемам борьбы в конце эксперимента

Наименование группы	Количество (n)	Средний балл	Количество слушателей, выполнивших приемы из 5 задач					
			0	1	2	3	4	5
Экспериментальная группа (ЭГ)	14	4,1	-	-	-	3	6	5
Контрольная группа (КГ)	14	3,0	-	1	3	6	3	1

Расчитанное значение x – критерия Ван-дер-Вардена для экспериментальной группы составило 8,61, что больше граничного значения 4,68 для 28 человек, и имеет достоверные отличия при $P < 0,05$. Результат подтверждает эффективность оптимизации структуры экспериментальной программы и методики проведения практических занятий боевыми приемами борьбы построенных на единой механике движений базового приема.

ВЫВОДЫ

Проведенные нами исследования, выявили, что временные затраты стандартной программы обучения боевым приемам борьбы удовлетворяют потребности формирования навыка на необходимом уровне слушателей института-факультета подготовки и переподготовки МВД, но наблюдается длительный процесс запоминания двигательных навыков, так как разучиваемые приемы не имеют общей базовой основы (механики) движений.

Экспериментальная программа обучения боевым приемам борьбы, построенной на принципе диверсификации и методика обучения комплексу приемов, где в основе отдельной темы заложен объединяющий базовый прием подтвердила свою эффективность расчитанным значением критерия Ван-дер-Вардена $x=8,61$ для экспериментальной группы, которое больше граничного значения 4,68.

Таким образом, экспериментальная программа и методика обучения боевым приемам борьбы рекомендуется к внедрению в образовательный процесс института-факультета подготовки, переподготовки и повышения квалификации Санкт-Петербургского Университета МВД России.

ЛИТЕРАТУРА

1. Левченко, Г.Н. Анализ условий боевой и особенностей военной-профессиональной деятельности военнослужащих разведывательных подразделений сухопутных войск Вооруженных Сил Российской Федерации / Г.Н. Левченко, А.А. Шапошников, М.С. Федотов // Проблемные вопросы деятельности специалистов физической культуры и спорта образовательных организаций МО РФ. Пути их решения: Материалы межвузовской научно-практической конференции, Санкт-Петербург – Петергоф, 16 мая 2022 года. Том 1. – Санкт-Петербург – Петергоф: Военный институт (Железнодорожных войск и военных сообщений) - филиал Военной академии материально-технического обеспечения имени генерала армии А.В. Хрулева, 2022. – С. 170–177.
2. Методика построения обучения приемам защиты сотрудников правоохранительных органов на основе механики перемещений / В.Е. Смирнов, А.О. Цыганок, Г.Г. Волошин, Н.С. Киселев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2021. – № 3. – С. 193–197.

REFERENCES

1. Levchenko, G.N., Shaposhnikov A.A. and Fedotov M.S. (2022), “Analysis of the conditions of combat and features of military-professional activity of military intelligence units of the ground forces of the Armed Forces of the Russian Federation”, *Problematic issues of the activities of specialists of physical culture and sports of educational organizations of the Ministry of Defense of the Russian Federation. Ways to solve them: Materials of the interuniversity scientific and practical conference, (St. Petersburg - Peterhof, May 16, 2022)*. Volume 1, St. Petersburg, Peterhof, Military Institute (Railway Troops and Military Communications), branch of the Military Academy of Logistics named after Army General A.V. Khrulev, pp. 170–177.
2. Tsyganok A.O., Smirnov V.E., Voloshin G.G. and Kiselev N.S. (2021), “Methodology for constructing training in methods of protection of law enforcement officers based on the mechanics of movements”, *Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies*, No. 3, pp. 193–197.

Контактная информация: tzyganok.alexey@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 04.04.2023