

УДК 796:378.046.4

**ФОРМИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ ПРИМЕНЕНИЯ
БОЕВЫХ ПРИЕМОВ БОРЬБЫ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКЕ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ МВД РОССИИ****Губжоков А.Х.***Северо-Кавказский институт повышения квалификации (филиал) Краснодарского
университета МВД России, Нальчик, e-mail: shmv1978@yandex.ru*

Цель написания данной работы состоит в исследовании проблем формирования двигательных навыков в процессе физической подготовки обучающихся в образовательных организациях МВД России. Двигательный навык применения боевых приемов борьбы формируется посредством организованной совместной деятельности преподавателя и обучающегося в установленном порядке и определенном режиме, которые нами рассмотрены в данной статье. Современные условия, в которых проходит служба в системе МВД России, обуславливают постоянно возрастающие требования к профессионально-прикладным качествам сотрудников и диктуют достижение ими высокого уровня физической и морально-волевой подготовленности. В процессе прохождения профессионально-прикладной подготовки у сотрудников формируются двигательные умения и навыки применения боевых приемов борьбы, необходимых им при выполнении оперативных, служебных и боевых задач, направленных на обеспечение личной безопасности и силового пресечения различных противоправных антиобщественных деяний. Формирование двигательных навыков применения боевых приемов борьбы осуществляется в соответствии с учебной программой дисциплины «Физическая подготовка», которая обеспечивает комплексное и всестороннее изучение практического и теоретического материала. Немаловажное значение для достижения эффективного результата обучения основам применения боевых приемов борьбы имеют проверенные методы и методики, учитывающие как психологические аспекты подготовленности, так и сформированный уровень физических и личностных качеств обучающихся. При этом следует помнить, что эффективность формирования двигательных навыков напрямую зависит от регулярности тренировочного процесса, в ходе которого у занимающихся развиваются специальные физические качества и достигается такой уровень профессиональной подготовленности и умение тактически правильно действовать как самостоятельно, так и в составе группы в процессе осуществления противодействия противоправным элементам и охраны общественного порядка.

Ключевые слова: физическая подготовка, тактика, технические основы, боевые приемы борьбы, эффективность обучения, двигательный навык

**FORMATION OF MOTOR SKILLS OF APPLICATION OF COMBAT TECHNIQUES
OF WRESTLING IN PHYSICAL TRAINING CLASSES IN EDUCATIONAL
ORGANIZATIONS OF THE MINISTRY OF INTERNAL AFFAIRS OF RUSSIA****Gubzhokov A.Kh.***North Caucasus Institute of advanced training (branch) Krasnodar University of the Ministry
of internal Affairs of Russia, Nalchik, e-mail: shmv1978@yandex.ru*

The purpose of writing this work is to study the problems of forming motor skills in the process of physical training of students in educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia. The motor skill of use of combat techniques of wrestling is formed by means of organized joint activity of the teacher and the trainee in the established order and a certain mode, which we consider in this article. The modern conditions in which service takes place in the system of the Ministry of Internal Affairs of Russia determine the constantly increasing requirements for the professional and applied qualities of employees and dictate their achievement of a high level of physical and moral and will preparation. In the course of vocational training, employees develop motor skills and skills in the use of combat techniques necessary for them in the performance of operational, service and combat tasks aimed at ensuring personal security and forceful suppression of various illegal antisocial acts. The formation of motor skills for the use of combat techniques is carried out in accordance with the curriculum of the discipline «Physical training,» which provides a comprehensive and comprehensive study of practical and theoretical material. The proven methods and techniques taking into account both psychological aspects of preparedness and the formed level of physical and personal qualities of the trainees are important for achieving an effective result of training in the basics of the use of combat techniques. At the same time, it should be remembered that the effectiveness of the formation of motor skills directly depends on the regularity of the training process during which those involved develop special physical qualities and achieve such a level of professional training and the ability to tactically act correctly both independently and as part of the group in the process of countering illegal elements and protecting public order.

