

## **Особенности методики обучения удушающим приёмам ногами курсанток высших учебных заведений МВД Украины**

*Национальная академия внутренних дел (г. Киев)*

**Постановка научной проблемы и её значение.** Использование современных технических средств и научных достижений в борьбе с правонарушениями не решают проблему «человеческого фактора» в правоохранительной деятельности. Первостепенным показателем эффективности работы сотрудника милиции остаётся состояние его здоровья, напрямую зависящее от уровня физической подготовленности и навыков владения табельным оружием и специальными средствами.

Положительной тенденцией в развитии органов внутренних дел Украины является возрастающая роль женщин в профилактике, предупреждении и раскрытии правонарушений. Природные отличительные черты женского характера, такие как скрупулезность, усидчивость, выдержка и спокойствие, терпение и трудолюбие, помогают успешно решать служебные задачи, с которыми в некоторых случаях не могут справиться сотрудники-мужчины. Использование труда женщин в «нетипичных» амплуа личной охраны, наружного наблюдения, патрульно-постовой и дорожно-патрульной служб есть одним из перспективных направлений современной правоохранительной деятельности не только в нашей стране, но и во всем мире.

Растущее с каждым годом количество сотрудниц органов внутренних дел и курсанток ведомственных учебных заведений МВД Украины требует совершенствования учебных программ по специальным дисциплинам (физической, огневой, тактико-специальной подготовке), которые бы учитывали половые и морально-психологические особенности, необходимые для использования в учебно-тренировочном процессе для достижения эффективного результата.

**Анализ исследований этой проблемы.** В современной научной, методической и нормативной литературе вопросы специальной физической подготовки сотрудников органов внутренних дел и курсанток ведомственных вузов представлены достаточно широко [1; 2; 3; 4; 5; 12]. Проблемы и особенности подготовки сотрудниц и курсанток можно выделить как отдельное направление работ специалистов в этой области [6; 8; 9; 10; 11]. Однако, несмотря на разнообразие научно-методического и практического материала, следует отметить недостаточность его содержания в плане конкретных рекомендаций к непосредственному использованию в учебно-тренировочном процессе.

В классической литературе [7] чётко обозначены типичные различия в системе подготовки в зависимости от пола спортсмена и их влияние, в соответствии от степени и эффективности использования, на конечный результат. Эти общепринятые принципы целесообразно учитывать и в учебно-тренировочном процессе курсанток и сотрудниц правоохранительных органов.

К основным недостаткам научно-методического обеспечения можно отнести фрагментарность или отсутствие разделения методики и содержания по половому признаку обучаемых [1; 4; 5; 10; 12], а также неполное соответствие существующих программ подготовки требованиям и практическим задачам, которые предстоит решать женщинам-правоохранителям в своей служебной деятельности [6; 8; 9; 11]. Некоторые источники содержат конкретный перечень приёмов единоборств, рекомендуемых для изучения и совершенствования курсантками и сотрудницами [1; 3; 8; 12], но не имеют расширенных рекомендаций по методике обучения и применению этих технических действий на практике. Остальные работы имеют общий характер [2; 5; 6; 10; 11] при отсутствии методической направленности и практической составляющей.

**Формулировка цели и задач исследования.** Цель исследования – доказать эффективность использования удушающих приёмов ногами как средства самозащиты и элементов специальной физической подготовленности курсанток вузов МВД Украины, а также сформулировать особенности их обучения этим техническим действиям в рамках учебно-тренировочного процесса и профессионально-служебной подготовки.

### **Задачи исследования:**

1) описать положения и варианты применения удушающих приёмов ногами сотрудницами органов внутренних дел в различных ситуациях;

- 2) конкретизировать методику обучения применительно к морфологическим особенностям женщин;
- 3) сформировать общие рекомендации по совершенствованию физических качеств, необходимых для достижения положительного эффекта учебно-тренировочного процесса.

**Изложение основного материала и обоснование полученных результатов исследований.**

Разнообразие технического арсенала «традиционных» видов единоборств (самбо, дзюдо, спортивных видов борьбы), сформированные десятилетиями методики обучения являются основными источниками формирования материала для подготовки сотрудников органов внутренних дел. Постоянным предметом дискуссии специалистов является процентное содержание приёмов на разных этапах подготовки, а также для различного контингента обучаемых. Создавшаяся в результате дифференциация методических подходов положительно влияет на многогранность учебно-тренировочного процесса, но, с другой стороны, свидетельствует об отсутствии единых критериев оценки эффективности применения технических действий в реальных условиях противостояния с правонарушителями.

Анализ практики правоохранительной деятельности и бытовых конфликтов показывает, что в большинстве случаев женщина – фигурант таких ситуаций – расценивается злоумышленниками как «легкая добыча» и объект для достижения корыстных целей. Обычный алгоритм действий «насилующей» стороны заключается в том, чтобы повалить «жертву» на спину, создать угрозу или нанести телесные повреждения, а в дальнейшем – совершить противоправные действия.

