

Технологія вдосконалення техніки рукопашного бою майбутніх спеціалістів Служби безпеки України

Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ)

Постановка наукової проблеми та її значення. Останнім часом збільшилося й різко ускладнилося безпосереднє протиборство співробітників різних правоохоронних структур зі злочинними елементами. Ефективність виконання дій із затримання правопорушника визначається рівнем спеціальної фізичної підготовленості (СФП) співробітника правоохоронних органів [7].

Оволодіння професійно значущими навичками відбувається в процесі спеціальної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів силових структур, у тому числі Служби безпеки України. На заняттях зі спеціальної фізичної підготовки курсанти оволодівають прийомами самозахисту, обеззброєння, затримання та конвоювання правопорушників, які ґрунтуються на володінні навичками рукопашного бою.

Аналіз досліджень цієї проблеми. Аналіз спеціальної літератури свідчить про те, що нині накопичено величезний пласт наукових даних із навчання й удосконалення техніки рухових дій у єдиноборствах [1; 3; 5; 7] у процесі підготовки майбутніх співробітників правоохоронних органів [3; 4; 6].

Науковці запропонували комплексні технології формування техніки рукопашного бою. Так, Ю. П. Платонов [6] розробив педагогічну технологію формування захисно-атакуючих дій ведення рукопашного бою курсантів внутрішніх військ МВС (на прикладі підрозділів спеціального призначення). О. Е. Болотін, А. Є. Єрастов [3] запропонували технологію професійної підготовки спеціальних підрозділів Федеральної служби виконання покарань Росії з використанням рукопашного бою. Наукові праці В. А. Данильченко [4] розкривають напрями формування техніки рукопашного бою в процесі спеціальної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МВС України.

Водночас у сучасних умовах ці наукові дані не розв'язують проблеми вдосконалення техніки рукопашного бою в процесі СФП курсантів вищих навчальних закладів Служби безпеки України, що зумовило вибір напряму наукової розвідки.

Зв'язок з науковими планами, темами. Роботу виконано згідно зі «Зведеним планом НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр.» Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту за темою 3.7 «Вдосконалення біомеханічних технологій у фізичному вихованні, спорті та реабілітації з урахуванням індивідуальних особливостей моторики людини», номер державної реєстрації – 0111U001734.

Мета дослідження – науково обґрунтувати та розробити технологію вдосконалення техніки рукопашного бою в процесі спеціальної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів Служби безпеки України.

Завдання дослідження:

- 1) на основі даних літературних джерел проаналізувати стан питання вдосконалення техніки рукопашного бою курсантів у процесі СФП;
- 2) науково обґрунтувати й розробити технологію вдосконалення техніки рукопашного бою курсантів вищих навчальних закладів Служби безпеки України та перевірити її ефективність.

Методи дослідження – аналіз наукової та методичної літератури, педагогічні методи дослідження, методи математичної статистики.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Техніка окремого прийому рукопашного бою характеризується раціональним взаєморозміщенням усіх ланок рухового апарату й утриманням оперативної позиції в процесі його виконання, дотриманням оптимальної траєкторії за напрямом, форми й амплітуди, фінальної точності ударів, темпу, ритму та ін.

Дотримання правильної техніки виконання прийомів потребує систематичної діяльності з удосконалення володіння прийомами рукопашного бою. Нами в цьому напрямі розроблено технологію вдосконалення техніки рукопашного бою в процесі спеціальної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів Служби безпеки України. Блок-схему розробленої технології представлено на рис. 1.

Узагальнюючи погляди ряду фахівців на вдосконалення техніки рукопашного бою курсантів, у процесі СФП нами сформовано мету й завдання технології вдосконалення техніки рукопашного бою.

Метою технології визначено підвищення технічної підготовленості та спеціальних фізичних якостей майбутніх спеціалістів Служби безпеки України.

Завданнями технології є:

- досягти стабільності та автоматизму техніки рухової дії;
- доведення до необхідного ступеня досконалості індивідуальні риси техніки рукопашного бою;
- досягти виконання рухової дії відповідно до вимог її практичного використання;
- забезпечити варіативне використання дії залежно від конкретних практичних обставин.

Ці завдання можуть виконуватися як одночасно, так і послідовно, оскільки всі вони тісно взаємопов'язані. При розробці авторської технології вдосконалення техніки рукопашного бою курсантів ми спиралися на основоположні педагогічні принципи.

