

# СОПРЯЖЕННОЕ ПРИМЕНЕНИЕ ИДЕОМОТОРНОГО И ИМИТАЦИОННОГО МЕТОДОВ ПРИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ ЗАДЕРЖАНИЯ ПРАВОНАРУШИТЕЛЕЙ СОТРУДНИКАМИ ПОЛИЦИИ



## БЛЕЕР

### Александр Николаевич

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва  
Ректор, член-корреспондент РАО, доктор педагогических наук, профессор, председатель ПНС, заслуженный тренер России

## БЛЕЕР Alexander

Russian State University of Physical Culture, Sport, Youth and Tourism (GTSOLIFK), Moscow Rector, Corresponding Member of the RAO, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Chairman of the TNC, Honored Coach of Russia

## МАЛКОВ Олег Борисович

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва  
Доцент кафедры теории и методики единоборств, кандидат педагогических наук e-mail: malkovoleg@list.ru, тел. 8 (926) 796-01-98

## MALKOV Oleg

Russian state University of Physical Culture, Sport, Youth and Tourism (GTSOLIFK), Moscow  
Associate Professor of the Chair of Theory and Methods of Sport Combat, Ph.D. Candidate of Pedagogy, e-mail: malkovoleg@list.ru, phone +7 (926) 796-01-98

**Актуальность.** Подготовленность сотрудников к выполнению задержания дает возможность избегать опасных положений, нейтрализовать возможное преимущество нарушителя, значительно снизить травматизм работников полиции. Эти специализированные навыки

## КАН

### Лаврентий Васильевич

Всероссийский институт повышения квалификации сотрудников МВД России, Домодедово  
Старший преподаватель кафедры огневой и физической подготовки,  
e-mail: 777\_kan@mail.ru, тел. +7 (926) 157-80-03

## KAN Lavrenty

Russian Institute of Advanced Training of Employees of the Ministry of the Interior of Russia, Domodedovo.  
Senior Lecturer of Department of Fire and Physical Training,  
e-mail: 777\_kan@mail.ru, phone +7 (926) 157-80-03

**Ключевые слова:** ближний бой, служебно-прикладные единоборства, профессионально-прикладная физическая подготовка, учебная дисциплина, вооружённый конфликт.

**Аннотация.** Статья посвящена использованию идеомоторного и имитационного методов при моделировании боевых взаимодействий.

## THE INTERFACED APPLICATION OF IDEOMOTORY AND IMITATING METHODS AT IMPROVEMENT OF DETENTION OF OFFENDERS BY POLICE OFFICERS

**Keywords:** combat sports, specialized skills, combat fighting techniques.

**Abstract.** Article is devoted to the ideomotor and simulation methods for modeling combat interactions.

успешно формируются в процессе занятий бросковыми, ударными и смешанными единоборствами [2, 3]. Однако не все сотрудники полиции постоянно занимаются спортивными единоборствами и естественно возникают проблемы поддержания уровня специализированных

навыков. Важность решения данной проблемы обусловлена недостаточно обоснованной методикой совершенствования специальных умений выполнения приемов задержания.

Поведение сотрудников полиции в критических и опасных боевых ситуациях подчинено тактике применения активно-оборонительных действий. При выполнении служебных обязанностей сотрудник полиции может подвергнуться нападению невооруженных или вооруженных правонарушителей, которые могут применять сковывающие и болевые захваты, удары руками, ногами и предметами, а также холодное и огнестрельное оружие. Независимо от сложностей, возникающих в конфликтных ситуациях, полицейский должен стремиться к задержанию правонарушителя. В связи с этим выделяются два блока тактико-технической подготовки применения боевых приемов борьбы. Первый блок решает задачи по задержанию правонарушителей боевыми приемами борьбы, описанными в нормативных документах. Второй блок связан с разрешением типичных боевых ситуаций возникающих до выполнения задержания правонарушителей.

