

6. Физическая подготовка : рабочая учебная программа дисциплины по специальности 40.05.01 Правовое обеспечение национальной безопасности, специализация № 1 «Уголовно-правовая», узкая специализация «Предварительное следствие в органах внутренних дел» / В.А. Глубокий. – Красноярск: СибЮИ МВД России, 2017. – 26 с.

DOI 10.51980/2021_16_42

А.С. Гричанов

О НЕКОТОРЫХ ОСОБЕННОСТЯХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ БОРЬБЫ САМБО НА ЭТАПЕ ПЕРВОНАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ

Физическая подготовка в образовательных организациях МВД России всегда нацелена на повышение уровня спортивного мастерства обучающихся. Этому способствует наличие в общей системе физической подготовки курсантов и слушателей большого количества боевых приемов борьбы, заимствованных из борьбы самбо и объединенных в один логически выстроенный раздел. Техничко-тактические элементы борьбы самбо хорошо зарекомендовали себя как основа для служебно-профессиональных приемов, таких как приемы задержания и сопровождения. Важную роль в процессе эффективного выполнения данных приемов в практической деятельности будущих офицеров полиции играет их физическая подготовленность. Следовательно, развитию физических качеств курсантов и слушателей необходимо постоянно уделять внимание [1, с. 48]. При этом, рассматривая структуру учебно-тренировочного процесса тех курсантов, которые начали заниматься борьбой самбо в спортивной секции, мы сделали вывод о прямой зависимости эффективности тренировок от разнообразия средств, методов и способов, которые использовали тренеры-преподаватели. Обратили на себя внимание целостный, расчлененный и расчлененно-конструктивный методы обучения технико-тактическим действиям в борьбе самбо. Метод целостного упражнения направлен на изучение элементарных и простых в исполнении приемов. Расчлененный метод имеет задачу изучения более сложных, координационных и составных приемов. Расчлененно-конструктивный метод способствует комбинированию указанных выше методов и нередко называется «комбинированным» [4, с. 182].

В тренировочном процессе борьбы самбо у тренеров-преподавателей устоялось мнение о том, что начальный этап тренировок следует ограничить

обучением приемов с их последующим выполнением в сбивающих условиях соревновательной деятельности. Такой подход оказался менее продуктивным по сравнению с новыми разработанными методиками, акцентирующими внимание на необходимости развития и совершенствования технико-тактических навыков ведения борцовского поединка, в частности методиками программированного обучения. Так получило новое развитие направление тренировочного процесса с изучением борцовских стоек и дистанций, маневрирования и особенностей передвижений, способов захватов и освобождений от этих захватов, возможных меняющихся ситуаций единоборства и влияния сбивающих факторов [3, с. 118].

Реализацию начального этапа подготовки курсантов-самбистов можно отождествлять с началом набора желающих в группы начальной подготовки, как правило, курсантов первого и второго (реже) годов обучения. Необходимо подчеркнуть, что в современных условиях тренеры-преподаватели вынужденно занимаются процедурой «набора» взамен классического «спортивного отбора» будущих квалифицированных борцов. Для объяснения возникшего вынужденного процесса был использован метод опроса – анкетирование. Анализ результатов анкетирования курсантов, занимающихся в секции самбо, прояснил ситуацию. Условно можно выделить ряд причин:

- увеличение количества зрелищных восточных единоборств, боев без правил, широко освещаемых и культивируемых в России;

- возрастание учебной нагрузки в образовательных организациях МВД России (введение новых дисциплин на первом курсе обучения, повышение объема заданий для самостоятельной работы, дистанционная подготовка);

- хаотичное увеличение количества средств развлечения на базе смартфонов и планшетов, не требующих самодисциплины, проявления упорства и целеустремленности;

- слабая мотивированность и наличие лишь поверхностных знаний о таком виде спорта, как борьба самбо. Это приводит к возможности набора в секцию борьбы всех желающих, но обладающих далеко не спортивными формами и нужными психическими качествами, при этом прошедших медкомиссию при поступлении в образовательную организацию МВД России, годных по состоянию здоровья и допущенных врачом для занятий борьбой.

Наравне с этими результатами педагогическое наблюдение дало информацию о том, что на этапе начальных тренировок в секции курсантов, занимающихся борьбой самбо, целесообразно изучать от двух до трех вариантов борцовского приема, а также несколько тактических способов подготовки атаки [2, с. 126].

В связи с вышесказанным методике экспериментальной работы было предложено разрабатывать с учетом использования метода целостного упражнения, методики программированного обучения, разработанных

критериев проведения соревнований, полученных результатов опроса тренеров-преподавателей и курсантов, занимающихся самбо, педагогического наблюдения, анализа научной литературы и учебных планов секции самбо.

