

МВД России

Всероссийский институт повышения квалификации
сотрудников МВД России

**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИКИ
БОЕВЫХ ПРИЕМОВ БОРЬБЫ МЕТОДАМИ ИДЕОМОТОРНОЙ
И ИМИТАЦИОННОЙ ТРЕНИРОВКИ**

Учебно-методическое пособие

Домодедово – 2026

ББК 75.715
К19

Авторский коллектив:

Л. В. Кан, кандидат педагогических наук; **Ю. В. Крохина**;
А. Н. Новиков; **А. А. Лунин**

Рецензенты:

В. С. Романюк – доцент кафедры административного права, административной деятельности и управления ОВД Казанского юридического института МВД России кандидат педагогических наук, доцент полковник полиции;

М. О. Сторчилов – начальник ОМВД России по району Бирюлёво Восточное г. Москвы полковник полиции.

К 19 Совершенствование техники боевых приемов борьбы методами идеомоторной и имитационной тренировки : учебно-методическое пособие / Л. В. Кан, Ю. В. Крохина, А. Н. Новиков, А. А. Лунин. – Домодедово : ВИПК МВД России, 2026. – 35 с.

В учебно-методическом пособии представлена методика проведения занятий с сотрудниками органов внутренних дел по применению боевых приёмов борьбы. Значительное внимание уделено инновационному подходу к совершенствованию техники приёмов задержания с применением сопряженного идеомоторного и имитационного методов, а также рассмотрена методика моделирования типовых условно-ситуационных задач для проведения практических занятий по применению боевых приёмов борьбы.

Учебно-методическое пособие направлено на повышение уровня профессионального мастерства сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации, обеспечение их готовности к эффективному выполнению оперативно-служебных задач в деле обеспечения правопорядка и безопасности граждан.

Пособие предназначено для преподавателей кафедр огневой и физической подготовки образовательных организаций системы МВД России, а также для сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации, занимающихся физической подготовкой и боевыми приемами борьбы.

ББК 75.715

ВИПК МВД России, 2026

Введение

Современный этап развития общества характеризуется ростом преступности, изменением ее структуры и повышением степени общественной опасности. В этих условиях возрастает роль сотрудников органов внутренних дел¹ в обеспечении правопорядка и безопасности граждан. Эффективное выполнение служебных задач сотрудниками ОВД напрямую связано с уровнем их профессиональной подготовки, в том числе с владением боевыми приемами борьбы².

Актуальность совершенствования техники БПБ обусловлена необходимостью повышения эффективности действий сотрудников ОВД в различных оперативно-служебных ситуациях, связанных с пресечением правонарушений, задержанием преступников и обеспечением собственной безопасности. Традиционные методы обучения, ориентированные преимущественно на физическую подготовку и многократное повторение технических элементов, не всегда позволяют сформировать у сотрудников ОВД устойчивые навыки применения БПБ в условиях стресса и ограниченного времени.

В связи с этим в данном учебно-методическом пособии предлагается инновационный подход к совершенствованию техники БПБ, основанный на использовании методов идеомоторной и имитационной тренировки.

Идеомоторная тренировка, или мысленное представление движения, позволяет активизировать нейромоторные механизмы и улучшить координацию движений без выполнения фактических физических упражнений.

Имитационная тренировка, в свою очередь, предполагает выполнение движений, имитирующих реальные боевые приемы, в облегченных условиях, что позволяет постепенно усложнять задачу и повышать уровень владения техникой. Совместное применение этих методов позволяет не только ускорить процесс освоения новых приемов, но и значительно улучшить качество их выполнения, повысить уверенность сотрудников ОВД в своих силах и снизить уровень психологического стресса в экстремальных ситуациях.

Целью данного учебно-методического пособия является предоставление сотрудникам ОВД и преподавателям образовательных организаций системы МВД России методических рекомендаций по применению методов идеомоторной и имитационной тренировки для совершенствования техники БПБ.

¹ Далее – «ОВД».

² Далее – «БПБ».

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

- обосновать необходимость совершенствования техники БПБ у сотрудников ОВД;
- раскрыть теоретические основы методов идеомоторной и имитационной тренировки;
- разработать методические рекомендации по применению данных методов в процессе обучения БПБ;
- предложить модели типовых оперативно-служебных ситуаций для проведения практических занятий по применению БПБ.

Учебно-методическое пособие состоит из трех глав.

В первой главе рассматриваются общие вопросы организации и методики проведения занятий по физической подготовке с сотрудниками ОВД, а также применение различных методов и методических приемов для совершенствования техники БПБ.

Во второй главе подробно рассматривается методика совершенствования техники приемов задержания с применением сопряженного идеомоторного и имитационного методов, включая формирование идеомоторных представлений и моделирование условно-ситуационных задач.

В третьей главе представлена методика моделирования типовых условно-ситуационных задач для проведения практических занятий по применению БПБ, с учетом особенностей и специфики выполнения сотрудниками ОВД оперативно-служебных задач по конкретному направлению служебной деятельности.

Пособие предназначено для преподавателей кафедр огневой и физической подготовки образовательных организаций системы МВД России, а также для сотрудников ОВД, занимающихся физической подготовкой и боевыми приемами борьбы.

Глава 1.

Методика проведения занятий с сотрудниками органов внутренних дел по применению боевых приёмов борьбы

1.1. Организация обучения по физической подготовке в системе органов внутренних дел Российской Федерации

Занятия по БПБ занимают важное место в системе физической подготовки сотрудников ОВД. Их цель – сформировать и совершенствовать навыки эффективного применения физической силы, специальных средств и оружия для задержания правонарушителей, пресечения противоправных действий и обеспечения личной безопасности.

Основные принципы методики обучения БПБ

- ***Принцип профессиональной направленности:***

содержание занятий должно соответствовать специфике оперативно-служебной деятельности сотрудников ОВД³, учитывать наиболее вероятные ситуации применения БПБ.

- ***Принцип доступности и последовательности:***

обучение необходимо строить от простого к сложному, с учетом уровня физической подготовки обучающихся.

- ***Принцип систематичности и непрерывности:***

занятия должны проводиться регулярно, с соблюдением оптимального соотношения теории и практики.

- ***Принцип индивидуализации:***

необходимо учитывать индивидуальные особенности обучающихся, их физические возможности и психоэмоциональное состояние.

- ***Принцип наглядности:***

целесообразно использовать демонстрационные материалы, видеоролики, макеты оружия, что будет способствовать лучшему усвоению материала.

