

2. Бельмонд В. Применение опеки в целях обороны и атаки / В. Бельмонд // Вестник Федерации хоккея России. – 2015. – № 4. – С. 42–46.
3. Спортивный регламент МХЛ : регламент париматч МХЛ сезоны 2019/2020, 2020/2021. – Москва, 2020. – 69 с. – URL: <https://mhl.khl.ru/upload/iblock/931/9310de9507c122c132d356d50a9519cc.pdf> (дата обращения: 22.04.2021).

REFERENCES

1. Savin, V.P. (2003), Theory and Methodology of Hockey, textbook for physical education universities, Academy, Moscow.
2. Belmond W. (2015), “Application of custody for defense and attack”, The bulletin of Russian ice hockey federation, No. 4, pp. 42–46.
3. Sports Regulations JHL (2020), Regulations of Parimatch JHL 2019/2020, 2020/2021 seasons, Moscow, available at “<https://mhl.khl.ru/upload/iblock/931/9310de9507c122c132d356d50a9519cc.pdf>” (accessed 22 April 2021).

Контактная информация: yan-nvkz@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 07.06.2021

УДК 796.89

СОСТАВ ИЗУЧАЕМОГО АРСЕНАЛА БАЗОВОЙ ТЕХНИКИ БОЕВЫХ ПРИЕМОВ БОРЬБЫ ДЕВУШКАМИ-КУРСАНТАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД РФ

Казбек Довлетмизович Чермит, доктор педагогических наук, доктор биологических наук, профессор, заслуженный деятель науки России, заведующий кафедрой, Адыгейский государственный университет, г. Майкоп; Андрей Павлович Голодов, старший преподаватель, Краснодарский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации

Аннотация

В статье определяются основные уровни дифференцирования сущности профессионального развития в области физической подготовки, методические основы служебно-прикладной подготовки в разделе «единоборства» при изучении техники боевых приемов борьбы, рассматриваются причины и пути дифференцирования целевых установок процесса подготовки, состава средств, методических приемов и содержания разделов подготовки на основе учета гендерных особенностей курсантов, обоснованы подходы для определения арсенала техники боевых приемов борьбы нападения и защиты, которым должны обучаться девушки-курсанты в разделе «единоборства», выделены группы базовых подготовительных упражнений и базовых технических действий единоборств, обеспечивающих эффективность нападения и защиты, включающихся в содержание подготовки девушек – курсантов. На основании результатов проведенного исследования определен арсенал базовых приемов борьбы и наиболее эффективные методы овладения ими.

Ключевые слова: девушки-курсанты, образовательные организации МВД, арсенал боевых приемов, базовые приемы, изучение техники приемов, дифференцирование, выведение из равновесия.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.8.p371-375

CONTENT OF THE STUDIED ARSENAL OF FIGHTING TECHNIQUES OF FIGHTING GIRLS-CADETS OF EDUCATIONAL ORGANIZATIONS OF THE MINISTRY OF INTERNAL AFFAIRS OF RUSSIAN FEDERATION

Kazbek Dovletmizovich Chermiĭ, the doctor of pedagogical sciences, doctor of biological sciences, professor, Honored scientist of Russia, department chair, Adyghe State University, May-

kor; Andrey Pavlovich Golodov, the senior teacher, Krasnodar University of the Ministry of Internal Affairs of Russian Federation

Abstract

This article defines the main levels of differentiation of the essence of professional development in the field of physical training, the methodological foundations of service and applied training in the section single combat in the study of combat techniques of wrestling, it considers the reasons and ways of differentiating the target settings of the training process, the composition of means, methodological techniques and the content of training sections based on the gender characteristics of cadets, it justifies the approaches to determining the arsenal of combat techniques of attack and defense, the groups of basic preparatory exercises and basic technical actions of martial arts that ensure the effectiveness of attack and defense, which are included in the content of training of female cadets, being highlighted in the section single combat. Based on the results of the study, the arsenal of basic fighting techniques and the most effective methods of mastering them have been defined.

