

ПРИМЕНЕНИЕ СИТУАЦИОННОГО МОДЕЛИРОВАНИЯ В ОБУЧЕНИИ ПРИЕМАМ САМОБОРОНЫ СТУДЕНТОВ ВУЗА



СВИЩЁВ

Иван Дмитриевич

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва
Профессор кафедры ТИМ единоборств, доктор педагогических наук,
e-mail: ioan47@mail.ru

SVISHCHEV Ivan

Russian State University of Physical

Culture, Sport, Youth and Tourism (GTSOLIFK), Moscow
Professor of the Department T&M of Martial Arts, Doctor of Education Science,
e-mail: ioan47@mail.ru

МИХЕЕВ Сергей Иванович

Соискатель кафедры ТИМ единоборств Российского университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), г.Москва.

Заведующий кафедрой физического воспитания Образовательного учреждения профсоюзов высшего профессионального образования «Академия труда и социальных отношений», г.Москва, Россия.

MIKHEEV Sergey

Head of Department of Physical Education, Academy of Labor and Social Relations, Moscow, Russia.
Applicant Chair T&M Martial Arts Russian State University of Physical Culture, Sport, Youth and Tourism (GTSOLIFK), Moscow, e-mail: sergemikheeff@yandex.ru

Ключевые слова: физическая культура, самооборона, восточные единоборства, технико-тактические действия, ситуационное моделирование.

Аннотация. В статье рассматривается актуальность и целесообразность обучения основам самообороны студентов нефизкультурных вузов на практических занятиях по физической культуре. Приведены аргументы в пользу выбора средств и методов восточных единоборств как основы обучения самообороне. Раскрыто понятие метода ситуационного моделирования, области его активного использования. Представлена информация о формах и особенностях применения метода ситуационного моделирования с целью повышения эффективности освоения студентами технико-тактических действий самообороны. Подробно описаны специфические условия, моделируемые в ходе тренировочных упражнений - условных поединков с различными типами атаки между юношами, девушками и в смешанных парах, и результаты исследования.

REQUIREMENTS FOR TRAINING FOR THE CLOSE BATTLE IN ARMED CONFLICT FOR A SUBJECT «THEORY AND METHODS OF APPLIED MARTIAL ARTS

Keywords: Physical culture, self-defense, oriental combat sports, technical and tactical actions, situational modeling.

Abstract. In this article the expediency of training students the basis of self-defense at the physical education lessons is considered. The arguments in favor of the choice of the means and methods of Oriental combat sports as a base for the self-defense training are adduced. The notion of the method of situational modeling is explained and the areas of its active usage are shown. The information on the forms and peculiarities of the application of the method of situational modeling for increasing the efficiency of the students' understanding of the self-defense actions is presented. The specific conditions which are formed during the training exercises, such as simulated combats with the usage of various attack types between young men, girls and in mixed pairs, and the results of the research are described in details. The usage of the situational modeling during the forming of self-defense skills favours creating special conditions of doing the exercises in real situations and perfecting technical and tactical actions, provides the psychic training component. The usage of this method allows to increase the effectiveness of the self-defense skills that are being formed.

Актуальность и цель исследования. Сегодня студенты вузов, вследствие недостаточного уровня физической подготовленности и отсутствия необходимых навыков, являются уязвимой категорией для правонарушителей. Для современного студента является актуальной потребностью владение навыками самообороны – комплексом действий, формируемым на основе техники единоборств с целью обеспечения защиты от проявлений агрессии и избежания по отношению к себе противоправных действий [2]. Самооборона относится к необходимым навыкам действия в так называемых конфликтных ситуациях, возникающих при столкновении с агрессивно настроенными людьми или животными [1]. Поскольку от подобных ситуаций никто не застрахован, владение навыками самообороны представляет жизненную необходимость для каждого человека. Таким образом, обучение основам самообороны, хотя бы краткосрочное, целесообразно внедрить в курс физического воспитания для всей студенческой молодежи.