³ Леньков, С. Л. Профессиональное образование сотрудников органов внутренних дел / С. Л. Леньков, Н. Е. Рубцова // Профессиональное образование сотрудников органов внутренних дел. Педагогика и психология служебной деятельности: состояние и перспективы : Сборник научных трудов II Международной конференции, Москва, 06–07 июня 2018 года. – Москва : Московский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации имени В.Я. Кикотя, 2018. – С. 314-318.

- **Принцип активности:**

необходимо способствовать активному участию обучающихся в процессе проведения занятий, выполнении упражнений в моделированных ситуациях.

- **Принцип безопасности:**

при выполнении приемов и упражнений необходимо строго соблюдать меры безопасности.

Этапы проведения занятий по БПБ

1. Подготовительный этап (5-10 минут):

- 1.1. Построение, проверка готовности к занятиям.
- 1.2. Постановка целей и задач занятия.
- 1.3. Разминка (общеразвивающие и специальные упражнения, направленные на разогрев мышц и связок, подготовку опорно-двигательного аппарата к нагрузке).

2. Основной этап (60-70 минут):

2.1. Изучение нового материала: объяснение техники приема, демонстрация выполнения, разбор типичных ошибок. Возможно использование учебно-методического видеоматериала.

2.2. Отработка приема:

- 2.2.1. Разучивание приема по элементам.
- 2.2.2. Выполнение приема в медленном темпе.
- 2.2.3. Постепенное увеличение темпа выполнения.
- 2.2.4. Выполнение приема в парах, с партнером.
- 2.2.5. Выполнение приема в усложненных условиях (например, при ограниченной видимости, на скользкой поверхности).

2.3. Моделирование ситуаций и действия в них:

- Действия при нападении с близкой дистанции;
- Действия при угрозе оружием;
- Действия при силовом захвате.

3. Заключительный этап (5-10 минут):

- 3.1. Подведение итогов занятия, разбор ошибок.
- 3.2. Постановка домашнего задания (например, повторение изученных приемов).
- 3.3. Оценка работы обучающихся.
- 3.4. Снятие напряжения и нормализация дыхания (упражнения на расслабление).

Методы и методические приемы обучения БПБ

- **Словесные методы** (объяснение, рассказ, инструктаж, разбор ошибок).
- **Наглядные методы** (демонстрация приемов, использование плакатов и видеоматериалов, макетов оружия).
- **Практические методы** (выполнение упражнений по элементам, выполнение приемов в целом, спарринг, моделирование ситуаций).
- **Метод упражнений** (повторение определенных приемов для формирования и закрепления двигательных навыков).
- **Игровой метод** (для создания эмоционального подъема и повышения интереса к занятиям).
- **Соревновательный метод** (для повышения мотивации и активизации деятельности занимающихся).

Особенности организации занятий

Занятия рекомендуется проводить в специально оборудованных залах (рис. 1) или на открытых площадках (рис. 2), с использованием мягких матов, тренажеров и другого необходимого оборудования.



Рис. 1. Специально оборудованные спортивные залы



Рис. 2. Открытые спортивные площадки

Необходимо обеспечить соблюдение правил безопасности при выполнении приемов и упражнений.

Занятия должны проводиться квалифицированными инструкторами, имеющими опыт практической работы в ОВД и прошедшими специальную подготовку.

Эффективность обучения БПБ зависит от:

- уровня мотивации обучающихся;
- качества преподавания;
- правильной организации тренировочного процесса;
- соблюдения принципов и методов обучения.

Систематическое и целенаправленное обучение боевым приемам борьбы с учетом указанных принципов и методических рекомендаций позволит сотрудникам ОВД успешно выполнять свои служебные обязанности и обеспечивать безопасность граждан.

1.2. Применение методов, методических приемов по совершенствованию техники боевых приёмов борьбы

Для эффективного совершенствования техники БПБ необходимо комплексное применение разнообразных методов и методических приемов, направленных на формирование прочных двигательных навыков, развитие необходимых физических качеств и психологической устойчивости⁴.

Классификация методов и методических приемов

Методы обучения БПБ можно классифицировать по различным признакам.

По характеру познавательной деятельности выделяют:

○ **Словесные методы:** используются для передачи теоретических знаний, объяснения техники выполнения приемов, правил безопасности. К ним относятся рассказ, объяснение, беседа, инструктаж, анализ выполненных действий (см. рис. 3).

⁴ Специально-подготовительные упражнения боевых приемов борьбы : Учебно-методическое пособие / А. А. Вяткин, А. О. Цыганок, Е. М. Марченко, Г. Г. Волошин. – Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации, 2023. – 88 с.



Рис. 3. Преподаватель объясняет группе технику выполнения приемов

- **Наглядные методы:** направлены на создание зрительного образа приема, облегчающего его понимание и освоение (рис. 4). К ним относятся демонстрация приема инструктором; использование плакатов, схем, видеоматериалов; имитация приема в медленном темпе.



Рис. 4. Демонстрация тактики действий при угрозе холодным оружием

- **Практические методы:** основной способ формирования двигательных навыков (см. рис. 5), основанный на многократном повторении приемов в различных условиях. К ним относятся выполнение приемов по элементам в целом, в парах, самостоятельно, в усложненных условиях.



Рис. 5. Демонстрация двигательных навыков при угрозе огнестрельным оружием

По степени регламентации существуют:

- **Стандартизированные методы:** предусматривают строгое соблюдение установленной последовательности действий, параметров нагрузки (рис. 6) и отдыха. Используются на начальном этапе обучения для формирования базовых навыков.



Рис. 6. Разминка и последовательные действия защиты от удара кулаком прямо в голову

○ **Вариативные методы:** допускают изменение условий выполнения приемов, применение различных комбинаций, выполнение приемов с сопротивлением партнера (рис. 7). Используются на этапе совершенствования техники для развития гибкости, адаптивности и умения применять приемы в реальных ситуациях.