Keywords: female cadets, educational organizations of the Ministry of Internal Affairs, arsenal of combat techniques, basic techniques, study of techniques of techniques, differentiation, disequilibrium.

Актуальность. Процесс физического воспитания может быть эффективным, только в случае соответствия физической нагрузки и ее направленности, состоянию, определяемому в соответствии с принадлежностью к определенным полу [1, С. 132; 6, С. 322-324; 8, С. 183-185 и др.].

Методической основой процесса служебно-прикладной подготовки в разделе «единоборства» при изучении техники боевых приемов борьбы является дифференцирование целевых установок, состава средств, методических приемов и содержания разделов подготовки [4, С. 32; 7, С. 201 и др.] на основе учета гендерных особенностей курсантов [2, С. 212; 5, С. 39]. Применяемые для нападения и защиты приемы должны быть надежными в исполнении в боевой ситуации и эффективными с точки зрения достижения цели. Эффектная техника бросков, связанных с временной утратой надежной опоры, для лиц женского пола мало приемлема. Оптимальна та техника, которая не ставит исполнителя в неудобную позу или стойку.

В силу ряда причин основополагающие подходы к реализации этой задачи в процессе обучения девушек в образовательных организациях МВД недостаточно обоснованы. Появляется научное противоречие, требующее своего разрешения, между потребностью в методике формирования арсенала техники боевых приемов единоборств у девушек-курсантов и невозможностью ее создания в силу отсутствия знаний, о составе применяемых для этого средств, о методических особенностях обучения базовой технике боевых приемов борьбы девушек курсантов образовательных организаций МВД

Цель работы – теоретически обосновать состав базовых подготовительных упражнений и базовых технических действий единоборств, обеспечивающих эффективность нападения и защиты девушек – курсантов, обосновать основополагающие методические особенностях обучения этой технике.

В работе использованы такие методы исследования, как теоретический анализ и обобщение данных специальной литературы применительно к проблеме и предмету исследования, обеспечения сравнительного и системного анализа данных; педагогические наблюдения (непосредственные и опосредованные) в процессе занятий и квазипрофессиональных схваток с условным противником в условиях специально организованной соревновательной деятельности, метод проектирования содержания педагогической деятельности.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

На основании изучения регламентирующих документов и приказов МВД определяются основные уровни дифференцирования сущности профессионального развития в области физической подготовки и состав изучаемых боевых приемов борьбы в разделе

«единоборства».

Приказом МВД России от 1 июля 2017 г. № 450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации» и приложении к нему в состав изучаемых бросков введены: задняя подножка, задняя подножка с захватом ноги, передняя подножка, бросок через бедро, бросок через спину, бросок захватом ног сзади, бросок захватом ног спереди.

Но с точки зрения содержательной состоятельности приемов для подготовки курсантов-женщин возникает множество рисков и моментов и потери равновесия. В частности, при выполнении задней подножки и задней подножки с захватом ноги исполняющий проходит через довольно длительную фазу, когда центр тяжести выходит за пределы устойчивого положения и опора приходится только на одну ногу, при этом требуется значительное проявление силы для того, чтобы заставить противника перенести центр тяжести на пятки.

При выполнении броска через бедро и броска через спину требуется значительное применение силы для того, чтобы заставить соперника перенести центр тяжести на носки. Кроме того, старт выполнения завершающего движения в обоих бросках выполняется из И.П. – спиной к сопернику. Но, опасно сопернику, который физически, как правило, сильнее женщины, позволять находиться за спиной, не контролируя при этом его действия. Входящие в состав базовых броски захватом ног сзади и с захватом ног спереди сложно выполнить в типично женской одежде (в юбке или в платье). Кроме того, броски с захватом ног опасны контратакой с помощью удушающего приема, причем он может быть проведен соперником даже в случае удачного выполнения нападающего действия.