Keywords: physical training, tactics, technical foundations, combat techniques, training efficiency, motor skills

Условия, в которых проходит современная служба сотрудников МВД России, предъявляют всевозрастающие требования к их профессионально-прикладным качествам и диктуют необходимость дости-

жения ими высокого уровня физической и морально-волевой подготовленности. Принимая во внимание, что повседневная служба правоохранителей связана с контактом с агрессивно настроенными право-

нарушителями, которые в бою могут показать высокий уровень физического развития и двигательной подготовленности, превосходящие порой подготовленность самих сотрудников, то актуальность эффективной подготовки к применению боевых приемов борьбы в контексте формирования соответствующих двигательных навыков не вызывает сомнений.

Таким образом, процесс прохождения профессионально-прикладной физической подготовки сотрудниками МВД России направлен на формирование теоретических знаний, практических умений и двигательных навыков применения боевых приемов борьбы, необходимых для успешного выполнения оперативных, служебных и боевых задач, а также совершенствования профессионального мастерства.

Рассматривая профессиональное мастерство сотрудника, отметим, что оно представляет собой результат его образованности, богатый содержательный опыт практической работы и высокий уровень физической подготовленности, сформированные на момент выполнения задач службы [1]. Надлежащий уровень профессионального мастерства достигается вследствие обучения умениям и навыкам применения боевых приемов борьбы, оружия и специальных средств в процессе непрерывной служебно-боевой подготовки [1, 2]. Именно указанные обстоятельства обуславливают необходимость эффективного обучения необходимым прикладным двигательным навыкам для формирования тактико-технических основ выполнения боевых приемов борьбы, что и является одной из ключевых задач физической подготовки в образовательных организациях МВД России.

Постановка проблемы

Как известно, профессионально-прикладная физическая подготовка, а именно наиболее важный и содержательный ее раздел – боевые приемы борьбы – занимает особое место в системе профессиональной подготовки, переподготовки и повышения квалификации сотрудников МВД России.

Боевые приемы борьбы выступают важнейшим элементом обучения навыкам применения физической силы в отношении правонарушителя. При формировании у обучающихся двигательных навыков применения боевых приемов борьбы необходимо тренировать умение задержания правонарушителей, оказывающих физическое сопротивление и руководствоваться следующим принципом: при обезвреживании противника соизмерять прикладываемую физиче-

скую силу, то есть применять физическую силу беспристрастно и не допускать совершения самосуда.

Таким образом, целью изучения данного раздела физической подготовки выступает отработка и тренировка умений и навыков прекращения противоправных действий, совершаемых антиобщественными элементами, их задержание, а также сопровождение в ближайший территориальный отдел внутренних дел.

Обоснование

Для формирования соответствующих двигательных навыков применения боевых приемов борьбы на занятиях по физической подготовке обучающиеся осваивают мастерство выполнения освобождений от захватов и обхватов, выполнения защиты от ударов вооруженного и невооруженного противника, от угрозы оружием, от группового нападения, а также оказания взаимовыручки и взаимопомощи. Задача обучающихся состоит в умении использовать оружие и специальные средства, так как неумелое их применение будет только мешать в критической ситуации и может создать угрозу как самому сотруднику, так и окружающим лицам. А ценой такой ошибки может стать здоровье или жизнь сотрудника и граждан. Поэтому эффективное обучение необходимым прикладным двигательным навыкам для формирования тактико-технических основ выполнения боевых приемов борьбы является приоритетным направлением физической подготовки [2].

Согласно федеральному закону «О полиции» сотрудникам «предоставляется право применять физическую силу и огнестрельное оружие, при наличии определенных оснований» [3]. Отсюда обуславливается необходимость формирования тактической и технической подготовленности обучающихся к эффективному применению навыков боевых приемов борьбы [1]. Тематический план по разделу «Боевые приемы борьбы» обусловлен значительной трудоемкостью, которая направлена на формирование и отработку умений и навыков владения боевыми приемами борьбы, соответствующих такому уровню профессионального мастерства, при котором обучающиеся способны демонстрировать успешное силовое задержание антиобщественных элементов [2, 3]. Структурно боевые приемы борьбы состоят из обучения навыкам: применения ударов руками и ногами и защиты от них; захвата и обхвата; защиты и ответных действий с использованием щита и палки специальной от ударов палкой.