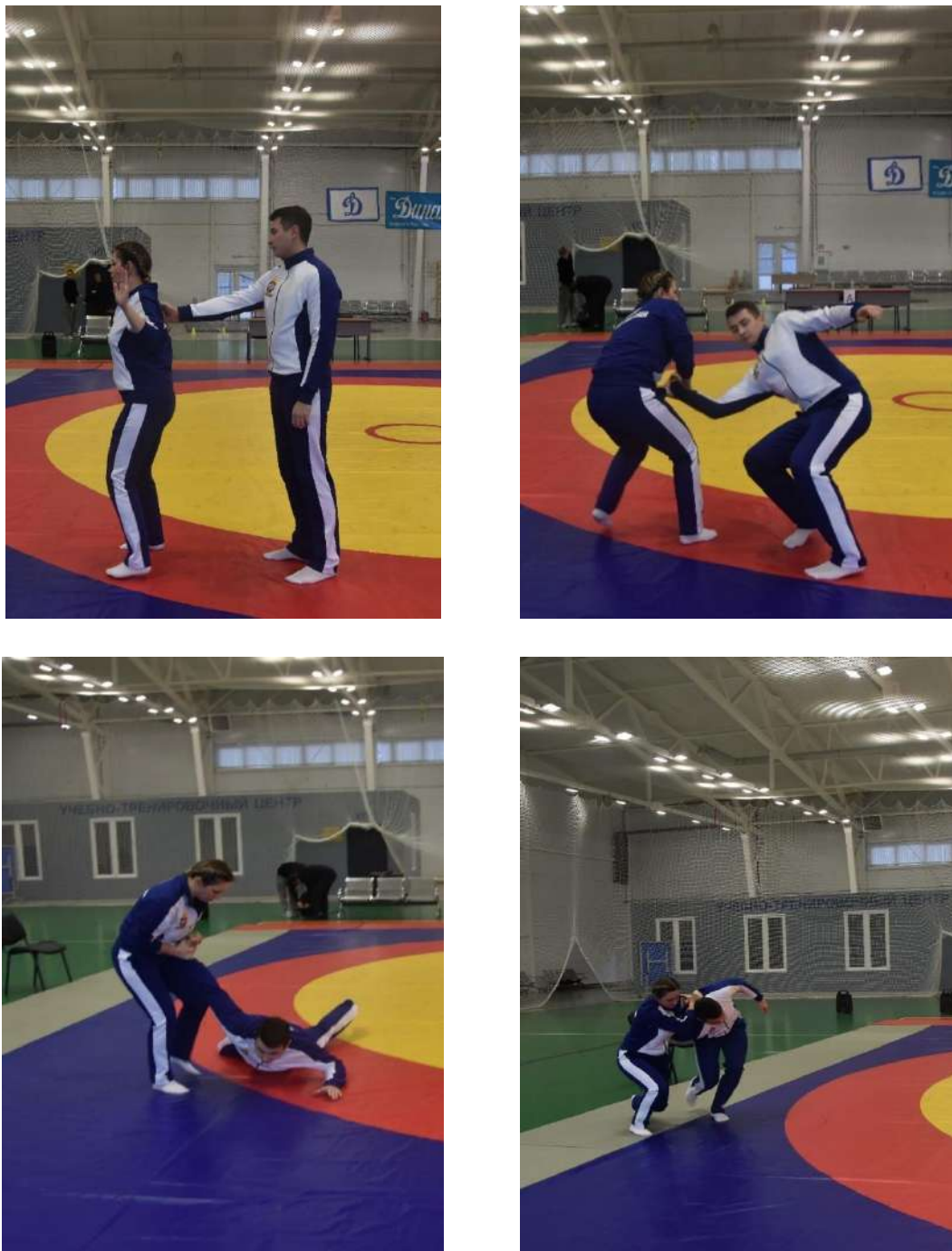


Рис. 7. Выполнение комбинаций до момента задержания правонарушителя

По характеру взаимодействия с партнером отмечают:

- **Индивидуальные методы:** выполнение приемов самостоятельно, с использованием тренажеров или оборудования.
- **Групповые методы:** выполнение приемов в парах или группах, с оказанием помощи или сопротивления партнером (рис. 8).



Рис. 8. Отработка БПБ в парах

По способу организации тренировочного процесса выделяют:

- **Фронтальный метод:** одновременное выполнение упражнения всеми занимающимися под руководством инструктора (рис. 9).



Рис. 9. Демонстрация преподавателем боевой стойки

- **Групповой метод:** разделение занимающихся на группы, каждая из которых выполняет отдельное задание.
- **Индивидуальный метод:** выполнение упражнений по индивидуальному плану, с учетом особенностей и уровня подготовки занимающегося.

Методические приемы совершенствования техники БПБ

- **Расчленение приема на элементы:** позволяет упростить процесс обучения, сосредоточить внимание на отдельных деталях техники.
- **Выполнение приема в медленном темпе:** обеспечивает контроль каждого движения, исключает ошибки, позволяет добиться точности выполнения.
- **Постепенное увеличение темпа выполнения:** способствует формированию автоматизма движений, повышает скорость и эффективность приема.
- **Варьирование условий выполнения приема:** выполнение приема в разных положениях, с различной дистанции, с сопротивлением партнера, в условиях ограниченной видимости, в стрессовых ситуациях (рис. 10).



*Рис. 10. Задержание правонарушителя при несении службы
в сложных климатических условиях*

- **Использование отягощений:** повышает силу и выносливость, необходимые для эффективного выполнения приемов.
- **Применение специальных тренажеров и оборудования:** позволяет моделировать различные ситуации, совершенствовать отдельные элементы техники.

- **Видеоанализ техники:** позволяет увидеть собственные ошибки, сравнить свою технику с эталонной, внести коррективы в процесс обучения.
- **Идеомоторная тренировка:** мысленное представление выполнения приема способствует улучшению координации движений, повышению уверенности в своих силах.
- **Имитационная тренировка:** выполнение движений, имитирующих прием, без партнера или с легким сопротивлением позволяет отработать технику в безопасных условиях.
- **Моделирование ситуаций оперативно-служебной деятельности:** позволяет применять изученные приемы в условиях, максимально приближенных к реальным, развивает навыки принятия решений в стрессовых ситуациях.

Принципы выбора методов и методических приемов

Выбор методов и методических приемов совершенствования техники БПБ должен основываться на следующих принципах:

- **Соответствие целям и задачам обучения:** выбранные методы должны эффективно способствовать достижению поставленных целей.
- **Учет уровня подготовки занимающихся:** методы должны быть доступными и понятными для обучающихся, соответствовать их физическим возможностям и уровню владения техникой.
- **Учет индивидуальных особенностей:** необходимо учитывать индивидуальные особенности обучающихся, их сильные и слабые стороны, предпочтения в обучении.
- **Комплексность:** целесообразно использовать разнообразные методы и методические приемы, обеспечивающие всестороннее развитие необходимых качеств и навыков.
- **Постепенность:** усложнение условий выполнения приемов должно происходить постепенно, по мере освоения базовых навыков.
- **Регулярность:** занятия должны проводиться регулярно, с соблюдением оптимальной частоты и продолжительности.
- **Безопасность:** необходимо обеспечивать соблюдение правил безопасности при выполнении приемов и упражнений.

Эффективное применение различных методов и методических приемов, основанное на знании теоретических основ и практическом опыте, является залогом успешного совершенствования техники БПБ и повышения уровня профессионального мастерства сотрудников ОВД.

Глава 2.