По данным анализа научной литературы, наиболее перспективной представляется организация обучения студентов действиям самообороны на основе техники восточных единоборств, популярных у современной молодежи [4]. Восточные единоборства формируют арсенал специфических умений и навыков, обеспечивающих личную безопасность в экстремальных жизненных ситуациях, и способствуют развитию такого качества, как асертивность – отсутствие агрессии или комплекса жертвы [2, 5].

Следовательно, представляется актуальным составление методики формирования навыков самообороны для начинающих на основе техники восточных единоборств; обучение действиям самообороны с применением данной методики студентов вузов в условиях занятий по физической культуре; анализ результатов такого обучения.

Цель исследования – повысить уровень эффективности выполнения технико-тактических действий самообороны у студентов нефизкультурных вузов на практических занятиях по физической культуре.

Организация исследования.

Исследования проводились на учебно-тренировочной базе Образовательного учреждения профсоюзов высшего профессионального образования «Академия труда и специальных

отношений» (ОУП ВПО «АТиСО»), г.Москва. Занятия были организованы в условиях стандартного расписания, 2 раза в неделю в первую смену, без посещения факультативных и дополнительных занятий по физической культуре.

В исследовании участвовали студенты 2-го курса очной формы обучения общим числом 40 человек, 1991-92 гг. рождения, однотипные по весоростовому индексу (Кетле), не работающие, не имевшие спортивных разрядов и опыта занятий ударными видами единоборств. Наполняемость экспериментальной и контрольной групп составила по 20 человек (10 юношей и 10 девушек).

Методы исследования: анализ научно-методической литературы, метод ситуационного моделирования.

Метод ситуационного моделирования направлен на воссоздание наиболее типичных ситуаций выполнения технико-тактических действий и эффективно применяется не только в практике спортивной тренировки, но также при подготовке сотрудников силовых ведомств [3]. В процессе освоения действий самообороны студентами нефизкультурного вуза в экспериментальной группе проводились учебные поединки с применением ситуационного моделирования с целью приближения условий выполнения упражнения к реальным обстоятельствам самообороны. В ходе выполнения упражнений имитировались специфические условия конфликтной ситуации: характерное эмоциональное и вербальное воздействие атакующих, агрессивное поведение и в заключение – выполнение атакующих действий. Задача защищающихся состояла в спокойном, адекватном реагировании на агрессивное поведение противника, определении момента и способа атаки, выполнении эффективной комбинации защитных и контратакующих действий. Примененный подход включал ряд отвлекающих внимание действий и создавал специфический эмоциональный фон, что усложняло задачи защищающихся. Учебные поединки проводились с использованием защитного инвентаря – накладок на кисть, де-вущкам разрешались накладки на голень.

Упражнения выполнялись с обусловленной и свободной атакой (по 2 попытки каждая) со сменой противника в каждой попытке. В том числе проводились условные поединки по той же программе в смешанных парах с выполнением

Таблица 1

Показатели результативности технико-тактических действий в ходе учебных поединков у студентов экспериментальной группы

Юноши (n=10)

Виды деятельности	Всего попыток	Атакующие действия		Контратакующие действия		
		победа	поражение	победа	низкая эффективность	поражение
Обусловленная атака	20	3	17	14	3	3
Свободная атака	20	6	14	12	2	6
X±σ	20	4,5±2,12	15,5±2,12	13±1,41	2,5±0,71	4,5±2,12
%	100	22,5%	77,5%	65%	12,5%	22,5%

Девушки (n=10)

Виды деятельности	Всего попыток	Атакующие действия		Контратакующие действия		
		победа	поражение	победа	низкая эффективность	поражение
Обусловленная атака	20	5	15	13	2	5
Свободная атака	20	6	14	10	4	6
X±σ	20	5,5±0,71	14,5±0,71	11,5±2,12	3±1,41	5,5±0,71
%	100	27,5%	72,5%	57,5%	15%	27,5%

Смешанные пары (n=20)

Виды деятельности	Всего попыток	Атакующие действия		Контратакующие действия		
		победа	поражение	победа	низкая эффективность	поражение
Обусловленная атака	20	7	13	11	2	7
Свободная атака	20	10	10	9	1	10
X±σ	20	8,5±2,12	11,5±2,12	10±1,41	1,5±0,71	8,5±2,12
%	100	42,5%	57,5%	50%	7,5%	42,5%

