

зом Министерства образования и науки Российской Федерации от 2 июля 2013 г. № 513 : приказ Минобрнауки России от 27 июня 2014 г. № 695 // Российская газета. – 2014. – 11 августа.

4. Бакулин, Н. П. Использование автомобильной динамической полосы препятствий в совершенствовании навыков управления оперативно-служебным автомобилем сотрудниками полиции / Н. П. Бакулин // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Сер. Гуманитарные науки. – 2015. – С. 45–53.

5. Хмельницкий, Б. В. Дорожная безопасность. Фактор выживания / Б. В. Хмельницкий // Полиция России. – № 2. – 2013. – С. 8–11.

6. Организация деятельности Государственной инспекции безопасности дорожного движения : практикум. – М. : ДГСК МВД России, 2011. – 192 с.

УДК 796.89

*И. В. Битюцких<sup>1</sup>, В. А. Абаджян<sup>2</sup>, В. Е. Баев<sup>3</sup>*  
*I. V. Bityutskikh, V. A. Abadzhyan, V. E. Baev*

<sup>1,3</sup>*Воронежский институт МВД России*

<sup>2</sup>*Воронежский государственный институт физической культуры (Россия)*

**РУКОПАШНЫЙ БОЙ КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ  
И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ  
СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ  
HAND-TO-HAND FIGHTING AS A MEANS OF PHYSICAL  
AND PSYCHOLOGICAL TRAINING OF MINISTRY  
OF THE INTERIOR' EMPLOYEES**

*Аннотация.* В статье обозначены некоторые проблемы изучения и совершенствования боевых приемов, а также пути их решения.

*Summary.* The article tells about some problems of learning and improving of fighting techniques and the ways of their decision.

*Ключевые слова:* боевые приемы, рукопашный бой, физическая подготовка, психологическая подготовка.

*Keywords:* fighting techniques, hand-to-hand fighting, physical training, psychological training.

Рукопашный бой представляет собой эффективное средство подготовки сотрудников органов внутренних дел к выполнению различных служебно-боевых задач, повышению физической подготовленности и психологической устойчивости. В качестве основных задач, в значительной степени определяющих содержание рукопашного боя, необходимо выделить формирование у обучаемых навыков защиты от нападения, навыков, необходимых для обезвреживания и задержания, воспитание уверенности в своих действиях.

Отмечается недостаточно высокий уровень подготовленности сотрудников органов внутренних дел к применению боевых приемов борьбы в ходе выполнения различных оперативно-служебных задач. В качестве основных причин можно выделить: отсутствие систематичности в планировании и организации проведения занятий; выполнение учебных программ не в полном объеме; недостаточную эффективность изучаемых приемов, которые в большей степени направлены на сдачу контрольных проверок, а не на действительно эффективное применение физической силы; слабую оснащенность учебно-материальной базы, недостаточную мотивированность сотрудников к дальнейшему совершенствованию навыков владения боевыми приемами [1].

Всё это дает основание утверждать о необходимости совершенствования системы подготовки сотрудников органов внутренних дел. Рукопашный бой, как средство подготовки может эффективно решать обозначенные проблемы по совершенствованию навыков владения боевыми приемами. Поиск путей решения и практическая реализация этих проблем призваны обеспечить овладение обучаемыми наиболее доступными в усвоении и эффективными в рукопашной схватке приемами и действиями.

Использование передовых исследований в области психологических основ деятельности человека поможет сформировать у обучаемых умение рационального использования специального двигательного фонда в рукопашном бою. В данном направлении в качестве наиболее перспективного решения необходимо разработать специальную программу с учетом психологических аспектов автоматизации движений в процессе формирования навыков рукопашного боя и на этой основе, вырабатывать умения и навыки ведения рукопашного боя.

Принципиально новым в разрабатываемой программе должен выступать тот факт, что навыки формируются на основе педагогически оправданных установок, а акцент следует сделать на отработку ведущих компонентов изучаемых движений. Формирование умений ведения рукопашной схватки предполагает обучение эффективному применению обучаемыми имеющегося специального двигательного фонда на основе оценки сложившейся боевой ситуации и прогнозировании действий противника [2; 3].

Проанализировав существующие педагогические системы подготовки по рукопашному бою в силовых ведомствах не только России, но и иностранных государств, можно утверждать о необходимости специальной психологической направленности всего педагогического процесса. Этот процесс выражается в воспитании у обучаемых уверенности в своих силах, управляемой агрессивности, смелости, решительности и находит свое отражение в различных специализированных методических приемах.