Совершенствование техники приёмов задержания с применением сопряженного идеомоторного и имитационного методов

2.1. Методика формирования идеомоторных представлений

Эффективное применение приемов задержания является критически важным навыком для сотрудников ОВД. Совершенствование техники этих приемов требует не только физической подготовки, но и развития способности к четкому мысленному представлению движений. Сопряженное использование идеомоторной и имитационной тренировки позволяет значительно повысить эффективность обучения и качество выполнения приемов задержания.

Идеомоторная тренировка – это метод, основанный на мысленном воспроизведении двигательных актов без их фактического выполнения. Регулярное использование идеомоторных упражнений способствует развитию нейромышечных связей, улучшению координации и повышению точности выполнения двигательных действий.

Цели применения идеомоторной тренировки для совершенствования приемов задержания:

- Формирование четкого и детального представления о правильной технике выполнения приема.
- Активизация нейромоторных механизмов, ответственных за выполнение приема.
- Предотвращение формирования неправильных двигательных стереотипов.
- Повышение уверенности в своих силах и снижение уровня психологического стресса.

Методика формирования идеомоторных представлений

1. Создание оптимальных условий:

- Выбор тихого и спокойного места, где ничто не будет отвлекать.
- Принятие удобной позы (сидя или лежа), расслабление.
- Закрытие глаз для минимизации внешних раздражителей.

2. Подробное изучение техники приема:

- Изучение теоретического описания приема, анализ его структуры и последовательности движений.

- Просмотр видеоматериалов с демонстрацией правильной техники выполнения приема.

- Самостоятельное выполнение приема в медленном темпе (без сопротивления партнера) с концентрацией внимания на каждом движении.

3. Этапы формирования идеомоторного представления:

- **Восприятие:** четкое представление зрительного образа выполняемого приема, как будто наблюдаете за собой со стороны (диссоциированный подход). Представление должно быть максимально реалистичным, с учетом всех деталей – положения тела, траектории движений, усилий мышц.

- **Ощущение:** «прочувствование» приема – мысленное воспроизведение кинестетических ощущений, возникающих при его выполнении. Представление о мышечном напряжении, давлении, равновесии.

- **Воспроизведение:** мысленное выполнение приема в реальном времени, с соблюдением правильной последовательности движений и скорости выполнения.

- **Анализ:** мысленный анализ выполненного приема, выявление ошибок и неточностей, корректировка представления о технике выполнения.

4. Детализация идеомоторного представления:

- Постепенное усложнение представления, добавление новых деталей (например, противодействие партнера, особенности местности, психоэмоциональное состояние).

- Представление выполнения приема в различных ситуациях оперативно-служебной деятельности.

5. Регулярность выполнения упражнений:

- Рекомендуется проводить идеомоторную тренировку ежедневно, по 10-15 минут.

- Наиболее эффективно проводить идеомоторную тренировку непосредственно перед или после физической тренировки.

6. Критерии оценки эффективности идеомоторной тренировки:

- Четкость и детализация идеомоторного представления.

- Устойчивость кинестетических ощущений.

- Уверенность в своих силах при выполнении приема в реальных условиях.

- Улучшение координации движений и снижение количества ошибок при выполнении приема.

Методические рекомендации по формированию идеомоторных представлений

1. Начинать необходимо с простых двигательных действий и постепенно переходить к сложно-координационным.
2. Не допускать «мысленных ошибок», тщательно контролировать процесс воспроизведения приема.
3. Использовать аудиозаписи с инструкциями для облегчения формирования идеомоторного представления.
4. Комбинировать идеомоторную тренировку с другими методами обучения (например, имитационной тренировкой, физической тренировкой).
5. Вести дневник тренировок, записывая свои ощущения и наблюдения.

Сопряженное применение идеомоторного и имитационного методов, на основе представленной методики формирования идеомоторных представлений, позволит значительно повысить эффективность подготовки сотрудников ОВД к применению приемов задержания в реальных условиях оперативно-служебной деятельности.

2.2. Моделирование условно-ситуационных задач⁵ по выполнению задержания правонарушителей

Эффективная подготовка сотрудников ОВД к реальным ситуациям задержания правонарушителей требует не только теоретических знаний и отработанной техники, но и умения применять эти навыки в условиях, максимально приближенных к оперативно-служебной деятельности. Моделирование УСЗ (см. рис. 11) является одним из наиболее эффективных методов формирования таких навыков⁶.

⁵ Далее – «УСЗ».

⁶ Кан, Л. В. Актуальные вопросы совершенствования методики моделирования условно-ситуационных задач для проведения тактических занятий по огневой подготовке / Л. В. Кан, А. А. Подрезов, И. В. Сапронова // Форум. – 2022. – № 1(27). – С. 255-259.



Рис. 11. Моделирование УСЗ

Цели моделирования УСЗ

- Развитие навыков быстрого анализа обстановки и принятия правильных решений в условиях ограниченного времени и стресса.
- Совершенствование техники выполнения приемов задержания в различных условиях.
- Формирование умения взаимодействовать с напарником при проведении задержания правонарушителя.
- Повышение психологической устойчивости и уверенности в своих силах.
- Оценка уровня готовности сотрудников ОВД к выполнению служебных задач.

Принципы моделирования УСЗ

- **Реалистичность:** сценарии задач должны быть основаны на реальных ситуациях, с которыми могут столкнуться сотрудники ОВД в своей деятельности.
- **Вариативность:** задачи должны предусматривать различные варианты развития событий, чтобы сотрудники были готовы к неожиданностям.
- **Комплексность:** задачи должны охватывать широкий спектр навыков, включая тактику, технику, коммуникацию и применение специальных средств.
- **Прогрессивность:** сложность задач должна постепенно возрастать по мере освоения сотрудниками ОВД базовых навыков.

- **Безопасность:** при проведении моделирования УСЗ необходимо соблюдать все меры безопасности, чтобы исключить возможность травм.

Этапы разработки и проведения УСЗ

1. **Определение целей и задач:** четкое определение целей и задач моделирования УСЗ (например, отработка техники задержания вооруженного преступника, совершенствование навыков взаимодействия в группе).

2. **Разработка сценария:** создание подробного сценария, включающего описание обстановки, действия правонарушителя, задачи сотрудников ОВД, возможные варианты развития событий. В сценарии необходимо учитывать:

- место и время действия;
- описание правонарушителя (внешность, поведение, наличие оружия или других опасных предметов);
- действия правонарушителя (сопротивление, нападение, попытка скрыться);
- задачи сотрудников ОВД (пресечение правонарушения, задержание, обеспечение безопасности).

3. **Подготовка материально-технического обеспечения:** подготовка необходимого оборудования (макеты оружия - рис. 12), специальные средства, транспортные средства, средства связи), а также помещений или территории, где будет проводиться моделирование УСЗ.