Главной целью обучения выступает применение соответствующих боевых приемов борьбы в различных ситуациях противоборства с правонарушителем, когда с его стороны оказывается активное или пассивное сопротивление либо осуществляется нападение на служителя правопорядка. Вследствие этого в процессе формирования двигательных навыков, обуславливающих тактическую и техническую подготовленность сотрудников к применению боевых приемов борьбы, необходимо принимать во внимание следующие положения:

- развитие такого качества, как подготовленность, не должно противоречить целям и задачам физической подготовки;

- подготовленность должна быть направлена на совершенствование личности обучающихся в целом, а также оптимизацию их специальных и служебно-профессиональных качеств;

- для более быстрой адаптации обучающихся к воздействию факторов, обусловленных служебной деятельностью, необходимо также развивать состояние подготовленности;

- подготовленность совершенствуется на занятиях по физической подготовке, утренней физической зарядке, в часы спортивно-массовой работы, в процессе служебной деятельности, в ходе самостоятельных занятий, на практических инструктажах для личного состава, посредством участия в этом процессе широкого круга специалистов: преподавателей физической подготовки, инструкторов, тренеров, командиров подразделений [4].

Таким образом, подготовленность обуславливает совокупность средств применения боевых приемов борьбы, специальных упражнений и организационно-методических рекомендаций по их выполнению.

Осуществление эффективного обучения навыкам применения боевых приемов борьбы на занятиях по физической подготовке целесообразно строить в соответствии с основополагающим принципом физической подготовки, а именно осознанного освоения учебно-практического материала, который означает, что задача обучающихся состоит в изучении теоретических, тактических и технических основ выполняемого приема и техники его выполнения. Соблюдение данного принципа позволяет исключить основную проблему обучения боевым приемам борьбы – упрощение техники его (приема) выполнения.

В процессе учебно-тренировочных занятий основное внимание уделяется формированию правильного положения отдельных (составных) частей технического

действия, которое возможно только на основе наработанного двигательного навыка с соблюдением следующих принципов:

- принципа наглядности, который означает зрительное восприятие и запоминание приема, не только на учебно-тренировочных занятиях, а также при помощи изучения видеоматериалов и иллюстрированных обучающих пособий;

- принципа оптимизации обучения, который предусматривает рациональное распределение изучаемого материала на протяжении всего периода обучения. Для эффективного обучения применению боевых приемов борьбы требуется их отработка в определенной последовательности, которая является наиболее оптимальной для их усвоения;

- принципа блочного планирования обучения; он вытекает из предыдущего принципа и означает глубокую проработку каждой последовательности до перехода к следующему этапу [1, 4].

Реализация указанных принципов позволяет наиболее эффективно и рационально сформировать двигательные умения и навыки, необходимые для выполнения боевых приемов борьбы, а также обуславливает возможность эффективного обучения посредством трех взаимосвязанных этапов: первоначального (начального разучивания), основного (углубленного разучивания) и заключительного (закрепления и совершенствования двигательного умения).

Так, на первоначальном этапе обучения двигательным навыкам у занимающихся формируются базовые тактические и технические умения, в том числе приемы самообороны – ключевого элемента базовых упражнений раздела боевых приемов борьбы [2, 5].

Наибольшей значимостью обладает освоение темы «Удары и защита от них». На учебно-тренировочных занятиях формируются «технические и тактические основы выполнения ударов, изучаются их виды, отрабатывается боевая стойка и дистанция выполнения приемов. Для каждого удара, наносимого противником, разработан целый комплекс защитных действий» [6, 7].