Запропонована технологія вдосконалення техніки рукопашного бою включає такі складові елементи: комплекси фізичних вправ з удосконалення прийомів рукопашного бою та спеціальної фізичної підготовленості курсантів, комплексів спеціально-підготовчих вправ, спрямованих на профілактику травматизму, модельні ситуаційні завдання, що наближені до умов майбутньої професійної діяльності.

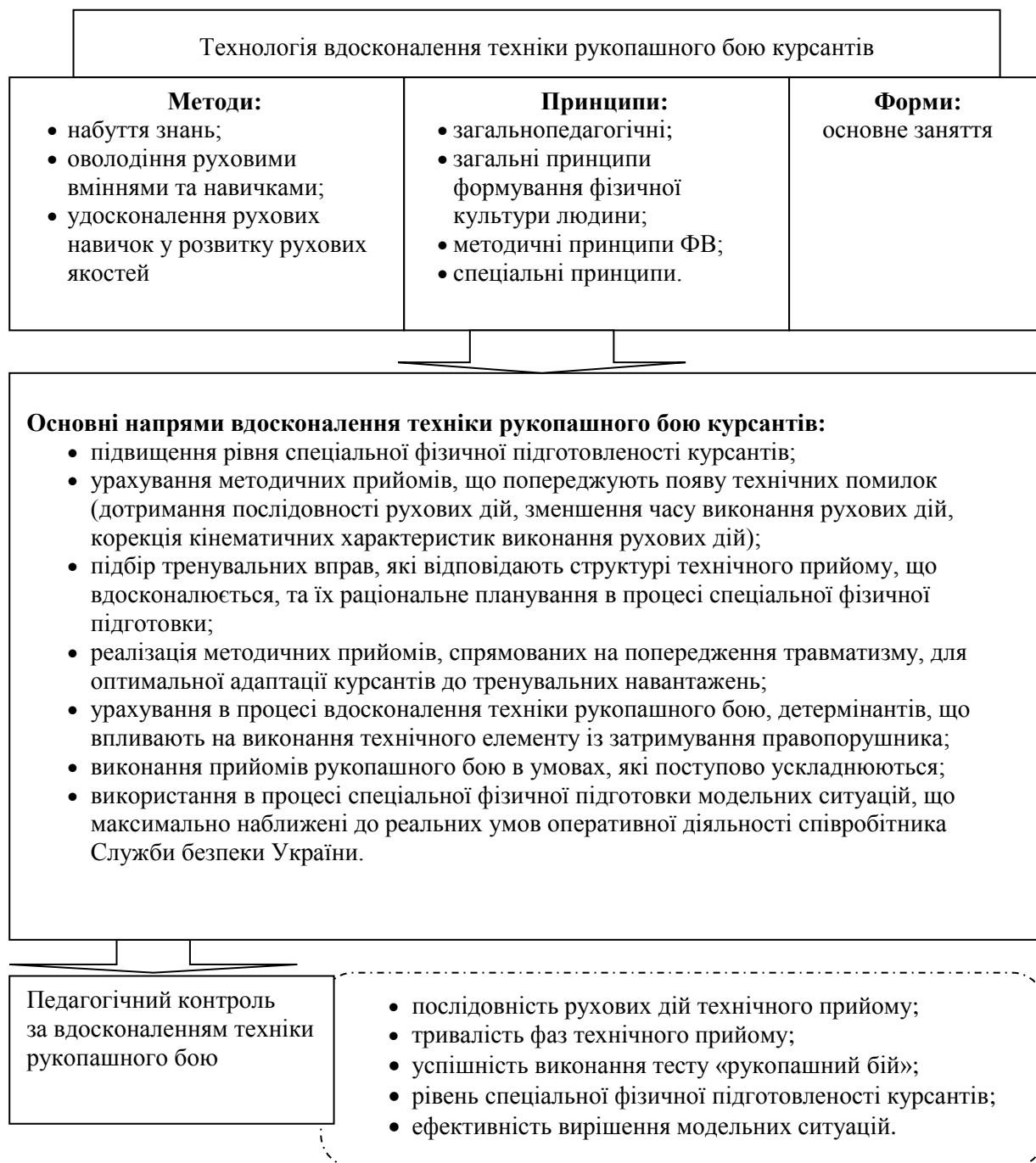


Рис. 1. Структура технології вдосконалення техніки рукопашного бою курсантами в процесі СФП

