

Каковка Д. В.¹,

курсант

Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя

Научный руководитель: Бычков В.М.,

доцент кафедры физической подготовки

учебно-научного комплекса специальной подготовки

Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя,

кандидат педагогических наук

ЗНАЧЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ПОЕДИНКОВ ПО УПРОЩЁННЫМ ПРАВИЛАМ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ КУРСАНТОВ И СЛУШАТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РОССИИ ДЛЯ УСПЕШНОГО ВЫПОЛНЕНИЯ СЛУЖЕБНЫХ ЗАДАЧ

В настоящее время участились случаи нападения на сотрудников ОВД, в ходе исполнения служебных обязанностей сотрудникам полиции приходится сталкиваться с гражданами, не согласными с действиями представителей закона. Часть таких граждан считают нужным не подчиняться законным требованиям и оказывают активное сопротивление полицейским, другие публично оскорбляют сотрудников зачастую с применением насилия, а некоторые способны заявить неправдоподобную информацию о совершении сотрудником полиции преступления. За все данные виды преступлений против представителей закона предусмотрена уголовная ответственность нормами уголовного кодекса статьями (317, 318, 319, ст. 128.1, 306 УК РФ).

Также возросла социальная напряженность населения, которая тесно связана с ростом активности различных общественно-политических формирований в борьбе за влияние в массах и за власть, а также динамике цен, товарооборота и покупательной способности различных категорий населения. Действительно, в полном объеме удовлетворить и насытить человеческие потребности невозможно, то, естественно, существует определенная «фоновая» неудовлетворенность, напряженность.

Все это приводит к тому, что на сотрудников полиции ложится большой объем задач по охране общественного порядка и общественной безопасности.

¹ © Каковка Д. В., 2021.

Сотрудникам в своей деятельности приходится вступать в силовое противостояние с преступными элементами и применять боевые приемы борьбы. Осложняющим фактором, влияющим на применение боевых приемов борьбы, являются особые условия окружающей среды (снег, лед, песок, вода и т. д.). В таких условиях при задержании правонарушителя особая роль отводится тактике и техническим действиям, а, именно профессиональному владению боевыми приемами борьбы. Тактика применения приемов задержания или других приемов боевого раздела зависит от конкретной обстановки, которая складывается в момент применения. Немалую роль играет степень физической подготовленности сотрудников, а также их уровень владения боевыми приемами борьбы.

Главным условием успешного выполнения служебных задач сотрудниками полиции является способность эффективно и обоснованно применять физическую силу к правонарушителям. Особое место в этом направлении деятельности занимает готовность к профессиональному применению боевых приемов борьбы. Поэтому обязанностью всего личного состава органов внутренних дел является получение необходимых знаний, умений, навыков и постоянное их совершенствование с целью достижения профессионального мастерства.

Для того чтобы сотрудник полиции предотвратил правонарушение или преступления и был готов применить ударную и борцовскую технику в особых условиях более эффективно, процесс обучения должен осуществляться на основе установленных педагогических принципов: всесторонности, сознательности, наглядности, постепенности, повторности, индивидуальности. Знание этих принципов помогает преподавателю правильно организовывать процесс обучения, в более короткий срок и дать занимающимся специальные знания и привить технические навыки. Все данные принципы обучения и тренировки взаимосвязаны и взаимообусловлены. Специализация избранного вида спорта основана на всесторонности физического развития, которое не может быть достигнуто без постепенности. В свою очередь постепенность не существует без повторности, а обучение и тренировка немыслимы без сознательного отношения к ним сотрудников полиции. Вместе с тем все принципы на практике осуществляются индивидуально.

Чтобы овладеть правильной техникой, которая будет эффективна при предотвращении правонарушения, а также покушения на жизнь сотрудника полиции в особых условиях нужно овладеть сложной техникой бокса, самбо, рукопашного боя. Для этого следует пользоваться в процессе обучения и тренировки всеми методами и способами физической подготовки. Для максимального эффекта от

обучения ударной технике, приёмам борьбы и дальнейшего их уверенного использования при силовом задержании правонарушителя в процессе обучения необходимо больше внимания уделять боевой практике максимально приближенной к экстремальным условиям служебной деятельности сотрудника полиции при задержании преступного элемента.

В начале технику боевых приемов борьбы надо изучать на месте, а затем в движении – в тех экстремальных условиях, которые должны быть максимально приближены к реальности (снег, лед, ветер, дождь и т. д.), преподавателю особенно важно в процессе обучения следить за правильной постановкой дыхания и научить занимающихся своевременно расслаблять мышцы, это в первую очередь нужно для холодного времени года, когда под ногами лед, вследствие чего нагрузка на мышцы увеличивается, учащается дыхание. Для мышц требуется больше кислорода, чем обычно. Если кислород не поступает регулярно, сильно повышается давление, что негативно сказывается на сердечно-сосудистой системе, глазах и мозге, может возникнуть гипоксия, которая ведёт к риску потери сознания. Поэтому при нагрузке важно соблюдать правильный ритм дыхания: – выдох должен быть на усилие, в тот момент, когда происходит мышечное сокращение. Во время выдоха глубокие мышцы пресса напрягаются, что позволяет стабилизировать все тело, снять часть нагрузки со спины и избежать травмы, например, при ударе пытаться удержаться на скользком покрытии. Если брать в расчет профессиональных спортсменов в области рукопашного боя и смешанных единоборств, то у них дыхание играет также важную роль. Они придерживаются того мнения, что если дышать ртом, то шансы проиграть нокаутом сильно увеличиваются.