**Статистический анализ** показал, что большинство задержаний на улице (на свободном для перемещений пространстве) как правило, происходит после применения полицейскими неоговоренных в приказе боевых действий, которые не противоречат законодательству при применении физических воздействий к правонарушителям. Эти ситуации объединены в группы и представлены в табл. 1.

**Обсуждение результатов.** Полученный анализ позволил выявить основные типовые

ситуации, возникающие во время массовых беспорядков и нападений граждан друг на друга и полицейских. Для повышения эффективности действий полицейских нами были проанализированы ситуации задержания и похожие боевые взаимодействия, возникающие в спортивных поединках в различных видах единоборств, где спортсмены успешно разрешали аналогичные конфликтные ситуации.

Конфликтные ситуации, в которых требуется выполнение ударной техники, применяемой в действиях нападения и обороны:

1. Атака набеганием с ударами руками и ногами на правонарушителя, находящегося на месте или незначительно маневрирующего при участии в массовых беспорядках, или при оказании помощи напарнику.

2. Встречная атака ударом ногой назад против преследующего противника.

3. Маневренная атака передвижением «углом» вперед с ударом коленом в туловище после провоцирования противника на выполнение удара ногой или удара рукой с «проносом».

4. Встречная атака ударом ногой или рукой против удара ногой.

5. Ответная атака ударом рукой после удара рукой или ногой противника.

Ситуации, разрешение которых требует применения бросковой техники и техники болевых и сковывающих захватов:

1. Проход в туловище после уклона от бокового удара рукой.

2. Ответная атака переводом нырком захватом туловища, после бокового удара в голову.

Таблица 1

*Конфликтные ситуации, предшествующие ограничению передвижения правонарушителей*

№ п/п	Виды конфликтных ситуаций, предшествующих ограничению передвижения правонарушителей	Частота в %
1	Ситуации, связанные с осуществлением маневрирования на дальней и сверхдальней дистанции	12
2	Ситуации, связанные с приближением к противнику с дальней дистанции, и при этом выполняя различные действия нападения и активной обороны	32
3	Ситуации, связанные с выполнением приемов борьбы	5
4	Ситуации, связанные с ударами и захватами, обхватами для прохода к противнику со стороны спины	35
5	Ситуации, связанные с манипулированием захватом, выполнением швунгов, рывков, толчков и других подготавливающих действий борьбы	16
Итого:		100

3. Проход в туловище переводом, после проворачивания отшагиванием «углом» на удар ногой.

4. Захват правонарушителя за отворот спереди, нырок под руку с выполнением захвата за шею и с рывком на себя, или уход в сторону и выполнение сваливания рывком вниз.

5. Захват за рукав спереди ближе к локтевому сгибу, рывок на себя захватом головы с отшагиванием, и выполнение удара коленом в туловище на сближение противника.

Многие специалисты по физической подготовке в полиции переносят методы тренировки, принятые в учебно-тренировочном процессе спортивных единоборств на занятия по освоению боевых приемов борьбы.

Такой перенос не всегда является оправданным по следующим причинам:

1. Подготовленность полицейских и спортсменов единоборцев имеет существенные различия:

- полицейский в конфликтных ситуациях обычно действует скоротечно, реже задержание осуществляется за несколько мин;

- спортсмену необходима специальная выносливость для участия в нескольких поединках по 6–9 мин в течение одного соревновательного дня.

#### **Выводы и предложения**

1. Из этого следует, что основное время занятий должно быть направлено на тренировку моментных и пространственно-временных специализированных умений выполнения задержания, а не на развитие выносливости полицейского, по аналогии тренировки спортсмена. Соответственно время, затрачиваемое на развитие выносливости, ограничивает тактико-техническую подготовку.

2. При средней (по отношению к спортсмену) физической подготовленности полицейскому достаточно умения входить в состояние мобилизационной готовности, позволяющей эффективно осуществлять задержание правонарушителя.