Говоря о содержании рукопашного боя в армиях США, ФРГ, Франции, Израиля, нужно отметить, что обучение проводится с учетом этапов боевой подготовки и направленности в отношении специальной профессиональной деятельности. Обращает на себя внимание и прикладная направленность изучения приемов и действий из арсенала спортивных единоборств, а также широкое использование специальных полос препятствий.

В этой связи особо важно отметить психологическую составляющую процесса обучения. Нельзя забывать о направленном формировании у обучаемых умений по эффективному использованию изученных приемов и действий в реальной рукопашной схватке в зависимости от сложившейся ситуации и действий противника. Заслуживает внимания и тот факт, что совершенствование всего изученного материала происходит обязательно на фоне умеренных физических нагрузок и нервно-психических напряжений, моделируемых в процессе боевой подготовки сотрудников органов внутренних дел.

Рассмотрение вопроса о месте и роли рукопашной схватки в различных условиях позволило определить ее место, выявить значение и наметить подходы к поиску практических решений, способствующих совершенствованию существующей системы подготовки сотрудников силовых ведомств к применению физической силы и боевых приемов. Однако следует учитывать, что существующая на сегодняшний день система не является догмой и, естественно, требует своего совершенствования, особенно с учетом напряженной ситуации в республиках Кавказа. Боевой опыт и конкретно анализ рукопашных схваток в условиях реальных поединков и даже боевых действий указывают на необходимость сочетания в поединке возможности применения оружия, подручных предметов с защитными и атакующими действиями.

Неоднозначную оценку получили и приемы обезоруживания противника, в процессе обучения не учитывается психоэмоциональный, стрессовый фактор, возникающий в боевой обстановке. Существенным недостатком продолжает оставаться отсутствие общей базовой техники, объединяющей все действия и приемы, отсутствие системности и преемственности содержательных аспектов в обучении. Данным фактом и определяется несовершенство построения поэтапного обучения сотрудников рукопашному бою. В таком виде педагогический процесс приобрел вид механического заучивания набора отдельных приемов и действий для сдачи контрольных проверок без учета динамики и специфики реальной рукопашной схватки.

Также следует отметить тот факт, что существующая на сегодняшний день система оценивания уровня подготовленности сотрудников выглядит как процесс подгонки приемов и действий «под шаблон», что не укладывается в постулат «адекватности» в зависимости от сложившейся обстановки при встрече с противником. Несомненно, что в результате доработки существующая си-

стема может приобрести как общую внутреннюю логику, так и определенное совершенство на всех этапах обучения. Дифференцированный подход в обучении реальному рукопашному бою более продуктивно осуществляется на основе ранее изученных действий и приемов в качестве базы формирования алгоритма в противодействии нападению противника [4].

Особого внимания заслуживает применяемый в большинстве случаев принцип обусловленного проведения рукопашных схваток в процессе боевой подготовки. И хотя в последнее время появился ряд работ по педагогическому обоснованию необходимости более широкого внедрения полуобусловленных схваток в педагогический процесс, однако это не устраняет упрощенность в обучении [2; 5]. Формальный подход отражает отсутствие в ходе обучения сотрудников обязательного проведения боевых схваток, которые формируют у сотрудников тактическое мышление. Действия противника вынуждают находить оптимальные варианты противодействия. В качестве основного недостатка в существующей методике обучения сотрудников боевым приемам борьбы отмечается тот факт, что отработка приемов и действий осуществляется без противодействия партнера, а самое главное сдача контрольных упражнений проходит по тем же принципам. Это условие сдачи нормативов по боевым приемам борьбы не мотивирует сотрудников к дальнейшему совершенствованию навыков владения боевыми приемами и не позволяет совершенствоваться как техническую, так и тактическую стороны подготовки. Также нельзя не отметить, что существующая методика не в полной мере учитывает психологические аспекты процесса обучения. В этой связи видится необходимость научного поиска и детального обоснования подходов и конкретных практических решений по внедрению в процесс обучения сотрудников рукопашного боя как средства подготовки сотрудников органов внутренних дел для решения оперативно-служебных задач.

Ведение рукопашной схватки предъявляет высокие требования к физической подготовленности и психической устойчивости сотрудников. Общеизвестно, что психологическая подготовка является одним из основных слагаемых успешного ведения поединка и эффективного применения в ходе него боевых приемов. Говоря о психологической устойчивости сотрудников, необходимо отметить, что под этим понятием принято рассматривать способность сохранять в процессе выполнения оперативно-служебной задачи контроль за функционированием различных психических процессов, таких как память, внимание, мышление и т.д. [3].

