

метода сенсорной репродукции образов, как и в начале тренировки. Цель метода в завершающей фазе тренировки направлена на постепенный переход от активного состояния процесса обучения к повседневной жизнедеятельности спортсмена.

Грамотное построение учебно-тренировочного процесса с использованием метода сенсорной репродукции образов в борьбе самбо способствует тому, что у курсантов образовательных организаций МВД России появляется нацеленность на применение максимальных психофизических возможностей в тренировочной деятельности. А также этот метод позволяет создавать условия, способствующие более быстрому усвоению технико-тактических действий, формированию пси-

хологической уверенности, эффективному использованию времени тренировочного занятия, сокращению количества травм и повышению уровня спортивного мастерства¹.

Таким образом, применение в учебно-тренировочном процессе борьбы самбо курсантов образовательных организаций МВД России метода сенсорной репродукции образов повысит их уровень психофизической готовности к соревновательной деятельности. Соответственно указанная методика комплекса тренировочного процесса будет благоприятно способствовать становлению курсанта, как будущего сотрудника правоохранительных органов, поддержанию и развитию интереса к физической культуре и спорту.

Филиппович В.А.,

DOI 10.51980/2021_2_61

кандидат педагогических наук

Сибирский юридический институт МВД России (г. Красноярск)

Формирование навыков нанесения акцентированных расслабляющих ударов при отработке боевых приемов борьбы у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России

Профессиональная деятельность сотрудников органов внутренних дел всегда была опасной и нелегкой. От рук преступников ежегодно гибнут сотни сотрудников, тысячи получают травмы или увечья. Опасные преступники, правонарушители, да и обычные хулиганы – это, как правило, молодые, жестокие и наглые люди, многие из которых владеют навыками ведения боевых действий в различных условиях, в том числе и в рукопашных схватках.

Мало обученный, слабый физически и психологически сотрудник полиции в условиях противостояния с матерыми преступниками не только не сможет выполнить служебный долг по пресечению или предотвращению преступления, но и рискует погибнуть или лишиться здоровья. Он может быть унижен, оскорблен,

что не столь опасно для самого сотрудника, но может привести к чувству безнаказанности, увеличит наглость, дерзость правонарушений.

Данные обстоятельства требуют от сотрудников ОВД более эффективных действий в борьбе с преступностью и охране общественного порядка. Служебные действия по задержанию правонарушителей зачастую осуществляются в обстановке реальной опасности для здоровья и жизни сотрудников, при значительных физических и психологических нагрузках, что определяет основную цель одного из слагаемых боевой готовности в системе ОВД – формирование готовности сотрудника ОВД к эффективному решению оперативно-служебных задач по задержанию правонарушителей

¹ Особенности формирования мотивации к занятиям физической культурой у студентов юридических вузов / С.В. Малетин, А.С. Гричанов, В.Г. Тюкин и др. // Мир науки, культуры, образования. 2018. № 4 (71). С. 71.

при помощи специальных средств или боевых приемов борьбы¹.

Боевые приёмы борьбы для сотрудников полиции – необходимый предмет для изучения, ведь сотрудники правоохранительных органов просто вынуждены уметь не только защищаться, но и применять физическую силу для задержания правонарушителей.

Обучение противодействию преступникам в органах внутренних дел осуществляется на занятиях по огневой, физической и психологической подготовке. В рамках данных дисциплин рассматриваются и изучаются приемы отражения нападения, задержания или психологического воздействия на преступников. Боевые приемы борьбы являются составной частью физической подготовки в ОВД, они предназначены для отражения нападения, быстрого и гарантированного обезвреживания правонарушителя. Кроме того, боевые приемы борьбы являются составной частью самозащиты.²

Одними из значимых условий и факторов эффективного учебно-воспитательного процесса по физической подготовке курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России выступает реализация принципа сознательности. Сущность этого принципа заключается в том, чтобы сформировать у обучающихся осмысленное отношение к учебному материалу и, в частности, понимание объективных закономерностей техники и тактики применения боевых приемов борьбы. Реализация принципа сознательности выступает одним из слагаемых обеспечения воспитывающего характера обучения, способствует культивированию важных профессиональных качеств личности обучаемых³.

Формирование представления об изучаемом двигательном действии тре-

бует понимания его логики. Часто попытки выполнить действие неудачны именно потому, что исполнитель не понимает, от чего зависит успех, что является главным и как второстепенные элементы связаны с главными условиями успеха. Например, прием не получится, если обучающийся ориентирован главным образом на результат в виде заведения руки за спину или нанесение расслабляющего удара при проведении броска, не обращая внимание на вертикальное положение тела партнера.⁴ В этих обстоятельствах изначальным тактическим условием, обеспечивающим эффективное применение болевых приемов, выступает возможность, позволяющая сотруднику полиции (без заметных резких движений, не агрессивно, мягко) взять человека за руку. Приём проводится в благоприятный, подходящий момент, когда оппонент не может оказать существенного сопротивления.