Під час практичної реалізації запропонованої технології враховано метод ускладнення зовнішньої обстановки при вдосконаленні технічних дій через низку методичних прийомів:

- методичний прийом опору умовного противника використовується з умовним правопорушником і допомагає курсанту вдосконалювати тимчасову структуру технічного прийому. Він забезпечує високу щільність навантаження в практичному занятті;

- методичний прийом важких вихідних положень і підготовчих дій;

- методичний прийом максимальної швидкості й точності виконання дій;

- методичний прийом обмеження простору для виконання дій дає змогу ускладнювати умови орієнтації при вдосконаленні навички;

- методичний прийом виконання дій у незвичайних умовах передбачає зміну умов тренування (природних умов, обладнання, інвентарю), сприяє вдосконаленню однієї або декількох характеристик техніки рухів (просторових, тимчасових і т. ін.).

Організація процесу вдосконалення техніки рукопашного бою здійснювалася відповідно до методичних прийомів:

- 1) групове освоєння прийому (без партнера) під загальну команду викладача в строю з однієї або декількох шеренг;

- 2) групове освоєння прийому (із партнером) під загальну команду викладача в строю з двох шеренг;

- 3) самостійне освоєння прийому за завданням викладача в парах, що вільно пересуваються по залу, майданчику;

- 4) умовний бій з обмеженими конкретно вузьким завданням діями супротивників;

- 5) індивідуальне освоєння студентом прийому в роботі з викладачем на лапах;

- 6) умовний бій із широкими техніко-тактичними завданнями;

- 7) вільний бій (без обмеження дій супротивників).

Комплекси вправ із вдосконалення прийомів рукопашного бою (вісім комплексів) розроблено з урахуванням удосконалення прийомів рукопашного бою, які найчастіше використовуються спіробітниками з досвідом оперативної роботи й типових помилок у техніці виконання прийомів рукопашного бою.

Зміст технології інтегровано в навчальну дисципліну «Спеціальна фізична підготовка» (розділ «Рукопашний бій»), навчальним планом якої передбачено 50 годин навчального навантаження на рік. Тематичний план дисципліни з розділу «Рукопашний бій» (12 тем) розкрито крізь призму засобів та методів запропонованої технології.

Критеріями ефективності технології визначено послідовність рухових дій технічного прийому, тривалість фаз технічного прийому, успішність виконання тесту «рукопашний бій», рівень спеціальної фізичної підготовленості курсантів, ефективність вирішення модельних ситуацій захоплення імовірного правопорушника.

Для визначення ефективності запропонованих засобів і методів, що складають основу технології вдосконалення техніки рукопашного бою в курсантів та підвищення рівня фізичної підготовленості, був проведений педагогічний експеримент тривалістю дев'ять місяців. Для проведення педагогічного експерименту методом випадкового вибору досліджуваних сформовано дві групи – експериментальну (ЕГ) й контрольну (КГ), до кожної з яких увійшло по 21 курсанту 5-го курсу Національної академії Служби безпеки України.

Усі практичні заняття курсантів КГ та ЕГ груп проводилися згідно з робочою програмою навчальної дисципліни «Спеціальна фізична підготовка». У зміст занять курсантів ЕГ інтегровано розроблену технологію вдосконалення техніки рукопашного бою. Статистично достовірних відмінностей між показниками ЕГ і КГ на початок педагогічного експерименту не спостерігали ($p > 0,05$).

Застосування комплексу засобів удосконалення техніки рукопашного бою в процесі педагогічного експерименту мало позитивний вплив на ефективність виконання прийомів рукопашного бою (рис. 2).

Під час оцінки виконання тесту рукопашний бій курсантами КГ та ЕГ встановлено, що між показниками КГ і ЕГ існує статистично значуща різниця ($p < 0,05$). Установлено, що наприкінці експерименту серед курсантів КГ оцінку «5» виконання техніки рукопашного бою отримали 13 (61,9 %), «4» – п'ятою (23,8 %), а оцінку «3» – троє (14,29 %). Водночас серед курсантів ЕГ 19 (90,48 %) отримали оцінку «5» та двоє (9,52 %) – «4».