Связано это с тем, что при учащении пульса и усилении дыхания спортсмену приходится выходить из оборонительной стойки тем самым убирать руки с подбородка и лица, вследствие чего увеличивается площадь попадания удара в лицевую часть, что может привести к нокауту. Чтобы этого не происходило, тренеры зачастую заклеивают ротовую часть лица скотчем спортсменам во время тренировочного процесса, для того чтобы развивалась память дыхания, и спортсмены привыкали дышать только носом, что очень сложно контролировать при высоких нагрузках. Стоит применять такие методики в обучении сотрудников полиции, так как для сотрудника полиции даже малейший фактор, который может повлиять на исход события в экстремальной ситуации может сыграть решающую роль в задержании преступного элемента, а также в предотвращении правонарушения.

Во время практических учебных пар очень важно подмечать и сразу устранять допущенные ошибки. Если преподаватель своевременно не устранит технические недостатки, они могут закрепиться у обучаемых на длительное время и тогда их уже трудно будет устранить.

В процессе обучения немаловажен и метод напоминания. Например, при выполнении, техники прямого удара и защиты от него преподаватель, заметив технические недостатки, тут же напоминает обучаемому: «Петров, поднимите выше правую руку, сожмите и заверните кулак левой руки» и т. д. Это напоминание предупредит обучаемых от возможных технических погрешностей.

В процессе обучения могут изменяться и методы обучения. Для одного обучающегося достаточно одного повторения при показе приема, для другого нужно гораздо больше повторений и большего времени для усвоения.

Довольно существенную роль в обучении имеют анализ и разбор изучаемой техники, которые проводятся в форме беседы в процессе занятий или в заключительной части урока при подведении итогов преподавателем, указав на те ошибки, которые возникают. Эти факторы ускоряют процесс обучения.

Основным упражнением курсанта в учебно-тренировочных занятиях по изучению и совершенствованию техники и тактики боевых приёмов борьбы является условный бой. Он применяется во всех видах единоборств. В условном бою надо изучать и совершенствовать удары, броски, защиты, методические приемы, ограничительные действия одного и другого курсанта. В бою атаковать может лишь один курсант, а другой может только защищаться и контратаковать.

В процессе занятия спарринг-партнера надо подбирать независимо от веса и пола так как в различных экстремальных ситуациях при наличии сбивающих факторов таких как погодные условия, плотность одежды, покрытие под ногами (гололёд, мокрая трава), психологическое состояние полицейского и др., сотрудник полиции должен уметь успешно выполнять поставленные задачи по задержанию преступного элемента независимо от складывающейся сложности ситуации. Упражнения в условном бою могут выполняться только по заданию преподавателя и индивидуальному плану сотрудника полиции с учетом степени технической подготовленности.

В заключении следует отметить, что для того, чтобы обучающийся боевым приемам борьбы сотрудник полиции успешно мог применять свои навыки в реальных условиях при силовом задержании правонарушителя и в условиях сбивающих факторов, необходимо на каждом занятии проводить тренировочные поединки по упрощённым правилам бокса, рукопашного боя, кикбоксинга, борьбы, использовать специальное снаряжение: боксёрские лапы, боксёрские мешки для

отработки ударной техники. Нужно ставить в пары для проведения поединков разных по росту и весовым категориям партнёров. В зимнее время надо выводить занимающихся на улицу в плотной одежде и на скользкую поверхность, для адаптации ведения поединка при таких сбивающих факторах.

Список литературы

1. Алиханов, И. И. «О становлении технико-тактического мастерства» / И. И. Алиханов // Спорт, борьба. – М., 1982. – С. 7–10.
2. Антонов, Л. К. Формирование профессионально-преподавательских умений и навыков у студентов ИФК : автореф. дис. канд. пед. наук / Л. К. Антонов. – М., 1952.
3. Методические указания по рукопашному бою для разведывательных частей. – М. : Воениздат НКО, 1945.
4. Булочко, К. Т. Физическая подготовка разведчика / К. Т. Булочко. – М. : Воениздат НКО, 1945.
5. Ефременко, М. А. Содержание и последовательность обучения боевым приемам борьбы в образовательных организациях МВД России / М. А. Ефременко // Актуальные проблемы физической культуры и спорта курсантов и слушателей. – Орёл : ОрЮИ МВД России, 2017. – С. 68–74.
6. Миленин, В. М. Обучение комплексу базовых боевых приёмов борьбы: учебно-методическое пособие / В. М. Миленин, А. В. Карасёв, Д. Е. Сафонов, И. Ю. Уфимцев. – М : Министерство внутренних дел Российской Федерации, Департамент кадрового обеспечения, 2009 г.
7. Чумаков, Е. М. 100 уроков самбо / Е. М. Чумаков. – М., 1998.