При нанесении ударов руками, ногами и подручными предметами со стороны правонарушителя служитель правопорядка может применить следующие защитные действия: защита передвижением, блокированием, подставками, захватами, отбивами, уходом, уклонами, нырками, отклонениями. Однако при построении тактики защиты следует помнить, что нормативное обеспечение правил выполнения боевых приемов борьбы не допускает каких-либо отклоне-

ний от установленных положений [8, 9]. Задача преподавателя, инструктора, тренера здесь состоит в контроле правильности и уверенности выполнения приема [8, 10].

После освоения обучающимися элементов ударной и бросковой техники преподаватели переходят к обучению навыкам применения болевых приемов борьбы при задержании правонарушителей. Обучающиеся осваивают важнейший болевой прием: на загиб руки за спину в положении стоя без причинения вреда противнику. Вместе с тем на учебно-тренировочных занятиях необходимо развивать двигательные навыки, способствующие выполнению ограничений движения правонарушителя, пресечения его противоправных действий, силового задержания и его дальнейшего сопровождения и доставления в ближайший территориальный отдел внутренних дел. На последующих занятиях обучающихся тренируют к навыкам осуществления личного досмотра и сковывания наручниками, что само по себе также является мерой обеспечения безопасности сотрудника [1, 11].

И на заключительных этапах обучения эффективному применению боевых приемов борьбы обучающиеся осваивают навыки оказания помощи и взаимопомощи при осуществлении нападения со стороны противника, а также формируют умение взаимодействовать с напарником при осуществлении силового задержания [1]. При этом следует помнить, что эффективность обучения достигается путем многократного и систематического повторения изученных приемов, постоянной отработки и повышения скорости их выполнения, что, в свою очередь, совершенствует координационные умения и навыки.

Согласно учебной программе, реализуемой по дисциплине «Физическая подготовка» в образовательных организациях МВД России, на учебно-тренировочных занятиях, направленных на формирование двигательных умений и навыков выполнения боевых приемов борьбы, следует целенаправленно развивать тактические основы, присущие практически всем приемам и способствующие комплексному решению задач по повышению физической и психологической подготовленности обучающихся [4]. Вместе с тем при построении учебно-тренировочного процесса необходимо помнить, что нельзя допускать длительные перерывы между занятиями, так как это приводит к ослаблению двигательного навыка и таким образом падает достигнутый уровень выносливости и работоспособности, что в совокупности является негативным моментом при выполнении

служебно-боевых задач. Тренировочный процесс целесообразно строить так, чтобы каждое последующее занятие проводилось в период наивысшей трудоспособности занимающихся, которая достигается в результате восстановления после предыдущего занятия.

Таким образом, регулярные учебно-тренировочные занятия, направленные на формирование устойчивых двигательных навыков, обуславливают развитие специальных физических качеств, необходимых при формировании тактических и технических основ применения боевых приемов борьбы [2, 8].

Рассматривая методы обучения, используемые при формировании двигательных навыков применения боевых приемов борьбы, выделим общедидактические и частнодидактические.

Общедидактические методы направлены на организацию учебно-познавательной деятельности путем словесного, наглядного, мультимедийного, практического обучения. Также сюда включают стимулирование и мотивацию к обучению (с применением тренингов, моделирования ситуаций и пр.), контроль (тестирование и выполнение контрольных упражнений на оценку) и самостоятельную работу (выполнение физических упражнений в режиме дня, тренировка и отработка освоенных приемов, упражнения и занятия на тренажерах).

К числу частнодидактических методов следует отнести организацию учебно-познавательной деятельности путем усиленных тренировок, инструктажей, создания учебно-профессиональных ситуаций и т.д. Также сюда включают стимулирование и мотивацию к обучению (с применением соревновательных методов), контроль (выполнение боевых приемов борьбы и их комплексов на оценку, анализ допущенных ошибок и погрешностей) и самостоятельную работу (инструкторская и судейская практика).