Экспериментальную проверку эффективности предложенной методики совершенствования технико-технических действий борьбы самбо было решено провести на базе Барнаульского юридического института МВД России. Исследование и уточнение методических особенностей тренировочного процесса проходило в течение 2019-2020 учебного года. С началом работы спортивной секции по самбо в сентябре была условно создана экспериментальная группа из курсантов первого и второго годов обучения, решивших заниматься борьбой самбо. В группу входили 16 человек. Тренировки в секции самбо проводились согласно утвержденному расписанию и имели продолжительность один час сорок минут. Все борцы на ковре находились в равных условиях.

Особенностью разработанной методики можно считать то, что она имеет узкую направленность, и ее эффективность проверялась на примере броска боковой переворот. После окончания первого тренировочного года в июле 2020 года были подведены промежуточные итоги ($P < 0,01$). По сравнению с результатами, показанными начинающими самбистами в ходе контрольных схваток, приуроченных к новогоднему празднику в декабре 2019 года, произошли положительные сдвиги. Так, количество реализованных попыток выполнить прием увеличилось на 15%, а количество выигранных баллов повысилось на 38%. Следует отметить и возросший уровень качества выполненных технико-тактических действий. По нашим подсчетам, рост составил 25,3%. Анализ этого показателя позволил выявить среднее количество выигранных баллов за один прием, которые складывались из оценки технико-тактических действий, комбинаций, реализованной атаки. Отдельным параметром, на который обращалось внимание, являлась вариативная часть борцовского приема самбо. Результаты показали положительную динамику и рост вариативности выполнения приема на 17%.

Подводя итоги, отметим, что знание теоретико-методических основ, основных и специальных задач тренировочного процесса, средств и методов совершенствования технико-тактических действий борьбы самбо определяет тенденции дальнейшего всестороннего развития начинающих борцов. Это будет проявляться в быстроте осваивания нового материала, а полученные навыки приобретут высокую сохраняемость. Поэтому при разработке планов тренировочного процесса секции самбо в образовательной организации МВД России основное внимание следует уделять изучению борцовских стоек, точности выполнения основных элементов приема, его вариативности, способов захватов и освобождений от этих захватов, особенностям передвижений и маневрирования, а также влияния внешних и внутренних сбивающих факторов.

Библиографический список

1. Алексеев, Н.А. Характеристика существующей проблемы организации учебно-тренировочного процесса по физической культуре и спорту в образовательных учреждениях / Н.А. Алексеев, Н.Б. Кутергин // Вестник Белгородского юридического института МВД России. – 2010. – № 2. – С. 47-49.
2. Гричанов, А.С. К проблеме организации эффективного процесса совершенствования служебно-профессиональной безопасности сотрудников ОВД / А.С. Гричанов // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. – 2015. – № 1 (28). – С. 126-128.
3. Гричанов, А.С. Особенности профессиональной подготовки будущих сотрудников полиции на этапе начального освоения специальности / А.С. Гричанов // Вестник Калининградского филиала Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2016. – № 2 (44). – С. 118-119.
4. Тюкин, В.Г. Использование соревновательно-игрового метода на занятиях с курсантами по борьбе самбо / В.Г. Тюкин // Вестник Барнаульского юридического института МВД России. – 2010. – № 1 (18). – С. 182-184.

DOI 10.51980/2021_16_45

*В.И. Грузенкин, М.Д. Кудрявцев, С.А. Фомин,
Т.В. Лепилина, Н.В. Скурихина*

ОПТИМИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ВУЗЕ

Профессиональное сообщество должно отреагировать на изменение запроса государства в сфере физического воспитания студентов и преподавания физической культуры в вузе. Пока этого не произошло, несмотря на рост количества качественных спортсооружений, создание учебных специализаций на основе избранных видов спорта.

Спорт является одним из возможных вариантов изменения формы преподавания физической культуры в вузе. Но даже самые радужные прогнозы в этом направлении не позволяют предполагать, что удастся привлечь к занятиям спортом более 50% студентов. И суровый климат, и недостаток крытых спортсооружений окажут свое влияние. Ведь и сегодня спортивные секции в вузе работают, но массового увлечения спортом у студентов нет.

Если предположить, что изменения в преподавании физической культуры в вузе произойдут и около 50% студентов выберут способ освоения физической культуры, посещая спортивную секцию, а не занятия по расписанию, то что тогда можно предложить тем студентам, которые захотят заниматься по традиционным, привычным, понятным и более удобным, по их мнению, формам проведения занятий? На индивидуализацию личности в сфере