Нельзя не отметить, что психологическая устойчивость определяет также проявление различных сторон личности в сложных условиях, моделирование которых должно иметь место на занятиях по рукопашному бою. В качестве основных наиболее часто применяемых на занятиях средств можно выделить со-

здание помех в виде «сбивающих факторов». В педагогическом процессе широкое распространение получило введение различного рода внезапно возникающих задач, требующих быстрого и эффективного решения, а также элементов, создающих условия реальной опасности.

Использование отмеченных факторов в процессе обучения сотрудников обусловлено их наличием в реальном противостоянии. Схватка должна представлять собой вариативно-конфликтную боевую ситуацию, обусловленную столкновением с предполагаемым противником, обязательно сопряженную с риском на основе практически непрогнозируемом развитии ситуации, агрессивности и активного противодействия противника, протекающую на фоне больших физических и нервно-эмоциональных нагрузок, исключения права на ошибку, дефицита времени при принятии решения.

Именно систематическое и целенаправленное увеличение физических и психических нагрузок оказывают положительное влияние на формирование у сотрудников достаточно высокого уровня психоэмоциональной устойчивости.

В заключение вышеизложенного можно утверждать, что рукопашный бой – это эффективное средство психологической и физической подготовки, обладающее практически неограниченными возможностями для совершенствования навыков применения боевых приемов в условиях реального противостояния под влиянием большого нервно-эмоционального и физического напряжения. Уникальность рукопашного боя как эффективного средства психологической и физической подготовки еще видится в том, что в процессе занятий происходит моделирование поединка не в теории, а в реальном контактном противодействии со стороны противника. В ходе поединка сотруднику необходимо уметь использовать навыки (удары, защиты, передвижения, броски и т. д.) из своего двигательного арсенала, адекватные сложившейся ситуации. Другими словами, надо уметь провести поиск необходимых элементов, сформировать их в действия и практически реализовать. В этом аспекте особая роль отводится психической деятельности человека, которая в стрессовой ситуации может дать сбой, ввести сотрудника в ступор или же наоборот вызвать неоправданную агрессию, чего действующий сотрудник себе позволить не может, так как обязан защищать жизнь и здоровье всех граждан.

### **Список основных источников**

1. Исаев, Р. А. Рукопашный бой в структуре учебной программы по дисциплине «физическая подготовка» для курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России / Р. А. Исаев // Вестник Волгоградской академии МВД России. – 2014. – № 4 (31). – С. 156–161.
2. Алексеев, Н. А. Некоторые особенности формирования навыков и умений боевых приемов борьбы у курсантов вузов МВД России / Н. А. Алексеев [и др.] // Альманах современной науки и образования. – 2014. – № 4 (83). – С. 18–20.

3. Баркалов, С. Н. Общие принципы техники применения боевых приемов борьбы / С. Н. Баркалов // Наука и практика. – 2014. – № 1 (58). – С. 142–146.

4. Лопатин, Д. А. Использование приемов рукопашного боя в практике обучения сотрудников полиции / Д. А. Лопатин // Совершенствование профессиональной и физической подготовки курсантов, слушателей образовательных организаций и сотрудников силовых ведомств : материалы XVIII Междунар. науч.-практ. конф.: в 2-х томах, 2016. – С. 167–169.

5. Клименко, Б. А. Спортивная деятельность как фактор целенаправленной готовности курсантов вузов МВД России к будущей профессиональной деятельности и действиям в экстремальных условиях / Б. А. Клименко, А. И. Ткаченко, Ю. В. Муханов // Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях : сб. ст. XI Междунар. науч. конф. – Белгород, 2015. – С. 303–306.

УДК 796.07

*В. А. Глубокий*  
*V. A. Gluboky*

*Сибирский юридический институт ФСКН России*

**РЕЗУЛЬТАТЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ УПРАЖНЕНИЙ  
С ПРЕОДОЛЕНИЕМ ВЕСА СОБСТВЕННОГО ТЕЛА  
В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ  
СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ**

**RESULTS OF USING EXERCISES WITH OVERCOMING  
OWN WEIGHT IN PHYSICAL TRAINING  
OF THE POLICE OFFICERS**

*Аннотация.* В статье изложены результаты педагогического эксперимента по использованию упражнений с преодолением веса собственного тела в физической подготовке слушателей и курсантов СибЮИ ФСКН России.

*Summary.* The article contains the results of pedagogical experiment on implementing exercises with overcoming own weight in physical training of students and cadets of the SibLI of the FDCS of Russia.

*Ключевые слова:* сотрудники полиции, общая физическая подготовка, упражнения с преодолением веса собственного тела.

*Keywords:* police officers, general physical training, exercises with overcoming own weight.

Условия служебной деятельности предъявляют высокие требования к сотрудникам полиции. В то же время оценка развития двигательных качеств показала, что необходимо улучшение физического состояния сотрудников, про-