

**Катаргин Сергей Витальевич,**

*доцент кафедры физической подготовки сотрудников органов внутренних дел,  
ФГКУ ДПО Тюменский институт повышения квалификации сотрудников МВД России,  
г. Тюмень, Россия*

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КРУГОВОГО МЕТОДА ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ БОЕВЫМ ПРИЁМАМ БОРЬБЫ СОТРУДНИКОВ ОВД**

В статье представлены результаты исследования возможности применения кругового метода для формирования навыков боевых приемов борьбы. Автор разработал и апробировал четыре комплекса боевых приемов борьбы для использования метода круговой тренировки. Результаты педагогического эксперимента убедительно продемонстрировали преимущества использования кругового метода.

**Ключевые слова:** сотрудники ОВД, физическая подготовка, боевые приемы борьбы, круговой метод

В настоящее время в образовательных организациях системы МВД России ведутся исследования, направленные на поиск эффективных средств и методов формирования навыков боевых приемов борьбы у сотрудников органов внутренних дел. Исследователи Троян Е.И., Герасимов И.В. обосновали необходимость формирования комплексного навыка применения боевых приемов борьбы в типовых ситуациях служебной деятельности и использования для этого активных методов обучения [2, с. 17; 1, с. 235]. Пряхин А.С. выделяет этапы «повышения противодействия при освоении боевых приемов борьбы» и использовать для реализации принципа обучения «от простого – к сложному» [3, с. 144]. Вместе с тем ещё не достаточно полно исследована проблема использования традиционных методов физического воспитания для формирования навыков борьбы в специфических условиях физической подготовки сотрудников ОВД по следующим причинам: короткий период обучения; неравномерный уровень физической подготовленности обучающихся; большой объем дидактических единиц образовательной программы. В частности, не исследованы вопросы использования метода круговой тренировки в физической подготовке сотрудников ОВД.

**Объект исследования:** физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел.

**Предмет исследования:** методы формирования навыков боевых приёмов борьбы в процессе физической подготовки сотрудников органов внутренних дел.

**Гипотеза исследования** заключается в предположении, что активное использование кругового метода на занятиях по физической подготовке будет способствовать эффективному формированию навыков боевых приемов борьбы у сотрудников органов внутренних дел.

**Цель исследования:** определение эффективности использования кругового метода для формирования навыков боевых приёмов борьбы у сотрудников органов внутренних дел.

Исходя из цели и гипотезы, перед исследованием были поставлены следующие **задачи:**

1. Проанализировать и обобщить научно-методическую литературу по изучаемой проблеме.
2. Выявить уровень владения боевыми приёмами борьбы у сотрудников органов внутренних дел в начале и в конце педагогического эксперимента.
3. Разработать и экспериментально обосновать комплекс боевых приемов борьбы для использования кругового метода.

Для решения задач использовались следующие **методы исследования:** анализ научно-методической литературы; тестирование; педагогический эксперимент; методы математической статистики.

Для оценки уровня сформированности навыков приемов самообороны использовалось тестирование и метод экспертной оценки.

Тестирование уровня владения навыками владения приемами самообороны состояло из двух упражнений: «Скорость выполнения приёма»; «Количество приёмов за 1 минуту».

1. *Скорость выполнения приёма.*

В качестве тестируемого приёма был выбран приём «бросок через бедро». В соответствии с условиями выполнения теста испытуемый занимал место в центре ковра; пять ассистентов строились в колонну по одному лицом к испытуемому. По сигналу преподавателя ассистенты поочередно начинали атаковать тестируемого строго оговоренными и одинаковыми для всех приемами. За минимальное время испытуемый должен был технически грамотно выполнить заданные приемы защиты от пяти нападений. Подсчитывалась средняя скорость выполнения правильно выполненных приемов.

## *2. Количество приёмов за 1 минуту.*

В этом тесте использовался приём «освобождение от захвата за отворот одежды одной рукой спереди с использованием броска задняя подножка». Тест «количество приёмов за 1 минуту» позволил выявить степень технической подготовленности, а так же уровень координационной способности слушателя, применяющего приемы самозащиты с преодолением нарастающего физического утомления. Место проведения теста – борцовский ковер. В соответствии с условиями выполнения теста испытуемый занимал место в центре ковра; пять ассистентов строились в колонну по одному лицом к испытуемому. По сигналу преподавателя ассистенты поочередно начинали атаковать тестируемого строго оговоренными и одинаковыми для всех приёмами. За одну минуту испытуемый должен был технически грамотно выполнить максимальное количество раз заданный приём. В первом подходе выполнялась атака «захват за отворот одежды одной рукой при подходе спереди». Тестируемый должен был выполнить бросок «задняя подножка». Во втором подходе выполнялась атака «удар ножом снизу». Тестируемый должен был выполнить «рычаг руки наружу». В третьем подходе выполнялась атака «удар рукой сбоку в голову» испытуемый должен был выполнить защиту «нырком» и имитировать удар рукой в голову. По команде преподавателя «стоп», подсчитывалось количество правильно выполненных приёмов,

выполненных за одну минуту в каждом подходе. Результаты фиксировались и вносились в таблицу.