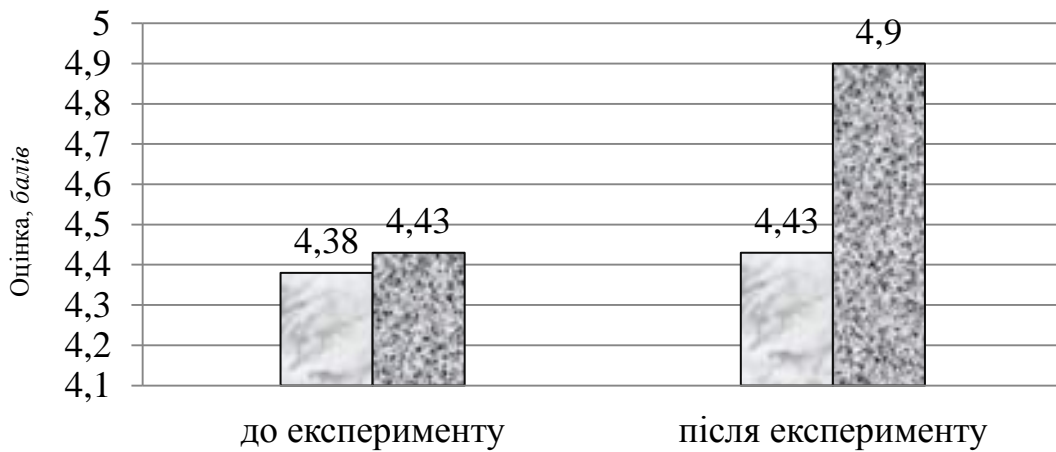


Рис. 2. Оцінка виконання курсантами тесту «Рукопашний бій»:

□ – КГ ■ – ЕГ

Динаміка змін показників тривалості виконання прийомів рукопашного бою мала статистично достовірне покращення показників в учасників ЕГ, порівняно з КГ, під час виконання прийому «Важіль ліктя назовні» з нанесенням першого удару ногою по тулубу правопорушника та «Важіль ліктя всередину» з нанесенням першого удару ногою по тулубу правопорушника (табл. 1).

Таблиця 1

Часові характеристики техніки виконання прийомів рукопашного бою учасниками експерименту

Технічний прийом	Тривалість виконання технічного прийому, с							
	КГ (n=21)				ЕГ (n=21)			
	на початок		на кінець		на початок		на кінець	
	\bar{x}	S	\bar{x}	S	\bar{x}	S	\bar{x}	S
«Важіль ліктя назовні» з нанесенням першого удару ногою по тулубу правопорушника	3,35	0,13	3,23	0,12	3,37	0,15	2,83*	0,14
«Важіль ліктя всередину» з нанесенням першого удару ногою по тулубу правопорушника	2,71	0,14	2,63	0,14	2,69	0,14	2,23*	0,13
«Кидок униз із захватом ніг ззаду»	2,91	0,15	2,61	0,15	2,88	0,17	2,26	0,15

Примітка. * – Різниця статистично достовірна, порівняно з КГ, на рівні $p < 0,05$.

За показниками виконання прийому «Кидок униз із захватом ніг ззаду» достовірної різниці між курсантами КГ і ЕГ не спостерігали.

Висновки й перспективи подальших досліджень. Результати проведеного аналізу науково-методичної літератури, досвіду організації процесу СФП курсантів, майбутніх працівників Служби безпеки України засвідчує наявність наукової проблеми недостатності розробки методичних підходів удосконалення техніки рукопашного бою зазначеного контингенту. Результатом наукового пошуку вирішення цього питання була розробка авторської технології вдосконалення техніки рукопашного бою майбутніх спеціалістів Служби безпеки України.

Запропонована авторська технологія реалізується в процесі спеціальної фізичної підготовки курсантів, ґрунтується на дидактичних та спеціальних принципах, базових положеннях удосконалення рухових дій. Особливість запропонованої технології – використання спеціальних вправ із гумовими еспандерами, які об'єднані в комплекси різної спрямованості. Наближення процесу навчання до реальних умов майбутньої професійної діяльності досягається реалізацією розроблених модельних ситуацій.

Згідно з результатами формувального експерименту зміна організаційно-методичних підходів вдосконалення техніки рукопашного бою курсантів у процесі СФП дає змогу істотно збагатити й розширити діапазон їхніх рухових навичок, підвищити рівень фізичної підготовленості курсантів і тим самим підвищити ефективність педагогічного процесу.