Наиболее приемлемой стартовой ситуацией для единоборства является наличие двойного захвата, который может позволить провести прием и выиграть время, что влияет на итог противоборства женщины-сотрудника полиции и преступника. В этой связи следует обратить особое внимание на формирование одного из важных элементов единоборств, связанных с выведением из равновесия, и на изучение целой серии приемов с их применением, известных в борьбе под общим названием «переводы в партер». Кроме того, на данные технические действия следует обратить внимание и в соответствии с мыслью, изложенного В. В. Дудкиным [3, С. 11]. Автор подчеркивает важность изучения приемов и способов выведения атакуемого из равновесия, как главных специальных подготовительных упражнений, которые предопределяют результативность атак.

То есть, важнейшим арсеналом боевых приемов борьбы для женщин могут стать выполнение выведения из равновесия и переводы в партер. При этом их выполнение тесно связано с качественной реализацией целой группы элементарных приемов борьбы, таких как приемы страховки и самостраховки, хваты и захваты, стойки и передвижения, которые предшествуют и сопровождают весь процесс подготовки к реализации приемов борьбы, то есть представляют собой самостоятельную группу базовых приемов борьбы, которыми должны владеть девушки-курсанты.

Продолжением качественно выполненного перевода в партер, после выведения из равновесия либо ей предшествующим действием должны являться удары, которые изучаются в соответствии с государственным стандартом, и которые могут явиться содержанием комбинации. В этой связи самостоятельную группу базовых приемов борьбы могут составить сами удары и комбинации приемов и ударов.

В структуре технического арсенала девушек-курсантов должны наличествовать средства противодействия нападению с использованием подручных средств (сумочка, зонтик, книга, журнал, обувь с острыми каблуками и др.).

Для надежной защиты от приема ее необходимо увидеть и осознать до того, как прием будет доведен до завершающей фазы выполнения, а еще лучше до начала ее выполнения. Выполнение эффективной защиты возможно только в том случае, если для исполнителя защиты двигательное действие по содержанию выполнения и подготовки яв-

ляется хорошо знакомым. То есть, результативное проведение защиты зависит от наличия навыка распознавания двигательного образа и образа благоприятной ситуации для выполнения приема.

Важным моментом обеспечения качественного исполнения защиты является наличие опережающего оперативно-тактического мышления у девушек-курсантов. Оно выступает как компенсаторное образование для устранения недостатков физических кондиций, связанных с гендерными особенностями телосложения и физического развития, что не позволяет нападающему проявить в полной мере всю совокупность физических качеств в реализуемом движении, за счет чего может быть обеспечено уравнивание шансов в конкретном фрагменте конфликта. Медленное решение оперативно-тактических задач является такой же ошибкой, как и неправильное их решение. Для обеспечения развития этого личностного качества у курсантов женского пола на практических занятиях во внеучебное время в состав методических приемов обучения следует включать ролевые игры и моделирование условий и обстоятельств применения приемов борьбы сотрудниками полиции в разнообразных ситуациях.

ВЫВОДЫ

1. Для обеспечения процесса дифференцированного формирования техники защитного арсенала служебно-прикладного единоборства у курсантов-девушек следует:

- Обеспечивать опережающее формирование оперативно-тактического мышления у девушек-курсантов как компенсаторное образование для устранения недостатков физических кондиций, связанных с гендерными особенностями телосложения и физического развития;

- Определить состав средств и методов, которые целесообразно использовать в процессе профессионально-прикладной физической подготовки для выполнения защитных и атакующих технических действий, а также для развития специальных интеллектуальных способностей девушек-курсантов;

- Разработать и реализовать методику формирования у девушек-курсантов навыков распознавания образа специфической ситуации для выполнения защитных действий.

2. В состав изучаемых технических действий у девушек-курсантов следует ввести группы:

- элементарных приемов борьбы (приемы страховки и само страховки, хваты и захваты, стойки и передвижения);

- выведений из равновесия и переводы в партер;

- специфических приемов самозащиты женщин при нападении;

- комбинации из изученных приемов самозащиты;

- ударов, как компоненты комбинаций и как самостоятельные приемы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании: пособие для студентов, аспирантов, преподавателей институтов физической культуры / Б.А. Ашмарин. – Москва : Физкультура и спорт, 1987. – 223 с.

