



ОБУЧЕНИЕ ДЕВУШЕК-КУРСАНТОВ ВУЗА МВД РОССИИ УДАРАМ И ЗАЩИТНЫМ ДЕЙСТВИЯМ ОТ НИХ

Глубокий В.А., Глубокая М.В.

Введение. В образовательных организациях МВД России содержанием учебных программ по дисциплине «Физическая подготовка» предусмотрено изучение тем, в которых затрагивают вопросы, связанные с формированием навыков защитных действий от ударов руками, ногами, холодным оружием. Кроме того, обучающиеся изучают технику нанесения ударов, как ответных действий на нападение противника [4, 5].

Темами, связанными с ударами и защитными действиями от них, являются: «Удары руками, ногами и защиты от них»; «Защита от ударов ножом (предметом)»; «Атакующие и защитные действия с использованием палки специальной»; «Приемы рукопашного боя с оружием»; «Технико-тактическая подготовка».

Наставлением по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации (раздел VII «Боевые приемы борьбы» п. 56.1-56.34) также предусмотрено обучение сотрудников ударам и защитами от ударов [1].

Девушки, обучающиеся в образовательной организации системы МВД России, находятся на службе и являются сотрудниками полиции, на них распространяются льготы и ограничения, предусмотренные службой в полиции. Девушки-курсанты периодически привлекаются к несению патрульно-постовой службы. В связи с этим весьма актуально формирование у данной категории обучающихся в вузе МВД России техники нанесения ударов, защит от них.

Методы и организации исследования. Исследование по изучению особенностей построения учебного процесса по дисциплине «Физическая подготовка» проводилось в Сибирском юридическом институте МВД России в 2017-2018 учебном году.



При проведении научно-исследовательской работы применялись педагогическое наблюдение, анализ рабочих учебных программ по физической подготовке, научных статей, посвященных проблемам физической подготовки сотрудников полиции. Кроме того, изучались учебные и учебно-методические пособия, учебники, раскрывающие особенности формирования прикладных двигательных навыков у сотрудников силовых ведомств.

Результаты и их обсуждения. Изучение особенностей учебного процесса по обучению ударам и защитам от них позволило установить, что на начальном этапе обучения девушки-курсанты плохо умеют передвигаться на ногах, не всегда быстро и правильно осваивают защитные действия. В связи с этим, в качестве подготовительных упражнений, им необходимо давать большее количество упражнений: передвижения в челноке; перемещения прыжком вперед, назад, вправо, влево; смены боевой стойки. На первом году обучения необходимо формировать правильную биомеханику ударов и защит.

Нами используются методики обучения, принятые при подготовке занимающихся спортивными единоборствами. Считаем, что в дальнейшем, необходимо постоянно выполнять имитационные упражнения, связанные с ударами и защитами от них. При отработке ударной и защитной техник постоянно должна выполняться парная работа, что способствует развитию реакции, пониманию опасности, улучшению координационных способностей у девушек-курсантов.

Уже со второго года обучения к техническим действиям, заимствованным из ударных видов единоборств, мы добавляем прикладные техники. Педагогические наблюдения позволили установить, что обучать просто ударам и защитам от них уклоном, нырком проще, чем связать защитные действия с проведением приемов, позволяющих ограничить свободу передвижения предполагаемого правонарушителя. Если ассистент не наносит удар в контакт, не выполняет атакующих действий, то очень сложно выполнить захват руки для проведения



болевого приема (например – рычаг (скручивание) руки наружу). Все защитные действия должны обязательно сочетаться с расслабляющим ударом, который, в соответствии с современной концепцией физической подготовки сотрудников полиции, является средством выведения из равновесия, а не средством, причиняющим тяжкий вред здоровью или вред средней тяжести.

Защиты от ударов руками уклонами и нырками или уход, в так называемую, «глухую» защиту для сотрудников полиции не совсем приемлемы. Как свидетельствует анализ учебной и научной литературы [2, 3] нападение с холодным оружием происходит быстро и неожиданно. Очень важно от любых ударов обучать сотрудников полиции защитным действиям перемещениями, уходами с линии атаки, отбивами и подставками. При этом отбив или подставка должны выполняться как сильный и быстрый удар по атакующей конечности, что способствует возникновению болевых ощущений в ней, после чего возможно нанесение расслабляющего удара, захвата конечности противника и проведения болевого приема. Курсанты мужского пола все эти действия выполняют быстро и с достаточными усилиями. Девушки-курсанты, в силу физиологических особенностей строения костно-мышечной системы, не всегда могут мощно и быстро прерывать атакующие действия ассистентов. В связи с этим им необходимо постоянно выполнять упражнения, направленные на развитие скоростно-силовых способностей.

Как показала демонстрация боевых приемов борьбы курсантами, обучающимися на разных курсах, начиная с третьего года обучения, девушки-курсанты могут демонстрировать технику боевых приемов борьбы на достаточном уровне. Лучше это получается у девушек, у которых отмечен высокий уровень развития двигательных качеств, что указывает на высокую взаимосвязь между общей и специальной физической подготовленностью.

Таким образом, по окончании обучения в вузе МВД России девушки-курсанты, в своем большинстве, могут демонстрировать технику ударов и



защит от них по критериям оценки боевых приемов борьбы, прописанным в Наставлении по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации и в учебных программах по дисциплине «Физическая подготовка».

Заключение. Проведенная научная работа позволила установить, что лучшему обучению защитным действиям от ударов, ударов руками, ногами, способствует высокий уровень общей физической подготовленности у девушек-курсантов.

На начальном этапе обучения данной категории обучающихся необходимо давать большое количество подготовительных упражнений по структуре схожих с ударами руками, ногами и защитными действиями от них. Для этого следует применять сопряжённый метод, который позволяет одновременно формировать техническую основу двигательных действий и развивать двигательные качества обучающихся.

Практика показала, что к концу обучения в вузе МВД России девушки-курсанты способны на достаточном уровне демонстрировать технику боевых приемов борьбы, связанную с защитными действиями от ударов и ограничением свободы передвижения ассистента.

Список литературы.

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

2. Глубокий В.А. Методика обучения сотрудников полиции защитам от ударов руками, ногами, ножом (предметом) / В.А. Глубокий // Научный журнал «Дискурс». – 2018. – 1 (15). – С. 49-56.

3. Литвин Д.В. Правомерность и эффективность действий вооруженного сотрудника полиции при отражении посягательств, совершаемых с помощью колюще-режущих предметов / Д.В. Литвин [и др.]. – Краснодар: Краснодарский университет МВД России, 2016. – 132 с.

4. Глубокий В.А. Физическая подготовка (профессионально-прикладная): 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. – 41 с.

5. Глубокий В.А. 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.

Сведения об авторах:

***Глубокий Владимир Анатольевич, кандидат педагогических наук,
доцент, доцент кафедры физической подготовки
Сибирский юридический институт МВД России
Glubokiy@mail.ru***

***Глубокая Мария Владимировна, преподаватель кафедры физической
подготовки
Сибирский юридический институт МВД России
Glubokiy@mail.ru***