Обуславливая включение в совокупность частнодидактических методов обучения инструктажей, отметим специфику спортивной подготовки по разделу «Боевые приемы борьбы», которая выступает в прямой зависимости от их сложности:

- целостный, если разучивание двигательного навыка не вызывает сложностей;
- расчлененный (пошаговый), если разучивание двигательного навыка происходит поэтапно ввиду его сложности.

Что касается тренировочных методов, характерных для частнодидактической практики, следует отметить их классификацию в разрезе:

– непрерывности, если разучивание двигательного навыка происходит на протяжении продолжительного времени, т.е. на постоянной основе (без перерывов и остановок);

– интервальности, если разучивание двигательного навыка происходит с перерывами и остановками;

– повторности, если разучивание двигательного навыка выполняется с определенными паузами (регламентированными или произвольными).

Соревновательные методы, которые также являются составной частью частнодидактических методов обучения, направлены на совершенствование профессионально значимых физических качеств для повышения уровня развития двигательных навыков применения боевых приемов борьбы. Соревновательные методы направлены на обучение в условиях соперничества, когда у обучающихся наблюдается полная психофизиологическая мобилизация.

И, наконец, создание учебно-профессиональных ситуаций в процессе обучения направлено на совершенствование двигательных навыков применения боевых приемов борьбы до уровня требований нормативных регламентов. Наиболее популярным методом здесь выступает моделирование реальных ситуаций противоборства с правонарушителем, когда обучающиеся комбинируют различные двигательные навыки и доводят их выполнение до автоматизма [5, 11].

Выводы

Установлено, что формирование двигательных навыков применения боевых приемов борьбы обусловлено задачами профессиональной подготовки сотрудников МВД России.

Список литературы

1. Губанов Э.В. Методика освоения курсантами образовательных организаций МВД России боевых приемов борьбы и пути ее совершенствования // Наука–2020. 2019. № 7 (32). С. 73–77.
2. Губжоков А.Х. Формирование тактических основ применения боевых приемов борьбы у сотрудников полиции на занятиях по физической и профессиональной служебной подготовке // Образование. Наука. Научные кадры. 2020. № 2. С. 207–209.
3. Федеральный закон «О полиции» от 07.02.2011 № 3-ФЗ [Электронный ресурс]. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_110165/ (дата обращения: 25.01.2021).
4. Крымшохалов А.З. Оптимизация тактических и технических основ боевых приемов борьбы у слушателей образовательных организаций МВД России // Проблемы в российском законодательстве. 2020. Т. 13. № 4. С. 177–180.
5. Тхагалегов А.А. Обучение сотрудников полиции комплексному применению боевых приемов борьбы // Проблемы в российском законодательстве. 2020. Т. 13. № 4. С. 208–211.
6. Бештоев Р.О. Методика обучения ударной технике руками и ногами слушателей образовательных организаций МВД России // Образование. Наука. Научные кадры. 2020. № 2. С. 190–192.
7. Афов А.Х. Пути совершенствования навыков ударной техники сотрудников органов внутренних дел РФ // Культура физическая и здоровье. 2019. № 2 (70). С. 144–145.
8. Черкесов Р.М., Настуев Э.Б., Канукоев А.М. Совершенствование обучения сотрудников полиции боевым приемам борьбы и рукопашного боя на занятиях по физической подготовке в образовательных организациях МВД России // Теория и практика физической культуры. 2020. № 9. С. 68–69.
9. Тхазеплов Р.Л. Методика обучения ударам и защитным действиям от них слушателей образовательных организаций МВД России // Проблемы в российском законодательстве. 2020. Т. 13. № 4. С. 192–195.
10. Крымшохалов А.З. Совершенствование методики обучения ударной технике руками и защитам от них слушателей образовательных организаций МВД России // Образование. Наука. Научные кадры. 2020. № 3. С. 198–200.
11. Тхазеплов Р.Л. Формирование навыков применения боевых приемов борьбы у слушателей образовательных организаций МВД России // Образование. Наука. Научные кадры. 2020. № 2. С. 274–27.