2. Гусева, М.В. Физическая подготовка курсантов-женщин в образовательных организациях МВД России / М.В. Гусева // Преступность в СНГ: проблемы предупреждения и раскрытия преступлений: сборник материалов Международной научно-практической конференции. – Воронеж: Воронежский институт Министерства внутренних дел Российской Федерации, 2017. – С. 211–212.

3. Дудкин, В.В. Техничко-тактическая подготовка выполнения бросков в самбо: учеб. пособие / В.В. Дудкин. – Самара : Изд-во Самарского ун-та, 2017. – 64 с.

4. Извеков, В.В. Система управления подготовкой женщин в спортивной борьбе: на примере дзюдо : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Извеков Владимир Васильевич. – Москва, 2001. – 46 с.

5. Кузнецова, О.В. Личностные детерминанты эффективности служебной деятельности женщин – сотрудников органов внутренних дел / О. В. Кузнецова // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2016. – № 2 (65). – С. 37–40.

6. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ. культуры / Л.П. Матвеев. – Москва : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.

7. Овчинников, В.А. Технологии моделирования действий по задержанию правонарушителей / В.А. Овчинников, Ю.А. Шапошников // Совершенствование боевой и физической подготовки курсантов и слушателей образовательных учреждений силовых ведомств: материалы международной научно-практической конференции. – Иркутск, 2010. – Т. 1. – С. 200–203.

8. Чермит, К.Д. Теория и методика физического воспитания: опорные схемы : учебное пособие / К.Д. Чермит. – Москва : Советский спорт, 2005. – 272 с.

REFERENCES

1. Ashmarin, B.A. (1987), *Theory and methodology of pedagogical research in physical education, manual*, Physical Culture and Sport, Moscow.

2. Guseva, M.V. (2017), “Physical training of cadets-women in educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia”, *International scientific and practical conference Crime in the CIS: problems of prevention and disclosure of crimes*, Voronezh Institute of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation, Voronezh, pp. 211–212.

3. Dudkln, V. V. (2017), *Technical and tactical preparation of the execution of throws in sambo*, Samara university, Samara.

4. Izvekov, V.V. (2001), *System of management of training of women in wrestling: on the example of judo*, dissertation, Moscow.

5. Kuznetsova, O.V. (2016), “Personal determinants of the efficiency of service activities of women-employees of internal affairs bodies”, *Psychopedagogy in law enforcement agencies*, Vol. 2 (65), pp. 37–40.

6. Matveev L.P. (1991), *Theory and methodology of physical culture (general principles of the theory and methodology of physical education; theoretical and methodological aspects of sports and professional and applied forms of physical culture)*, Physical culture and sport, Moscow.

7. Ovchinnikov V.A. and Shaposhnikov Yu.A. (2010), “Technologies of modeling actions for the detention of offenders”, *Improving the combat and physical training of cadets and students of educational institutions of law enforcement agencies*, Irkutsk, Vol. 1, pp. 200–203.

8. Chermit, K.D. (2005), *Theory and methodology of physical education: reference schemes*, Soviet sport, Moscow.

Контактная информация: urta_82@mail.ru

Статья поступила в редакцию 23.08.2021

УДК 796.016.68

ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ НАДВОДНЫХ КОРАБЛЕЙ

Дмитрий Александрович Чучага, помощник начальника учебно-методического отдела, **Артем Витальевич Глыбчак**, адъюнкт, **Евгений Игоревич Жуйко**, старший инструктор, **Андрей Юрьевич Титов**, адъюнкт, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург; **Ярослав Владимирович Козиков**, кандидат педагогических наук, Сибирский государственный университет путей сообщений, Новосибирск; **Дмитрий Михайлович Дмитриев**, начальник физической подготовки, Новороссийская военноморская база, Новороссийск

Аннотация

В статье представлены результаты опроса военнослужащих в ходе длительного морского похода на надводных кораблях по вопросам организации физической подготовки. Данные результаты указывают о необходимости изучения особенностей организации и проведения занятий по физической подготовке с учетом видов деятельности военнослужащих. Сделано заключение о необходимости расширении применяемых средств физической подготовки военнослужащих.