3. В отличие от поединков, в которых участвуют спортсмены, в схватках полицейских с правонарушителями, практически не возникают повторяющиеся ситуации. События разворачиваются стремительно и непредсказуемо. Если упущен благоприятный момент для задержания правонарушителя, то ситуация может стать не управляемой, с потерей инициативы.

4. Самым важным фактором является то обстоятельство, что полицейский в конфликтной ситуации может встретиться с противником, превосходящим его по физическим параметрам, росту, весу и т.д. В этом случае нужно уметь скрыто управлять психомоторными реакциями противника при проявлении специализированных реакций.

Перечисленные факторы позволяют сделать следующее предположение, что, во-первых, у сотрудников полиции существует проблема дефицита времени на практические занятия по поддержанию специализированных умений выполнения приемов задержания правонарушителей и, во-вторых, развитие вышеуказанных умений в тренировочном процессе связано с высокой травмоопасностью отрабатываемых приемов задержания и как следствие возможность временной утраты выполнения служебных обязанностей.

Предполагается, что на основе совмещения идеомоторного и имитационного методов можно разработать технологию моделирования боевых взаимодействий для формирования у сотрудников полиции умения своевременного принятия тактических решений в микроинтервалах времени. Моделирование боевых взаимодействий позволит осуществлять совершенствование психомоторных реакций и особенно сигнально-пусковых характеристик для применения автоматизированных приемов выполнения скрывающих, болевых, удушающих захватов, бросков и ударов. Это в итоге позволит эффективно выполнять задержание правонарушителей.

В смешанных видах единоборств моментные характеристики нападения и обороны характеризуются преобладанием двух различных психических функций: при использовании ударной техники это визуализация и идеомоторные представления, при бросковой технике – тактильные ощущения и кинестетические представления. Неполнота кинестетического образа вызывает возрастание двигательной недостаточности при выполнении особо сложных движений, где требуется управление движениями, четкое дозирование мышечных усилий, точность и пространственно-временная взаимокоординация с противником, партнером. В данном случае формирование тактильного образа осуществляется с помощью имитации движений.

Технология совершенствования техники задержания правонарушителя объединяет подводящие имитационные упражнения и идеомоторное обучение сложным двигательным действиям. Моделирование с партнером ситуаций боевых взаимодействий осуществляется с помощью поэтапного перехода от имитационных упражнений под видеопроказ, к произвольной имитации импульсами опорных моментов изучаемых движений и далее к освоению идеомоторных представлений двигательных взаимодействий [1, 4]. Последним этапом является реальное выполнение с ассистентом техники задержания.

Сопряженное применение идеомоторного и имитационного методов при совершенствовании задержания правонарушителей сотрудниками полиции целесообразно осуществлять в следующей последовательности:

1. Показ видеоизображения образцового выполнения техники задержания с помощью видеопроектора, прокручиваемого с замедленной скоростью, создает у занимающихся точный мысленный образ конкретного движения, вначале это зрительные представления (видеоизображение двигательного цикла с особым акцентированием основных моментов, при разбиении выполняемого движения и движений партнера на составные части с помощью видеозаписи).

2. Создание идеомоторного образа осуществляется при сопряженном воспроизведении представления всего боевого взаимодействия с выполнением импульсов начала движений атакующего, выполняющего задержание, при этом необходимо сохранять яркость и точность зрительного представления. Минимальное движение, имитирующее реальное боевое взаимодействие является видимым со стороны.

3. Промежуточным этапом создания идеомоторного образа является переход к более коротким импульсам начала основных частей действия с учетом пространственно-временных взаимодействий с воображаемым партнером.

4. Завершением формирования идеомоторного образа боевого взаимодействия является перевод импульсов начала движений в скрытые микродвижения, чтобы вслед за мысленным образом движений сохранялась активность соответствующих мышечных групп.