Как видно из приказа МВД РФ № 450, структура боевого приема борьбы складывается из пяти операций: навязывание хвата и подготовка к выведению из равновесия и (или) нанесению расслабляющего удара; реализация его технической основы; подготовка (переход) к действиям физического контроля, сковывания, сопровождения; сковывание (удержание), сопровождение под воздействием болевого приема⁵.

В технике боевых приемов борьбы выведение из равновесия является главным условием и фактором упреждения, ослабления, нейтрализации противодействия.

В условиях заметного превосходства сотрудника полиции над правонарушителем в силе и ловкости выведение из равновесия рекомендуется осуществлять преимущественно руками: рывком, толчком, осаживанием (то есть рывком за

¹ Кравчук А.И., Панов Е.В. Приемы рукопашного боя : учебно-методическое пособие. Красноярск: СибЮИ МВД России, 2007. 280 с.

² Макаров В.М., Журавлев А.А. Самозащита и боевые приемы борьбы в деятельности сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации // Полицейская и следственная деятельность. 2015. № 3. С. 45.

³ Кузнецов С.В. Техничко-тактический базис болевых приемов борьбы // Концепт. 2017. Т. 36. С. 39-42.

⁴ Гуралев В.М., Горелик А.В. Выведение из равновесия как основа выполнения бросков и болевых приемов в системе физической подготовки сотрудников органов внутренних дел // Научный компонент. 2020. № 3 (7). С. 118-127.

⁵ Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации : приказ МВД России от 01.07.2017 № 450.

плечо вниз, вынуждая перенести тяжесть тела на пятки хотя бы немного согнуть ноги в коленях).

Одним из эффективных технико-тактических приемов, позволяющих вывести из равновесия человека, превосходящего сотрудника полиции по силе или ловкости, является сочетание действий по выведению его из равновесия с нанесением расслабляющего удара. Расслабляющий удар – это удар, который, не причиняя вреда здоровью человека, позволяет на мгновение изменить его мышечный тонус, обеспечивая тем самым ослабление мышечного напряжения, межмышечной и двигательной координации, сосредоточения внимания, утрату устойчивости (равновесия).

По своей сути тактико-техническая основа нанесения расслабляющих ударов заключается в их нанесении по уязвимым частям тела человека. Для избежания травматизма при отработке боевых приемов борьбы с ассистентом удары, как правило, обозначаются, а при наличии у него защитной экипировки наносятся в контакт без максимального усилия.

Несмотря на важное значение и эффективность расслабляющих ударов при выполнении боевых приемов борьбы многолетний педагогический опыт позволяет констатировать, что на занятиях по физической подготовке курсанты и слушатели к обозначению расслабляющих ударов относятся по меньшей мере не серьезно. Как правило, обучающиеся выполняют не удар, а движение, больше похожее на толчок, более того, они обозначают его в места, которые не относятся к уязвимым. В большей мере это касается девушек из числа курсантов и слушателей. На обобщенные замечания насчет неакцентированных ударов в большинстве случаев обучающиеся говорят, что когда будет реальная необходимость, то они будут наносить расслабляющие удары как нужно, быстро, сильно и точно. Следует отметить, что далеко не все преподаватели физической подготовки должным образом уделяют внимание акцентированному

обозначению расслабляющих ударов обучающимися, что, по нашему мнению, является ошибочным.

М.М. Боген отмечает, что в общеподготовительном направлении цель, а точнее, обобщенная задача обучения предусматривает формирование основного фонда двигательных умений и навыков, а также двигательных действий, посредством которых решают специфические задачи физического воспитания. При этом предполагается, что обучающийся научится хотя бы в грубой форме координировать движения по величине усилий, направлению, ритму и темпу.

В профессионально-прикладном направлении физического воспитания обобщенные задачи обучения формулируются с учетом особенностей профессиональной деятельности, они определяют группы двигательных действий, подлежащих детализированному разучиванию и служащих средством формирования умений и навыков.

Типичным для этого направления является максимизация требований: в одних видах спорта от спортсмена требуется проявление физических качеств на максимальном уровне, в других – максимальная точность и выразительность действий при оптимальных уровнях усилий, в третьих – максимальная точность при быстрых изменениях ситуации, но во всех одновременно – максимальная эффективность решения двигательной задачи¹.

В заключение хотелось бы напомнить, что одной из задач преподавателей физической подготовки образовательных организаций МВД России является формирование у обучающихся устойчивого навыка выполнения боевых приемов борьбы. Отсюда следует, что при изучении того или иного двигательного действия следует добиваться от обучающихся доведения их до автоматизма. По нашему мнению, это в полной мере относится и к нанесению расслабляющих ударов, которые должны выполняться акцентированно при их изучении и дальнейшем совершенствовании.

¹ Боген М. М. Обучение двигательным действиям. М.: Физкультура и спорт, 1985. 192 с.