

## РУКОПАШНЫЙ БОЙ В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ МВД РОССИИ

*Хыбыртов Рустам Борисович*

*доцент кафедры физической подготовки и прикладных единоборств, майор полиции Санкт-Петербургского университета МВД России  
Санкт-Петербург, Россия*

*Аннотация:* В статье даются материалы исследования, и процесс обучения приемам рукопашного боя, профессиональная подготовка офицеров-специалистов в области физической подготовки, формировании служебно-прикладных навыков у сотрудников полиции.

*Ключевые слова:* рукопашный бой; рукопашная схватка; психологическая готовность; анатомия, биомеханика.

*Annotation:* The article contains research materials, and process of close combat training, professional education of officers-specialists in the field of physical training, formed professional skills of police officers.

*Keywords:* close combat; hand-to-hand fight; psychological readiness; anatomy; biomechanics.

Специальная дисциплина «Рукопашный бой» в современных условиях является учебным предметом для сотрудников полиции и курсантов, слушателей образовательных организации МВД России. Она занимает одно из ведущих мест в формировании служебно-прикладных навыков у сотрудников полиции. Основная цель дисциплины заключается в подготовке сотрудника полиции (курсанта), владеющего теоретическими знаниями, организаторскими и методическими умениями, способного на высоком профессиональном уровне осуществлять подготовку к рукопашному бою личного состава подразделений МВД России [1].

Исходя из этого, задачи профессиональной подготовки офицеров-специалистов в области физической подготовки сводятся к следующему:

- дать необходимые знания по содержанию дисциплины «Рукопашный бой» и его характеристику для формирования прикладной, физической и психологической готовности к действиям в ближнем бою с преступником;
- усвоить роль рукопашного боя в системе оперативно-служебной и физической подготовки;
- дать знания о понятийном аппарате и усвоить специфический язык дисциплины как средства общения специалистов и обучаемых;
- обучить методике подготовки сотрудников (курсантов) к рукопашному бою (методике обучения приемам и действиям, развитию и воспитанию физических и волевых качеств, формированию психологической устойчивости к воздействию неблагоприятных факторов и др.);
- обучить организации и проведению различных форм физической подготовки, в процессе которых осуществляется подготовка к рукопашному бою;
- Обучить приемам, действиям и видам деятельности в рукопашном бою;

Дать представление о материальном обеспечении занятий по рукопашному бою и строительстве площадок, городков и т. п.;

Специальная дисциплина «Рукопашный бой» представляет собой часть науки о физической подготовке и изучает закономерности физического совершенствования сотрудников (курсантов) с помощью характерных для нее средств, методов и форм в интересах оперативно-служебной деятельности подразделений МВД России [2].

В современных условиях наиболее характерным при обучении в образовательных организациях МВД России является взаимное влияние на обучаемых и других учебных дисциплин. Это требует рассмотрения их роли и значения в комплексном воздействии на подготовку специалистов.

Тактико-специальная подготовка определяет социальный заказ на содержание и методику подготовки сотрудников (курсантов) к оперативно-служебной деятельности в рукопашном бою.

Ценность истории МВД для дисциплины заключается в творческом восприятии опыта и уроков прошлого, в способности выявить тенденции развития рукопашного боя в различные исторические эпохи, правильного определения его места в оперативно-служебной деятельности и обучения сотрудников (курсантов) современным действиям.

В связи с вступлением ФЗ «О полиции» от 2011 года, эти требования были раскрыты более широко. Они отражены в главе 5 настоящего закона «ПРИМЕНЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ СИЛЫ, СПЕЦИАЛЬНЫХ СРЕДСТВ И ОГНЕСТРЕЛЬНОГО ОРУЖИЯ» в статьях 18,19,20,21.

Данное законодательство определяет правовые основы применения приемов и боевых действий рукопашного боя при защите общественных интересов, личности граждан от общественно опасного посягательства.

Цикл биологических дисциплин на основании учения о высшей нервной деятельности, с одной стороны, определяет материалистическое понимание процессов нервной и психологической деятельности сотрудников (курсантов) в рукопашном бою, а также при подготовке к нему, с другой - дает знания об уязвимых местах человеческого тела (анатомия) и методические рекомендации для разработки рациональных способов и приемов эффективного воздействия на преступника (биомеханика) [3].

Дисциплина «Рукопашный бой» использует положения педагогики, в частности, дидактики, на принципах и методах которой осуществляется обучение, воспитание и развитие курсантов и слушателей.

В основе теоретических положений при определении целей, задач и содержания подготовки, к рукопашному бою она опирается на главные принципы и закономерности теории деятельности, разработанные отечественными психологами.

В процессе преподавания дисциплины «Рукопашный бой» используются теоретические и организационные положения, система понятий, разработанная теорией и организацией физической подготовки.