5. Отработка моментных характеристик боевых взаимодействий против воображаемого

нарушителя, реагируя на его действия показываемые в видеоизображении. Скорость прокрутки видеозаписи приближается к реальной и далее увеличивается для тренировки оперативного мышления.

а) имитационная фаза – элементы боевого взаимодействия реально имитируются под видеопроказ, в общих чертах воплощая идеомоторное представление о движениях противника, осуществляемое вначале медленно, переходя к максимально быстрому выполнению;

б) фаза практической имитации с партнером, который выполняет действия нарушителя и против него осуществляется имитация задержания с сохранением временных параметров участников видеозаписи, демонстрируемых на видеопроекторе.

**Заключение.** Совершенствование моментных характеристик задержания правонарушителей сотрудниками ОВД достигается за счет формирования устойчивого идеомоторного образа боевого взаимодействия. Это позволяет, не выполняя реального задержания, многократно имитировать моментные характеристики задержания и начальные движения выполнения действий, при воспроизведении видеоизображений реального выполнения задержания, варьируя скорость просмотра и имитационное выполнение изучаемых приемов, демонстрируя микродвижения начала выполнения элементов сложных технико-тактических действий.

Используя идеомоторный и имитационный метод при моделировании боевых взаимодействий, можно решать следующие задачи тренировки:

1. Повышать точность моментных характеристик применения действий нападения и обороны в условиях имитации боевых взаимодействий. При выполнении упражнений под видеопроказ можно в различных скоростных режимах отрабатывать старт на атаку, защиту и т.д. Количество повторов моментных характеристик может намного превышать тренировку с партнером при реальном выполнении боевых действий, что позволяет повысить тренировочный эффект, длительно сохранять работоспособность и избегать возможных травм.

2. С помощью выполнения имитационных упражнений можно осуществлять оценку исходной подготовленности занимающихся, в зависимости от их квалификации, определять их боевой арсенал действий нападения и обороны.

С помощью имитационного моделирования занимающиеся демонстрируют разрешение конфликтных ситуаций, что дает возможность индивидуализировать двигательный состав боевых действий и определить потенциал и боевые возможности каждого полицейского.

3. Идеомоторный метод позволяет у занимающихся целенаправленно совершенствовать программирующую функцию управления движением, развивать представления о протекании реальных действий, которые преобразовываются в будущую программу реального поведения при задержании правонарушителей.

4. Применение идеомоторного и имитационно методов для достижения тренировочного эффекта, требует повышенной концентрации внимания как на представлении движения, так и на боевое взаимодействие. Необходимо наличие интереса, вызываемого или целевой установкой на воображаемое действие, или его особой эмоциональной окрашенностью, что соответствует повышению эмоциональной готовности к деятельности.

## Литература

1. Алексеев А.В. Себя преодолеть! Изд.2-е, доп. и перераб. / А.В. Алексеев. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 192 с., ил.
2. Ашкинази С.М. Базовая техника рукопашного боя как синтез техники спортивных единоборств: учеб.-метод. пособие / С.М. Ашкинази, К.В. Климов. – СПб: СПбГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2006. – 80 с.
3. Блеер А.Н. Совершенствование специальных сенсомоторных навыков у единоборцев высшей квалификации / А.Н. Блеер, О.Б. Малков // Проблемы совершенствования технико-тактической подготовки в спортивных единоборствах: борьба, каратэ, тхэквондо, фехтование: сборник статей / под общей редакцией профессора А.Н. Блеера. – М.: Физическая культура, 2010. – С. 10-16.
4. Малков О.Б. Структурные компоненты и методы тактического совершенствования в ударных видах спортивных единоборств / О.Б. Малков // Проблемы совершенствования технико-тактической подготовки в спортивных единоборствах: борьба, каратэ, тхэквондо, фехтование: сборник статей / под общей редакцией профессора А.Н. Блеера. – М.: Физическая культура, 2010. – С. 35-52.