Рис. 12. Макеты оружия

4. Инструктаж участников: проведение подробного инструктажа для всех участников моделирования УСЗ, разъяснение целей и задач, правил поведения, мер безопасности.

5. Проведение моделирования УСЗ: выполнение сотрудниками поставленных задач в соответствии со сценарием. Необходимо обеспечить контроль за ходом моделирования УСЗ и своевременное внесение корректировок.

6. Анализ результатов: после завершения моделирования УСЗ проводится детальный анализ действий сотрудников ОВД, выявляются ошибки и недочеты, разрабатываются рекомендации по совершенствованию подготовки.

Примеры УСЗ

- Задержание правонарушителя, совершившего мелкое хулиганство в общественном месте.
- Задержание вооруженного преступника, скрывающегося в жилом доме.
- Задержание группы лиц, совершающих кражу из магазина.
- Пресечение массовых беспорядков на улице.

Методические рекомендации по моделированию УСЗ

1. При разработке сценариев УСЗ необходимо учитывать специфику региона и наиболее распространенные виды преступлений.

2. Использовать различные типы правонарушителей (мужчины, женщины, несовершеннолетние, лица в состоянии алкогольного или наркотического опьянения).

3. Включать в сценарии УСЗ элементы неожиданности, чтобы сотрудники ОВД были готовы к импровизации.

4. Использовать видео- и аудиозапись для анализа действий сотрудников ОВД.

5. Привлекать к участию в моделировании УСЗ опытных сотрудников ОВД, а также психологов и юристов.

Моделирование УСЗ – это важный инструмент повышения эффективности профессиональной подготовки сотрудников ОВД, позволяющий им приобрести необходимые навыки и уверенность в своих силах для успешного выполнения служебных задач по задержанию правонарушителей. Регулярность и качество проведения таких тренировок напрямую влияет на уровень безопасности граждан и самих сотрудников ОВД.

2.3. Метод моделирования УСЗ

Метод моделирования УСЗ – это эффективный педагогический инструмент, используемый в обучении сотрудников ОВД для подготовки к реальным ситуациям оперативно-служебной деятельности. Он заключается в воссоздании условий, максимально приближенных к вероятным обстоятельствам выполнения служебных задач, позволяя обучаемым применять теоретические знания и практические навыки в смоделированной обстановке.

Сущность метода моделирования УСЗ

Моделирование УСЗ предполагает создание искусственной ситуации, в которой сотрудник должен действовать, опираясь на знания, умения и навыки, полученные в ходе обучения⁷. Важно, чтобы смоделированная обстановка была реалистичной и динамичной, требующей от обучаемого быстрого анализа информации, принятия решений и координированных действий.

Основные компоненты метода моделирования УСЗ

Цель. Цель УСЗ должна определять, какие навыки и умения должны быть сформированы или проверены в ходе выполнения задачи (например, отработка техники задержания при нападении, взаимодействие с напарником при преследовании). При моделировании УСЗ необходимо четко сформулировать задачи моделирования.

Сценарий. Следует детально описать ситуацию, включая:

Предысторию – что предшествовало возникновению ситуации?

Действующие лица – описание правонарушителя (внешность, поведение, предполагаемые намерения) и других участников (потерпевшие, свидетели, напарники).

Место и время действия.

Возможные варианты развития событий.

Критерии оценки успешности выполнения задачи.

Ресурсы. Для создания реалистичной обстановки необходимо использовать соответствующее материально-техническое обеспечение, (например, макеты оружия, имитаторы взрывных устройств, транспортные средства, средства связи, элементы местности).

⁷ Научные достижения и инновационные подходы: теория, методология, практика : сборник научных трудов по материалам V Международной научно-практической конференции, Анапа, 28 июля 2022 года. – Анапа : Общество с ограниченной ответственностью «Научно-исследовательский центр экономических и социальных процессов» в Южном Федеральном округе, 2022. – 93 с.

Участники. Определить круг участников ситуации, включая обучаемого сотрудника (или группу сотрудников), выполняющего роль правонарушителя, потерпевшего или свидетеля и т.д.

Оценка. Выработать критерии оценки и методы анализа действий обучаемого, позволяющие выявить сильные и слабые стороны, ошибки и пути их исправления.

Преимущества метода моделирования

Практическая направленность обеспечивает применение теоретических знаний на практике, формирует практические навыки.

Реалистичность УСЗ создает условия, максимально приближенные к реальным ситуациям, повышая готовность сотрудников к действиям в стрессовых условиях.

Развитие навыков принятия решений требует от обучаемых быстрого анализа информации, принятия решений и координированных действий.

Оценка эффективности обучения позволяет оценить уровень готовности сотрудников к выполнению служебных задач.

Возможность анализа ошибок позволяет выявить ошибки и недочеты в действиях обучаемых и разработать меры по их устранению.

Повышение мотивации к обучению происходит через участие в активной и интересной деятельности.

Методика проведения моделирования УСЗ

1. Подготовка:

- Определение целей и задач моделирования.
- Разработка сценария.
- Подготовка ресурсов.
- Инструктаж участников.

2. Выполнение:

- Развертывание ситуации в соответствии со сценарием.
- Действия обучаемого (в соответствии с поставленной задачей).
- Действия статистов (в соответствии со сценарием).
- Наблюдение и фиксация действий обучаемого (возможно, с использованием видеозаписи).

3. Анализ:

- Разбор действий обучаемого на основе критериев оценки.
- Обратная связь: обсуждение сильных и слабых сторон, ошибок и путей их исправления.
- Корректировка методов обучения (при необходимости).

Пример моделирования УСЗ

Сотруднику ОВД ставится задача задержать правонарушителя, подозреваемого в совершении кражи, который пытается скрыться в многолюдном торговом центре.

Сотрудник должен:

- Оценить обстановку, выделить правонарушителя среди посетителей.
- Преследовать правонарушителя, соблюдая меры предосторожности.
- Применить необходимые приемы задержания, минимизируя риск для окружающих.
- Доставить правонарушителя в отделение полиции.

В ходе выполнения задачи оцениваются:

- Правильность выбора тактического действия.
- Техника выполнения приемов задержания.
- Умение применять специальные средства (при необходимости).
- Способность к взаимодействию с другими обучаемыми (при наличии).

Метод моделирования УСЗ является ценным инструментом в профессиональной подготовке сотрудников ОВД, позволяющим повысить их готовность к эффективному выполнению служебных задач в различных, зачастую непредсказуемых, ситуациях. Успешное применение этого метода требует тщательной подготовки, реалистичного сценария и квалифицированного анализа.