Смысл выполнения удушающих приёмов ногами состоит в сдавливании шеи или грудной клетки противника ногами из различных положений партнера или лёжа на спине. Именно в таком положении, как правило, может оказаться сотрудница органов внутренних дел в процессе физического противостояния с превосходящим её по силе правонарушителем-мужчиной. В процессе обучения следует акцентировать внимание обучаемых на важнейшем, на наш взгляд, факторе эффективного выполнения приёмов, а именно использовании элемента неожиданности при непосредственном выполнении технического действия путём чередования расслабления и напряжения тела на последовательных стадиях выполнения. Правильное чередование этих состояний способствуют также занятию оптимального положения для выполнения приёма с минимизацией затрат физических усилий. Для достижения эффекта неожиданности необходимо создать у соперника видимую иллюзию боязни, паники и беспомощности со стороны «жертвы», подтолкнуть его к совершению способствующих действий (например, перебросить ногу через голову, что дает возможность контроля опорной руки её захвата вместе с головой противника).

Естественным условием успешного выполнения удушающих приёмов ногами являются высокие показатели развития гибкости в области тазобедренных, коленных и голеностопных суставов, а также «сдавливающая» сила мышц бедра и голени. Эти качества достигаются путём регулярного выполнения комплексов упражнений общей и специальной направленности: приседаний различной амплитуды; сведений-разведений ног из разных исходных положений; выполнения выпадов, провисаний, шпагатов и полушпагатов; маховых амплитудных движений ногами в разных проекциях; динамических и статических упражнений в парах.

На базовом этапе обучения задача преподавателя – сформировать у каждой курсантки индивидуальную стиль выполнения и арсенал удушающих приёмов ногами. На последующем этапе обучения полученные навыки доводятся до автоматизма в сочетании с выполнением болевых приёмов и переходов в положение удержания и контроля. Показателем степени усвоения технических действий на этом этапе является результативность их выполнений в ходе соревновательных обусловленных поединков с курсантами. Обусловленность предполагает выполнение приёмов из различных исходных положений обоих партнеров, постановку в ходе поединка задачи перевода одного из партнёров в разные положения путём выполнения отвлекающих и расслабляющих физических и психических действий.

Практический опыт преподавательской деятельности показывает, что предлагаемые нами коррективы позволяют существенно повысить степень надёжности усвоения курсантками технических действий, вселяют в них уверенность в собственные силы, дают надежду на оказание эффективного отпора злоумышленнику.

**Выводы и перспективы дальнейших исследований.** Практика реализации учебно-тренировочного процесса в вузах МВД Украины подтверждает необходимость его совершенствования в направлении индивидуализации подхода к личности обучаемых, в том числе и по половому признаку. Проведенные исследования позволили установить что:

1. Удушающие приёмы ногами являются эффективным средством самозащиты женщин в ряде бытовых и служебных ситуаций. Эти технические действия отличаются простотой в обучении и практическом применении против более сильных физически соперников-мужчин.

2. На втором этапе обучения в вузах МВД Украины (совершенствования и отработки комбинаций ранее изученных технических действий) [3], целесообразно совершенствовать технику выполнения удушающих приёмов ногами с партнерами-мужчинами разных весовых категорий в сочетании с переходами на болевые приёмы и в положения контроля.

3. Использовать на занятиях комплексы упражнений для совершенствования гибкости и подвижности суставов ног, а также для укрепления мышц внутренней части бедра, голени, связочного аппарата тазобедренных, коленных и голеностопных суставов.

С целью совершенствования учебно-тренировочного процесса курсанток вузов МВД Украины, приведением его в соответствие к требованиям практической деятельности органов внутренних дел считаем целесообразным проведение исследований, целью которых будет определение оптимального содержания состава технических действий, рекомендуемого на весь период обучения в вузе.