Джерела та література

1. Альжанов Х. Х. Формирование базовых технико-тактических действий как основы арсенала бойцов 10–12 лет по рукопашному бою : дис ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Альжанов Ханат Худайбергенович ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. – Омск, 2015. – 162 с.
2. Ахметов Р. Ф. Современные подходы к совершенствованию спортивной техники / Р. Ф. Ахметов // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. – № 4. – 2012. – С. 9–11.
3. Болотин А. Э. Технология профессиональной подготовки специальных подразделений ФСИН России с использованием рукопашного боя / А. Э. Болотин, А. Е. Эрастов // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта : журнал. – № 4 (98). – 2013. – С. 15–21.
4. Данильченко В. А. Формирование техники рукопашного боя в процессе специальной физической подготовки курсантов высших учебных заведений МВД Украины : автореф. дис. ... канд. наук по физ. воспитанию и спорту : 24.00.02 / В. А. Данильченко ; НУФВСУ. – Киев, 2015. – 20 с.
5. Платонов Ю. П. Педагогическая технология формирования защитно-атакующих действий ведения рукопашного боя у курсантов военных вузов внутренних войск МВД РФ (на примере подразделений специального назначения; общепедагогический аспект) : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Платонов Юрий Петрович. – Саратов, 2001. – 202 с.
6. Яременко В. В. Формування техніки атакувальних рухових дій борців вільного стилю на етапі попередньої базової підготовки : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту : 24.00.01 / В. В. Яременко ; Дніпропетр. держ. ін-т фіз. культури і спорту. – Дніпропетровськ, 2014. – 19 с.
7. Ярещенко О. А. Пути повышения качества обучения курсантов МВД приемам рукопашного боя / О. А. Ярещенко, А. Т. Маляренко // Спортивный вестник Придніпров'я. – № 5 (1). – 2012. – С. 49–52.

Анотації

У статті розглянуто питання пошуку підходів до вдосконалення техніки рукопашного бою курсантів вищих навчальних закладів Служби безпеки України. Мета дослідження – науково обґрунтувати та розробити технологію вдосконалення техніки рукопашного бою в процесі спеціальної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів Служби безпеки України. У процесі дослідження використовували метод аналізу науково-методичної літератури, педагогічні методи дослідження, методи математичної статистики. У ході дослідження запропоновано технологію вдосконалення техніки рукопашного бою, основними компонентами якої є мета й завдання, дидактичні та спеціальні принципи, зміст практичних занять, комплекси спеціальних підготовчих вправ, модулювання оперативних ситуацій при затриманні правопорушників. Упровадження запропонованої технології в процес спеціальної фізичної підготовки курсантів підтвердило її ефективність.

Ключові слова: курсанти, технологія, техніка, рукопашний бій, спеціальна фізична підготовка.

Илья Вакс. Технология совершенствования техники рукопашного боя будущих специалистов Службы безопасности Украины. *В статье рассмотрен вопрос поиска подходов к усовершенствованию техники рукопашного боя курсантов учебных заведений Службы безопасности Украины. Цель исследования – научное обоснование и разработка технологии усовершенствования техники рукопашного боя в процессе специальной физической подготовки курсантов учебных заведений Службы безопасности Украины. В процессе исследования использовали метод анализа научно-методической литературы, педагогические методы исследования, методы математической статистики. В ходе исследования предложена технология усовершенствования техники рукопашного боя, основными компонентами которой являются цель и задачи, дидактические и специальные принципы, содержание практических занятий, комплексы специально-подготовительных упражнений, моделирование оперативных ситуаций при задержании правонарушителя. Внедрение предложенной технологии в процесс специальной физической подготовки курсантов подтвердило ее эффективность.*

Ключевые слова: курсанты, технология, техника, рукопашный бой, специальная физическая подготовка.

Ilya Vako. Technology of Improvement of Techniques of Hand-to-hand Fighting Future of Professionals of Security Service of Ukraine. *The aim of the study was scientific substantiation and development of technology for improvement of techniques of hand-to-hand fighting in the process of special physical preparation of military students of educational establishments of the Security Service of Ukraine. In the process of research was used method of analysis of scientific-methodical literature, pedagogical research methods, methods of mathematical statistics. The proposed technology of improvements of techniques of hand-to-hand fighting, the basic components of which are: the purpose and objectives, and special didactic principles, the content of the workshops, complexes specially exercises, simulation of operational situations. The introduction of the proposed technologies in the process of special physical preparation of military students has confirmed its effectiveness.*

Key words: military students, technology, technique, hand-to-hand fighting, special physical training.