Глава 3.

Методика моделирования типовых УСЗ для проведения практических занятий по применению боевых приёмов борьбы

3.1. Моделирование типовых оперативно-служебных ситуаций

Практические занятия по применению БПБ требуют не только физической подготовки и знания техники, но и умения эффективно использовать приемы в условиях, приближенных к реальным оперативно-служебным ситуациям. Методика моделирования типовых УСЗ является ключевым элементом успешной подготовки, обеспечивающим перенос теоретических знаний и отработанных навыков в практическую плоскость.

Цели моделирования типовых УСЗ

- Формирование устойчивых навыков применения БПБ в различных оперативно-служебных ситуациях.
- Развитие тактического мышления и умения быстро принимать решения в условиях ограниченного времени и стресса.
- Совершенствование навыков самоконтроля и управления психоэмоциональным состоянием в конфликтных ситуациях.
- Оценка уровня готовности сотрудников к применению БПБ в реальных условиях оперативно-служебной деятельности.
- Обеспечение безопасности при проведении практических занятий.

Основные этапы разработки и проведения моделирования типовых УСЗ

1. Анализ типовых оперативно-служебных ситуаций.

Изучение и систематизация наиболее распространенных ситуаций, в которых сотрудникам ОВД приходится применять БПБ (задержание правонарушителей, пресечение нападения, защита от вооруженного нападения, конвоирование). Необходимо учитывать специфику региона, вид деятельности и характер преступности.

2. Разработка сценария УСЗ.

Сценарий должен максимально точно имитировать реальную ситуацию и содержать:

- Описание обстановки (место, время суток, освещенность, наличие посторонних).
- Описание правонарушителя (количество, физические данные, степень агрессивности, наличие оружия или других опасных предметов).

- Действия и намерения правонарушителя (нападение, сопротивление, попытка скрыться).
- Задачи сотрудника ОВД (пресечение противоправных действий, задержание, обеспечение безопасности).
- Правила применения БПБ (ограничения, допустимые приемы).
- Возможные варианты развития ситуации (в зависимости от действий сотрудника ОВД).

3. Подготовка материально-технического обеспечения.

- Экипировка сотрудника (служебная одежда, защитное снаряжение, специальные средства).
- Имитаторы оружия и других опасных предметов.
- Оборудование для создания реалистичной обстановки (освещение, звуковое сопровождение).
- Помещение или площадка для проведения занятия (спортивный зал, учебный полигон).

4. Подбор и инструктаж статистов.

Статисты должны играть роль правонарушителей, максимально реалистично имитируя их поведение. Необходимо провести подробный инструктаж по технике безопасности и правилам взаимодействия с сотрудниками ОВД.

5. Проведение практического занятия.

- Сотрудник ОВД помещается в смоделированную ситуацию в соответствии со сценарием.
- Сотрудник ОВД должен принять решение и действовать в соответствии с поставленной задачей и правилами применения БПБ.
- Инструктор наблюдает за действиями сотрудника ОВД и фиксирует ошибки.

6. Анализ и разбор результатов.

- После завершения упражнения проводится детальный разбор действий сотрудника.
- Анализируются правильность выбора приемов, техника их выполнения, тактические навыки, психоэмоциональное состояние.
- Указываются ошибки и даются рекомендации по их устранению.
- Обсуждаются альтернативные варианты действий.

Методические рекомендации по моделированию типовых УСЗ

• Реалистичность.

Сценарии должны быть основаны на реальных случаях из служебной деятельности ОВД. Используйте статистику и анализ преступности в вашем регионе.

- ***Вариативность.***

Разрабатывайте несколько вариативных действий по решению служебных задач для одной и той же ситуации.

- ***Прогрессивность.***

Начинайте с простых ситуаций и постепенно усложняйте их, добавляя новые факторы (несколько правонарушителей, ограниченное пространство, плохая видимость).

- ***Использование специальных средств.***

Включайте в сценарии применение специальных средств (наручники, резиновые палки, газовые баллончики) в соответствии с действующим законодательством.

- ***Контроль и безопасность.***

Обеспечьте постоянный контроль за ходом занятия. Предусмотрите меры безопасности для предотвращения травм.

- ***Обратная связь.***

Предоставляйте сотрудникам конструктивную обратную связь, указывая на сильные и слабые стороны их действий.

- ***Психологическая подготовка.***

Объясняйте сотрудникам, что целью занятия является не выявление ошибок, а обучение и совершенствование навыков.

Примеры типовых оперативно-служебных ситуаций для моделирования

- Задержание правонарушителя, оказывающего физическое сопротивление.

- Защита от нападения с ножом.

- Освобождение заложника.

- Пресечение группового нападения на сотрудников полиции.

- Конвоирование задержанного в условиях ограниченного пространства.

Методика моделирования типовых УСЗ является неотъемлемой частью эффективной подготовки сотрудников ОВД к применению БПБ. Правильно организованные и проведенные практические занятия позволяют сформировать необходимые навыки и уверенность для успешного выполнения служебных задач по защите граждан и поддержанию правопорядка.

Регулярное применение данного метода, с учетом анализа практических ситуаций и постоянным совершенствованием сценариев, позволит повысить профессиональный уровень сотрудников и снизить риск травматизма при выполнении служебных обязанностей.

3.2. Типовые ситуации, моделируемые с учетом особенностей и специфики выполнения сотрудниками оперативно-служебных задач непосредственно на местах несения службы

Для эффективной подготовки сотрудников к выполнению оперативно-служебных задач необходимо моделировать типовые ситуации, максимально приближенные к реальным условиям работы на конкретных местах несения службы. Учет особенностей и специфики служебной деятельности каждого сотрудника ОВД позволяет сформировать навыки и умения, необходимые для успешного выполнения поставленных задач и обеспечения личной безопасности.

Цели моделирования типовых ситуаций

- Повышение эффективности действий сотрудников ОВД в типовых оперативно-служебных ситуациях по конкретному направлению служебной деятельности.
- Формирование навыков быстрого анализа обстановки и принятия обоснованных решений в условиях ограниченного времени и информации.
- Совершенствование практических навыков применения специальных средств, оружия, боевых приемов борьбы и других средств, предусмотренных должностными обязанностями.
- Оценка уровня готовности сотрудников ОВД к выполнению оперативно-служебных задач в конкретных условиях.
- Изучение и устранение проблемных моментов, возникающих при выполнении оперативно-служебных задач по конкретному направлению служебной деятельности.

Принципы моделирования типовых ситуаций

- **Конкретность.**

Ситуации должны быть привязаны к конкретному месту несения службы (например, дежурная часть, маршрут патрулирования, пункт пропуска, место проведения массового мероприятия).