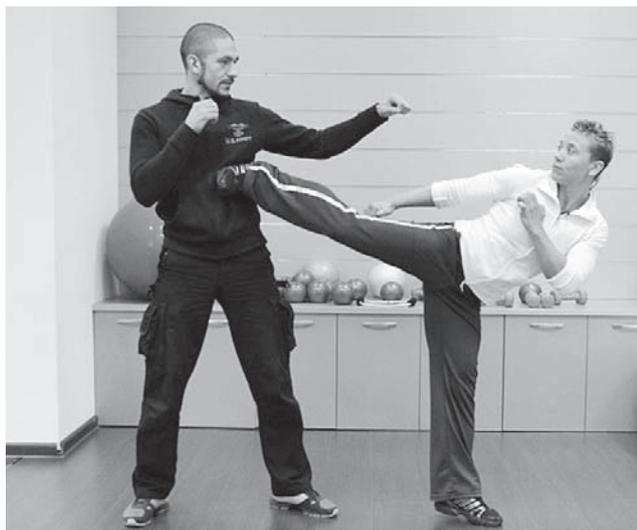
атакующих действий юношами. Поединки проводились с арбитражем: функции арбитра выполняли студенты под контролем преподавателя. Арбитрами фиксировались победы, поражения и контратакующие действия с низкой эффективностью (например, удар с некорректной дистанции или в защищенную зону).

Результаты исследования

В таблице 1 представлены показатели результативности технико-тактических действий

в ходе учебных поединков у студентов экспериментальной группы

Результаты выполнения действий самообороны у девушек уступают аналогичным показателям у юношей. Наиболее высок средний показатель побед первой атакой в смешанных парах – 42,5%; девушки значительно уступили атакующим юношам. Важно, что данный тип нападения (мужчины на женщину) чаще всего встречается в реальных жизненных ситуациях и влечет наиболее тяжелые последствия. Интересно



отметить, что в упражнениях в смешанных парах девушки на фоне наименьшего числа успешных защит проявили наиболее высокую эффективность ударных действий в контратаке.

Выводы. Применение ситуационного моделирования в процессе формирования навыков самообороны способствует созданию специфических условий выполнения упражнений в реальных ситуациях и, наряду с совершенствованием технико-тактических действий, обеспечивает компонент психической подготовки. Таким образом, применение данного метода повышает эффективность формируемых навыков действий самообороны. В процессе обучения действиям самообороны девушек целесообразно

увеличить объем упражнений на работу с противником в смешанных парах.

Литература

1. Викторов А. Я Формирование у студентов, будущих педагогов, умений решения двигательных задач в критических и конфликтных ситуациях / А. Я. Викторов, О. Б. Малков, В. А. Викторов, А. П. Кожиров // Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в вузах : материалы науч.-практ. межрегиональной конф., 23-24 янв. 2010 г. / Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма, каф. теории и методики восточ. боевых искусств. – М.: Светотон, 2010. – С. 9-15.
2. Махов С. Ю. Самооборона – эффективная технология в обеспечении личной безопасности граждан / С. Ю. Махов // Физическое воспитание студентов творческих специальностей; под ред. Ермакова С.С. / М-во образования и науки Украины, Харьков. гос. акад. дизайна и искусств (Харьков. худож.-пром. ин-т). – Харьков, 2008. – № 3. – С. 73-77.
3. Морев Г. Д. Методика боевой подготовки курсантов образовательных учреждений МВД России в условиях ограниченного пространства : дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.04. / Морев Г. Д. – М., 2001.
4. Фазлеева Е.В. Проблемы мотивации физкультурной активности студентов вуза / Е. В. Фазлеева, Н. В. Васенков // Теория и практика физ. культуры. – 2010. – № 6. – С. 83-85.
5. Szark-Eckardt M. The assertiveness of people who practice karate / M. Szark- Eckardt, P. Golebiewski, M. Cieslicka, B. Stankiewicz // Физическое воспитание студентов. – 2012. – № 4. – С. 150-158.