#### *Источники и литература*

1. Ануфрієв М. І. Основи спеціальної фізичної підготовки працівників органів внутрішніх справ : [навч. посіб.] / М. І. Ануфрієв, С. Є. Бутов, О. Ф. Гіда, С. М. Решко. – К. : Нац. акад. внутр. справ України, 2003. – 338 с.
2. Журавель О. В. Фізична підготовленість і здоров'я як визначаючі чинники професійної придатності правоохоронця / О. В. Журавель, Ю. В. Логвиненко, Р. І. Скірта // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Шевченка. – 2013. – Вип. 107. Т. І. – С. 149–152.
3. Закорко І. П. Спеціальна фізична підготовка у вищих навчальних закладах МВС України з урахуванням індивідуальних особливостей моторики курсантів : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. та спорту : 24.00.02.НУФВС України / І. П. Закорко. – К., 2001. – 19 с.
4. Закорко І. П. Спортивний розділ самбо і дзюдо : [інструктивно-методичні матеріали до практичних занять] / І. П. Закорко, Б. Б. Шаповалов, О. В. Журавель. – К. : РВВ КЮІ МВС, 2005. – 20 с.
5. Компанієць Ю. А. Аналіз стану системи фізичної підготовки майбутніх правоохоронців та перспективні напрямки її вдосконалення / Ю. А. Компанієць // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2012. – № 9. – С. 48–52.
6. Никонова С. П. Особенности физической подготовки курсантов-женщин образовательных учреждений МВД России / С. П. Никонова // Место и роль органов внутренних дел в системе уголовной юстиции : материалы межвузовской науч. конф. слушателей, курсантов и студентов (май 2007 г.). – Омск : Изд-во Омск. акад. МВД России, 2008. – Вып. 12. – С. 124–125.
7. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / Платонов Владимир Николаевич. – Киев : Олимп. лит., 2013. – 624 с.
8. Ткаченко А. И. Боевые приемы борьбы для сотрудников-женщин : [учеб.-метод. пособие] / А. И. Ткаченко. – Белгород : БелЮИ МВД РФ, 2006. – 34 с.
9. Ткаченко А. И. Особенности обучения боевым приемам борьбы курсантов-женщин образовательных учреждений МВД России / А. И. Ткаченко // Вестник Московского университета МВД России. – М. : МУ МВД РФ, 2007. – № 4. – С. 55–59.
10. Тьорло О. І. Визначення рівня фізичної працездатності курсантів-жінок Львівського юридичного інституту МВС України / О. І. Тьорло // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2005. – № 20. – С. 87–93.
11. Тьорло О. І. Зміни показників спеціальної фізичної підготовленості та фізичної працездатності курсантів-жінок протягом навчального року : монографія / О. І. Тьорло ; Львів. держ. ун-т внутр. справ. – Львів : [б. в.], 2010.
12. Наказ МВС України №318 від 13.04.2012. «Про затвердження Положення з організації професійної підготовки осіб рядового і начальницького складу органів внутрішніх справ України». – К. : РВВ МВС України, 2012. – 37 с.

#### *Аннотации*

*Современная гендерная политика нашего государства направлена на создание равных возможностей для реализации личности вне зависимости от половой принадлежности. Эта тенденция затронула и сферу правоохранительной деятельности. В последнее десятилетие в системе МВД Украины значительно увеличилось количество аттестованных сотрудников-женщин, также ежегодно растёт процент курсанток в ведомственных высших учебных заведениях. Характерной особенностью этого явления служит желание курсанток и офицеров-женщин выполнять служебные обязанности по охране общественного правопорядка наравне с коллегам-мужчинами.*

*Это направление подготовки нового поколения сотрудников органов внутренних дел, требует поиска инновационных подходов к учебно-тренировочному процессу и методике преподавания специальных дисциплин (огневой, физической, тактико-специальной подготовки) с учётом половой принадлежности курсанток и офицеров.*

**Ключевые слова:** курсантки, удушающие приемы ногами, особенности физического противостояния, инновационные подходы к обучению.

**Олександр Журавель, Юрий Логвиненко, Роман Скирта. Особливості методики навчання удушливих прийомів ногами курсанток вищих навчальних закладів МВС України.** Сучасна гендерна політика нашої держави направлена на створення рівних можливостей для реалізації особистості незалежно від статі. Ця тенденція стосується й сфери правоохоронної діяльності. Протягом останнього десятиліття в системі МВС України значно збільшилася кількість атестованих співробітників-жінок, також щорічно зростає процент курсанток у відомчих вищих навчальних закладах. Характерна риса цих явищ – бажання курсанток та офіцерів-жінок виконувати службові обов'язки з охорони громадського правопорядку нарівні з колегами-чоловіками.

Цей напрям підготовки нового покоління співробітників органів внутрішніх справ потребує пошуку незвичних, інноваційних підходів до навчально-тренувального процесу й методики викладання спеціальних дисциплін (вогневої, фізичної, тактико-спеціальної підготовки) з урахуванням статевої приналежності курсантів та офіцерів.

**Ключові слова:** курсантки, удушливі прийоми ногами, особливості фізичного протиборства, інноваційні підходи до навчання.

**Aleksandr Zhuravel, Yuriy Logvinenko, Roman Skyrta. Peculiarities of the Teaching Methods of Legs' Strangling Techniques for Female Cadets of Higher Educational Institutions of MIA.** Contemporary gender policy of our country is aimed to establish equal opportunities for realization of the individual, regardless of gender. This trend has also affected the scope of law enforcement. In recent decade, the Ministry of Internal Affairs of Ukraine significantly increased the number of certified women employees and the percentage of female cadets in the departmental institutions of higher education is growing every year. A characteristic feature of this phenomenon is the desire of female cadets and female officers to perform the duties of maintaining public law and order on a par with their male colleagues.

This area of training a new generation of law enforcement officers, requires finding innovative approaches to training process and to the methods of teaching special subjects (firing, physical and special tactics training) taking into account gender identity of cadets and officers.

**Key words:** female cadets, legs' strangling techniques, peculiarities of physical confrontation, innovative approaches to teaching.