- **Реалистичность.**

Ситуации должны быть основаны на реальных случаях из практической деятельности сотрудников ОВД и учитывать особенности криминогенной обстановки региона, инфраструктуры и других факторов.

- **Динамичность.**

Ситуации должны развиваться во времени и требовать от сотрудников ОВД постоянного анализа обстановки и принятия решений с учетом меняющихся обстоятельств.

- **Вариативность.**

Необходимо моделировать различные варианты развития одной и той же ситуации, чтобы сотрудники были готовы к неожиданностям.

- **Комплексность.**

Ситуации должны охватывать широкий спектр навыков, включая тактику, технику, коммуникацию, применение специальных средств и оружия.

Этапы разработки и проведения моделирования типовых ситуаций

1. Анализ места несения службы.

- Изучение особенностей инфраструктуры (планировка помещений, наличие систем безопасности, маршруты эвакуации).
- Анализ криминогенной обстановки (виды преступлений, количество правонарушений, особенности преступников).
- Изучение должностных обязанностей сотрудников ОВД, несущих службу в конкретном направлении деятельности.
- Проведение опросов сотрудников ОВД, имеющих опыт работы в конкретном направлении деятельности, для выявления типичных ситуаций и проблемных моментов.

2. Определение типовых ситуаций.

На основе анализа особенностей служебной деятельности определяются наиболее вероятные и опасные ситуации, требующие моделирования.

Примеры:

- Задержание правонарушителя, пытающегося проникнуть на охраняемый объект.
- Пресечение массовых беспорядков во время проведения массового мероприятия.
- Оказание помощи пострадавшим в результате чрезвычайной ситуации.
- Задержание вооруженного преступника в дежурной части.
- Пресечение попытки побега из-под стражи.

3. Разработка сценария.

Сценарий должен детально описывать:

- обстановку (место, время суток, освещенность, наличие персонала и посетителей)⁸;

⁸ Ткаченко, А. И. Особенности обучения технике ударов сотрудников ОВД на объектах транспорта / А. И. Ткаченко, А. Н. Воротник // Актуальные вопросы теории и практики специальной подготовки в органах внутренних дел : Сборник научных трудов Всероссийской научно-практической конференции, Москва, 20 ноября 2019 года. – Москва : Московский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации имени В.Я. Кикотя, 2019. – С. 239-247.

- действия правонарушителя (попытки проникновения, нападение, оказание сопротивления);
- задачи сотрудника ОВД (пресечение правонарушения, задержание, обеспечение безопасности);
- правила применения специальных средств, оружия и БПБ;
- возможные варианты развития ситуации (в зависимости от действий сотрудника ОВД).

4. Подготовка материально-технического обеспечения⁹.

Материально-техническое обеспечение должно включать:

- макеты оружия и специальных средств;
- имитаторы взрывных устройств и других опасных предметов;
- средства связи и оповещения;
- помещение или площадку, максимально точно имитирующие место несения службы.

5. Проведение моделирования.

- Сотрудники помещаются в смоделированную ситуацию в соответствии со сценарием.
- Обучаемые действуют в соответствии со своими должностными обязанностями и правилами применения силы.
- Инструкторы наблюдают за действиями сотрудников ОВД и фиксируют ошибки.

6. Анализ и разбор результатов.

- После завершения упражнения проводится детальный разбор действий обучающихся¹⁰.
- Анализируются правильность выбора тактики, техника выполнения приемов, соблюдение правил применения силы, эффективность коммуникации.
- Указываются ошибки и даются рекомендации по их устранению.
- Обсуждаются альтернативные варианты действий.

Примеры моделируемых ситуаций

• Дежурная часть:

- прием заявления о преступлении от заявителя, находящегося в состоянии алкогольного опьянения;

⁹ Жамборов, А. А. Актуальные вопросы материально-технического обеспечения огневой подготовки в системе МВД России / А. А. Жамборов // Евразийский юридический журнал. – 2025. – № 5(204). – С. 465-466.

¹⁰ Лебедев, П. В. Использование кейсов и кейс-метода в образовательном процессе : учебное пособие / П. В. Лебедев. – Москва : Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, 2017. – 114 с.

- задержание лица, пытающегося проникнуть в дежурную часть с оружием;

- действия при поступлении сообщения о минировании здания.

- **Маршрут патрулирования:**

- задержание правонарушителя, совершающего мелкое хулиганство;

- оказание помощи пострадавшему в дорожно-транспортном происшествии;

- пресечение незаконной торговли.

- **Пункт пропуска:**

- выявление лица, пытающегося незаконно провезти запрещенные предметы;

- пресечение попытки пересечения границы с поддельными документами;

- действия при обнаружении взрывного устройства.

- **Место проведения массового мероприятия:**

- пресечение драки между участниками мероприятия;

- задержание лица, распространяющего наркотические вещества;

- оказание помощи пострадавшим в результате давки.

Ключевые аспекты успешного моделирования типовых ситуаций

- **Вовлеченность:** сотрудники должны быть заинтересованы в активном участии в моделировании и понимать важность данного процесса для повышения их профессионального уровня¹¹.

- **Безопасность:** необходимо строго соблюдать все меры безопасности при проведении моделирования.

- **Конфиденциальность:** информация, полученная в ходе анализа и разбора результатов, должна использоваться только в целях обучения и совершенствования профессиональной подготовки.

- **Регулярность:** моделирование типовых ситуаций должно проводиться регулярно, чтобы сотрудники ОВД постоянно поддерживали свои навыки и были готовы к выполнению оперативно-служебных задач в любых условиях.

Тщательная подготовка и организация моделирования типовых ситуаций, учитывающих особенности и специфику мест несения службы, позволяет значительно повысить эффективность действий сотрудников ОВД, уменьшить риск ошибок и обеспечить безопасность при выполнении оперативно-служебных задач. Регулярный анализ результатов и совершенствование методики моделирования являются залогом успешной профессиональной подготовки сотрудников ОВД.

¹¹ Педагогическая инноватика и непрерывное образование в XXI веке : сборник научных трудов III Международной научно-практической конференции. - Ч. 4 : Профессиональное образование, Вятский государственный агротехнологический университет, 14 мая 2025 года. – Киров : Вятский государственный агротехнологический университет, 2025. – 453 с.

Заключение

Представленное учебно-методическое пособие посвящено актуальной проблеме совершенствования техники БПБ у сотрудников ОВД. В условиях современной криминогенной обстановки, характеризующейся ростом преступности и повышением степени общественной опасности, владение эффективными приемами задержания и самозащиты является необходимым условием успешного выполнения служебных задач и обеспечения личной безопасности сотрудников ОВД.