Поскольку основной структурной частью рукопашного боя является единоборство, то многие приемы, двигательные действия, методические и

тактические положения и понятия заимствуются из практики спортивных единоборств (борьбы, бокса, и служебно-спортивного единоборства). В рукопашном бою они получили широкую трактовку и боевое применение.

Выявление и развитие двигательных способностей - важный резерв, который применяется в рукопашном бою для быстрого и совершенного усвоения действий и приемов. Этому способствуют также практические дисциплины, особенно «Преодоление препятствий», «Ускоренное передвижение».

Близость дисциплины «Рукопашный бой» к перечисленным выше дисциплинам ни в коей мере не лишает его самостоятельности. Что же касается многогранных связей, то это объясняется тем, что в центре внимания указанной дисциплины находятся курсант, слушатель - будущий сотрудник полиции, защитник народа от посягательств преступности.

Рукопашный бой располагает большим количеством разнообразных приемов, действий и тактикой их применения. Это дает возможность совершенствовать все основные системы и функции человека, физические, морально-политические качества, наиболее прикладные навыки для успешных и сноровистых действий. Обучение рукопашному бою непосредственно и прямо направлено на реализацию принципа "Учить сотрудника тому, что необходимо в оперативно-служебной деятельности" [4].

Таким образом, при преподавании дисциплины в полном объеме используются:

- положения материалистической диалектики в качестве исходной методологической концепции;

- учение о высшей нервной деятельности (труды И. П. Павлова, И. М. Сеченова, Н. Е. Введенского, А. А. Ухтомского, П. К. Анохина и др.), отличительной чертой которого является материалистическое понимание процессов нервной и психической деятельности; принципы и положения системного подхода;

- положения теории деятельности, характеризующие единство ее внешних (предметных) и внутренних (психических) форм;

- теория дидактики, на основе принципов которой осуществляется обучение, развитие и воспитание;

- опыт локальных вооруженных конфликтов;

- теория и организация физической подготовки;

- анатомия, биомеханика и др.

Сочетания положений и выводов данных наук в единой методологической концепции обеспечивают рукопашному бою теоретическую, научную и методическую базу, а также придают дисциплине стройность и практическую эффективность.

#### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Программа учебной дисциплины "Физическая подготовка для образовательных учреждений МВД России", Москва, ДКО, 2007г

2. Теория и организация физической подготовки войск. Учебник, СПб, 2007год-594стр.

3. Торопов В.А. Физическая подготовка: Учебное пособие. - СПб.: Изд-во СПб ун-та МВД Россия, 2008. - 311 стр.
4. Кудин В.А., Торопов В.А, Ушенин А.И., Куликов М.Л. и др. Физическая подготовка: Учебник - СПб: Изд-во СПб ун-та МВД России, 2010, - 312 с.

#### ***THE LITERATURE***

1. The program of educational discipline "Physical training for educational institutions Ministry of Interior of Russia", Moscow, DKO, 2007.
2. The theory and the organization of physical preparation of armies. The textbook, SPb, 2007. – 594p
3. Toropov V.A. Physical training: A manual. - St. Petersburg University of Interior of Russia, 2008. - 311 p.
4. Kudin V.V., Toropov V.A., Ushenin A.I., Kulikov M.L., etc. Physical training: A Textbook - St. Petersburg: St. Petersburg University of Interior of Russia, 2010 - 312 p

#### **CLOSE COMBAT IN THE PREPARATION SYSTEM OF POLICE OFFICERS OF THE MINISTRY OF THE INTERIOR OF RUSSIA**

*Huburtov Rystam Borisovich*

*professor of department of physical training and applied arts, the major of police of the St.-Petersburg university of the Ministry of Interior of Russia.*

*Sankt - Petersburg*

**УДК 796.413/.418**

#### **ПОВЫШЕНИЕ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ГИМНАСТОК В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ ПОДГОТОВКИ**

*Чопорова Екатерина Валерьевна*

*кандидат педагогических наук, доцент*

*Андреевко Татьяна Александровна*

*кандидат педагогических наук, ст. преп.*

*Половодов Игорь Валентинович, ассистент*

*Волгоградская государственная академия физической культуры*

*Волгоградский государственный социально-педагогический университет*

*Волгоград, Россия*

*Аннотация:* В статье представлены пути повышения работоспособности гимнасток, установлены объем и характер упражнений, выполняемых в интервалах между подходами к снарядам.

*Ключевые слова:* работоспособность, массаж, отдых, соревновательный период, гимнастики.

*Abstract.* The article presents ways to improve the performance of gymnasts, set the volume and nature of the exercises performed in the intervals between the approaches to the sports equipment.

*Index terms:* performance, massage, relaxation, competition period, gymnasts.

**Введение.** Последнее время результаты международных соревнований по гимнастике характеризуются малым разрывом в показателях между результатами победителей соревнований и другими участниками, занимающими призо-