Исследование было организовано на базе Тюменского института повышения квалификации сотрудников МВД России в период с апреля по октябрь 2017 г. В исследовании участвовали слушатели ТИПК МВД России. Две учебные группы слушателей были определены в качестве экспериментальной (ЭГ) и контрольной групп (КГ).

Для выявления эффективности использования кругового метода в физической подготовке сотрудников органов внутренних дел для формирования навыков боевых приёмов борьбы проводился педагогический эксперимент. Представители КГ занимались по образовательной программе по физической подготовке, обычно используемой для данной категории обучаемых. В образовательной программе представителей ЭГ активно использовался метод круговой тренировки для формирования навыков боевых приёмов борьбы. Всего было разработано четыре комплекса боевых приёмов борьбы в соответствии с названиями учебных тем: «Способы освобождения от захватов и обхватов»; «Удары и защита от ударов»; «Защита от ударов ножом, тяжелым предметом»; «Действия при угрозе оружием». Комплексы состоят из 5 различных приёмов. Особенность данных комплексов является то, что для защиты от нападения сотрудники активно использовали броски.

В начале и в конце педагогического эксперимента проводилось тестирование уровня сформированности у слушателей навыков владения боевыми приемами борьбы.

На рисунке 1, изображающем показатели тестирования быстроты выполнения приема «Бросок через бедро», заметны изменения показателей у представителей ЭГ и КГ в начале и в конце эксперимента. Результаты представителей ЭГ в данном тесте превзошли результаты КГ в конце эксперимента на 26,5%.

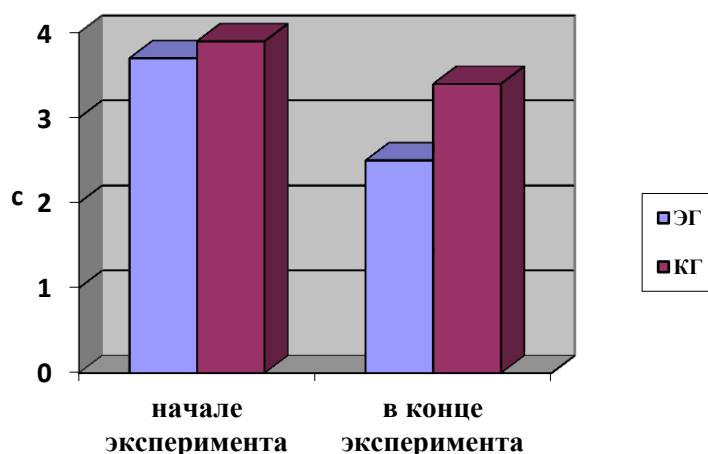


Рисунок 1 – Результаты тестирования быстроты выполнения приема «Бросок через бедро» за период эксперимента (с)

На рисунке 2, изображающем показатели данного тестирования, заметны изменения показателей у представителей ЭГ и КГ в начале и в конце эксперимента. Результаты представителей ЭГ в данном тесте превзошли результаты КГ в конце эксперимента на 31,7%.

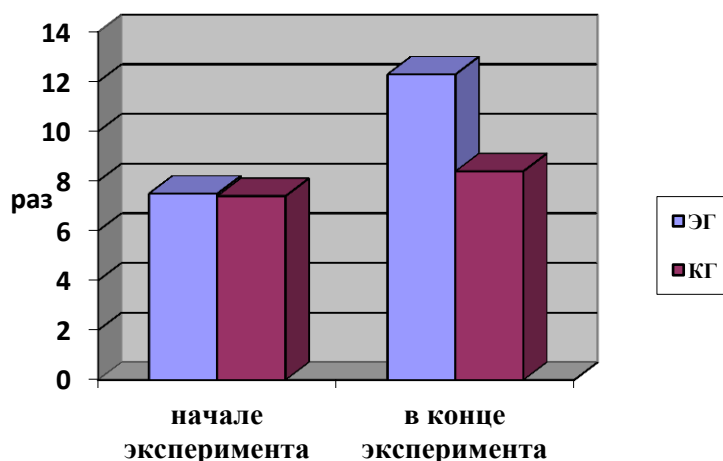


Рисунок 2 – Результаты теста «Освобождение от захвата за отворот одежды одной рукой используя бросок «задняя подножка» за одну минуту (раз)

Результаты педагогического эксперимента убедительно продемонстрировали преимущества использования кругового метода. Это дает достаточно оснований говорить о том, что использование кругового метода,

способствует эффективному формированию навыков боевых приемов борьбы у сотрудников органов внутренних дел.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Герасимов И.В. Формирование у сотрудников полиции практических навыков правомерного применения боевых приемов борьбы на занятиях по физической подготовке // Ученые записки ОГУ. Серия: Гуманитарные и социальные науки. – 2014. – №4. – С. 232-235.
2. Пряхин А.С. Специфика обучения боевым приемам борьбы сотрудников ОВД, проходящих первоначальную подготовку // Теория и практика общественного развития. – 2015. – №5. – С. 142-145.
3. Троян Е.И., Астафьев Н. В. Подготовка сотрудников ОВД к решению типовых ситуаций служебной деятельности // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2015. – №3 (62). – С. 14-17.