В пособии предложен инновационный подход к обучению БПБ, основанный на интеграции методов идеомоторной и имитационной тренировки. Рассмотрены теоретические основы этих методов, разработаны методические рекомендации по их применению в процессе обучения сотрудников ОВД, а также представлены модели типовых оперативно-служебных ситуаций для проведения практических занятий.

Подробно рассмотрены этапы формирования идеомоторных представлений, принципы моделирования УСЗ, а также особенности организации и проведения занятий с учетом специфики различных мест несения службы.

Предложенная методика позволяет не только ускорить процесс освоения новых приемов, но и значительно улучшить качество их выполнения, повысить уверенность сотрудников ОВД в своих силах и снизить уровень психологического стресса в экстремальных ситуациях.

Практическая значимость пособия заключается в возможности его использования в образовательных организациях системы МВД России для повышения квалификации преподавательского состава, а также для самостоятельной подготовки сотрудников ОВД, занимающихся физической подготовкой и боевыми приемами борьбы.

Авторы учебно-методического пособия уверены, что внедрение предложенных методов и методических приемов в практику обучения позволит повысить уровень профессионального мастерства сотрудников ОВД, обеспечит их готовность к эффективному выполнению служебных задач и внесет существенный вклад в обеспечение правопорядка и безопасности граждан¹².

В заключение следует отметить, что дальнейшие исследования в данной области могут быть направлены на разработку индивидуализированных программ обучения БПБ с учетом психофизиологических особенностей сотрудников ОВД, а также на оценку эффективности различных комбинаций методов идеомоторной и имитационной тренировки в условиях реальной оперативно-служебной деятельности.

¹² Алдошин, А. В. Физкультурно-спортивная деятельность как эффективное средство повышения профессиональной готовности сотрудников ОВД к выполнению служебных задач / А. В. Алдошин // Актуальные проблемы развития физической культуры слушателей образовательных организаций МВД России : Сборник статей. – Орел : Орловский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации имени В.В. Лукьянова, 2018. – С. 8-11.

Литература

1. **Алдошин, А. В.** Физкультурно-спортивная деятельность как эффективное средство повышения профессиональной готовности сотрудников ОВД к выполнению служебных задач / А. В. Алдошин // Актуальные проблемы развития физической культуры слушателей образовательных организаций МВД России : Сборник статей. – Орел : Орловский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации имени В.В. Лукьянова, 2018.
2. **Жамборов, А. А.** Актуальные вопросы материально-технического обеспечения огневой подготовки в системе МВД России / А. А. Жамборов // Евразийский юридический журнал. – 2025. – № 5(204).
3. **Кан, Л. В.** Актуальные вопросы совершенствования методики моделирования условно-ситуационных задач для проведения тактических занятий по огневой подготовке / Л. В. Кан, А. А. Подрезов, И. В. Сапронова // Форум. – 2022. – № 1(27).
4. **Лебедев, П. В.** Использование кейсов и кейс-метода в образовательном процессе : учебное пособие / П. В. Лебедев. – Москва : Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, 2017.
5. **Леньков, С. Л.** Профессиональное образование сотрудников органов внутренних дел / С. Л. Леньков, Н. Е. Рубцова // Профессиональное образование сотрудников органов внутренних дел. Педагогика и психология служебной деятельности: состояние и перспективы : Сборник научных трудов II Международной конференции, Москва, 06–07 июня 2018 года. – Москва : Московский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации имени В.Я. Кикотя, 2018.
6. Научные достижения и инновационные подходы: теория, методология, практика : сборник научных трудов по материалам V Международной научно-практической конференции, Анапа, 28 июля 2022 года. – Анапа : Общество с ограниченной ответственностью «Научно-исследовательский центр экономических и социальных процессов» в Южном Федеральном округе, 2022.
7. Педагогическая инноватика и непрерывное образование в XXI веке : сборник научных трудов III Международной научно-практической конференции. – Ч. 4 : Профессиональное образование, Вятский государственный агротехнологический университет, 14 мая 2025 года. – Киров : Вятский государственный агротехнологический университет, 2025.
8. Специально-подготовительные упражнения боевых приемов борьбы : Учебно-методическое пособие / А. А. Вяткин, А. О. Цыганок,

Е. М. Марченко, Г. Г. Волошин. – Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации, 2023.

9. **Ткаченко А. И.** Особенности обучения технике ударов сотрудников ОВД на объектах транспорта / А. И. Ткаченко, А. Н. Воротник // Актуальные вопросы теории и практики специальной подготовки в органах внутренних дел : Сборник научных трудов Всероссийской научно-практической конференции, Москва, 20 ноября 2019 года. – Москва : Московский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации имени В.Я. Кикотя, 2019.

Оглавление

Стр.

Введение.....	3
Глава 1.	
Методика проведения занятий с сотрудниками органов внутренних дел по применению боевых приёмов борьбы	5
1.1. Организация обучения по физической подготовке в системе органов внутренних дел Российской Федерации	5
1.2. Применение методов, методических приемов по совершенствованию техники боевых приёмов борьбы	8
Глава 2.	
Совершенствование техники приёмов задержания с применением сопряженного идеомоторного и имитационного методов	15
2.1. Методика формирования идеомоторных представлений	15
2.2. Моделирование условно-ситуационных задач по выполнению задержания правонарушителей	17
2.3. Метод моделирования УСЗ.....	21
Глава 3.	
Методика моделирования типовых УСЗ для проведения практических занятий по применению боевых приёмов борьбы	24
3.1. Моделирование типовых оперативно-служебных ситуаций.....	24
3.2. Типовые ситуации, моделируемые с учетом особенностей и специфики выполнения сотрудниками оперативно-служебных задач непосредственно на местах несения службы	27
Заключение	31
Литература	32

Учебное издание

Кан Лаврентий Васильевич
кандидат педагогических наук
Крохина Юлия Валерьевна
Новиков Алексей Николаевич
Лунин Александр Анатольевич

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНИКИ
БОЕВЫХ ПРИЕМОВ БОРЬБЫ МЕТОДАМИ ИДЕОМОТОРНОЙ
И ИМИТАЦИОННОЙ ТРЕНИРОВКИ

Редактирование О. Н. Колокольчикова
Техническое редактирование Е. В. Бухарина
Подписано в печать 29.06.2026.
Формат 60х84 1/16. Объем 1,3 уч.-изд. л.
Тираж 26 экз. Заказ 15/26 Цена договорная.

Федеральное государственное казенное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Всероссийский институт повышения квалификации сотрудников
Министерства внутренних дел Российской Федерации».
142007 Московская обл., г. Домодедово, микрорайон Авиационный,
ул. Пихтовая, д. 3.